

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Pada bab ini dijelaskan tentang latar belakang masalah penelitian, identifikasi masalah, rumusan masalah, tujuan umum, tujuan khusus, manfaat dan kebaruan (novelty).

### **A. Latar Belakang Masalah**

Proses persalinan sering menimbulkan komplikasi akibat adanya stres terhadap jaringan jalan lahir dan bayi. Lamanya persalinan dapat mengakibatkan terjadinya kerusakan saraf-saraf otot dasar panggul, termasuk uterus dan otot-otot kandung kemih. Lemahnya otot dasar panggul dapat menimbulkan inkontinensia urin. Inkontinensia urin tidak mengancam jiwa pada penderita, tetapi dapat berdampak terhadap fisik dan kualitas hidup. (Saifudin, 2001 dalam Pinem, et al., 2012).

Inkontinensia urin merupakan masalah kesehatan yang serius yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari, kualitas hidup serta meningkatkan risiko infeksi postpartum. Inkontinensia urin adalah salah satu komplikasi dari persalinan yang biasanya sering terjadi pada periode postpartum (Melania, 2013).

Inkontinensia urin juga jarang dikeluhkan oleh pasien atau keluarga karena dianggap sesuatu yang biasa, malu atau tabu untuk diceritakan pada orang lain maupun pada petugas kesehatan, dianggap sesuatu yang wajar tidak perlu diobati.

Inkontinensia urin sendiri bukanlah suatu penyakit, tetapi merupakan gejala yang menimbulkan gangguan kesehatan, sosial, psikologi serta dapat menurunkan kualitas hidup dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Soetojo,2009).

Multipara merupakan salah satu faktor risiko yang sangat signifikan mengalami inkontinensia urin. Selain itu ada beberapa faktor risiko lain yang dapat memicu terjadinya inkontinensia urin, diantaranya adalah usia, paritas tinggi, gangguan neurologis, kelebihan berat badan, perokok, minum alkohol, intake cairan berlebihan atau kurangnya aktifitas. Kelebihan berat badan menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya inkontinensia urin, karena beban kerja dasar panggul pada orang-orang gemuk lebih besar daripada orang yang kurus (Soetojo, 2009).

Banyak wanita mengalami kebocoran urine yang tidak dapat dikendalikan akibat cedera saat melahirkan. Beberapa kondisi yang mengganggu pengontrolan urin meliputi *stress urinary incontinence*, akibat peningkatan tekanan intra abdomen yang tiba-tiba (misal: tekanan mendadak yang timbul akibat bersin atau batuk), *urge incontinence*, yang disebabkan oleh gangguan pada kandung kemih dan uretra. Hampir 50% wanita yang pernah melahirkan akan menderita prolaps organ genitourinaria dan 40% dari mereka disertai dengan inkontinensia urin (Junizaf, 2008).

Di Indonesia, kejadian inkontinensia urin pada wanita postpartum sebanyak 34,1% pada 6 minggu pertama, dan pada 3 bulan postpartum menurun menjadi 27,75%. Sedangkan, menurut cara persalinannya, wanita yang melahirkan

pervaginam berisiko lebih tinggi mendapat inkontinensia urin dibandingkan persalinan perabdominam (33,33% : 17,20%,  $P < 0,05$ ) (Sari, 2016).

Penelitian yang dilakukan di Poli hamil dan Poli KB RSUD Mataram sebelumnya melihat perubahan tingkat inkontinensia urin yang dipengaruhi cara persalinan normal. Pada penelitian sebelumnya didapatkan kesimpulan ibu postpartum yang mengalami inkontinensia urin diberikan senam kegel selama 3-4 minggu dapat menurunkan tingkat inkontinensia urin serta dapat menurunkan frekuensi berkemih pada ibu postpartum (Yunitasari, et al., 2008).

Angka kejadian inkontinensia lebih sering terjadi pada wanita multipara dibandingkan wanita nullipara, namun tidak terdapat perbedaan tingkat inkontinensia pada wanita yang telah satu, dua atau tiga kali melahirkan. Senam kegel merupakan salah satu cara untuk mengatasi kesulitan menahan buang air kecil pada wanita yang baru melahirkan. Tujuan utamanya adalah untuk meningkatkan kekuatan otot dasar panggul yang terdiri dari kontraksi kelompok otot yang berulang serta menurunkan tingkat inkontinensia urin (Potter dan Perry, 2005 dalam Yunitasari, 2008).

Kehamilan dan persalinan akan menyebabkan dasar panggul melemah atau rusak sehingga tidak dapat berfungsi dengan baik. Melemahnya otot-otot yang melingkari vagina sering disebabkan oleh kelahiran anak melalui vagina. Hampir 50% wanita yang pernah melahirkan akan mengalami prolaps organ genitourinaria dan 40% disertai inkontinensia urin. Diantara kondisi ini stres inkontinensia

merupakan salah satu yang paling tinggi prevalensinya. Satu dari tiga wanita akan mengalami inkontinensia selama hidupnya dan lebih 65% wanita ini menyatakan bahwa hal tersebut dimulai saat kehamilan maupun sesudah melahirkan (Wyman, 2003 dalam Arsyad, et al., 2012).

Menurut Purnomo (2007) kelemahan otot-otot dasar panggul yang berfungsi sebagai penyangga uretra dan buli- buli dapat diperbaiki dengan melakukan senam kegel. Dikatakan senam kegel yang dilakukan secara berulang menyebabkan terjadinya hipertropi otot-otot dasar panggul. Hal ini dapat meningkatkan tekanan mekanik pada uretra sehingga memperbaiki fungsi sphincter uretra dengan hipertrofi otot-otot dasar panggul dapat meningkatkan kemampuannya dalam menyangga organ-organ pelvis sehingga mampu mencegah desensus buli-buli uretra (Purnomo, 2007 dalam Yunitasari, 2008).

Latihan untuk memperkuat otot panggul (sering disebut latihan senam kegel) telah lama digunakan untuk mengobati atau menurunkan inkontinensia urin (Dahlan & Martiningsih, 2014). Senam kagel dapat melatih otot-otot dasar panggul, otot-otot vagina, perut, yang pada saat persalinan pervaginam mengalami peregangan dan kerusakan terutama bagian perineum dapat menyebabkan nyeri setelah melahirkan, dengan melakukan senam kagel otot-otot akan kembali pulih seperti semula sehingga ibu tidak lagi mengalami nyeri. Selain itu dengan melakukan senam kagel akan memperlancar peredaran darah menuju perineum, keadaan darah yang kaya akan oksigen yang bersih diharapkan akan membantu dalam

proses penyembuhan sehingga persepsi nyeri yang dirasakan berkurang (Pramila, 2013).

Instrumen untuk mengkaji tingkat inkontinensia urin adalah dengan menggunakan kuesioner yang dikenal dengan *International Consultant Incontinence Questionnaire-Urine Incontinence Short Form (ICIQ-UISF)* yang dikembangkan oleh tim peneliti dari *The International Centre for Allied Health Evidence University of South Australia*. Uji validitas dan reabilitas dilakukan pada 10 responden. Uji validitas menggunakan korelasi *Pearson Product Moment* dan uji reabilitas menggunakan *Alpha Cronbach* dengan keseluruhan instrument bernilai  $> 0,7$  yang berarti reliable, kuisisioner ini digunakan untuk semua kelompok yang mengalami inkontinensia urin (Melania, 2013.,Fernandes, 2010.,Rustanti, et al.,2015).

Hasil penelitian sebelumnya, sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Stanley & Beare, (2006) dan Maas et al, (2011) bahwa senam Kegel merupakan salah satu terapi non farmakologis bagi pasien inkontinensia urine yang tidak memiliki efek samping bila dilakukan secara rutin oleh ibu postpartum untuk menguatkan otot dasar panggul sehingga dapat mengurangi frekuensi terjadinya inkontinensia urine. Menurut Maas, et al (2011) latihan otot dasar panggul melibatkan kontraksi berulang otot pubokoksigeus, otot yang membentuk struktur penyokong panggul dan mengelilingi pintu panggul pada vagina, uretra, dan rectum. Latihan/Senam Kegel ini meningkatkan tonus otot dasar panggul, dengan menguatkan otot dasar panggul pada saat berkemih dirasakan, individu mampu menunda episode

inkontinensia urine yang berhubungan dengan kelemahan otot panggul dan/atau kelemahan pintu keluar kandung kemih.

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa rata-rata keberhasilan melatih otot dasar panggul untuk mencegah inkontinensia urin dilaporkan sebesar 56%-75%. (Freeman, 2004 dalam Arsyad et al., 2012). Inkontinensia urin pada ibu postpartum dapat menetap selama tiga bulan. Terapi yang digunakan untuk menurunkan tingkat inkontinensia adalah dengan melakukan latihan otot dasar panggul, latihan ini dapat menurunkan angka kejadian inkontinensia sebesar 20%. Dari data diatas terlihat bahwa semakin sering dalam menjalankan program, maka efeknya semakin besar (Smith, et al., 2009 dalam Arsyad, et al., 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan dan pengamatan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk terhadap pasien inkontinensia urin pasca melahirkan pada tahun 2018 didapatkan bahwa kejadian inkontinensia pada bulan januari sekitar 28 pasien, bulan Februari 30 pasien sedangkan untuk bulan Maret ini meningkat menjadi 40 pasien. Sekitar 0,2 % pasien memiliki masalah inkontinensia berat. Sebagian besar pasien yang mengalami inkontinensia urin pasca melahirkan tidak diberikan terapi apapun tetapi untuk inkontinensia urin yang berat diberikan terapi pengobatan serta pemasangan kateter. Dari fenomena dan kejadian ini peneliti mencoba melakukan penelitian dengan senam Kegell. Diharapkan angka kejadian setelah melakukan senam Kegell, tingkat inkontinensia urin dari wanita pasca melahirkan mengalami penurunan, dengan terapi ini juga diharapkan keluarga dapat mandiri melakukannya.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

Inkontinensia urin pasca melahirkan merupakan masalah kesehatan yang serius yang akan mengganggu aktivitas sehari-hari, kualitas hidup serta meningkatkan risiko infeksi postpartum. Inkontinensia urin tidak mengancam jiwa pasien, namun hal ini dapat berdampak terhadap fisik, kualitas hidup, serta aktivitas sehari-hari. Inkontinensia urin secara tidak langsung akan meningkatkan terjadinya infeksi pada periode postpartum (Melania, 2013).

## **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan studi kepustakaan peneliti tertarik melakukan penelitian apakah ada Pengaruh Senam Kegel Terhadap Tingkat Inkontinensia Urin Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk.

## **D. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu tujuan umum dan tujuan khusus.

### **1. Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Pengaruh Senam Kegel Terhadap Tingkat Inkontinensia Urin Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk.

## **2. Tujuan Khusus**

- a. Teridentifikasi karakteristik responden yang di teliti meliputi usia, jumlah persalinan, dan IMT (Indeks Masa Tubuh).
- b. Teridentifikasi tingkat inkontinensia urin sebelum dilakukan senam kegel pada responden.
- c. Teridentifikasi tingkat inkontinensia urin setelah dilakukan senam kegel pada responden.
- d. Teridentifikasi perbedaan tingkat inkontinensia urin sebelum dan setelah dilakukan senam kegel pada responden.
- e. Teridentifikasi analisis terhadap Pengaruh Senam Kegel Terhadap Tingkat Inkontinensia Urin Pada Wanita Pasca Melahirkan Di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Kebon Jeruk.

## **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat bagi berbagai pihak, yaitu:

### **1. Manfaat Praktisi**

#### **a. Bagi Peneliti**

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat di jadikan landasan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam tentang tindakan keperawatan untuk menurunkan tingkat inkontinensia urin pada wanita pasca melahirkan.

## **2. Manfaat Ilmiah**

### **a. Bagi Institusi Pendidikan**

Menambah data hasil penelitian keperawatan serta sebagai sarana belajar yang relevan terkait senam kegel pada pasien dengan inkontinensi urin dan menambah wawasan mengenai metode keperawatan dalam sistem perkemihan khususnya masalah inkontinensi urin.

### **b. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan**

Meningkatkan pengetahuan bagi perawat dalam memberikan tindakan keperawatan dalam menurunkan tingkat inkontinensia urin pada wanita pasca melahirkan, serta meningkatkan kualitas *Discharge Planing* pada pasien dan keluarga agar tingkat inkontinensia urin pada wanita pasca melahirkan baik.

### **c. Bagi Masyarakat**

Menurunkan tingkat inkontinensia urin pada wanita pasca melahirkan agar dapat menurunkan frekuensi berkemih dan memperkuat kemampuan untuk menahan kemih serta mengembalikan elastisitas vagina setelah melahirkan, karena senam kegel dapat dilakukan oleh diri sendiri maupun keluarga.

### **d. Bagi Peneliti Lain**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya yang membahas tentang topik yang sama.

## F. Kebaruan (Novelty)

1. Hasil penelitian Sari (2016) Penelitian ini menggunakan desain potong lintang dan pengukuran berulang prospektif dengan jumlah total sampel sebanyak 73 responden yang diambil dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling*. Hasilnya menunjukkan bahwa terdapat perubahan kekuatan otot dasar panggul yang bermakna pada persalinan pervaginam, baik secara spontan, ekstraksi vakum, maupun forseps, namun penurunan perineometri mengalami perbaikan setelah 3 bulan. Tidak terdapat perubahan kekuatan otot dasar panggul yang bermakna pada kelompok seksio sesarea..
2. Karjono et al. (2017) Penelitian ini menggunakan *One Group Pre and Posttest Design* dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Hasilnya menunjukkan terdapat pengaruh senam Kegél terhadap frekuensi inkontinensia urine pada lanjut usia dengan menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test didapatkan  $p\text{-value} = 0,000 (< \alpha 0,05)$ . Sebelum dilakukan Senam Kegél jumlah responden terbanyak mengalami frekuensi inkontinensia sedang. Sedangkan hasil setelah dilakukan Senam Kegél, frekuensi inkontinensia pada lansia mengalami perubahan dengan menurunnya frekuensi inkontinensia urine menjadi jarang. Sehingga terdapat pengaruh terhadap frekuensi inkontinensia urine sesudah diberikan Senam Kegél.
3. Jayanti et al. (2015) Penelitian ini menggunakan *quasi experiment* dengan menggunakan pendekatan *pre and posttest group design* Kelompok A diberikan intervensi berupa senam kegel sedangkan kelompok B diberikan intervensi pijat perineum dengan sampel sebanyak 50 responden. Penentuan

sampel menggunakan *Non Probability Sampling* dengan teknik *Purposive Sampling*. Hasilnya menunjukkan pengaruh senam Kegel lebih besar dari pijat perineum terhadap kekuatan otot dasar panggul lansia senam kegel tiga kali seminggu selama empat minggu meningkatkan kekuatan otot dasar panggul lansia dan tidak ada pengaruh pemberian pijat perineum satu kali seminggu selama empat minggu terhadap kekuatan otot dasar panggul lansia.

4. Rustanti et al. (2015) Penelitian ini menggunakan desain *One group pretest and posttest with control*. Penelitian ini membandingkan kelompok perlakuan yang diberikan latihan otot dasar panggul selama tiga bulan dengan kelompok kontrol. Hasilnya menunjukkan pada kelompok perlakuan, kemampuan otot dasar panggul meningkat sehingga kemampuan dalam mengontrol inkontinensia urin menjadi lebih baik, sedangkan pada kelompok kontrol tidak didapatkan hal tersebut. Latihan otot dasar panggul dapat meningkatkan kemampuan otot dasar panggul dalam mengontrol inkontinensia urin.
5. Cavkaytar et al. (2014) Penelitian ini dilakukan di Rumah Sakit Zekai Tahir Burak di Ankara dengan jumlah responden sebanyak 90 wanita yang mengalami stress inkontinensi urin dan inkontinensi urin campuran. Hasilnya menunjukkan bahwa latihan Kegel berbasis rumah, tanpa pengawasan, telah ditemukan efektif pada wanita dengan SUI (Stress Urine Incontinenci) dan MUI (Mix Urine Incontinenci). Perbaikan itu lebih menonjol pada wanita dengan SUI (Stress Urine Incontinenci).
6. Aslan et al. (2008) Terapi perilaku dapat digunakan dengan mudah sebagai pengobatan yang efektif untuk inkontinensia urin pada wanita lanjut usia yang

tinggal di rumah istirahat. Melalui proses pengacakan, 25 wanita dimasukkan dalam kelompok perlakuan, dan 25 lainnya dimasukkan dalam kelompok kontrol. Latihan kandung kemih dan latihan kegel diberikan kepada kelompok pengobatan selama 6-8 minggu. Evaluasi kedua dilakukan 8 minggu setelah perawatan, dan evaluasi terakhir dilakukan 6 bulan setelah perawatan. Hasilnya menunjukkan Terapi perilaku dengan senam kegel dapat digunakan dengan mudah sebagai pengobatan yang efektif untuk inkontinensia urin pada wanita lanjut usia yang tinggal di rumah istirahat.

7. Kurniati et al. (2014) Penelitian ini menggunakan korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan ibu postpartum dengan sampel ibu-ibu postpartum dengan luka perineum maksimal derajat II. Analisis data dilakukan secara deskriptif analitik, dilakukan uji statistik *chi-square*. Hasil perhitungan menunjukkan  $X^2$  hitung 11,980 dengan nilai P value = 0,003 kurang dari  $\alpha = 0,05$ , maka dinyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan senam kegel dengan penyembuhan luka perineum.
8. Yunitasari et al. (2008) Penelitian ini menggunakan *quasy experimental pre-posttest total sampling design*. Populasi penelitian ini adalah ibu postpartum yang mengalami inkontinensia urine. Berdasarkan hasil analisis statistik dengan *Wilcoxon Signed Rank Test* ditemukan bahwa kemampuan menahan kemih setelah dilakukan senam kegel pada kelompok perlakuan menunjukkan nilai kemaknaan  $p=0,016$  dan frekuensi berkemih dalam 24 jam menunjukkan hasil yang signifikan dengan nilai  $p=0,020$ . Pada kelompok kontrol tidak

terdapat perbedaan hasil antara pretest dan posttest dengan nilai  $p=0,317$  untuk kemampuan menahan kemih dan frekuensi berkemih dalam 24 jam. Hasilnya menunjukkan terdapat perbedaan penurunan inkontinensia urine sebelum dan sesudah diberikan intervensi senam kegel.

9. Hartinah et al. (2016) Penelitian ini menggunakan *quasy experiment* dengan menggunakan *equivalent control group pretest – posttest*. Penentuan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Sampel penelitian 15 sampel untuk kontrol dan 15 sampel untuk perlakuan. Hasilnya menunjukkan ada pengaruh kegel exercise terhadap penurunan inkontinensia urin pada lansia di desa undaan lor kabupaten kudas dengan nilai  $p=0,002$  ( $p<0,05$ ) pada kelompok perlakuan dan  $p=0,180$  ( $p>0,05$ ) pada kelompok kontrol.
10. Sumiasih et al. (2012) Hasil observasi pelaksanaan senam kegel terhadap kejadian retensio urine pada hari pertama setelah diberi perlakuan dan edema pada jahitan perineum hari kedua setelah diberi perlakuan. Hubungan antara senam kegel dengan kejadian retensio urine dianalisis menggunakan uji *fisher exact* karena salah satu selnya memiliki nilai *expected* kurang dari lima. Hasil analisis menunjukkan bahwa senam kegel tidak efektif dalam mencegah terjadinya retensio urine dan edema pada jahitan perineum, hendaknya senam nifas. Kegel tetap dilakukan pada ibu nifas walaupun kejadiannya kecil tetap menyebabkan ibu nifas tidak nyaman disamping untuk kebugaran, mengencangkan otot dasar panggul.

Berdasarkan penelitian yang termuat dalam jurnal internasional dan jurnal nasional yang berkisar pada tahun 2008 – 2017 menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan terkait senam kegel dalam menurunkan tingkat inkontinensia pada wanita pasca melahirkan yang diaplikasikan di rumah dan di pelayanan kesehatan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah dari segi desain penelitian, penelitian ini memakai metode kuantitatif dengan menggunakan tes awal dan tes akhir (*pretest-posttest design*). Penelitian ini memakai hanya kelompok uji tanpa kelompok kontrol serta sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 40 orang.