



Penerapan Teknik Token Ekonomi untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik: Sebuah Studi Meta-Analisis

(Applying Token Economy Techniques to Reduce Academic Procrastination: A Meta-Analytic Study)

Henny Indreswari*, Shabrina Muyassirotul 'Aliyah

Universitas Negeri Malang, Jl. Semarang No. 5 Malang, Jawa Timur, 65145, Indonesia

*Penulis korespondensi, Surel: henny.indreswari.fip@um.ac.id

Paper received: 17-3-2023; revised: 31-3-2023; accepted: 7-4-2023

Abstract

The habit of academic procrastination can occur when students have poor time management in studying and completing assignments. One technique school counselors can use to overcome this procrastination behavior is the token economy technique. Several previous studies have proven the effectiveness of this technique in reducing academic procrastination behavior. This research further evaluates the effectiveness of the token economy technique in reducing academic procrastination behavior in students. The method used in this research is meta-analysis, where data is taken from previous articles using coding worksheets as a research instrument. Data analysis was performed using the paired sample T-test and effect size calculations using Cohen's d formula. The results of the Paired Samples Test obtained a significance value of 0.048 less than 0.05, indicating that token economy techniques can be used to reduce academic procrastination behavior in students. Even so, the results of the effect size test using Cohen's d formula obtained a value of 0.43 which is included in the small category. Thus it can be concluded that the use of economic token techniques has a negligible effect on reducing academic procrastination behavior in students.

Keywords: token economy; academic procrastination; meta-analysis

Abstrak

Kebiasaan prokrastinasi akademik dapat terjadi ketika peserta didik memiliki manajemen waktu yang buruk dalam belajar dan menyelesaikan tugas. Salah satu teknik yang dapat digunakan oleh konselor untuk mengatasi perilaku prokrastinasi ini adalah dengan teknik token ekonomi. Beberapa penelitian sebelumnya telah membuktikan efektivitas teknik ini dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengevaluasi lebih lanjut efektivitas teknik token ekonomi dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah meta-analisis, di mana data diambil dari artikel-artikel terdahulu menggunakan lembar kerja coding sebagai instrumen penelitian. Analisis data dilakukan menggunakan uji paired sample T test dan perhitungan *effect size* dengan rumus Cohen's d. Hasil *uji Paired Samples Test* diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,048 kurang dari 0,05, menunjukkan bahwa teknik token ekonomi dapat digunakan untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Meski begitu, hasil pengujian *effect size* menggunakan rumus Cohen's d diperoleh nilai sebesar 0,43 yang mana termasuk dalam kategori kecil. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penggunaan teknik token ekonomi memberikan pengaruh yang kecil terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

Kata kunci: token ekonomi; prokrastinasi akademik; meta-analisis

How to cite: Indreswari, H., & 'Aliyah, S. M. (2023). Penerapan Teknik Token Ekonomi untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik: Sebuah Studi Meta-Analisis. *Buletin Konseling Inovatif*, 3(1). 45–52. doi: 10.17977/um059v3i12023p45-52

1. Pendahuluan

Keterampilan manajemen waktu sangatlah penting dimiliki oleh peserta didik. Zega dan Kurniawati (2022) menyatakan bahwa, keterampilan manajemen waktu penting dimiliki oleh individu, agar dapat menunjang peningkatan prestasi belajarnya. Pendapat ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Sunarya et al. (2017) yang menemukan bahwa, semakin terampil individu dalam mengelola waktu belajarnya, maka semakin baik pula prestasi belajar yang dapat dicapai. Namun sayangnya, perkara manajemen waktu ini seringkali menimbulkan masalah di kalangan peserta didik. Buruknya manajemen waktu terkait dengan belajar dan penyelesaian tugas pada peserta didik dapat menyebabkan timbulnya kebiasaan prokrastinasi akademik.

Istilah prokrastinasi berasal dari bahasa Latin *procrastination* dengan awalan “*pro*” yang memiliki arti mendorong maju dan akhiran “*crastinus*” yang berarti keputusan hari esok, yang mana jika digabungkan menunjukkan arti “mengundurkan” ataupun “mengulur-ulur hingga hari selanjutnya” (Yunanto, Tawil, & Putro, 2021). Prokrastinasi sebagai kecenderungan untuk menunda penyelesaian seluruh tugas dan lebih suka melakukan aktivitas yang tidak berguna (Sidiq, Mulawarman, & Awalya, 2020). Senada dengan pendapat tersebut, Anggraini (2017) menyebut bahwa prokrastinasi akademik adalah kecenderungan untuk selalu mengulur-ulur pengerjaan tugas-tugas sebagai peserta didik, seperti tugas sekolah secara umum ataupun tugas khusus. Bentuk-bentuk prokrastinasi akademik pada siswa, antara lain: menunda waktu belajar, mengulur-ulur pengerjaan tugas sekolah, serta terlambat dalam mengumpulkan tugas (Laia et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020) menemukan perilaku prokrastinasi akademik mencapai persentase 60% pada kategori tinggi, dan persentase 16% pada kategori sangat tinggi pada siswa kelas VII SMPN 10 Palembang. Sementara hasil penelitian yang dilakukan oleh Anisa & Ernawati (2018) menunjukkan bahwa, prokrastinasi akademik pada siswa SMA Negeri di Kota Makassar berada pada tingkatan sangat tinggi 6.57%, tingkatan tinggi 32.84%, tingkatan sedang 29.85%, tingkatan rendah 24.78%. Penelitian yang dilakukan oleh Muyana (2018) juga mendapati kondisi prokrastinasi akademik pada mahasiswa program studi Bimbingan dan Konseling sebesar 6%, 81%, 13%, dan 0%, dengan urutan rincian kategori sebagai berikut: sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah. Berbagai hasil penelitian tersebut mengindikasikan bahwa perilaku prokrastinasi akademik terjadi pada peserta didik dari berbagai jenjang, mulai dari SMP, SMA, hingga perguruan tinggi.

Apabila prokrastinasi akademik terus menerus terjadi dan tidak ditindak lanjuti, maka kebiasaan prokrastinasi akademik akan terus berkembang di kalangan peserta didik. Menurut Soben et al. (2021), perilaku menunda-nunda yang dilakukan secara berulang dan terus menerus dapat tertanam dalam pikiran individu, bahkan berpotensi menjadi perilaku permanen pada diri individu. Oleh karena itu, perilaku prokrastinasi akademik perlu menjadi perhatian konselor di sekolah. Salah satu upaya yang dapat dilakukan oleh konselor adalah memodifikasi perilaku prokrastinasi akademik. Mirnawati (2020) menyatakan bahwa, modifikasi perilaku merupakan pengembangan dan penerapan prosedur untuk membantu seseorang mengubah perilaku mereka. Sarafino (2012) menambahkan, upaya perubahan perilaku dapat diarahkan untuk meningkatkan atau menurunkannya, tergantung pada apakah masalah yang ditangani melibatkan defisit atau kelebihan perilaku. Dalam konteks prokrastinasi akademik, perubahan perilaku diarahkan untuk menurunkan perilaku prokrastinasi. Salah satu teknik yang dapat digunakan untuk modifikasi perilaku prokrastinasi akademik adalah teknik token ekonomi.

Token ekonomi merupakan salah satu teknik dalam konseling behaviorial yang didalamnya melibatkan penguatan bersyarat (*conditioning reinforcement*) berbentuk kupon, tiket, kartu, tanda khusus, koin, atau lainnya (Marsilia & Mahmudi, 2015). Token ekonomi dapat diterapkan di berbagai *setting* individu, kelompok, atau kelas dengan berbagai usia dari anak-anak hingga dewasa. Adapun langkah-langkah penggunaan token ekonomi menurut Sarafino (2012) adalah sebagai berikut: (1) melakukan analisis ABC; (2) menentukan perilaku target yang ingin dicapai; (3) menetapkan besaran token sesuai dengan perilaku target; (4) menjadwalkan waktu pemberian token; (5) menentukan perilaku awal; (6) memilih beberapa hadiah yang akan didapatkan; (7) menunjuk jenis token yang digunakan; (8) menentukan jumlah dan frekuensi penukaran token; (9) melakukan monitoring.

Beberapa hasil penelitian terdahulu telah menjadi bukti bahwa penerapan teknik token ekonomi dapat mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Khuzaimah (2017) menunjukkan adanya perbedaan signifikan perilaku penundaan akademik pada mahasiswa Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi sebelum diberikan teknik token ekonomi dan sesudah diberikan teknik token ekonomi. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2020) juga menunjukkan bahwa perilaku prokrastinasi pada siswa SMKN 6 Bulukumba dapat diturunkan dengan menggunakan teknik token ekonomi. Penelitian ini ditujukan untuk menguji lebih lanjut studi dan penelitian-penelitian terdahulu untuk membuktikan besarnya pengaruh penerapan teknik token ekonomi untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi pada keilmuan Bimbingan dan Konseling, khususnya berkaitan dengan efektivitas teknik token ekonomi dalam menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian meta-analisis. Meta-analisis merupakan penelitian yang melibatkan penggunaan studi dan penelitian yang telah ada dan telah dilaksanakan oleh peneliti lain, yang dilakukan secara sistematis untuk mendapatkan kesimpulan yang akurat (Retnawati, Apino, Kartianom, Djidu, & Anazifa, 2018). Metode pengumpulan data yang digunakan adalah pencarian artikel-artikel penelitian melalui *Google Scholar*. Kata kunci yang digunakan untuk mencari artikel adalah "Token Ekonomi" dan "Prokrastinasi Akademik". Pemilihan artikel yang akan diteliti memperhatikan kriteria berikut: (1) ditulis oleh penulis umum maupun mahasiswa; (2) terbit sepuluh tahun terakhir, yaitu dari tahun 2013-2023; (3) mencakup wilayah Indonesia; (4) subjek penelitian dalam artikel penelitian adalah peserta didik; (5) variabel X merupakan teknik token ekonomi dan variabel Y merupakan prokrastinasi akademik; (6) data penelitian mengandung skor pre-test dan post-test.

Artikel yang sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan akan dipakai sebagai sumber data penelitian yang mendeskripsikan data sebelum dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik token ekonomi. Instrumen penelitian menggunakan lembar kerja *coding* guna penghimunan data dari artikel yang akan diteliti. Lembar kerja *coding* berisi: nomor, judul penelitian, nama peneliti dan kode artikel. Sebelum melaksanakan teknik analisis data, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat yaitu uji normalitas. Selanjutnya data dianalisis menggunakan uji *paired sample T test*, kemudian dilakukan penghitungan *effect size* untuk mengetahui seberapa besar pengaruh teknik token ekonomi untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik berdasarkan beberapa artikel penelitian yang digunakan sebagai sumber data. Retnawati et al. (2018) menyatakan bahwa, *effect size* adalah indeks kuantitatif yang dipakai untuk menghimpun berba-

gai hasil studi dan penelitian dalam meta-analisis. *Effect size* menunjukkan besarnya hubungan antar variabel dalam masing-masing studi. Dalam penelitian ini, *effect size* dihitung menggunakan rumus Cohen's *d* (*standardized mean difference*).

3. Hasil dan Pembahasan

Penelusuran artikel penelitian terkait “Token Ekonomi” dan “Prokrastinasi Akademik” dengan kriteria yang telah ditentukan menghasilkan delapan artikel relevan. Rincian artikel dan pengkodeannya digambarkan dalam Tabel 1 berikut:

Tabel 1. Artikel Penelitian yang Relevan

No	Judul Penelitian	Peneliti	Kode
1	Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Token Economy	Mujiyati (2015)	1A
2	Perubahan Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Token Ekonomi Pada Siswa Kelas X TP SMK Negeri I Wonoasri Kabupaten Madiun	Marsilia & Mahmudi (2015)	2A
3	Keefektifan Teknik Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Keterlibatan Akademik Dalam Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Kota Bengkulu	Anggraini et al. (2016)	3A
4	Pengaruh Teknik Token Ekonomi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Tarakan Tahun Pelajaran 2017/2018	Nurjannah (2017)	4A
5	Efektivitas Penggunaan Teknik Token Ekonomi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi FKIK Universitas Jambi	Khuzaimah (2017)	5A
6	The Effectiveness of Behavioral Counseling With Token Economy and Behavior <i>Contract</i> Techniques to Reduce Academic Procrastination	Sidiq et al. (2020)	6A
7	Penerapan Teknik Token Economy Untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa di SMK Negeri 6 Bulukumba	Fitri (2020)	7A
8	Konseling Kelompok Teknik Token Economy untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa	Yunanto et al. (2021)	8A

Data dalam beberapa penelitian ini masih luas, sehingga perlu diringkas dan diambil intisarinya saja. Hasil analisis penerapan teknik ekonomi untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini:

Tabel 2. Hasil Analisis Penerapan Teknik Token Ekonomi untuk Menurunkan Perilaku Prokrastinasi Akademik

No	Kode Artikel	Penurunan Prokrastinasi Akademik		
		Skor <i>Pre-Test</i>	Skor <i>Post-Test</i>	Penurunan Skor
1	1A	84	78,75	5,25
2	2A	40,7	35,4	5,3
3	3A	50,9	44,6	6,3
4	4A	82,14	65	17,14
5	5A	18,10	16,69	1,41
6	6A	171,5	148,2	23,3
7	7A	87,5	33,3	54,2
8	8A	203	122,17	80,83
	Rata-rata	92,23	68,02	24,22

Tabel 2 menunjukkan adanya penurunan perilaku prokrastinasi akademik sebelum diberikan perlakuan berupa teknik token ekonomi dan sesudah diberikan perlakuan berupa teknik token ekonomi, dengan rata-rata awal 92.23 menurun menjadi 68.02. Hasil ini menunjukkan penurunan skor rata-rata yang signifikan saat menggunakan teknik token ekonomi untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik. Hasil ini senada dengan hasil penelitian Mujiyati (2015) yang menunjukkan bahwa, ada perbedaan *mean* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, sehingga dapat disimpulkan bahwa penerapan teknik token ekonomi pada kelompok eksperimen berpengaruh signifikan dalam mengurangi perilaku prokrastinasi akademik.

Untuk memastikan perbedaan skor *pre-test* dan *post-test* pada artikel-artikel yang telah dianalisis, dilakukanlah pengujian *paired sample T test* dengan uji normalitas sebagai prasyaratnya. Hasil uji normalitas pada skor *pre-test* dan *post-test* disajikan pada Tabel 3. Berdasarkan tabel 3, dapat dilihat jika hasil uji normalitas Shapiro Wilk berbantuan SPSS 26.00 For Windows pada skor *pre-test* dan *post-test* dengan perilaku teknik token ekonomi menunjukkan nilai signifikansi sebesar $(0,246; 0,336) > 0,05$. Hasil ini menunjukkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga pengujian *paired sample T test* bisa dilanjutkan.

Tabel 3. Uji Normalitas

	<i>Tests of Normality</i>					
	<i>Kolmogorov-Smirnov^a</i>			<i>Shapiro-Wilk</i>		
	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>	<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
Skor <i>Pre-Test</i>	0,279	8	0,066	0,892	8	0,246
Skor <i>Post-Test</i>	0,194	8	0,200*	0,907	8	0,336

Dari delapan artikel yang digunakan sebagai sumber data oleh peneliti dalam proses penelitian, tabel 4 menunjukkan bahwa perlakuan teknik token ekonomi mempunyai pengaruh signifikan untuk menurunkan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Skor rata-rata *pre-test* menggunakan teknik token ekonomi menunjukkan angka sebesar 92,2300, sementara skor rata-rata *post-test* mengalami penurunan yaitu 68,0138. Penurunan rata-rata skor menunjukkan adanya perubahan yang signifikan antara sebelum pemberian perlakuan dan sesudah pemberian perlakuan berupa teknik token ekonomi.

Tabel 4. Uji Paired Samples Statistics

		<i>Paired Samples Statistics</i>			
		<i>Mean</i>	<i>N</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>
Pair 1	Skor <i>Pre-Test</i>	92,2300	8	63,92452	22,60073
	Skor <i>Post-Test</i>	68,0138	8	46,19542	16,33255

Hasil pada Tabel 4 didukung oleh hasil uji *paired samples test* yang disajikan pada Tabel 5. Berdasarkan tabel *Paired Samples Test* di atas, didapati bahwa nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0,048 < 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa, terdapat perbedaan signifikan antara perilaku prokrastinasi akademik peserta didik pada *pre-test* dan *post-test*. Dengan demikian dapat diketahui bahwa, penggunaan teknik token ekonomi berpengaruh secara signifikan pada penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik. Hasil ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2020) pada siswa SMKN 6 Bulukumba yang mendapati

bahwa, teknik token ekonomi dapat mereduksi perilaku prokrastinasi akademik dengan kategori prokrastinasi tinggi. Begitu pula penelitian yang dilakukan oleh Yunanto (2020) juga mendapati bahwa konseling kelompok menggunakan teknik token ekonomi memberikan pengaruh berupa penurunan prokrastinasi akademik siswa kelas VII SMP Persatuan Metroyudan dengan kategori prokrastinasi tinggi.

Tabel 5. Uji Paired Samples Test

Paired Samples Test								
Paired Differences						<i>t</i>	<i>df</i>	<i>Sig. (2-tailed)</i>
	<i>Mean</i>	<i>Std. Deviation</i>	<i>Std. Error Mean</i>	<i>95% Confidence Interval of the Difference</i>				
				<i>Lower</i>	<i>Upper</i>			
Pair Skor 1 PreTest - Skor PostTest	24,21625	28,57000	10,10102	,33113	48,10137	2,397	7	0,048

Selanjutnya pengujian dilakukan dengan uji *effect size* yang disajikan pada Tabel 6. Penggunaan uji *effect size* bertujuan untuk menghitung besarnya pengaruh penerapan teknik token ekonomi terhadap perilaku prokrastinasi akademik pada siswa, berdasarkan hasil penelitian dalam masing-masing studi. Berikut ini merupakan kriteria pengkategorian nilai Cohen's *d effect size* (Cohen, 1988).

Tabel 6. Interpretasi Kategori Effect Size

Kategori Effect Size	Interpretasi
0,20 – 0,50	Kecil
0,50 – 0,80	Sedang
0,80 – 1,30	Besar
> 1,30	Sangat Besar

Cohen's *d effect size* dihitung berdasarkan nilai *mean* dan standar deviasi pada skor *pre-test* dan *post-test*. Berdasarkan hasil yang tertera pada tabel 4, skor *pre-test* memiliki *mean* sebesar 92,2300 dengan standar deviasi sebesar 63,92452. Sementara skor *post-test* mengalami penurunan *mean* yang signifikan sebesar 68,0138 dengan standar deviasi sebesar 46,19542. Berikut merupakan hasil penghitungan *effect size* untuk melihat besarnya pengaruh penerapan teknik token ekonomi untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

$$d = \frac{M_{pretest} - M_{posttest}}{\sqrt{\frac{SD_{pretest}^2 + SD_{posttest}^2}{2}}} \quad (1)$$

$$d = \frac{92,2300 - 68,0138}{\sqrt{\frac{63,92452^2 + 46,19542^2}{2}}}$$

$$d = 0,4342233711222222$$

Menggunakan rumus Cohen's *d effect size*, diperoleh nilai *effect size* sebesar 0,43. Berdasarkan interpretasi kriteria pengkategorian nilai *effect size* pada tabel 6, didapati bahwa nilai *effect size* termasuk dalam kategori kecil. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa, penerapan teknik token ekonomi memberikan pengaruh yang kecil terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

4. Simpulan

Berdasarkan kajian meta-analisis terhadap delapan artikel penelitian yang relevan dengan topik penelitian, didapati bahwa teknik token ekonomi dapat digunakan untuk mereduksi perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik, baik peserta didik pada jenjang SMP, SMA maupun perguruan tinggi. Landasan pernyataan tersebut dapat dilihat berdasarkan hasil uji *Paired Sample Test* yang menunjukkan nilai signifikansi sebesar $0,048 < 0,05$. Hal ini menunjukkan adanya perbedaan signifikan antara perilaku prokrastinasi akademik peserta didik pada *pre-test* dan *post-test* dengan pemberian perlakuan berupa teknik token ekonomi. Meski begitu, penghitungan *effect size* menggunakan rumus Cohen's *d effect size* menghasilkan nilai sebesar 0,43 yang mana termasuk dalam kategori kecil. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa, penerapan teknik token ekonomi memberikan pengaruh yang kecil terhadap penurunan perilaku prokrastinasi akademik pada peserta didik.

Daftar Rujukan

- Anggraini, W. (2017). Token Ekonomi Sebagai Upaya Mereduksi Prokrastinasi Akademik. *Seminar Nasional Bimbingan Konseling FIP-UPGRIS*.
- Anggraini, W., I Wayan, D., & Rita, S. (2016). *Keefektifan Teknik Token Ekonomi Untuk Meningkatkan Keterlibatan Akademik Dalam Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas VII SMP Negeri 1 Kota Bengkulu*. Universitas Bengkulu.
- Anisa, & Ernawati. (2018). Pengaruh Prokrastinasi Akademik Terhadap Hasil Belajar Biologi Siswa SMA Negeri di Kota Makassar. *Jurnal Biotek*, 6(2).
- Cohen, J. (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences (2nd edn.)*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Fitri, A. S. (2020). *Penerapan Teknik Token Economy untuk Mengurangi Prokrastinasi Akademik Siswa di SMK Negeri 6 Bulukumba*. Universitas Negeri Makasar.
- Khuzaimah, K. (2017). Efektivitas Penggunaan Teknik Token Ekonomi Terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi FKIK Universitas Jambi. *Psycho Idea*, 15(1), 32. doi: 10.30595/psychoidea.v15i1.2238
- Laia, B., Zagoto, S. F. L., Fau, Y. T. V., Duha, A., Telaumbanua, K., Ziraluo, M., ... Fai, S. (2022). Prokrastinasi Akademik Siswa SMA Negeri di Kabupaten Nias Selatan. *Jurnal Ilmiah Aquinas*, 162–168.
- Marsilia, & Mahmudi, I. (2015). Perubahan Perilaku Prokrastinasi Akademik Melalui Konseling Kelompok Dengan Teknik Token Ekonomi Pada Siswa Kelas X TP SMK Negeri I Wonoasri Kabupaten Madiun. *Counsellia: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 40–57.
- Mirnowati. (2020). *Modifikasi Perilaku Anak Berkebutuhan Khusus Melalui Teknik Reinforcement, Exstinction, Punishment, Shaping, Prompting, Token Ekonomi, dan Managemen Diri*. Sukoharjo: CV Oase Pustaka.
- Mujiyati. (2015). Mereduksi Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Melalui Teknik Token Economy. *Jurnal Fokus Konseling*, 1(2), 142–150.
- Muyana, S. (2018). Prokrastinasi Akademik dikalangan Mahasiswa Program Studi Bimbingan Dan Konseling. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8(1), 45–52.
- Nurjannah. (2017). *Pengaruh Teknik Token Ekonomi terhadap Perilaku Prokrastinasi Akademik Siswa Kelas IX SMP Negeri 8 Tarakan Tahun Pelajaran 2017/2018*. Universitas Borneo Tarakan.
- Retnowati, H., Apino, E., Kartianom, Djidu, H., & Anazifa, R. D. (2018). *Pengantar Analisis Meta*. Yogyakarta: Parama Publishing.
- Sarafino, E. P. (2012). *Applied Behavior Analysis. Principles and Procedures of Modifying Behavior*. USA: John Wiley & Sons, Inc. doi: 10.1016/S0140-6736(06)69007-7

- Sari, N. Y. (2020). *Perilaku Prokrastinasi Akademik Pada Siswa Kelas VII di SMP Negeri 10 Palembang*. Sriwijaya University.
- Sidiq, M. S., Mulawarman, M., & Awalya, A. (2020). The Effectiveness of Behavioral Counseling With Token Economy and Behavior Contract Techniques to Reduce Academic Procrastination. *Jurnal Bimbingan Konseling*, 9(2), 76–84.
- Soben, G., Solang, D. J., & Narosaputra, D. A. N. (2021). Pengaruh Dukungan Sosial Teman Sebaya Terhadap Prokrastinasi Akademik Mahasiswa Program Studi Psikologi UNIMA. *PSIKOPEDIA*, 2(3).
- Sunarya, P. A., Ladjamudin, A.-B. bin, & Dewanto, I. J. (2017). Hubungan antara Manajemen Waktu dengan Prestasi Belajar Mahasiswa Program Studi DIII Komputerisasi Akuntansi Amik Raharja Informatika. *Cyberpreneurship Innovative and Creative Exact and Social Science*, 3(2), 115–121.
- Yunanto, A. R. (2020). *Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Dengan Teknik Token Economy Untuk Mereduksi Perilaku Siswa Berprokrastinasi Akademik Tinggi (Penelitian pada Siswa Kelas VII SMP Persatuan Mertoyudan)*. Universitas Muhammadiyah Magelang.
- Yunanto, A. R., Tawil, & Putro, H. E. (2021). Konseling Kelompok Teknik Token Economy untuk Mereduksi Prokrastinasi Akademik Siswa. *Borobudur Counselling Review*, 1(1), 1–11.
- Zega, Y. X. G. H., & Kurniawati, G. E. (2022). Pentingnya Manajemen Waktu Bagi Mahasiswa Dalam Meningkatkan Prestasi Belajar di Sekolah Tinggi Teologi Duta Panisal Jember. *Jurnal Pendidikan Agama Kristen*, 4(1).