

PERBEDAAN PENGARUH *KEGEL EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA

SKRIPSI

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta



Oleh

MURNI SRI SOFIYANI
E2014026

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

PERBEDAAN PENGARUH *KEGEL EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA

SKRIPSI

Disusun untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Oleh

**MURNI SRI SOFIYANI
E2014026**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV FISIOTERAPI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi dengan judul:

PERBEDAAN PENGARUH *KEGEL EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi saya ini bukan merupakan tiruan ataupun duplikasi dari skripsi yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar keserjanaan di lingkungan STIKES '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 mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Mei 2018



E2014026

PERSYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Murni Sri Sofiyani

NIM : E2014026

Jenis Karya : Skripsi

Judul : “Perbedaan Pengaruh *Kegel Exercise Exercise* dan *Core Stability Exercise* terhadap Penurunan Inkontinensia Urin pada Lansia”.

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-Exclusive royalty-Free Right*) kepada STIKES ‘Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolala 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.

Dibuat di : Surakarta

Pada Tanggal : Agustus 2018

Yang Menyatakan

Murni Sri Sofiyani

PERSETUJUAN PEMBIMBING

PERSETUJUAN PEMBIMBING

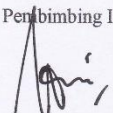
Skripsi dengan judul:

PERBEDAAN PENGARUH *KEGEL EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA


Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada sidang Skripsi Program Studi DIV
Fisioterapi STIKES 'AISYIYAH Surakarta

Surakarta, 31 Juli 2018

Pembimbing I


Wingmi S. SiT., MPH
NIDN. 0622087101

Pembimbing II


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

Mengetahui

Kaprodi DIV Fisioterapi



Maskun Pudjianto, S.MPh., M.Kes
NIDK 9906000450

PENGESAHAN PENGUJI

PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi dengan judul :

PERBEDAAN PENGARUH *KEGEL EXERCISE* DAN *CORE STABILITY EXERCISE* TERHADAP PENURUNAN INKONTINENSIA URIN PADA LANSIA

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Sarjana Terapan DIV Fisioterapi pada Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta. Skripsi ini telah diujikan pada sidang ujian skripsi pada tanggal 9 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai skripsi pada Program Studi Sarjana DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 31 Juli 2018

Mengesahkan,

- Penguji
1. Indarwati, S.KM., M.Kes
NIDN. 0621076904
 2. Winarni, S.SiT., MPH
NIDN. 0622087101
 3. Ari Sapti M, SSst. FT., M.Or
NIDN. 0605059001

(.....)

(.....)

(.....)

Mengetahui

Kaprodi, DIV Fisioterapi



Maskun Pujianto, S.MPh., M.Kes.
NIDK*9906000450

Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

Indarwati, S.KM., M.Kes

Winarni, S.SiT., MPH

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

Selaku dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberi pengarahan, diskusi dan bimbingan serta persetujuan sehingga skripsi ini dapat selesai dengan baik.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wa Barakaatuh

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanu Wa Ta'ala kepada Nya kita menyembah dan meminta ampun atas khilaf yang telah kita lakukan. Shalawat serta salam tercurah kepada Rasulullah Nabi Muhammad Shallahu'alaihi Wassallam semoga kelak kita dikumpulkan dalam barisan beliau, yaitu orang-orang yang mendapat syafaat. Rasa syukur dan terima kasih penulis panjatkan kehadiran Allah Subhanu Wa Ta'ala yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah serta inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Perbedaan Pengaruh *Kegel Exercise* dan *Core Stability Exerise* terhadap Penurunan Inkontinensia Urin pada Lansia".

Selama penulisan skripsi ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini bisa terselesaikan dengan baik dan lancar berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua STIKES 'Aisyiyah Surakarta
2. Maskun Pudjianto S.MPh., M.Kes, selaku Ketua Program Studi DIV Fisioterapi STIKES 'Aisyiyah Surakarta
3. Winarni, S.SiT., MPH, selaku pembimbing I yang selalu memberi bimbingan dan dengan sabar serta motivasi sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
4. Ari Sapti Meileni, SSt.FT., M.Or selaku pembimbing II yang selalu memberi bimbingan serta arahan dengan sabar sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik
5. Bapak/Ibu Dosen STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu
6. Kepala Posyandu Lansia Krida Darma Wreda Jebres
7. Kepala RW. XVII Kentingan, Jebres

8. Kedua orang tua tercinta, Ibu Sri Rahayu dan Bapak Supiyon yang selalu mendoakan, memberi semangat dan dukungannya yang tiada henti sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian dengan baik
9. Teman-teman STIKES 'Aisyiyah Surakarta
10. Semua pihak yang telah membantu penulisan dalam skripsi ini yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan milik Allah SWT. Oleh karena itu, kritik dan saran yang menuju kesempurnaannya skripsi ini senantiasa penulis harapkan, semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wa Barakaatuh

Surakarta, 27 Februari 2018

Penulis

Murni Sri Sofiyani