

**PENERAPAN *BLADDER TRAINING* UNTUK MENURUNKAN RESIKO
INKONTINENSIA URINE PADA PASIEN POST OPERASI *BENIGH PROSTATE
HYPERPLASIA* RSUD IBU FATMAWATI SOEKARNO SURAKARTA**

Ika Ayu Mukarommah¹⁾, Gatot Suparmanto²⁾

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Profesi Ners Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta

²⁾ Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Kusuma Husada Surakarta

Ikaayu442@gmail.com

ABSTRAK

Benigna Prostate Hyperplasia (BPH) adalah suatu kondisi yang ditandai oleh pembesaran atau *hyperplasia prostat*. Hiperplasia melibatkan pembesaran ukuran sel yang diikuti dengan peningkatan jumlah sel (kuantitas). BPH dapat menyebabkan masalah buang air kecil seperti retensi urin karena pembesaran prostat yang cenderung bergerak maju dan memberikan tekanan pada kandung kemih (Wildan et al., 2021). *Bladder training* atau latihan kandung kemih merupakan salah satu cara untuk mengatasi inkontinensia urin. Latihan ini membantu melatih kandung kemih untuk menahan urine lebih lama dan meningkatkan kontrol urinasi (Shabrini & Ismonah, 2015). Tujuan studi kasus ialah untuk mengetahui bagaimana penerapan *bladder training* untuk menurunkan resiko *inkontinensia urine* pada pasien post operasi *benigh prostate hyperplasia*.

Metode penelitian ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus. Subyek dalam studi kasus ini adalah 1 pasien post operasi BPH yang mengalami resiko inkontinensia urine. Instrumen pada penelitian berupa standar operasional prosedur (SOP) *bladder training*. Hasil penerapan menunjukkan bahwa sesudah dilakukan penerapan *bladder training* selama 2 hari, terjadi penurunan resiko *inkontinensia urine* yang ditandai dengan pasien dapat mengenali hasrat ingin berkemih. Kesimpulan dari studi kasus ini adalah *bladder training* dapat membantu menurunkan resiko *inkontinensia urine* pada pasien post operasi BPH.

Kata Kunci : *Bladder Training, Inkontinensia Urine, BPH*

Daftar Pustaka : 11 (2013-2022)

PROFESSIONAL PROGRAM IN NURSING STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
KUSUMA HUSADA UNIVERSITY OF SURAKARTA
2024

**APPLICATION OF BLADDER TRAINING TO REDUCE THE RISK OF URINE
INCONTINENCE IN POST-OPERATIVE PATIENTS WITH BENIGN
PROSTATE HYPERPLASIA AT IBU FATMAWATI SOEKARNO REGIONAL
PUBLIC HOSPITAL, SURAKARTA**

Ika Ayu Mukarommah¹⁾, Gatot Suparmanto²⁾

¹⁾Student of Nursing Professional Study Program of Faculty of Health Sciences of
Kusuma Husada University of Surakarta

²⁾Lecturer of Undergraduate Degree in Nursing Study Program of Faculty of Health
Sciences of Kusuma Husada University of Surakarta

Ikaayu442@gmail.com

ABSTRACT

Benign Prostate Hyperplasia (BPH) is a condition characterized by enlargement or hyperplasia of the prostate. Hyperplasia involves an enlargement of cell size followed by an increase in cell number (quantity). BPH can cause urination problems such as urinary retention due to the enlarged prostate that tends to move forward and put pressure on the bladder (Wildan et al., 2021). Bladder training is one way to treat urinary incontinence. This exercise helps train the bladder to hold urine longer and improves urination control (Shabrini & Ismonah, 2015). The purpose of the case study is to find out how to apply bladder training to reduce the risk of urinary incontinence in post-operative patients with benign prostate hyperplasia.

This research method was descriptive in the form of a case study. The subject in this case study was 1 post-operative BPH patient who was at risk of urinary incontinence. The research instrument was a standard operating procedure (SOP) for bladder training. The results of the application showed that after implementing bladder training for 2 days, there was a reduction in the risk of urinary incontinence as indicated by the patient being able to recognize the desire to urinate. The conclusion from this case study is that bladder training can help reduce the risk of urinary incontinence in post-operative BPH patients.

Keywords :*Bladder Training, Urinary Incontinence, BPH*

Bibliography :11 (2013-2022)

PENDAHULUAN

Benigna Prostate Hyperplasia (BPH) adalah suatu kondisi yang ditandai oleh pembesaran atau hiperplasia prostat. Hiperplasia melibatkan pembesaran ukuran sel yang diikuti dengan peningkatan jumlah sel (kuantitas). BPH dapat menyebabkan masalah buang air kecil seperti retensi urin karena pembesaran prostat yang cenderung bergerak maju dan memberikan tekanan pada kandung kemih (Wildan et al., 2021).

Hiperplasia Prostat Jinak (BPH) adalah diagnosis histologis yang melibatkan peningkatan jaringan epitel dan otot polos di zona transisi prostat. Prevalensi BPH mencakup sekitar 18-25% pria di atas usia 40 tahun dan melebihi 90% pria di atas usia 80 tahun (Susanto et al., 2021). Insiden gejala perkembangan BPH meningkat secara signifikan seiring bertambahnya usia. Prevalensi BPH pada pria berusia 40-45 tahun adalah 6,8%, dan meningkat hingga 60% pada usia 60 tahun dan 80% pada usia 80 tahun (American Urology Association, 2018). Hal ini berarti, dari 1.000 pria per tahun, 6,8 pria berusia 40-45 tahun akan mengalami gejala BPH, dan jumlahnya meningkat menjadi 34,7 pada pria berusia 80 tahun. Peningkatan ini menunjukkan bahwa BPH merupakan masalah kesehatan yang signifikan bagi pria lanjut usia.

Di Indonesia, diperkirakan 70% pria di atas usia 60 tahun menderita BPH. Angka ini meningkat menjadi 90% pada pria di atas usia 80 tahun (IAUI, 2017). Data dari RS TK II Pelamonia Makassar menunjukkan bahwa pada bulan September 2022, terdapat 352 kasus BPH (Rumkit Pelamonia, 2022). Tingginya prevalensi BPH di Asia dan Indonesia menunjukkan bahwa penyakit ini merupakan masalah kesehatan yang signifikan bagi pria lanjut usia.

Menurut data dari WHO, 200 juta penduduk di dunia yang mengalami inkontinensia urin. Menurut National

Kidney and Urology Disease Advisory Board di Amerika Serikat, jumlah penderita inkontinensia mencapai 13 juta dengan 85 persen diantaranya perempuan. Jumlah ini sebenarnya masih sangat sedikit dari kondisi sebenarnya, sebab masih banyak kasus yang tidak dilaporkan (Maas et al., 2011). Pada 10 juli 2023 – 11 juni 2024 terdapat pasien 49 pasien yang terdiagnosa BPH dan menjalani operasi di RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta menurut buku registrasi pasien di bangsal bougenville.

Salah satu dampak yang sering terjadi setelah operasi BPH adalah inkontinensia urin, yaitu hilangnya kontrol kandung kemih yang menyebabkan keluarnya urin secara terus-menerus dan tidak dapat ditahan (Pratiwi et al., 2017). Kondisi ini dapat terjadi pada lansia maupun orang dewasa (Septian et al., 2020). Operasi BPH melalui prosedur Transurethral Resection of the Prostate (TURP) dapat menyebabkan inkontinensia urin dan retensi urin. Meskipun penelitian sebelumnya menunjukkan efektivitas terapi latihan bladder training untuk mengatasi inkontinensia urin pada pasien pasca operasi TURP BPH, belum ada yang menjelaskan detail prosedurnya.

Bladder training atau latihan kandung kemih merupakan salah satu cara untuk mengatasi inkontinensia urin. Latihan ini membantu melatih kandung kemih untuk menahan urin lebih lama dan meningkatkan kontrol urinasi (Shabrini & Ismonah, 2015). Selain itu dapat mengurangi frekuensi buang air kecil yang tidak diinginkan dan meningkatkan kenyamanan serta kualitas hidup (Wildan et al., 2021).

Penelitian oleh Nurhasanah & Hamzah (2017) menunjukkan bahwa bladder training, baik dengan teknik menunda buang air kecil (delay urination) maupun buang air kecil terjadwal (scheduled urination), efektif dalam menurunkan kejadian

inkontinensia urin pada pasien pasca operasi BPH. Latihan ini dilakukan 7 kali sehari, dimulai dengan menahan buang air kecil selama 1 jam pada hari ketiga pasca operasi dan ditingkatkan secara bertahap. Bladder training bermanfaat untuk meningkatkan kontrol kandung kemih, mengurangi inkontinensia urin, dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Konsultasi dengan dokter atau fisioterapis penting sebelum melakukan bladder training untuk menentukan jenis latihan yang tepat dan sesuai dengan kondisi pasien.

Metode bladder training diantaranya adalah delay urination dan scheduled urination. Delay urination adalah latihan menahan/menunda untuk berkemih. Pada pasien yang masih terpasang kateter, delay urination dilakukan dengan mengklemp atau mengikat aliran urine ke urine bag. Tindakan ini memungkinkan kandung kemih terisi urine dan otot detrusor berkontraksi sedangkan pelepasan klem memungkinkan kandung kemih untuk mengosongkan isinya. Latihan ini dilakukan 6-7 kali per hari sampai pasien dapat menunda untuk berkemih. Sedangkan scheduled urination adalah pembiasaan berkemih sesuai dengan jadwal yang telah dibuat oleh perawat 6-7 kali perhari, jadwal tersebut harus diikuti dengan ketat oleh pasien, sehingga pasien berhasil belajar kembali mengenal dan mengadakan respon yang sesuai terhadap keinginan untuk berkemih (Smeltzer, 2002 dalam Nurhasanah & Hamzah, 2017).

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan penerapan terapi bladder training pasca operasi BPH dengan harapan hasil penelitian ini dapat diaplikasikan oleh perawat untuk mencegah inkontinensia urine.

METODE

Metode penelitian ini adalah deskriptif dalam bentuk studi kasus. Subyek dalam studi kasus ini adalah 1 pasien post operasi BPH yang mengalami

resiko inkontinensia urine. Instrumen pada penelitian berupa standar operasional prosedur (SOP) *bladder training*. Hasil penerapan menunjukkan bahwa sesudah dilakukan penerapan *bladder training* selama 2 hari, terjadi penurunan resiko inkontinensia urine yang ditandai dengan pasien dapat mengenali hasrat ingin berkemih.

HASIL STUDI KASUS

Studi kasus ini dipilih satu pasien dengan diagnosa medis Penyakit BPH dengan rencana tindakan operasi TURP dan terpasang kateter/DC yang sesuai dengan kriteria yang sudah ditetapkan untuk dilakukan penerapan bladder training di ruang bougenville RSUD Ibu Fatmawati Soekarno Surakarta.

PENGAJIAN

Berdasarkan pengkajian menggunakan metode autoanamnesa dan alloanamnesa, didapatkan data Tn. C berusia 67 tahun, beragama islam, pendidikan terakhir SLTA, pekerjaan swasta dan beralamat di Karanganyar. Pasien datang ke poli urologi pada tanggal 30 Mei 2024 pada jam 14.00 WIB dengan keluhan dengan susah buang air kecil. Didapatkan untuk pemeriksaan tanda-tanda vital yang meliputi TD : 130/80 mmhg, N : 80x/menit, RR : 20x/menit, S : 36,5°C, Spo2 : 96%.

Pasien di pindah ke bangsal bougenville jam 15.30 WIB dengan keluhan susah buang air kecil dan nyeri . Di dapatkan untuk pemeriksaan tanda-tanda vital TD : 130/80 MmHg, N : 80 x/menit, RR :20 x/menit, S : 36,5°C, Spo2 : 96%, klien terpasang DC dan direncanakan operasi dengan tindakan TURP pada tanggal 31 mei 2024 jam 09.00 wib. Klien dilakukan pemeriksaan USG Abdomen dengan hasil hiperplasia prostat dengan ukuran 4.62 x 3.34 x 3.57 cm (vol +/- 28.84 cc).

Tanggal 31 Mei 2024 jam 15.00 wib dilakukan pengkajian keperawatan

dengan keluhan : Tn.C mengatakan nyeri pada luka post op BPH pasien tampak meringis kesakitan dengan P : Nyeri luka post op, Q : Nyeri seperti tertusuk-tusuk, R : Nyeri yang dirasakan diperut bagian bawah, S : skala nyeri 5, T : nyeri hilang timbul. Didapatkan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital sebagai berikut : TD : 130/80 mmhg, N : 80x/menit, RR : 20x/menit, S : 36,°C, Spo2 : 96%. Klien dilakukan pemantauan urine didapatkan hasil urine <500cc/8jam dengan tujuan untuk memastikan apakah tindakan operasi yang telah dilakukan berhasil atau tidak. Pada hari ketiga DC dipertahankan dan dibawa pulang. Pada tanggal 02 juni 2024 klien direncanakan pulang sebelum klien pulang klien dilakukan tindakan bladder training.

DIAGNOSIS KEPERAWATAN

Berdasarkan pada semua pengkajian, setelah dilakukan analisa data dan penentuan diagnosis keperawatan yaitu Resiko Inkontinensia Urine (D.0051) berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP. Didapatkan data subyektif : Klien mengeluh pipisnya masih belum lancar

Data obyektif :

- Klien terpasang selang kateter/DC
- Klien dilakukan tindakan operasi TURP

INTERVENSI KEPERAWATAN

Berdasarkan diagnosis keperawatan yang akan dibahas yaitu, Resiko Inkontinensia Urine (D.0051) berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP maka penulis menyusun rencana keperawatan dengan tujuan dan kriteria hasil yaitu Kemampuan mengontrol pengeluaran urine meningkat 5, Kemampuan menunda pengeluaran urine membaik 5,

Frekuensi BAK membaik 5, Sensasi BAK membaik 5.

Intervensi yang dilakukan untuk menurunkan resiko inkontinensia urine adalah Eliminasi Urine I.04152 yang meliputi tindakan observasi adalah mengontrol pengeluaran urine dan monitor kemampuan menunda pengeluaran urine. Tindakan terapeutik adalah ajarkan teknik *bladder training*. Tindakan edukasi adalah ajarkan teknik bladder training selama kateter/DC masih terpasang. Tindakan kolaborasi adalah kolaborasi dengan dokter pemberian injeksi furosemide, vitamin K, Carbazochrome dan Anbacim.

IMPLEMENTASI KEPERAWATAN

Implementasi yang diberikan pada diagnosis keperawatan Resiko Inkontinensia Urine (D.0051) berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP. adalah intervensi Eliminasi Urine I.04152. Dengan tindakan yang dilakukan pada Jumat, 31 Mei 2024 adalah mengontrol pengeluaran urine dan monitor kemampuan menunda pengeluaran urine, respon pasien mengatakan masih terpasang kateter/DC dengan produksi urine >500 cc/8jam.

Mengajarkan teknik *bladder training*, respon pasien mengatakan pasien dapat merasakan sensasi berkemih setelah dilakukan bladder training. Mengedukasi pasien untuk menerapkan teknik *bladder training* selama kateter/DC masih terpasang. Memberikan injeksi furosemide, vitamin K, Carbazochrome dan Anbacim.

Pada Sabtu, 01 juni 2024 mendampingi pasien untuk melakukan teknik bladder training kembali seperti sebelumnya dan mengobservasi apakah klien dapat merasakan sensasi berkemih selama dilakukan bladder training pada hari kedua.

EVALUASI

Evaluasi tindakan keperawatan yang dilakukan pada tanggal 31 Mei 2024 pukul 15.00 WIB Resiko Inkontinensia Urine (D.0051) berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP. Setelah dilakukan tindakan terapeutik dengan *bladder training*. Subjektifnya yaitu pasien mengatakan masih terpasang selang kateter. Objektifnya yaitu pasien tampak terpasang selang kateter dengan produksi urine >500cc/8jam.

Assesmentnya yaitu resiko inkontinensia urine belum teratasi. *Planningnya* yaitu lanjutkan intervensi dengan mengontrol pengeluaran urine dan monitor kemampuan menunda pengeluaran urine, ajarkan *bladder training*, berikan injeksi furosemide, vitamin K, Carbazochrome dan Anbacim sesuai dengan advis dokter.

Evaluasi tindakan keperawatan yang dilakukan pada tanggal 01 Juni 2024 pukul 16.00 WIB Resiko Inkontinensia Urine (D.0051) berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP pada Tn.C. Setelah dilakukan tindakan terapeutik dengan *bladder training*. Subjektifnya yaitu pasien mengatakan dapat merasakan sensasi berkemih.

Objektifnya yaitu pasien terpasang selang kateter/DC. *Planningnya* yaitu lanjutkan intervensi dengan mengontrol pengeluaran urine dan monitor kemampuan menunda pengeluaran urine, edukasi klien dan keluarga untuk tetap menerapkan *bladder training* selama selang kateter masih terpasang, dan berikan injeksi furosemide, vitamin K, Carbazochrome dan Anbacim sesuai dengan advis dokter.

Assesmentnya yaitu Resiko Inkontinensia Urine (D.0051)

berhubungan dengan hiperplasia prostat ditandai dengan hasil pemeriksaan USG mengarah pada hiperplasia prostat dan dilakukan tindakan operasi TURP teratasi sebagian. *Planningnya* yaitu edukasi untuk tetap menerapkan bladder training dengan keluarga saat dirumah.

PEMBAHASAN

Pada kasus Tn. C yang menjadi pokok bahasan adalah masalah keperawatan resiko *inkontinensia urine*. Tindakan keperawatan yang diberikan untuk mengetasi masalah tersebut yaitu pemberian *Bladder Training*. *Bladder Training* yang dilakukan dilakukan selama dua hari dengan waktu 30-60 menit setiap hari. Teknik *bladder training* secara teratur dengan frekuensi 1 hari sebanyak 6-7 kali (Nurhasanah & Hamzah, 2017)

Sebelum diberikan tindakan tersebut, pasien diberi penjelasan mengenai tujuan dan prosedur tindakan *bladder training*.

Bladder training atau latihan kandung kemih merupakan salah satu cara untuk mengatasi inkontinensia urin. Latihan ini membantu melatih kandung kemih untuk menahan urin lebih lama dan meningkatkan kontrol urinasi (Shabrini & Ismonah, 2015). Selain itu dapat mengurangi frekuensi buang air kecil yang tidak diinginkan dan meningkatkan kenyamanan serta kualitas hidup (Wildan et al., 2021).

Metode bladder training diantaranya adalah delay urination dan scheduled urination. Delay urination adalah latihan menahan/menunda untuk berkemih. Pada pasien yang masih terpasang kateter, delay urination dilakukan dengan mengklemp atau mengikat aliran urine ke urine bag. Tindakan ini memungkinkan kandung kemih terisi urine dan otot detrusor berkontraksi sedangkan pelepasan klem memungkinkan kandung kemih untuk mengosongkan isinya. Latihan ini dilakukan 6-7 kali per hari sampai pasien

dapat menunda untuk berkemih. Sedangkan scheduled urination adalah pembiasaan berkemih sesuai dengan jadwal yang telah dibuat oleh perawat 6-7 kali perhari, jadwal tersebut harus diikuti dengan ketat oleh pasien, sehingga pasien berhasil belajar kembali mengenal dan mengadakan respon yang sesuai terhadap keinginan untuk berkemih (Smeltzer, 2002 dalam Nurhasanah & Hamzah, 2017).

KESIMPULAN

1. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan resiko inkontinensia urine pada pasien post operasi BPH. Inkontinensia urine merupakan komplikasi umum pada pasien post operasi BPH, terutama operasi prostatektomi terbuka akibat dari insufisiensi sfingter uretra dan disfungsi kandung kemih.
2. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya resiko inkontinensia urine pada pasien post operasi BPH sebelum dilakukan delay urination maupun scheduled urination, mengalami inkontinensia urine.
3. Adanya pengaruh penerapan terapi bladder training pada pasien post operasi BPH didapatkan kemampuan pasien dalam mengenali sensasi berkemih meningkat. Hal ini disebabkan karena terapi tersebut melatih otot spingter untuk berkontraksi dan merangsang pasien untuk mampu mengenali sensasi berkemihnya.

SARAN

1. Bagi Rumah Sakit
Bagi institusi rumah sakit disarankan untuk tetap mempertahankan bladder

training untuk menurunkan resiko inkontinensia urine.

2. Bagi Institusi Pendidikan
Bagi institusi pendidikan literatur ini dapat dijadikan landasan teori dalam praktek asuhan keperawatan sehingga diharapkan mampu menambah wawasan mengenai pencegahan resiko inkontinensia urine menggunakan teknik bladder training.
3. Bagi Penulis
Diharapkan penulis dapat mensosialisasikan dan menerapkan bladder training untuk menurunkan resiko inkontinensia urine.

DAFTAR PUSTAKA

- American Urology Association, A., 2018. AUA Guideline BPH Surgery In Guidelines. 2018. [https://www.auanet.org/guidelines/benignprostatic-hyperplasia/lower-urinary-tractsymbols-\(2018\)](https://www.auanet.org/guidelines/benignprostatic-hyperplasia/lower-urinary-tractsymbols-(2018))
- Haryanto, H., & Rihiantoro, T., 2016. Disfungsi Ereksi Pada Penderita Benign Prostate Hyperplasia. *Jurnal Keperawatan*, 7(2), 286–294.
- Ikatan Ahli Urologi Indonesia., 2017. Benign Prostatic Hyperplasia (BPH). Retrieved from <http://repository.unika.ac.id/13294/5/12.60.0248%20Christina%20Thiveny%20Putrianti%20BAB%20IV.pdf>
- Nurhasanah, Teti Nurhasanah, and Ali Hamzah Hamzah. 2017. "Bladder Training Berpengaruh Terhadap Penurunan Kejadian Inkontinensia Urine Pada Pasien Post Operasi Bph Di Ruang Rawat Inap RSUD Soreang." *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan* 5(1):79–91. doi: 10.32668/jitek.v5i1.83.
- Muhamad Wildan, A., Sakti Wirotomo, T., & Rofiqoh, S. 2021. Prosiding

Seminar Nasional Kesehatan
Lembaga Penelitian dan
Pengabdian Masyarakat Literature
Review : Pengaruh Teknik
Relaksasi Benson Terhadap Nyeri
Pada Pasien Post Operasi 19
Benigna Prostat Hyperplasia.
Seminar Nasional Kesehatan,
2021.

Pratiwi, D., Yulianti, R., & Utami, E.
2017. Pengaruh Bladder Training
terhadap Inkontinensia Urin pada
Pasien Post Operasi BPH
Transurethral Resection of the
Prostate (TURP). *Jurnal
Keperawatan*, 10(2), 122-128.

Rumkit Pelamonia., 2022. Data rekam
medik RS TK II Pelamonia
Makassar.

Septian, D., Wulandari, D., & Agustina,
R., 2020. Pengaruh Pelatihan Otot
Dasar

Panggul terhadap Inkontinensia Urin
pada Lansia. *Jurnal Geriatri dan
Gerontologi Indonesia*, 11(1), 24-
30.

Susanto, A., Soewondo, P., & Gunawan,
S., 2021. Benign Prostatic
Hyperplasia: Current and Future
Management. *Urologia Indonesia*,
42(2), 83-90.

Nursalam. (2017). *Konsep dan
Penerapan Penelitian Ilmu
Keperawatan*. Jakarta: Salemba
Medika.