EFEKTIFITAS BLADDER TRAINING TERHADAP KEMAMPUAN MENGONTROL ELIMINASI URINE PADA PASIEN POST OPERASI SECTIO CAESARE DI RS ADVENT MEDAN 2019

*Nurliaty, Aspiati
E-mail: nurliaty.tri@yahoo.com
*Dosen Akademi Keperawatan Darmo

Abstrak

Pendahuluan. Secsio sesarea dengan anestesi spinal dapat menimbulkan resiko inkontinensia urine. Untuk mencegah terjadinya inkontinensia urine pada ibu post seksio sesarea dapat dicegah dengan melakukan intervensi *bladder Training* yang dimulai 8 jam setelah operasi.
Metode. Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain *Quasi eksperimen* yang bertujuan untuk mengetahui "efektifitas *bladder training* terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post seksio sesarea di RSU Advent Tahun 2019". Populasi dalan penelitian ini adalah seluruh pasien post seksio sesarea dengan anestesi spinal dari bulan Mei sampai bulan Juni 2019 yang berjumlah 74 orang. Pengambilan sampel dengan teknik *Simple Random Sampling* sehingga didapatkan jumlah sampel sebanyak 26 orang yang dibagi atas 2 kelompok yaitu 13 kelompok kontrol dan 13 kelompok intervensi. Data dianalisa dengan uji statistic *chi-square* pada α 0,05. \
Hasil. Hasil penelitian dengan *chi- square* didapatkan p = 0,018 yang berarti ada perbedaan yang signifikan kemampuan mengontrol eliminasi urine antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah dilakukan tindakan *bladder training*.
Kesimpulan. Hasil penelitian ini menyarankan *bladder training* dilakukan mulai 8 jam post seksio dan efektif untuk mencegah terjadinya inkontinensia urine pada ibu post seksio sesarea, sehingga sangat disarankan kepada pelayanan keperawatan maternitas dapat menerapkan intervensi ini.

Kata kunci: *Bladder Training*, eliminasi urin, *section caesare*

Pendahuluan

Eliminasi urine merupakan proses pengosongan kandung kemih (blass) yang berhubungan erat dengan kontraksi otot – otot pada kandung kemih yang berada dibawah kendali otak, sehingga waktu dan tempatnya untuk eliminasi sesuai dengan respon yang diatur oleh otak. Eliminasi urine dimulai dari kandung kemih secara progresif terisi sampai tegangan didindingnya meningkat diatas nilai ambang, yang kemudian mencetuskan langkah kedua yaitu timbul refleks saraf yang disebut refleks eliminasi urine (refleks berkemih) yang berusaha mengosongkan kandung kemih.

Kandung kemih dipersarafi saraf sakral dua (S-2) dan sacral tiga (S-3). Saraf sensori dari kandung

kemih dikirim ke medula spinalis S-2 sampai S-4 kemudian diteruskan ke pusat eliminasi urine pada susunan saraf pusat. Pada saat destrusor berkontraksi spinter interna berelaksasi dan spinter eksternal dibawah kontol kesadaran akan berperan, apakah mau eliminasi atau ditahan. Normal eliminasi urine sehari 5 kali.

Gangguan eliminasi urine sangat beragam dengan etiologi yang berbeda, termasuk jika adanya kerusakan medulla spinalis sebagai akibat traumatik pada tulang belakang yang sering terjadi pada pasien operasi dengan anestesi spinal. Keadaan ini mempengaruhi otot- otot yang dipersyarafi oleh bagian segmen medulla yang ada di bawah tingkat lesi menjadi paralisis, komplet, fleksi dan refleks-refleksnya tidak ada. Hal ini menjadi pemicu terjadinya inkontinensia urine pada pasien (Brunner & Suddarth, 2016).

Inkontinensia urine merupakan masalah yang dialami pada lebih dari 13 juta penduduk Amerika yang 85% diantaranya adalah perempuan. Inkontinensia urine dapat terjadi sebagai akibat dari beberapa abnormalitas fungsi *traktus urinarius* bagian bawah atau karena penyakit lain, yang menyebabkan kebocoran atau keluarnya urine tanpa di sengaja (Yin & Jacobson, 2017).

Faktor risiko yang menyebabkan peningkatan insiden inkontinensia urine pada perempuan diantaranya adalah usia dan jumlah persalinan per vaginam yang pernah dialami sebelumnya. Faktor risiko lain yang diperkirakan merupakan penyebab gangguan ini adalah infeksi saluran kemih, menopause, pembedahan urogenital, penyakit kronis, penggunaan berbagai obat dan erasi seksio sesarea dengan anestesi spinal (Smeltzer & Bare, 2018).

Seksio sesarea adalah merupakan proses lahirnya janin melalui insisi dinding abdomen (*laparotomi)* dan dinding uterus (*histerektomi*) (Cuningham, 2015). Seksio sesarea merupakan tindakan operatif yang bertujuan menyelamatkan janin dan ibu, dengan prosedur utama yang harus dilakukan adalah anestesi pada ibu (Hecker, 2018). Berbagai jenis anestesi yang dikenal didunia kedokteran, tetapi yang lazim digunakan adalah anestesi spinal karena anestesi spinal lebih mudah dilakukan, blokade sarafnya

meyakinkan, dan kemungkinan *toksisitas* tidak ada karena dosis yang rendah, dan karena adanya blokade saraf sakral yang sempurna, perasaan tidak enak seperti pada anestesi *epidural* tidak ada.

Anestesi spinal merupakan teknik anestesi regional yang baik untuk tindakan-tindakan bedah, *obstetrik*, operasi bagian bawah abdomen dan ekstremitas bawah. Teknik ini baik sekali bagi penderita-penderita yang mempunyai kelainan paru-paru, diabetes melitus, penyakit hati yang difus dan kegagalan fungsi ginjal, sehubungan dengan gangguan metabolisme dan ekskresi dari obat-obatan.

Penatalaksanaan dalam penanganan masalah eliminasi urine (inkontinensia urine) pada pasien post operasi seksio sesarea dengan anestesi spinal adalah tindakan- tindakan keperawatan yang bersifat non *farmakologis*, termasuk tindakan *bladder training* yang harus dilakukan perawat sebelum kateter pasien dilepas (Black & Hawks, 2015; Kozier & Erb, 2015; Hickey, 2018; Fillingham & Dauglas, 2018)

Bladder training merupakan latihan yang dilakukan pada kandung kemih dengan melakukan pengontrolan dalam pengeluaran urin (Ellis & Nowlis, 2017). Rackley (2016) melaporkan bahwa efektifitas *bladder training* rata - rata pada pasien dengan inkontinensia campuran yang dapat disembuhkan menjadi 12%, dimana terjadi peningkatan rata - rata 75% setelah 6 bulan.

Penelitian lain mengenai "Dampak *Bladder training* Menggunakan Modifikasi Cara Kozier Pada Pasien Pasca Bedah Ortopedi yang Terpasang Kateter Urine di Ruang Rawat Bedah RSCM Jakarta" oleh Bayhakki (2017), didapatkan hasil tidak ada perbedaan pada pola berkemih (p=1,00) dan keluhan berkemih (p=1,00) antara kelompok *treatment* dan kelompok kontrol dan ada perbedaan yang signifikan antara lama waktu kelompok *treatment* dan kelompok kontrol (p=0,05).

Penelitian Bety Kristinawati (2019), pada 42 orang penderita inkontinensia urine dengan kateter terpasang, setelah menjalani *bladder training* 11 orang (26,2 %) tetap mengalami inkontinensia urine sementara 31 orang (73,8 %) mengalami pola eliminasi urine secara

normal.

Hasil studi awal, yang diperoleh dari *Medical Record* RSU Advent Medan pada tanggal 2 Desember 2010 didapat data sebagai berikut : pada tahun 2018 jumlah pasien melahirkan dengan cara seksio sesarea sebanyak 552 orang dan pada tahun 2019 sebanyak 442 orang dengan menggunakan anestesi spinal. Peneliti mengadakan wawancara tanggal 4 Desember di RSU Advent Medan, pada 4 orang pasien post operasi seksio sesarea dengan spinal anestesi mengatakan bahwa keluhan utama yaitu seringnya keluar urine tanpa mereka sadari setelah kateter dilepas. Dari laporan perawat yang dinas diruang kebidanan, mengatakan bahwa tindakan *bladder training* tidak pernah dilaksanakan untuk mengatasi masalah tersebut.

Berdasarkan hal tersebut diatas maka peneliti ingin mengetahui lebih lanjut bagaimana efektifitas *Bladder Training* terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post seksio sesarea dengan anestesi spinal di RSU Advent Tahun 2019.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimanakah kefektifitasan *Bladder Training* terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post operasi seksio sesarea dengan anestesi spinal di RSU Advent Medan Tahun 2019.

Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah semua pasien post operasi seksio sesarea dengan anestesi spinal di RSU Advent Medan dari bulan Mei sampai bulan Juni 2019. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan simple random sampling.

Hasil Penelitian

Penelitian ini untuk mengetahui efektifitas *bladder training* terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine pada pasien post seksio sesarea di lantai IV RSU Advent Tahun 2019. Pengumpulan data dimulai tanggal 02 Mei sampai 30 juni 2019. Jumlah responden yang berpatisispasi dalam penelitian ini sebanyak 26 pasien post seksio sesarea. Jumlah responden kelompok intervensi 13 orang dan responden kelompok kontrol 13 orang.

Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi *Bladder Taining* Di Lt I RSU Advent Medan Medan 2019 (n = 26)

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan rata-rata usia

Kelompok	**Mean**	**SD**	**Minimum – Maksimum**
Kontrol	31.31	7.4	19 – 45
Intervensi	31.62	4.9	22 – 39

Tabel 1 diatas menunjukkan bahwa rata- rata usia kelompok kontrol 31,31 Tahun dengan Standart Deviasi 7,4 tahun, sedangkan responden termuda 19 tahun dan responden tertua 45 tahun. Sementara rata – rata usia kelompok intervensi 31,62 tahun dengan Standar Deviasi 4,9 tahun, dimana responden termuda 22 tahun dan responden tertua 39 tahun.

Hasil uji Statistik Usia Responden Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi *Bladder Training* Di Lt I RSU Advent Medan Medan 2019 (n = 26)

Tabel 2. Hasil Uji Statistik

Kelompok	**Mean**	**SD**	**SE**	**T**	**P *Value***
Kontrol	31.31	7.4	2.1	0.14	0.888
Intervensi	31.62	4.9	1.4		

Tabel 2. diatas menunjukkan bahwa rata – rata usia kelompok kontrol adalah 31,31 Tahun dengan SD 7,4, sedangkan rata – rata usia kelompok intervensi adalah 31,62 Tahun dengan SD 4,9. Analisis statistic lebih lanjut menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan rata- rata usia antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi *bladder training* (P*value* = 0,888)

Distribusi Responden Berdasarkan Paritas Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi *Bladder Training* Di RSU Advent Medan Medan 2019 (n = 26)

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Paritas Kontrol dan Intervensi

Kelompok	**Paritas**	**Frekuensi**	**Persentase**
Kontrol	Paritas : 1	3	23.1
	Paritas : 2	4	30.8
	Paritas : 3	3	23.1
	Paritas : 4	1	7.7
	Paritas : 5	2	15.3
	Total	**13**	**100**
Intervensi	Paritas : 1	3	23.1
	Paritas : 2	5	38.4
	Paritas : 3	1	7.7
	Paritas : 4	3	23.1
	Paritas : 5	1	7.7
	Total	**13**	**100**

Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa responden yang mayoritas pada kelompok kontrol adalah responden dengan paritas 2 sebanyak 4 orang (30,8 %). Sedangkan pada kelompok intervensi mayoritas respondennya dengan paritas ke 2 sebanyak 5 orang (38,4%).

Hasil uji Statistik Paritas Responden Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi *Bladder Training* Di Lt I RSU Advent Medan Medan 2019 (n = 26)

Tabel 5. Uji Statistik Paritas Kontrol dan Intervensi

Kelompok	Paritas Responden					n	X^2	Df	*P Value*
	Par1	Par2	Par3	Par4	Par5				
Kontrol	3	4	3	1	2	13	2.444	4	0.655
Intervensi	3	5	1	3	1	13			
Total	6	9	4	4	3	26			

Tabel 5. diatas menunjukkan bahwa responden yang mayoritas pada kelompok kontrol adalah responden dengan paritas 2 sebanyak 4 orang. Sedangkan pada kelompok intervensi mayoritas respondennya dengan paritas ke 2 sebanyak 5 orang. Analisis statistic lebih lanjut menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan jumlah paritas antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi bladder training (P *value* = 0,655)

Hasil uji Statistik Perbedaan Kemampuan Mengontrol Eliminasi Urine Setelah Dilakukan *Bladder Training* Pada Kelompok Kontrol Dan Kelompok Intervensi Di Lt IV RSU Advent Tahun 2019 (n = 26)

Tabel 5. Hasil uji Statistik Perbedaan Kemampuan Kontrol dan Intervensi

Kelompok	**Kemampuan Mengontrol Berkemih**		**N**	**X^2**	**Df**	**P value**
	Bisa Mengontrol	**Tidak Bisa Mengontrol**				
Kontrol	4	9	13	5.571	1	0.018
Intervensi	10	3	13			
Total	**14**	**12**	**26**			

Tabel .5. diatas menunjukkan bahwa pada kelompok kontrol mayoritas respondennya tidak bisa mengontrol eliminasi urine yaitu sebanyak 9 orang dan yang bisa hanya 4 orang. Sementara pada kelompok intervensi mayoritas respondennya dapat mengontrol eliminasi urine yaitu sebanyak 10 orang dan yang tidak bisa hanya 3 orang. Hasil analisis lebih lanjut dengan menggunakan uji X^2, maka didapatkan bahwa ada perbedaan yang signifikan kemampuan mengontrol eliminasi urine antara kelompok kontrol dan kelompok

intervensi setelah dilakukan tindakan *bladder training* dimana (P *value* = 0,018)

Pembahasan

Penelitian efektifitas *bladder training* ini dilakukan dengan Jumlah responden 26 orang, yang termasuk dalam kelompok kontrol sebanyak 13 orang dan yang termasuk dalam kelompok intervensi 13 orang. Setelah dilakukan tindakan *bladder training* sebanyak 4 siklus pada kelompok intervensi didapatkan hasil, 10 orang mampu mengontrol eliminasi urine dan 3 orang tidak mampu mengontrol eliminasi urine, sementara pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan tindakan *bladder training* didapatkan hasil 3 orang mampu mengontrol dan 9 orang tidak mampu mengontrol eliminasi urine setelah *off* - kateter.

Hasil analisa data lebih lanjut dengan menggunakan uji X^2 didapatkan nilai p adalah 0,018 (p value: 0,018 < α:0,05) yang mempunyai makna bahwa ada perbedaan kemampuan mengontrol eliminasi urine antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol pada pasien post seksio sesarea dengan anestesi spinal di lantai I RSU Advent Tahun 2019.

Perbedaan kemampuan mengontrol eliminasi urine antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol pada penelitian ini mendukung hasil penelitian Cockburn dan Chiarelli (2016) yang menyatakan bahwa bertujuan *bladder training* efektif untuk mempertahankan kontinensia yang normal. Proporsi kejadian inkontinensia urine pada wanita yang dilakukan *bladder training* lebih rendah (31%) dibandingkan wanita yang tidak dilakukan (38,4%) dari 676 responden.

Ford Martin (2016) yang meneliti pengaruh *bladder training* terhadap inkontinensia urin. Penelitian ini menyatakan bahwa latihan *bladder training* yang dilakukan secara dini pada pasien dengan kateter terpasang dapat menurunkan keluhan inkontiensia. Pernyataan yang sama juga disampaikan oleh Northrup (dalam Craven & Hirnle) bahwa wanita yang melakukan *bladder training* secara konsisten dan benar hasilnya akan sangat memuaskan dan dapat mengatasi masalah inkontinensia urin.

Bladder training merupakan salah satu upaya untuk menangani inkontinensia urin dengan cara mengembalikan fungsi kandung kemih yang mengalami gangguan ke keadaan normal atau ke fungsi optimal (*Australian Government, Departement of Health And Ageing,* 2018). Ditambahkan oleh pendapat Hickey (2018) bahwa dengan *bladder training* pasien dibantu untuk belajar menahan atau menghambat sensasi urgensi, dan berkemih sesuai dengan jadual yang sudah ditentukan dengan tujuan meningkatkan interval antar waktu pengosongan kandung kemih ataupun mengurangi frekuensi berkemih selama terjaga sampai dengan waktu tidur, meningkatkan jumlah urin yang dapat ditahan oleh kandung kemih, dan meningkatkan kontrol terhadap *urge incontinence* (Verals, 2018 ; Potter & Perry,2017).

Bladder training dapat menurunkan kejadian inkontinensia urin, tetapi lebih efektif bila dikombinasikan dengan therapi lain seperti *Kegel's exercises*. Hal ini diungkapkan oleh Wallace (2016) dalam penelitiannya tentang efek *bladder training* terhadap inkontinensia urin yang membandingkan wanita dengan inkontinensia urin yang dilakukan *bladder training* dan yang tidak dilakukan *bladder training* menunjukkan ada perbedaan yang signifikan. Tetapi kombinasi *Kegel's exercise* dan *bladder training* yang dilakukan pada 125 wanita yang dibagi menjadi dua kelompok yang ditraining dan latihan secara mandiri menunjukkan hasil yang sangat memuaskan dan signifikan secara statistik. Secara kualitatif juga diperoleh data meningkatnya persepsi responden tentang peningkatan kualitas hidup.

Selain mencegah dan mengatasi inkontinensia urine pada periode pasca seksio dan postpartum , *Kegel's exercise* dan *bladder training* juga dapat dijadikan intervensi preventif dan kuratif terhadap inkontinensia urine pada kehamilan. Smith, al.(2019) meneliti keefektifan latihan *Kegel's exercise* dan *bladder training* terhadap inkontinensia pada prenatal dan postnatal pada 6181 wanita yang diambil secara random (intervensi : 3040, kontrol: 3141). Dari hasil penelitian ini diperoleh data bahwa kejadian inkontinensia urin pada akhir kehamilan pada kelompok intervensi lebih rendah dibandingkan kelompok

kontrol. Dalam penelitian ini juga ditemukan bahwa semakin intensif latihan dilakukan maka efeknya juga semakin besar. Hal ini sesuai dengan teori bahwa *Kegel's exercise* dan *bladder training* memfasilitasi penyembuhan perineal dan membantu pemulihan vagina, merangsang otot – otot perkemihan, memperkuat tonus otot pelvik melalui peningkatan sirkulasi dan aktivitas isometrik otot (Sampselle, 2017 dalam Reeder, 2017).

Simon (dalam Setyowati, 2018) mengungkapkan bahwa wanita yang melakukan *bladder training* dan *Kegel's exercise* rata-rata 50% mengalami penurunan episode inkontinensia urindan hampir 40% mencapai kontinens secara utuh. Latihan ini sama efektifnya bila digunakan untuk mengatasi *urge, stress* dan *mixed incontinence.*

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa rata- rata usia yang menjadi responden adalah 31,31 tahun dan 31,62 tahun. Hasil ini mendukung hasil penelitian Hullfish, et al. (2017) yang mengatakan tidak ada pengaruh yang signifikan antara umur ibu dan kemampuan mengontrol eliminasi dimana rata-rata usia ibu post seksio sesarea yang diteliti adalah 29,2 tahun dengan rentang usia 18 sampai 47 tahun, juga didukung oleh penelitian Neilsen, Essary dan Stoehr (2019) dimana rata-rata usia ibu post seksio sesarea dalam penelitiannya adalah 29 tahun.

Sedangkan hasil penelitian Hatem, et al. (2017) yang bertujuan mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan inkontinensia urin dan kombinasi dengan anal inkontinensia pada wanita primipara di Quebec (Kanada). Usia rata-rata ibu postpartum yang diperoleh adalah 27,2 tahun. Rata-rata usia ibu postpartum tersebut sesuai dengan usia yang direkomendasikan WHO untuk kehamilan dan persalinan yang aman. Usia yang dianggap paling aman menjalani kehamilan dan persalinan adalah 20 hingga 30 tahun. Tapi sesuai dengan kemajuan teknologi usia sampai 35 tahun masih aman untuk kehamilan dan persalinan (Kerty,2019).

Usia merupakan salah satu faktor risiko terjadinya inkontinensia urin. Peningkatan usia akan menyebabkan penurunan tonus otot dasar panggul yang dapat menyebabkan terganggunya kontrol otot *spingter* eksternal uretra dan otot kandung kemih (Craven &Hirnle,

2017; Kozier, et al. 2018). Hal inilah yang menyebabkan usia menjadi salah satu penyebab terjadinya inkontinensia urin. Hatem, et al. (2017) menyatakan bahwa wanita yang berusia di atas 35 tahun mempunyai risiko 2 kali lebih tinggi dibandingkan wanita yang berusia di bawah 35 tahun bukan hanya terhadap inkontinensia tetapi juga terhadap komplikasi lain seperti perdarahan dan *prolapsus* uteri. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Newman (2015) yang menyatakan inkontinensia urin stress lebih besar terjadi pada wanita yang berusia 35 – 64 tahun.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara jumlah paritas terhadap kemampuan mengontrol eliminasi urine. Hasil ini mendukung hasil penelitian Capelini, et al.(2016) yang mengevaluasi keuntungan *bladder training* untuk mengatasi masalah stress inkontinensia urin. Dalam penelitian ini diperoleh data bahwa mayoritas responden yang diteliti mayoritas adalah wanita multipara dengan persalinan pervaginam dengan rata-rata paritas 2,16 (76,9 %).

Wanita dengan paritas multipara mempunyai risiko yang lebih besar mengalami inkontinensia urin. Hal ini sudah dibuktikan oleh hasil penelitian Bajuadji (2015) yang memperoleh data kejadian inkontinensia urin 64,1 % terjadi pada wanita multipara dan hanya7,09 % yang terjadi pada wanita primipara. Hal yang sama disampaikan oleh WHO (2016) bahwa kejadian inkontinensia urin lebih tinggi pada wanita multipara daripada wanita primipara.

Paritas merupakan satu faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya inkontinensia urin. Hal ini disebabkan karena penekanan berat yang terjadi selama kehamilan dan persalinan yang berulang pada wanita multipara sehingga kekuatan otot-otot dasar panggul menjadi lemah terutama otot kandung kemih, leher kandung kemih, uretra dan uterus. Selanjutnya akan meningkatkan risiko terjadinya inkontinensia urin (Pilliteri, 2018). Sampselle (2017, dalam Potter & Perry, 2017) menyatakan walaupun nullipara dapat mengalami inkontinensia urin, tetapi insiden inkontinensia urin lebih tinggi pada wanita yang lebih sering melahirkan, atau semakin meningkat paritas

semakin tinggi risiko terjadinya inkontinensia urin.

Hal ini berkaitan dengan peningkatan tekanan intraabdominal selama kehamilan, dan penekanan selama persalinan terhadap otot-otot dasar panggul yang mengganggu fungsi kandung kemih dan injuri yang terjadi pada leher kandung kemih. Bila pada kehamilan pertama mengalami inkontinensia urin dan tidak ditanggulangi dengan baik maka kelemahan otot dasar panggul semakin akibat penekanan selama proses kehamilan.

Risiko terjadinya inkontinensia pada postpartum akan semakin tinggi. Stainton, Strahle, dan Fethney (2015) menemukan bahwa wanita yang mengalami inkontinensia urin pada kehamilan pertama mempunyai risiko 4,14 kali mengalami inkontinensia urin setelah melahirkan dan pada kehamilan berikutnya dibandingkan wanita yang tidak mengalami inkontinensia urin sebelumnya. Oleh karena itu kejadian inkontinensia urine sebaiknya dicegah sejak kehamilan pertama dengan mengurangi faktor-faktor penyebab inkontinensia urine serta melakukan latihan *kegel* dan *bladder training* selama kehamilan yang dapat meningkatkan elastisitas otot perineum sehingga ruptur dapat dicegah serta meningkatkan kekuatan otot-otot dasar panggul.

Kesimpulan

Dari hasil dan pembahasan yang telah diuraikan pada Bab sebelumnya maka penelitian ini dapat disimpulkan:

1. Tidak ada perbedaan yang signifikan rata – rata usia antara kelompok kontrol dengan kelompok intervensi *bladder training* (p *value* : 0,888 > α : 0,05)
2. Tidak ada perbedaan yang signifikan rata – rata paritas antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi *bladder training* (p *value* : 0,655 > α : 0,05)
3. Terbukti ada perbedaan yang signifikan kemampuan mengontrol eliminasi urine antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi setelah dilakukan tindakan *bladder training* dimana dengan menggunakan uji X^2 didapatkan nilai (p) adalah 0,018 (p < α).

Saran

1 Bagi RSU Advent Medan

Bagi penentu kebijakan di Rumah Sakit disarankan untuk mulai mengembangkan protap intervensi keperawatan *bladder training* bagi pasien post seksio sesarea dengan dengan gangguan urinasi

2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya menggunakan sampel yang lebih besar, dan mengontrol faktor yang mempengaruhi *bladder training*.

DAFTAR PUSTAKA

Alimul, aziz & Musrfatul Aliyah, 2016. Keterampilan Dasar Praktik Klinik Kebidanan, Salemba Medica.Jakarta.

Arikunto. 2018. Manajemen Penelitian, Rineka Cipta. Jakarta

Bulton,Thomas & Collin E,2017. Anestesiologi, Edisi 10, EGC. Jakarta

Chapman, Vicky, 2016. Asuhan Kebidanan, Persalinan dan Kelahiran, Edisi I, EGC. Jakarta

Crawford, Amy & Faucher.2019. Urinary incontinence, Older people, Bladder, Studies, Physical therapists, Volume 79, Edisi 5.USA

Hardiyanto,Ismar Tri, 2016. Pengaruh Anestesi Spinal Terhadap Hemodinamik Pada Penderita Dengan Seksio Sesarea, Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro.

Hidayati,Wahyu, 2018. Tesis: Pengaruh Inisiasi Bladder Training Terhadap Residu Urine Pada Pasien Stroke yang Terpasang Kateter di Ruang B1 RSUP DR. Kariadi Semarang, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.

Japardi, Iskandar, 2016. Manifestasi Neurologis Gangguan Miksi, Fakultas Kedokteran Bagian Bedah Universitas Sumatera utara.

Liu,David, 2018. Manual Persalinan, Edisi 3, EGC. Jakarta

Moctar, Rustam, 2018. Sinopsis Obstetri, Jilid 2, Edisi 2, EGC. Jakarta

Nursalam, 2017. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Salemba Medika. Jakarta

Nursalam, 2019. Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Perkemihan, Salemba Medika. Jakarta

Parker, Kirsten Fanning, 2017. Urinary incontinence, Anatomy & physiology, Drug therapy, Disease management, Volume 151, Edisi 18. California

Pinem, Lina Herida, 2019. Tesis: Efektifitas Paket Latihan Mandiri (Bladder Training) Terhadap Pencegahan Inkontinensia pada Pasien Post Seksio di RS PMI dan RS Salak

Bogor, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.

Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) Mutiara Indonesia, 2019. Pedoman Penulisan Skripsi, Mutiara Indonesia. Medan

Setiowaty, Retno, 2018. Tesis: Efek Kombinasi Kegel's Exercises dan Bladder Training Dalam Menurunkan Episode Inkontinensia Urine pada Lansia di Panti Wreda Wilayah Semarang, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia.

Suharyanto, Toto & Abdul Madjid, 2019. Askep Pada Klien Dengan Gangguan Sistem perkemihan, CV.Trans Info Media. Jakarta

Winkjosastro,Hanifa. 2017. Ilmu Bedah Kebidanan, Yayasan Bina Pustaka. Jakarta