

***KEGEL EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN
PADA LANSIA WANITA**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi**



Oleh

SILVYANA PUTRI ANINDYASARI

E2017052

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2021**

***KEGEL EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN
PADA LANSIA WANITA**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi**



Oleh

SILVYANA PUTRI ANINDYASARI

E2017052

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIAH SURAKARTA
2021**

***KEGEL EXERCISE* UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN
PADA LANSIA WANITA**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Kesehatan
pada Program Studi DIV Fisioterapi**

Oleh

SILVYANA PUTRI ANINDYASARI

E2017052

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2021**

PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa project akhir dengan judul :

“KEGEL EXERCISE UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA WANITA”

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari project akhir yang sudah diduplikasi dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar kesarjanaan di lingkungan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata dikemudian hari penulisan project akhir ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia sanksi berdasarkan aturan tata tertib Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 24 Maret 2021



Silvyana Putri Anindyasari
NIM E2017052

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Project akhir dengan judul :

KEGEL EXERCISE UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA WANITA

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian *Project* Akhir Program Studi
DIV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 27 Maret 2021

Pembimbing



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN: 0605059001

Mengetahui,

Kaprodi DIV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN: 0605059001

PENGESAHAN PENGUJI

Project Akhir dengan judul :

KEGEL EXERCISE UNTUK MENURUNKAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA WANITA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. *Project* akhir ini telah diujikan pada sidang tanggal 17 April 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai *project* akhir pada Program Studi Diploma IV Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 21 September 2021

Mengesahkan,

1. Maskun Pudjianto, S.MPh., S.Pd., M.Kes
NIDK. 9906000450
2. Rini Widarti, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0627088801
3. Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0605059001

()
()
()

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta



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

Kaprodi DIV Fisioterapi



Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or
NIDN. 0605059001

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu Wa Ta'ala dengan rahmat dan karunia-Nya yang telah dianugerahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan *project* akhir dengan judul “*Kegel Exercise* Untuk Menurunkan Inkontinensia Urin Pada Lansia Wanita”, untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kesehatan pada Program Studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis mengucapkan terimakasih kepada berbagai pihak yang membantu dalam menyusun *project* akhir ini antara lain :

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Endah Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
3. Ibu Ari Sapti Mei Leni, SSt.FT., M.Or selaku Ketua Program studi DIV Fisioterapi Universitas ‘Aisyiyah Surakarta dan juga selaku dosen pembimbing *project* akhir yang selalu memberi bimbingan dengan sabar, sehingga penyusunan *project* akhir ini dapat terselesaikan dengan baik.
4. Kedua orang tua tercinta Bapak Amin Haryono dan Ibu Desi Ariyanti dan juga saudara laki-laki saya Calvin yang telah mendo’akan dan memberi dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan *project* akhir dengan baik.
5. Bripda Viki Widiyanto, Nuratri, Melinda, Aprilia yang selalu ada memberikan bantuan dan dukungan baik dalam keadaan suka maupun duka.
6. Teman-teman Program DIV Fisioterapi angkatan 2017 Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa *project* akhir ini masih jauh dari kesempurnaan, karena kesempurnaan milik Allah Subhanahu Wa Ta'ala. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju kesempurnaannya *Project* Akhir ini senantiasa penulis harapkan.

Surakarta, 27 Maret 2021

Penulis