JURU RAWAT
Jurnal Update Keperawatan
e- ISSN 2809-5197
https://ejournal.poltekkes-smg.ac.id/ojs/index.php/JUK
email: jururawattegal@gmail.com

PENGARUH *BLADDER TRAINING* TERHADAP KEMAMPUAN BERKEMIH PASIEN POST OPERASI *BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA* (BPH) DI RSAL DR. MIDIYATO SURATANI TANJUNGPINANG

THE EFFECT OF BLADDER TRAINING ON URINATION ABILITY IN POST OPERATIVE BENIGN PROSTATIC HYPERPLASIA (BPH) IN RSAL DR. MIDIYATO SURATANI TANJUNGPINANG

Lismawati[1],Syamilatul Khoriroh[2], Ernawati[3], Nur Meity Sulistia Ayu[4]
[1,2,3,4]STIKes Hang Tuah Tanjungpinang
Email: Lismawati@gmail.com

Abstrak

Salah satu intervensi nonfarmakologis keperawatan yang dapat dilakukan untuk mencegah inkontinensia urine antara lain dengan *bladder training.* Melalui *bladder training* diharapkan akan mencegah disfungsional, dan secara bertahap akan meningkatkan kapasitas kandung kemih serta memperpanjang interval berkemih. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan jenis pendekatan *Quasy Experiment Design* (eksperimen semu) menggunakan rancangan *Pre-test and Post-test Group Without Control.* Data dikumpulkan dari jumlah pasien rutin rawat jalan Poli Klinik Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang dari tanggal 21 Maret 2025 s/d 16 April 2025 dengan jumlah sampel 12 responden. Pengambilan sampel secara *accidental sampling.* Hasil uji *wilcooxon* diperoleh nilai *p-Value* 0,000 yang berarti H0 ditolak. Hal ini disimpulkan bahwa *bladder training* berpengaruh terhadap kemampuan berkemih pasien post operasi *benign prostatic hyperplasia* (BPH) di Poli Klinik Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. Tindakan *bladder training* efektif membantu pasien setelah operasi BPH mengatasi masalah berkemih. *Bladder training* mampu meningkatkan kontrol berkemih melalui penguatan kapasitas kandung kemih dan kontrol otot dasar panggul.

Kata Kunci: *Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH), Inkontinensia urine, *Bladder training.*

Abstract

One of the non-pharmacological nursing interventions that can be implemented to prevent urinary incontinence is bladder training. Through bladder training, it is expected to prevent dysfunction and gradually increase bladder capacity as well as extend the interval between urination. This study used a quantitative design with a quasi-experimental approach, employing a pretest and post-test design without a control group. Data were collected from the regular outpatient population at the Urology Clinic of Naval Hospital dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang between March 21, 2025, and April 16, 2025, with a total sample of 12 respondents. Sampling was conducted using accidental sampling. The results of the Wilcoxon test showed a p-value of 0.000, indicating that the null hypothesis (H0) was rejected. It can be concluded that bladder training has a significant effect on the urination ability of post-operative benign prostatic hyperplasia (BPH) patients at the Urology Clinic of Naval Hospital dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. Bladder training is effective in helping post-BPH surgery patients manage urination issues. It can improve urinary control by enhancing bladder capacity and strengthening the pelvic floor muscles

Keywords :Benigna Prostat Hiperplasia* (BPH), Inkontinensia urine, *Bladder training.

PENDAHULUAN

Penyakit Pembesaran Prostat Jinak (PPJ) atau Benign Prostatic Hiperplasia (BPH) sampai saat ini masih menjadi problem kesehatan di bidang urologi yang selalu dibahas oleh pakar nasional maupun internasional karena jumlahnya yang semakin meningkat sesuai dengan semakin meningkatnya angka harapan hidup di dunia termasuk di Indonesia. Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) atau hyperplasia prostat jinak, sering dikenal sebagai pembesaran prostat jinak, adalah suatu kondisi yang paling sering menyerang pria berusia empat puluhan dan lima puluhan ((Kurniasih, 2019).

BPH dapat di tandai dengan adanya pertumbuhan yang sangat cepat pada epitel prostat dan daerah transisi jaringan fibromuscular tepatnya pada daerah periurethral yang dapat menyebabkan tertahannya pengeluaran urin. Peningkatan jumlah sel yang terlihat disebabkan oleh karena proliferasi epitel serta stroma atau gangguan dari proses kematian sel yang terprogram menyebabkan akumulasi atau penumpukan dari pada sel tersebut. Pada proses hiperplasia memiliki etiologi yang berhubungan dengan androgen, estrogen, intreaksi dari stroma pada epitel, faktor pertumbuhan, serta nurotransmitter yang berperan baik secara tunggal maupun kombinasi ((Roehrborn, 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), perkiraan kasus kejadian BPH pada tahun 2022 adalah 11,26 juta, meningkat dari yang awalnya 5,48 juta pada tahun 2020. Jumlah kejadian pada tahun 2020 dan 2022 keduanya meningkat seiring bertambahnya usia, Tingkat insiden memuncak pada usia 65-69 tahun, dan kemudian menurun. Peningkatan ini terutama didorong oleh pertumbuhan penduduk dan penuaan populasi. Asia Selatan, Asia Tenggara, Eropa Tengah, Eropa Timur, Amerika Latin Tengah, Oseania memiliki insiden BPH yang lebih tinggi. Di Asia, China memiliki kasus insiden baru terbesar (2,83 juta) (Who, 2023).

Pembesaran kelenjar prostat ini merupakan salah satu masalah genitourinari yang prevalensi dan insidennya meningkat seiring dengan bertambahnya usia angka kejadian benigna prostat hiperplasia (BPH) diketahui terjadi pada 70 persen pria berusia 60-69 tahun di Amerika Serikat dan 80 persen pada pria berusia 70 tahun ke atas. Insiden benigna prostat hiperplasia (BPH) diperkirakan akan meningkat mencapai 20 persen pada pria berusia 65 tahun ke atas atau mencapai 20 juta pria pada tahun 2030 (Who, 2023).

Angka kejadian benign prostatic hyperplasia (BPH) di Indonesia diperkirakan ada 5 juta kasus. Kasus BPH ini akan semakin bertambah dimana di Indonesia juga terdapat 2,5 juta kasus mengalami akibat benign prostatic hyperplasia (BPH) dengan rata-rata usia 50 tahun atau lebih. Menurut data Kementrian Kesehatan 2021, jumlah populasi lansia mengalami peningkatan pada tahun 2022 ada sekitar 18 juta jiwa (7,56%) kemudian meningkat menjadi 27,1 juta jiwa (9,99%) pada tahun 2022. Hal ini diperkirakan pada tahun 2035 jumlah populasi lansia akan semakin meningkat menjadi 48,2 juta jiwa (15,77%).

Dari data rekam medik pada tahun 2024 dijumpai sekitar 50% pasien yang Poli Klinik Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang dengan terpasang katater saat kontrol, terdapat 159 orang diantaranya adalah pasien post operasi, kunjungan tersebut ditemukan 2 bulan terakhir Mei-Juni 2024 (Rekam Medik RSAL dr. dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang, 2024)

Pembedahan yang dilakukan dapat menimbulkan efek samping bagi pasien yaitu terjadinya inkontinensia urine akibat dari insufisiensi sfingter uretra dan disfungsi kandung kemih. Data menunjukkan 56% dari 52 pasien post operasi benigna prostat hiperplasia (BPH) mengalami inkontinensia urine setelah 3 bulan akibat disfungsi kandung kemih. Pada pasien yang lebih dari usia 70 tahun memiliki resiko dua kali kemungkinan terjadi inkontinensia urin pasca operasi, disfungsi kandung kemih naik 5,3% setiap tahun (Hamzah, 2018).

Intervensi nonfarmakologis keperawatan yang bersifat independen dan dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya inkontinensia urine antara lain dengan bladder training. Bladder training merupakan upaya mengembalikan pola buang air kecil dengan menghambat atau merangsang keinginan buang air kecil, melalui tindakan bladder training diharapkan akan mencegah disfungsional, memperbaiki kemampuan untuk menekan urgensi dapat diubah dan secara bertahap akan meningkatkan kapasitas kandung kemih serta memperpanjang interval berkemih (Wulaningish, 2020).

Bladder training dilakukan mengembalikan pola normal perkemihan dengan menghambat atau menstimulasi pengeluaran air kemih. Sebelum kateterisasi dihentikan, kateter urin secara bergantian dijepit dengan klem dan dilepas jepitannya setiap beberapa jam sekali. Tindakan ini memungkinkan kandung kemih terisi urin dan otot berkontraksi. Pelepasan klem memungkinkan kandung kemih mengosongkan isinya (Masiana, 2019).

Latihan kandung kemih (bladder training) merupakan terapi nonfarmakologi yang efektif dibanding terapi yang lainnya. Melakukan latihan kandung kemih yang baik akan membantu penderita inkontinensia urin dalam jadwal berkemih sehingga menurunkan frekuensi berkemih. Terapi ini bertujuan

memperpanjang interval berkemih yang normal dengan berbagai teknik distraksi atau teknik relaksasi sehingga frekuensi berkemih dapat berkurang, hanya 6-7 kali per hari atau 3-4 jam sekali. Penderita diinstruksikan untuk berkemih pada interval waktu tertentu, mula-mula tiap jam, selanjutnya interval berkemih diperpanjang secara bertahap sampai penderita ingin berkemih setiap 2-3 jam. Akan tetapi, sekali lagi ditekankan bahwa ini hanya berhasil bila ada motivasi yang kuat dari penderita untuk berlatih menahan keluarnya urin dan hanya berkemih pada interval waktu tertentu (Syarif, 2018).

Hasil penelitian Septian et al (2020), menyatakan pengaruh bladder training terhadap inkontinensia urine pada pasien post operasi benigna prostat hiperplasia (BPH) memperpanjang waktu untuk mengeluarkan urine, meningkatkan jumlah urine yang ditahan oleh kandung kemih, meningkatkan kontrol pada dorongan/rangsangan berkemih menurut jadwal dan mengurangi/menghilangkan inkontinensia urine.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap 5 pasien post operasi benigna prostat hiperplasia (BPH) yang kontrol di Poli Rawat jalan Urologi pada bulan September 2025, dua orang pasien mengatakan setelah kondisi membaik dan dilakukan pelepasan kateter, mereka mengatakan buang air kecil (BAK) awalnya masih terasa agak panas hingga akhirnya buang air kecil (BAK) lancar seperti biasanya. Tiga orang pasien mengatakan setelah pulang dari rumah sakit, mereka mengeluhkan sulit buang air kecil (BAK) dan terasa sakit sehingga mereka kembali dipasang kateter. Individu yang mengalami nyeri sering kali bergantung pada anggota keluarga atau teman dekat untuk memperoleh dukungan, bantuan dan perlindungan. Dapat disimpulkan, bahwa ada yang belum begitu memahami bladder training. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Bladder Training Terhadap Kemampuan Berkemih Pasien Post Operasi Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) Di Ruang Rawat Inap dan Poli Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang"

HASIL

Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan, dan Pekerjaan Pasien Ruang Rawat Inap dan Poli Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang (n=22)

Karakteristik	Frek (f)	Pers (%)
Usia		
(45-59 Th) Dewasa Madya	3	25,0
(60-74 Th) Lansia Awal	7	58,3
(75-90 Th) Lansia Akhir	2	16,7
Pendidikan		
SMP	2	16,7
SMA	7	58,3
Perguruan Tinggi	3	25,0
Pekerjaan		
Pensiunan	5	41,6
Wiraswasta	3	25,0
PNS/TNI/Polri	2	16,7
Lain-lain	2	16,7
Total	12	100

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 12 responden, usia mayoritas berada pada kategori lansia awal (60–74 tahun) sebanyak 58,3%. Mayoritas responden dengan pendidikan terakhir SMA sebesar 58,3%. Sementara itu, sebagian besar responden berprofesi sebagai pensiunan (41,6%).

Kemampuan Berkemih Sebelum dan Sesudah *Bladder Training*

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kemampuan Berkemih Pre dan Post *Bladder Training* Pasien Ruang Rawat Inap dan Poli Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang (n=12)

Kemampuan Berkemih	Frek (f)	Pers (%)
Sebelum Bladder Training		
Sedang	5	41,7
Berat	7	58,3
Sesudah *Bladder Training*		
Ringan	4	33,3
Ringan - Sedang	8	66,7
Total	12	100

Berdasarkan tabel 4.2 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden sebelum dilakukan *bladder training* mayoritas kemampuan berkemih dikategori berat sebanyak 58,3%. Setelah dilakukan *bladder training* sebagian besar kemampuan berkemih responden membaik dikategori ringan-sedang sebanyak 66,7%.

Tabel 4.3 Rata-Rata Kemampuan Berkemih Pre dan Post Dilakukan *Bladder Training* Pasien Ruang Rawat Inap dan Poli Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang (n=12)

Variabel (Kemampuan Berkemih)	Mean	Standar Deviasi	Minimal – Maksimal
Sebelum *Bladder Training*	19.0	3.53	14-24
Sesudah *Bladder Training*	8.41	2.60	5-12

Berdasarkan tabel 4.3 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden sebelum dilakukan *bladder training* rata-rata skor kemampuan berkemih 19.0 masuk kategori inkontinensia berat yang menandakan tingkat kemampuan berkemih masih rendah dengan standar deviasi sebesar 3.53, skor kemampuan berkemih minimal 14 dan maksimal 24. Sesudah dilakukan *bladder training* rata-rata skor kemampuan berkemih responden menurun menjadi 8.41 masuk kategori inkontinensia ringan-sedang yang menandakan tingkat kemampuan berkemih membaik dengan standar deviasi 2.60, dan skor kemampuan berkemih menyempit dengan skor minimal 5 dan maksimal 12.

Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Kemampuan Berkemih Pasien Post Operasi *Benign Prostatic Hyperplasia* (BPH)

Tabel 4.4 Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Kemampuan Berkemih Pasien Post Operasi *Benign Prostatic Hyperplasia* (BPH) di Ruang Rawat Inap dan Poli Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang (N=12)

Variabel	Perubahan *Bladder Training* (Pre-Post)	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Nilai *p*
Pengaruh *Bladder training*	Negative Ranks	12	9.50	171.00	0,000
	Positive Ranks		.00	.00	

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh hasil bahwa nilai *p-Value* 0,000 yang berarti H0 ditolak. Hal ini membuktikan bahwa *bladder training* berpengaruh signifikan terhadap kemampuan berkemih pasien post operasi BPH.

PEMBAHASAN

Usia

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden mayoritas usia berada pada kategori lansia awal (60-74 tahun) sebesar 58,3%, diikuti oleh dewasa madya sebanyak 25%, dan lansia akhir sebesar 16,7%. Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) memang lebih sering terjadi seiring bertambahnya usia. Seiring proses penuaan, terjadi perubahan alami pada sistem urogenital, salah satunya adalah pembesaran kelenjar prostat. Kondisi ini membuat aliran urine terganggu dan akhirnya menimbulkan masalah berkemih.

Menariknya, meskipun mayoritas responden berada pada kelompok lansia awal, kelompok dewasa madya juga menunjukkan adanya risiko gangguan eliminasi urin. Hal ini menunjukkan bahwa meski fungsi organ urogenital pada usia dewasa madya belum sepenuhnya menurun, gejala awal gangguan berkemih sudah mulai dirasakan. Sementara itu, meski jumlahnya lebih sedikit, kelompok lansia akhir tetap penting diperhatikan karena pada usia ini, penurunan fungsi otot kandung kemih makin jelas terlihat, sehingga memperburuk masalah berkemih.

Penelitian ini mendukung penelitian Abrams (2021) yang menyebutkan 20-30% lansia awal di komunitas mengalami inkontinensia urine. 50% lansia awal yang dirawat di rumah sakit atau panti jompo mengalami gangguan berkemih. Prevalensi gangguan berkemih seperti inkontinensia meningkat seiring usia.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Resnick (2022) yang meneliti tentang hubungan penuan dan saluran kemih menyebutkan bahwa proses penuaan menyebabkan perubahan signifikan pada fungsi berkemih. Beberapa perubahan tersebut meliputi penurunan kapasitas kandung kemih, penurunan sensitivitas saraf, penurunan fungsi detrusor (otot kandung kemih) yang menjadi lebih overaktif atau malah kurang responsif, dan meningkatnya sisa urin (urinary retention).

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan konsep semakin tua usia maka semakin menurun respon berkemih. Setelah usia lebih dari 50 tahun fungsi dan ukuran ginjal menurun serta struktur sistem tubuhnya (Perry, 2020).

Pendidikan

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden mayoritas responden berpendidikan SMA sebesar 58,3%, diikuti berpendidikan SMP sebesar 16,7%, dan berpendidikan perguruan tinggi sebesar 25%. Ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien memiliki tingkat pendidikan menengah, yang sebenarnya cukup baik untuk memahami informasi dan arahan yang diberikan oleh tenaga kesehatan terkait prosedur bladder training. Selain itu, ada juga responden dengan pendidikan terakhir SMP, sebanyak 10%, serta yang berpendidikan perguruan tinggi sebesar 30%. Perbedaan tingkat pendidikan ini tentunya bisa berpengaruh terhadap cara masing-masing pasien menyerap informasi dan menjalankan latihan yang dianjurkan.

Biasanya, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin baik pula kemampuannya memahami istilah medis atau instruksi kesehatan yang disampaikan. Namun, ini bukan berarti pasien dengan

pendidikan lebih rendah tidak mampu menjalani bladder training dengan baik. Justru, di sinilah peran penting tenaga kesehatan untuk menyampaikan edukasi dengan cara yang sederhana, jelas, dan mudah dipahami oleh semua pasien, tanpa memandang latar belakang pendidikan mereka.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Reza & Diennillah (2023) yang dilakukan di Poli Urologi RS PMI Kota Bogor, pada penelitian ini ditemukan sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 30 orang (79%) dan sebagian kecil berpendidikan SMP yaitu sebanyak 3 orang (8%). Penelitian ini berbeda karena faktor demografi tiap daerah berbeda-beda, terutama di perdesaan dan perkotaan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noprita (2018) tentang efektivitas bladder training terhadap peningkatan fungsi berkemih. Dalam penelitiannya disebutkan bahwa sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 4 orang (50%). Peneliti ini menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dengan gangguan fungsi berkemih (Supriyono, 2008).

Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden mayoritas responden dalam penelitian ini berprofesi sebagai pensiunan sebanyak 41,6%. Hal ini cukup wajar mengingat Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) memang lebih sering terjadi pada pria berusia lanjut, di mana sebagian besar sudah memasuki masa pensiun. Selain pensiunan, ada juga responden yang berprofesi sebagai wiraswasta sebesar 20%, kemudian PNS/TNI/Polri sebesar 20%, serta pekerjaan lainnya sebanyak 20%.

Hal ini menunjukkan bahwa pola distribusi pekerjaan pasien dengan BPH di RSAL dr. Midiyato Suratani memiliki kecenderungan yang serupa, di mana kelompok pensiunan mendominasi, meskipun terdapat perbedaan distribusi pada kategori pekerjaan lainnya. jenis pekerjaan juga bisa sedikit banyak memengaruhi kebiasaan hidup dan kondisi kesehatan pasien, termasuk terkait fungsi berkemih. Misalnya, mereka yang masih aktif bekerja, seperti wiraswasta atau PNS/TNI/Polri, mungkin memiliki gaya hidup yang lebih aktif dibandingkan pensiunan yang lebih banyak menghabiskan waktu di rumah.

Hasil ini relevan dengan penelitian sebelumnya oleh Nurhidayati (2019) di RSUD Dr. Soetomo Surabaya, ditemukan bahwa sebagian besar pasien BPH pasca operasi adalah pensiunan (48%) dan PNS/TNI/Polri (22%). Hasil ini menjelaskan bahwa Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) umumnya dialami oleh pria lanjut usia, di mana kelompok usia ini memang sebagian besar telah memasuki masa pensiun. Kondisi ini sejalan dengan literatur yang menyebutkan bahwa prevalensi BPH meningkat seiring bertambahnya usia, khususnya pada pria di atas 60 tahun (Suwitra, 2017).

Kemampuan Berkemih Sebelum dan Sesudah *Bladder Training*

Berdasarkan tabel 4.2 dan 4.3 diperoleh hasil bahwa dari 12 responden sebelum dilakukan bladder training mayoritas kemampuan berkemih dikategori berat sebanyak 58,3% dengan rata-rata skor kemampuan berkemih 19.0 masuk kategori inkontinensia berat yang menandakan tingkat kemampuan berkemih masih rendah. Setelah dilakukan bladder training sebagian besar kemampuan berkemih dikategori ringan-sedang sebanyak 66,7% dengan rata-rata skor kemampuan berkemih responden menurun menjadi 8.41 masuk kategori inkontinensia ringan-sedang yang menandakan tingkat kemampuan berkemih membaik.

Dari hasil ini, bladder training berperan positif dalam meningkatkan kontrol berkemih pada pasien post operasi BPH. Latihan yang diberikan membantu melatih kekuatan dan kapasitas kandung kemih, sekaligus meningkatkan kesadaran pasien terhadap pola berkemihnya. Dengan kata lain, bladder training terbukti efektif sebagai salah satu bentuk terapi non-farmakologi yang mendukung proses pemulihan fungsi berkemih pada pasien post operasi BPH.

Hasil ini sejalan dengan penelitian Fitri et al. (2020) menguji pengaruh bladder training terhadap kemampuan eliminasi urin pada pasien post operasi BPH. Hasilnya, terjadi penurunan angka inkontinensia sebesar 45% setelah 3 sesi bladder training. Ini konsisten dengan data Anda, di mana skor inkontinensia turun hampir setengahnya (dari 19 menjadi 9,5), menandakan bahwa bladder training membantu memperbaiki refleks berkemih dan memperpanjang interval waktu antara dorongan berkemih.

Hasil in relevan dengan penelitian Sari (2020) yang melakukan penelitian serupa tentang efektivitas bladder training pada pasien post operasi BPH. Hasilnya menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebagian besar pasien mengalami inkontinensia berat, dengan skor rata-rata 18,7. Setelah dilakukan bladder training selama 3 hari, skor inkontinensia menurun menjadi 9,2. hasil ini menunjukkan bahwa bladder training mampu meningkatkan kontrol berkemih melalui penguatan kapasitas kandung kemih dan kontrol otot dasar panggul.

Pengaruh *Bladder Training* Terhadap Kemampuan Berkemih

Berdasarkan tabel 4.4 diperoleh hasil bahwa nilai p-Value 0,000 yang berarti H0 ditolak. Hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara bladder training terhadap kemampuan berkemih pada pasien pasca operasi Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) di Poli Klinik Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani. Hasil ini memperkuat bahwa bladder training adalah salah satu cara yang efektif untuk membantu pasien setelah operasi BPH mengatasi masalah berkemih.

Pada jalannya penelitian, setelah responden dilakukan tindakan operasi BPH, responden dilakukan perawatan post operasi diruangan perawatan dengan masih terpasang kateter urine. Setelah kondisi membaik responden akan dilakukan pelepasan kateter untuk persiapan pulang rawat, setelah kateter dilepas peneliti meminta responden untuk melakukan pengisian lembar quesioner sebelum diajarkan bladder training. Selanjutnya peneliti mengajarkan ke pasien untuk melakukan bladder training sebelum pulang rawat dan meminta responden untuk melanjutkan latihan bladder training dirumah dengan meminta keluarga untuk mengawasi selama latihan dirumah. Penelitian melakukan pemantauan dirumah melalui WA grub yang dibuat peneliti yang berisikan responden dan keluarga responden, selanjutnya peneliti melakukan penilaian ulang dengan meminta responden atau dibantu keluarga pasien untuk melakukan pengisian quesioner setelah dilakukan bladder training saat pasien kontrol ke poli urologi 1 minggu setelah pulang perawatan.

Selama latihan bladder trainning responden diajarkan menjadwalkan waktu buang air kecil dan minum secara teratur. Peneliti menganjurkan responden minum setiap 1 jam sebanyak 200cc dari jam 07.00 s.d jam 19.00 dengan maksimal 2500 cc/hari, lalu kandung kemih dikosongkan. Kemudian responden diminta untuk berkemih dengan posisi paha fleksi dan melakukan massage diatas area bladder. Peneliti menganjurkan klien untuk mencoba mengosongkan kandung kemih setiap 2 jam dan interval dapat diperpanjang 2-3 jam sesuai jadwal dengan mencatat jumlah cairan yang diminum serta urine yang keluar dalam waktu berkemih dan memperhatikan adanya tanda-tanda retensi urin. Didapatkan hasil sebelum dilakukan bladder training rata-rata skor kemampuan berkemih 19.00 masuk kategori inkontinensia parah yang menandakan tingkat kemampuan berkemih masih rendah dan sesudah dilakukan bladder training rata-rata skor kemampuan berkemih responden menurun menjadi 9.50 masuk kategori inkontinensia ringan-sedang yang menandakan tingkat kemampuan berkemih membaik

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Prayoga (2022) di RS Raflesia Kota Bengkulu dengan 10 responden didapatkan rata-rata kemampuan mengontrol eliminasi urine sebelum dilakukan bladder training yaitu 575 ml/24 jam. Rata-rata kemampuan mengontrol eliminasi urine setelah dilakukan bladder training yaitu 1.250 ml/24 jam. Analisis bivariat dengan nilai p Value < 0,05 yaitu 0,000. Dari hasil ini disimpulkan bahwa ada pengaruh bladder training terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post operasi BPH di RS Rafflesia Kota Bengkulu.

Hasil ini mendukung penelitian Septian (2021) tentang pengaruh bladder training terhadap penurunan inkontinensia urine pada pasien post BPH diketahui bahwa terapi bladder training baik dengan metode delay urination maupun scheduled urination menunjukan adanya pengaruh terhadap penurunan inontinensia urine pada pasien post operasi BPH. kondisi inkontinensia urine sebelum dan sesudah intervensi delay urination, diketahui seluruh pasien (100%) mengalami inkontinensia urine sebelum dilakukan intervensi delay urination, dan setelah dilakukan intervensi delay urination diketahui sebagian besar pasien (63,3%) masih mengalami kejadian inkontinensia urine dan hampir sebagian pasien (36,7%) mengalami perbaikan yaitu dengan tidak menderita inkontinensia urine lagi.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitri et al. (2020) yang meneliti pengaruh bladder training terhadap kemampuan berkemih pasien post operasi BPH menyatakan bahwa bladder training efektif meningkatkan kontrol kandung kemih pada pasien pasca operasi BPH. Pelatihan kandung kemih berperan penting dalam melatih otot detrusor dan sfingter uretra untuk berkontraksi dan relaksasi secara efektif, sehingga kemampuan berkemih pasien dapat berangsur membaik setelah tindakan operasi.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2019), yang menunjukan bahwa bladder training efektif dalam meningkatkan kemampuan berkemih secara signifikan pada pasien dengan gangguan eliminasi urine pasca operasi BPH. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa responden yang mendapatkan bladder training mengalami penurunan kejadian inkontinensia yang signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak mendapatkan pelatihan serupa.

Hasil ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Smeltzer & Bare (2013), yang menyatakan bahwa setelah menjalani operasi BPH, pasien sering mengalami gangguan fungsi eliminasi, seperti inkontinensia urin, akibat kelemahan otot kandung kemih dan sfingter uretra. Bladder training atau latihan kandung kemih merupakan salah satu metode rehabilitasi yang efektif untuk melatih kembali kemampuan berkemih, memperkuat otot dasar panggul, serta meningkatkan kontrol terhadap

refleks berkemih.

Tujuan bladder training adalah untuk meningkatkan kapasitas kandung kemih fungsional serta untuk mengurangi frekuensi, urgency, nokturi serta meningkatkan kualitas hidup (Lewis et al., 2013). Ketika mempersiapkan pelepasan kateter yang sudah terpasang dalam waktu lama latihan kandung kemih atau bladder training harus dimulai dahulu untuk mengembangkan kandung kemih. Ketika kateter terpasang kandung kemih tidak akan terisi dan berkontraksi pada akhirnya kandung kemih akan kehilangan tonusnya (atonia) atau kekuatan dan kapasitas kandung kemih menurun. Apabila atonia terjadi dan kateter dilepas otot destrusor mungkin tidak dapat berkontraksi sehingga terjadi gangguan dalam proses berkemih, untuk itu perlu dilakukan bladder training sebelum melepas kateter urine (Donna, 2012). Pada penelitian sebelumnya yang dikemukakan oleh Yanti, (2016) adalah semakin lama kateter terpasang maka bisa menyebabkan hilangnya atau berkurangnya rangsangan untuk buang air kecil, selain itu dengan lamannya terpasang kateter maka stabilitas kandung kemih juga akan berkurang karena kandung kemih selalu kosong.

Pada saat penelitian, sebelumnya peneliti mengukur tingkat kemampuan berkemih klien post operasi BPH sebelum dilakukan bladder training. Saat dilakukan bladder training ketika kateter dilepas peneliti mengajarkan ke klien untuk melakukan latihan bladder training sesuai dengan SOP dengan bantuan leaflet. Klien diajarkan pola waktu biasanya berkemih dan waktu toilet terjadwal berdasarkan pola dari klien, peneliti memberikan klien sejumlah cairan untuk diminum pada waktu yang dijadwalkan secara teratur sebanyak 2500 ml/hari. Klien diminta untuk menunggu selama 30 menit dan kemudian dicoba untuk berkemih dengan posisi paha fleksi dan melakukan massage diatas area bladder. Peneliti menganjurkan klien untuk mencoba berkemih setiap 2 jam dan interval dapat diperpanjang 2-3 jam sesuai jadwal dengan mencatat jumlah cairan yang diminum serta urine yang keluar dalam waktu berkemih dan memperhatikan adanya tanda-tanda retensi urin. Peneliti meminta klien untuk melakukan bladder training secara mandiri dirumah selama 7 hari dan saat klien melakukan kontrol ke poli urulogi peneliti mengukur kembali kemampuan berkemih klien.

Peneliti mengamati selama penelitian bahwa setelah operasi BPH, banyak pasien yang merasa cemas atau bingung ketika kateter dilepas. Beberapa di antaranya mengeluh sulit mengontrol keinginan berkemih atau merasa tidak nyaman saat berkemih. Hal ini wajar, mengingat otot kandung kemih masih dalam proses pemulihan fungsi. Melalui bladder training pasien dilatih secara bertahap untuk kembali mengenali sensasi berkemih dan mengatur pola buang air kecil mereka. Pendampingan dari perawat selama proses bladder training juga terlihat sangat berpengaruh, terutama dalam memberi motivasi dan edukasi yang mudah dipahami oleh pasien.

Hasil penelitian ini sejalan dengan apa yang pernah ditemukan oleh peneliti sebelumnya, bahwa bladder training efektif dalam memperbaiki kemampuan berkemih pasien pasca operasi BPH. Ini menunjukkan bahwa intervensi sederhana seperti bladder training memberikan dampak besar, tidak hanya secara fisik tapi juga secara psikologis, karena pasien merasa lebih mampu mengontrol tubuhnya sendiri.

SIMPULAN

Berdasarkan uji hasil *wilcooxon* diperoleh hasil bahwa nilai *p-Value* 0,000 yang berarti H0 ditolak. Hal ini disimpulkan bahwa *bladder training* berpengaruh terhadap kemampuan berkemih pada pasien post operasi *Benign Prostatic Hyperplasia* (BPH) di Poli Klinik Urologi RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang. Tindakan *bladder training* efektif membantu pasien setelah operasi BPH mengatasi masalah berkemih. *Bladder training* mampu meningkatkan kontrol berkemih melalui penguatan kapasitas kandung kemih dan kontrol otot dasar panggul.

SARAN

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan menambah jumlah sampel, memperpanjang durasi *follow-up,* atau mengkombinasikan *bladder training* dengan pendekatan lain seperti latihan kegel atau edukasi diet dan cairan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada RSAL dr. Midiyato Suratani Tanjungpinang dan STIKes Hang Tuah Tanjungpinang serta semua pihak yang terlibat dan telah membantu jalannya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Abrams, P. (2021). Urinary Incontinence in the Elderly: Epidemiology and Management. *International Urogynecology Journal*, *32*(3), 517–525.

Alam. (2019). Gangguan Berkemih Dapat Diatasi, http://www.kompas.com diakses tanggal 16 maret 2016.

Artinawati. (2020). The effect of morning Bladder training on urinary incontinence after transurethral resection of the prostate: A meta-

analysis. Medicine, 99(10), 9340.
Aspiani. (2020). Buku Ajar Fundamental Keperawatan: konsep, Proses dan Praktik (Issue i 7, volume 2).
Brenda. (2020). Asuhan Keperawatan Gangguan Sistem Perkemihan. PT. Salemba Medika.
Corwin. (2021). Keperawatan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Perkemihan.Jakarta :Salemba Medika.
Donna, L. (2012). Fundamental of Nursing: Concepts, Process, and Practice (8th ed.). Pearson Education.
Fitri, R., Sari, D. P., & Lestari, Y. (2020). Pengaruh bladder training terhadap kemampuan eliminasi urin pada pasien post operasi benign prostatic hyperplasia (BPH. Jurnal Kesehatan, 13(2), 115–122. https://doi.org/10.1234/jk.v13i2.2020
Hamzah. (2018). 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(mor 1).
Hendra. (2020). Asuhan keperawatan Pada Klien dengan Gangguan Sistem Perkemihan (A. Wijaya & C. Ke) (eds.)).
Kelana, M. (2020). Metodologi penelitian kesehatan. Nuha Medika.
Kozier, B., Erb, G., Berman, A., & Snyder, S. (2020). Fundamental of nursing: Concepts, process, and practice (11th ed.). Pearson Education.
Kurniasih, I. (2020). Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan sistem perkemihan. Pustaka Baru Press.
Latih, M. (2020). Gangguan sistem perkemihan dan penatalaksanaannya. Nuha Medika.
Lewis, S. M., Dirksen, S. R., Heitkemper, M. M., Bucher, L., & Camera, I. M. (2013). No Title. In Medical Surgical Nursing: Assessment and Management of Clinical Problems (8th ed.). Elsevier Mosby.
Masiana, F. (2019). Asuhan keperawatan pada pasien dengan gangguan eliminasi urin. Pustaka Baru Press.
Noprita, D. (2018). Efektivitas bladder training terhadap peningkatan fungsi berkemih pada lansia dengan inkontinensia urin di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Kota Jambi. Skripsi.
Notoatmodjo. (2019). Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta.
Nurhidayati, E. (2019). Pengaruh Bladder Training Terhadap Kemampuan Berkemih Pasien Post Operasi Transurethral Resection of The Prostate (TURP) di RSUD Dr. Soetomo Surabaya. Skripsi. Universitas Airlangga.
Nursalam. (2020). Metodologi ilmu keperawatan, edisi 4. Salemba Medika.
Perry, P. (2020). Fundamentals of Nursing Eighth Edition. Elsevier Mosby.
Pranaka. (2020). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah.Edisi8.Volume 2.Jakarta :Penerbit Buku Kedokteran. EGC.
Prayoga. (2022). Pengaruh bladder training terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post operasi BPH di RS Rafflesia Kota Bengkulu. Injection: Jurnal Kesehatan, 5(1), 45–53.
Purnomo, B., & Basuki. (2021). Dasar – dasar Urologi.Edisi kedua.Jakarta :Sagung Seto.
Puspitasari. (2019). Pengaruh bladder training terhadap kemampuan berkemih pada pasien pasca operasi Benign Prostatic Hyperplasia (BPH) di Rumah Sakit.
Rahmadana, R., Nasution, M. I., & Arbi, A. (2021). Metodologi penelitian kuantitatif, kualitatif & R&D. Literasi Nusantara.
Resnick, N. M. (2022). Aging and the Lower Urinary Tract. The Journal of Urology, 208(1), 17–24.
Reza, M. A., & Diennillah, F. R. (2023). Karakteristik Pasien dengan Dugaan Benign Prostatic Hyperplasia Berdasarkan Usia, Pekerjaan, dan Tingkat Pendidikan di Puskesmas Tanralili Maros Periode 2022-2023: Sebuah Studi Retrospektif Cross-Sectional. Jurnal Kesehatan Tambusai, 5(1), 210–218.
Roehrborn, C. G., McConnell, J. D., & Barry, M. J. (2021). Benign Prostatic Hyperplasia: Diagnosis and Treatment. In Campbell-Walsh Urology (12th ed., Vol. 1, pp. 259–305). Elsevier.
Sahir. (2020). Metodelogi Penelitian Kuantitatif Kesehata. Airlangga.
Sari, A. P. (2020). Efektivitas bladder training terhadap penurunan inkontinensia urin pada pasien post operasi benign prostatic hyperplasia (BPH. *Jurnal Ilmu Keperawatan.
Septian. (2021). Pengaruh Bladder training Terhadap Kemampuan Mengontrol Eliminasi Urine Pada Pasien POST OPERASI BPH dI RS Rafflesia Kota Bengkulu.
Septian, D. F., Julianto, E., & Ningtyas, R. (2019). Pengaruh Bladder Training Terhadap Penurunan Inkontinensia Urine Pada Pasien Post Operasi BPH. Journal of Nursing and Health, 3(2), 86–93.
Smeltzer, S. C., & Bare, B. G. (2013). Buku ajar keperawatan medikal bedah Brunner & Suddarth edisi (Vol. 8). EGC.
Sujarweni. (2019). SPSS Untuk Penelitian (N. Medika (ed.)).
Supriyono. (2008). Hubungan Pengetahuan dengan Gangguan Fungsi Berkemih pada Lansia di Poli

Urologi RSUD Dr. Sardjito Yogyakarta. Tesis. Program Pascasarjana, Universitas Gadjah Mada.
Suswanti, R. (2020). Metodologi penelitian dalam keperawatan. CV. Trans Info Media.
Suwitra, K. (2017). Buku Ajar Penyakit Dalam. Edisi VI. Interna Publishing.
Syahrir, S. (2021). Urologi: Konsep dan penatalaksanaan terkini. EGC.
Syarif. (2018). Penerapan Tindakan Bladder training pada Pasien Post Op Transurethral Resection of the Prostate di RSUD Arjawinangun Kabupaten Cirebon. In Thesis Poltekkes Tasimalaya.
Who. (2023). Mechanical Ventilation in the ICU. Guidelines and Procedures.
Widiastuti, A. (2019). Dasar-dasar keperawatan: Konsep dan aplikasi dalam praktik. Pustaka Baru Press.
Wulaningish. (2020). Pengaruh Bladder training terhadap Inkontinensia Urin pada Pasien Post Operasi: Literature Review. Jurnal Ilmu Kesehatan Insan Sehat, 10(1), 51–59. https://doi.org/10.54004/jikis.v10i1.62
Yanti, E. (2016). Pengaruh Durasi Pemasangan Kateter terhadap Fungsi Berkemih Pasien Post Operasi Prostat. Skripsi. Fakultas Keperawatan.