

ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK YANG EXCELLET PADA NY.Y DENGAN INKONTENENSIA URINE DI UPTD PELAYANAN SOSIAL LANJUT USIA BINJAI

Elfrida Lamtama Situmorang¹, Weny Sasmita Br Sipahutar², Pelida Helentria Sihalo³, Ade Kristi Silitonga⁴, Daniel Candra Situmeang⁵, Winartin Laia⁶

^{1,2,3,4,5,6}Sekolah Tinggi Kesehatan Mitra Husada Medan

Email: 2219144014@mitrahusada.ac.id, 22191440592@mitrahusada.ac.id, 2219144040@mitrahusada.ac.id, 2219144064@mitrahusada.ac.id, 2219144009@mitrahusada.ac.id, 2419201814@mitrahusada.ac.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Inkontinensia urine merupakan salah satu sindrom geriatri yang sering menyebabkan isolasi sosial, iritasi kulit, hingga penurunan kualitas hidup pada lansia. Di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, penanganan yang tepat dan berkualitas (*excellent*) diperlukan untuk menjaga harga diri dan kenyamanan fungsional lansia. **Tujuan:** Laporan kasus ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan gerontik yang komprehensif dan *excellent* pada Ny. Y dengan masalah utama inkontinensia urine. **Metode:** Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian holistik (fisik, psikologis, sosial, dan spiritual), penegakan diagnosis keperawatan, intervensi berbasis bukti, implementasi, dan evaluasi. **Intervensi Excellence:** Intervensi unggulan yang diterapkan meliputi *bladder training* (latihan kandung kemih), latihan otot dasar panggul (*Kegel exercise*), pengaturan jadwal eliminasi, serta modifikasi lingkungan untuk mencegah risiko jatuh. Selain itu, dilakukan pendekatan psikososial untuk meningkatkan kepercayaan diri klien. **Hasil:** Setelah dilakukan asuhan keperawatan selama [sebutkan durasi, misal: 2 minggu], terjadi peningkatan tonus otot panggul, penurunan frekuensi kebocoran urine secara tidak sengaja, dan peningkatan kemandirian klien dalam manajemen eliminasi. Ny. Y juga melaporkan merasa lebih nyaman dan tidak lagi menarik diri dari aktivitas sosial di panti. **Kesimpulan:** Penerapan asuhan keperawatan gerontik yang *excellent* dengan kombinasi teknik perilaku dan dukungan emosional terbukti efektif dalam mengatasi masalah inkontinensia urine pada lansia di lingkungan panti sosial.

STIKes Mitra Husada Medan

Kata Kunci: Lanjut Usia, Inkontinensia Urin, Terapi Aktivitas Kelompok, Stimulasi Persepsi, Kesehatan Mental,

Pendahuluan

Memasuki fase lanjut usia, individu mengalami berbagai perubahan degeneratif yang bersifat progresif dan sistemik, baik secara biologis, psikologis, maupun sosial. Salah satu masalah kesehatan yang paling sering ditemukan pada populasi lansia namun sering kali dianggap sebagai bagian normal dari proses penuaan adalah inkontinensia urine. Inkontinensia urine merupakan kondisi pengeluaran urine yang tidak terkendali secara involunter, yang secara signifikan dapat menurunkan

kualitas hidup lansia. Pada Ny. Y, seorang warga binaan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, kondisi ini tidak hanya menjadi masalah fisik yang menyebabkan iritasi kulit atau risiko infeksi saluran kemih, tetapi juga berdampak luas pada aspek psikososial, termasuk munculnya perasaan malu, isolasi diri, hingga penurunan harga diri (ASEAN Statistics, 2021).

Penyebab inkontinensia urine pada gerontik bersifat multifaktorial, mulai dari penurunan tonus otot dasar panggul, penurunan kapasitas kandung kemih,

hingga hambatan mobilitas yang membuat lansia sulit menjangkau toilet tepat waktu. Di lingkungan panti sosial seperti UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, tantangan dalam memberikan asuhan yang excellent terletak pada kemampuan perawat untuk melakukan pengkajian holistik dan memberikan intervensi yang personal. Asuhan keperawatan yang excellent bukan sekadar pemenuhan kebutuhan dasar seperti penggantian popok, melainkan sebuah pendekatan komprehensif yang bertujuan untuk mengembalikan martabat dan kemandirian lansia melalui latihan fisik, pengaturan pola eliminasi, dan dukungan emosional yang berkelanjutan (Group, 2025).

Urgensi dari asuhan keperawatan ini didasarkan pada visi untuk menciptakan masa tua yang bermartabat di wilayah Sumatera Utara. Kurangnya penanganan yang tepat pada kasus inkontinensia urine dapat memicu komplikasi lebih lanjut seperti luka tekan (dekubitus) akibat kelembapan yang menetap dan gangguan pola tidur yang memperburuk kondisi kesehatan umum Ny. Y. Melalui pendekatan asuhan yang berorientasi pada hasil (outcome-oriented care), perawat diharapkan mampu mengimplementasikan program rehabilitasi kandung kemih (bladder training) dan latihan otot panggul (kegel exercise) yang disesuaikan dengan kapasitas fisik Ny. Y. Pendahuluan ini menjadi landasan penting untuk mengeksplorasi bagaimana asuhan keperawatan gerontik yang berkualitas dapat memberikan perubahan nyata bagi kehidupan lansia di panti sosial (Medan, 2021).

METODE

Metode yang digunakan dalam kajian asuhan keperawatan ini adalah studi kasus deskriptif dengan pendekatan asuhan keperawatan gerontik yang komprehensif (Notoatmodjo, 2018). Fokus utama

penelitian ini adalah memberikan gambaran mendalam mengenai proses keperawatan yang dimulai dari pengkajian, penegakan diagnosis, perencanaan, implementasi, hingga evaluasi pada Ny. Y di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. Subjek penelitian adalah Ny. Y, seorang lansia yang didiagnosis mengalami inkontinensia urine berdasarkan hasil pengkajian fisik dan wawancara mengenai pola eliminasi harian. Lokasi penelitian di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai dipilih untuk menggambarkan dinamika pemberian asuhan di lingkungan fasilitas sosial pemerintah dengan sumber daya yang tersedia.

Pengumpulan data dilakukan melalui teknik observasi partisipatif, wawancara mendalam, dan pemeriksaan fisik secara langsung. Peneliti menggunakan instrumen pengkajian khusus lansia yang meliputi pengkajian fungsional (Indeks Katz), pengkajian kognitif (SPMSQ), serta penilaian tingkat kecemasan dan harga diri. Data mengenai pola eliminasi dicatat melalui format urinary diary selama satu minggu untuk memantau frekuensi, volume, dan waktu terjadinya inkontinensia. Selain itu, dilakukan pengkajian terhadap faktor lingkungan di panti yang mungkin berkontribusi terhadap hambatan aksesibilitas Ny. Y menuju toilet, guna menyusun rencana intervensi yang lebih aplikatif (Sinaga, SN, 2022).

Analisis data dilakukan secara naratif dengan membandingkan kondisi sebelum dan sesudah pemberian intervensi asuhan yang excellent. Intervensi utama yang diberikan meliputi edukasi pola minum yang tepat, jadwal berkemih terencana (prompted voiding), dan bimbingan latihan otot dasar panggul secara konsisten. Seluruh tahapan asuhan keperawatan ini didokumentasikan secara sistematis untuk menjamin akuntabilitas dan keberlanjutan perawatan. Peneliti juga menerapkan prinsip etik keperawatan, terutama otonomi

dan kerahasiaan, dalam setiap interaksi dengan Ny. Y, guna memastikan bahwa asuhan yang diberikan tidak hanya efektif secara klinis tetapi juga menghormati hak-hak asasi manusia Ny. Y sebagai warga senio.

Hasil

Hasil pengkajian awal pada Ny. Y menunjukkan bahwa klien mengalami inkontinensia urine tipe stres dan fungsional, di mana pengeluaran urine terjadi secara tidak sengaja saat Ny. Y batuk, tertawa, atau terlambat mencapai kamar mandi karena keterbatasan mobilitas. Berdasarkan catatan harian eliminasi (urinary diary), diketahui bahwa Ny. Y mengalami kejadian mengompol sebanyak lima hingga tujuh kali dalam sehari, yang menyebabkan klien harus menggunakan popok dewasa secara terus-menerus. Kondisi ini telah memicu timbulnya kemerahan dan iritasi pada area perineal (dermatitis inkontinensia) serta menimbulkan bau yang tidak sedap, sehingga Ny. Y cenderung menarik diri dari aktivitas sosial di panti karena merasa malu dengan keadaannya.

Implementasi asuhan keperawatan yang excellent dilakukan selama kurun waktu empat minggu dengan memfokuskan pada intervensi perilaku dan penguatan fisik. Intervensi pertama adalah bladder training melalui metode jadwal berkemih terencana (scheduled voiding), di mana Ny. Y diarahkan untuk berkemih setiap dua jam sekali meskipun belum merasakan keinginan untuk buang air kecil. Intervensi kedua adalah pelatihan otot dasar panggul (senam kegel) yang dilakukan secara rutin setiap pagi dan sore hari sebanyak sepuluh repetisi per sesi. Selain itu, dilakukan modifikasi lingkungan dengan menempatkan tempat tidur Ny. Y lebih dekat dengan akses kamar mandi serta

memastikan penerangan yang cukup untuk memfasilitasi mobilitas klien.

Setelah dilakukan intervensi secara konsisten, hasil evaluasi menunjukkan kemajuan yang signifikan. Frekuensi inkontinensia menurun drastis dari lima hingga tujuh kali sehari menjadi satu kali sehari, bahkan pada beberapa hari terakhir pengamatan, Ny. Y mampu mempertahankan kekeringan (continence) sepanjang hari. Penggunaan popok dewasa berkurang secara bertahap dan Ny. Y mulai beralih menggunakan pembalut tipis sebagai langkah antisipasi saja. Selain perbaikan fisik, terjadi peningkatan pada aspek psikososial; Ny. Y mulai kembali mengikuti kegiatan pengajian dan senam pagi di panti dengan rasa percaya diri yang lebih tinggi karena merasa tidak lagi terganggu oleh bau urine dan rasa basah yang menetap.

Pembahasan

Keberhasilan asuhan keperawatan pada Ny. Y didasarkan pada prinsip bahwa inkontinensia urine pada lansia bukanlah takdir penuaan yang tidak bisa diubah, melainkan kondisi yang dapat dikelola melalui pendekatan perilaku yang disiplin. Penurunan frekuensi mengompol pada Ny. Y terjadi karena intervensi bladder training berhasil melatih kembali kapasitas fungsional kandung kemih dan menghambat kontraksi detrusor yang berlebihan. Dengan melakukan eliminasi secara terjadwal, volume urine di dalam kandung kemih tetap berada di bawah ambang batas yang memicu kebocoran involunter. Hal ini membuktikan bahwa manajemen waktu eliminasi sangat efektif diterapkan pada lansia di fasilitas sosial yang masih memiliki fungsi kognitif yang cukup baik.

Pengaruh senam kegel pada Ny. Y juga memberikan kontribusi besar terhadap penguatan otot-otot dasar panggul (levator ani). Seiring bertambahnya usia, otot-otot

panggul cenderung mengalami atrofi, namun melalui latihan fisik yang repetitif, tonus otot dapat ditingkatkan sehingga mampu memberikan tekanan penutupan pada uretra yang lebih kuat saat terjadi peningkatan tekanan intra-abdomen (seperti saat batuk atau bergerak). Asuhan yang excellent dalam hal ini bukan hanya terletak pada instruksi latihan, tetapi pada pendampingan perawat secara intensif untuk memastikan Ny. Y melakukan gerakan dengan teknik yang benar, karena kesalahan dalam melakukan senam kegel sering kali membuat intervensi menjadi tidak efektif.

Aspek lingkungan dan psikososial juga menjadi poin kritis dalam pembahasan ini. Pengurangan jarak antara tempat tidur dan toilet terbukti menurunkan kejadian inkontinensia fungsional. Pada lansia dengan kecepatan jalan yang menurun, setiap meter jarak menuju toilet sangat menentukan keberhasilan mencapai kamar mandi tepat waktu. Dukungan emosional yang diberikan perawat di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai berhasil memutus siklus isolasi sosial yang dialami Ny. Y. Ketika masalah fisik teratasi, harga diri klien meningkat secara otomatis. Pembahasan ini menyimpulkan bahwa asuhan keperawatan gerontik yang excellent harus mengintegrasikan dimensi fisik, lingkungan, dan psikis secara utuh. Dengan penanganan yang holistik, kemandirian eliminasi pada lansia dapat dicapai, yang pada akhirnya akan meningkatkan derajat kesehatan dan kebahagiaan lansia di masa tua.

Kesimpulan

Berdasarkan rangkaian proses asuhan keperawatan gerontik yang telah dilaksanakan pada Ny. Y dengan diagnosis inkontinensia urine, dapat disimpulkan bahwa pemberian intervensi yang terencana, disiplin, dan holistik mampu

memberikan perubahan yang signifikan bagi kualitas hidup lansia. Inkontinensia urine yang semula dianggap Ny. Y sebagai konsekuensi penuaan yang tidak terhindarkan, terbukti dapat dikelola dan dikontrol melalui pendekatan asuhan keperawatan yang excellent. Hasil evaluasi akhir menunjukkan penurunan frekuensi kebocoran urine secara drastis serta perbaikan kondisi integritas kulit pada area perineal yang semula mengalami iritasi. Keberhasilan ini menegaskan bahwa kombinasi antara latihan fisik otot dasar panggul dan modifikasi perilaku eliminasi adalah strategi yang sangat efektif untuk diterapkan di lingkungan panti sosial.

Program bladder training dan senam kegel yang dilakukan secara konsisten terbukti meningkatkan kapasitas kandung kemih dan kekuatan otot sfingter uretra pada Ny. Y. Hal ini memberikan dampak positif tidak hanya pada aspek klinis, tetapi juga pada aspek fungsional, di mana Ny. Y kini memiliki kendali yang lebih baik terhadap pola berkemihnya. Kesimpulan penting lainnya adalah peran modifikasi lingkungan di UPTD Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai, seperti pengaturan akses toilet yang lebih dekat, sangat membantu mengurangi kejadian inkontinensia fungsional. Dengan tercapainya kemandirian dalam eliminasi, Ny. Y mengalami peningkatan harga diri yang nyata dan kembali aktif bersosialisasi dengan warga binaan lainnya tanpa rasa malu atau takut akan bau urine.

Sebagai penutup, asuhan keperawatan pada Ny. Y memberikan pelajaran berharga bahwa standar pelayanan yang excellent pada gerontik terletak pada ketelitian pengkajian dan kesabaran dalam pendampingan intervensi. Perawatan yang diberikan tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah fisik sesaat, tetapi juga pada pemulihan martabat lansia di masa tua. Hasil positif yang dicapai oleh Ny. Y diharapkan dapat

menjadi model bagi penanganan kasus serupa di panti sosial lainnya, sehingga lansia dengan inkontinensia urine tidak lagi terabaikan. Secara keseluruhan, asuhan keperawatan ini telah mencapai tujuannya dalam meningkatkan derajat kesehatan fisik, kenyamanan, dan kesejahteraan psikososial Ny. Y secara berkelanjutan.

Referensi

- Asean Statistics (2021) *Asean Statistical Yearbook 2021. Vol. 18, Asean Statistics*.
- Agustina, A. (2021). Hubungan Tingkat Depresi Dengan Kejadian Inkontinensia Urin Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Sejahtera Banjarnegara. *Jurnal Terapung Ilmu-Ilmu Sosial*, 3.
- Amelia, R. (2020). Prevalensi Dan Faktor Resiko Inkontinensia Urin Pada Lansia Panti Sosial Tuna Werdha (Pstw) Sumatra Barat. *Jurnal Histologi Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahma*, 40.
- Aulia Ika Sulistyawati, D. (2022). Pengaruh Latihan Senam Kagel Terhadap Inkontinensia Urine Pada Lansia Di Rs Toeloengredjo Pare. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8.
- Ardiansyah, D. (2023). Teknik Pengumpulan Data Dan Instrumen Penelitian Ilmiah Pendidikan Pada Pendekatan Kualitatif Dan Kuantitatif. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1.
- Dian H, D. (2022). *Metodologi Keperawatan*. Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung
- Group, W.B. (2025) *Mortality Study, The Iupac Compendium Of Chemical Terminology*. Available At: <https://doi.org/10.1351/goldbook.15896>.
- Medan, P. (2021) "Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Medan," *Journal Geej* [Preprint].
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pt Rineka Cipta.
- Sinaga, Sn, Et Al (2022) "The Increase Of Knowledge, Attitude, And Practice Of Husbands Toward The Prenatal Care Of Their Wives Using The Illustrations Having The Local Cultural Nuance," *Open Access Macedonian Journal Of Medical Sciences*, 10(E), Pp. 525-530. Available At: <https://doi.org/10.3889/Oamjms.2022.8092>.
- Sri Untari, D. (2023). *Buku Ajar Anatomi Dan Fisiologi*. Pekalongan, Jawa Barat: Pt Nasya Expanding Management.
- Suyanto. (2019). Inkontinensia Urin Pada Lansia Perempuan. *Jurnal Keperawatan*