

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	II
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	III
PERSETUJUAN PEMBIMBING	IV
PENGESAHAN PENGUJI	V
KATA PENGANTAR	VI
DAFTAR ISI	VIII
DAFTAR GAMBAR	X
DAFTAR TABEL	XI
DAFTAR LAMPIRAN	XII
DAFTAR SINGKATAN	XIII
DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL	XIV
BAB 1 PENDAHULUAN	15
A. Latar Belakang	15
B. Rumusan Masalah	19
C. Tujuan	19
D. Manfaat Penelitian	20
E. Keaslian Penelitian.....	21
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	22
A. Konsep Lansia.....	22
B. Konsep Inkontinensia Urin	24
C. Konsep Senam Kegel.....	29
D. Sop Senam Kegel.....	32
E. Kerangka Teori.....	33
F. Kerangka Konsep.....	34
G. Hipotesis Penelitian	34
BAB III METODE PENELITIAN	35
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
C. Populasi dan Sampel.....	35
D. Variabel Penelitian Definisi Oprasional	38
E. Instrumen Penelitian	39
F. Uji Validitas dan Reliabilitas	39
G. Jalannya Penelitian.....	40
H. Tehnik Pengumpulan Data	41
I. Tehnik Analisa Data	42
J. Etika Penelitian	44
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	52
A. Gambaran Lokasi Penelitian	52
B. Hasil Penelitian	52
1. Analisis Univariat	53
a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53

b.	Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin	54
c.	Pendidikan Terakhir	54
d.	Frekuensi Inkontinensia Urin Sebelum Dilakukan Senam Kegel	55
e.	Frekuensi Inkontinensia Urin Sesudah Dilakukan Senam Kegel	55
f.	Uji Normalitas.....	56
2.	Analisis Bivariat.....	57
C.	Pembahasan.....	57
1.	Frekuensi Inkontinensia Urin Sebelum Dilakukan Senam Kegel.....	57
2.	Frekuensi Inkontinensia Urin Sesudah Dilakukan Senam Kegel.....	59
3.	Pengaruh Senam Kegel Terhadap Frekuensi Inkontinensia Urin.....	60
BAB V	PENUTUP	62
A.	Kesimpulan	62
B.	Saran	62
C.	Keterbatasan Penelitian.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Posisi Nyaman Saat Melakukan Senam Kegel	31
Gambar 2.2 Melakukan Senam Kegel Dengan Posisi Berbaring	32
Gambar 2.3 Posisi Berbaring Menahan Buang Air Kecil	32
Gambar 2.4 Kerangka Teori.....	33
Gambar 2.5 Kerangka Konsep	34

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Data Lansia Mengalami Inkontinensia Urin Di Boyolali 2024	16
Tabel 1.2 Keaslian Penelitian	21
Tabel 3.1 Desain Rancangan <i>One Group Pre Test Post Test Design</i>	35
Tabel 3.2 Definisi Oprasional	38
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia.....	53
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin	54
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan Terakhir.....	54
Tabel 4.4 Frekuensi Inkontinensia Urin Sebelum Dilakukan Senam Kegel..	55
Tabel 4.5 Frekuensi Inkontinensia Urin Sesudah Dilakukan Senam Kegel ..	56
Tabel 4.6 Hasil Uji Normalitas <i>Saphiro-Wilk</i>	56
Tabel 4.7 Hasil Uji Wilcoxon Sebelum Dan Sesudah Diberikan Tindakan...	57

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Pendahuluan.....	68
Lampiran 2 Lembar Permohonan	71
Lampiran 3 Lembar Kuisisioner Penelitian.....	73
Lampiran 4 Lembar Observasi Pre-Post	74
Lampiran 5 SOP Senam Kegel	75
Lampiran 6 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	78
Lampiran 7 Lembar Konsultasi	79
Lampiran 8 Lembar Bukti Revisi Seminar Proposal	82
Lampiran 9 Data Responden.....	83
Lampiran 10 Hasil Uji Univariat	83
Lampiran 11 Hasil Uji Bivariat.....	98
Lampiran 12 Dokumentasi.....	90
Lampiran 13 LOA.....	98
Lampiran 14 Daftar Riwayat Hidup	99

DAFTAR SINGKATAN

WHO	= <i>World Health Organization</i>
BPS	= Badan Pusat Statistik
SOP	= Standar Operasional Prosedur

DAFTAR ISTILAH DAN SIMBOL

- n' = Besar sampel setelah dikoreksi
 n = Jumlah sampel berdasarkan estimasi
 f = Prediksi presentase *drop out* ($f = 15\%$)