

SKRIPSI

**STUDI KOMPARASI EFEKTIVITAS SENAM KEGEL TERHADAP
PERUBAHAN INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA LAKI-LAKI
DAN PEREMPUAN**

Di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo



Oleh:

INDRA NURVIADATUL MAHMUDAH

NIM 14631415

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2018

SKRIPSI

**STUDI KOMPARASI EFEKTIVITAS SENAM KEGEL TERHADAP
PERUBAHAN INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA LAKI-LAKI
DAN PEREMPUAN**

Di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Dalam Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Oleh:

INDRA NURVIADATUL MAHMUDAH

NIM 14631415

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PONOROGO**

2018

SURAT PERNYATAAN

Saya bersumpah bahwa skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi Manapun

Ponorogo, 25 Juli 2018



Indra Nurviadatul Mahmudah

14631415

Lembar Pengesahan

STUDI KOMPARASI EFEKTIVITAS SENAM KEGEL TERHADAP
PERUBAHAN INKONTINENSIA URINE PADA LANSIA LAKI-LAKI DAN
PEREMPUAN DI POSYANDU LANSIA DESA BULU LOR JAMBON
PONOROGO

Indra Nurviadatul Mahmudah

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI PADA TANGGAL 23 Juli 2018

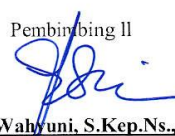
Oleh :

Pembimbing I


Sugeng Mashudi, S.Kep.Ns., M.Kes

NIDN. 0731038002

Pembimbing II



Nurul Sri Wahyuni, S.Kep.Ns., M.Kes

NIDN. 0767017503

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo


Sulistvo Andarmovo, S.Kep.Ns., M.Kes

NIDN. 0715127903

Lembar Penetapan Panitia Penguji Skripsi

Skripsi ini Telah diuji dan dinilai oleh Panitia Penguji
Pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Ponorogo
Pada Tanggal : 31 Juli 2018

| Tim Penguji | Tanda Tangan |
|--|--------------|
| Ketua : Saiful Nurhidayat, S.Kep.Ns.M.Kep | (.....) |
| Anggota I : Sholihatul Maghfirah, S.Kep.Ns.M.Kep | (.....) |
| Anggota II : Sugeng Mashudi, S.Kep.Ns M.Kes | (.....) |

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Ponorogo



Sulistyo Andarmoyo, S.Kep.Ns., M.Kes
NIDN. 0715127903

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kami panjatkan kehadirat Allah SWT, berkat rahmat dan hidayahNya saya dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul “ Studi Komparasi Efektifitas Senam Kegel Terhadap Perubahan Inkontinensia Urin Pada Lansia Laki-Laki dan Perempuan” . Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Progam Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo.

Bersama ini perkenankan saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

1. Drs. H. Sulton., M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti dan menyelesaikan pendidikan di Progam S1 Keperawatan.
2. Sulisty Andarmoyo, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku pejabat Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo yang telah memberikan kesempatan dan ijin dalam menyusun dan menyelesaikan skripsi ini.
3. Saiful Nurhidayat, S.Kep.,Ns., M.Kep, selaku Kaprodi S1 Keperawatn yang telah memberikan kemudahan dalam penyusunan skripsi.
4. Sugeng Mashudi, S.Kep.,Ns., M.Kes, selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan pikiran serta memberikan masukan yang bermanfaat dalam penyusunan skripsi ini.

5. Nurul Sri Wahyuni, S.Kep.,Ns., M.Kes, selaku pembimbing II yang juga telah banyak membantu memberikan kritik dan saran serta masukan dalam penyusunan skripsi ini.
6. Bapak dan ibu dosen pengajar S1 Keperawatan yang tanpa bosan memberikan semangat.
7. Responden penelitian di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo.
8. Kedua orang tua, yang selalu mengiringi langkahku dengan doa dan memberi semangat, harapan serta dukungan baik moral maupun materi.
9. Saudaraku, yang sudah memberikan dukungan dan bantuan untuk kelancaran dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.
10. Rekan-rekan mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2014 atas kerja sama dan motivasinya.
11. Rekan-rekan saya di luar fakultas yang sudah ikut membantu doa dan dukungan dalam menyelesaikan penelitian ini.

Dalam penulisan ini, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun.

Ponorogo, 25 Juli 2018

Penulis,

Indra Nurviadatul Mahmudah

DAFTAR ISI

| | |
|--|----------|
| Halaman Sampul Depan..... | i |
| Halaman Sampul Dalam | ii |
| Halaman Surat Pernyataan | iii |
| Halaman Lembar Pengesahan | iv |
| Halaman Persetujuan..... | v |
| Kata Pengantar | vi |
| Daftar Isi..... | viii |
| Daftar Tabel | xi |
| Daftar Gambar..... | xii |
| Daftar Lampiran | xiii |
| BAB I PENDAHULUAN..... | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah..... | 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 Penelitian | 6 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 6 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis | 6 |
| 1.5 Keaslian Penelitian..... | 7 |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 9 |
| 2.1.1 Pengertian Lansia | 9 |
| 2.1.2 Batasan Usia Lanjut | 9 |
| 2.1.3 Perubahan-perubahan pada Usia Lanjut | 10 |

| | |
|---|-----------|
| 2.1.4 Masalah Pada Usia Lanju..... | 14 |
| 2.2 Anatomi dan Fisiologi Perekemihan..... | 16 |
| 2.3 Inkontinensia Urin | 32 |
| 2.3.1 Definisi..... | 32 |
| 2.3.2 Etiologi..... | 33 |
| 2.3.3 Fisiologi & Patofisiologi..... | 34 |
| 2.3.4 Inkontinensia Urin Pada Laki-laki dan Perempuan | 35 |
| 2.3.4 Klasifikasi | 36 |
| 2.3.5 Manifestasi Klinis | 38 |
| 2.3.6 Penatalaksanaan | 39 |
| 2.3.7 Dampak | 41 |
| 2.4. Senam Kegel..... | 42 |
| 2.4.1 Pengertian..... | 42 |
| 2.4.2 Manfaat | 42 |
| 2.4.3 Tujuan | 43 |
| 2.4.4 Gerakan | 43 |
| 2.4.4 Kerangka Teori..... | 46 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN | 48 |
| 3.1 Kerangka Konseptual..... | 48 |
| 3.2 Hipotesis Penelitian..... | 49 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN..... | 50 |
| 4.1 Desain Penelitian..... | 50 |
| 4.2 Kerangka Operasional..... | 52 |
| 4.3 Populasi, Sampel, Sampling..... | 53 |
| 4.3.1 Populasi..... | 53 |
| 4.3.2 Sampel..... | 53 |

| | |
|--|--------------|
| 4.3.3 Sampling | 53 |
| 4.4 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional | 54 |
| 4.4.1 Variabel Penelitian | 54 |
| 4.4.2 Definisi Operasional..... | 55 |
| 4.5 Instrumen Penelitian..... | 56 |
| 4.6 Lokasi dan Waktu Penelitian | 56 |
| 4.6.1 Tempat Penelitian..... | 56 |
| 4.6.2 Waktu Penelitian | 56 |
| 4.7 Prosedur Pengumpulan Data dan Analisa Data | 56 |
| 4.7.1 Prosedur Pengumpulan Data | 58 |
| 4.7.2 Analisa Data | 60 |
| 4.8 Etika Penelitian | 62 |
| BAB 5 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | |
| 5.1 Gambaran Lokasi Penelitian | 64 |
| 5.2 Keterbatasan Penelitian..... | 65 |
| 5.3 Hasil Penelitian | 66 |
| 5.4 Pembahasan..... | 69 |
| BAB 6 KESIMPULAN DAN SARAN | |
| 6.1 Kesimpulan | 77 |
| 6.2 Saran..... | 77 |
| 6.2.1 Responden | 77 |
| 6.2.2 Petugas Kesehatan..... | 78 |
| 6.2.3 Peneliti Selanjutnya..... | 78 |
| DAFTAR PUSTAKA | 79 |
| LAMPIRAN..... | |

DAFTAR TABEL

| | |
|--|----|
| Tabel 4.1 Variabel Penelitian Studi Komparasi Efektifitas Senam Kegel Terhadap Perubahan Inkontinensia Urin Di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo | 52 |
| Tabel 5.1 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo | 66 |
| Tabel 5.2 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Pendidikan di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo | 66 |
| Tabel 5.3 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Pekerjaan di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo | 67 |
| Tabel 5.4 Distribusi Jumlah Responden Berdasarkan Jumlah Wanita Melahirkan di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Kecamatan Jambon Kabupaten Ponorogo | 67 |



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka teori Pengaruh Senam Kegel Terhadap Perubahan
Inkontinensia Urin Di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo 46

Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Pengaruh Senam Kegel Terhadap Perubahan
Inkontinensia Urin Di Posyandu Lansia Desa Bulu Lor Jambon Ponorogo 48



DAFTAR LAMPIRAN

| | | |
|-------------|---|----|
| Lampiran 1 | : Jadwal Kegiatan..... | 79 |
| Lampiran 2 | : Lembar Permohonan Menjadi Responden..... | 80 |
| Lampiran 3 | : Lembar Persetujuan Responden (<i>Informed Consent</i>)..... | 81 |
| Lampiran 4 | : Instrumen Penelitian..... | 82 |
| Lampiran 5 | : SOP Senam Kegel..... | 87 |
| Lampiran 7 | : Lembar SPMSQ..... | 92 |
| Lampiran 8 | : Pengolahan Data..... | 93 |
| Lampiran 9 | : Lembar Normalitas..... | 94 |
| Lampiran 10 | : SPSS..... | 98 |
| Lampiran 11 | : Surat Perizinan..... | |
| Lampiran | Lembar Konsultasi..... | |

