

## SINOPSIS

Keluarga Berencana di Indonesia telah berperan penting dalam membatasi kelahiran untuk meningkatkan kesejahteraan keluarga, dengan salah satu metodenya adalah kontrasepsi implan. Meskipun efektif, penggunaan implan dapat menyebabkan efek samping seperti kenaikan berat badan. Di Puskesmas Tanah Merah pada tahun 2023 terdapat 3.886 akseptor KB, 247 (6,39%) merupakan akseptor implan. Dan di Polindes Padurungan terdapat 205 akseptor KB, 24 (11,71%) merupakan akseptor implan dan 5 (20,9%) dari 24 akseptor implan mengalami efek samping kenaikan berat badan. Hal ini dapat meningkatkan risiko terkena penyakit seperti diabetes dan penyakit kardiovaskular dan potensi mengalami *drop out*. Tujuan dari pembuatan studi kasus ini untuk melaksanakan manajemen asuhan kebidanan keluarga berencana pada akseptor implan dengan kenaikan berat badan.

Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan memberikan asuhan kebidanan pada akseptor implan dengan efek samping kenaikan berat badan. Dengan waktu pengambilan kasus selama kurang lebih 3 bulan sejak bulan April sampai Juni di Polindes Padurungan Kecamatan Tanah Merah dengan sasaran pada Ny. R usia 40 tahun akseptor lama dengan efek samping kenaikan berat badan. Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data berupa anamnesa, observasi dan dokumentasi. Analisa dan penetapan diagnosa berdasarkan nomenklatur kebidanan dengan hasil yang didokumentasikan melalui SOAP.

Asuhan kebidanan kontrasepsi implan pada ibu yang mengalami kenaikan berat badan sejak penggunaan implan yaitu 2 tahun lamanya yang menyebabkan ibu merasa tidak nyaman. Dalam pola nutrisinya ibu makan 3 kali sehari dengan porsi nasi yang lebih banyak dan suka mengkonsumsi camilan seperti gorengan. Selain itu pada pola eliminasi ibu tidak lancar yaitu BAB 2 hari sekali. Ditemukan kenaikan berat badan yang dialami ibu sebesar lebih dari 7 kg dari 65 kg menjadi 72,92 kg. P4A0 akseptor lama kontrasepsi implan dengan efek samping kenaikan berat badan. Asuhan yang dilakukan ialah dengan memberikan konseling mengenai pengurangan porsi makan nasi dan mulai melakukan aktivitas fisik ringan seperti jalan pada pagi hari. melakukan kolaborasi dengan ahli gizi untuk pemberian menu diet sehat tinggi protein dan serat serta mengajari ibu untuk melakukan senam aerobik. Selain itu, ibu diberikan beras merah dan buah-buahan untuk membantu penurunan berat badan yang lebih efektif. Setelah dilakukan evaluasi ibu sudah mengurangi porsi makan dan mengonsumsi makanan sesuai dengan menu diet yang diberikan. Ibu juga sudah melakukan aktivitas fisik *jogging* setiap harinya serta senam aerobik setiap 2 kali seminggu. Didapatkan ada penurunan berat badan yaitu 2,75 kg, ibu juga sekuat untuk tetap menggunakan kontrasepsi implan.

Asuhan kebidanan yang diberikan pada studi kasus ini telah dilakukan dengan baik. Masalah yang dialami akseptor implan dengan kenaikan berat badan ini sudah dapat teratasi dengan baik meskipun berat badan ibu masih tergolong dalam kategori gemuk (kelebihan berat badan), ibu diharapkan tetap menjaga pola makan dan melanjutkan menu diet sesuai anjuran ahli gizi. Ibu juga diharapkan tetap melakukan aktivitas fisik senam aerobik atau jalan pada pagi hari yang telah diberikan sehingga ibu tetap memilih kontrasepsi implan.

## SYNOPSIS

*Family planning in Indonesia has played an important role in restricting births to improve family welfare, with one of the methods being implantable contraception. Although effective, the use of implants brings about side effects such as weight gain. At Tanah Merah Health Center in 2023, there will be 3,886 family planning acceptors, and 247 (6.39%) are implant acceptors. In the Padurungan Polindes there are 205 birth control acceptors, 24 (11.71%) are implant acceptors and 5 (20.9%) of the 24 implant acceptors experience side effects of weight gain. This can increase the risk of developing diseases such as diabetes and cardiovascular disease and the potential for dropping out. The purpose of this case study is to carry out family planning obstetric care management in implant acceptors with weight gain.*

*The method used a case study by providing obstetric care to implant acceptors with side effects of weight gain. With a case collection time of approximately 3 months from April to June at the Padurungan Polindes, Tanah Merah District, targeting Mrs. R aged 40 years old, a long-term acceptor with side effects of weight gain. The techniques used in data collection are in the form of anamnesis, observation, and documentation. Analysis and determination of diagnosis based on obstetric nomenclature with results documented through SOAP.*

*Implantable contraceptive obstetric care for mothers who have gained weight since the use of implants, which is 2 years long, causes mothers to feel uncomfortable. In her nutritional pattern, mothers eat 3 meals a day with more portions of rice and like to consume snacks such as fried foods. In addition, the mother's elimination pattern is not smooth, namely bowel movements every 2 days. It was found that the weight increase experienced by mothers was more than 7 kg from 65 kg to 72.92 kg. P4A0 is an old acceptor of implantable contraception with side effects of weight gain. The care carried out is by providing counseling regarding reducing the portion of rice meals and starting to do light physical activities such as walking in the morning. collaborate with nutritionists to provide a healthy diet menu high in protein and fiber and teach mothers to do aerobic gymnastics. In addition, mothers are given brown rice and fruits to help with more effective weight loss. After the evaluation, the mother has reduced the portion of food and consumed food according to the diet menu given. She has also done physical activities jogging every day and aerobic gymnastics every 2 times a week. It was found that there was a weight loss of 2.75 kg, the mother also agreed to continue using implantable contraceptives.*

*The midwifery care provided in this case study has been done well. The problems experienced by implant acceptors with weight gain have been solved well even though the mother's weight is still classified as obese (overweight), mothers are expected to maintain their diet and continue the diet menu as recommended by nutritionists. Mothers are also expected to continue to do physical activities such as aerobic gymnastics or walking in the morning that have been given so that mothers still choose implantable contraception.*