

**UPAYA PENURUNAN FREKUENSI INKONTINENSIA URINE
PADA LANSIA DENGAN LATIHAN SENAM KEGEL
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

SARAS RATRI NURHIDAYATI

C2017126

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

**UPAYA PENURUNAN FREKUENSI INKONTINENSIA URINE
PADA LANSIA DENGAN LATIHAN SENAM KEGEL
MENGUNAKAN MEDIA VIDEO**

LAPORAN TUGAS AKHIR

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Program Studi Sarjana Keperawatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Oleh

SARAS RATRI NURHIDAYATI

C2017126

**PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2020**

PERNYATAAN KEASLIAN PROJECT AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa project akhir dengan judul :

UPAYA PENURUNAN FREKUENSI INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA DENGAN LATIHAN SENAM KEGEL MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO

yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Mei 2021

Saras Ratri Nurhidayati

C2017126

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Saras Ratri Nurhidayati

NIM : C2017126

Jenis Karya : Laporan Tugas Akhir

Judul : Upaya Penurunan Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lansia Dengan Latihan Senam Kegel Menggunakan Media Video

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*non Exclusive Royalty Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Surakarta, 07 Mei 2021

Saras Ratri Nurhidayati

C2017126

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project Akhir dengan judul :

UPAYA PENURUNAN FREKUENSI INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA DENGAN LATIHAN SENAM KEGEL MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO

dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Project Akhir Program Studi
Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 06 Mei 2021

Mengetahui

Pembimbing



Anjar Nurrohmah, S.Kep Ns, M. Kep
NIDN 0602128201

Mengetahui

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep Ns, M. Kep
NIDN 0602128201

PENGESAHAN PENGUJI

Tugas Akhir dengan judul :

UPAYA PENURUNAN FREKUENSI INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA DENGAN LATIHAN SENAM KEGEL MENGGUNAKAN MEDIA VIDEO

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Project akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 07 Mei 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai tugas akhir pada Program Studi Sarjana Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 07 Mei 2021

Mengesahkan,

- Penguji
1. Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep. ()
NIDN.0621018203
 2. Siti Fatmawati, S.Kep Ns, M. Kep ()
NIDN. 0603018201
 3. Anjar Nurrohmah, S.Kep Ns, M. Kep ()
NIDN 0602128201

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M. Kep.
NIDN. 0602058501

Kaprodi Sarjana Keperawatan



Anjar Nurrohmah, S.Kep Ns, M. Kep
NIDN 0602128201

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirobbil'alamin Segala Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah Subhanahu wa Ta'ala. Tuhan semesta alam yang telah melimpahkan segala rahmatNya sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir ini. Shalawat serta salam selalu tercurahkan kepada Suri Tauladan kita Nabi Muhammad Shalallahu alaihi wa salam , karena tanpa beliau kita bisa sadar bahwa Allah selalu beersama kita.

Alhamdulillah atas izin Allah dengan nikmat menuntut ilmu yang Allah berikan penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir dengan judul “Upaya Penurunan Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lansia Dengan Latihan Senam Kegel Menggunakan Media Video” guna memenuhi sebagian persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada program studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari kelemahan serta keterbatasan yang ada sehingga dalam menyelesaikan Tugas akhir ini, Namun berkat Bimbingan, dukungan, serta motivasi dari berbagai pihak penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik. Oleh karena itu, penulis menghaturkan Jazakumullahu Khaiyran Katsiron kepada:

1. Orangtua saya, Almarhum Ibu Sri Sunarni, dan Bapak Sukiran yang selalu menjadi orang pertama untuk memberikan dukungan serta menyemangati saya saat saya mulai lelah dan hampir menyerah.
2. Riyani Wulandari, S.Kep. Ns., M. Kep. Selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns., M. Kep. Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Anjar Nurrohmah, S.Kep. Ns., M. Kep. Selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Selaku dosen pembimbing dan penguji 3, yang selalu sabar membimbing saya untuk menyelesaikan Tugas Akhir sampai selesai.

5. Tri Susilowati, S.Kep. Ns., M.Kep selaku dosen penguji 1 dan Siti Fatmawati, S.Kep Ns, M. Kep. selaku dosen penguji 2 yang telah menguji dan membimbing memberikan arahan dalam penyelesaian Tugas Akhir.
 6. Dosen Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Unversitas 'Aisyiyah Surakarta.
 7. Karyawan beserta jajaran Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah membantu menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
 8. Kakak tercinta saya Era Teguh Baskoro, kakak ipar saya Marlina Hermawati, keponakan imut saya Faal Zahy Baskoro, yang selalu menyemangati saya dalam menyelesaikan Tugas Akhir.
 9. Diri saya sendiri karena telah kuat berjuang, sabar untuk menyelesaikan Tugas Akhir .
 10. Yulianti, yang selalu memberi masukan dan membimbing saya dalam menyusun Tugas Akhir ini.
 11. Teman-teman semua yang telah sabar memberikan dukungan, bantuan, tempat keluh kesah dan selalu memberikan motivasi ketika diri sudah lelah.
- Penulis menyadari bahwa Laporan Tugas Akhir ini masih banyak kekurangan baik isi maupun susunannya. Semoga Laporan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat tidak hanya bagi penulis juga bagi para pembaca.

Surakarta, 07 Mei 2021

Saras Ratri Nurhidayati

C2017126