

PENGARUH SENAM KEGEL TERHADAP INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG MALANG

by Minarti Wini Sangga

Submission date: 06-May-2021 12:46AM (UTC-0500)

Submission ID: 1517583032

File name: DI_PANTI_WERDHA_PANGESTI_LAWANG_MALANG_-_ikbal_rumalean_cek.docx (18.27K)

Word count: 952

Character count: 6187

PENGARUH SENAM KEGEL TERHADAP INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG MALANG

SKRIPSI

RINGKASAN

Inkontinensia urin merupakan masalah yang lazim dialami oleh lansia, meskipun inkontinensia urin dapat dicegah dan diatasi dengan cara yang mudah dan sederhana. Sasaran dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia. Jadi didalam penelitian ini digunakan desain yaitu *one group pre-test and post-test design*. Populasi digunakan adalah seluruh lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang dengan sebanyak 75 sampel yang digunakan. Jadi didalam pengambilan sampel menggunakan sampel *simple random sampling*. Pengumpulan data dengan menggunakan alat ukur yaitu kuesioner *Sandvix Severity Index* serta digunakan uji *Marginal homogeneity* dengan $\alpha=0,05$. Jadi didalam penelitian ini didapatkan hasil saat belum diberi senam kegel mengalami inkontinensia urin pada kategori berat (68,4%) dan setelah diberi senam kegel hampir 50 persen mengalami inkontinensia urin pada kategori ringan dan sedang (42,1%). Setelah dilakukan uji statistik didapatkan hasil $p=0,000$, jadi ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia di PantiWerdha Pangesti Lawang Malang. Jadi untuk mengatasi intkontensia urin adalah dilakukan senam kegel secara teratur.

Kata kunci: inkontinensia urin; lansia; senam kegel

PENDAHULUAN**1.1 Latar Belakang**

Orang yang mengalami keterbelakangan pertumbuhan artinya tidak akan ada pertumbuhan lagi biasanya pada umur 50 tahun keatas disebut lansia (infodatin kemenkes RI 2016). Dengan bertambahnya usia dari seseorang otomatis semakin terbelakang pula pertumbuhan dari manusia tersebut dan menurun pula sistem organ tubuh dari lansia tersebut dan kemampuan jaringan semakin berkurang dan menghilang.

Salah satu gangguan fungsional tubuh yang sering muncul pada lansia ialah Inkontinensia urin atau penurunan ketahanan berkemih. Inkontinensia urin dapat dicegah dan diatasi dengan beberapa cara, namun angka kejadian inkontinensia urin terhadap lanjut usia di panti wanda kabupaten malang masih cukup tinggi. Inkontinensia urin yang dialami lansia disebabkan penurunan efisiensi sistem tubuh dan organ-organ tubuh seiring bertambahnya usia (Wilson dkk, 2017). Menurut WHO, (2017) Prevalensi inkontinensia urin secara global yang dilaporkan dalam studi berbasis populasi berkisar antara 9,9% hingga 36,1% (2-4), dan kebanyakan yang terkena biasa dampak terbanyak lebih kepada lansia wanita. Inkontinensia urin di Provinsi Jawa Timur pada tahun 2017 tercatat sebesar 14,21% (Dinkes Jatim, 2018), sedangkan di Kabupaten Malang lansia mengalami lepas BAB/BAK (inkontensia) sebanyak 4,5% dari total penduduk lansia (Dinkes Kab Malang, 2018).

Inkontinensia urin kebanyakan terjadi pada lansia wanita dibandingkan pria dan semakin meningkat umur dari lansia semakin meningkat pula prevalensi inkonteninsia. Hal ini dikarenakan dengan bertambahnya usia maka lansia akan mengalami risiko melemahnya suatu dasar kekuatan otot panggul baik secara aktif bagaiman mengontrol defikasi (Karjoyo, 2017). Menurut Collein,

(2012) menimbulkan rasa rendah diri terhadap pasien yang mengalami inkontensia urin dan apa bila tidak cepat ditangani akan mempersulit didalam mempersulit dalam rehabilitas perkontrolan dan mengalami dampak yang merugikan seperti gangguan rasa nyaman. Komplikasi lain yang terjadi jika tidak ditangani maka dapat terjadi berbagai masalah didalam organ tubuh baik itu infeksi dan gangguan rasa nyaman dari orang yang menderita penyakit tersebut (Karjoyo, 2017).

Meningkatnya intokinensia urin perlu ada adanya penanganan yang serius dan pencegahan. Hal ini dimaksudkan untuk menghindari dampak negatif yang akan timbul (Karjoyo, 2017). Penanganan inkontinensia urine dapat dilakukan dengan farmakologi (medis) maupun non farmakologi jadi didalam penanganan dilakukan suatu senam kegel (Darmojo, 2011). Arnol kegel mengungkapkan bahwa senam segel untuk memperbaiki suatu sistem memperbaiki kesembuhan 50 persen (Darmojo, 2011). Didalam senam kegel dan setelah dilakukan senam kegel dalam beberapa hari ada perubahan dan memberi kontrol yang baik terhadap sistem kandung kemih (Kurniati dkk, 2014).

Didalam suatu pengamatan yang dilakukan Septiastri 2012 membuktikan bahwa didalam suatu latihan kegel efektif terhadap turunny suatu tanda-tanda inkontensia urine. Sulistyaningsih (2015) dalam penelitiannya untuk memperbaiki kemampuan berkemih diharuskan senam kegel dan mengurangi resiko. Setelah dilakukan studi dahulu pada bulan 4 tahun 2019, dengan mewawancarai 10 orang lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang ditemukan bahwa terdapat 8 orang lansia yang mengalami inkontinensia urine, 5 diantaranya menganggap inkontinensia urine adalah proses penuaan, dan merasa malu untuk berkonsultasi ke petugas kesehatan yang ada di panti, dan 3 lansia diantaranya merasa bahwa kejadian inkontinensia urine merupakan hal serius yang harus segera ditangani akan tetapi tidak bisa dilakukan secara mandiri. Hasil studi pendahuluan juga diketahui bahwa lansia yang mengalami inkontinensia urin yang

melakukan BAK dicelana sebelum sampai ke WC karena mereka tidak bisa tahan air kencing, itu juga lansia mengatakan tidak mengetahui cara mengobati inkontinensia sehingga lansia hanya mengontrol urine dengan tidak banyak mengonsumsi minuman yang menyebabkan harus sering ke kamar kecil. Sesuai dengan pendahuluan diatas peneliti tertarik mengambil judul “Pengaruh Senam Kegel Terhadap Inkontinensia Urin Pada Lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Agar ketahu senam kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk identifikasi inkontinensia urin sebelum senam kegel pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang.
2. Mengidentifikasi inkontinensia urin sesudah senam kegel pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang.

3. Menganalisis pengaruh senam kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

Dibagi menjadi 2 bagian yaitu

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Pelayan Kesehatan

Dapat menambah referensi bagi tenaga kesehatan kajian ilmu kesehatan dalam melakukan pelayanan kepada masyarakat terutama kepada petugas di Panti Werdha Pangesti Lawang dalam memberikan asuhan keperawatan kepada lansia

2. Pendidikan

Pihak pendidikan dapat memberikan pengetahuan tambahan kepada mahasiswa tentang terapi non farmakologi kepada lansia dalam mengurangi inkontensia urin.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Lansia

Dapat memberi informasi kepada lansia mengenai inkontensia urin dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi.

2. Peneliti

Dapat menambah referensi jadi sarana pengembangan dan bisa menambah referensi dan memberi dampak pemberian terapi farmakologi berupa senam kegel terhadap inkontinensia urin.

3. Untuk peneliti selanjutnya

Dapat menjadi pedoman sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya



PENGARUH SENAM KEGEL TERHADAP INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA DI PANTI WERDHA PANGESTI LAWANG MALANG

ORIGINALITY REPORT

15%

SIMILARITY INDEX

15%

INTERNET SOURCES

7%

PUBLICATIONS

1%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	rinjani.unitri.ac.id Internet Source	11%
2	publikasi.unitri.ac.id Internet Source	2%
3	eprints.umm.ac.id Internet Source	1%
4	mafiadoc.com Internet Source	1%

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography On