

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. D (39 TAHUN) G₆P₅A₀H₅ USIA
KEHAMILAN 34-35 MINGGU DENGAN INKONTINENSIA URIN DAN
PENERAPAN SENAM KEGEL DI PUSKESMAS AMBACANG
KELURAHAN AMPANG TAHUN 2025**



**WAHYUNI, S.Kep
NIM 2441312036**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2025**

FAKULTAS KEPERAWATAN

UNIVERSITAS ANDALAS

KARYA ILMIAH AKHIR

JULI, 2025

Nama : Wahyuni, S.Kep

Nim : 2441312036

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA NY. D (39 TAHUN) G₆P₅A₀H₅ USIA
KEHAMILAN 34-35 MINGGU DENGAN INKONTINENSIA URIN DAN
PENERAPAN SENAM KEGEL DI PUSKESMAS AMBACANG
KELURAHAN AMPANG TAHUN 2025**

ABSTRAK

Inkontinensia urin yaitu keluarnya urin yang terjadi secara tidak disengaja dengan intensitas atau frekuensi yang tidak tertentu dan sering terjadi pada ibu hamil trimester tiga. Dampak inkontinensia urin yang tidak diatasi dapat mempengaruhi kualitas hidup karena mengganggu aktivitas sehari-hari, hubungan interpersonal dan seksual, kesehatan mental, interaksi sosial, serta penyakit infeksi saluran kemih. Secara umum penanganan inkontinensia urin terbagi dua kategori yaitu farmakologis dengan obat dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis untuk mengurangi inkontinensia urin adalah senam kegel. Tujuan dari karya ilmiah akhir ini adalah untuk menerapkan asuhan keperawatan pada Ny.D (39 tahun) G₆P₅A₀H₅ usia kehamilan 34-35 minggu dan penerapan senam kegel untuk mengatasi inkontinensia urin. Metode penulisan ini dengan studi kasus. Masalah keperawatan yang diangkat inkontinensia urin stress, gangguan pola tidur dan kesiapan kehamilan. Implementasi yang diberikan yaitu senam kegel berdasarkan *evidence based practice nursing*. Terapi dilakukan selama satu minggu dengan 3 kali kunjungan. Hasil evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan skor *internasional consultation on incontinence quationnaire – urinary incontinence short form* dari skor frekuensi BAK 13 menjadi 11 kali dalam sehari. Senam kegel efektif menurunkan inkontinensia urin pada ibu hamil trimester III. Disarankan senam kegel menjadi topik untuk pendidikan kesehatan kepada ibu hamil, dan diterapkan pada ibu hamil trimester III dengan inkontinensia urin.

Kata Kunci : Inkontinensia urin, ibu hamil, trimester tiga, senam kegel

Referensi : 2017- 2024

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
FINAL SCIENTIFIC REPORT
JULY, 2025**

**Name : Wahyuni, S.Kep
NIM : 2441312036**

**NURSING CARE FOR MS. D (39 YEARS) G₆P₅A₀H₅ AGE 34-35 WEEKS OF
PREGNANCY WITH URINARY INCONTINENCE AND THE IMPLEMENTATION
OF KEGEL XERCISES AT AMBACANG COMMUNITY HEALTH CENTER,
AMPANG VILLAGE YEAR 2025**

ABSTRACT

Urinary incontinence is the involuntary loss of urine with an uncertain intensity or frequency and often occurs in pregnant women in the third trimester. The impact of untreated urinary incontinence can affect the quality of life because it interferes with daily activities, interpersonal and sexual relationships, mental health, social interactions, and urinary tract infections. In general, the treatment of urinary incontinence is divided into two categories: pharmacological with drugs and non-pharmacological. One of the non-pharmacological therapies to reduce urinary incontinence is Kegel exercises. The purpose of this final scientific paper is to apply nursing care to Ms. D (39 years old) G₆P₅A₀H₅, 34-35 weeks of gestation and the application of Kegel exercises to overcome urinary incontinence. This writing method is a case study. The nursing problems raised are stress urinary incontinence, sleep pattern disorders and pregnancy readiness. The implementation given is Kegel exercises based on evidence-based nursing practice. Therapy is carried out for one week with 3 visits. The evaluation results showed a decrease in the International Consultation on Incontinence Quotient (IQ) score – Urinary Incontinence Short Form – from 13 to 11 times a day. Kegel exercises are effective in reducing urinary incontinence in pregnant women in their third trimester. It is recommended that Kegel exercises be included in health education for pregnant women and implemented in pregnant women with urinary incontinence in their third trimester.

Keywords: Urinary incontinence, pregnant women, third trimester, kegel exercises

Bibliography : 2017- 2024