

# Dilema Penggunaan Popok Sekali Pakai Bagi Ibu Muda

Mutiara Ramadhona, S.Psi

Praktisi Psikologi  
mutiara.march@gmail.com

Menjadi orang tua adalah kebahagiaan sekaligus tantangan. Orang tua memiliki kewajiban berajar yang tidak pernah akan berhenti sepanjang hayat dalam memahami anak-anaknya. Anak-anak adalah prioritas utama dalam keluarga. Sebagai prioritas dalam keluarga, kenyamanan anak adalah bagian penting dalam salah satu proses pengasuhan anak.

Bagi ibu muda, baik ibu yang bekerja maupun ibu yang mengasuh anaknya sendiri, kehadiran alat-alat bantu pengasuhan anak sangatlah bermanfaat. Mulai dari penghangat ASI, *bouncer* atau kursi goyang anak, ataupun gendongan yang ergonomis, sangat membantu orang tua dalam pengasuhan anak. Selain itu, yang juga dinilai membantu adalah adanya popok sekali pakai atau biasa disebut diaper.

Popok sekali pakai ini dianggap membantu orang tua karena dapat memberikan kenyamanan pada anak, terutama anak balita. Popok sekali pakai dianggap tidak mengganggu aktivitas anak. Anak dapat bermain tanpa harus mengganti celana atau popok kain secara berulang-ulang. Anak juga lebih nyaman, terutama ketika tidur. Anak menjadi lebih nyenyak karena tidak harus bangun untuk berganti celana atau popok yang basah.

## Diaper / Popok Sekali Pakai

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, diaper (KBBI daring, 2019) adalah popok atau lampiran yang digunakan hanya sekali kemudian dibuang. Popok sekali pakai dapat juga diartikan sebagai alat berupa popok dengan daya serap tinggi untuk menampung sisa metabolisme, seperti air seni dan feses, yang terbuat dari plastik dan campuran bahan kimia lainnya (Norgitasari & Qurniawati, 2017).

Penggunaan popok sekali pakai kepada anak oleh orang tua, dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain pendidikan, pekerjaan, dan usia ibu (Tukhusnah & Kamariyah, 2013). Ibu dengan pendidikan yang tinggi dan pekerjaan yang menyita banyak waktu,

cenderung terbuka dalam penggunaan popok sekali pakai ini. Demikian juga ibu dengan usia yang muda lebih cenderung menggunakan popok sekali pakai, dibandingkan ibu dengan usia yang relatif lebih tua.

## Pro Kontra Penggunaan Popok Sekali Pakai

Penggunaan popok sekali pakai memang sedang menjadi pro kontra di kalangan ibu muda. Ada sebagian yang kemudian beralih ke *clodi* atau *clothing diapers*, ada yang sebagian beralih ke popok kain, namun ada juga sebagian ibu yang bertahan dengan popok sekali pakai.

Pada dasarnya, popok sekali pakai cukup praktis dan memberikan kemudahan penggunaan untuk anak yang masih belum dapat melakukan Buang Air Kecil (BAK) dan Buang Air Besar (BAB) sendiri. Popok ini memiliki teknologi yang mampu menyerap cairan sehingga tidak perlu sering diganti dan membuat bayi tetap kering serta nyaman (Adrian, n.d.). Popok sekali pakai dapat menjadi salah satu alternatif solusi yang efektif untuk penggunaan pada bayi atau balita.

Di sisi lain, ada beberapa hal yang perlu dicermati dalam pemakaian popok sekali pakai ini. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Tukhusnah & Kamariyah (2013), hampir separuh responden menggunakan popok sekali pakai pada anaknya dan rata-rata memiliki kesiapan *toilet training* yang kurang. Semakin tinggi frekuensi penggunaan popok sekali pakai, maka anak akan memiliki kesiapan *toilet training* yang cukup rendah. Hal ini juga dikonfirmasi oleh penelitian lainnya, yang menunjukkan hasil bahwa ada perbedaan kesiapan *toilet training* pada balita yang menggunakan popok sekali pakai dan yang tidak menggunakan (Azizah, 2007).

Kondisi di atas terjadi karena, secara psikologis, anak akan susah untuk mengontrol hasrat buang air. Mereka biasa melakukan BAK dan BAB di mana saja dan kapan saja, sehingga anak kurang peka ketika memasuki fase *toilet training*. Anak kurang peka dengan dirinya dan kontrol diri yang cenderung terlambat dibandingkan anak yang tidak menggantungkan dirinya pada popok siap pakai. Anak yang menggunakan popok sekali pakai juga cenderung lebih mudah mengalami [tantrum](#) (Norgitasari & Qurniawati, 2017).

Namun, tidak ada yang salah dalam penggunaan popok sekali pakai. Setiap Ibu berhak menentukan yang terbaik bagi anaknya. Penggunaan popok sekali pakai pasti memiliki efek negatif dan positifnya. Tergantung bagaimana ibu menyiasati penggunaan popok sekali pakai bagi anak, agar tetap berdampak positif dan meminimalisir efek negatif di kemudian hari.

## Daftar Pustaka

Adrian, Kevin. 2019. Popok Bayi Sekali Pakai VS Popok Kain. Diakses pada tanggal 17 Februari dari laman <https://www.alodokter.com/popok-bayi-sekali-pakai-vs-popok-kain>

Azizah, Ulfa. 2007. Perbedaan kesiapan toilet training pada toddler yang menggunakan popok sekali pakai dan tidak menggunakan popok sekali pakai di kelurahan pakuncen yogyakarta. Skripsi Fak. Ilmu Keperawatan: UGM.

KBBI. 2019. Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Kamus versi online/daring (dalam jaringan). Via <https://kbbi.web.id/diaper>. Diakses pada 5 Februari 2019.

Norgitasari, Selvia & Qurniawati, Eny. Pemakaian Diapers Terhadap Perilaku Tempertantrum Pada Anak Usia Toddler. GLOBAL HEALTH SCIENCE, Volume 2 Issue 2, Juni 2017 ISSN 2503-5088.

Tukhusnah, Mumillah & Kamariyah, Nurul. 2013. Penggunaan Diapers Memperlambat Kesiapan Toilet Training Pada Toddler. FIK Keperawatan : UNISA.

## Cara Pengutipan:

Ramadhona, Mutiara. 2019. *Dilema Penggunaan Popok Sekali Pakai Bagi Ibu Muda*. Buletin Jagaddhita Vol. 1, No. 1, Februari 2019. Diakses pada tanggal 23-03-2019 melalui laman <https://jagaddhita.org/dilema-penggunaan-popok-sekali-pakai-bagi-ibu-muda/>.