

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Lanjut usia merupakan kondisi dimana individu telah memasuki fase akhir perkembangan pada proses kehidupannya dan ditandai dengan kemampuan adaptasi tubuh yang mengalami penurunan (Nasution et al., 2025). Proses menua merupakan proses yang tidak dapat dihindari karena dalam proses menua terdapat penurunan kemampuan fungsi organ individu sehingga sistem organ juga mengalami gangguan (Herawati et al., 2024). Proses penuaan membawa berbagai perubahan fisiologis yang memengaruhi hampir seluruh sistem tubuh, termasuk sistem eliminasi urin (Ramadhanti et al., 2024). Salah satu masalah yang sering muncul pada lanjut usia adalah inkontinensia urin yaitu keluarnya urin secara tidak terkendali akibat gangguan fungsi kandung kemih, otot dasar panggul atau sistem saraf (Sulistiyani et al., 2023). Kondisi ini bukan hanya masalah fisik tetapi juga berdampak pada psikologis dan sosial lansia. Inkontinensia urine adalah pengosongan urine diluar kesadaran dengan jumlah dan frekuensi yang memadai (Nurul et al., 2024). Lansia dengan inkontinensia urin cenderung merasa malu, tidak nyaman dan menurunnya rasa percaya diri sehingga menarik diri dari lingkungan sosialnya. Dalam jangka panjang, hal ini dapat menyebabkan stres, gangguan tidur bahkan depresi ringan karena kehilangan kemandirian dalam pemenuhan kebutuhan dasar (Sitopu & Handayani, 2025).

Penuaan penduduk telah berlangsung secara pesat terutama dinegara berkembang pada dekade pertama abad millennium angka prevelensi lansia pada tahun 2014 di Indonesia mencapai 20.24 juta jiwa setara dengan 8,03% dari seluruh penduduk Indonesia tahun 2014. Jumlah lanjut usia laki laki lebih kecil angkanya dibandingkan jumlah lanjut usia perempuan yaitu 9,47 juta jiwa laki laki dan 10,77 juta jiwa yang lansia perempuan (Arifina et al., 2024). *World Health Organization* (WHO, 2021) melaporkan bahwa inkontinensia urin dialami oleh sekitar 30–50% lansia terutama pada perempuan karena melemahnya otot dasar panggul dan perubahan hormonal pascamenopause. Di Indonesia, hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menunjukkan bahwa masalah eliminasi, termasuk inkontinensia urin, dialami oleh lebih dari 28% lansia di fasilitas pelayanan sosial.

Tingginya angka kejadian inkontinensia urine menyebabkan perlunya penanganan sesuai karena jika tidak segera ditangani, inkontinensia dapat menyebabkan beberapa komplikasi. Penanganan inkontinensia urin di panti sosial selama ini masih bersifat simptomatik dan kuratif yaitu fokus pada mengganti popok atau menjaga kebersihan kulit tanpa memperhatikan pelatihan perilaku berkemih yang dapat meningkatkan kontrol kandung kemih (Darsini & Kusyani, 2025). Seiring bertambahnya usia, jumlah lansia dengan gangguan eliminasi urin terus meningkat. Data internal menunjukkan adanya kecenderungan lansia yang semakin bergantung pada bantuan perawat terutama dalam aktivitas buang air kecil. Kebiasaan ini memperburuk hilangnya refleks alami berkemih

karena tidak adanya stimulus untuk menahan atau mengenali dorongan urin. Salah satu metode yang terbukti efektif dan relevan diterapkan di lingkungan panti sosial adalah *prompt voiding*. Metode ini berfokus pada pemberian pengingat atau dorongan secara teratur kepada lansia untuk berkemih, berdasarkan jadwal yang disesuaikan dengan pola eliminasi masing-masing individu (Sadeghi et al., 2025).

Prompt Voiding merupakan sebuah prosedur dimana pasien diberi penguatan positif untuk meminta bantuan toileting atau secara spontan untuk menanggapi *prompt* secara verbal. *Prompt voiding* merupakan intervensi keperawatan yang sederhana, murah dan noninvasif untuk membantu lansia mengendalikan pola eliminasi urin (Lusnia et al., 2025). Prinsip utama dari metode ini adalah melatih perilaku berkemih secara teratur melalui bimbingan, pengawasan dan umpan balik positif dari perawat. Lansia akan diajak berkemih setiap dua hingga tiga jam atau sesuai pola kebiasaan mereka dengan tujuan memperkuat kemampuan pengenalan dorongan berkemih dan memperbaiki refleks kandung kemih (Lusnia et al., 2025). Intervensi ini juga membantu mengurangi ketergantungan terhadap penggunaan popok serta mendorong lansia menjadi lebih mandiri dalam pemenuhan kebutuhan eliminasi. Manfaat dari *prompted voiding* yang diberikan kepada lansia dengan inkontinensia urine mampu menurunkan frekuensi dan tingkat keparahan episode inkontinensia urine dan mencegah terjadinya komplikasi. Menurut Zillioux et al (2025) pelatihan *prompt voiding* dapat menurunkan frekuensi inkontinensia urin hingga 40% pada lansia di panti werdha. Selain itu,

metode ini juga terbukti meningkatkan kepuasan diri, kebersihan dan interaksi sosial lansia karena mereka merasa lebih percaya diri dan dihargai. Berdasarkan hal tersebut, implementasi *prompt voiding* di UPT PSTW Jember diharapkan mampu menjadi solusi nyata dalam mengatasi masalah inkontinensia urin, meningkatkan kemandirian lansia, serta memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana penerapan *prompt voiding* pada lansia dengan inkontinensia urin di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember?

1.3. Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui dan menerapkan *prompt voiding* sebagai intervensi keperawatan dalam mengatasi inkontinensia urin pada lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola berkemih lansia di UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember sebelum pelaksanaan *prompt voiding*
2. Menentukan jadwal berkemih terstruktur berdasarkan hasil pengkajian pola eliminasi lansia UPT Panti Sosial Tresna Werdha (PSTW) Jember
3. Melaksanakan intervensi *prompt voiding* sesuai jadwal yang ditetapkan dengan teknik yang benar dan edukasi yang sesuai

4. Mengukur perubahan frekuensi inkontinensia urine setelah dilakukan *prompt voiding*
5. Mengevaluasi efektivitas *prompt voiding* dalam mengurangi episode inkontinensia urine dan keunggulan *prompt voiding*
6. Mengidentifikasi factor pendukung dan penghambat keberhasilan *prompt voiding*
7. Menyusun rekomendasi tindak lanjut berdasarkan evaluasi *prompt voiding*

1.4. Manfaat

1.4.1 Teoritis

Hasil implementasi ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya teori keperawatan gerontik khususnya dalam penatalaksanaan inkontinensia urin melalui metode *prompt voiding* sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif untuk meningkatkan kemandirian lansia dalam berkemih.

1.4.2 Praktis

1. Lansia

Penerapan *prompt voiding* dapat membantu lansia mengurangi frekuensi dan tingkat keparahan inkontinensia urin. Lansia menjadi lebih terlatih dalam mengenali dorongan berkemih dan memiliki kontrol yang lebih baik terhadap fungsi kandung kemih, sehingga meningkatkan kenyamanan, kepercayaan diri, serta kualitas hidup sehari-hari

2. PSTW

Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam penyusunan program perawatan harian bagi lansia dengan gangguan eliminasi urin. Petugas atau perawat di PSTW dapat menerapkan *prompt voiding* sebagai bagian dari asuhan keperawatan mandiri maupun kolaboratif untuk mencegah komplikasi seperti infeksi saluran kemih dan iritasi kulit akibat inkontinensia.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan studi lanjutan terkait metode non-farmakologis dalam menangani inkontinensia urin pada lansia. Peneliti selanjutnya dapat memperluas penelitian dengan melibatkan jumlah responden yang lebih besar, waktu intervensi yang lebih panjang, atau membandingkan efektivitas *prompt voiding* dengan intervensi lain seperti *bladder training* atau *pelvic floor muscle exercise*.