

**PENGARUH *BLADDER TRAINING* TERHADAP
FREKUENSI BERKEMIH WANITA LANJUT
USIA DENGAN INKONTINENSIA URIN
DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA
DENPASAR**



SKRIPSI

Oleh:

NI KADEK VELLYN

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

**PENGARUH *BLADDER TRAINING* TERHADAP
FREKUENSI BERKEMIH WANITA LANJUT
USIA DENGAN INKONTINENSIA URIN
DI PANTI SOSIAL TRESNA
WERDA WANA SERAYA
DENPASAR**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh :

**NI KADEK VELLYN
NIM. C1117018**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2021**

SURAT PERNYATAAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ni Kadek Vellyn

Nim/Nik : C1117018

Judul Penelitian : Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Frekuensi Berkemih Wanita Lanjut Usia Dengan Inkontinensia Urin Di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya Denpasar

Program studi : S1 Keperawatan

Fakultas/ asal institusi : STIKES Bina Usada Bali

Dengan sesungguhnya menyatakan bahwa saya bersedia mematuhi semua prinsip yang tertuang dalam pedoman etik WHO 2011 dan CIOMS 2016. Apabila saya melanggar salah satu prinsip tersebut dan terdapat bukti adanya pemalsuan data, maka saya bersedia diberikan saksi sesuai dengan kebijakan dan aturan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya, atas perhatiannya saya mengucapkan banyak terima kasih.



HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH *BLADDER TRAINING* TERHADAP FREKUENSI
BERKEMIH WANITA LANJUT USIA DENGAN
INKONTINENSIA URIN DI PANTI SOSIAL
TRESNA WERDA WANA SERAYA
DENPASAR

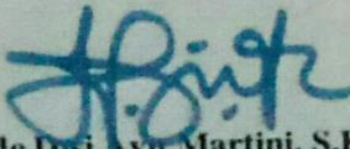
Diajukan Oleh :

Ni Kadek Vellyn
C1117018

Badung, 7 Juni 2021

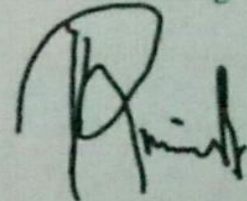
Telah Disetujui Oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0801038802

Pembimbing II



Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0814098901

Mengetahui,

Program Studi S1 Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

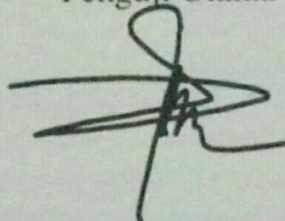
HALAMA PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI DEPAN
DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI

Tanggal: 14 Juni 2021

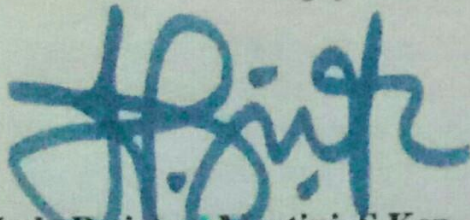
Yang terdiri dari:

Penguji Utama



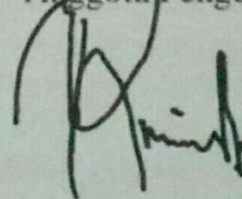
Ns. Putu Wira Kusuma Putra, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0807068702

Sekretaris Penguji



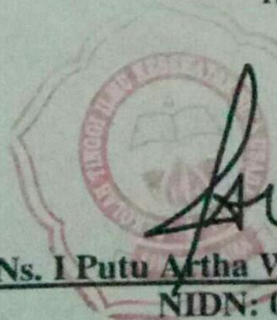
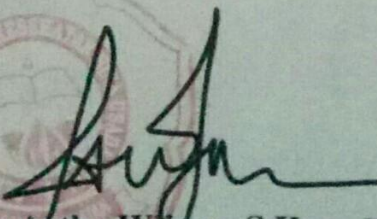
Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0801038802

Anggota Penguji



Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes
NIDN: 0814098901

Mengetahui,
Program Studi S1 Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wibawa, S.Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

**SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**

Skripsi, Juni 2021

Ni Kadek Vellyn

Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Frekuensi Berkemih Wanita Lanjut Usia Dengan Inkontinensia Urin Di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya Denpasar

xv + 66 + 6 tabel + 2 skema + 15 lampiran

ABSTRAK

Angka kejadian inkontinensia urin pada perempuan lansia di dunia berkisar antara 20-30%. Inkontinensia urin menyebabkan lansia sering mengalami kejadian jatuh dan kecelakaan. Hal tersebut terjadi karena penderita tergesa-gesa untuk mencapai ke toilet. Maka dari itu, untuk mengurangi inkontinensia urin salah satunya dengan cara non farmakologis yaitu dengan *bladder training*. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *bladder training* terhadap frekuensi berkemih wanita lanjut usia dengan inkontinensia urin.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *pre eksperimen* dengan rancangan *pre test and post test design* dengan jumlah sampel sebanyak 13 orang wanita lansia yang mengalami inkontinensia urin. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan *Wilcoxon Rank Test* untuk menguji perbedaan frekuensi berkemih sebelum dan setelah dilakukan *bladder training* dengan metode *Kegel exercise*.

Ada perbedaan inkontinensia urin sebelum dan setelah diberikan *bladder training* dengan nilai Z hitung -3,357 dan *p value* 0,001 yang berarti $\leq 0,05$ dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh *bladder training* terhadap frekuensi berkemih wanita lanjut usia dengan inkontinensia urin di PSTW Wana Seraya Denpasar. Disarankan agar kedepannya wanita lanjut usia yang mengalami inkontinensia menerapkan *bladder training* sebagai pengobatan alternatif dalam menangani masalah inkontinensia urin.

Kata Kunci : Inkontinensia urin, *Bladder training*

Daftar Pustaka : 38 (2014-2020)

**HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF NURSING PROGRAM**

Undergraduate Thesis, June 2021

Ni Kadek Vellyn

The Effect of Bladder Training on Urinary Frequency in Elderly Women with Urinary Incontinence at Tresna Werda Wana Seraya Nursing Home Denpasar

xv + 66 + 6 tables + 2 schemas + 15 appendixes

ABSTRACT

The incidence of urinary incontinence in elderly women in the world ranges from 20-30%. Urinary incontinence causes the elderly often experience falls and accidents. It happens because the patient is in a hurry to reach the toilet. Therefore, one way to reduce urinary incontinence is by non-pharmacological methods, namely bladder training. The purpose of this study was to determine the effect of bladder training on urinary frequency in elderly women with urinary incontinence.

This study was a quantitative study with a pre-experimental method with a pre-test and post-test design with a sample size of 13 elderly women with urinary incontinence. Data collection used observation sheets. The data were analyzed using the Wilcoxon Rank Test to examine differences in urinary frequency before and after bladder training using Kegel exercise method.

There was a difference in urinary incontinence before and after being given bladder training with a calculated Z value of -3.357 and a p-value of 0.001 which means 0.05. It could be concluded that there was an effect of bladder training on urinary frequency in elderly women with urinary incontinence at Tresna Werda Wana Seraya Nursing Home Denpasar. It is recommended that in the future elderly women who experience incontinence apply bladder training as an alternative treatment in dealing with urinary incontinence problems.

Keywords : Urinary incontinence, Bladder training

Bibliography : 38 (2014-2020)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa atau Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat *Asung Kerta Wara Nugraha Nyalah* peneliti dapat menyelesaikan laporan akhir skripsi ini yang berjudul “Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Frekuensi Berkemih Wanita Lanjut Usia Dengan Inkontinensia Urin Di Panti Sosial Tresna Werda Wana Seraya Denpasar”.

Laporan akhir skripsi ini disusun dalam rangka untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES Bina Usaha Bali. Penyusunan laporan skripsi ini tentunya tidak lepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Ir. I Putu Santika, MM selaku ketua STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan kesempatan untuk mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S.Kep., M.Kep selaku ketua program studi ilmu keperawatan di STIKES Bina Usaha Bali yang telah memberikan masukan, dan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Kepala UPTD Pelayanan Sosial Dinas Sosial Pemerdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Bali yang telah memberikan ijin dalam menyelenggarakan penelitian.

4. Ns. Ni Made Dwi Ayu Martini, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing I yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dengan penuh kesabaran dalam memberi pengetahuan, masukan dan bimbingan dalam menyelesaikan tugas akhir ini.
5. Ns. Desak Putu Risna Dewi, S.Kep., M.Kes selaku pembimbing II yang telah membantu dalam memberikan masukan, dan saran di dalam penyelesaian tugas akhir ini.
6. Kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan dukungan selama proses penyusunan tugas akhir skripsi.
7. Teman-teman *Aorta Team* yang telah memberi dukungan dan membantu dalam penyusunan tugas akhir ini.
8. Kepada seluruh pihak yang turut serta membantu dalam penyusunan tugas akhir ini yang tidak dapat disebut namanya satu persatu, peneliti mengucapkan terima kasih.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir ini masih jauh dari kata sempurna, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan tugas akhir ini. Semoga tugas akhir ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

Badung, 1 Juni 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
<i>ABSTRACT</i>	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
1. Tujuan Umum.....	5
2. Tujuan Khusus	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
1. Manfaat Bagi Pelayanan Kesehatan	6
2. Manfaat Bagi Masyarakat.....	6
3. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan	6
4. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu Keperawatan	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II : TINJAUAN PUSTAKA	
A. Konsep Lansia	10
1. Pengertian Lansia	10
2. Masalah pada Lanjut Usia	10
3. Proses Menua pada Sistem Urinaria.....	13

B. Inkontinensia Urin	17
1. Pengertian Inkontinensia Urin	17
2. Penyebab Inkontinensia Urin.....	18
3. Klasifikasi Inkontinensia Urin.....	18
4. Manifestasi Klinis.....	20
5. Penatalaksanaan.....	21
6. Komplikasi.....	23
C. Frekuensi Berkemih.....	23
D. <i>Bladder Training</i>	24
1. Pengertian <i>Bladder Training</i>	24
2. Tujuan <i>Bledder Training</i>	25
3. Indikasi <i>Bledder Training</i>	26
4. Kontraindikasi <i>Bledder Training</i>	26
5. Langkah-langkah <i>Bledder Training</i>	27
E. Kegel Exercise	27
F. Konsep Pengaruh Bladder Training Terhadap frekuensi Berkemih Wanita Lansia Dengan Inkontinensia Urin	29
G. Kerangka Teori	31
BAB III : KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI	
OPERASIONAL	
A. Kerangka Konsep	32
B. Hipotesis	34
C. Definisi Operasional	34
BAB IV : METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian	36
B. Populasi dan Sampel.....	37
1. Populasi Penelitian	37
2. Sampel Penelitian	37
C. Tempat Penelitian	39
D. Waktu Penelitian.....	39
E. Etika Penelitian.....	40

1. Prinsip Manfaat.....	40
2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia	42
3. Prinsip Keadilan	43
F. Alat Pengumpulan Data.....	43
1. Instrumen Penelitian	43
2. Validitas dan Reliabilitas.....	44
G. Prosedur Pengumpulan Data	44
1. Prosedur Administrasi	44
2. Prosedur Teknis	45
H. Pengolahan Data.....	46
1. <i>Editing</i>	46
2. <i>Coding</i>	47
3. <i>Entry</i>	47
4. Tabulasi.....	47
5. <i>Cleaning</i>	48
I. Analisis Data.....	48
1. Analisis Univariat	48
2. Analisis Bivariat	49
 BAB V : HASIL PENELITIAN	
A. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	50
B. Hasil Analisa Data	51
1. Hasil Uji Univariat.....	51
2. Hasil Uji Bivariat	53
 BAB VI : PEMBAHASAN	
A. Interpretasi penelitian	55
1. Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian.....	55
2. Gambaran Karakteristik Frekuensi Berkemih Sebelum dan Sesudah dilakukan <i>Bladder Training</i> pada Wanita Lansia di PSTW Wana Seraya Denpasar	56
3. Menganalisis Pengaruh <i>Bladder Training</i> Terhadap Penurunan Frekuensi Berkemih pada Wanita Lansia dengan	

Inkontinensia Urin di PSTW Wana Seraya Denpasar	59
B. Keterbatasan Penelitian	61
C. Implikasi terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	62
1. Pelayanan Keperawatan.....	62
2. Masyarakat	62
3. Institusi Pendidikan.....	63
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan	63
BAB VII : SIMPULAN DAN SARAN	
A. Simpulan	64
B. Saran	65
1. Layanan Keperawatan	65
2. Masyarakat	65
3. Institusi Pendidikan	65
4. Perkembangan Ilmu Keperawatan	66

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian	36
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Subjek Penelitian	51
Tabel 5.2 Identifikasi Frekuensi Berkemih pada Wanita Lansia di PSTW Wana Seraya Denpasar Sebelum dan Setelah diberikan <i>Bladder Training</i>	52
Tabel 5.3 Identifikasi Pengaruh <i>Bladder Training</i> terhadap Frekuensi Berkemih pada Wanita Lansia dengan Inkontinensia Urin di Pant Sosial Tresna Werda Wana Seraya Denpasar.....	53

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori Penelitian	31
Skema 3.1 Kerangka Konsep Penelitian	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Jadwal Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 3. Surat Balasan Permohonan Ijin Studi Pendahuluan di UPTD
Pelayanan Sosial Dinas Sosial Pemerdayaan Perempuan dan
Perlindungan Anak Provinsi Bali
- Lampiran 4. Surat Permohonan Ijin Penelitian
- Lampiran 5. Surat Ijin Melakukan Penelitian di UPTD Pelayanan Sosial
Dinas Sosial Pemerdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak
Provinsi Bali
- Lampiran 6. Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 7. Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 8. Lembar Observasi
- Lampiran 9. Data Penelitian *bladder training* terhadap frekuensi berkemih
wanita lansia dengan inkontinensia urine di PSTW Wana Seraya
Denpasar
- Lampiran 10. Hasil Tabulasi Penelitian *bladder training* terhadap frekuensi
berkemih wanita lansia dengan inkontinensia urine di PSTW
Wana Seraya Denpasar
- Lampiran 11. SOP
- Lampiran 12. Lembar Bimbingan
- Lampiran 13. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 14. Dokumentasi
- Lampiran 15. Lembar Keterangan Lolos Kaji Etik

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, F. (2017). *Pengaruh Bladder Training Terhadap Pencegahan Inkontinensiaurin Pada Pasien Post-Operasidi Ruang Bedah Rsud Leuwiliang Bogor Tahun 2017*. Universitas Pembangunan Nasional"Veteran"Jakarta.
- Ardhiyanti, Y. (2014). *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan I* (Edisi 1). deepublish.
- Bandukwala, N. Q. (2019). *Bladder Training Techniques*. WebMD
- BPS. (2019). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2019*. Badan Pusat Statistik. <https://doi.org/4104001>
- Dewi, N. R., & Hendriani, W. (2018). Psikologi Kepribadian dan Sosial. *Uniersitas Airlangga, 1*(031), 2018.
- Ernawati. (2016). Pengaruh Kombinasi Bladder Training Dan Kegel Exercise Terhadap Pemulihan Inkontinensia Pada Pada Pasien Stroke. *Profesi, 14*(September), 31–35.
- Fadhila, L. A. (2019). *Pengaruh Latihan Kegel Exercise Dan Delau urination Terhadap Perubahan Inkontinensia Urine Pada Lansia Di Posyandu Lansia Desa Dimong Kabupaten Madiun*. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Fatmawati, T. Y. (2018). The Effect Of Health Education Toward Knowledge Of The Elderly In Management Risk Of Urinary Incontinence. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi, 7*(2), 100–107.
- Hartinah, D., & Setyaningrum, Y. (2016). Kegel Exercise terhadap Penurunan Inkontinensia Urine Pada Lansia di Desa Undangan Lor Kecamatan Undaan Kabupaten Kudus. *Jurnal Keperawatan, 7*.
- Hastono, S. . (2016). *Analisis Data Pada Bidang Kesehatan*. PT Raja Grafinda Persada.
- Juananda, D., & Febriantara, D. (2017). Inkontinensia Urin pada Lanjut Usia di Panti Werdha Provinsi Riau. *Jurnal Kesehatan Melayu, 1* (1), 20. <https://doi.org/10.26891/jkm.v1i1.2017.20-24>
- Kemenkes, R. (2016). *Infodatin Lansia, Situasi Lanjut Usia di Indonesia*. Pusat Data Dan Informasi Kementrian Kesehatan RI.
- Koerniawan, D. (2020). Pendampingan Upaya Menurunkan Inkontinensia Urin Bagi Masyarakat di Talang Betutu Palembang. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri), 4*(1), 77. <https://doi.org/10.31764/jmm.v4i1.1753>
- Mardhotillah, H. (2016). *Bladder Training*. Universitas Brawijaya.

- Martyaini, B. (2018). *Penyebab Sering Kencing Pada Lansia*. Kesehatan. UHB News
- Masturoh, I. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan.
- Moa, H. M., Milwati, S., & Sulasmini. (2017). Pengaruh Bladder Training Terhadap Inkontinensia Urin Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Desa Sumberdem Kecamatan Wonosari Malang. *Nursing Newsm*, 2(2), 514–523. <http://publikasi.unitri.ac.id>
- Monika, R. (2018). Efektifitas Latihan Kegel Dan Latihan Berkemih Pada Lansia Dengan Inkontinensia Urin. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu, Vol 9(3)*.
- Muharromi, A. S. (2018). *Perubahan Fisiologis Sistem Perkemihan Pada Lansia*. Scribd.
- Muhith, A. (2016). *Pendidikan Keperawatan Gerontik* (Edisi 1). Andi.
- Nunik, A. (2016). *Perbedaan Efektifitas Kegel Exercise Dan Delay Urination Terhadap Inkontinensia Urine Di Ruang Rawat Inap Penyakit Dalam Rsud Prof. Dr. Margono Soekarjo Puwokerto*. Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Purwokerto.
- Nurdin, I. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial* (Lutfiah (ed.)). Media Sahabat Cendekia.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Nursalam. (2016). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan* (Edisi 2). Salemba Medika.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis* (Edisi 4). Salemba Medika.
- Pamungkas, M. R., Nurhayati, & Musiana. (2015). Pengaruh Latihan Kandung Kemih (Bladder Training) terhadap Interval Berkemih Wanita Lanjut Usia (Lansia) dengan Inkontinensia Urin. *Jurnal Keperawatan, IX(2)*, 214–219.
- Purwanto, H. (2016). *Praktikum Keperawatan Medikal Bedah II*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Rahardjo, H. E. (2018). *Panduan Tata Laksana Inkontinensia Urine pada Dewasa*. 1–68.
- Samosir, N. R. (2019). Pengaruh Pemberian Senam Kegel Untuk Menurunkan Derajat Inkontinensia Urin Pada Lansia. *Ilmiah Fisioterapi (JIF)*, 2, 18–24.

- Setyani, K. A. (2014). *Analisis praktik klinik keperawatan kesehatan masyarakatan perkotaan pada ibu M (73 tahun) dengan masalah inkontinensia urin di Wisma Bougnvelle Panti Sosial Trena Werdha Budi Mulia 1 Cipayung*.
- Siburian. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik* (Edisi 2). EGC.
- Soleha, T. (2018). *Pengaruh Senam Kegel Terhadap Frekuensi Inkontinesia Urin Pada Lanjut Usia Di Posyandu Dahlia I Podomoro Kecamatan Pringsewu*. STIKes Muhammadiyah Pringsewu Lampung.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. PT Alfabet.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Sutomo (ed.); Edisi 2). Alfabeta.
- Sunarti, S. (2019). *Prinsip Dasar Kesehatan Lanjut Usia (Geriatric)*. UB Press.
- Sutiyarsih, E. (2016). Efektifitas Bladder Training Dan Latihan Kegel Terhadap Penurunan Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Keperawatan*, 5.
- Suyatni. (2017). *Efektifitas Bladder Training Kegel Exercise Terhadap Inkontinensia Urine Pada Wanita Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas 1 Sokaraja Banyumas Jawa Tengah*. Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- Wilis, N. (2018). Inkontinensia, Tugas Keluarga, Tugas Keluarga Dalam Menghadapi Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Malang*, 3 (1), 7–15. <https://doi.org/10.36916/jkm.v3i1.53>

