

Abstrak

Transformasi demografis yang cepat di Indonesia menimbulkan kekhawatiran khusus. Salah satu manfaat dari implementasi inisiatif kesehatan oleh pemerintah dan dampaknya adalah peningkatan harapan hidup. Akibatnya, jumlah individu lanjut usia terus meningkat setiap tahun. Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998, seseorang yang berusia 60 (enam puluh) tahun atau lebih dianggap sebagai lanjut usia (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), individu yang berusia 60 tahun ke atas dikategorikan sebagai lansia. Lansia adalah kelompok usia lanjut. Dalam populasi lansia ini, proses penuaan atau proses penuaan akan terjadi. Perubahan fisik-biologis, mental, dan psikologis seringkali menjadi tanda proses penuaan. Perubahan fisik meliputi penurunan jumlah sel dan penurunan fungsi beberapa sistem tubuh, termasuk sistem kardiovaskular, sistem pernapasan, sistem endokrin, kulit, sistem muskuloskeletal, pendengaran, penglihatan, sistem saraf, dan pengaturan suhu tubuh. Kualitas kepribadian, memori, dan kapasitas intelektual juga bervariasi seiring bertambahnya usia. Secara psikososial, kesepian, kehilangan pekerjaan, atau keduanya mungkin dialami oleh orang tua (Darmojo & Soetojo, 2006 dalam Sutarmi, 2016). Jenis inkontinensia dan penyebab dasarnya—seperti diabetes mellitus, penyakit Parkinson, artritis reumatoid, penyakit ginjal kronis, atau individu lanjut usia yang mengalami cedera saraf perifer yang menyebabkan penurunan tonus otot kandung kemih—menentukan cara penanganan kondisi tersebut. Meskipun inkontinensia urin mungkin bersifat sementara atau reversibel, masalah ini harus dikenali dan peluang keberhasilan harus dievaluasi sebelum memulai pengobatan yang tepat. Intervensi sederhana seperti mendorong pasien untuk melakukan latihan Kegel dapat menjadi cara efektif untuk membantu individu lanjut usia mengontrol inkontinensia mereka. Pada tahun 2019, Indonesia memasuki fase populasi menua, yang ditandai dengan meningkatnya usia harapan hidup dan peningkatan proporsi penduduk lanjut usia (lansia), menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes). Pada tahun 2019, terdapat 25,9 juta (9,7%) lansia di Indonesia, meningkat dari 18 juta (7,56%) pada tahun 2010, dan jumlah ini diperkirakan akan meningkat menjadi 48,2 juta (15,77%) pada tahun 2035. Inkontinensia urin, penyakit di mana urin yang diproduksi tidak terkontrol atau tanpa disadari, adalah salah satu masalah kesehatan yang sering dihadapi oleh orang dewasa lanjut usia. Karena dilarang untuk didiskusikan, memalukan, atau karena mereka tidak memahami penyakitnya, para lansia dan keluarganya sering tidak mengungkapkan masalah ini. Banyak orang percaya bahwa inkontinensia urin adalah bagian alami dari penuaan dan tidak perlu ditangani oleh dokter. Kesehatan fisik dan mental para lansia dapat benar-benar dipengaruhi oleh ketidakmampuan mereka untuk mengontrol buang air kecil. Kualitas hidup orang lanjut usia juga dapat terganggu secara negatif oleh inkontinensia urine kronis. Berbagai kesulitan, termasuk masalah sosial, medis, dan finansial, dapat timbul akibat penyakit ini.

Abstract

The rapid demographic transformation in Indonesia has raised particular concerns. One of the benefits of the government's health initiatives and their impact is an increase in life expectancy. As a result, the number of elderly individuals continues to rise each year. According to Law No. 13 of 1998, an individual aged 60 (sixty) years or older is considered elderly (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2017).

According to the World Health Organisation (WHO), individuals aged 60 years and above are categorised as elderly. The elderly are a group of older adults. Within this elderly population, the ageing process or senescence will occur. Physical-biological, mental, and psychological changes often serve as indicators of the ageing process. Physical changes include a decrease in the number of cells and a decline in the function of several body systems, including the cardiovascular system, respiratory system, endocrine system, skin, musculoskeletal system, hearing, vision, nervous system, and body temperature regulation. Personality traits, memory, and intellectual capacity also vary with age. Psychosocially, loneliness, loss of employment, or both may be experienced by the elderly (Darmojo & Soetojo, 2006 in Sutarmi, 2016). The type of incontinence and its underlying causes, such as diabetes mellitus, Parkinson's disease, rheumatoid arthritis, chronic kidney disease, or elderly individuals with peripheral nerve injuries causing reduced bladder muscle tone, determine the approach to managing the condition. Although urinary incontinence may be temporary or reversible, the issue must be recognised, and the likelihood of success evaluated before initiating appropriate treatment. Simple interventions such as encouraging patients to perform Kegel exercises can be an effective way to help elderly individuals control their incontinence. In 2019, Indonesia entered the phase of an ageing population, characterised by increasing life expectancy and a rising proportion of elderly residents (senior citizens), according to the Ministry of Health (Kemenkes). In 2019, there were 25.9 million (9.7%) elderly people in Indonesia, up from 18 million (7.56%) in 2010, and this number is projected to increase to 48.2 million (15.77%) by 2035. Urinary incontinence, a condition in which urine is produced uncontrollably or unconsciously, is one of the health issues commonly faced by older adults. Due to taboos, feelings of shame, or lack of understanding about the condition, older adults and their families often do not disclose this issue. Many people believe that urinary incontinence is a natural part of ageing and does not need to be addressed by a doctor. The physical and mental health of the elderly can be significantly affected by their inability to control urination. The quality of life of the elderly can also be negatively impacted by chronic urinary incontinence. Various difficulties, including social, medical, and financial issues, can arise as a result of this condition.