

**PENERAPAN SENAM KEGEL UNTUK MENURUNKAN
INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA DI PSTW
HUSNUL KHOTIMAH KOTA PEKANBARU**

KARYA TULIS ILMIAH STUDI KASUS

**ELSA ANNESA ASRIL
NIM.P032114401014**



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D-III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

**PENERAPAN SENAM KEGEL UNTUK MENURUNKAN
INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA DI PSTW HUSNUL
KHOTIMAH KOTA PEKANBARU**

Karya tulis ilmiah studi kasus ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan Diploma III Keperawatan

ELSA ANNESASRIL

NIM.P032114401014



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
KEMENKES POLTEKKES RIAU
PRODI D III KEPERAWATAN
PEKANBARU
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Elsa Annesa Asril

NIM : P032114401014

Program Studi : D-III Keperawatan

Institusi : Kemenkes Poltekkes Riau

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya tulis ini adalah benar benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Pekanbaru, 21-5-2024


Pembuat Pernyataan



Elsa Annesa Asril
NIM. P032114401014


Mengetahui:

Pembimbing Utama



Ms. Ardenny, S.Kep., M.Kep
NIP. 197808042001122002

Pembimbing Pendamping



N. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed
NIP. 196412211985032003

LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah oleh Elsa Annesa Asril NIM. P032114401014 dengan judul "Penerapan Senam Kegel Untuk Menurunkan Inkontinensia Urine Pada Lansia Di UPT PSTW husnul Khotimah" telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan pada seminar Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau.

Pekanbaru, 21-5-2024

Pembimbing Utama



Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep
NIP. 197808042001122002

Pembimbing Pendamping



Ns. Masmun, SST., S.Kep., M.Biomed
NIP.196412211985032003

LEMBAR PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah Oleh Elsa Annesa Asril NIM P03211440114 dengan judul "Penerapan Senam Kegel Untuk Menurunkan Inkontinensia Urine Pada Lansia Di UPT PSTW husnul Khotimah Provinsi Riau" telah dipertahankan di depan tim penguji Program Studi Diploma Tiga Keperawatan, Jurusan Keperawatan Kemenkes Poltekkes Riau Pada Tanggal 0 JUNI 2024 dan disetujui untuk penelitian.

Tim Penguji

Penguji Ketua: Ns. Ardenny, S.Kep.,M.Kep


Penguji Anggota I: Ns. Yoza Misra Fatmi, Sp, Kep.,M.B

Penguji Anggota II: R Sakhnan, SKM.M.Kes

Mengetahui Ketua

Jurusan Keperawatan

Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau


Hj. Ns. Ruserina, S.Pd., S.Kep.,M.Kes

NIP. 196504241988032002

KATA PENGANTAR

Puji Syukur penulis ucapkan kehadirat Allah SWT karena atas rakhmatNya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik. Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi Tugas Akhir dan sebagai salah satu persyaratan dalam menempuh Ujian di Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.

Atas terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Ibu Rully Hevrialni, S.ST., Bdn., M.Keb., MH Selaku Direktur Politeknik Kesehatan Riau.
2. Ibu Ns. Hj. Rusherina, S.Pd., S.Kep., M.Kes. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Riau.
3. Ibu Ns. Idayanti, S.Pd., M.Kes. Ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Riau
4. Bapak Ns. Ardenny, S.Kep., M.Kep. selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk membimbing, memberikan motivasi, dorongan dan semangat selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Ns. Masnun, SST., S.Kep., M.Biomed selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, motivasi serta masukan selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ibu Ns. Yoza Misra Fatmi Sp, Kep., M.B selaku dosen penguji I dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.

7. Bapak R. Sakhnan, SKM.M.Kes selaku dosen penguji II dalam ujian Karya Tulis Ilmiah ini.
8. Teristimeswa Kedua orangtua yang paling berjasa dalam hidup saya Bapak Asril S.Psi Dan Hidayati S.Ag. Terimakasih Atas kepercayaan yang telah diberikan kepada saya untuk melanjutkan Pendidikan. Terimakasih Atas Kasih sayang,cinta,do'a dan motivasi,semangat,nasihat yang tiada hentinya yang diberikan kepada anaknya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
9. cinta kasih saudara kandung saya, Aulia Arifah,Harry Ilham Perdana, M.Hafiz Zikri,Zaidatul Habibi Terimakasih atas segala doa,usaha,dan support yang telah diberikan dalam proses Karya Tulis Ilmiah ini.
10. sahabat tersayangku Putri Permata Sari terimakasih telah memberikan semangat, serta dukungan dalam proses penulisan ini.
11. Teman seperjuanganku bella putri prasyilia salmaningsih dan diva rizki terimakasih telah memberikan semangat, bantuan serta dukungan selama perkuliahan dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
12. Kepada Wahyu Hidayatullah Syahani yang selalu menemani dan selalu menjadi support system penulis pada hari yang tidak mudah, Terimakasih senantiasa sabar menghadapi saya dan terimakasih telah menjadi perjalanan saya hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

Pekanbaru, Mei 2024

Penulis

DAFTAR ISI

| | |
|--|------|
| HALAMAN SAMPEL DEPAN..... | i |
| HALAMAN SAMPEL DALAM | iii |
| PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN | iii |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | iv |
| LEMBAR PENGESAHAN | v |
| KATA PENGANTAR | vii |
| ABSTRAK | ix |
| <i>ABSTRACT</i> | x |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR LAMPIRAN | xiii |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang | 1 |
| 1.2 Rumusan Masalah | 5 |
| 1.3 Tujuan Penelitian..... | 5 |
| 1.3.1 Tujuan Umum | 5 |
| 1.3.2 Tujuan Khusus | 5 |
| 1.4 Manfaat..... | 5 |
| 1.4.1 Bagi lansia di UPT PSTW husnul Khotimah..... | 5 |
| 1.4.2 Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan | 6 |
| 1.4.3 Bagi Penulis | 6 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA | 7 |
| 2.1 Konsep Dasar Inkontenensia Urine | 7 |
| 2.1.1 Definisi Inkontinensia Urine | 7 |
| 2.1.2 Tipe-Tipe Inkontinensia Urine..... | 7 |
| 2.1.3 Tanda gejala | 9 |
| 2.1.4 Patofisiologi | 11 |
| 2.1.5 Penatalaksanaan | 12 |
| 2.1.6 Komplikasi | 13 |
| 2.2 Senam Kegel..... | 14 |
| 2.2.1 Definisi Senam Kegel | 14 |
| 2.2.2 Tujuan senam kegel..... | 15 |
| 2.2.3 Manfaat Senam Kegel..... | 15 |

| | | |
|--|--|-----------|
| 4.1.4.1 | Cara melakukan senam kegel | 15 |
| 2.3 | Konsep Lansia | 16 |
| 2.3.1 | Pengertian Lansia | 16 |
| 2.3.2 | Batasan-batasan lansia | 16 |
| 2.3.3 | Perubahan yang terjadi pada lansia | 17 |
| 2.4 | Kerangka Konsep Penelitian/Pathway | 21 |
| BAB 3 Metode Studi Penelitian | | 22 |
| 3.1 | Jenis dan Desain Studi Kasus | 22 |
| 3.2 | Subyek Studi Kasus | 22 |
| 3.3 | Fokus Studi | 22 |
| 3.4 | Definisi Operasional | 22 |
| 3.5 | Instrumen Studi Kasus | 23 |
| 3.6 | Metode Pengumpulan Data | 23 |
| 3.7 | Lokasi dan waktu studi kasus | 23 |
| 3.8 | Analisis dan penyajian | 23 |
| 3.9 | Etika Studi Kasus | 24 |
| BAB 4 HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN..... | | 26 |
| 4.1 | Hasil Studi Kasus | 26 |
| 4.2 | Pembahasan | 32 |
| 4.3 | Keterbatasan Penulis | 33 |
| BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN..... | | 33 |
| 5.1 | Kesimpulan..... | 33 |
| 5.2 | Saran | 34 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 35 |
| DAFTAR LAMPIRAN | | 37 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1 Penentuan Judul Karya Tulis Ilmiah | 37 |
| Lampiran 2 Formulir Kesiediaan Pembimbing 1 | 38 |
| Lampiran 3 Formulir Kesiediaan Pembimbing 2 | 39 |
| Lampiran 4 Lembar Konsultasi Pembimbing Utama | 40 |
| Lampiran 5 Lembar Konsultasi Pembimbing 2..... | 41 |
| Lampiran 6 Surat Izin Poltekkes Kemenkes Riau..... | 42 |
| Lampiran 7 Surat Izin Penelitian | 43 |
| Lampiran 8 Surat Izin Penelitian dinas Sosial Provinsi Riau | 44 |
| Lampiran 9 Surat Izin Penelitian UPT PSTW Husnul Khotimah..... | 45 |
| Lampiran 10 Lembar Persetujuan Responden..... | 46 |
| Lampiran 11 Lembar Observasi..... | 48 |
| Lampiran 12 Lembar kuisisioner..... | 49 |
| Lampiran 13 Lembar standar operasional prosedur | 53 |
| Lampiran 14 Dokumentasi..... | 54 |