

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Inkontinensia urin adalah kondisi abnormal dan lebih banyak mempengaruhi wanita (perbandingan 2:1) sampai usia 80 tahun. Selanjutnya kejadian ini memiliki frekuensi yang sama pada wanita dan pria (Flathery, 2003) dalam Perry, 2009. Wanita lansia, terutama yang telah memiliki anak, biasanya mengalami inkontinensia stress, yaitu pengeluaran urin involunter yang terjadi saat mereka batuk, bersin, atau mengangkat benda. Ini terjadi akibat melemahnya otot dasar panggul dan kandung kemih (detrusor) (Perry, 2009). Penurunan tonus otot dasar panggul menyebabkan kebocoran urin akibat penekanan (Ulmsten, 1995) dalam Perry, 2009.

Menurut data dari Program Perlindungan Sosial (PPLS) di wilayah Kabupaten Klaten pada 2015 terdapat 869.474 jiwa penduduk yang berusia lanjut (lansia) bila dipresentasikan sebanyak 59% dari total penduduk klaten yang berjumlah 1.469.253 jiwa (Chandra, 2015). Prevalensi inkontinensia urin pada wanita kurang lebih 40%, diantaranya sudah dalam keadaan cukup parah ketika datang berobat. Survei yang dilakukan di berbagai Negara Asia didapatkan bahwa prevalensi inkontinensia urin adalah 14,8% pada wanita dan 6,8% pada pria (Purnomo, 2011).

Inkontinensia urin adalah ketidakmampuan seseorang untuk menahan keluarnya urin. Keadaan ini dapat menimbulkan berbagai permasalahan, antara lain, masalah medik, sosial, maupun ekonomi. Masalah medik berupa iritasi dan kerusakan kulit disekitar kemaluan akibat urin, masalah sosial berupa perasaan malu, mengisolasi diri dan mengurung diri dirumah. Pemakaian pampers atau perlengkapan lain guna menjaga supaya tidak selalu basah oleh urin dan memerlukan biaya yang tidak sedikit sehingga akan menambah masalah ekonomi (Purnomo, 2011). Langkah awal yang dilakukan untuk menghadapi berbagai masalah yang terjadi pada lansia terutama dalam menghadapi inkontinensia urin adalah melakukan *kegel exercise*. Menurut Lianne McCabe, 2014 (Journal University Health Network Patient Education), *kegel exercise* merupakan suatu latihan yang dikembangkan pertama kali oleh Arnold Kegell pada tahun 1940 yang sangat efektif untuk membantu mempertahankan kekuatan otot dasar panggul.

Berdasarkan penjabaran di atas, penulis ingin mengetahui lebih lanjut tentang pengaruh pemberian *kegel exercise* terhadap penurunan inkontinensia urin pada lansia.

## **B. Rumusan Masalah**

Apakah ada pengaruh pemberian *kegel exercise* terhadap inkontinensia urin pada lansia?

### **C. Tujuan**

Mengetahui adanya pengaruh pemberian *kegel exercise* terhadap inkontinensia urin pada lansia.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

##### **a. Bagi IPTEK**

Penelitian ini dapat dijadikan penelitian lebih lanjut sebagai dasar untuk lebih memantapkan dalam pemberian informasi tentang sikap lansia dalam menghadapi inkontinensia urin.

##### **b. Bagi Institusi (Fakultas Ilmu Kesehatan)**

Penulisan ini diharapkan dapat memberi masukan atau tambahan materi dalam mata kuliah Kesehatan Reproduksi dan Geriatrik.

##### **c. Bagi Peneliti**

- 1) Memenuhi tugas akhir penelitian sebagai syarat kelulusan sebagai Sarjana Fisioterapi.
- 2) Mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah dipelajari selama menjalani pendidikan fisioterapi di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

##### **d. Bagi Fisioterapis**

Untuk menambah wawasan tentang ilmu kesehatan khususnya tentang *kegel exercise* terhadap inkontinensia urin pada lansia.

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Bagi peneliti lebih lanjut**

Penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan masukan dan dokumen ilmiah yang bermanfaat dalam mengembangkan ilmu serta dapat digunakan sebagai bahan perbandingan penelitian selanjutnya terutama untuk penelitian serupa di daerah lain.

### **b. Bagi Masyarakat**

Penelitian ini bagi masyarakat dapat berguna untuk menambah pengetahuan tentang manfaat *kegel exercise* dalam menangani inkontinensia urin pada lansia.