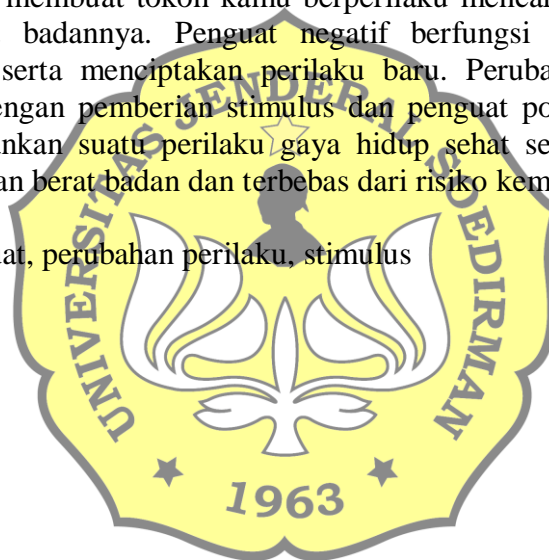


ABSTRAK

Seseorang sering mengalami perubahan perilaku yang disebabkan oleh pengaruh orang lain di lingkungannya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis perubahan perilaku tokoh kamu dalam novel *Bagaimana Cara Mengurangi Berat Badan* karya Amalia Yunus menggunakan kajian psikologi sastra dengan teori psikologi behaviorisme Skinner. Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif kualitatif yang pengumpulan datanya menggunakan metode baca dan catat. Data yang telah didapatkan lalu dideskripsikan dan dianalisis. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada sebanyak 13 perubahan perilaku yang disebabkan oleh 11 stimulus, 5 penguat negatif, 6 penguat positif, 2 pemunahan penguat yang berasal dari 7 agen pengendali di lingkungan sekitar tokoh kamu.

Perubahan perilaku tokoh kamu disebabkan oleh penguat negatif mengenai kematian yang membuat tokoh kamu merasa takut dan gelisah. Ketakutan terhadap kematian membuat tokoh kamu berperilaku mencari jalan keluar untuk menurunkan berat badannya. Penguat negatif berfungsi untuk mengganggu perilaku individu serta menciptakan perilaku baru. Perubahan perilaku tokoh kamu didukung dengan pemberian stimulus dan penguat positif yang berfungsi untuk mempertahankan suatu perilaku gaya hidup sehat sehingga tokoh kamu berhasil menurunkan berat badan dan terbebas dari risiko kematian.

Kata kunci: penguat, perubahan perilaku, stimulus



ABSTRACT

*Individuals often experiences behavioral changes influenced by others in their environment. This study aims to analyze the behavioral changes of the characters in a novel *Bagaimana Cara Mengurangi Berat Badan* by Amalia Yunus through the lens of literary psychology. employing Skinner's behaviorism theory. This research is categorized as qualitative descriptive research, with data collection conducted through reading and note-taking methods. The data obtained are then described and analyzed. The result of this study indicate that there are 13 behavioral changes caused by 11 stimuli, 5 negative reinforcements, 6 positive reinforcements, and 2 extinction reinforcements from 7 controlling agents in the character's surrounding environment.*

The change in kamu's behavior is caused by negative reinforcement related to death, which induces fear and anxiety in kamu. The fear of death drives kamu to seek ways to lose weight. Negative reinforcement serves to disrupt individual behavior and create new behavior patterns. Kamu's behavioral changes is supported by the provision of stimuli and positive reinforcement, which function to maintain a particular lifestyle behavior, allowing kamu to succesfully lose weight and eliminate the risk of death.

Keywords : *behavioral changes, reinforcement, stimuli*

