

## ABSTRAK

Nama : Ayu Nirmala Sari

Program Studi : Profesi Ners

Judul : Asuhan keperawatan pada pasien BPH (Benign Prostatic Hiperplasia) dengan masalah retensi urine melalui terapi *kegel exercise* di ruang dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik

Pembimbing : Chatrina Janes.M.Kep,Sp.Kep.M.B

Hiperplasia prostat jinak merupakan masalah umum pada pria. Selain meningkatkan angka kejadian penyakit, hal ini juga mempengaruhi kualitas hidup pria. Angka kejadian BPH akan meningkat seiring bertambahnya usia, sekitar 20% pada pria berusia 40an, kemudian meningkat hingga 70% pada pria berusia 60an, dan akan mencapai 90% pada pria berusia 80an. Prostat merupakan organ intim pria yang terletak di bawah kandung kemih dan mengelilingi uretra posterior. Jika terlihat adanya pembesaran, organ ini dapat menyumbat uretra prostat dan menyebabkan terhambatnya aliran urin. Oleh karena itu, penderita hipertrofi prostat jinak mengeluhkan disuria dan buang air kecil tidak tuntas. Tujuan penulisan artikel ilmiah ini adalah untuk memberikan gambaran dan analisis asuhan keperawatan medik-bedah pada pasien BPH dengan masalah retensi urin dengan terapi senam kegel. Latihan ini dilakukan 2 kali sehari selama 12 minggu pertama untuk mendapatkan hasil yang optimal. dilakukan dengan durasi 5-10 detik, diulang sampai 10 kali.. Metode yang digunakan dalam melakukan asuhan keperawatan adalah desain deskriptif dengan metode studi kasus. Hasil evaluasi terapi Kegel pada hari ke 3 menunjukkan bahwa permasalahan gangguan saluran kemih dapat teratasi sebagian. Kriteria hasil pengaduan yang diperoleh adalah BAK sering berkurang, BAK tidak lengkap berkurang. Untuk menginduksi eliminasi urin secara efisien, diharapkan terapi senam kegel dapat diterapkan sebagai salah satu tindakan terapeutik untuk menunjang keberhasilan pengobatan pada pasien BPH dengan masalah retensi urin.

**Kata Kunci : *Kegel Exercis*, Benign Prostatic Hyperplasia, Retensi Urine**

## ABSTRACT

Nama : Ayu Nirmala Sari

Program Studi : Profesi Ners

Judul : Asuhan keperawatan pada pasien BPH (Benign Prostatic Hiperplasia) dengan masalah retensi urine melalui terapi *kegel exercise* di ruang dahlia RSUD Ibnu Sina Gresik

Pembimbing : Chatrina Janes.M.Kep,Sp.Kep.M.B

Benign prostatic hyperplasia is a common problem in men. In addition to increasing the incidence of disease, this also affects the quality of life for men. The incidence of BPH will increase with age, about 20% in men in their 40s, then increase to 70% in men in their 60s, and will reach 90% in men in their 80s. The prostate is a male sex organ that is located below the bladder and surrounds the posterior urethra. If enlargement is seen, this organ can block the prostatic urethra and cause obstruction to the flow of urine. Therefore, patients with benign prostatic hypertrophy complain of dysuria and incomplete urination. The purpose of writing this scientific article is to provide an overview and analysis of medical-surgical nursing care for BPH patients with urinary retention problems using Kegel exercise therapy. This exercise is done 2 times a day for the first 12 weeks to get optimal results. carried out with a duration of 5-10 seconds, repeated up to 10 times. The method used in nursing care is a descriptive design with a case study method. The results of the Kegel therapy evaluation on day 3 showed that urinary tract problems could be partially resolved. The criteria for the results of complaints obtained are that BAK is often reduced, incomplete BAK is reduced. To induce urine elimination efficiently, it is hoped that Kegel exercise therapy can be applied as a therapeutic measure to support the success of treatment in BPH patients with urinary retention problems.

Keywords: Kegel Exercis, Benign Prostatic Hyperplasia, Urine Retention