

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap individu akan mengalami proses penuaan hal ini merupakan tahap lanjut dari proses kehidupan. Lansia atau lanjut usia merupakan usia setiap individu yang telah memasuki 60 tahun atau lebih. Perkembangan zaman dan kemajuan teknologi pada bidang kesehatan saat ini meningkatkan angka harapan hidup dan menurunkannya angkat kematian khususnya pada penduduk dengan usia lanjut. Populasi penduduk usia lanjut didunia maupun di Negara Indonesia terus mengalami peningkatan (Badan Pusat Stastistik, 2020)

Hal ini sesuai dengan data Badan Pusat Stastistik tahun 2021 yaitu jumlah lansia di Indonesia mencapai 29,3 juta dengan presentase 10,82% dari total penduduk di Indonesia. Hal ini menunjukkan Indonesia berada pada struktur *Ageing Population*, karena presentasenya melebihi 10% penduduk yang ada di Indonesia (Badan Pusat Stastistik, 2021)

Jumlah lansia di Kalimantan Timur pada tahun 2020 menurut usia 45-75+ sebanyak 899.480 jiwa. Jika dibedakan berdasarkan usia, lansia dengan usia 45-49 tahun yaitu 250.538 jiwa, usia 50-54 tahun sebanyak 205.197 jiwa, usia 55-59 tahun sebanyak 161.515 jiwa, 60-64 tahun sebanyak 75.918 jiwa, usia 70-74 tahun sebanyak 47.347 jiwa, usia 75+ tahun sebanyak 43.940 jiwa (Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur, 2020).

Setiap lansia akan mengalami proses penuaan yang mengakibatkan penurunan fungsi tubuh yang menyebabkan terjadinya perubahan fisiologis

dan psikologis. Menurut Soetarmi, dkk., (2016 Dalam Lestari, dkk., 2021) salah satu perubahan fisiologis yang terjadi yaitu perubahan pada sistem perkemihan dengan terjadinya penurunan daya tampung pada kandung kemih. Kandung kemih akan menjadi lemah karena tidak teraturnya otot sfingter dalam berkontraksi sehingga proses berkemih pada lansia akan mengalami peningkatan. Kapasitas dari kandung kemih akan berkurang, tekanan penutupan uretra, meningkatnya volume urine sisa pasca berkemih, dan berubahnya ritme produksi urine di malam hari hal ini dikarenakan karena terjadinya proses penuaan. Penurunan kontrol kandung kemih dapat menimbulkan suatu masalah jika tidak diatasi yaitu inkontinensia urine atau kemampuan buang air kecil (bak) atau frekuensi berkemih ≥ 8 sehari/24 jam yang dikenal juga dengan inkontinensia urine (Agoes, (2011 Dalam Lestari, dkk., 2021).

Inkontinensia urin merupakan suatu gangguan pada sistem perkemihan yang ditandai dengan pengeluaran urin tanpa disadari (involunter), hal ini menimbulkan berbagai masalah pada sistem kesehatan atau sosial, higienis, psikososial, dan ekonomi. Dampak negative bagi lansia yang dapat ditimbulkan secara fisik yaitu mudah lelah dan pusing karena sering terbangun untuk buang air kecil sehingga waktu tidur lansia akan berkurang (Darmojo, B. (2015 Dalam Samosir & Ilona, 2019). Selain itu lansia beresiko tinggi jatuh karena harus sering pergi ke kamar mandi.

Menurut data dari WHO, 200 juta penduduk di Dunia yang mengalami inkontinensia urine. Tingginya angka kejadian penduduk yang mengalami inkontinensia urine membutuhkan suatu penanganan yang cepat dan tepat.

Karena jika tidak diatasi inkontinensia urine dapat menimbulkan komplikasi atau berbagai masalah kesehatan seperti lansia infeksi saluran kemih, infeksi kulit kelamin, gangguan tidur, dan gejala kulit kemerahan, selain itu dapat menimbulkan pada masalah psikososial, hal ini membuktikan bahwa perlunya penanganan untuk mengatasi inkontinensia urine agar tidak berdampak lebih buruk pada kesehatan dan psikososial pada lansia (Soetarmi, 2016).

Menurut Lestari, (2021) salah satu terapi non farmakologis untuk mengatasi inkontinensia urine pada lansia yaitu dengan melakukan latihan otot panggul atau bisa disebut dengan senam kegel (*Kegel exercise*). Senam kegel adalah bentuk latihan yang dapat menguatkan otot dasar panggul khususnya pada bagian otot pubococcygeus, selain itu mengencangkan otot-otot vagina dan otot levator ani. Ketika lansia melakukan latihan senam kegel secara rutin maka diharapkan otot tersebut dapat pulih sehingga kekuatannya otot tersebut dapat mengontrol pengeluaran dari urine.

Senam kegel merupakan pilihan terapi nonfarmakologi yang paling mudah jika dilakukan oleh lansia karena gerakan dari *Kegel exercise* yang mudah dipahami, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan kapanpun dan dimanapun oleh lansia seperti dalam kondisi berdiri, duduk atau berbaring. Keluarga juga memiliki peran penting dalam pemberi perawatan memiliki tanggung jawab dalam memonitoring lansia saat melaksanakan senam kegel sehingga mendapatkan manfaat dan hasil yang baik (Lestari, dkk., 2021).

Berdasarkan penelitian dari Karjoyo, Pangemanan, & Onibala, (2017) dengan judul “Pengaruh Senam Kegel Terhadap Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lanjut Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tumpaan Minahasa Selatan” dengan responden lansia yang mengalami inkontinensia urine sebanyak 30 lansia. Sebelum melakukan Senam Kegel frekuensi inkontinensia urine pada lansia yaitu sedang. Dan setelah melakukan Senam Kegel rata-rata frekuensi inkontinensia pada lansia menjadi jarang atau ringan. Hal ini membuktikan terdapat pengaruh terhadap frekuensi inkontinensia urine sesudah lansia diberikan Senam Kegel.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Suhartiningsih, Cahyono, Egho, (2021) dengan judul “Pengaruh Senam Kegel Terhadap Inkontinensia Urin Pada Lansia Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Matara” dilakukan pada 26 lansia ditemukan 23% lansia mengalami Inkontinensia urin ringan, 62% inkontinensia urin sedang, dan 15% inkontinensia urin berat sebelum mendapatkan perlakuan senam kegel. Setelah diberikan intervensi senam kegel pada lansia maka ditemukan hasil 42% tidak inkontinensia urin, 15% inkontinensia urin ringan, 35% inkontinensia urin sedang dan 8% lansia inkontinensia urin berat. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh senam kegel pada inkontnensia urine pada lansia.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan wawancara yang dilakukan pada bulan Juni 2022 oleh peneliti kepada 2 pasien lansia sebagai pasien intervensi dan kontrol. Hasil pengkajian yang ditemukan pada Ny. S sebagai pasien intervensi mengatakan bahwa pasien mengeluh sering buang air kecil 11-12 kali dalam sehari dengan nokturia 2-3 kali, tidak bisa mengontrol atau

menahan untuk berkemih, dan terkadang urine menetes. Sedangkan pada Ny. S.U sebagai pasien kontrol mengeluh sering buang air kecil 12-13 kali dalam sehari dengan nokturia 3 kali, tidak bisa menahan untuk berkemih, dan urine menetes ketika batuk atau bersin. Maka diperlukanya suatu penanganan untuk mengatasi inkontinensia urine pada lansia, pada pasien intervensi akan diberikan intervensi senam kegel sedangkan pada kelompok kontrol tidak diberikan intervensi senam kegel hanya perawatan inkontinensia urine. Hal ini dilakukan sebagai pembandingan terhadap keefektifitasan dari senam kegel.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin memaparkan terkait pelaksanaan asuhan keperawatan dengan intervensi inovasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine pada lansia.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah sebagai berikut: “Bagaimana gambaran analisa pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien lansia dengan intervensi inovasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan analisa terhadap pasien lansia dengan intervensi inovasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kasus kelolan pada pasien lansia dengan inkontinensia urine
- b. Mengidentifikasi pengaruh intervensi latihan senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine pada lansia
- c. Menganalisa hasil dari pengaruh intervensi latihan senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine pada lansia
- d. Menganalisa hasil perbedaan frekuensi inkontinensia urine pada pasien intervensi senam kegel dengan pasien kontrol yang tidak berikan intervensi senam kegel.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Keilmuan

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi serta referensi kepustakaan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan sebagai acuan dalam melaksanakan proses pembelajaran terhadap mahasiswa mengenai intervensi inovasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia pada lansia.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan peneliti dan menambah ilmu pengetahuan terkait dengan pengaruh intervensi inovasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia pada lansia.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat digunakan sebagai referensi bagi pengembangan ilmiah khususnya bidang keperawatan serta menjadi data awal untuk penelitian selanjutnya terkait intervensi inonasi senam kegel terhadap frekuensi inkontinensia pada lansia.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Lansia

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu cara atau acuan *alternative* dalam menurunkan frekuensi inkontinensia urine khususnya pada lansia sebagai dengan latihan senam kegel.

b. Bagi Keperawatan

Penelitian diharapkan dapat diaplikasikan pada dunia keperawatan khususnya pada sistem perkemihan sebagai *alternative* penanganan keperawatan mandiri untuk menurunkan frekuensi inkontinensia urine khususnya pada lansia dengan menggunakan intervensi inovasi yaitu senam kegel.