



# Token Ekonomi Untuk Mengatasi Enuresis Non Organik Pada Anak

Kholidatul Husna <sup>(1)</sup>, IGAA Noviekayati <sup>(2)</sup>

<sup>1</sup> Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

<sup>2</sup> Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya, Indonesia

Email: <sup>1</sup> [kholidahusna2021@gmail.com](mailto:kholidahusna2021@gmail.com), <sup>2</sup> [ekayatinovi@gmail.com](mailto:ekayatinovi@gmail.com)

---

## Abstract

Enuresis is bed wetting behavior experienced by individuals who have gone through the developmental age of toilet training. This condition makes individuals and those around them experience problems in dealing with enuresis. The behavioral approach is an approach used to change maladaptive behavior into adaptive behavior. This approach is an effective therapy for children to carry out agreed behaviors to obtain the expected behavior. The token economy is a behavioral approach to giving tokens (signs) that focuses on modifying behavior to increase expected behavior and reduce unexpected behavior. Obtained tokens are collected in an agreed upon amount to be exchanged for prizes. Children with enuretic behavior can modify behavior using token economy techniques to anticipate enuretic behavior. The results of this study explain that the token economy can help overcome non-organic enuresis in children. Children are able to make changes in behavior according to the contract that has been planned together to avoid enuresis (wetting the bed).

**Keywords :** *Token Economy, Non-Organic Enuresis, Children*

---

## Abstrak

Enuresis adalah perilaku mengompol yang dialami oleh individu yang telah melalui perkembangan usia *toilet training*. Kondisi ini membuat individu maupun orang yang disekitarnya mengalami permasalahan dalam mengatasi enuresis. Pendekatan perilaku merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengubah perilaku maladaptif menjadi perilaku adaptif. Pendekatan ini merupakan salah satu terapi yang efektif untuk anak untuk melakukan perilaku yang telah disepakati untuk memperoleh perilaku yang diharapkan. Token ekonomi merupakan salah satu pendekatan perilaku pemberian token (tanda) yang berfokus pada upaya memodifikasi perilaku untuk meningkatkan perilaku yang diharapkan serta mengurangi perilaku yang tidak diharapkan. Token yang diperoleh dikumpulkan dalam jumlah yang telah disepakati untuk ditukarkan dengan *reward*. Anak dengan perilaku enuresis dapat melakukan modifikasi perilaku menggunakan teknik token ekonomi untuk mengantisipasi perilaku enuresis. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa token ekonomi mampu membantu mengatasi enuresis non organik pada anak. Anak mampu melakukan perubahan perilaku sesuai kontrak yang telah direncanakan bersama untuk menghindari enuresis (perilaku mengompol).

**Kata Kunci :** *Token Ekonomi, Enuresis Non Organik, Anak*

---

## Pendahuluan

Enuresis telah menjadi permasalahan yang cukup banyak terjadi. Penelitian medis yang dimulai tahun 1500-an meneliti permasalahan yang berkaitan dengan perilaku mengompol pada saat tidur. Pada umumnya ketika anak masih berusia kurang dari 4 tahun, orang tua tidak merasa khawatir dan tidak berupaya memperoleh bantuan untuk mengatasi perilaku mengompol. Pada saat anak berusia 5 tahun orang tua akan mulai mencari informasi terkait penanganan perilaku mengompol dapat disembuhkan dan mulai khawatir anak mengalami kesalahan. Pada usia ini, anak akan cenderung memperhatikan teman sebayanya yang tidak mengompol sehingga berpotensi anak akan memiliki kekhawatiran orang lain bisa mengetahui perilaku mengompolnya. Selain itu, orang tua berpotensi khawatir terhadap pakaian dan tempat tidur yang terus berganti.

Anak juga akan cenderung khawatir mengikuti kegiatan berkemah karena perilaku mengompolnya. Remaja yang mengompol menjadi sangat cemas karena khawatir ketahuan mengompol atau mereka takut tidak akan pernah mengatasi masalah tersebut (Smith, 2006).

Enuresis merupakan kebiasaan mengompol pada individu yang telah melalui perkembangan usia *toilet training*. Survey Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) nasional di Indonesia memperkirakan sebanyak 75 juta balita mampu mengontrol buang air besar dan buang air kecil di usia pra sekolah, sekitar 30% anak berusia 4 tahun dan 10% anak berusia 6 tahun masih mengalami enuresis pada malam hari karena masih takut pergi ke kamar mandi. Kejadian mengompol juga masih ditemukan pada anak berusia 10 sekitar 7% dan hanya sebanyak 1% anak 15 tahun yang masih mengompol (Permatasari dkk, 2018).

Berdasarkan PPDGJ III, diagnosis Enuresis dapat diberikan dengan kriteria berikut : 1) Suatu gangguan yang ditandai oleh buang air seni tanpa kehendak, pada siang dan/ atau malam hari, yang tidak sesuai dengan usia mental anak, dan bukan akibat dari kurangnya pengendalian kandung kemih akibat gangguan neurologis, serangan epilepsi atau kelainan struktural pada saluran kemih, 2) Tidak terdapat garis pemisah yang tegas antara gangguan enuresis dan variasi normal seorang anak berhasil mencapai kemampuan pengendalian kandung kemihnya. Namun demikian enuresis tidak lazim didiagnosis terhadap anak di bawah 5 tahun atau dengan usia mental kurang dari 4 tahun, 3) Bila enuresis ini berhubungan dengan suatu (pelbagai) gangguan emosional atau perilaku yang lazim merupakan diagnosis utamanya, hanya bila terjadi sedikitnya beberapa kali dalam seminggu dan bila gejala lainnya menunjuk kaitan temporal dengan enuresis itu (enuresis non-organik sekunder), 4) Enuresis ada kalanya timbul bersamaan dengan enkopresis dalam hal ini diagnosis enkopresis yang diutamakan.

Enuresis atau mengompol dapat menimbulkan permasalahan bagi orang tua, anak maupun keluarga dan tenaga profesional yang membantu mengintervensi kondisi anak. Anak yang mengalami enuresis, dapat mempengaruhi kondisinya, seperti timbulnya perasaan kurang percaya diri, merusak pergaulan yang semuanya dapat mempengaruhi terhadap perkembangan sosial anak. Bagi orang tua dan keluarga, gejala ini dapat menimbulkan frustrasi dan kecemasan (Suwardi, dalam Fatmawati & Maryam, 2013).

Pendekatan perilaku merupakan pendekatan yang digunakan untuk mengubah perilaku maladaptive menjadi perilaku adaptif. Pendekatan ini merupakan salah satu terapi yang efektif untuk anak untuk melakukan perilaku yang telah disepakati untuk memperoleh perilaku yang diharapkan. Salah satu teknik terapi perilaku adalah token economy. Erford (2016) menjelaskan bahwa token ekonomi merupakan suatu bentuk *reinforcement positif* yang dalam prosesnya seorang siswa menerima suatu token ketika mereka memperlihatkan perilaku yang diinginkan. Pelaksanaan token ekonomi menggunakan *reward* sebagai penguatan perilaku anak. *Reward* diharapkan dapat membuat individu memiliki motivasi untuk melakukan perilaku yang telah disepakati. Token ekonomi merupakan suatu wujud modifikasi perilaku yang dirancang untuk meningkatkan perilaku

yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diinginkan dengan pemberian token (tanda). Token yang diterima diakumulasikan dalam jumlah tertentu untuk kemudian ditukarkan dengan *reward*. Anak dengan perilaku enuresis dapat melakukan modifikasi perilaku menggunakan teknik token ekonomi untuk mengantisipasi perilaku enuresis. Anak diharapkan mampu memahami tujuan dari perubahan perilaku ini serta mampu membuat kesepakatan terkait *reward* untuk mempertahankan dan memotivasi anak melakukan perilaku pencegahan enuresis. Dari penjelasan diatas, peneliti bertujuan untuk mengetahui bagaimana efektifitas token ekonomi untuk mengatasi enuresis non organik pada anak.

### Metode

Pada penelitian ini, metode yang digunakan menggunakan desain penelitian studi kasus menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini menggunakan subjek anak dengan kriteria enuresis non organik berdasarkan kriteria PPDGJ III. Assesmen yang dilakukan menggunakan observasi, wawancara dan pemberian alat tes psikologi. Assesmen dilakukan untuk memahami kondisi subjek serta menentukan jenis intervensi yang sesuai dengan kondisi subjek. Teknik token ekonomi merupakan bentuk modifikasi perilaku dengan metode pemberian token (tanda) yang bertujuan untuk meningkatkan perilaku yang diharapkan dan mengurangi perilaku yang tidak diharapkan. Token yang diperoleh dikumpulkan dalam jumlah yang telah disepakati untuk ditukarkan dengan *reward*.

Adapun rancangan token ekonomi sebagai berikut :

- 1) Persiapan  
Menentukan target perilaku, *reward*, penjelasan berapa token yang perlu dikumpulkan untuk menerima *reward*
- 2) Membuat Kontrak antara anak dan orang tua  
Peneliti menjelaskan peraturan kepada anak dan orang tua, menentukan lama program intervensi (14 hari), menentukan jumlah token yang harus dikumpulkan untuk mendapatkan *reward*, menentukan perilaku yang harus dirubah untuk mengurangi enuresis
- 3) Evaluasi  
Evaluasi dilakukan pada hari ke-5 dan melihat progress dari token ekonomi

### Hasil dan Pembahasan

Adapun indikator perilaku yang dimunculkan subjek untuk menghindari perilaku mengompol antara lain :

- 1) Waktu yang diberikan untuk mengumpulkan tanda tangan selama 14 hari
- 2) Dalam waktu 14 hari, subjek harus mengumpulkan 25 token (tanda tangan) dari ibu untuk mendapatkan *reward*
- 3) Perilaku yang dilakukan untuk mendapatkan token (tanda tangan)
  - a. 1 centang ketika berhenti minum 2 jam sebelum tidur
  - b. 1 centang ketika melakukan BAK di kamar mandi
  - c. 1 centang ketika berhasil tidak mengompol

Tabel 1. Tabel monitoring pelaksanaan intervensi

Indikator Perilaku	Selasa 7/9/2021	Rabu 8/9/2021	Kamis 9/9/2021	Jumat 10/9/2021	Sabtu 11/9/2021	Minggu 12/9/2021	Senin 13/9/2021
Mengurangi minum	✓	✓	✓	✓	✓	✓	X
BAK di kamar mandi sebelum tidur	✓	X	✓	X	✓	X	✓
Tidak Mengompol	X	✓	✓	X	✓	✓	✓

Indikator Perilaku	Selasa 14/9/2021	Rabu 15/9/2021	Kamis 16/9/2021	Jumat 17/9/2021	Sabtu 18/9/2021	Minggu 19/9/2021	Senin 20/9/2021
Mengurangi minum		X	✓	✓	✓	✓	✓
BAK di kamar mandi sebelum tidur	✓	X	✓	X	✓	✓	✓
Tidak Mengompol	✓	X	✓	X	✓	✓	✓

Setelah mendapatkan intervensi selama 14 hari, perubahan yang tampak pada diri subjek antara lain :

Tabel 2. Tabel hasil intervensi

NO	KEGIATAN	INTERVENSI		TINGKAT KEBERHASILAN	
		SEBELUM	SESUDAH	BERHASIL	GAGAL
1	Melakukan kegiatan sesuai kontrak untuk menghindari perilaku mengompol	Klien dapat minum sebelum tidur dan tidak melakukan BAK sebelum tidur	Klien menghindari minum sebelum tidur dan melakukan BAK sebelum tidur		

### Simpulan

Enuresis merupakan perilaku mengompol tanpa kehendak, yang dialami oleh individu dengan usia lebih dari 5 tahun bukan disebabkan kondisi medis pada saluran kemih. Enuresis dapat menjadi permasalahan bagi anak, orang tua serta keluarga sehingga kondisi ini perlu diatasi menyesuaikan kondisi anak dan kondisi orang tua. Token ekonomi merupakan salah satu teknik terapi yang mampu membantu subjek untuk

memodifikasi perilaku pemberian token (tanda) yang dirancang untuk meningkatkan perilaku yang diharapkan dan mengurangi perilaku yang tidak diharapkan. Token yang diterima dikumpulkan dalam jumlah yang telah disepakati untuk ditukarkan dengan *reward*. Anak dengan perilaku enuresis dapat melakukan modifikasi perilaku menggunakan teknik token ekonomi untuk mengantisipasi perilaku enuresis. Anak diharapkan mampu memahami tujuan dari perubahan perilaku ini serta mampu membuat kesepakatan terkait *reward* untuk mempertahankan dan memotivasi anak melakukan perilaku pencegahan enuresis. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut, kesimpulan yang bisa diperoleh adalah token ekonomi efektif dalam mengatasi enuresis non organik pada anak. Subjek dapat melakukan perubahan perilaku sesuai dengan kesepakatan untuk mengurangi enuresis yang dialaminya. Subjek akan mendapatkan token apabila telah melakukan perilaku yang diharapkan serta menentukan *reward* apabila token telah terkumpul sesuai perjanjian. *Reward* diberikan untuk membantu subjek memotivasi dalam mempertahankan perilaku yang diharapkan. Hasil intervensi menunjukkan bahwa subjek telah berhasil melakukan perubahan perilaku untuk mengurangi intensitas enuresis (mengompol) yang dialami.

### Referensi

- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- Corey, Gerald. 2013. *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Terjemah E. Koswara. Bandung : Refika Aditama.
- Davidson, Gerald, dkk. 2010. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Rajawali Press.
- Erford, Bradley T. 2016. *40 Teknik yang Harus Diketahui Setiap Konselor: Edisi Kedua*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Fahrudin, A. 2010. *Panduan Terapi Psikososial Menggunakan Teknik Token Ekonomi di Panti Sosial*. Bandung: STKS Bandung.
- Fatmawati, L. & Maryam. 2013. *Hubungan Stress dengan Enuresis pada Anak Usia Prasekolah di RA Al Iman Desa Banaran Gunung Pati Semarang*. Jurnal Keperawatan Anak.
- Fitricilia, M., dkk. 2013. *Hubungan Enuresis dengan Infeksi Kemih pada Anak Usia 6-8 Tahun di SD Negeri Malalayang*. Jurnal E-Biomedik.
- Gunarsa, Singgih dan Yulia Singgih. 2008. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: Gunung Mulia.
- IDAI, 2009. *Pedoman Pelayanan Medis*. Ikatan Dokter Anak Indonesia.
- I.G.A.T, Windiani & Soetjningsih. 2008. *Prevalensi dan Faktor Resiko Enuresis pada Anak Taman Kanak-Kanak di Kotamadya Denpasar*. Sari Pediatri.
- Muscari, M.E. 2005. *Panduan Belajar Keperawatan Pediatric*. Jakarta : EGC.
- Muslim, Rusdi. 2013. *Diagnosis Gangguan Jiwa Ringkas PPGDJ-III dan DSM-V. Cetakan 2 – Bagian Ilmu Kedokteran Jiwa Fakultas Kedokteran Unika Atma Jaya*. Jakarta : PT Nuh Jaya.
- Permatasari, dkk. 2018. *Diagnosis dan Tatalaksanaan Enuresis Pediatri*. Lampung.
- Purwanto. 2015. *Evaluasi Hasil Belajar*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Smith J. David. 2006. *Inklusi Sekolah Ramah untuk Semua*. Bandung : Nuansa.
- Sobur, Alex. 2013. *Psikologi Umum*. Bandung : Pustaka Setia Bandung.