

## Inkontinensia Urin Stres

Luaran	Intervensi
<p>Setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 2 x 24 jam , status Inkontenensia urin stress membaik.</p> <p>kriteria hasil :</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Nokturla menurun</li> <li>✓ Residu volume urine setelah berkemih menurun</li> <li>✓ Distensi kandung kemih menurun</li> <li>✓ Dribbling menurun</li> <li>✓ Hesitancy menurun</li> <li>✓ Enuresis menurun</li> <li>✓ Frekuensi berkemih membaik</li> </ul>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Latihan otot panggul               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Observasi                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitor pengeluaran urin</li> </ul> </li> <li>b. Terapeutik                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Berikan reinforcement positif selama melakukan latihan dengan benar</li> </ul> </li> <li>c. Edukasi                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Anjurkan berbaring</li> <li>• Anjurkan tidak mengontraksikan perut, kaki, dan bokong saat melakukan latihan otot panggul</li> <li>• Anjurkan menambah durasi kontraksi – relaksasi 10 detik dengan siklus 10 – 20 kali, dilakukan 3 – 4 kali sehari</li> <li>• Ajarkan mengontraksikan sekitar otot uretra dan anus seperti menahan BAB/BAK selama 5 detik kemudian dikendurkan dan direlaksasikan dengan siklus 10 kali</li> <li>• Ajarkan mengevaluasi latihan yang dilakukan dengan cara menghentikan urin sesaat saat BAK, seminggu sekali</li> <li>• Anjurkan latihan selama 6 – 12 minggu</li> </ul> </li> <li>d. Kolaborasi                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kolaborasi rehabilitasi medik untuk mengukur kekuatan kontraksi otot dasar panggul, jika perlu</li> </ul> </li> </ol> </li> <li>2. Perawatan inkontenesia urine               <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Observasi                   <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identifikasi penyebab inkontinensia urine misal gangguan fungsi kognitif</li> <li>• Identifikasi perasaan dan persepsi pasien terhadap</li> </ul> </li> </ol> </li> </ol>

	<p>inkontinensia urine yang dialaminya</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Monitor keefektifan obat, pembedahan dan terapi modalitas berkemih</li> <li>• Monitor kebiasaan BAK</li> </ul> <p><b>b. Terapeutik</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bersihkan genital dan kulit sekitar secara rutin</li> <li>• Berika pujian atas keberhasilan mencegah inkontinensia</li> <li>• Buat jadwal konsumsi obat obat diuretik</li> <li>• Ambil sampel urine untuk pemeriksaan urine lengkap atau kultur</li> </ul> <p><b>c. Edukasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jelaskan definisi, jenis inkontinensia, penyebab inkontinensia urine</li> <li>• Jelaskan program penanganan inkontinensia urine</li> <li>• Jelaskan jenis pakaian dan lingkungan yang mendukung proses berkemih</li> <li>• Anjurkan membatasi konsumsi cairan 2- 3 jam menjelang tidur</li> <li>• Ajarkan memantau cairan keluar dan masuk serta pola eliminasi urine</li> <li>• Anjurkan minum minimal 1500 cc/hari, jika tidak kontraindikasi</li> <li>• Anjurkan menghindari kopi, minuman bersoda, teh dan cokelat</li> <li>• Anjurkan konsumsi buah dab sayur untuk menghindari konstipasi</li> </ul> <p><b>d. Kolaborasi</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Rujuk ke ahli inkontinensia, jika perlu</li> </ul>
--	---