DAFTAR ISI

Halaman Sampul Depan i
Halaman Sampul Dalam ii
Halaman Persetujuan iii
Halaman Panitia Ujian iv
Halaman Pengesahan v
Halaman Pernyataan vi
Halaman persembahan vii
Abstrak viii
Abstract ix
Kata Pengantar x
Daftar Isi xii
Daftar Tabel xiv
Daftar Gambar xv
Daftar Bagan xvi
Daftar Lampiran xvii
Daftar Istilah/lambang dan singkatan xviii

BAB I PENDAHULUAN
- A. Latar Belakang 1
- B. Rumusan Masalah 8
- C. Tujuan Penelitian 9
- D. Manfaat Penelitian 10
- E. Ruang Lingkup 11
- F. Penelitian Terkait 12

BAB II TINJAUAN PUSTAKA
- A. Konsep Lansia 16
  1. Pengertian Lansia 16
  2. Batasan Lansia 17
  3. Perubahan Sistem Tubuh Lansia 17
  4. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Proses Menua 21
- B. Konsep Inkontinensia Urin 23
  1. Pengertian Inkontinensia Urin 23
  2. Etiologi 24
  3. Jenis Inkontinensia Urin 25
  4. Patofisiologi 27
  5. Penatalaksanaan Inkontinensia Urin 28
  6. Dampak Inkontinensia Urin 30
- C. Konsep Senam Kegel 30
  1. Pengertian Senam Kegel 30
  2. Manfaat Senam Kegel 31
  3. Mekanisme Senam Kegel 31
  4. Latihan Senam Kegel 33

5. Efek Latihan Kegel 37
D. Kerangka Teori 39

BAB III KERANGKA KONSEP
A. Kerangka Konsep 40
B. Definisi Operasional 41
C. Hipotesis 42

BAB IV METODE PENELITIAN
A. Desain Penelitian 43
B. Tempat/Lokasi dan waktu penelitian 44
C. Populasi dan Sampel 44
D. Teknik Pengumpulan Data 46
E. Alat Pengumpulan Data 51
F. Teknik Analisa Data 54
G. Jadwal Kegiatan 59
H. Etika Penelitian 60

BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN
A. Gambaran Tempat Penelitian 62
B. Hasil Penelitian 64
C. Pembahasan 71
D. Keterbatasan Penelitian 79

BAB VI PENUTUP
A. Kesimpulan 80
B. Saran 81

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Terkait 12
Tabel 3.1 Definisi Operasional 40
Tabel 4.1 Kriteria Inklusi dan Kriteria Eksklusi 45
Tabel 4.2 Analisis Univariat 56
Tabel 4.3 Analisis Bivariat..... 58
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia Lansia 64
Tabel 5.2 Rata-Rata Inkontinensia Urin pada Lansia Kelompok Intervensi 65
Tabel 5.3 Rata-Rata Inkontinensia Urin pada Lansia Kelompok Kontrol 66
Tabel 5.4 Uji *Test Of Normality* pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol..... 67
Tabel 5.5 Perbedaan Inkontinensia Urin Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol Setelah Di Berikan Intervensi Senam Kegel 68
Tabel 5.6 Pengaruh Senam Kegel Terhadap Inkontinensia Urin Responden pada Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol 70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Langkah Senam Kegel 33
Gambar 5.1 Denah Lokasi Penelitian 63

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori 39
Bagan 3.1 Kerangka Konsep..... 40
Bagan 4.1 Rancangan Penelitian 44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Lembar konsul
Lampiran 2: Surat izin penelitian
Lampiran 3: Surat balasan penelitian
Lampiran 4: *Informed concent*
Lampiran 5: Lembar kuisioner
Lampiran 6: Lembar observasi senam kegel
Lampiran 7: Satuan acara penyuluhan (SAP)
Lampiran 8: Standar operasional prosedur (SOP)
Lampiran 9: Daftar Riwayat Hidup Peneliti

DAFTAR ISTILAH DAN SINGKATAN

WHO : *World Health Organization*

ICIQ-UI-SF : *International Consultation on Incontinence Questionnaire- Urinary Incontinence- Short Form*

SAP : Satuan Acara Penyuluhan

SOP : Satuan Operasional Prosedur