

PERENCANAAN KEHAMILAN DENGAN OBESITAS

Hari, Tanggal : Senin, 3 Januari 2022

No RM : 20151

Ruang : KIA

A. Data Subjektif

1. Identitas

	Pasien	Suami
Nama	Ny. D	Tn. G
Umur	27 tahun	29 tahun
Agama	Islam	Islam
Pendidikan	SMA	SMA
Pekerjaan	IRT	Wiraswasta
Alamat	Panjatan	Panjatan

2. Data Subjektif

a. Keluhan Utama

Ny. D mengatakan ingin program hamil

b. Riwayat Menstruasi

Usia menarche 11 tahun, ~~tah~~ lama 7 hari, siklus \pm 28-30 hari, ada keputihan, mengalami dismenore.

c. Riwayat Kesehatan Sekarang

Ny. D mengatakan saat ini tidak sedang menderita batuk atau pilek, pusing, demam, diare, asma, TBC, HIV.

d. Riwayat Kesehatan Keluarga

Ny. D mengatakan saat ini keluarga tidak ada yang menderita batuk atau pilek, pusing, demam, diare atau penyakit menular.

e. Pola Personal Hygiene

Ny. D mengatakan mandi 2x sehari, keramas 2 hari sekali, menggosok gigi 2x/hari. Ny. H mengatakan membersihkan daerah genitalia dari arah depan ke belakang.

F. Pola Nutrisi

	Makan	Minum
Frekuensi	3x / hari	8x / hari
Portsi	Sedang	Gelembung sedang
Macam	Nasi, sayur, lauk	Air putih, jus
Keluhan	Tidak ada keluhan	Tidak ada keluhan

Ny. D tidak pernah mengonsumsi asam folat

g. Pola Eliminasi

Frekuensi	DAB 1 hari sekali	BAK 5-6x / hari
Tekstur	Lembek, padat	Cair
Warna ketuhan	Kecoklatan Tidak ada	Kuning Jernih Tidak ada

h. Istirahat

Tidur malam 7-8 jam
Tidur siang ± 1 jam

B. Data Objektif

a. Keadaan umum : Baik

b. Kesadaran & Comper Mentis

c. Tanda-tanda vital :

- TD : 110 / 70 mmHg
- Madi : 82x / menit
- Respirasi : 20x / menit
- Suhu : 36,8 °C

d. Pemeriksaan Antropometri

- BB : 72 kg
- TB : 161 cm
- IMT : 27,7 gr/m²

e. Pemeriksaan Fisik

- Kepala : Rambut hitam, lurus, bersih
- Mulut : Simetris, ada serawat
- Mata : simetris, konjungtiva tidak pucat, sklera putih
- Hidung : Bersih
- Mulut : Bersih, gigi asli, lidah bersih
- Telinga : Simetris, tidak ada kotoran
- Leher : Tidak ada pembengkakan kelenjar tiroid & kelenjar limfe
- Payudara : Tidak ada benjolan
- Abdomen : Tidak ada massa
- Ekstremitas : Tidak ada oedema & tidak ada varises
- Genitalia : Pubis merata, tidak ada oedema

e. Analisa

a. Riagnosa Kebidanan

My. D 27 tahun dengan perencanaan kehamilan pada obesitas

D. Penatalaksanaan

1. Melakukan pemeriksaan fisik dan menyampaikan hasil pada Ny. D
2. Menjelaskan kepada Ny. D bahwa perencanaan kehamilan bertujuan untuk mempersiapkan kehamilan guna mendukung terdapatnya kehamilan yang sehat.
3. Menjelaskan kepada Ny. D bahwa saat ini Ny. D mengalami berat badan lebih (overweight) adalah akibat akumulasi lemak yang abnormal yang dapat mempengaruhi kesehatan.
4. Memberikan KIE kepada Ny. D untuk rutin melakukan cek kesehatan 6 bulan sekali agar selalu terpantau.
5. Memberikan KIE kepada Ny. D tentang pemenuhan makanan bergizi seimbang, beragam dan dalam proporsi yang tepat yaitu mengandung karbohidrat, protein, mineral, vitamin.
6. Memberitahu Ny. D untuk pengaturan berat badan agar terkontrol dan aman saat hamil nanti. Adapun contoh menu makan yang harus dikonsumsi Ny. D dengan overweight :
 - Pilih makanan berserat, seperti oats, pasta, nasi merah
 - Hindari jenis karbohidrat yg mengandung gula
 - Perbanyak konsumsi buah & sayur
 - Mengonsumsi 500 gram nasi dalam sehari
7. Memberitahu Ny. D untuk berolahraga teratur minimal 3x dalam seminggu selama 30 menit agar tubuh bugar.

Wates, 3 Januari 2022

Gevy Nuradira Isnaini