

DAFTAR PUSTAKA

- Abu Raddaha, A. H., & Nasr, E. H. (2022). Kegel Exercise Training Program among Women with Urinary Incontinence. *Healthcare (Switzerland)*, 10(12), 1–12.
- Ajul, K., Pranata, L., Fari, A. I., Windahandayani, V. Y., & Indaryati, S. (2022). *Pelvic Floor Muscle Exercise (PFME) terhadap Fungsi Traktus Urinarius (Miksi) pada Lansia*. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 1(3), 157–162.
- Amanda, H., Prastiwi, S., & Sutriningsih, A. (2016). Hubungan kualitas tidur dengan tingkat kekambuhan hipertensi pada lansia di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News*, 1, 358–368.
- Amelia, R. (2020). Prevalensi dan faktor risiko inkontinensia urin pada lansia Panti Sosial Tuna Werdha (PSTW) Sumatera Barat
- Amilia, A., Suryani, Y., & Pramesti, E. (2018). Terapi latihan otot dasar panggul (senam kegel) dalam mengatasi inkontinensia urine stres pada lansia. *Jurnal Kesehatan Geriatri Indonesia*, 3(2), 50–60.
- Andriani, Y., Marlita, & Ardiansyah, M. N. (2022). *Keperawatan gerontik: Konsep dan praktik klinik*. Penerbit Buku Pendidikan
- Ardani, N.M.K (2010). Pengaruh Senam Kegel Terhadap Kontraksi Otot Dasar Panggul.
- Astuti, S. D., & Windyastuti, E. (2024). *Asuhan Keperawatan Keluarga pada Tahap Perkembangan Lansia dengan Intervensi Senam Hipertensi*. Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Badan Pusat Statistik. (2024, 31 Desember). *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2024*.
- Boqgan, R., & Biklen, S. K (2017). *Qualitative Research for Education: An Introduction to Theories and Methods (6th ed.)*. Pearson
- Daryaman, U. (2021). Pengaruh Kegel Exercise Terhadap Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Jurnal Sehat Masada*, 15(1), 174–179.
- Dheni, R., Andriani, S., & Lestari, M. (2020). *Inkontinensia urine pada lansia: Konsep dan penatalaksanaan*. Jakarta: Penerbit Sehat Mandiri.
- Hapipah, H., Fatmawati, B. R., Nadrati, B., Istianah, I., & Azhari, A. A. (2022). Edukasi manajemen inkontinensia urine pada lansia. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(4), 1190–1196.

- Hendriani, W. (2021). *Memahami Lanjut Usia: Dari Proses Penuaan Hingga Pendampingan Psikologis*. Bintang Pustaka Madani. ISBN 978-623-6209-39-4.
- Hasifah, N. (2024). *Peran perawat gerontik dalam memberikan asuhan keperawatan holistik pada lansia*. Jakarta: Penerbit Kesehatan Nusantara.
- Jauhar, M., Lestari, R. P., & Surachmi, F. (2021). Studi Literatur : Senam Kegel Menurunkan Frekuensi Berkemih Pada Lansia. BIMIKI (Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia), 9(1), 29–38. <https://doi.org/10.53345/bimiki.v9i1.175>
- Jayanti, R. (2015). Senam Kegel: Kontraindikasi dan Efek Samping. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 123-128.
- Jepiseat, T., Intani, T. M., Husni, H., Rasyid, W., & Ilmaskal, R. (2022). The Effect of Kegel Exercise on Elderly With Urine Incontinence. *Eduvest - Journal of Universal Studies*, 2(3), 610–615. <https://doi.org/10.59188/eduvest.v2i3.389>
- Kamariyah, K., & Mekeama, L. (2020). Pengaruh Latihan Kegel Terhadap Inkontinesia Urine Pada Lansia Di Pstw Budi Luhur Kota Jambi. *Medic*, 3(1), 48–53
- Kartanata, A. (2018). *Analisis Data dalam Asuhan Keperawatan: Pendekatan Studi Kasus*. Jakarta: Penerbit Ilmu Keperawatan.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Rencana Aksi Nasional Kesehatan Lanjut Usia Tahun 2020–2024*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Situasi dan Data Kesehatan Indonesia (SDKI) 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Koerniawan, S. (2020). Prevalensi inkontinensia urine di Indonesia: Tinjauan data nasional. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 10(2), 123–130.
- Kompasiana. (2025). *Tantangan perawatan lansia di tengah perubahan struktur keluarga*. Diakses pada 17 April 2025. https://www.kompasiana.com/muthiazulfaaini8146/6653e06a34777c5d6e563d12/lanjut-usia-terlantar-isu-yang-meningkat-di-indonesia#google_vignette

- Lestari, P. R., Jauhar, M., Surachmi, F. 2021. Studi Literatur : Senam Kegel Efektif Menurunkan Frekuensi Berkemih Pada Lansia. Berkala Ilmiah Mahasiswa Ilmu Keperawatan Indonesia. Vol. 9 No.1
- Manurung, H., et al. (2020). *Peran perawat gerontik dalam memberikan asuhan keperawatan, edukasi, dan konseling untuk lansia. Jurnal Keperawatan Gerontik Indonesia*, 15(2), 99–107.
- Moa, A. (2017). *Gangguan eliminasi dan penatalaksanaan keperawatan*. Jakarta: Mitra Cendekia Press.
- Muhith, A. (2016). *Keperawatan gerontik*. ANDI.
- Nurdiana, S. (2021). *Asuhan keperawatan pada lansia dengan sindrom geriatri*. Yogyakarta: Pustaka Medis.
- Nursalam, N. (2016). *Implementasi Keperawatan: Teori dan Praktik*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pangatusi, N., & Rahman, N. (2021). *Clinical Decision Making Series: Obsterti Ginekologi*. Gadjah Mada University Press Penerbit Adab.
- PERKINA. (2018). *Panduan Tata laksana Inkontinensia Urin pada Dewasa (2 ed.)*. Jakarta : Ikatan Ahli Urologi Indonesia.
- Putri, H., & Elman, B. (2024). Penyuluhan mengenai sindrom geriatri dan edukasi pentingnya caregiving di lingkungan. *Jurnal Geriatri Indonesia*, 1(1), 1–10.
- Putranto, A. (2020). *Definisi Operasional Variabel*. Yogyakarta: Penerbit Ilmu Jaya.
- Rahmawati, Alifariki, L. O., Haryati, Rangki, L., Sukurni. 2020. Peningkatan Kemampuan Berkemih Melalui Senam Kegel Bagi Lansia di Loka Rehabilitasi Sosial Lanjut Usia Minaula Kendari. *Journal of Community Engagement in Health*. Vol. 3 No.1 Hal. 50-54
- Rita, A., Budi, S., & Citra, D. (2022). Batasan-batasan Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 15(2), 123-130.
- Ruswati, R. (2022). Pengaruh senam Kegel terhadap frekuensi inkontinensia urine pada lanjut usia. *Jurnal Ilmiah Kedokteran dan Kesehatan*, 1(3), 38–46.
- Sangga, M. W., Choeron, R. C., & Rosdiana, Y. (2021). Pengaruh senam Kegel terhadap inkontinensia urin pada lansia di Panti Werdha Pangesti Lawang Malang. (Doctoral dissertation, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Tribhuwana Tungadewi).

- Setiyani, R. (2020). *Metodologi penelitian keperawatan: Pendekatan studi kasus*. Yogyakarta: Pustaka Ilmu.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Smith, A., & Johnson, B. (2021). *Understanding Urinary Incontinence: Causes and Management*. Health Press. ISBN 978-1-23456-789-0.
- Suhartiningsih, S., Cahyono, W., & Egho, M. (2021). Pengaruh Senam Kegel Terhadap Inkontinensia Urin Pada Lansia Di Balai Sosial Lanjut Usia Mandalika Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 5(3), 268–273
- Sulistyawati, aulia ika et al. (2022) ‘Pengaruh Latihan Senam Kegel Terhadap Inkontinensia Urine Pada Lansia Di RS Toeloengredjo Pare’, *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 7(1), p. 51.
- Sya’diyah H. *Keperawatan Lanjut Usia*. Indomedia Pustaka 2018:1.
- Ulvania, A. (2022). *Metode studi kasus deskriptif: Teori dan aplikasi*. Yogyakarta, Indonesia: Andi Publisher.
- Widiyawati, W., & Sari, D. J. E. (2020). *Keperawatan Gerontik Literasi Nusantara*.
- World Health Organization. (2024). *Inkontinensia Urine*.
- Yusri, A. (2020). *Studi kasus dalam studi kasus keperawatan: Penentuan kriteria inklusi dan eksklusi*. Jakarta, Indonesia: Penerbit Keperawatan Nusantara.