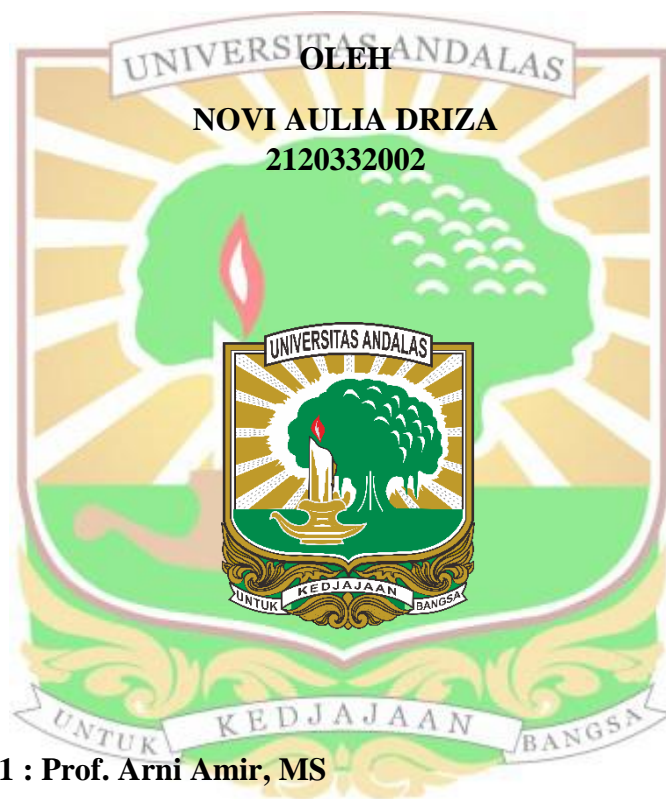


**PENGARUH LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL TERHADAP
KUALITAS HUBUNGAN SEKSUAL DAN INKONTINENSIA
URIN PADA IBU POST PARTUM DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS LUBUK BUAYA TAHUN 2023**

TESIS



OLEH

**NOVI AULIA DRIZA
2120332002**

Pembimbing 1 : Prof. Arni Amir, MS

Pembimbing 2 : Dr. dr. Yuniar Lestari, M.Kes, FISPH, FISCM, Sp.KLLP

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM MAGISTER
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG
2024**

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN OTOT DASAR PANGGUL TERHADAP KUALITAS HUBUNGAN SEKSUAL DAN INKONTINENSIA URIN PADA IBU POST PARTUM DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK BUAYA TAHUN 2023

Novi Aulia Driza
2120332002

Kehamilan dan persalinan dapat menyebabkan terjadinya disfungsi otot dasar panggul sehingga dapat mengakibatkan disfungsi seksual dan inkontinensia urin postpartum. Latihan otot dasar panggul dapat meningkatkan fungsi seksual dan memperbaiki inkontinensia urin. Puskesmas Lubuk Buaya memiliki jumlah kunjungan ibu nifas terbanyak di Kecamatan Koto Tangah, sebagian besar ibu mengatakan nyeri dan tidak nyaman saat melakukan hubungan seksual dan mengalami inkontinensia urin post partum. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin pada ibu post partum.

Desain penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan *pretest* dan *posttest group with control*. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu post partum terhitung dari bulan Juni – September 2023. Teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*, sampel penelitian sebanyak 26 orang kelompok intervensi dan 26 orang kelompok kontrol dan analisis data yang digunakan adalah uji *chi square*.

Peningkatan kualitas hubungan seksual dan penurunan tingkatan inkontinensia urin terjadi pada kelompok yang diberikan latihan otot dasar panggul. Terdapat pengaruh yang bermakna antara latihan otot dasar panggul terhadap kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin pada ibu postpartum. ($p= 0,024$ $p=0,005$)

Kesimpulan dari penelitian ini adalah latihan otot dasar panggul berpengaruh terhadap kualitas hubungan seksual dan inkontinensia urin pada ibu post partum. Jika dilakukan secara teratur dalam waktu lebih dari 4 minggu dapat memberikan hasil yang lebih maksimal.

Kata kunci: *latihan otot dasar panggul, kualitas hubungan seksual, inkontinensia urin, ibu post partum*

ABSTRACT

EFFECT OF PELVIC FLOOR MUSCLE TRAINING ON QUALITY OF SEXUAL INTERCOURSE AND URINARY INCONTINENCE IN POST-PARTUM MOTHERS IN THE WORKING AREA OF LUBUK BUAYA HEALTH CENTER IN 2023

Novi Aulia Driza
2120332002

Dysfunction of the pelvic floor muscles following pregnancy and childbirth can lead to postpartum urine incontinence and sexual dysfunction. Exercises targeting the pelvic floor muscles can enhance sexual performance and reduce incontinence. In Koto Tengah District, Lubuk Buaya Community Health Center sees the most number of postpartum mother visits; most moms there report experiencing pain and discomfort during sex as well as postpartum urine incontinence. The purpose of this study was to ascertain how pelvic floor muscle training affected postpartum moms' urine incontinence and the quality of their sexual interactions.

This study's design is a quasi-experiment with a control group for the pretest and posttest. From June to September of 2023, all postpartum women made up the study's population. Purposive sampling was the method employed, with 26 participants in the intervention group and 26 participants in the control group making up the research sample. The chi square test was utilized for data analysis.

The group that received pelvic floor muscle training saw improvements in the quality of their sex and a reduction in their level of urine incontinence. Training the pelvic floor muscles has a major impact on postpartum mothers' urine incontinence and the quality of their sex. ($p=0.024$; $p=0.005$)

The study concludes that pelvic floor muscle training affects postpartum mothers' quality of sexual relationships and urine incontinence. Regular practice for longer than four weeks can yield the best outcomes.

Keywords : *pelvic floor muscle training, quality of sexual relations, urinary incontinence, post partum mothers*