

Handini Yusniar Fannami  
Program Studi DIII Kebidanan  
NIM. 170154010025

Dosen Pembimbing  
Dr. Zakkyatus Zainiyah, M.Keb  
NIDN. 0704127802

## **PENATALAKSANAAN OBESITAS PADA IBU POST PARTUM**

### **ABSTRAK**

Obesitas merupakan keadaan yang menunjukkan ketidak seimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh sehingga terjadi kelebihan berat badan yang melampaui ukuran ideal. Obesitas terjadi karena adanya ketidak seimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. Obesitas pada ibu postpartum meningkatnya berat badan setelah melahirkan disebabkan karena kebiasaan makan yang kurang sehat dan kurang aktifitas fisik. Tujuan penelitian adalah menganalisis penatalaksanaan obesitas pada ibu post partum di PMB Musdalifah, S.ST.M.Mkes Sepuluh.

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian dilakukan di PMB Musdalifah, S.ST.,M.Mkes Sepuluh pada tanggal 29 April-28 Mei 2020, dengan subjek penelitian ini menggunakan dua partisipan dengan kasus masalah kebidanan yang sama yaitu obesitas pada ibu post partum. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu wawancara, observasi dan dokumentasi. Uji keabsahan data menggunakan triangulasi yaitu keluarga, pasien dan bidan. Analisis data dilakukan sejak peneliti di lapangan, sewaktu pengumpulan data sampai data terkumpul.

Hasil pengkajian partisipan 1 ingin menurunkan berat badan dan setelah melahirkan 7 hari, sedangkan partisipan 2 mengeluh ingin menurunkan berat badan dan setelah melahirkan 7 hari. Dari hasil pengkajian partisipan 1 dan 2 mengalami obesitas, hasil interpretasi data dasar partisipan 1 dan 2 yang dilakukan pada ibu nifas dengan obesitas merasa cemas karena mengalami obesitas, sehingga kebutuhan yang perlu diberikan pada ibu adalah dukungan moral, KIE pola makan makanan tinggi serat, senam nifas dan aktivitas fisik. Setelah diberikan implementasi pada kedua partisipan, didapatkan hasil partisipan lebih cepat sembuh pada partisipan 2 karena mengalami penurunan 1,5 kg dalam sebulan dikarenakan lebih mengerti dan mengikuti anjuran. Dan pada partisipan 1 mengalami penurunan 1 kg dalam sebulan.

Berdasarkan hasil di atas diharapkan bidan dapat melakukan asuhan pada kasus kebidanan obesitas yang terjadi pada masa nifas dengan perannya memberikan HE dan motivasi agar ibu bisa melakukan tindakan mandiri agar obesitas dapat teratasi.

**Kata Kunci : Ibu Nifas, Obesitas, 7 hari Post partum**