

BAB IV

PEMBAHASAN

A. Hasil

Berdasarkan hasil penerapan intervensi keperawatan berupa teknik Kegel Exercise pada pasien dengan diagnosis medis batu ureter di RSUP Dr. Tadjuddin Chalid Makassar, diperoleh adanya perubahan signifikan pada pola eliminasi urin pasien. Sebelum intervensi dilakukan, pasien sering mengalami keluhan berupa rasa tidak lampias saat berkemih, frekuensi berkemih meningkat, serta adanya nyeri saat proses eliminasi. Setelah dilakukan latihan Kegel Exercise secara teratur sesuai prosedur, pasien menunjukkan perbaikan dengan ditandai keluaran urin yang lebih lancar, berkurangnya keluhan tidak lampias, serta intensitas nyeri saat berkemih yang menurun.

Selain itu, pasien juga tampak lebih kooperatif dalam mengikuti arahan latihan dan mampu melakukan gerakan kontraksi serta relaksasi otot dasar panggul dengan baik setelah diberikan edukasi dan bimbingan. Evaluasi dilakukan setiap kali sesi latihan, dan menunjukkan progres bertahap hingga pada akhirnya pasien mampu melakukan latihan secara mandiri.

B. Pembahasan

Hasil penelitian oleh Fajri et al. (2025) menunjukkan bahwa penerapan Kegel Exercise efektif menurunkan frekuensi berkemih pada lansia dengan inkontinensia urin. Bukti ini sejalan dengan penelitian Wijaya et al. (2024) yang menemukan bahwa senam Kegel berpengaruh signifikan dalam menurunkan inkontinensia urin pada lansia, sehingga pasien lebih mampu mengontrol eliminasi urin. Selain itu, López-Pérez et al. (2023) dalam sebuah *systematic review* dari berbagai uji klinis acak melaporkan bahwa latihan otot dasar panggul, termasuk Kegel Exercise, secara konsisten efektif dalam mengurangi gejala inkontinensia urin dan meningkatkan kualitas hidup pasien.

Temuan tersebut diperkuat oleh penelitian Zong et al. (2022) yang membuktikan bahwa Kegel Exercise, terutama jika dikombinasikan dengan *clean intermittent self-catheterization*, dapat mengurangi retensi urin pada pasien pasca operasi histerektomi. Berdasarkan bukti-bukti tersebut, Kegel Exercise dapat direkomendasikan sebagai intervensi nonfarmakologis yang sederhana namun efektif untuk membantu mengatasi gangguan eliminasi urin seperti yang dialami Tn. M.

Pembahasan dalam penelitian ini disusun berdasarkan tahapan proses keperawatan, meliputi pengkajian, penetapan diagnosa, intervensi, implementasi, dan evaluasi. Hasil yang diperoleh dibandingkan dengan teori serta penelitian terdahulu sebagai berikut:

1. Pengkajian

Berdasarkan hasil pengkajian, pasien dengan batu ureter menunjukkan keluhan berupa rasa nyeri saat berkemih, tidak lampias, serta peningkatan frekuensi miksi. Secara teori, ureterolithiasis dapat menyebabkan obstruksi saluran kemih, yang berujung pada spasme otot polos ureter dan rasa nyeri hebat saat urin dipaksa melewati area yang terhalang batu. Penelitian (Budi, 2023) juga melaporkan bahwa lebih dari 70% pasien dengan batu ureter mengalami gejala retensi urin dan nyeri akibat obstruksi. Hal

ini sejalan dengan kondisi pasien yang diteliti, di mana gejala gangguan eliminasi muncul sejak awal masuk rumah sakit. Peneliti berasumsi bahwa hambatan aliran urin akibat batu serta respon inflamasi jaringan sekitar menjadi pemicu utama keluhan pasien.

2. Diagnosa Keperawatan

Dari data yang diperoleh, peneliti menetapkan diagnosa utama yaitu *gangguan eliminasi urin berhubungan dengan obstruksi saluran kemih* serta *nyeri akut berhubungan dengan proses patologis*. Menurut NANDA-I (2021), kedua diagnosa tersebut merupakan masalah keperawatan yang paling sering muncul pada pasien dengan batu saluran kemih. Penelitian Rahman et al. (2021) juga menunjukkan bahwa nyeri akut dan retensi urin merupakan masalah prioritas yang perlu segera ditangani agar kualitas hidup pasien tidak menurun. Oleh karena itu, peneliti berasumsi bahwa pemilihan kedua diagnosa tersebut sudah sesuai dengan kondisi klinis pasien dan mendukung proses perencanaan intervensi yang lebih terarah.

3. Intervensi Keperawatan

Intervensi yang dilakukan adalah penerapan Kegel Exercise sebagai upaya memperkuat otot dasar panggul untuk meningkatkan kontrol miksi. Secara teori, latihan Kegel dapat memperbaiki tonus otot pubococcygeus sehingga pasien mampu menahan dan mengendalikan proses eliminasi urin. Hal ini diperkuat oleh penelitian Wang et al. (2020) yang menemukan bahwa pelatihan otot dasar panggul mampu meningkatkan kapasitas kandung kemih sekaligus menurunkan keluhan retensi urin pada pasien dengan gangguan saluran kemih⁶. Berdasarkan hal tersebut, peneliti berasumsi bahwa latihan Kegel merupakan pilihan intervensi nonfarmakologis yang efektif, mudah dilakukan, serta minim risiko efek samping, sehingga relevan untuk kasus batu ureter.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi dilakukan dengan melatih pasien melakukan kontraksi dan relaksasi otot dasar panggul sebanyak 3 kali sehari dengan durasi 10–15 menit setiap sesi. Menurut teori, efektivitas Kegel Exercise sangat dipengaruhi oleh kepatuhan, frekuensi, dan teknik yang benar dalam melakukannya. Rahman et al. (2021) membuktikan bahwa pasien yang rutin melakukan Kegel Exercise menunjukkan perbaikan fungsi eliminasi urin lebih cepat dibandingkan pasien yang tidak rutin. Dalam penelitian ini, pasien tampak kooperatif, mampu mengikuti instruksi, dan secara bertahap dapat melakukan latihan secara mandiri. Peneliti berasumsi bahwa keterlibatan aktif pasien serta edukasi yang konsisten menjadi faktor penentu keberhasilan implementasi.

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi menunjukkan adanya perbaikan yang signifikan, ditandai dengan keluaran urin lebih lancar, berkurangnya rasa tidak lampias, serta penurunan intensitas nyeri saat berkemih. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa latihan Kegel secara teratur dapat memperbaiki aliran urin dan menurunkan gejala inkontinensia maupun retensi. Hasil ini konsisten dengan penelitian Zong et al. (2022) yang menemukan bahwa kombinasi latihan Kegel dan terapi medis efektif memperbaiki retensi urin pasca operasi. Peneliti berasumsi bahwa perbaikan kondisi pasien merupakan hasil sinergi antara intervensi nonfarmakologis (Kegel Exercise), kepatuhan pasien, serta dukungan perawat dalam memandu proses latihan.