

**PENGARUH KOMBINASI LATIHAN KEGEL DAN
BRIDGING TERHADAP INKONTINENSIA URINE
PADA PASIEN POST OPERASI TURP
DI RSUD SINGASANA**



SKRIPSI

NI MADE DWI PUSPITAWATI

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

**PENGARUH KOMBINASI LATIHAN KEGEL DAN
BRIDGING TERHADAP INKONTINENSIA URINE
PADA PASIEN POST OPERASI TURP
DI RSUD SINGASANA**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Diajukan Oleh:

**NI MADE DWI PUSPITAWATI
NIM. C2125025**

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH KOMBINASI LATIHAN KEGEL DAN *BRIDGING*
TERHADAP INKONTINENSI URINE PADA PASIEN POST
OPERASI TURP DI RSUD SINGASANA**

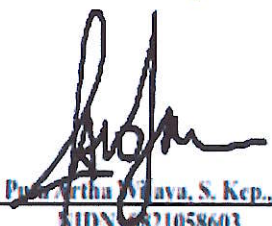
Diajukan Oleh:

**Ni Made Dwi Puspitawati
NIM. C2125025**

Mangupura, 22 Juni 2026

Telah disetujui oleh dosen Pembimbing

Pembimbing I


Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

Pembimbing II


Ns. Ni Kadek Indah Sunar Anggreni, S. Kep., M.Kep
NIDN:

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Kedua

Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

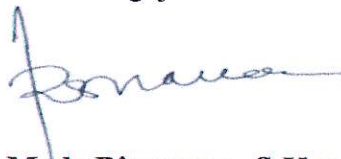
HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI INI TELAH DIPERTAHANKAN DAN DISAHKAN DI
DEPAN DEWAN PENGUJI PROGRAM STUDI SARJANA
ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH TINGGI ILMU
KESEHATAN BINA USADA BALI

Tanggal: 30 Juni 2026

Yang terdiri dari:

Penguji Utama



Ns. I Made Rismawan, S.Kep.,MM
NIDN: 8967170023

Sekretaris Penguji



Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

Anggota Penguji



Ns. Ni Kadek Indah Sunar Anggreni, S. Kep., M.Kep
NUPTK: 2745777678230232

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan
Ketua



Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep
NIDN: 0821058603

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ni Made Dwi Puspitawati
NIM : C2125025
Jurusan : Sarjana ilmu Keperawatan.
Judul Skripsi : Pengaruh Kombinasi Latihan Kegel dan *Bridging* Terhadap Inkontinensia Urine pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis benar – benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 22 Juni 2026



(Ni Made Dwi Puspitawati)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI PROGRAM STUDI SARJANA ILMU
KEPERAWATAN**

Skripsi, 22 Juni 2026

Ni Made Dwi Puspitawati

Pengaruh Kombinasi Latihan Kegel dan *Bridging* terhadap Inkontinensia Urine pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana

XIV + 67 + 7 tabel + 2 skema + 12 lampiran

ABSTRAK

Benign prostatic hyperplasia merupakan kelainan yang terjadi pada kelenjar prostat dan memerlukan terapi yang umum dilakukan yaitu *Trans Urethral Resection of the Prostate* (TURP). Terapi tersebut mengakibatkan komplikasi salah satunya inkontinensia urine. Penatalaksanaan inkontinensia urine non farmakologi salah satunya dengan memberikan kombinasi latihan kegel dan *bridging*. Penelitian ini bertujuan mengetahui adanya pengaruh kombinasi latihan kegel dan *bridging* terhadap inkontinensia urine pada pasien post operasi TURP di RSUD Singasana. Penelitian ini dilaksanakan dengan desain *pre-test and post-test one group design* yang dilaksanakan pada tanggal 1 sampai 30 April 2026 dengan jumlah sampel 13 responden yang dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner *International Consultation on Incontinence Questionnaire Short Form*. Data dianalisis menggunakan uji *paired t test*.

Hasil penelitian menunjukkan rerata skor *pre test* adalah 12,46 dan *post test* adalah 5,15. Analisa pengaruh kombinasi latihan kegel dan *bridging* terhadap inkontinensia urine pada pasien post operasi TURP didapatkan nilai p value <0,000, sehingga ada pengaruh kombinasi latihan kegel dan *bridging* terhadap inkontinensia urine pada pasien post operasi TURP di RSUD Singasana. Rekomendasi penelitian ini diharapkan menjadi masukan bagi perawat agar memberikan terapi komplementer yaitu kombinasi latihan kegel dan *bridging* untuk menurunkan inkontinensia urine pada pasien post operasi TURP.

Kata kunci: Latihan Kegel, *Bridging*, Inkontinensia Urine, TURP

Daftar Pustaka: 29 (2016-2025)

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINA USADA BALI
BACHELOR'S DEGREE OF NURSING PROGRAM

Undergraduate thesis, June 22, 2026

Ni Made Dwi Puspitawati

The Effect of a Combined Kegel and Bridging Exercise on Urinary Incontinence among Post-TURP Surgery Patients at Singasana Regional Hospital

XIV + 67 pages + 7 tables + 2 schemes + 12 appendices

ABSTRACT

Benign prostatic hyperplasia (BPH) is a common disorder of the prostate gland that frequently requires surgical intervention, particularly Transurethral Resection of the Prostate (TURP). Although TURP is considered an effective treatment for BPH, postoperative complications may occur, including urinary incontinence, which can adversely affect patients' quality of life and functional independence. Non-pharmacological management strategies, such as pelvic floor muscle training and physical rehabilitation exercise, have been recommended to improve urinary continence. One such approach is combining kegel and bridging exercise to strengthen the pelvic floor and supporting musculature. This study aimed to determine the effect of combined kegel and bridging exercise on urinary incontinence among post-TURP patients at Singasana Regional General Hospital. This study employed a pre-experimental one-group pre-test and post-test design. The study was conducted from April 1 to April 30, 2026. A total of 13 respondents were recruited using purposive sampling. Data were collected using the International Consultation on Incontinence Questionnaire-Short Form (ICIQ-SF). Statistical analysis was performed using the paired t-test.

The results showed a mean pre-test score of 12.46, and a mean post-test score of 5.15. Statistical analysis revealed a p-value of <0.001, indicating a statistically significant reduction in urinary incontinence following the intervention.

In conclusion, the combination of kegel and bridging exercise had significant effect on reducing urinary incontinence among post-TURP patients at Singasana Regional General Hospital. These findings suggest that combined pelvic floor and strengthening exercise may serve as an effective complementary nursing intervention for managing postoperative urinary incontinence. Therefore, nurses are encouraged to incorporate kegel and bridging exercise into postoperative rehabilitation programs for patients undergoing TURP.

Keywords: Kegel Exercises, Bridging Exercises, Urinary Incontinence, TURP

Bibliography: 29 (2016-2025)

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan ke hadapan Ida Sang Hyang Widi Wasa karena berkat Asung Kerta Wara Nugraha peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Pengaruh Kombinasi Latihan Kegel Dan *Bridging* Terhadap Inkontinensia Urine Pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana” dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi Sarjana Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Skripsi ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak untuk itu melalui kesempatan ini dengan segala hormat dan kerendahan hati peneliti menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Ir. Putu Santika, MM. selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali yang telah memberikan kesempatan mengikuti pendidikan Program Ilmu Keperawatan di STIKES Bina Usada Bali.
2. Ns. I Putu Artha Wijaya, S. Kep., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan STIKES Bina Usada Bali dan selaku pembimbing I yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Ns. Ni Kadek Indah Sunar Anggreni, S. Kep., M.Kep selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.

4. Dr. I Wayan Doddy Setiawan selaku direktur RSUD Singasana atas ijin yang telah diberikan untuk mengikuti pendidikan dan ijin sebagai lokasi penelitian.
5. Semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa usulan penelitian ini masih kurang sempurna, oleh karena itu peneliti sangat mengharapkan segala saran serta kritik yang sifatnya membangun dalam rangka memperbaiki dan menyempurnakan skripsi ini. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak. Akhir kata peneliti mengucapkan terima kasih.

Mangupura, 22 Juni 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
1. Tujuan Umum	5
2. Tujuan Khusus	5
D. Manfaat Penelitian.....	5
1. Pelayanan Keperawatan.....	5
2. Masyarakat.....	6
3. Bagi Institusi Pendidikan.....	6
4. Pengembangan Ilmu Keperawatan.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	6

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep <i>Benign Prostatic Hyperplasia</i> (BPH).....	9
1. Pengertian BPH.....	9
2. Etiologi.....	10

3. Patofisiologi.....	11
4. Manifestasi Klinis.....	12
5. Pemeriksaan Diagnostik.....	13
6. Penatalaksanaan Medik.....	14
7. Komplikasi.....	15
B. Konsep Inkontinensia Urine.....	16
1. Definisi Inkontinensia Urine.....	16
2. Etiologi Inkontinensia.....	17
3. Inkontinensia urine dengan post TURP.....	18
4. Klasifikasi Inkontinensia Urine.....	19
5. Faktor mempengaruhi inkontinensia urine pada klien post TURP.	20
6. Penatalaksanaan inkontinensia urine pada klien post TURP.....	21
C. Konsep Latihan Kegel.....	22
1. Definisi latihan kegel.....	22
2. Manfaat latihan kegel.....	23
3. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan latihan kegel.....	24
4. Prosedur latihan kegel pasien post TURP.....	25
5. Hal- hal yang perlu diperhatikan.....	26
D. Konsep Latihan <i>Bridging</i>	26
1. Definisi latihan <i>Bridging</i>	26
2. Tujuan latihan <i>Bridging</i>	27
3. Faktor yang mempengaruhi keberhasilan latihan <i>bridging</i> ...	27
4. Pelaksanaan latihan <i>Bridging</i>	29
E. Kerangka Teori.....	30

BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep	31
B. Hipotesis Penelitian.....	32
C. Definisi Operasional Variabel.....	33

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian.....	35
B. Populasi dan Sampel Penelitian	35
C. Tempat Penelitian.....	39
D. Waktu Penelitian.....	40
E. Etika Penelitian	40
F. Alat Pengumpulan Data	42
G. Prosedur Pengumpulan Data	44
H. Analisis Data	47

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat dan Waktu Penelitian.....	49
B. Analisis Univariat.....	50
C. Hasil Analisis Uji Bivariat.....	52

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Hasil Penelitian	55
B. Keterbatasan Penelitian.....	63
C. Implikasi.....	63

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan.....	65
B. Saran.....	65

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	33
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Usia.....	50
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Skor Inkontinensia Urine Sebelum diberikan Kombinasi Latihan Kegel dan <i>Bridging</i> pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana.....	52
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Skor Inkontinensia Urine Setelah diberikan Kombinasi Latihan Kegel dan <i>Bridging</i> pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana.....	52
Tabel 5.4 Uji Normalitas.....	52
Tabel 5.5 Analisis Pengaruh Kombinasi Latihan Kegel Dan <i>Bridging</i> Terhadap Inkontinensia Urine pada Pasien Post Operasi TURP di RSUD Singasana.....	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Latihan Kegel	26
Gambar 2.2 Latihan <i>Bridging</i>	29
Gambar 2.3 Karangka teori.....	30
Gambar 3.1 Kerangka Konsep	31

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Ijin Melaksanakan Studi Pendahuluan
Lampiran 2.	Surat Balasan Melaksanakan Studi Pendahuluan
Lampiran 3.	Jadwal Penelitian
Lampiran 4.	Surat Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 5.	Surat Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 6.	Berita Acara Pelatihan Enumerator
Lampiran 7.	SOP Kombinasi Latihan Kegel dan <i>Bridging</i>
Lampiran 8.	Instrumen Penelitian
Lampiran 9.	Surat Ijin Penelitian
Lampiran 10.	Master Tabel Penelitian
Lampiran 11.	Hasil Analisa Data Penelitian
Lampiran 12.	Lembar Bimbingan
Lampiran 13.	Dokumentasi

DAFTAR PUSTAKA

- Abbafati, C., Abbas, K. M., Abbasi-Kangevari, M., Abd-Allah, F., Abdelalim, A., Abdollahi, M., Abdollahpour, I., Abegaz, K. H., Abolhassani, H., Aboyans, V., Abreu, L. G., Abrigo, M. R. M., Abualhasan, A., Abu-Raddad, L. J., Abushouk, A. I., Adabi, M., Adekanmbi, V., Adeoye, A. M., Adetokunboh, O. O., ... Amini, S. (2020). Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1204–1222. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30925-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30925-9)
- Amelia. (2020). Prevalensi dan Faktor Risiko Inkontinensia Urine pada lansia Panti Sosial Tuna Werdha (PSTW) Sumatera Barat. *Health & Medical Journal*.
- Audya, P. O. (2025). Analisis Kontinensia Urine Pada Pasien Post Operasi Transurethral Resection Of The Prostate (Turp) Dengan Intervensi Kegrel Exercise Di Rs Bhayangkara Ruwa Jurai Provinsi Lampung Tahun 2025. *Jurnah Kesehatan Perawatan*, 2, 306–312.
- Azzam, R. (2025). *Buku Panduan Asuhan Keperawatan Bedah dan Keganasan*. CV Eureka Media Aksara.
- Dewi, N., Erwinsyah, E., Yulianto, A., Nurchayati, S., Harianto, S., Jamiatun, J., Darotin, R., & Nurhayati, C. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Sistem Perkemihan dan Integumen*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Erniyawati, Y. (2018). Pengaruh Kegrel Exercise Terhadap Inkontinensia Urine, Disfungsi Ereksi, Dan Kualitas Hidup Pada Klien Post TURP di RS Muhammadiyah Lamongan. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 66.
- Faisal, T. I., Khaira, N., & Veri, N. (2021). Kombinasi Bridging dan Kegrel Exercise Untuk Menurunkan Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, July. <https://doi.org/10.20527/dk.v9i2.10709>
- Foé, C. M. E., Liao, Y., & Zhang, G. (2022). A Review on Urinary Incontinence after Surgery for Benign Prostatic Hyperplasia. *Open Journal of Urology*, 12, 169–184. <https://doi.org/10.4236/oju.2022.123017>
- Gustikasari, A., & Hardianti Arafah, E. (2020). Pengaruh Faktor Usia Terhadap Terjadinya Penyakit Benign Prostat Hyperplasia (BPH) Di Ruang Rawat Inap RSUD Lamaddukelleng Sengkang. *Jurnal Ilmiah Mappadising*, 2(September), 133–138. <http://ojs.lppmuniprima.org/index.php/mappadising>

- Haeruman, H., Nursanti, I., & Irawati, D. (2025). Rehabilitative Exercise Strategies for Urinary Incontinence After TURP : A Quasi-Experimental Evaluation of Kegel and Bridging Techniques. *Comprehensive Nursing Journal*, 11(2), 302–308.
- Haeruman, Nursanti, I., Irawati, D., & Resnayati, Y. (2021). Efektifitas Latihan Kegel dan Bridging Terhadap Inkontinensia Urine Paska Operasi TUR-P Di RSUD CAM Bekasi. *Jurnal Kesehatan Perawatan*.
- Harahap, M. A., & Rangkuti, N. A. (2020). Pengaruh Senam Kegel Terhadap Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pijorkoling Kota Padangsidempuan. *Jurnal Education and Development Institut Pendidikan Tapanuli Selatan*, 8(4), 523–526.
- Harris E. Foster, MD; Michael J. Barry, MD; Manhar C. Gandhi, MD; Steven A. Kaplan, MD; Tobias S. Kohler, MD; Lori B. Lerner, MD; Deborah J. Lightner, MD; J. Kellogg Parsons, MD; Claus G. Roehrborn, MD; Charles Welliver, MD; Kevin T. McVary, M. (2018). Benign Prostatic Hyperplasia: Surgical Management of Benign Prostatic Hyperplasia/Lower Urinary Tract Symptoms (2018, amended 2019). *American Urological Association*.
- Hidayat, A. A. A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta:Salemba Medika.
- Indriani, D. T. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Bph Post Turp Dengan Diagnosa Keperawatan Nyeri Akut Diruang Janger Rsd Mangusada Badung. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 5–10.
- Ivanka, N. (2020). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Pre Operasi Dengan Benigna Prostat Hyperplasia. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 21(1), 1–9.
- Lestari, A. A., & Lestari, N. D., (2022). The Effectiveness of Kegel Exercise Education with Video Media on the Ability of Families in Caring for Clients with Urinary Incontinence Problems. 2(2), 135–139.
- Majid, A. (2018). Pengaruh Kegel's Exercise Terhadap Keluhan Dribbling Pasien Pasca Transurethral Resection Of The Prostate (TURP) Di Makassar. *Jurnal Abdi Masyarakat*, 13(2), 111.
- Martiani, S. D. (2021). *Evaluasi kekuatan otot dasar panggul dan defek sfingter ani*.
- Maulidiana, A., Suyanto, & Wahyuningsih, S. (2025). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Retensi Urine pada Pasien Pasca Turp: Trans Urethral Resection of The Prostate. *Indonesian Research Journal on Education*, 5(2), 125–130.

- Nanda, F. N. (2019). Kegel's Exercise Untuk Mencegah Inkontinensia Urine Pada Pasien Post Transurethral Resection of the Prostate (TURP). *Naskah Publikasi*, 4–35.
- Nirfandi, H., Berawi, K. N., & Hadibrata, E. (2023). Hubungan Diabetes Melitus dan Merokok dengan Kejadian Benign Prostatic Hyperplasia (BPH): Tinjauan Pustaka Relationship of Diabetes Mellitus and Smoking with the Incidence of Benign Prostatic Hyperplasia (BPH): A Literature Review. *Medula*, 13, 171–173.
- Ningsih, M. S., Erika, E., & Woferst, R. (2021). Pengaruh Kegel Exercise terhadap Inkontinensia Urine pada Ibu Postpartum Multipara. *Holistic Nursing and Health Science*, 4(1), 26–33. <https://doi.org/10.14710/hnhs.4.1.2021.26-33>
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta:Salemba Medika.
- Potter, P. A., & Perry, A. G. (2015). *Fundamental Keperawatan Buku 1 Ed. 7*. Salemba Medika.
- Pradipto, T., Sutrisno, & Putra, F. A. (2025). Pengaruh Bridging Exercise Terhadap Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Jurnal Riset Kesehatan Modern*
- Prasetyo, J., Setiawan, B., & Agung Wibowo, S. (2023). Efektifitas Bladder Training Mengatasi Inkontinesia Urine Post Oprasi TURP. *Care Journal*, 2(2), 26–33. <https://doi.org/10.35584/carejournal.v2i2.139>
- Putri, O. A., & Sudarsih, S. (2025). Kegel Exercise Sebagai Upaya Menurunkan Tingkat Inkontinensia Urine Pada Lansia. *Jurnal EduNursing*, 9(1).
- Ramadhan, M. A., Sutapa, H., Oktaviyanti, I. K., Rahman, E. Y., & Yuliana, I. (2023). Hubungan Infiltrasi Limfosit Pada Prostat Dengan Retensi Urine Pada Benign Prostatic Hyperplasia Di Rsud Ulin Banjarmasin. *Homeostasis*, 5(3), 641. <https://doi.org/10.20527/ht.v5i3.7738>
- Ramba, Y., & Hendrik, H. (2019). Pengaruh Bridging Exercise Terhadap Spastisitas Pada Pasien Pasca Stroke Non Hemoragik Di Makassar. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(2), 24. <https://doi.org/10.32382/mf.v10i2.811>
- Rijal, Hardianti, & Adliah, F. (2021). Pengaruh Pemberian Kombinasi Kegel Exercise Dan Bridging Exercise Terhadap Perubahan Frekuensi Inkontinensia Urine Pada Lanjut Usia Di Yayasan Batara Hati Mulia Gowa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 1410–1413.

- Ruspanah, A., & Manuputty, J. T. (2022). Hubungan Usia, Obesitas Dan Riwayat Penyakit Diabetes Mellitus Dengan Kejadian Benign Prostate Hyperplasia (Bph) Derajat Iv Di Rsud Dr. M. Haulussy Ambon. *Molucca Medica*, 10, 141–151.
- Safriadi, F., Umbas, R., Danarto, Hakim, L., Agus, S. M. W., Syamsu, R. H., Ismy, H. J., Yudiana, I. S. S., Wayan, W., & Shidqy, E. M. (2022). *Panduan Penanganan Kanker Prostat*. Ikatan Ahli Urologi Indonesia.
- Sari, R. Y., Rohmawati, R., & Faizah, I. (2020). Latihan Kegel Exercise Efektif Untuk Mengatasi Inkontinensi Urine Pada Pasien Post Operasi Prostatectomy. *Jurnal ABM Mengabdikan*, 7(2), 1. <https://doi.org/10.31966/jam.v7i2.722>
- Septi, A. D., & Nurul Aktifah, N. N. F. (2019). Pengaruh Bridging Exercise Terhadap Keseimbangan Berdiri Pada Pasien Pasca Stroke di Puskesmas Wonopringgo. *Naskah Publikasi Sarjana Fisioterapi*, September.
- Setianingrum, P., Vallen, N., & Maharani, K. (2025). Pengaruh Pemberian Latihan Otot Panggul untuk Mengurangi Frekuensi Inkontinensi Urine pada Wanita Lansia. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, September.
- Siswanto, J., Pratiwi, A. N., & Normawati, A. T. (2023). Bladder Training dan Kejadian Inkontinensi Urine pada Post Operasi BPH. *Journal Of Noncommunicable Diseases*, 3(2), 101–108.
- Sugiyono. (2016). Memahami Penelitian Kualitatif. *Bandung: Alfabeta*.
- Sulistiyawati, A. I., Abdullah, A., Kasimbara, R. P., & Fau, Y. D. (2022). Pengaruh Latihan Senam Kegel Terhadap Inkontinensi Urine Pada Lansia Di RS Toeloengredjo Pare. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 7(1), 7–11.
- Susanto, J., Lestari, T. P., Mardhika, A., & Makhfudli, M. (2021). Latihan Kegel untuk Menurunkan Inkontinensi Urine Pasien Post-Trans Urethral Resection of the Prostate (TURP). *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 6(4), 233. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.66336>
- Swarjana, I.K. (2016). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Andi
- Ulya, R., & Hidayah, N. (2020). Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Keluarga Tentang Iktinin Dengan Praktik Pelaksanaan Kelempaan Iktinin Pada Lansia Yang Mengalami Inkontinensi Urine. *JIKK*, 1(1).
- Wacang, R. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Inkontinensi Urine pada Pasien Setelah Operasi Prostat di Poliklinik Urologi RSUD Jayapura. *Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia*.

Wati, W., Rahman, E. Y., Rosida, L., Sutapa, H., & Panghiyangani, R. (2021). Hubungan Usia , Keparahan Benign Prostate Hyperplasia (BPH) Dan Kejadian Disfungsi Ereksi. *Homeostasis*, 4(1), 237–244.

World Health Organization (WHO). (2022). *The Global Burden Of Disease*. Swis: World Health Organization.

Yulianto, H. M., & Rosari, I. (2022). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Post Turp Benign Prostatic Hiperplasia (Bph) Di Ruang Perawatan Mawar Rumah Sakit Pelamonia Makassar. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 10–80.