

**UNIVERSITAS ESA UNGGUL  
FAKULTAS ILMU-ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
Skripsi, Juli 2018**

REZA LORETA PUTRI  
2014-33-023

**“PENGARUH SENAM KEGEL TERHADAP TINGKAT  
INKONTINENSIA URIN PADA WANITA PASCA MELAHIRKAN  
DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS KECAMATAN KEBON JERUK  
JAKARTA BARAT TAHUN 2018”**

7 BAB + 95 Halaman + 11 Tabel + 3 Skema + 15 Gambar + 16 Lampiran

**ABSTRAK**

40% wanita yang pernah melahirkan menderita inkontinensia urine. Inkontinensia urin yang tidak mendapatkan penatalaksanaan yang optimal akan berdampak terhadap aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup. Multipara merupakan salah satu faktor risiko yang sangat signifikan mengalami Inkontinensia urin. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apakah ada Pengaruh Senam Kegel Terhadap Tingkat Inkontinensia Urin Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018. Sampel yang digunakan adalah pasien wanita pasca melahirkan di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk Tahun 2018 dengan jumlah responden 40 orang. Metode yang digunakan adalah pre-eksperimen dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Wilcoxon signed rank* berdasarkan hasil penelitian didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh bermakna antara Senam Kegel Terhadap Tingkat Inkontinensia Urin Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Kecamatan Kebon Jeruk Jakarta Barat Tahun 2018. Disarankan untuk pihak Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk perlu menerapkan kebijakan baru agar senam kegel dapat diterapkan dan dijalankan sebagai salah satu solusi pada pasien wanita pasca melahirkan dengan inkontinensia urin.

Kata Kunci : Senam Kegel, Tingkat Inkontinensia Urin, Wanita Pasca Melahirkan

Kepustakaan : 55 (2008-2017).

**UNIVERSITY OF ESA UNGGUL  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE**

**NURSING SCIENCE STUDY PROGRAM**  
**Thesis, July 2018**

REZA LORETA PUTRI  
2014-33-023

**“THE EFFECT OF KEGEL EXERCISE ON THE LEVEL OF URINARY INCONTINENCE AMONG POSTPARTUM WOMEN IN THE KEBON JERUK PRIMARY HEALTH CARE WEST JAKARTA IN 2018”.**

7 Chapters + 95 Pages + 11 Tables + 3 Schemes + 15 Images + 16 Attachments

**ABSTRACT**

40% of women who have given birth suffer from urinary incontinence. Urinary incontinence that does not get optimal management will impact on daily activities and quality of life. Multiparas is one of the most significant risk factors for urinary incontinence. This study aims to identify whether there is effect kegel exercise on the level of urinary incontinence in postpartum women in Kebon Jeruk primary health care West Jakarta in 2018. The sample used is postpartum women in working area of Puskesmas Kebon Jeruk in 2018 with 40 respondents. The method used is pre-experiment with one group pre-posttest design approach. The statistical test used is Wilcoxon signed rank test based on the results of the research obtained p-value of 0.000 ( $<0.05$ ) which means there is a significant influence between Kegel exercise on the level urinary incontinence in postpartum women in work area Puskesmas Kebon Jeruk West Jakarta in 2018. It is recommended for the Puskesmas Kebon Jeruk to implement a new policy so that Kegel exercises can be applied and run as one of the solutions for postpartum women with urinary incontinence.

Keywords: Kegel Exercise, The Level of Urinary Incontinence, postpartum women

Literature: 55 (2008-2017).