

## Pengaruh biofeedback dalam latihan otot dasar panggul pada stress inkontinesia urin pascamenopause

Vitriana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=107789&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Latar Belakang : Inkontinensia urin menyebabkan dampak morbiditas yang cukup bermakna bagi penderitanya. Kondisi ini banyak terjadi pada wanita dan dipengaruhi oleh keadaan defisiensi estrogen. Stigma yang kurang tepat dan kurangnya pemahaman tentang pilihan intervensi menyebabkan kurang tepatnya terapi. Latihan otot dasar panggul dengan menggunakan alat bantu (biofeedback) diharapkan akan dapat mengatasi hal tersebut.

Tujuan: Mengetahui pengaruh biofeedback pada latihan otot dasar panggul untuk meningkatkan kekuatan otot dasar panggul agar dapat memperbaiki kondisi stres inkontinensia urin pada wanita pascamenopause.

Desain : Kuasi eksperimental acak lengkap

Tempat : Poli Rehabilitasi Medik Bagian Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Perjan. RS. dr. Hasan Sadikin Bandung

Subyek : Tiga puluh lima orang wanita pascamenopause yang menderita inkontinensia urin di lingkungan Panti Wredha Pakutandang - Ciparay

Intervensi : Antara bulan Mei - Agustus 2004, 24 wanita dengan stres inkontinensia pascamenopause yang masuk dalam kriteria inklusi dibagi dalam dua kelompok (kontrol dan latih) melakukan latihan otot dasar panggul setiap hari dengan dan tanpa alat bantu biofeedback disertai pengawasan selama 8 minggu. Hasil peningkatan kekuatan kontraksi otot dasar panggul antara kedua kelompok dibandingkan pada akhir penelitian.

Hasil : Terjadi peningkatan kekuatan kontraksi maksimal otot dasar panggul yang sangat bermakna ( $<.001$ ) pada kedua kelompok nara-coba dengan perbedaan yang bermakna ( $<.05$ ) antara kedua kelompok. Peningkatan kekuatan kontraksi otot dasar panggul berdampak pada berkurang atau hilangnya keluhan stres inkontinensia urin yang dibuktikan dengan stres test yang menjadi negatif (100%).

Kesimpulan : Latihan otot dasar panggul dengan biofeedback meningkatkan kekuatan otot dasar panggul lebih baik sehingga dapat mengurangi gejala stres inkontinensia urin pascamenopause

*Background : Urinary incontinence can cause a significant morbidity. This condition occurs commonly in women with estrogens deficient. Inappropriate stigma and less comprehension to the intervention choices caused inaccurate therapy. Pelvic floor exercise with biofeedback will prevent that to be happened.*

Objective : To evaluate the usefulness of biofeedback in pelvic floor exercise to increase the strength of the muscles to treat urinary stress incontinence on postmenopausal women.

Design : Quasi experimental complete randomized

Setting : At Department of Physical Medicine and Rehabilitation Perjan. dr. Masan Sadikin Hospital Bandung

Subject : Thirty five postmenopausal women with stress urinary incontinence from Panti Wredha Pakutandang-Ciparay

Intervention : From May -- August 2004. 24 postmenopausal women with stress urinary incontinence who were divided in two groups (exercise and control) did the pelvic floor muscle exercise daily supervised, with and without biofeedback for 8 weeks. The strength of the muscles was compared in the end of the study.

Result : There was a very significant increase of maximal pelvic floor muscles contraction ( $<.001$ ) within all two groups with significant differences ( $<.05$ ) between two groups. Increasing strength of pelvic floor muscles within both groups (control and exercise) relieve urinary stress incontinence (stress test negative for 100%).

Conclusion : Pelvic floor muscles exercise with biofeedback increase the strength of the pelvic floor on postmenopausal women with stress urinary incontinence.