

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada lansia adalah gangguan pada system urinarius yaitu *inkontinensia urine*. *Inkontinensia urine* adalah pengeluaran *urine* dari kandung kemih yang tidak terkendali atau terjadi diluar keinginan (Smeltzer & Bare, 2000).

Berbagai macam perubahan terjadi pada lanjut usia, salah satunya pada sistem perkemihan yaitu penurunan tonus otot *vagina* dan otot pintu saluran kemih (*uretra*) yang disebabkan oleh penurunan hormon esterogen, sehingga menyebabkan terjadinya *inkontinensia urine*, otot-otot menjadi lemah, kapasitasnya menurun sampai 200 ml atau menyebabkan frekuensi BAK meningkat dan tidak dapat dikontrol (Nugroho, 2008).

Di Indonesia jumlah penderita *Inkontinensia urin* sangat signifikan. Pada tahun 2006 diperkirakan sekitar 5,8% dari jumlah penduduk mengalami *Inkontinensia urin*, tetapi penanganannya masih sangat kurang. Hal ini disebabkan karena masyarakat belum tahu tempat yang tepat untuk berobat disertai kurangnya pemahaman tenaga kesehatan tentang *inkontinensia urin* (Depkes, 2012).

Survei Incontinensia urine yang dilakukan oleh Departemen Urologi FK Unair-RSU Dr. Soetomo tahun 2008 terdapat 793 penderita, prevelensi incontinensia urine pada pria 3,02% sedangkan pada wanita 6,79%. Di sini menunjukkan bahwa prevalansi incontinensia urine pada wanita lebih tinggi dibanding pria. Prevalansi incontinensia urine cenderung meningkat seiring meningkatnya usia, usia 5-12 tahun 0,13% sedangkan pada usia 70-80 tahun 1,64% dan incontinensia urin pada wanita lansia 35-45%. (Soetojo, 2009).

Tingginya angka kejadian inkotinensia urin menyebabkan perlunya penanganan yang sesuai, karena jika tidak segera ditangani inkontinensia dapat menyebabkan berbagai komplikasi seperti infeksi saluran kemih, infeksi kulit daerah kemaluan, gangguan tidur, dekubitus, dan gejala ruam. Selain itu, masalah psikososial seperti dijauhi orang lain karena berbau

pesing, minder, tidak percaya diri, mudah marah juga sering terjadi dan hal ini berakibat pada depresi dan isolasi sosial (Stanley & Beare, 2006).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti didapatkan data jumlah lansia di Desa Ngor Tengah Mojolaban Sukoharjo adalah 50 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terdapat 40 orang mengalami inkontinensia urin, dan 10 orang tidak mengalami inkontinensia urin. Semua lanjut usia di posyandu lansia desa Ngoro Tengah mengatakan bahwa selama ini mereka belum mengetahui terapi untuk mengatasi inkontinensia urin dan belum mengetahui apa yang dimaksudkan dengan *Kegel Exercise* dan *Delay Urination*.

Sebagai profesi yang menangani gerak dan fungsi maka salah satu modalitas fisioterapi dalam bentuk terapi latihan dapat digunakan untuk menurunkan frekuensi buang air kecil pada penderita *stress urinary incontinence*. Salah satu bentuk latihannya adalah *Bledder Training*.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kimberly 2014 menunjukkan bahwa rata-rata keberhasilan melatih otot dasar panggul untuk mencegah inkontinensia urine dilaporkan sebesar 56% - 75%. Penelitian yang dilakukan oleh Adji (2014) juga menghasilkan bahwa terdapat pengaruh pemberian *delay urination* selama 1-4 jam setiap hari terhadap inkontinensia urin, dimana hasilnya pasien bisa mengontrol saat mau berkemih. Perlakuan *delay urination* yang dilakukan setiap hari hasilnya sangat membantu dalam mempertahankan kondisi normal maupun mengembalikan ke keadaan semula pada pasien gangguan pola berkemih akibat kateterisasi (Barclay, 2006).

*Delay Urination* adalah tindakan pengikatan atau klem kateter yang dilakukan selama dua jam atau sampai pasien merasakan kandung kemih telah penuh dan ingin segera berkemih. *Kegel Exercise* adalah gerakan yang dilakukan untuk meningkatkan kekuatan otot-otot dasar panggul. Inkontinensia urine dapat diatasi dengan *kegel exercise*. Mengkombinasikan *delay urination* dan *kegel exercise*, sangat efektif untuk mencegah inkontinensia urine.

Melihat begitu besar manfaat – manfaat dari latihan *Bledder Training* dan permasalahan yang terjadi di Posyandu Lansia Desa Ngoro Tengah

Sukoharjo”. mendasari penulis untuk meneliti tentang “Perbedaan Pengaruh *Kegel Exercise* dan *Delay Urination* Terhadap Penurunan *Inkontinensia Urine* Pada Lansia di Posyandu Lansia Desa Ngoro Tengah Mojolaban Sukoharjo”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka perumusan masalah yang disampaikan sebagai berikut:

1. Adakah pengaruh *Kegel Exercise* terhadap penurunan *Inkontinensia Urine* pada lansia?
2. Adakah pengaruh *Delay Urination* terhadap penurunan *Inkontinensia Urine* pada lansia?
3. Adakah perbedaan pengaruh *Kegel Exercise* dan *Delay Urination* terhadap penurunan *Inkontinentia Urine* pada lansia?

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui manfaat latihan *Kegel Exercise* dan *Delay Urination* terhadap penurunan *Inkontinentia Urine* pada lansia.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *Kegel Exercise* terhadap penurunan *incontinensia urine* pada lansia sebelum dan sesudah diberi tindakan.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pemberian *Delay Urination* terhadap penurunan *incontinensia urine* pada lansia sebelum dan sesudah diberi tindakan.
- c. Untuk menganalisis perbedaan pengaruh pemberian *Kegel Exercise* dan *Delay Urination* terhadap penurunan *incontinensia urine* pada lansia sebelum dan sesudah diberi tindakan.

#### D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi institusi

Instansi pendidikan Fisioterapi untuk menambah kontribusi pengetahuan dalam proses belajar mengajar dan sebagai bahan tambahan terhadap teori yang sudah ada sebelumnya.

2. Bagi peneliti

Sebagai pengalaman dalam mempraktekkan hasil studi.

3. Bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi yang benar kepada pasien, keluarga, masyarakat, sehingga dapat lebih mengenal dan mengetahui gambaran inkontinensia urin dalam pendekatan fisioterapi.

#### E. KEASLIAN PENELITIAN

1. Sutarmi *et. al*, (2016). “Pengaruh **Latihan Kegel** Terhadap Frekuensi **Inkontinensia Urine** Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Margo Mukti Rembang”. Design penelitian ini adalah penelitian **quasi ekperimental** dengan rancangan **one group pre dan post test**. Pengambilan sampel terhadap **27 responden** dengan teknik analisa data menggunakan **uji t-test (t-paired test)**. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa latihan kegel berpengaruh terhadap penurunan frekuensi inkontinensia urine pada lansia. **Perbedaan** dengan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan judul “Perbedaan **Pengaruh Kegel Exercise** dan **Delay Urination** terhadap Penurunan *inkontinensia urine* pada Lansia” yakni terdapat **dua variabel bebas**, tempat penelitian di Posyandu Lansia desa ngoro Tengah Mojolaban Sukoharjo. Jenis Penelitian **eksperimental** dengan menggunakan rancangan **two group pretest-posttest** desain. Populasi yang digunakan adalah seluruh lansia di posyandu lansia desa ngoro tengah mojolaban sukoharjo yang berjumlah 48 orang, sedangkan sampel lansia yang mengalami inkontinensia urine sebanyak **36 responden** dengan teknik **simple random samling**. Sedangkan **persamaan** dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat **satu**

**variabel terikat** yaitu Incontinensia Urine dan **subjek penelitian** yaitu lansia.

2. Novera, M. (2017). “Pengaruh **Senam Kegel** Terhadap Frekuensi Bak Pada Lansia Dengan **Inkontinensia Urine**”. Design penelitian ini adalah **Quasy Eksperiment** dengan desain **one group Pretest-postest**. Teknik pengambilan **sampel** terhadap **12 orang** dengan **teknik analisa** secara **univariat** dan untuk **bivariat** menggunakan **uji statistik T- test dependent** dengan **uji normalitas Shapiro-Wilk**. Hasil penelitian didapatkan bahwa frekuensi bak inkontinensia urine pada lansia sebelum dilakukan senam kegel memiliki rerata 10.58, sesudah dilakukan senam kegel memiliki rerata 8.00 dan terdapat pengaruh inkontinensia urine sebelum dan sesudah dilakukan senam kegel pada lansia. **Perbedaan** dengan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan judul “Perbedaan **Pengaruh Kegel Exercise** dan **Delay Urination** terhadap Penurunan *incontinensia urine* pada Lansia” yakni terdapat **dua variabel bebas**, tempat penelitian di Posyandu Lansia desa ngoro Tengah Mojolaban Sukoharjo. Jenis Penelitian *eksperimental* dengan menggunakan rancangan **two group pretest-posttest** desain. Populasi yang digunakan adalah seluruh lansia di posyandu lansia desa ngoro tengah mojolaban sukoharjo yang berjumlah 48 orang, sedangkan sampel lansia yang mengalami incontinensia urine sebanyak **36 responden** dengan teknik *simple random samling*. Sedangkan **persamaan** dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat **satu variabel terikat** yaitu Incontinensia Urine dan **subjek penelitian** yaitu lansia.
3. Rusati, m *et, al* (2015). “Pengaruh **Latihan Otot Dasar Panggul** Pada Perempuan Lanjut Usia Dengan Gangguan **Inkontinensia Urin**”. Desain penelitian ini adalah **One group pretest and posttest with control**. Teknik pengambilan **sampel 51 orang** dengan teknis analisis menggunakan **Wilcoxon test dan Mann Whitney test**. Hasil penelitian didapatkan Dari hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa latihan otot dasar panggul dapat meningkatkan kemampuan otot dasar panggul yang ditunjukkan oleh penurunan hasil ukur *ICIQ-short form*. **Perbedaan**

dengan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan judul “Perbedaan **Pengaruh Kegel Exercise** dan **Delay Urination** terhadap Penurunan *incontinensia urine* pada Lansia” yakni terdapat **dua variabel bebas**, tempat penelitian di Posyandu Lansia desa ngoro Tengah Mojolaban Sukoharjo. Jenis Penelitian *eksperimental* dengan menggunakan rancangan *two group pretest-posttest* desain. Populasi yang digunakan adalah seluruh lansia di posyandu lansia desa ngoro tengah mojolaban sukoharjo yang berjumlah 48 orang, sedangkan sampel lansia yang mengalami incontinensia urine sebanyak **36 responden** dengan teknik *simple random samling*. Sedangkan **persamaan** dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat **satu variabel terikat** yaitu Incontinensia Urine dan **subjek penelitian** yaitu lansia.

4. Pamungkas Reza, *et. al* (2013) “pengaruh latihan kandung kemih (**Bladder Training**) terhadap interval berkemih wanita lanjut usia (LANSIA) dengan **incontinensia urin**”. Desain penelitian ini adalah **quasi eksperimen** pada **26 lansia**. Teknik pengambilan sampel dengan cara **accidental sampling** dengan teknik analisa data menggunakan **uji T dependen atau berpasangan**. Hasil penelitian didapatkan ada perbedaan rata – rata interval berkemih pada lansia sebelum dan setelah latihan kandung kemih. **Perbedaan** dengan penelitian yang akan dilakukan penulis dengan judul “Perbedaan **Pengaruh Kegel Exercise** dan **Delay Urination** terhadap Penurunan *incontinensia urine* pada Lansia” yakni terdapat **dua variabel bebas**, tempat penelitian di Posyandu Lansia desa ngoro Tengah Mojolaban Sukoharjo. Jenis Penelitian *eksperimental* dengan menggunakan rancangan *two group pretest-posttest* desain. Populasi yang digunakan adalah seluruh lansia di posyandu lansia desa ngoro tengah mojolaban sukoharjo yang berjumlah 48 orang, sedangkan sampel lansia yang mengalami incontinensia urine sebanyak **36 responden** dengan teknik *simple random samling*. Sedangkan **persamaan** dengan penelitian yang akan dilakukan adalah terdapat **satu variabel terikat** yaitu Incontinensia Urine dan **subjek penelitian** yaitu lansia.