

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
PERSYARATA GELAR	iii
PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING	vi
PENGESAHAN PENGUJI.....	vii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	viii
KATA PENGANTAR	ix
HALAMAN PERSEMBAHAN	xi
ABSTRAK.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR TABEL.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xix
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL.....	xx
BAB I.....	1
A. LATAR BELAKANG	1
B. RUMUSAN MASALAH.....	3
C. TUJUAN PENELITIAN.....	3
1. Tujuan Umum	3
2. Tujuan Khusus	4
D. MANFAAT PENELITIAN.....	4
E. KEASLIAN PENELITIAN	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. LANDASAN TEORI.....	7
1. Teori Lansia.....	7
a. Proses Degenerasi pada Lansia.....	8
b. Status Kesehatan Lansia	10
c. Batasan – batasan Lansia	10
d. Kemunduran Lansia.....	11
e. Program kesehatan Lansia	11
f. Masalah Fisik pada Lansia.....	12
2. <i>Incontinensia Urine</i>	14
a. Pengertian <i>Incontinensia Urine</i>	14
b. Tipe – tipe <i>Incontinensia Urine</i>	17
c. Managemen Perawatan pada <i>Incontinensia Urine</i>	19
3. <i>Kegel Exercise</i>	20
a. Pengertian <i>Kegel Exercise</i>	20
b. Latihan – Latihan <i>Kegel Exercise</i>	21

4. <i>Delay Urination</i>	22
a. Pengertian <i>Delay Urination</i>	23
b. Cara latihan <i>Delay Urination</i>	23
5. Mekanisme Penurunan <i>Incontinensia Urine</i>	23
6. Penelitian yang Relevan	25
B. KERANGKA TEORI	27
C. KERANGKA KONSEPTUAL	27
D. HIPOTESIS PENELITIAN	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. JENIS DAN RANCANGAN PENELITIAN.....	29
B. LOKASI DAN WAKTU PENELITIAN	30
C. POPULASI DAN SAMPEL	30
D. VARIABEL PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL	31
E. INSTRUMEN PENELITIAN	33
F. UJI VALIDITAS DAN REABILITAS	33
G. TEKNIK DAN PENGUMPULAN DATA.....	34
H. TEKNIK ANALISA DATA	35
I. JALANNYA PENELITIAN.....	36
J. ETIKA PENELITIAN FISIOTERAPI	37
K. JADWAL PENELITIAN.....	38
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	39
A. HASIL PENELITIAN	39
B. PEMBAHASAN	44
C. KETERBATASAN PENELITIAN.....	49
BAB V PENUTUP.....	50
A. KESIMPULAN.....	50
B. SARAN.....	50

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Latihan Kegel	22
Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	30
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	30
Gambar 3.1 Bagan Rancangan Penelitian <i>Exsperimental</i>	32

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Berdasarkan umur.....	39
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi Karakteristik berdasarkan Jenis Kelamin.....	40
Tabel 4.3 <i>Incontinensia Urine</i> Sebelum diberikan Perlakuan	40
Tabel 4.4 <i>Incontinensia Urine</i> Sesudah diberikan Perlakuan	41
Tabel 4.5 Uji Normalitas Data Kegel Exercise.....	40
Tabel 4.6 Uji Normalitas Data delay Urination	41
Tabel 4.7 Hasil Uji <i>Paired T Test Kegel Exercise</i>	41
Tabel 4.8 Hasil Uji <i>Paired T Test Delay Urination</i>	42
Tabel 4.9 Hasil Uji <i>Independent Sample T Test</i>	42
Tabel 4.10 Hasil Uji Homogenitas.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Permohonan Untuk Menjadi Responden
- Lampiran 2 : Lembar Persetujuan Menjadi Responden (*Informed Consent*)
- Lampiran 3 : Lembar Pengukuran *ISI Short - Form*
- Lampiran 4 : Lembar Presensi Latihan *Kegel Exercise*
- Lampiran 5 : Lembar Presensi Latihan *Delay Urination*
- Lampiran 6 : Lembar Wawancara
- Lampiran 7 : Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 8 : Surat Balasan Studi Pendahuluan
- Lampiran 9 : Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 10 : Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 11 : Permohonan Menjadi Asisten Peneliti
- Lampiran 12 : Standar Operasional Prosedur Latihan *Kegel Exercise*
- Lampiran 13 : Standar Operasional Prosedur Latihan *Kegel Exercise*
- Lampiran 14 : Hasil Olah Data
- Lampiran 15 : Jadwal Penelitian
- Lampiran 16 : Dokumentasi

DAFTAR SINGKATAN

AD	: Adenodifosfat
AHCPR	: <i>Agency for Health Care Policy and Research</i>
ATP	: Adenosin Trifosfat
BAK	: Buang Air Kecil
BUN	: <i>Blood Urea Nitrogen</i>
DIV	: Diploma 4
DO	: <i>Detrusor Overactivity</i>
ICS	: <i>International Continence Society</i>
ISI - SF	: <i>Incontinence Severity Index - Short Form</i>
IU	: Incontinensia Urine
LANSIA	: Lanjut Usia
LS	: Lembaga Sosial
LSM	: Lembaga Sosial Masyarakat
PC	: <i>PuboCoccygeal Muscle</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
STIKES	: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
UPTD	: Unit Pelaksanaan Teknis Daerah
WHO	: World Health Organization

DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

<	: Kurang Dari
≤	: Kurang Dari Sama Dengan
>	: Lebih Dari
=	: Sama Dengan
±	: Kurang Lebih
°	: Derajat
%	: Persen
/	: Atau
P	: Populasi
S	: Sampel
X1	: <i>Pretest</i> hasil pengukuran kelompok eksperimen 1
X2	: <i>Pretest</i> hasil pengukuran kelompok eksperimen 2
01	: Perlakuan pemberian <i>Kegel Exercise</i>
02	: Frekuensi <i>Incontinensia Urine</i> setelah diberi <i>Kegel Exercise</i>
03	: Perlakuan pemberian <i>Delay Urination</i>
04	: Frekuensi <i>Incontinensia Urine</i> setelah diberi <i>Delay Urination</i>