

## Plagiarism Detector v. 1092 - Originality Report:

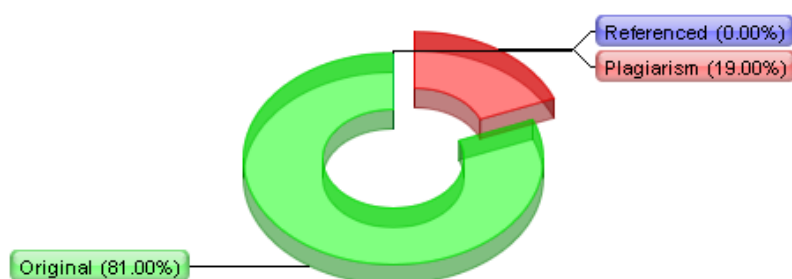
Analyzed document: 07/11/2018 16:13:58

# "Jurnal PDP Akper - rev1tanpa dapus.docx"

Licensed to: Universitas Kadiri\_License5



Relation chart:



Distribution graph:



Comparison Preset: Rewrite. Detected language: Indonesian

Top sources of plagiarism:

➡	% 14	wrds: 231	<a href="https://ppnijateng.org/wp-content/uploads/2017/01/Keperawatan-Maternitas_-vol-3-No-2.73-81...">https://ppnijateng.org/wp-content/uploads/2017/01/Keperawatan-Maternitas_-vol-3-No-2.73-81...</a>
➡	% 14	wrds: 222	<a href="https://lilinrosyanti.wordpress.com/2015/03/02/kegawat-daruratn-pada-gigitan-serangga/">https://lilinrosyanti.wordpress.com/2015/03/02/kegawat-daruratn-pada-gigitan-serangga/</a>
➡	% 10	wrds: 183	<a href="https://skripsipedia.wordpress.com/2011/03/30/gambaran-pelaksanaan-7t-pada-ibu-hamil-di-wi...">https://skripsipedia.wordpress.com/2011/03/30/gambaran-pelaksanaan-7t-pada-ibu-hamil-di-wi...</a>

[Show other Sources:]

Processed resources details:

114 - Ok / 16 - Failed

[Show other Sources:]

Important notes:

Wikipedia:



[not detected]

Google Books:



[not detected]

Ghostwriting services:



[not detected]

Anti-cheating:



[not detected]

Excluded Urls:

## Detailed document analysis:

## Efek Senam Hamil Terhadap Stres Inkontinensia Urin (

 Plagiarism detected: 0,48% <https://skripsipedia.wordpress.com/...> + 3 more resources!

id: 1

## SIU) Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas

TironWidya Kusumawati

a,1,\*, Yunda Dwi Jayanti mailto:widya.koesoemawati@gmail.com

widya.koesoemawati@gmail.com, mailto:yunda.dj@gmail.com

yunda.dj@gmail.com Akbid Dharma Husada Kediri

## Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu kondisi rentan dengan segala macam stress yang berakibat pada terjadinya perubahan fisiologis dan fungsi metabolik [1]. Kehamilan membawa begitu banyak perubahan pada tubuh seorang wanita sehingga tidak mengejutkan bila timbul beberapa ketidaknyamanan selama kehamilan. Kebanyakan dari ketidaknyamanan ini berhubungan dengan perubahan anatomi dan fisiologis yang terjadi dan yang lainnya berhubungan dengan aspek-aspek emosi dalam kehamilan [2]. Salah satu ketidaknyamanan yang sering timbul pada kehamilan adalah stres inkontinensia urin pada kehamilan. Stres inkontinensia urin merupakan jenis inkontinensia yang paling sering ditemukan, dengan angka prevalensi sekitar 14,7-52%. Bajudji pada penelitian di RSCM tahun 2004 mendapatkan prevalensi SIU pada kehamilan sebesar 37,1% [3]. Hasil penelitian Solans-Domenech et. al. (2010) melaporkan bahwa dari 1.128 wanita hamil nulipara, insiden inkontinensia urin selama kehamilan adalah sebesar 39,1%. Resiko kejadian stres

 Plagiarism detected: 0,42% <https://lilinrosyanti.wordpress.com...> + 2 more resources!

id: 2

## inkontinensia urin diketahui meningkat selama kehamilan dan

keadaan ini dapat berlanjut pada pasca persalinan. Kondisi ini dikarenakan proses kehamilan itu sendiri yang secara signifikan berpengaruh pada fungsi saluran kemih bagian bawah dan berat uterus yang tidak hanya memberikan tekanan pada kandung kemih tapi juga mengganggu kandung kemih [5]. Sebagian wanita menganggap bahwa kehamilan merupakan peristiwa fisiologis, akan tetapi sebagian menganggap sebagai peristiwa yang menentukan kehidupan selanjutnya. Sekecil apapun keluhan yang dirasakan oleh ibu hamil, seharusnya mendapatkan perhatian dari keluarga maupun petugas kesehatan terutama bidan. Keluhan pada ibu hamil apabila tidak ditangani dengan serius

 Plagiarism detected: 0,79% <http://repositori.uin-alaududin.ac.i...>

id: 3

## akan membawa dampak dan pengaruh terhadap fisik dan psikis, baik bagi ibu m

aupun janin [6]. METODE

## Penelitian ini

 Plagiarism detected: 0,91% <https://ppnijateng.org/wp-content/u...> + 9 more resources!

id: 4

## menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian adalah seluruh ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas

Tiron. Sampel kelompok senam hamil sejumlah 30 responden dan sampel kelompok kontrol sejumlah 30 responden diperoleh dengan menggunakan tehnik purposive sampling.

 Plagiarism detected: 0,42% <https://text-id.123dok.com/document...>

id: 5

## Adapun kriteria inklusi dan eksklusi meliputi :Kriteri

## a inklusi

Ibu hamil yang bersedia menjadi responden

Ibu hamil dengan usia kehamilan 20 minggu Ibu hamil yang sehat jasmani dan rohani

Ibu hamil yang aktif melakukan aktivitas fisik

## Kriteria eksk

lusi : Ibu hamil dengan komplikasi kehamilan Penelitian ini

 Plagiarism detected: 0,48% <https://skripsipedia.wordpress.com/...> + 3 more resources!

id: 6

## dilakukan

## di wilayah kerja Puskesmas Tiron Keca

matan Banyak Kabupaten Kediri pada bulan April - Juli 2018. Instrumen Penelitian berupa kuesioner stres inkontinensia urin menggunakan skala ukur oleh Sandvick, et. al. Informed consent diberikan terlebih dahulu sebelum responden mengisi kuesioner. HASIL

## Tabel

1, 2 dan 3 menunjukkan data karakteristik ibu hamil yang meliputi usia, riwayat aktivitas senam hamil dan lama aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari. Data khusus meliputi tabel silang antara senam hamil dengan SIU pada kelompok senam dan kelompok



dapat dilihat pada tabel 4..  
Tab  
el 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas

TironNo  
Usia  
(Tahun)Senam Tidak Senam  
Frekuensi  
Prosentase (%)  
Frekuensi  
Prosentase (%)


1.  
20  
2  
6,66  
1  
3,33  
2.  
20 - 30 12  
40,00  
17  
56,67  
3.  
31 - 40 16  
53,34  
11  
36,67  
4.  
40  
0  
0  
1  
3,33  
30  
100  
30  
100  
Tab

2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan riwayat aktivitas senam hamil pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas

Tiron No  
Riwayat  
aktivitas senam hamilSenam Tidak Senam  
Frekuensi  
Prosentase (%)  
Frekuensi  
Prosentase (%)

1.  
Tidak  
pernah0  
0  
30  
100  
2.  
2 kali seminggu6  
20  
0  
0  
3.  
2 kali seminggu24

80  
0  
0  
30  
100  
30  
100  
Tab  
el

 Plagiarism detected: **1,15%** <https://ppnijateng.org/wp-content/u...> + 4 more resources! id: 9

3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan lama aktivitas fisik yang dilakukan setiap hari pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas

Tiron No  
Lama aktivitas fisik yang dilakukan setiap hariSenam Tidak Senam  
Frekuensi  
Prosentase (%)  
Frekuensi  
Prosentase (%)


1.  
Tidak  
ada atau 25 menit0

0  
0  
0  
2.  
25 menit2  
6,67

6  
20  
3.  
25 - 45 menit16  
53,33  
14  
46,67

4.  
45 menit12  
40  
10  
33,33  
30  
100  
30  
100

Tab  
el 4 Tabulasi silang anantara senam hamil dengan

 Plagiarism detected: **0,48%** <https://skripsipedia.wordpress.com/...> + 3 more resources! id: 10

SIU pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas

Tiron No  
Stres  
Inkontinensia Urin (SIU)Senam Tidak Senam  
Frekuensi  
Prosentase (%)  
Frekuensi  
Prosentase (%)

1.  
Tidak  
14  
46,67  
12  
40  
2.  
Ringan  
16

53,33

3

10

3.

Sedang

0

0

12

40

4.

Berat

0

0

3

10

30

100

30


100

p = 0,018

Pembahasan Stress inkontinensia urin


Pada tabel 4

dapat diketahui bahwa dari 30 responden kelompok senam, terdapat 16 responden (53,33%) mengalami stres inkontinensia urin ringan, dan terdapat 3 responden (10%) mengalami stres inkontinensia urin berat. Risiko kejadian stres inkontinensia urine diketahui meningkat selama kehamilan. Kondisi ini dikarenakan proses kehamilan itu sendiri yang secara signifikan berpengaruh pada fungsi saluran kemih bagian bawah dan berat uterus yang tidak hanya memberikan tekanan pada kandung kemih tapi juga mengganggu kandung kemih [5]. Proses masuknya kepala janin dalam pintu atas panggul yang disebut dengan engagement, juga akan mempengaruhi kandung kemih wanita hamil, karena secara anatomis kandung kemih berada di depan segmen bawah rahim sehingga bila kepala memasuki daerah ini akan terjadi tekanan pada kandung kemih sehingga menyebabkan ibu hamil akan mengalami frekuensi buang air kecil yang lebih sering [6,7]. Inkontinensia

 Plagiarism detected: 0,3% <https://bidanpurnama.wordpress.com/...> + 5 more resources!

id: 11


urin yang terjadi selama kehamilan

 Plagiarism detected: 0,36% <http://windayuantika.blogspot.com/2...> + 2 more resources!

id: 12

berkaitan dengan usia, Indeks massa Tubuh

(IMT), latihan fisik yang berat ataupun merokok. Proses kelahiran pervaginam merupakan salah satu faktor penentu utama terjadinya inkontinensia. Proses persalinan dengan menggunakan alat (forceps dan vakum) dapat meningkatkan risiko, terutama bila dikombinasikan dengan episiotomi. Akan tetapi, inkontinensia pada analisis univariabel paraktik-praktik tertentu dan berhubungan dengan komplikasi (seperti ruptur derajat III dan IV) telah ditemukan, menunjukkan bahwa hal tersebut beroperasi sebagai tanda bahwa persalinan pervaginam berkontribusi terhadap terjadinya inkontinensia [8]. Hal ini dapat

 Plagiarism detected: 0,85% <https://lilinrosyanti.wordpress.com...> + 3 more resources!

id: 13

menyebabkan perasaan tidak nyaman yang berdampak terhadap kehidupan sosial, psikologi, aktivitas seksual dan pekerjaan.

Pada beberapa

 Plagiarism detected: 2,18% <https://lilinrosyanti.wordpress.com...> + 3 more resources!

id: 14

kejadian penderita merasa rendah diri karena daerah genitalnya terasa selalu basah akibat urin yang ikut keluar pada saat batuk, bersin, mengangkat barang berat, bersenggama, bahkan kadang pada saat beristirahat dan setiap saat harus memakai kain pembalut.

Jika ketidaknyaman akibat stres inkontinensia urin tidak segera diatasi, keadaan ini dapat berlanjut pada ketidaknyamanan yang berkepanjangan, bahkan sampai pada masa pasca persalinan [2]. Untuk mencegah terjadinya stres inkontinensia urin selama kehamilan, dianjurkan untuk

 Plagiarism detected: 0,91% <http://klikfebyanadwi.blogspot.com/...> + 2 more resources!


id: 15

melaksanakan latihan otot dasar panggul

(Kegel exercises). Manfaat dari latihan otot dasar panggul yaitu


dapat meningkatkan resistensi uretra melalui kontraksi aktif musculus pubokoksigeus. Kontraksi musculus pubokoksigeus ini dapat menambah kekuatan penutupan pada uretra, meningkatkan sokongan muskuler pada struktur panggul dan memperkuat otot dasar panggul dan periuretra yang lemah [3]. Efek Senam hamil Terhadap Stres Inkontinensia Urin (SIU) Pada tabel 4 dapat diketahui bahwa nilai p = 0,018 atau p 0,05 yang artinya ada efek yang signifikan senam hamil terhadap stres inkontinensia urin (SIU).

Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa 56%- 75% berhasil mencegah SIU dengan melakukan latihan otot dasar panggul [11]). Senada dengan penelitian yang dilakukan oleh Smith dkk tahun 2009 bahwa ibu postpartum yang mengalami SIU menetap selama 3 bulan setelah melahirkan ternyata mengalami penurunan kejadian SIU setelah mendapatkan latihan otot dasar panggul dan berbanding terbalik jika dibandingkan dengan ibu post partum yang tidak mendapatkan latihan [12]. Penelitian yang dilakukan oleh Rahajeng pada 2010 pada ibu post partum 4 minggu yang diberikan perlakuan otot dasar panggul dan tidak diberikan perlakuan ternyata menunjukkan bahwa pada kelompok yang melakukan perlakuan didapatkan kekuatan otot dasar panggulnya mengalami perubahan bermakna. Kondisi ini disebabkan karena melakukan latihan otot dasar panggul dapat meningkatkan kekuatan otot. [13] Kehamilan merupakan suatu proses yang fisiologis dan alamiah. Pada saat hamil, wanita akan mengalami perubahan baik fisik maupun

 **Plagiarism detected: 0,97%** <https://bidanpurnama.wordpress.com/...> + 6 more resources! id: 16

psikologis. Sementara kehamilan berkembang, tubuh mulai melakukan banyak perubahan dan penyesuaian diri untuk membantu pertumbuhan bayi.

Keluhan yang muncul selama kehamilan merupakan proses adaptasi tubuh dalam menyesuaikan kondisi

 **Plagiarism detected: 0,54%** <https://bidanpurnama.wordpress.com/...> + 4 more resources! id: 17

selama kehamilan. Proses tersebut merupakan hal yang normal dan

apabila mengganggu dapat diatasi. Stres

 **Plagiarism detected: 3,63%** <https://lilinrosyanti.wordpress.com...> + 4 more resources! id: 18

Inkontinensia Urin (SIU) terjadi apabila urin secara tidak terkontrol keluar akibat peningkatan tekanan di dalam perut, melemahnya otot dasar panggul, operasi dan penurunan estrogen. Yang merupakan gejala dari SIU antara lain kencing sewaktu batuk, bersin, berlari, tertawa, mencedan ataupun hal lain yang dapat meningkatkan tekanan pada rongga perut. Keluhan SIU dapat diatasi tanpa operasi misalnya dengan latihan otot dasar panggul

atau Kegel exercise. Senam hamil merupakan gerakan tubuh yang berupa latihan-latihan dengan aturan, sistematis, dan prinsip-prinsip gerakan khusus tertentu yang disesuaikan dengan kondisi ibu hamil, senam hamil bertujuan agar ibu hamil siap mental dan jasmani dalam menghadapi proses persalinan [9]. Latihan yang dilakukan pada masa kehamilan dapat meningkatkan denyut jantung dan volume sekuncup (stroke volume), yang mana dapat meningkatkan curah jantung (cardiac output). Dalam sebuah penelitian membandingkan tingkat pengkondisian fisik dan hasil obstetrics, subyek yang berkecukupan ditemukan memiliki persalinan yang lebih pendek, lebih sedikit membutuhkan intervensi obstetri dan lebih sedikit menunjukkan tanda bahaya pada janin. Latihan / olah raga kemungkinan juga memberikan efek yang menguntungkan pada pengalaman subyek dengan ketidaknyamanan selama kehamilan. Dalam penelitian studi tentang berolahraga selama kehamilan, wanita yang berolahraga dalam tiga bulan sebelum kehamilan merasa lebih baik selama trimester pertama dibandingkan dengan mereka yang tidak berolahraga. Olahraga pada trimester pertama dan kedua dapat memberikan perasaan yang lebih baik pada trimester ketiga [10]. Salah satu gerakan yang terdapat pada senam hamil

 **Plagiarism detected: 1,21%** <http://klikfebyanadwi.blogspot.com/...> + 5 more resources! id: 19

yaitu latihan otot dasar panggul.

Latihan otot dasar (Kegel exercise) mempunyai tujuan agar dapat memperkuat otot-otot dasar panggul terutama

otot pubococcygeal sehingga otot-otot yang berada di sekitar uretra dan otot vagina dapat kembali berfungsi secara seksual (Widianti&Proverawati, 2010). Otot ini berperan untuk menjaga organ-organ pelvis agar tetap berada pada kedudukannya, bertanggungjawab terhadap fungsi berkemih dan defekasi. Latihan otot dasar panggul melibatkan kontraksi berulang otot pubokoksigeus, otot yang membentuk struktur penyokong panggul pada vagina, uretra dan rectum [14]. Latihan senam kegel ini meningkatkan tonus otot dasar panggul, dengan menguatkan otot dasar panggul pada saat berkemih dirasakan, individu mampu menunda episode inkontinensia urine yang berhubungan dengan kelemahan otot panggul dan atau kelemahan pintu keluar kandung kemih. Jurnal Ilmu Kesehatan Akademi Keperawatan Dharma Husada Kediri Volume 7, Nomor 1

