

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Proses penuaan merupakan suatu perubahan dimana terjadi perubahan berupa penurunan fungsi organ tubuh pada lansia, hal ini ditandai dengan adanya perubahan fisik, biologis dan psikologis. Terdapat empat masalah kesehatan pada lansia yang memerlukan perawatan segera, yaitu imobilisasi, ketidakstabilan, gangguan mental dan masalah yang terjadi pada sistem perkemihan. Masalah pada sistem perkemihan yang sering dialami oleh lansia adalah Inkontinensia urine. (Syahida et al., 2018)

Inkontinensia urine adalah masalah individu terhadap kebocoran urine. Pendapat lain juga mengatakan Inkontinensia urine merupakan ketidak mampuan seserang untuk menahan berkemih, sehingga hal ini berdampak pada gangguan kebersihan dan hubungan social suatu individu. Risiko Inkontinensia urine dapat meningkat seiring dengan proses penuaan. Seiring dengan proses penuaan normal, kemampuan ginjal untuk memekatkan urine akan berkurang dan kapasitas kandung kemih akan berkurang. Selain itu, kandung kemih akan mudah mengalami iritasi. (Setyoadi, 2013)

Menurut data dari WHO, sebanyak 200 juta jiwa penduduk di dunia mengalami inkontinensia urine. Jumlah ini sebenarnya masih terlalu sedikit dari kondisi yang sebenarnya, sebab masih terdapat banyak kasus yang tidak dilaporkan. Berdasarkan hasil riset Kesehatan dasar oleh Departemen Kesehatan RI pada tahun 2012, di Indonesia jumlah penderita inkontinensia urine cukup signifikan. Pada tahun 2006 diperkirakan sekitar 5,8% jiwa dari jumlah penduduk di Indonesia

mengalami Inkontinensia urine. Akan tetapi penanganan terhadap inkontinensia urine ini masih sangat kurang. Penyebabnya adalah masyarakat yang belum mengetahui tempat yang tepat untuk berobat disertai kurangnya pemahaman tenaga kesehatan tentang inkontinensia urine.(Dewi et al., 2017)

Masalah inkontinensia urine ini dapat ditangani dengan cara surgical. Akan tetapi, dengan cara ini mayoritas lansia akan merasa takut dalam menjalankannya. Sehingga penanganan masalah ini yang paling efektif adalah dengan cara nonsurgical seperti senam kegel. Senam kegel merupakan latihan kontraksi otot secara aktif yang dapat menguatkan otot dasar panggul, sehingga dapat memperkuat fungsi pada kandung kemih yang berpengaruh terhadap pengurangan frekuensi Inkontinensia urine yang kebanyakan dialami oleh lansia.(Hartini, 2019)

Pada saat ini latihan senam kegel sudah banyak diterapkan di berbagai pelayanan kesehatan bahkan dapat juga dilakukan di rumah secara mandiri. Penerapan senam kegel saat ini biasa dilakukan menggunakan alas berupa matras atau bahkan tanpa menggunakan alas, sehingga lansia yang melakukan latihan senam kegel kurang merasa nyaman, kurangnya kenyamanan pada lansia ini disebabkan oleh menurunnya kemampuan mobilisasi pada lansia.

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti perancangan alat bantu *pelvic exercise* sebagai Upaya untuk memberikan Dukungan pada lansia dalam melakukan latihan senam kegel.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah mengenai “Bagaimana Perancangan Alat Bantu

Pelvic Exercise Dalam Mendukung Pelaksanaan Senam Kegel Pada Lansia Dengan Risiko Inkontinensia Urine”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Merancang alat *pelvic exercise* sebagai Upaya untuk mendukung pelaksanaan senam kegel pada lansia dengan risiko inkontinensia urine.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tahap analisis alat *pelvic exercise* sebagai Upaya untuk mendukung pelaksanaan senam kegel pada lansia dengan risiko inkontinensia urine.
- b. Mengidentifikasi proses perancangan alat *pelvic exercise* sebagai Upaya untuk mendukung pelaksanaan senam kegel pada lansia dengan risiko inkontinensia urine.
- c. Mengidentifikasi kelayakan alat *pelvic exercise* sebagai Upaya untuk mendukung pelaksanaan senam kegel pada lansia dengan risiko inkontinensia urine.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Tugas Akhir ini dapat digunakan sebagai dasar inovasi untuk menambah teori perancangan alat dan menambah ilmu pengetahuan dalam bidang kesehatan tentang penggunaan alat *pelvic exercise* untuk memberikan dukungan pelaksanaan senam kegel pada lansia.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Keluarga Lansia Dengan Risiko Inkontinensia Urine

Membantu keluarga pasien untuk mendukung proses pelaksanaan senam kegel pada lansia dengan risiko inkontinensia urine yang dilakukan secara mandiri dirumah.

b. Bagi Penderita Inkontinensia Urine

Dapat menjadi terapi tambahan non-farmakologis dan alat refleksi yang berguna dalam mendukung pelaksanaan senam kegel.