

## ***BLADDER TRAINING PADA IBU POST SECTIO CAESAREA***

**Darma Afni<sup>1</sup>, Nurul Indah Sari<sup>2</sup>**

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Husada Gemilang, Tembilahan, Riau, Indonesia

[darmaafni@gmail.com](mailto:darmaafni@gmail.com), [nurulindahsari4188@gmail.com](mailto:nurulindahsari4188@gmail.com)

### **ABSTRAK**

*Bladder training* merupakan faktor yang menonjol dalam mempercepat pemulihan pasca bedah dan dapat mencegah komplikasi pasca bedah. Tujuan penelitian adalah mengetahui *Bladder training* pada ibu pasca seksio sesarea Ruang Kebidanan RSUD Puri Husada Tembilahan. Penelitian menggunakan desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel dalam penelitian adalah ibu *pasca seksio sesarea* sebanyak 32 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel secara total sampling dilakukan pada bulan Februari sampai April 2019. Alat pengumpulan data adalah kuisioner yang berisi data tentang data demografi dan diisi sendiri oleh peneliti langsung. Hasil penelitian distribusi frekuensi responden berdasarkan *bladder training* didapatkan hasil seluruh responden melakukan *bladder training pasca seksio sesarea*. Dapat disimpulkan seluruh responden mau melakukan *bladder training* dan sangat bermanfaat bagi ibu-ibu pasca seksio sesarea.

**Kata Kunci** : Pengetahuan, Sikap, Perawatan Bayi

### **ABSTRACT**

*Bladder training is a prominent factor in accelerating post-surgical recovery and can prevent post-surgical complications. The aim of the study was to determine Bladder training in post-cesarean section mothers in the Midwifery Room of Puri Husada Tembilahan Hospital. The study used a descriptive research design with a cross sectional approach. The sample in the research was 32 post-cesarean mothers using a total sampling technique carried out from February to April 2019. The data collection tool was a questionnaire that contained demographic data and was filled in by the researchers themselves. The results of the research on the frequency distribution of respondents based on bladder training showed that all respondents did bladder training after cesarean section. It can be concluded that all respondents want to do bladder training and it is very beneficial for mothers after cesarean section.*

**Keywords** : Knowledge, Attitude, Baby Care

## PENDAHULUAN

Mortalitas dan morbiditas pada wanita hamil dan bersalin adalah masalah besar di negara berkembang. Di negara miskin, sekitar 25-50% kematian wanita subur disebabkan hal berkaitan dengan kehamilan. Kematian saat melahirkan biasanya menjadi faktor utama mortalitas wanita pada masa puncak produktivitasnya. Tahun 1996, World Health Organization (WHO) memperkirakan lebih dari 585.000 ibu pertahunnya meninggal saat hamil atau bersalin. Angka kejadian seksio sesaria di Indonesia menurut data survey nasional tahun 2007 adalah 921.000 dari 4.039.000 persalinan atau sekitar 22,8 %. (Sarwono, 2018).

Saat ini, persalinan dengan bedah sesarea bukan hal yang baru lagi bagi para ibu maupun pasangan suami istri. Sejak awal, tindakan operasi sesarea atau *C-section* merupakan pilihan yang harus dijalani karena kadang gawat darurat untuk menyelamatkan nyawa ibu maupun janinnya (Kurniarum, 2016)

Ibu yang mengalami seksio sesarea dengan adanya luka di perut sehingga harus dirawat dengan baik untuk mencegah kemungkinan timbulnya infeksi. Ibu juga akan membatasi pergerakan tubuhnya karena adanya luka operasi sehingga proses penyembuhan luka dan pengeluaran cairan atau bekuan darah kotor dari rahim ibu ikut terpengaruh (Rosyati, 2017)

Dewasa ini semakin banyak dokter dan tenaga medis yang menganjurkan pasien yang baru melahirkan dengan operasi agar segera menggerakkan tubuhnya. Dokter kandungan menganjurkan pasien yang mengalami operasi sesarea untuk tidak berdiam diri di tempat tidur tetapi harus menggerakkan badan. (Sambas & Nurliawati, 2019)

Apabila terjadi distensi berlebih pada kandung kemih dalam jangka waktu lama, dinding kandung kemih dapat mengalami

kerusakan lebih lanjut (atoni). Dengan mengosongkan kandung kemih secara adekuat, tonus kandung kemih biasanya akan pulih kembali dalam lima sampai tujuh hari setelah bayi lahir (Kurniarum, 2016)

Bladder training (melatih kembali kandung kemih) ialah untuk mengembalikan pola normal perkemihan dengan menghambat atau menstimulasi pengeluaran air kemih (AHCPR, 1992). Agar bladder training ini berhasil, klien harus menyadari dan secara fisik maupun mengikuti program pelatihan. Program tersebut meliputi penyuluhan upaya berkemih yang terjadwal, dan memberikan umpan balik positif. Fungsi kandung kemih untuk sementara mungkin terganggu setelah suatu priode kateterisasi Resnick, 1993 dalam (Prasetya, 2017).

Klien yang sedang dalam pemulihan setelah menjalani pembedahan mayor atau menderita penyakit kritis atau suatu ketidakmampuan, sering harus dipasang kateter menetap untuk membantu proses pengeluaran urinenya sehingga jumlah urine yang keluar dapat diukur. Terpasangnya kateter membuat klien beresiko terkena infeksi (Potter, 2005 dalam (Prasetya, 2017).

Mengatasi masalah perkemihan salah satunya dapat dilakukan *bladder training*. *Bladder training* merupakan penatalaksanaan yang bertujuan untuk melatih kembali kandung kemih kepala berkemih normal dengan menstimulasi pengeluaran urine. Pada perawatan maternitas, *bladder training* dilakukan pada ibu yang telah mengalami gangguan berkemih seperti *inkontinensia urine* dan *retensio urine*. Pada hal sesungguhnya *bladder training* dapat mulai dilakukan sebelum masalah berkemih terjadi, sehingga dapat mencegah intervensi invasif seperti pemasangan kateter yang justru meningkatkan kejadian infeksi kandung kemih. *Bladder training* adalah kegiatan melatih kandung kemih untuk mengembalikan pola normal berkemih dengan menghambat atau menstimulasi

pengeluaran urine. Program latihan dalam bladder training meliputi penyuluhan, upaya berkemih terjadwal dan memberi umpan balik positif. Tujuan dari *bladder training* melatih kandung kemih untuk meningkatkan kemampuan mengontrol, mengendalikan, dan meningkatkan kemampuan berkemih secara spontan Bobak, 2004 dalam (Aditya, 2019).

Bladder training merupakan faktor yang utama dalam mempercepat pemulihan dan dapat mencegah komplikasi pasca bedah seksio sesarea. Banyak keuntungan yang bisa diraih dari latihan bladder training periode dini pasca bedah. Bladder training sangat penting dalam percepatan hari rawat dan mengurangi resiko karena tirah baring lama seperti terjadinya dekubitus, kekakuan atau penegangan otot – otot di seluruh tubuh dan sirkulasi darah dan pernafasan terganggu, juga adanya gangguan peristaltik maupun berkemih (Simarmata et al., 2020)

Bladder training segera secara bertahap sangat berguna untuk proses penyembuhan luka dan mencegah terjadinya infeksi serta trombosis vena. Bila terlalu dini melakukan bladder training dapat mempengaruhi penyembuhan luka operasi. Jadi bladder training secara teratur dan bertahap yang diikuti dengan latihan adalah hal yang paling dianjurkan (Naibaho, 2022)

Dalam membantu jalannya penyembuhan ibu pasca seksio sesarea, disarankan untuk melakukan bladder training. Tetapi, pada ibu yang mengalami seksio sesarea rasanya sulit untuk melaksanakan bladder training karena ibu merasa letih dan sakit. Salah satu penyebabnya adalah ketidaktahuan pasien mengenai bladder training. Untuk itu diperlukan pendidikan kesehatan tentang bladder training pasca operasi seksio sesarea sehingga pelaksanaan bladder training lebih maksimal dilakukan. Sebenarnya ibu yang mengalami seksio sesarea mengerti dalam pelaksanaan bladder training, namun ibu tidak mengerti apa manfaat dilakukan bladder training.

Dari survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Ruang Kebidanan RSUD Puri Husada Tembilahan pada tanggal 30 Januari 2019 peneliti mendapatkan informasi dari sepuluh orang ibu yang bersalin dengan seksio sesarea mengatakan bahwa belum pernah dilakukan bladder training pasca seksio sesarea. Berdasarkan data di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti bladder training pada ibu pasca seksio sesarea.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui bladder training pada ibu pasca seksio sesarea. Penelitian ini diukur satu kali saja dalam kurun waktu yang bersamaan dengan jumlah responden sebanyak 32 Orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Accidental sampling*. Penelitian dilakukan dari bulan Februari sampai April 2019.

Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Karakteristik responden, Penyembuhan pasca section caesarea. Sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini *Bladder Training*. Alat pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan kuesioner dan lembar observasi. Kuesioner berisi data demografi yaitu umur, pekerjaan, paritas, anestesi responden. Kuesioner diisi sendiri oleh peneliti dengan cara melakukan wawancara langsung kepada responden mengenai data demografi.

Pengisian lembar observasi dilakukan langsung oleh peneliti dengan melihat dan melakukan wawancara kepada responden terhadap jumlah BAK, BAB, melihat perubahan lokia, yang dilakukan bladder training. Teknik pengolahan data pada penelitian ini yaitu *editing, coding, procesing* dan *cleaning*. Teknik analisis data yang dilakukan yaitu analisis univariate kemudian hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada bulan Februari sampai dengan April 2019 tentang *Bladder Training* Pada Ibu Post Sectio Caesarea yang berjumlah 32 responden didapatkan hasil:

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik Ibu Post Sectio Caesarea(n=32)

Karakteristik	f	%
Umur		
21-25 tahun	2	6.3
26-30 tahun	16	50.0
31-35 tahun	14	43.8
Pekerjaan		
IRT	32	100
PNS	-	-
Wiraswasta	-	-
Paritas		
Primigravida	26	81.3
Scundigravida	4	12.5
Multigravida	2	6.3
Anestesi		
General	-	-
Spinal	32	100
Epidural	-	-

Berdasarkan tabel diatas diketahui berumur 21-30 tahun merupakan responden terbanyak yaitu 16 orang (50.0 %), pekerjaan IRT terbanyak yaitu 32 orang (100 %), paritas terbanyak Primigravida yaitu 26 orang (100 %), dan anestesi terbanyak digunakan spinal yaitu 32 orang (100 %)

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dilakukan atau tidak Bladder Training Pada Ibu Post Sectio Caesarea (n=32)

No	Bladder training	f	%
1	Dilakukan	32	100
2	Tidak dilakukan	0	0
	Total	32	100

Dari tabel diatas dapat dilihat seluruh responden melakukan bladder training pasca seksio sesarea (100%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Volume Buang Air Kecil Pada Ibu Post Sectio Caesarea setelah dilakukan Bladder Training (n=32)

No	Volume BAK	f	%
1	200	1	3.1
2	250	3	9.4
3	300	10	31.3
4	350	8	25,0
5	400	8	25,0
6	450	2	6.3
	Total	32	100

Tabel 3 menunjukkan bahwa volume buang air kecil setelah bladder training adalah 300 ml dengan jumlah 10 orang (31.3 %).

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Volume Buang Air Besar Pada Ibu Post Sectio Caesarea Setelah Dilakukan Bladder Training (n= 32).

No	Volume BAB	f	%
1	1	27	84.4
2	2	5	15.6
	Total	32	100

Tabel 4 menunjukkan bahwa frekuensi volume buang air besar setelah dilakukan bladder training adalah 1 x/hari dengan jumlah 27 orang (84.4 %).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jumlah ganti duk (Pembalut) pada Ibu Post Sectio Caesarea (n= 32)

No	Jumlah Ganti Duk (Pembalut)	f	%
1	1	1	3,1
2	2	30	93.8
3	3	1	3.1
	Total	32	100

Tabel 5 menunjukkan rata-rata jumlah lokia setelah bladder training pada

2x ganti duk/hari dengan jumlah 30 orang (93.8 %).

Penelitian ini menyatakan bahwa bladder training dapat membantu proses penyembuhan ibu yang telah melahirkan, untuk menghindari terjadinya infeksi pada bekas luka sayatan setelah operasi seksio sesarea, mengurangi resiko terjadinya konstipasi, mengurangi terjadinya dekubitus, kekakuan atau penegangan otot – otot di seluruh tubuh, mengatasi terjadinya gangguan sirkulasi darah, pernafasan, peristaltik maupun berkemih Gregor, 2007 dalam (Sambas & Nurliawati, 2019).

Hasil penelitian tentang bladder training pada ibu-ibu pasca seksio sesarea sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa penghancuran jaringan otot-otot uterus yang tumbuh karena adanya hiperplasi dan jaringan otot membesar menjadi lebih panjang sepuluh kali dari waktu masa kehamilan. Penghancuran jaringan tersebut akan diserap oleh darah kemudian dikeluarkan oleh ginjal yang menyebabkan ibu akan sering buang air kecil.

Buang air besar harus terjadi pada hari kedua sampai ketiga post partum. Pada hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata ibu buang air besar pada hari kedua pasca operasi (Nurhayati & Fitriyani, 2016)

Pada hari keempat lokia pada ibu pasca seksio sesarea normalnya 2 x ganti doek/ hari. Lokia yang keluar biasanya lebih banyak daripada darah yang keluar saat menstruasi. Pada hasil penelitian umumnya ibu mengganti doeknya 2 – 3 kali dalam sehari yaitu pada pagi dan sore setelah personal hygiene.

Penyembuhan luka operasi dan involusi uterus yang baik karena melakukan latihan paska melahirkan dengan mengeluarkan sisa darah dan terhindar dari infeksi atau gejala infeksi seperti peningkatan suhu tubuh, perdarahan yang abnormal, dengan bladder training kontraksi uterus akan baik sehingga fundus uteri keras, maka resiko

perdarahan yang abnormal dapat dihindarkan, karena kontraksi membentuk penyempitan pembuluh darah yang terbuka; involusi uterus yang tidak baik, tidak dilakukan bladder training akan menghambat pengeluaran darah dan sisa plasenta sehingga menyebabkan terganggunya kontraksi uterus Fauzi, C.M, 2007 dalam (Sambas & Nurliawati, 2019).

Pada sistem kardiovaskuler dapat meningkatkan curah jantung, memperbaiki kontraksi miokardial, kemudian menguatkan otot jantung, menurunkan tekanan darah, memperbaiki aliran balik vena; pada sistem respiratori meningkatkan frekuensi dan kedalaman pernafasan, meningkatkan ventilasi alveolar, menurunkan kerja pernafasan, meningkatkan pengembangan diafragma; pada sistem metabolik dapat meningkatkan laju metabolisme basal, meningkatkan penggunaan glukosa dan asam lemak, meningkatkan pemecahan trigliseril, meningkatkan mobilitas lambing, meningkatkan produksi panas tubuh; pada sistem muskuloskeletal memperbaiki tonus otot, meningkatkan mobilisasi sendiri, memperbaiki toleransi otot untuk latihan, mungkin meningkatkan masa otot; pada sistem toleransi otot, meningkatkan toleransi, mengurangi kelemahan, meningkatkan toleransi terhadap stres, perasaan lebih baik, pengurangan penyakit (Nurhayati & Fitriyani, 2016)

## KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang sudah dilakukan didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan dilakukan bladder training pada ibu post Sectio Cesarea didapatkan hasil bahwa seluruh responden mau melakukan bladder training.
2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan volume buang air kecil pada ibu post section caesarea setelah bladder

training adalah 300 ml dengan jumlah 10 orang.

3. Distribusi frekuensi responden berdasarkan rata-rata frekuensi buang air besar pada ibu post section caesarea setelah bladder training adalah 1 x/hari dengan jumlah 27 orang (84.4 %)

Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah ganti duk/ pembalut pada ibu post section caesarea setelah bladder training adalah 2x ganti duk/hari dengan jumlah 30 orang (93.8 %)

### UCAPAN TERIMAKASIH

Seiring dengan selesainya penelitian ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung.

### DAFTAR PUSTAKA

- Aditya, N. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Ny. D Dengan Diagnosa Medis Post Sectio Caesarea Indikasi Pre Eklampsia Berat Di Rs Bangil Pasuruan. *Kerta Cendekia Nursing Academy*, 1–119. [http://eprints.kertacendekia.ac.id/id/eprint/69/1/KTI\\_NORA.pdf](http://eprints.kertacendekia.ac.id/id/eprint/69/1/KTI_NORA.pdf)
- Kurniarum, A. (2016). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*.
- Naibaho, R. M. (2022). Efektivitas *Bladder Training* Terhadap Percepatan Pengeluaran Urine Pada ibu Postpartum Pervaginam. *Jurnal Keperawatan Priority*, 5(1), 66–72.
- Nurhayati, E., & Fitriyani, K. (2016). *Modul Mobilisasi Dini Latihan Pergerakan Pada Ibu Setelah Melahirkan*.
- Prasetya, R. G. (2017). *Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Persalinan Sectio Caesarea Di RSUD Rantau Prapat*. 6–18.
- Rosyati, H. (2017). P E R S A L I N A N Heri Rosyati, SSiT, M.KM. *P E R S a L I N a N*, 6.
- Sambas, E. K., & Nurliawati, E. (2019). Effect of Pelvic Floor Exercise on Urine Elimination In Postpartum Women. *Jmcrh*, 2(4), 268–276.
- Simarmata, J. M., SUHAIMI, S., MIFTAHULZANNAH, SYARA, A. M., GINTING, R., & MAISYAROH. (2020). Pengaruh Bladder Training Terhadap Percepatan Pengeluaran Urine bagi Wanita Setelah Dengan Rtensio Urine di RS Granmed Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang Tahun 2020. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 3(1). <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKF/article/view/539/229>