

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada klien dengan inkontinensia urin mengenai penerapan senam kegel untuk mengurangi inkontinensia urin maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Hasil pengkajian yang telah dilakukan pada Ny. D pada tanggal 23 September 2024 didapatkan bahwa klien dengan inkontinensia urin dan masih merasakan sering BAK dengan frekuensi lebih dari 13 kali dalam sehari. Kemudian klien juga mengeluh sulit tidur dan sering terjaga pada malam hari.
2. Diagnosa keperawatan yang diangkat yaitu inkontinensia urin stres berhubungan dengan peningkatan tekanan intraabdomen (kehamilan), gangguan pola tidur berhubungan dengan kurang control tidur (kehamilan), kesiapan persalinan.
3. Intervensi keperawatan yang dilakukan yaitu latihan otot panggul, dukungan tidur, dan edukasi persalinan.
4. Implementasi dengan melakukan terapi senam kegel pada ibu hamil dengan inkontinensia urin.
5. Hasil evaluasi yang didapatkan ada penurunan keluhan sering BAK dari parah menjadi kategori sedang, masalah gangguan tidur teratasi, masalah kesiapan persalinan teratasi.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penulisan ini dapat diteruskan oleh penulis selanjutnya dengan pelaksanaan implementasi dan evaluasi yang dilakukan berturut-turut.

Berdasarkan keterbatasan implementasi yang ada pada penulisan ini, peneliti selanjutnya bisa menggunakan terapi senam kegel sesuai kondisi dan situasi klien.

### **2. Bagi Puskesmas**

Penulisan ini dapat dijadikan acuan sebagai topik dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil trimester III

