

HUBUNGAN STRES DENGAN ENURESIS PADA ANAK USIA SEKOLAH DI DESA PETAK KECAMATAN PACET KABUPATEN MOJOKERTO

¹Rasyid Salim, ²Yunias Setiawati, ^{3*}Nurul Mawaddah

^{1,2}Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya

²Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKes Majapahit, Mojokerto

*E-mail: mawaddah.ners@gmail.com

Abstrak

Tujuan: Enuresis merupakan masalah yang sering ditemukan pada anak-anak. Enuresis memberikan pengaruh buruk baik secara psikologis dan sosial sehingga bisa mengganggu kehidupan anak dan mempengaruhi kualitas hidupnya saat dewasa. Salah satu faktor penyebab enuresis pada anak adalah stres atau faktor psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan enuresis pada anak usia sekolah.

Metode: Desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel diambil dengan menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel 32 anak. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner PSS-C (*the Perceived Stress Scale For Children*) yang digunakan untuk mengukur tingkat stres pada anak. Teknik statistik yang digunakan untuk menganalisis data adalah uji *chi Square*.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar anak sekolah mengalami stres yang tinggi (62%) dan sebagian besar anak sekolah mengalami enuresis (56%). Hasil uji statistik menunjukkan $Pvalue = 0,000$ ($Pvalue > \square$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan yang bermakna antara stres dengan enuresis pada anak.

Simpulan: Diharapkan orang tua mengenali masalah psikososial yang terjadi pada anak sehingga dapat memberikan intervensi segera agar tidak berdampak pada perkembangan anak selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan untuk mengajarkan tehnik manajemen stres pada anak dan manajemen penanganan enuresis pada anak sekolah.

Kata kunci: Enuresis, Stres, Anak Sekolah

Abstract

Aim: Enuresis was a problem that is often found in children. Enuresis had a negative influence both psychologically and socially so that it can interfere with a child's life and affect his quality of life as an adult. One of the factors that cause enuresis in children were stress or psychological factors. This study purpose to determine the relationship of stress with enuresis in school-age children.

Method: Observational analytic design with cross sectional approach. Samples were taken using simple random sampling with a sample of 32 children. Data collection uses the PSS-C questionnaire (*the Perceived Stress Scale For Children*) which is used to measure stress levels in children. The statistical technique used to analyze the data is the chi square test. The results showed that most school children experience high stress (62%) and most school children experience enuresis (56%).

Result: *The results of statistical tests show $Pvalue = 0,000$ ($Pvalue > \square$) so it can be concluded that there is a significant relationship between stress and enuresis in children.*

Conclusion: *It is expected that parents recognize psychosocial problems that occur in children so that they can provide immediate intervention so as not to have an impact on the child's next development. Further research can be done to teach stress management techniques in children and management of management of enuresis in school children.*

Keywords: *Enuresis, Stress, School Children*

PENDAHULUAN

Tanda dimulainya periode anak usia sekolah adalah sejak anak masuk ke dalam lingkungan sekolah dasar pada usia enam tahun atau tujuh tahun hingga anak mengalami masa pubertas pada usia 12 tahun.¹ Dalam tahapan masa tumbuh kembang anak usia sekolah, banyak permasalahan yang dihadapi orang tua salah satunya adalah masalah berkemih yaitu enuresis (mengompol).

Enuresis merupakan salah satu masalah gangguan tumbuh kembang pada anak yang harus diperhatikan. Enuresis sendiri artinya yaitu pengeluaran air kemih yang tidak disadari yang sering dijumpai pada anak umur diatas tiga tahun karena seharusnya pada usia empat tahun otak dan otot-otot kandung kemih sudah sempurna sehingga dapat mengontrol dan membantu anak memperkirakan kapan BAK dan BAB.² Menurut WHO, diagnosis enuresis jika pengeluaran urin terjadi 2 kali dalam sebulan pada anak kurang dari 7 tahun dan 1 kali dalam sebulan pada anak 7 tahun dan anak yang lebih dari 7 tahun.³

Enuresis merupakan masalah yang sering ditemukan pada anak-anak. Enuresis memberikan pengaruh buruk baik secara psikologis dan sosial sehingga bisa mengganggu kehidupan anak dan mempengaruhi kualitas hidupnya saat dewasa. Prevalensi enuresis sebesar 15% pada usia 5 tahun, 10% pada usia 7 tahun dan menurun

menjadi 5% pada usia 11-12 tahun (Kerrebroek dan Norgaard, 2009). Sedangkan menurut *Child Development Institute Toilet Training* pada penelitian *American Psychiatric Association*, dilaporkan bahwa 10-20% anak usia 5 tahun, 5% anak usia 10 tahun, hampir 2% anak usia 12-14 tahun, dan 1% anak usia 18 tahun masih mengompol.⁴

Apabila enuresis tidak segera diatasi dan diabaikan dapat mengganggu kepercayaan diri anak dan hubungan sosialnya.⁵ Hasil studi yang dilakukan Setiowati tentang dampak psikososial enuresis menunjukkan bahwa enuresis dapat menyebabkan dampak antara lain rasa malu dan merasa bersalah akibat kondisinya, hubungan dalam keluarga yang kurang dekat, mendapat *labeling* di rumah, ekspresi komunikasi verbal yang cenderung kasar, sulit diatur, sering mendapatkan ejekan, dan tidak memiliki teman sebaya disekitar rumah.⁶ Sedangkan menurut Suwardi dalam Fatmawati di sekolah, subjek tidak memiliki banyak teman, menjadi korban *bullying*, merasa tidak disukai dan ditolak keberadaannya, jarang berinteraksi dengan teman, sensitif terhadap kritikan, dan pasif pada saat pelajaran berlangsung. Selain itu enuresis dapat menimbulkan frustrasi dan kecemasan.⁷ Sementara itu, dalam DSM-IV TR yang dipublikasikan oleh APA (2000) juga dijabarkan sejumlah gangguan yang berhubungan dengan enuresis seperti aktivitas sosial anak yang terbatas, misalnya menjadi tidak mampu untuk tidur di tempat lain selain

rumahnya dan pengaruhnya kepada harga diri anak, dijauhi oleh teman-teman sebaya dan mendapatkan perlakuan buruk dari orang tua atau pengasuh seperti dimarahi, dihukum, atau ditolak.⁸

Terdapat beberapa teori umum yang dapat menjelaskan penyebab potensial anak mengalami enuresis, diantaranya produksi urin terlalu banyak di malam hari karena tidak cukup hormon antidiuretic, kegelisahan dan stres emosional, riwayat keluarga mengompol, tidur nyenyak atau mengalami gangguan tidur, ukuran kandung kemih kecil, cacat lahir dan kondisi medis, kebiasaan toilet siang hari yang tidak normal, sembelit serta diet.⁹

Stres dapat terjadi pada anak. Selain akibat perubahan terhadap status kesehatannya, lingkungannya, dalam kebiasaannya, juga dapat disebabkan karena anak memiliki sejumlah keterbatasan mekanisme koping untuk menyelesaikan masalah maupun kejadian-kejadian bersifat menekan.⁵ Selain itu dalam hal pendidikan di sekolah, anak akan dihadapkan dengan rutinitas pembelajaran setiap harinya. Kondisi inilah yang sedikit banyak bisa menimbulkan stres pada anak usia sekolah. Hasil studi Fatmawati dan Mariyam menunjukkan bahwa stres berat pada anak sekolah disebabkan karena mereka memasuki sekolah baru yang memiliki lingkungan yang berbeda saat mereka dirumah dan proses adaptasi dengan peraturan-peraturan yang harus dilaksanakan selama belajar di sekolah.⁷

Menurut Psikologis Frued dalam Kurniawati menyatakan bahwa anak yang sulit menahan kencing sewaktu tidur malam berhubungan erat dengan gangguan psikologis anak.

Enuresis sekunder bisa terjadi akibat faktor psikologis, biasanya terjadi ketika anak tiba-tiba mengalami stres kejiwaan seperti pelecehan seksual, kematian dalam keluarga, kepindahan, mendapat adik baru, perceraian orang tua atau masalah psikis lainnya.¹⁰

Berdasarkan latar belakang tersebut diatas, adapun tujuan dari studi ini adalah untuk mengetahui sejauh mana hubungan stres dengan enuresis pada anak usia sekolah di Desa Petak Kecamatan Pacet Kabupaten Mojokerto.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui apakah ada hubungan antara variabel stres dengan enuresis yang terjadi pada anak usia sekolah. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh anak usia sekolah yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eklusi, yaitu berusia 7 tahun sampai dengan usia 12 tahun dan jenjang pendidikan sekolah dasar. Dengan menggunakan teknik *simple random sampling* didapatkan sampel sejumlah 32 anak. Instrumen yang digunakan untuk menilai stres pada anak menggunakan instrumen PSS-C (*the Perceived Stress Scale For Children*) oleh Barbara Prudhomme White (2014) yang telah melakukan penilaian bahwa instrumen tersebut efektif dan efisien untuk mengidentifikasi stres pada anak.¹¹ Semakin tinggi skor semakin tinggi stres yang dialami. Selanjutnya data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji statistik *Chi-Square*. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Petak Kecamatan Pacet Kabupaten Mojokerto.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden (n= 32)

Karakteristik	n	%
Usia		
7 tahun	8	25
8 tahun	6	19
9 tahun	4	13
10 tahun	6	19
11 tahun	5	15
12 tahun	3	9
Jenis Kelamin		
Laki-laki	18	56
Perempuan	14	44
Pendidikan orang tua		
Tinggi	10	31
Rendah	22	69
Tingkat stres		
Tinggi	20	62
Rendah	12	38
Enuresis		
Enuresis	18	56
Tidak enuresis	14	44

Sumber data : Data primer (2019)

Berdasarkan Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 7 tahun (25%), berjenis kelamin laki-laki (56%), pendidikan orang tua rendah (69 %), memiliki tingkat stres tinggi (62%) serta sebagian besar responden mengalami enuresis (56%).

Tabel 2
Analisis Tingkat Stres Dengan Enuresis Pada Anak Usia Sekolah (n = 32)

Variabel Tingkat Stres	Kejadian Enuresis				Total	P value
	Enuresis		Tidak enuresis			
	n	%	n	%		
Tinggi	16	50	4	12	20	62
Rendah	2	6	10	32	12	38
Total	18	56	14	44	32	100

Sumber data : Data primer (2019)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan hasil analisis dengan uji *Chi Square*, didapatkan bahwa tidak ada nilai *expectaed* yang kurang dari lima sehingga syarat syarat uji *Chi Square* terpenuhi dengan nilai *significancy* nya adalah 0,000. Artinya bahwa terdapat hubungan antara stres dengan enuresis pada anak usia sekolah.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah mengalami stres yang tinggi (62%). Hal ini dapat disebabkan oleh faktor usia, dimana sebagian besar yang mengalami stres yang tinggi berusia 7 dan 8 tahun dengan proporsi yang sama 30%. Usia ini juga menunjukkan anak baru menempuh Sekolah Dasar kelas 1. Menurut Fatmawati & Mariyam bahwa anak yang mengalami stres berat dikarenakan mereka memasuki sekolah baru yang memiliki lingkungan yang berbeda saat mereka dirumah dan proses adaptasi dengan peraturan-peraturan yang harus dilaksanakan selama belajar di sekolah.⁷

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa 38% anak mengalami stres yang rendah. Hal ini dapat disebabkan karena sebagian besar responden dengan stres rendah berusia 10 tahun dan 11 tahun dengan proporsi yang sama 30%. Hasil studi Jannah menunjukkan bahwa semakin tua usia anak, tingkat stres dan kekuatan seseorang semakin konstruktif dalam menggunakan koping terhadap masalah yang dihadapi.¹²

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar anak mengalami enuresis (56%). Hal ini dapat disebabkan karena kurangnya kesiapan psikologis anak dalam melakukan toilet training. Hal ini sesuai dengan studi Adawiyah & Adiguna menyatakan bahwa ada hubungan kesiapan psikologis anak dengan kejadian enuresis. Faktor usia juga dapat menentukan anak mengalami enuresis. Sebagian besar responden yang mengalami enuresis berusia 7 tahun (33 %).¹³

Perkembangan menahan buang air kecil umumnya terjadi pada anak-anak dengan umur rata-rata 2-3 tahun, mereka umumnya bisa menahan rasa ingin berkemih, sedangkan pada anak dengan umur 4-5 tahun sudah memiliki inisiatif buang air kecil sendiri, bahkan sebelum kandung kemihnya penuh dan pada anak umur 6-7 tahun anak dapat menahan buang air kecil sebagaimana mestinya.¹⁴ Jika pada usia 7 tahun anak mengalami enuresis dapat disebabkan karena pelatihan toilet training yang kurang baik sehingga menyebabkan kurangnya kemampuan anak dalam mengontrol enuresisnya.

Selain itu dapat juga disebabkan karena faktor jenis kelamin. Sebagian besar responden yang mengalami enuresis berjenis kelamin laki-laki (56%). Hasil ini sesuai dengan studi yang dilakukan oleh Janah dkk. menyatakan bahwa sebagian besar anak yang mengalami enuresis berjenis kelamin laki-laki.¹⁴ Hal ini dapat disebabkan karena kapasitas kandung kemih pada laki-laki lebih kecil dibandingkan perempuan. Sesuai dengan teori Wong *et al.* bahwa perkembangan system organ kandung kemih pada setiap anak mempunyai kapasitas kandung kemih yang berbeda, namun pada umumnya anak perempuan memiliki kapasitas yang lebih besar dibandingkan dengan anak laki-laki.⁵

Keterlambatan orang tua melatih toilet training pada anak juga dapat menyebabkan anak mengalami enuresis. Penelitian yang dilakukan oleh Motta menyimpulkan bahwa orang tua yang terlambat melatih toilet training pada anak mengakibatkan anak lebih sering mengalami *enuresis*, alternative agar tidur anak

tidak terganggu adalah dengan memberi pampers pada saat anak tidur.¹⁵

Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara stres dengan enuresis pada anak sekolah yang ditunjukkan dengan nilai P value = 0,000 (P value > \square). Adanya hubungan ini sesuai dengan teori Aziz bahwa enuresis dapat disebabkan karena faktor kejiwaan, yang terpenting diantaranya adalah rasa takut, baik dia berdiri sendiri maupun termasuk ke dalam konstruksi emosi yang kompleks.¹⁵ Enuresis merupakan gangguan fisik, akan tetapi dapat menyebabkan gangguan psikologis atau yang disebut dengan gangguan *somatoform*. Menurut Wiramihardja terdapat tiga model bagaimana faktor-faktor psikologis dapat mempengaruhi timbulnya gangguan fisik : 1) Model efek langsung, yang mengemukakan bahwa faktor-faktor psikologis, seperti pengalaman yang menegangkan dan karakteristik kepribadian tertentu, menyebabkan atau memperburuk secara langsung keadaan sakit. 2) Model interaktif, bahwa pengalaman atau faktor psikologis itu tidak langsung menyebabkan timbulnya penyakit atau memperburuk keadaan fisik yang telah sakit. Faktor psikologis ini baru berpengaruh pada timbulnya sakit hanya jika telah berinteraksi dengan faktor resiko yang telah ada. 3) Model efek tak langsung, menjelaskan bahwa individu berperilaku yang tidak sehat, seperti merokok atau mengalami gangguan tidur sehingga terjadi penurunan daya tahan tubuh, yang selanjutnya akan menyebabkan kerusakan pada tubuh.¹⁷ Selain proses di atas Wiramihardja juga mengungkapkan “Teori Kerawanan Konstitusional (*Constitutional vulnerability [weak-link] theories*). Teori ini menyatakan bahwa organ yang paling rawan akan mengalami cacat dan malfungsional dalam berespon terhadap rangsangan yang menegangkan.¹⁷

Oleh karena itu anak yang mengalami stres yang tinggi dapat menyebabkan terjadinya

enuresis. Tekanan akibat stres tersebut mempengaruhi kerja *hipotalamus*, sistem syaraf otonomik (terutama divisi dimpatetik sistem ini), dan sistem *adrenalkortikal* (sistem pengeluaran hormon), dimana dengan respon respon faali anak dapat bertahan atau menghindar. Namun karena stres yang dirasakan berlangsung dalam waktu yang lama, maka anak tidak dapat melawan atau menghindar. Hal ini menimbulkan cedera badan, yang dalam hal ini cedera itu terjadi pada kandung kemih anak. Karena kandung kemih pada anak merupakan organ yang paling rawan mengalami malfungsi ketika merespon rangsangan yang menegangkan. Cedera pada kandung kemih ini akhirnya diwujudkan dalam bentuk gangguan *enuresis*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa seluruh usia anak dapat mengalami enuresis.

Enuresis dapat terjadi pada anak meskipun memiliki tingkat stres yang rendah. Hal ini dapat disebabkan karena musim hujan dan suhu yang dingin sehingga dapat mempengaruhi frekuensi urin yang keluar menjadi lebih banyak. Hasil studi Janah dkk. menyatakan bahwa hujan yang terus menerus atau menggunakan pendingin udara yang berlebihan menyebabkan udara dingin sehingga lebih sering ke kamar mandi.¹⁶ Dalam lingkungan yang dingin tubuh manusia cenderung untuk tidak mengeluarkan keringat sehingga cairan akan keluar lebih banyak melalui urin. Gambaran anak yang mengalami enuresis karena suhu dingin memperkuat penelitian yang dilakukan Lepor mengenai *Managing and Preventing Acute Urinary Retention*. Dalam penelitiannya dinyatakan bahwa peningkatan frekuensi *enuresis* dapat disebabkan karena faktor cuaca ataupun faktor konsumsi obat.¹⁹

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat disimpulkan bahwa sebagian besar anak usia sekolah mengalami stres yanggi serta sebagian besar anak sekolah mengalami enuresis yang dapat terjadi pada semua usia. Selain itu hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dengan enuresis pada anak sekolah.

Saran

Orang tua diharapkan mengenali masalah psikososial yang terjadi pada anak sekolah. Stres yang terjadi pada anak dapat menyebabkan anak mengalami enuresis. Deteksi awal masalah membuat orang tua menyadari agar dapat memberikan intrevensi segera sehingga tidak berdampak pada perkembangan anak selanjutnya. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan untuk mengajarkan tehnik manajemen stres pada anak dan manajemen penanganan enuresis pada anak sekolah.

REFERENSI

- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2005). *Fundamental Nursing : Concept, Proses and Practice*. Sixth edition. St. Louis : Mosby Year Book.
- Hidayat, A, (2012). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak*. Jakarta : Salemba Medika.
- Fitricilia, M. Umboh, A. Kaunang D. 2013. Hubungan Enuresis dengan Infeksi Kemih pada Anak Usia 6-8 Tahun di SD Negeri Malalayang. *Jurnal E-Biomedik (eBM)*. 1(1). 461-465.
- Elvira, N. 2015. Efektifitas Terapi Akupresur terhadap Frekuensi Enuresis pada Anak Usia Prasekolah di Kota Pontianak.
- Wong, D.L., Eaton, M.H., Wilson, David., Marilyn,L., Winkelstein., & Schwartz, Patricia. (2008). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik Edisi 6 volume 1 (Editor : Egi Komara Yudha)*. Jakarta : EGC.
- Setiowati, E.A. (2012). Studi Kasus: Dampak Psikososial Enuresis Pada Remaja Putri. *Proyeksi*, Vol. 7 (1) 2012, 99-108. ISSN : 1907-8455.
- Fatmawati, L & Maryam. (2013). Hubungan Stres dengan Enuresis pada Anak Usia Prasekolah di RA. AI Iman Desa Banaran Gunung Pati Semarang. *Jurnal Keperawatan Anak*, 1(1), 24-29.
- APA. (2000). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (4th ed. Text Revision)*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Smith, P. 2006. *The Complete Bedwetting Book*. Knoxville: PottyMD LL.
- Kurniawati, F. (2008). *Enuresis*. Buletin Penelitian RSU Dr. Soetomo. 89-85.
- White, B.P. (2014). The Perceived Stress Scale for Children: A Pilot Study in a Sample of 153 Children. *International Journal of Pediatrics and Child Health*. Vol 2. No. 1. E-ISSN: 2311-8687/14.
- Jannah, N.I. (2016). Gambaran Tingkat Stres Pada Anak Usia Sekolah Dengan Hospitalisasi RI RSUD Labuang Baji. *Skripsi*. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Keperawatan Universitas Islam Negeri Alauddin Makasar.
- Adawiyah, R., Adiguna, L.A. (2016). Hubungan Kesiapan Psikologis Dengan Enuresis Pada Anak. *Jurnal Sangkareang Mataram*. ISSN 2355-9292. Vol 2 No. 1.
- Sugini. 2010. Modifikasi Perilaku dengan Pemberian Alarm pada Perilaku Enuresis Siswa Tunanetra di Dalam Kelas. *Jurnal ilmiah Pasca Sarjana UPI*.
- Mota,D. 2008. Toilet Training : Methods, Parental Expectations And Associated Dysfunctions. *Jornal de Pediatria*. Vol. 84, No. 1.

16. Janah, H., Livana, PH., Hermanto. (2017). Pengaruh *toilet training* terhadap tingkat kognitif Orang tua dan frekuensi *enuresis* pada anak Usia prasekolah di pematang. Jurnal SMART Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Karya Husada Semarang. VOL.4 NO.1 JUNI. ISSN: 2503-0388.
17. Aziz, Abdul. 1975. *Pokok-Pokok Kesehatan Mental Jilid 2*. Jakarta: Bulan Bintang.
18. Wiramihasdja, Sutardja. 2005. *Pengantar Psikologi Abnormal*. Bandung: Refika Ditama.
19. Lepor H, 2005. Managing and Preventing Acute Urinary Retention. Journal Urology VOL. SUPPL. 8 2005 REVIEWS IN UROLOGY. Department of Urology, New York University School of Medicine, New York, NY.