PENGARUH TERAPI AKUPRESUR TERHADAP FREKUENSI ENURESIS PADA ANAK USIA PRASEKOLAH (3-6 TAHUN)

Nursinta¹⁾, Erlisa Candrawati²⁾, Nia Lukita Ariani³⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

^{2), 3)} Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

E-mail : nursinta007@gmail.com

ABSTRAK

Masa usia prasekolah merupakan periode berlangsungnya pertumbuhan dan perkembangan. Salah satu bentuk gangguan tumbuh kembang pada anak usia prasekolah adalah *enuresis* (mengompol) disebabkan oleh genetik atau masalah psikologi. Terapi akupresur merupakan tindakan penekanan pada bagian tertentu untuk memperbaiki jaringan tubuh, memperbaiki fungsi ginjal dan meningkatkan fungsi otot detrusor pada kandung kemih sehingga menurunkan frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun). Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Desain penelitian menggunakan *pre eksperimental* dengan rancangan *one pretest posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 32 anak usia prasekolah (3-6 tahun) dengan penentuan menggunakan *cluster random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa lembar observasi. Metode analisa data yang di gunakan yaitu *wilcoxon*. Hasil penelitian membuktikan sebelum diberikan terapi akupresur sebagian besar responden sering mengalami frekuensi *enuresis* dan setelah diberikan terapi akupresur responden mengalami frekuensi tidak pernah *enuresis*. Hasil *wilcoxon* didapatkan *p value* = $(0,000) < (0,050)$ sehingga H_1 gagal tolak, artinya ada pengaruh terapi akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan ibu memberikan terapi akupresur kepada anak usia 3-6 tahun dengan menekan 6 titik yaitu titik shenmen, qihai, quanyuan, taixi, sanyinjiao dan shenshu sebelum tidur malam sehingga tidak mengalami kejadian *enuresis*.

Kata Kunci : Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun); frekuensi enuresis; terapi akupresur

EFFECT OF ACUPRESSURE THERAPY ON ENURESIS FREQUENCY PRESCHOOL-AGED CHILDREN (3-6 YEARS)

ABSTRACT

Preschool age is the period of growth and development. One of growth and development disorders in preschoolers is enuresis (bedwetting) caused by genetics or psychological problems. Acupressure therapy is an act of suppressing certain parts to repair body tissue, improves kidney function and improves the function of detrusor muscles in the bladder to reduce the frequency of enuresis in preschooler age (3-6 years). The aim of the study was to determine the effect of acupressure therapy on enuresis frequency preschooler age (3-6 years) in Gasek Wetan Jabung, Malang. The research design used pre experimental design with one pretest posttest design. The study sample consisted of 32 preschoolers (3-6 years) determined by using cluster random sampling. Data collection techniques user the observation sheets. Data analysis method used was wilcoxon. The results of the study proved that before being given acupressure therapy most respondents often experienced the frequency of enuresis and after being given acupressure therapy respondents experienced a frequency of never enuresis. The results of wilcoxon showed p value = (0,000) <(0,050) so there was an effect of acupressure therapy on euresisn frequency preschooler age (3-6 years) in Gasek Wetan Jabung Malang. Based on the research results are expected to mothers giving acupressure therapy preschooler age 3-6 years by pressing 6 point is the point shenmen, qihai, quanyuan, taixi, shenshu sanyinjiao and before bed at night so did not experience events enuresis.

Keywords : *Preschool-aged children (3-6 years); frequency of enuresis; acupressure therapy.*

PENDAHULUAN

Masa usia prasekolah merupakan periode berlangsungnya pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat (Muscari, 2005). *enuresis* atau mengompol merupakan gangguan tumbuh kembang pada anak usia prasekolah. *Enuresis* yaitu pengeluaran urin yang tidak disadari dan sering dijumpai pada

anak berusia di atas tiga tahun dimana seharusnya pada usia empat tahun, otak dan otot-otot kandung kemih (Hidayat, 2005).

Berbagai etiologi *enuresis* pada anak antara lain faktor genetik, hormonal, anatomi, konstipasi, infeksi saluran kencing, problem psikologis, kecilnya kapasitas kandung kemih, gangguan tidur, keterlambatan perkembangan, dan

imaturitas fungsi sistem saraf pusat. Soetjningsih (2015) menjelaskan pada usia prasekolah masih ditemukan anak-anak yang mengalami *enuresis* (mengompol). Anak laki-laki biasanya lebih lambat mengontrol buang air kecil daripada anak perempuan (Potter dan Perry, 2005).

Enuresis memiliki beberapa dampak permasalahan baik klinis maupun psikologis. Dampak *enuresis* pada anak usia prasekolah secara klinis seperti infeksi saluran kencing, kencing manis, susah buang air besar dan alergi (Meadow dan Simon, 2003). Dampak *enuresis* terhadap perkembangan antara lain anak akan merasa rendah diri, tidak percaya diri, atau lebih agresif (Windiani, 2008). Dampak psikologis yang ditimbulkan akibat *enuresis* yaitu dapat mengganggu kehidupan anak usia prasekolah yang mempengaruhi kualitas hidup anak saat dewasa karena biasanya anak menjadi malu dan takut berhubungan sosial dengan temannya (Fatmawati, 2013).

Prevalensi *enuresis* bervariasi sesuai dengan usia anak dan dilaporkan cukup tinggi. Solanski (2014) menjelaskan bahwa prevalensi *enuresis* lebih besar pada anak usia 5-6 tahun yaitu sebesar 34,4% dari 140 anak di desa Gujarat India. Penelitian Windiani (2008) melaporkan bahwa prevalensi *enuresis* sebesar 10,9% pada anak-anak TK di Kotamadya Bali. Fatmawati dan Mariyam (2013) juga menyebutkan bahwa prevalensi *enuresis* sebesar 31% dari 67 anak prasekolah di atas usia 5 tahun di RA Al Iman Desa Banaran Gunung Pati

Semarang, sedangkan Fitriolita (2014) menyebutkan bahwa kejadian mengompol pada anak usia 5-6 tahun yaitu dari 42,2% di TK Pertiwi V dan PAUD Cempaka Putih Padang.

Salah satu metode penyembuhan terapi pada anak *enuresis* yaitu akupresur. Akupresur merupakan ilmu pengobatan yang berasal dari Cina, dengan teknik penyembuhan dengan menekan, memijat bagian dari titik tertentu pada tubuh untuk mengaktifkan peredaran energi vital (Hartono, 2012). Di Indonesia, terapi akupresur masih belum banyak mendapatkan perhatian terutama di bidang akademis. Terapi akupresur juga telah memiliki panduan lengkap atau standar operasional prosedur untuk melakukan tindakannya. Terapi akupresur berfungsi untuk memperbaiki fungsi ginjal dan meningkatkan fungsi otot detrusor pada kandung kemih. Terapi akupresur dapat merangsang keluarnya hormon endorphin yang dapat menimbulkan rasa bahagia dan ketenangan, sehingga pada anak usia prasekolah terapi akupresur dapat membantu menurunkan frekuensi *enuresis* (Lestari, 2013). Terapi akupresur memiliki beberapa kelebihan seperti mudah untuk dilakukan, efisien, tidak membahayakan untuk diaplikasikan, dan tidak menimbulkan efek samping (Elvira, 2015)

Studi pendahuluan telah dilakukan pada tanggal 17 Mei 2018 di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Peneliti mendapatkan 32 dari 63 anak yang mengalami *enuresis*. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh terapi

akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian menggunakan *pre eksperimental* dengan rancangan *one pretest posttest design*. Sampel penelitian sebanyak 32 anak usia prasekolah (3-6 tahun) dengan penentuan menggunakan *cluster random sampling* dengan kriteria inklusi yaitu anak yang mengalami *enuresis*, anak yang bertempat tinggal di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang, anak usia prasekolah (3-6 tahun) dan anak yang bersedia menjadi responden selama bulan juli 2018. Penelitian ini dilakuakn sebanyak 3 kali perlakuan pemijatan pada titik 6 yaitu titik shenmen, qihai, guanyuan, taixi, shenshu dan sanyijiao sehingga menurunkan frekuensi *enuresis*. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen berupa lembar observasi. Metode analisa data yang di gunakan yaitu uji *wilcoxon*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan sebagian besar 62,5% yaitu 20 responden berjenis kelamin perempuan dan didapatkan setengahnya 50,0% yaitu 16 responden berumur 3 tahun.

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin dan umur di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang Tahun 2018

Variabel	Kategori	<i>f</i>	(%)
Jenis Kelamin	Laki-laki	12	37,5
	Perempuan	20	62,5
	Total	32	100
Umur	3 tahun	16	50,0
	4 tahun	11	34,4
	5 tahun	5	15,6
	Total	32	100

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan frekuensi *enuresis* sebelum diberikan terapi akupresur sebagian besar 68,8% yaitu 22 responden mengalami frekuensi sering *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) dan setelah diberikan terapi akupresur sebagian besar 71,9% yaitu 23 responden mengalami frekuensi tidak pernah *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang.

Tabel 2. Karakteristik frekuensi *enuresis* sebelum dan setelah diberikan terapi akupresur pada anak usia prasekolah (3-6 Tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang Tahun 2018

Frekuensi <i>Enuresis</i>	<i>Pre Test</i>		<i>Post Test</i>	
	<i>f</i>	(%)	<i>f</i>	(%)
Tidak pernah	0	0,0	23	71,9
Jarang	10	31,2	6	18,8
Sering	22	68,8	3	9,4
Total	32	100	32	100

Berdasarkan Tabel 3 di dapatkan diketahui sebelum terapi akupresur didapatkan nilai *median* sebesar 2 artinya responden mengalami *enuresis* dengan

frekuensi sering dan setelah terapi akupresur didapatkan nilai *median* sebesar 0 artinya responden mengalami tidak pernah *enuresis*.

Tabel 3. Analisis pengaruh terapi akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 Tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang Tahun 2018

Frekuensi <i>Enuresis</i>	Median (Min-Max)	Nilai p
Sebelum Terapi Akupresur (n = 32)	2 (1-3)	0,000
Setelah Terapi Akupresur (n = 32)	0 (0-2)	

Penelitian ini menggunakan uji *wilcoxon* untuk menentukan pengaruh terapi akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang, pengambilan keputusan data dilihat dari tingkat signifikansi (α) kurang dari 0,05. Hasil uji *wilcoxon* didapatkan $p\ value = (0,000) < (0,050)$ sehingga H_1 diterima, artinya ada pengaruh terapi akupresur terhadap frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Hasil penelitian menunjukkan diketahui sebelum terapi akupresur didapatkan nilai *median* sebesar 2 artinya responden mengalami frekuensi sering *enuresis* dan setelah terapi akupresur didapatkan nilai *median* sebesar 0 artinya responden mengalami frekuensi tidak pernah *enuresis*.

Frekuensi *Enuresis* Sebelum Diberikan Terapi Akupresur Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun)

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa frekuensi *enuresis* sebelum diberikan terapi akupresur tergolong mengalami sering *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Responden yang mengalami frekuensi sering *enuresis* disebabkan tidak buang air kecil sebelum tidur, sehingga pada saat malam hari anak tidak bisa menahan kencing apabila kandung kemih penuh, terdapat kegagalan dalam *toilet training* dan kurangnya pengetahuan tentang *toilet learning* pada ibu.

Responden yang tergolong sering mengalami *enuresis* diketahui dalam beberapa hari yaitu sebanyak 2 – 3 kali. Faktor genetik seperti terdapat genetik dari orang tua yang menderita *enuresis* atau susah menahan air kecil saat malam hari. Suwardi (2000), menemukan sekitar 70% keluarga dengan anak *enuresis* salah satu atau lebih anggota keluarga lainnya juga menderita *enuresis*. Faktor psikologis seperti anak mengalami stres sehingga sulit menahan kencing sewaktu tidur malam. Faktor pola tidur seperti anak tidur nyenyak sehingga tidak bangun dalam menanggapi sensasi kandung kemih penuh. Faktor tidak adanya informasi tentang cara pengendalian *enuresis* seperti membiasakan kencing sebelum tidur malam. Faktor kapasitas kandung kemih yang belum mengalami pelebaran. Anak yang mengalami kesulitan menahan kencing berhubungan erat dengan

hambatan perkembangan fungsional kandung kemih yang dapat disebabkan oleh kelainan lokal atau masalah psikologi dimana anak malu mengungkapkan keinginannya untuk *enuresis* (Suwardi, 2000).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya perubahan sering mengalami *enuresis* menjadi tidak pernah *enuresis*. Kejadian sering mengalami *enuresis* banyak terjadi pada perempuan dan berbanding kebalik sama penelitian lainnya. Kejadian *enuresis* lebih besar pada anak laki-laki yaitu 60% dan anak perempuan 40% (Kurniawati, dkk., 2008 dalam Fitricilia, dkk., 2013). Penelitian pada 10.960 anak di Amerika, prevalensi *enuresis* pada anak laki-laki yang berusia 7 dan 10 tahun adalah 9% dan 7%, sedangkan pada anak perempuan yang berusia 7 dan 10 tahun adalah 6% dan 3% (Lane & Robson, 2009 dalam Fitricilia, dkk., 2013). Statistik menunjukkan, 25% anak *enuresis* pada usia 5 tahun akan menurun menjadi 5% pada usia sampai 10 tahun dan tinggal 2% pada usia 10-15 tahun (Kurniawati, dkk., 2008 dalam Fitricilia, dkk., 2013). 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 (Medicastore, 2008 dalam Elvira, 2015). Kejadian sering mengalami *enuresis* yang banyak terjadi pada perempuan disebabkan oleh faktor genetik dan masalah psikologi dimana anak malu

mengungkapkan keinginannya untuk *enuresis*.

Frekuensi *Enuresis* Setelah Diberikan Terapi Akupresur Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun)

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan frekuensi *enuresis* setelah diberikan terapi akupresur digolongkan tidak pernah mengalami *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Anak yang tidak mengalami kejadian *enuresis* karena diberikan terapi akupresur sehingga mengaktifkan peredaran energi vital dan memberi kemampuan anak menahan kencing apabila kandung kemih penuh.

Responden yang mengalami frekuensi tidak pernah *enuresis* karena diberikan terapi akupresur selama 3 hari perlakuan seperti melakukan pemijatan pada titik 6 yaitu titik shenmen, qihai, guanyuan, taixi, sanyinjiao dan shenshu sehingga menurunkan frekuensi *enuresis*. Faktor penyebab anak mengalami frekuensi tidak pernah *enuresis* juga didukung oleh adanya informasi yang diberikan peneliti kepada anak untuk buang air kecil sebelum tidur.

Hasil penelitian membuktikan bahwa pemberian terapi akupresur mampu menurunkan frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun). Fungsi terapi akupresur adalah memperbaiki jaringan tubuh dan otot, dan pada kasus *enuresis* akupresur difungsikan untuk memperbaiki fungsi ginjal dan meningkatkan fungsi otot detrusor pada kandung kemih (Ikhsan, 2017). Terapi akupresur mudah

untuk dilakukan oleh orang tua anak, efisien, tidak berbahaya dan tidak menimbulkan efek samping pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) (Elvira, 2015).

Pengaruh Terapi Akupresur Terhadap Frekuensi Enuresis Pada Anak Usia Prasekolah (3-6 Tahun)

Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan frekuensi *enuresis* setelah diberikan terapi akupresur secara signifikan pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang. Penurunan kejadian *enuresis* disebabkan oleh pemberian terapi akupresur sehari sekali selama 3 hari perlakuan, serta anak secara rutin sebelum tidur malam buang air kecil sesuai informasi yang disampaikan oleh peneliti. Tindakan kejadian *enuresis* perlu didukung oleh peran ibu dalam melakukan terapi akupresur pada anak dan mengingatkan anak untuk buang air kecil sebelum tidur (Riyadi dan Sukarmin, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian dapat dipahami bahwa pemberian terapi akupresur sehari sekali selama 3 hari perlakuan mampu menurunkan frekuensi *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun). Terapi akupresur dilakukan penekanan pada titik shenmen terletak tepat pada lekukan pergelangan tangan lurus jari kelingking yang bertujuan untuk menenangkan pikiran, titik qihai terletak 2 jari di bawah pusar yang bertujuan meningkatkan fungsi otot detrusor pada kandung kemih, titik guanyuan terletak 4 jari dibawah pusar yang bertujuan untuk

menurunkan rasa nyeri, titik sanyinjiao terletak 4 jari di mata kaki bagian dalam yang bertujuan untuk menurunkan nyeri, titik taixi terletak dibekang mata kaki bagian belakang yang bertujuan untuk menciptakan rasa nyaman dan meningkatkan fungsi otot detrusor pada kandung kemih dan titik shenshu terletak antara ruas tulang punggung bagian pinggang ke II dengan ke III ke samping 2 jari kanan dan kiri (Ikhasn, 2017). Enam titik tersebut dapat meningkat endorpin, menciptakan ketenangan yang mampu menurunkan frekuensi enuresis pada anak usia prasekolah (3-6 tahun). Teknik pengobatan akupresur bertujuan untuk membangun kembali sel-sel dalam tubuh yang melemah serta mampu membuat sistem pertahanan dan meregenerasi sel tubuh (Fengge, 2012).

Hasil penelitian ini sepaham dengan penelitian yang dilakukan oleh Elvira (2015), membuktikan bahwa pemberian terapi akupresur efektif untuk menurunkan frekuensi enuresis pada anak usia prasekolah. Menurut Suwardi (2000), penurunan enuresis pada anak sekolah dengan cara *non farmakologi* yaitu terapi akupresur. Orang tua berperan penting dalam memberikan terapi akupresur pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) secara rutin sebelum tidur malam.

KESIMPULAN

- 1) Sebelum diberikan terapi akupresur sebagian besar responden mengalami *enuresis* dengan frekuensi sering pada

- anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang.
- 2) Setelah diberikan terapi akupresur sebagian besar responden tidak mengalami *enuresis* pada anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang.
 - 3) Ada pengaruh terapi akupresur secara signifikan terhadap frekuensi *enuresis* pada *enuresis* berupa penurunan frekuensi anak usia prasekolah (3-6 tahun) di Dusun Gasek Wetan Jabung Malang.

SARAN

Bagi peneliti selanjutnya melakukan terapi akupresur lebih dari 3 kali perlakuan sehingga tidak didapatkan anak usia prasekolah (3-6 tahun) yang mengalami *enuresis* dan melibatkan kelompok kontrol sebagai perbandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Elvira, N. 2015. Efektifitas Terapi Akupresur Terhadap Frekuensi Enuresis pada Anak Usia Prasekolah di Kota Pontianak. *Jurnal Proners* 3 (1).<http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/view/10531> Diakses tanggal 05 Maret 2018.
- Fatmawati, L & Mariyam. 2013. Hubungan Stres dengan Enuresis pada Anak Usia Prasekolah di RA Al Iman Desa Banaran Gunung Pati Semarang. *Jurnal Keperawatan Anak*. 1 (1).
<https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/902>. Diakses tanggal 15 maret 2018.
- Fengge, A. 2012. *Terapi Akupresur Manfaat Dan Pengobatan*. Yogyakarta: Crop Circle Corp.
- Fitriolita, T. 2014. Hubungan Toilet Training dengan Kejadian Enuresis pada Anak di TK Pertiwi V dan PAUD Cempaka Putih Padang Tahun 2014. *Skripsi Fakultas Keperawatan Unand*.
<http://scholar.unand.ac.id/14185/>. Diakses 28 Januari 2018.
- Hartono dkk. 2012. *Akupresur Untuk Berbagai Penyakit*. Yogyakarta : Rapha Publishing.
- Hidayat, A.2005. *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak 1*. Jakarta : Salemba Medika.
- Ikhan N. M. 2017. *Dasar Akupresur dan Moksibusi*. Cimahi: Bhimaristan Publishing.
- Lestari, P. 2013. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Toilet Training dengan Perilaku Ibu Dalam Penggunaan Diapers pada Anak Usia Toddlers (1-3 tahun) di Kelurahan Putat Purwodadi. *Jurnal STIKES Telogorejo Semarang*.
<http://ejr.stikestelogorejosemarang.ac.id/index.php/jikk/article/view/237> Diakses tanggal 3 maret 2018.
- Muscari, M. 2005. *Keperawatan Pediatrik Edisi 3*. Alih bahasa Alfrina. Jakarta : EGC.

- Riyadi, Sujono & Sukarmin, 2009, Asuhan Keperawatan Pada Anak, Edisi 1, Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Setiadi, 2007. Konsep dan penulisan riset keperawatan. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Soetjningsih, G. R. 2015. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta : EGC.
- Solanski, A & Desai, S. G. 2014. Prevalence and Risk Factors of Nocturnal Enuresis Among School Age Children in Rural Areas. *International Journal of Research in Medical Sciences*. 2 (1). <http://msjonline.org/index.php/ijrms/article/view/2103> Diakses tanggal 6 Maret 2018.
- Suwardi, S. S. 2000. *Enuresis pada anak sekolah*. Jakarta : EGC.