

SINOPSIS

Keluarga Berencana merupakan salah satu program pemerintah untuk meningkatkan kualitas hidup penduduk. Salah satu metode kontrasepsi yang banyak digunakan oleh masyarakat adalah kontrasepsi suntik progestin sebab praktis dan efektif terhadap pencegahan kehamilan. Meskipun demikian, *Depo Medroxy Progesteron Asetat* memiliki efek samping yaitu penambahan berat badan dengan masa kerja 12 minggu. Tujuan dari pembuatan studi kasus ini untuk melaksanakan manajemen asuhan kebidanan keluarga berencana pada akseptor lama kontrasepsi suntik progestin dengan penambahan berat badan.

Metode asuhan kebidanan yang diberikan yaitu dengan pendekatan yang *One Case Study* melalui study kasus pada seorang akseptor kontrasepsi suntik progestin dengan menggunakan teknik pengumpulan data berupa *anamnesa*, observasi dan dokumentasi. Analisa dan penetapan diagnosa berdasarkan pada nomenklatur kebidanan. Asuhan kebidanan pada akseptor lama kontrasepsi dilakukan di bulan April-Mei 2024, bertempat di rumah pasien Kmp Temorlorong, Burneh. Selanjutnya data yang didapatkan dibentuk menjadi dokumentasi SOAP.

Pada dat subjektif dan objektif didapatkan Ny. S usia 42 tahun dilakukan kunjungan sebanyak 3 kali. Ibu mengalami keluhan peningkatan berat badan sejak 1 tahun menggunakan kontrasepsi suntik tersebut yaitu sekitar 6 kg yang menyebabkan ibu merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri. Dalam pola nutrisinya ibu mengatakan makan 3-4 kali sehari dan ibu sering mengonsumsi camilan yang tidak lepas dari kandungan tinggi lemak, seperti gorengan dan sejenisnya. Selain itu, umur dan jumlah anak ≥ 2 apabila terjadi kehamilan lagi akan menyebabkan kehamilan tergolong dalam resiko tinggi. Asuhan kebidanan yang diberikan adalah dengan konseling mengenai pengaturan dan pengurangan pola makan, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga ringan dan konseling mengenai berganti cara menggunakan kontrasepsi MKJP seperti IUD dan MOW. Kunjungan kedua dilakukan 1 minggu setelah kunjungan pertama dan di dapatkan ibu belum mengalami penurunan berat badan meskipun sudah melakukan diet dan melaksanakan aktifitas fisik. Selain itu, dalam kunjungan kedua pasien dan suami masih berdiskusi mengenai ganti cara dalam memilih kontrasepsi. Asuhan yang diberikan kepada ibu adalah mencontohkan menu diet yang menggunakan poster dan melakukan olahraga bersama. Pada hasil evaluasi didapatkan penurunan berat badan ibu yaitu 1kg dalam 3 minggu dan ibu telah mengubah pola hidupnya dengan mengonsumsi makanan yang sesuai dengan menu diet dan ibu lebih sering melakukan olahraga ringan seperti senam serta ibu dan suami telah sepakat untuk berganti cara menggunakan kontrasepsi MKJP yaitu MOW.

Asuhan kebidanan yang diberikan secara telah dilakukan dengan baik dan berjalan dengan normal. Masalah yang dialami akseptor kontrasepsi suntik progestin sudah dapat teratasi dengan baik. Berdasarkan data di atas diharapkan ibu tetap menjaga pola makan dan melakukan aktivitas fisik ringan serta diharapkan ibu lebih yakin dalam memilih berganti cara menggunakan kontrasepsi MKJP yaitu MOW. Sehingga ibu merasa lebih aman dan nyaman terhadap kontrasepsi yang akan digunakan.

SYNOPSIS

Family planning is a government program to improve the quality of life of the population. One method of contraception that is widely used by the public is progestin injection contraception because it is practical and effective in preventing pregnancy. However, Depo Medroxy Progesterone Acetate has side effects, namely weight gain with a working period of 12 weeks. The aim of making this case study is to carry out family planning midwifery care management for long-term acceptors of progestin injectable contraceptives with weight gain.

The midwifery care method provided is a One Case Study approach through a case study of a progestin injectable contraceptive acceptor using data collection techniques in the form of anamnesis, observation and documentation. Analysis and determination of diagnoses are based on obstetric nomenclature. Midwifery care for old contraceptive acceptors will be carried out in April-May 2024, at the patient's home at Kmp Temorlorong, Burneh. Next, the data obtained is formed into SOAP documentation.

Based on subjective and objective data, Mrs. S, aged 42 years, had 3 visits. The mother experienced complaints of weight gain since 1 year of using the injectable contraceptive, namely around 6 kg which caused the mother to feel uncomfortable and insecure. In her nutritional pattern, the mother said that she eats 3-4 times a day and she often consumes snacks that are high in fat, such as fried foods and the like. In addition, age and number of children ≥ 2 if another pregnancy occurs will cause the pregnancy to be classified as high risk. The midwifery care provided is counseling regarding adjusting and reducing diet, physical activity such as light exercise and counseling regarding changing methods of using MOW contraception. The second visit was carried out 1 week after the first visit and it was found that the mother had not experienced weight loss even though she had been on a diet and doing physical activity. Apart from that, during the second visit the patient and her husband were still discussing changing methods in choosing contraception. The care given to mothers is modeling a diet menu using posters and doing exercise together. In the evaluation results, it was found that the mother's weight had decreased by 1 kg in 3 weeks and the mother had changed her lifestyle by consuming food according to the diet menu and the mother had done light exercise such as gymnastics more often and the mother and husband had agreed to change the method of using MOW contraception.

The midwifery care provided has been carried out well and is running normally. The problems experienced by progestin injectable contraceptive acceptors have been resolved well. Based on the data above, it is hoped that mothers will maintain their diet and do light physical activity and it is hoped that mothers will be more confident in choosing to change their method of using MKJP contraception, namely MOW. So that mothers feel safer and more comfortable with the contraception they will use.