

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menua adalah suatu proses yang terjadi dalam kehidupan manusia. Setiap orang mengalami proses menua, dan waktu menua merupakan waktu hidup tua yang terakhir. Pada proses ini mengalami banyak perubahan baik secara fisik dan mental. Pada masa ini lansia mengalami masalah kesehatan, sehingga masalah kesehatan lansia menjadi pusat perhatian tenaga kesehatan (Azizah, 2017). Batasan untuk kategori lansia berdasarkan tingkat usia menurut WHO yaitu usia pertengahan (*middle age*) 45-59 tahun, Usia lanjut (*elderly*) 60-74 tahun, usia lanjut (*old*) 75-90 tahun dan sangat tua (*very old*) lebih dari 90 tahun (WHO, 2016)

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, (2017) lanjut usia adalah setiap individu yang telah berusia enam puluh tahun keatas. Pada tahun 2050 diprediksi usia harapan hidup di beberapa besar Negara Asia Tenggara akan berusia lebih 75 tahun. Menurut undang-undang Nomor 13 tahun 1998, Saat ini populasi lansia di Indonesia sejak 2011 mengalami peningkatan menjadi 20 juta jiwa (9,51%). dari keseluruhan provinsi di Indonesia, Sumatera Barat berada pada peringkat ke-6 dengan jumlah lansia yang terbanyak (Dep Kes, 2015)

Peningkatan jumlah lansia juga dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan yang dapat menurunkan kualitas hidup lansia. Salah satu masalah

kesehatan yang sering di jumpai adalah inkontenensia urin, inkontenensia urin banyak dialami dan perlu mendapatkan perhatian seiring dengan meningkatnya populasi lanjut usia. Setiap pria dan wanita tentu mengalami penurunan fungsi pada sistem perkemihan, semua itu akibatkan oleh penurunan tonus otot vagina dan otot pintu saluran kemih (uretra) disebabkan penurunan hormon estrogen sehingga keluarnya urin tidak dapat di kontrol. (Koerniawan, 2018)

Perubahan dan penurunan yang dialami lansia baik secara fisik, psikologis, sosial dan spiritual sangat berpengaruh terhadap kesehatan lansia. Sistem perkemihan adalah salah satu perubahan fisik yang sangat menjadi sorotan, dimana lanjut usia mengalami masalah dalam mengendalikan pengeluaran urin atau yang biasa disebut inkontinensia urin (Meiner, 2015). Inkontinensia urin adalah keluarnya urine tidak disadari walaupun dalam jumlah dan frekwensi yang cukup sehingga terjadi masalah gangguan kesehatan dan soial yang merupakan salah satu keluhan pertama pada penderita lansia (Hartinah , 2016)

Menurut data dari WHO (*World Health Organisation*), 200 juta penduduk di dunia mengalami inkontenensia urin, total penderita inkontenensia mencapai 13 juta dengan 85 % salah satunya perempuan berdasarkan National Kidney and Urologic Disease Advisory Board di Amerika Serikat, kisaran ini sebenarnya masih sangat kecil dari kondisi sebenarnya, sebab masih banyak kasus yang tidak di laporkan (Maas Et al dalam Rahmawati, 2020).

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2017) Negara Asia termasuk Indonesia di peroleh 5.052 laki-laki yang menderita masalah inkontenensia urin berkisar 15 sampai 30 % individu yang menderita inkontenensia urin di perkirakan berumur diatas 60 tahun. Menurut Diakno et al dalam Samosir, (2018) melaporkan prevalensi inkontinensia urine pada wanita lanjut usia sebesar 38% dan pada pria 19 %. Prevalensi Inkontinensia urine di Indonesia telah mencapai 5,8 % dari keseluruhan penduduk (Koerniawan, 2020)

Menurut Karjoyo, (2017) Tingginya angka terjadinya inkontenensia urin menyebabkan perlunya penataksanaan yang sesuai, sebab jika tidak segera di tangani, kejadian Inkontenensia dapat menimbulkan berbagai efek samping seperti infeksi saluran air kecil, infeksi kulit daerah genitalia, gangguan tidur, dekubitus dan gejala ruam pada kulit .

Menurut Koerniawan, (2020) Inkontinensia urin yaitu keluarnya air kecil secara spontan pada sembarang waktu tanpa disadari. Inkontinensia urine tipe stress merupakan jenis inkontinensia urine yang paling banyak di temukan pada wanita lansia. Inkontinensia urine tipe stress adalah keluarnya urine tanpa di sadarai pada saat batuk, bersin atau saat beraktivitas. Kejadian inkontenensia urin yang terus menerus secara langsung juga dapat menyebabkan pada penurunan kualitas hidup lanjut usia, akibat yang terjadi antara lain, lanjut usia menjadi kurang percaya diri dengan kondisinya, selanjutnya menutup diri dari lingkungan sekitarnya, hal tersebut di butuhkan sosialisasi serta aktifitas yang bermanfaat, membantu penanganan masalah kesehatan inkontenensia urin yang dialami oleh

setiap lansia dengan melakukan penatalaksanaan bladder training, seperti senam kegel (Moa & Sulasmini, 2017).

Senam kegel yaitu merupakan penatalaksanaan inkontenensia urin non farmakologi efektif yang di temukan oleh Arnold kegel seorang ginekologis Amerika pada tahun 1984. Aktivitas perilaku seperti senam kegel yang dikemukakan oleh Arnold kegel, melaporkan perbaikan/kesembuhan sampai 84% dengan latihan otot dasar panggul untuk wanita dan pria dengan berbagai macam tipe inkontinensia. Setelah tiga puluh menit melaksanakan *exercise* ini dengan rutin, maka terasa berkurangnya keluarnya buang air kecil, semua latihan diatas akan memberikan kontrol yang baik terhadap kandung kem., walaupun memakan waktu dan kesabaran, hasilnya cukup memuaskan (Darmojo, 2011).

Senam kegel yaitu senam yang berupa latihan untuk menguatkan otot panggul atau senam yang bertujuan untuk memperkuat otot-otot dasar panggul terutama otot *pubococcygeal* sehingga seorang wanita dapat memperkuat otot-otot saluran kemih. Senam kegel juga dapat menyembuhkan ketidakmampuan menahan buang air kecil (Samosir, 2018).

Menurut penelitian Koerniawan (2020) Senam kegel memperlihatkan dapat meningkatkan kemampuan berkontrol berkemih pada lansia yang mengalami inkontenensia urin, sehingga disarankan pada lansia untuk melakukan srnam kegel secara rutin karena mudah dan tidak memerlukan alat apapun serta menjadi aktifitas fisik yang baik selama waktu senggang, jadi dapat dilakukan kapan pun.

Studi penelitian yang dilakukan Nilsen (2018) membuktikan bahwa senam kegel dapat mengurangi frekwensi dan meringankan gejala inkontinensia urin. Hal yang sama juga didapatkan dari hasil penelitian Karjoyo (2016) terhadap 30 orang lansia di wilayah kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan menunjukkan adanya pengaruh latihan otot dasar panggul terhadap frekuensi inkontinensia urin dari yang mengalami frekuensi sedang menjadi jarang.

Hasil penelitian Hartinah, dkk (2016) bahwa ada pengaruh kegel exercise terhadap penurunan inkontenensia urin pada lansia. Menurut penelitian Syahida (2018), terdapat pengaruh senam kegel terhadap penurunan gejala inkontenensia urin pada lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarbaru, senam kegel tersebut akan efektif dilaksanakan jika di berikan sebanyak 3 kali dalam seminggu selama empat minggu.

Berbeda dengan penelitan yang dilakukan Samosir (2019) melakukan intervensi selama 2 minggu dengan intensitas 3 kali seminggu dengan menggunakan skala Ruis (Resived Urinary Inkontenence Scale) di dapatkan hasil peningkatan kekuatan otot dasar panggul yang di lihat dari penurunan derajat inkontenensia urin. Selaras yang dilakukan panelitian oleh Rahmawati, dkk (2020) bahwa penelitian dilakukan selama 2 minggu di dapatkan hasil bahwa lansia dengan masalah inkontenensia urin mengalami peningkatan kualitas dan kemampuan berkemih dengan baik setelah dilakukan senam kegel secara rutin.

Berdasarkan dari hasil pengkajian yang dilakukan pada keluarga Ny. E didapatkan masalah kesehatan pada Ny. E dengan Inkontenensia urin tipe Stres.

dapatkan keluhan bila batuk atau bersin selalu keluar air kencing dalam jumlah yang sedikit dan begitupun dengan tertawa terbahak bahak juga akan keluar kencing. Keluhan ini dirasakan Ny. E sejak 2 tahun yang lalu. Ny. E mengatakan tidak pernah kontrol atau berobat untuk masalah yang di deritanya karena tidak punya waktu untuk berobat. Ny E mengatakan sering minum kopi setiap pagi. Ny E mengatakan tidak pernah melakukan Olah raga. Penilaian Kuisisioner RUIS (*Revised Urinary Incontinence Scale*) adalah 12.

Keluarga Ny. E mengatakan tidak mengetahui secara pasti tentang penyebab dan pengobatan dari Inkontinensia Urin dan merasakan membutuhkan perawatan yang koomprehensif, maka mahasiswa perlu melakukan pembinaan pada keluarga Ny. E yang mempunyai masalah kesehatan yang menderita penyakit Inkontinensia Urin tersebut di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo dalam bentuk upaya promotif dan Preventif dengan bekerja sama dengan pihak terkait. Pembinaan tersebut penulis dokumentasikan dalam sebuah Laporan Ilmiah Akhir yang berjudul “ **Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia Ny E dengan Inkontenensia Urin Melalui Penerapan *Kegel Exercise* di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo**”.

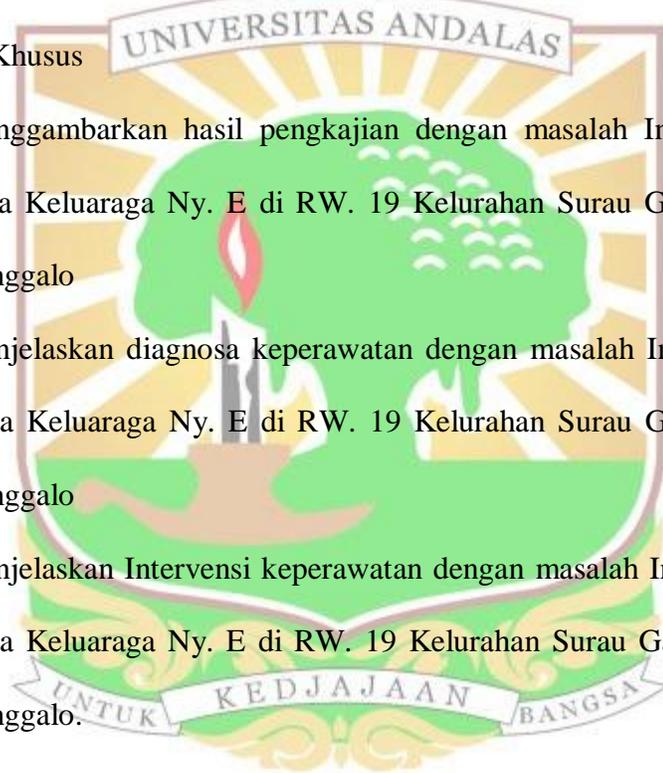
B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Memberi gambaran asuhan keperawatan yang komprehensif terhadap lansia kelolaan dengan inkontinensia urin dan sanggup menerapkan menejemen kasus pada lansia yang berada di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang kecamatan Nanggalo Tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Menggambarkan hasil pengkajian dengan masalah Inkontinensia Urin pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang kecamatan Nanggalo
- b. Menjelaskan diagnosa keperawatan dengan masalah Inkontinensia Urin Pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang kecamatan Nanggalo
- c. Menjelaskan Intervensi keperawatan dengan masalah Inkontinensia Urin Pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo.
- d. Menjelaskan Implementasi keperawatan dengan masalah Inkontinensia Urin Pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo .
- e. Menjelaskan Evaluasi dari implementasi dengan masalah Inkontinensia Urin Pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang kecamatan Nanggalo



- f. Menjelaskan Analisa kasus dengan masalah Inkontinensia Urin Pada Keluarga Ny. E di RW. 19 Kelurahan Surau Gadang kecamatan Nanggalo .

C. Manfaat

1. Bagi mahasiswa

Sebagai pengembangan kemampuan mahasiswa dalam memberikan asuhan keperawatan komprehensif dan menambah pengalaman mahasiswa dalam merawat lansia dengan masalah Inkontinensia urin dengan menerapkan latihan senam Kegel.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil laporan Ilmiah ini dapat di jadikan bahan referensi bagi peneliti yang ingin meneliti tentang asuhan keperawatan pada lansia dengan masalah Inkontinensia Urin dengan cara menerapkan senam Keegel.

3. Bagi Keluarga

Diharapkan dari hasil Asuhan Keperawatan yang di berikan pada keluarga Ny E dapat memberikan manfaat dalam pemeliharaan keshatan yang ada dalam keluarga Ny. E.

4. Bagi Puskesmas

- a. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu bahan masukan bagi puskesmas dengan pembuatan kebijakan standar asuhan keperawatan terhadap lansia dengan masalah inkontinensia urin dengan penerapan latihan senam Kegel.

- b. Hasil laporan ilmiah akhir ini dapat menjadi salah satu pertimbangan bagi puskesmas dalam membuat kebijakan untuk meningkatkan pelayanan keperawatan yang bersifat promotif dan preventif serta penyuluhan senam kegel sehingga dapat meningkatkan minat dan partisipasi lansia dalam kegiatan tersebut

