

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO) bahwa lanjut usia yaitu terjadi penuaan pada sistem biologis secara perlahan-lahan, hal ini menyebabkan terjadi penurunan secara fisik, psikologis secara bertahap, serta dapat meningkatkan resiko penyakit, kondisi yang umum dialami oleh lanjut usia disebut dengan sindrom geriatrik yang lebih dikenal dengan 14i (WHO, 2022). Inkontinensia urin sebagai salah satu permasalahan dari sindrom geriatrik serta menjadi yang paling umum dialami oleh lanjut usia dimana urin keluar dengan tidak disadari atau tidak tertahan didefinisikan oleh International Continence Society (ICS) (Bo et al., 2017). Prevelensi penduduk usia lanjut (lansia) menurut WHO telah memprediksi bahwa populasi lansia pada tahun 2025 mencapai 1,2 miliar dan angka ini akan terus bertambah sehingga pada tahun 2025 mencapai hingga 2 miliar lansia serta WHO menambahkan bahwa penyumbang populasi terbanyak yaitu negara berkembang sebagai pusat populasi lansia terbanyak sebanyak 75% pada tahun 2025 (WHO, 2022). Prevelensi inkontinensia urin di dunia meningkat seiring dengan bertambahnya usia, peningkatan prevelensi dalam rentang 10% hingga 30% dan hanya 25% yang mencari bantuan untuk menangani permasalahan inkontinensia urin (Mohamed et al., 2023). Indonesia menjadi salah satu negara mengalami peningkatan jumlah lansia, jumlah lansia berdasarkan hasil survey penduduk tahun 2016 sebanyak 22 juta jiwa sehingga angka ini diperkirakan akan meningkat menjadi 31 juta pada tahun 2022 (Kemenkes RI, 2022). Penelitian yang dilakukan perkumpulan kontinensia Indonesia (PERKINA) pada tahun 2020 dengan melibatkan 585 individu ditemukan sebanyak 20,5% mengalami inkontinensia urin serta sebanyak 13,5% adalah perempuan (IAUI, 2022).

Keberadaan Panti Werdha yang di Indonesia menjadi salah satu upaya pemerintah untuk kepada kelompok lanjut usia. Panti werdha yaitu sebutan lain dari panti jompo yang berasal dari Bahasa Bali yang diartikan sebagai wisma atau tempat tinggal yang diperuntukan bagi para lanjut usia (lansia). Panti werdha yang berada pada negara barat disebut dengan sebutan *retirement home* atau *old people's home/olde age home* sebagai tempat tinggal bagi lansia dimana menjadi pilihan terbanyak bagi lansia karena mereka tetap hidup tanpa menggantungkan diri kepada anak/keluarga. Selain itu di panti werdha banyak sekali kegiatan yang meliputi aktivitas fisik, mental, spiritual, psikososial, dan lain-lain (Afriansyah & Santoso, 2019). Panti Sosial Tresna Werdha ditujukan

untuk meningkatkan kesejahteraan sosial dimana mayoritas sudah tidak dapat memenuhi kebutuhannya sendiri karena secara kondisi fisik, psikologis, sosial semakin mengalami penurunan. Diadakan panti sosial ini sebagai wujud nyata agar terjadi kesejahteraan sosial sesuai dengan keputusan Menteri Sosial RI Nomer 50/HUK/2004 tentang Standarisasi Panti Sosial digunakan sebagai acuan dalam memberikan pelayanan dalam panti (Ohoitenan & Agustina, 2020). Panti Sosial Tresna Werdha Budi Mulya 3 Margaguna, Jakarta Selatan merupakan Panti Sosial milik Pemerintah Pemda DKI Jakarta yang memiliki tugas sebagai melaksanakan berbagai kegiatan untuk pelayanan dan rehabilitasi sosial bagi lanjut usia yang terlantar atau masyarakat yang tidak mampu khususnya lansia. Memiliki kapasitas 285 orang Warga Binaan Sosial (WBS) yang terletak pada Jl.Margaguna Raya, Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan (DINSOS, 2021). Setelah dilakukan wawancara oleh pihak PSTW Budi Mulya 3 pada saat ini WBS berjumlah 287 orang. Kamar anggrek sebagai salah satu kamar yang dijadikan tempat untuk melakukan penulisan yang berjumlah 22 WBS, dengan rentang usia 51-100 tahun, setelah dilakukan wawancara oleh pihak PSTW sebanyak 10 WBS mengalami permasalahan inkontinensia urin.

Ketika menjadi kelompok lansia permasalahan kesehatan yang akan muncul yaitu *immobilitas, instabilitas, inkontenensia urin, intellectual impairment, infeksi, impairment of hearing vision and smell, impaksi, isolasi, inanition, impecunity, iatrogenic, insomnia, immune-defficiency, impotence* (Rahayu & Ardia, 2019). Usia lanjut sebagai faktor predisposisi terjadinya inkontinensia urin, sehingga kapasitas kandung kemih dan kemampuan untuk menahan urin menurun (Rahardjo, 2018). Ada beberapa terapi yang direkomendasikan dapat menyembuhkan atau mengurangi inkontenensia urin yaitu *bledder training, prompted voiding, habit training, scheduled toileting*, latihan dasar otot panggul (*kegel exercise*) (Harding et al., 2023). *Kegel exercise* adalah sebagai Latihan dasar panggul sebagai salah satu pengobatan *non-invasif* dapat meningkatkan kekuatan otot dasar panggul, dan memperkuat komponen penyangga uretra sehingga dapat menyelesaikan permasalahan inkontinensia urin (El-Aty et al., 2021). Keterkaitan pernapasan dalam dan latihan kegel memiliki pengaruh positif terhadap kondidi fisik dan psikis serta dapat menjalankan aktivitas sehari-hari tanpa stress (Mohamed et al., 2023). WHO mencetuskan konsep *Active Ageing* pada tahun 2022 adalah proses penuaan yang tetap sehat secara social, mental, dan fisik sehingga tetap sejahtera sepanjang hidup dan berpartisipasi dalam rangka meningkatkan kualitas hidup sejalan dengan undang-undang Nomer 36 tahun 2009 pasal 138

didalamnya terdapat upaya pemeliharaan Kesehatan bagi lansia (Kemenkes RI, 2022).

1.2 Rumusan Masalah

Inkontinensia urin sebagai permasalahan yang umum terjadi pada lansia yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, Adapun kegiatan yang dapat mengurangi inkontinensia urin seperti senam kegel dikombinasikan dengan napas dalam. Dalam hal ini peneliti tertarik untuk menganalisis lebih lanjut mengenai efektivitas mengkombinasikan senam kegel dengan napas dalam pada lansia di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis implementasi kombinasi napas dalam dan latihan kegel pada lansia dengan inkontinensia urin di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi hasil pengkajian pada lansia dengan inkontinensia urin di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.
2. Mengidentifikasi diagnosa keperawatan pada lansia dengan inkontinensia urin di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.
3. Mengidentifikasi program intervensi pada lansia dengan inkontinensia urin dengan penerapan kombinasi napas dalam dan latihan kegel di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.
4. Mengidentifikasi implementasi pada lansia dengan inkontinensia urin kombinasi napas dalam dan latihan kegel di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.
5. Mengidentifikasi evaluasi pada lansia dengan inkontinensia urin kombinasi napas dalam dan latihan kegel di PSTW Budi Mulya 3 Margaguna.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Panti Sosial Tresna Werdha

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi pihak Panti Sosial Tresna Werdha untuk melakukan asuhan keperawatan yang efektif untuk lansia dengan masalah inkontinensia urin

1.4.2 Manfaat Bagi Pembaca

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi pembaca untuk menambah pengetahuan mengenai permasalahan inkontinensia urin yang terjadi pada lanjut usia

1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Karya Tulis Ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat bagi institusi Pendidikan untuk menambah referensi tatalaksana keperawatan non-farmakologi yang mendukung studi kasus pada tahun selanjutnya