

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Inkontinensia urin banyak terjadi pada wanita usia lanjut. Salah satu keluhan yang sering dialami lansia akibat proses penuaan adalah inkontinensia urin, dimana inkontinensia urin merupakan penurunan kapasitas dan berkurangnya kemampuan tahanan otot lurik pada uretra karena perubahan fisiologis pada lansia (Darmojo B, 2006). Namun inkontinensia urin tidak dapat dihindari dengan bertambahnya usia. Terjadinya proses penuaan yang menimbulkan penurunan banyak sistem organ tubuh termasuk penurunan kekuatan otot dan performa fisik yang meningkatkan resiko terjadinya jatuh, fraktur, penurunan kualitas hidup, serta kematian.

Menurut data dari WHO, 200 juta penduduk dunia mengalami inkontinensia urin. Di Amerika Serikat, jumlah penderita inkontinensia mencapai 13 juta dengan 85 persen diantaranya perempuan. Jumlah ini sebenarnya masih sangat sedikit dari kondisi sebenarnya, sebab masih banyak kasus yang tidak dilaporkan. Di Indonesia sekitar 5,8% penduduk Indonesia menderita inkontinensia urin (Maas et al, 2011). Jika dibandingkan dengan negara-negara Eropa, angka ini termasuk kecil. Indonesia termasuk dalam lima besar negara dengan jumlah usia lanjut terbanyak di dunia. Berdasarkan data proyeksi penduduk KEMENKES 2017 terdapat 23,66 juta jiwa penduduk lansia di Indonesia. Diprediksi jumlah penduduk lansia tahun 2020 (27,08 juta, tahun 2025 (33,69 juta), tahun 2030 (40,95 juta) dan tahun 2035 (48,19 juta). Pada tahun 2008 sekitar 348 juta orang (8,2%) di seluruh dunia dengan inkontinensia urin. Diperkirakan prevalensi akan terus meningkat menjadi 8,5% pada tahun 2018.

Meskipun prevalensi UI relatif tinggi, tetapi hanya sebagian pasien yang peduli dengan keluhan yang dideritanya. bahkan mereka tidak menganggap UI sebagai beban. Konsultasi tentang Inkontinensia, menunjukkan tingkat prevalensi untuk UI dari 25% wanita di bawah 60, mencapai 39% pada wanita berusia 60 atau lebih. Prevalensi *Stress* UI tertinggi pada rentang usia 40 hingga 60 tahun, sedangkan tingkat prevalensi *stress* UI, urgensi UI dan *mix* UI memuncak antara usia 60 dan 79 tahun. Di antara penelitian yang termasuk dalam ulasan ini, sebagian besar dilakukan di Eropa dan Amerika Utara. Studi Brasil sebelumnya menunjukkan bahwa tingkat prevalensi UI berkisar dari 15,3% hingga 35% (Kurniasari, et al., 2016).

Menua merupakan tahap kehidupan lanjut dari suatu proses kehidupan. Secara fisiologis proses menua merupakan penurunan secara bertahap dan teratur dari organ atau sistem organ serta penurunan kendali homeostatis (Stanley & Beare, 2007). Proses menua yang terjadi pada individu dipengaruhi oleh faktor biologis, psikologis, sosial, fungsional dan spiritual. Proses menua yang dialami seseorang akan menyebabkan perubahan pada tubuh yang dapat mempengaruhi status kesehatan (Collein, 2012). Dengan bertambahnya usia, terjadi berbagai penurunan fungsi pada usia lanjut. Penurunan fungsi terutama Activity Daily Living (ADL) dapat menimbulkan berbagai masalah pada usia lanjut, salah satunya pada kemampuan lepas Buang Air Kecil (BAK) yang dikenal dengan inkontinensia urin (UI) (Putrawan dan Kuswardhani,2011). Penurunan pada kemampuan kedua hal tersebut mempunyai efek yang besar pada Quality Of Life (QOL) namun sering kali diabaikan karena dianggap suatu proses yang fisiologis. Inkontinensia urin (UI) adalah masalah kesehatan yang umum, terutama pada wanita lansia dan populasi lansia. Tidak hanya menyebabkan masalah fisik namun

UI juga menyebabkan masalah psikologis, sosial, ekonomi serta kualitas hidup pasien. Pada tahun 2008 sekitar 348 juta orang (8,2%) di seluruh dunia dengan inkontinensia urin. Diperkirakan prevalensi akan terus meningkat menjadi 8,5% pada tahun 2018. Meskipun prevalensi UI relatif tinggi, tetapi hanya sebagian pasien yang peduli dengan keluhan yang dideritanya. bahkan mereka tidak menganggap UI sebagai beban. Faktor faktor seperti persalinan, kekuatan otot, infeksi saluran kemih bagian bawah, obesitas, dan aktivitas fisik dianggap sebagai faktor resiko dalam terjadinya UI. Terdapat berbagai jenis UI yang memiliki berbagai faktor dan mekanisme resiko. Stress UI terjadi dengan aktivitas, bersin atau batuk, urgency UI kehilangan urin yang tidak disengaja terkait dengan urgensi, mixed UI yaitu kehilangan urin yang tidak disengaja terkait dengan urgensi dan upaya, tenaga, bersin atau batuk. Suatu studi melaporkan bahwa UI dikaitkan dengan medis yaitu kondisi, stroke, radang sendi, masalah punggung dan kondisi pernapasan. Diantaranya, adalah osteoarthritis (OA) dan nyeri punggung bawah (LBP) adalah nyeri muskuloskeletal yang umum pada usia lanjut dan dapat menghambat mobilitas. Dalam suatu studi epidemiologi menunjukkan hubungan antara UI dan LBP, beberapa penelitian sebelumnya juga membahas bahwa disfungsi otot panggul juga sebagai pemicu terhadap gangguan kemih dan terdapat hubungan neurologis antara LBP dengan gejala *urgency* UI. Tujuan utama dari penelitian ini adalah mengetahui profil kekuatan otot dan performa fisik dengan kejadian inkontinesia urin pada wanita usia lanjut.

Secara umum, dengan bertambahnya usia, kapasitas kandung kemih menurun. Sisa urin dalam kandung kemih cenderung meningkat dan kontraksi otot kandung kemih yang tidak teratur semakin sering terjadi. Keadaan ini sering membuat lansia mengalami gangguan pemenuhan kebutuhan eliminasi urin yaitu

inkontinensia urin (Darmojo dan Martono, 2009). Inkontinensia urin menimbulkan dampak yang merugikan bagi penderitanya, rasa tidak nyaman dan bisa terjadi dekubitus (luka di daerah yang tertekan), dan rasa rendah diri. Apabila inkontinensia urin tidak segera ditangani menimbulkan kesulitan pada rehabilitasi pengontrolan urin yang keluar. Inkontinensia urin ditangani sesuai dengan jenis UI yang diderita. Usaha mengatasi kondisi inkontinensia urin berupa beberapa program latihan kandung kemih atau *bladder training* (Min, 2006). *Bladder training* adalah latihan kandung kemih yang bertujuan untuk mengembangkan tonus otot dan spingter kandung kemih agar dapat berfungsi dengan optimal. Terdapat tiga jenis metode Bladder training yaitu senam kegel, delay urination, dan scheduled bathroom trips. Pasien usia lanjut dengan CLBP memiliki massa otot rangka yang lebih rendah secara signifikan, dan mekanisme yang berkaitan dengan usia dalam sarkopenia dianggap berhubungan dengan nyeri kronis. Prosedur terapeutik yang digunakan untuk mengobati penuaan otot, termasuk penguatan otot dan pelatihan kinerja, mungkin bisa menjadi pengobatan untuk mencegah CLBP lansia (Sakai, *et al.*, 2017).

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu:

1. Bagaimana profil kekuatan otot pada wanita usia lanjut
2. Bagaimana profil perfoma fisik pada wanita usia lanjut
3. Bagaimana profil kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut
4. Bagaimana profil kekuatan otot dengan kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut

5. Bagaimana profil perfoma fisik dengan kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui profil kekuatan otot dan perfoma fisik dengan kejadian Inkontinensia Urin pada wanita usia lanjut.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik pada subjek penelitian
2. Mengetahui profil kekuatan otot pada wanita usia lanjut
3. Mengetahui profil perfoma fisik pada wanita usia lanjut
4. Mengetahui profil kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut
5. Mengetahui profil kekuatan otot dengan kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut
6. Mengetahui profil perfoma fisik dengan kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat untuk Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi dalam mengembangkan wawasan dan pengetahuan peneliti khususnya dalam mengetahui profil kekuatan otot dan performa fisik terhadap kejadian inkontinensia urin pada wanita usia lanjut dan sebagai dokter umum bisa lebih mengembangkan penatalaksanaan.

1.4.2 Manfaat untuk Subjek Penelitian

Bagi usia lanjut yang mengalami inkontinensia urin yang dapat dilihat dari perfoma fisik dan penghitungan kekuatan otot, penelitian ini dapat

memberikan informasi bahwa kelemahan kekuatan otot dan pengaruh performa fisik merupakan salah satu parameter yang harus diperhatikan karena dapat menimbulkan gangguan pada saluran kemih bawah dan otot otot kemih yang akan memperberat penyakit inkontinensia urin pada usia lanjut. Dengan demikian dapat dilakukan beberapa usaha yang dapat mengurangi dan mengetahui lebih dini penyebab terjadinya inkontinensia urin pada lansia sehingga progresivitas penyakitnya dapat dihambat atau dicegah untuk mencapai derajat kesehatan dan mutu kehidupan untuk mencapai masa tua yang sehat.

1.4.3 Manfaat Untuk Masyarakat

Penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui prevalensi inkontinensia urin seiring bertambahnya usia.

1.5 Risiko Penelitian

Risiko yang mungkin timbul dari penelitian ini adalah jatuh, sehingga selama pelaksanaan penelitian diawasi oleh tenaga kesehatan ahli. Apabila risiko yang diprediksi terjadi, maka tanda tanda vital pasien segera diperiksa dan apabila memerlukan rujukan akan dirujuk ke RSUD Dr. Soewandhie Jalan Tambak Rejo No. 45-47, Tambakrejo, Kecamatan Simokerto, Kota Surabaya, Jawa Timur.