

Merasakan gerakan bayi Anda adalah tanda bahwa bayi dalam keadaan baik

Sebagian besar perempuan dan orang yang melahirkan mulai merasakan bayinya bergerak antara minggu ke-16 hingga 24 kehamilan.

Tidak ada jumlah gerakan normal yang pasti. Setiap bayi berbeda.

Sejak usia kehamilan 16–24 minggu, Anda akan mulai merasakan bayi Anda semakin sering bergerak hingga usia 32 minggu.

Hingga usia kehamilan tersebut, gerakan bayi umumnya akan tetap kurang lebih sama hingga Anda melahirkan, bahkan juga selama persalinan.

Mengapa gerakan bayi saya penting?

Terkadang, bayi yang bergerak lebih sedikit menandakan asupan oksigen yang tidak memadai. Sejumlah kecil bayi yang bergerak lebih sedikit akan lahir mati (artinya mereka meninggal sebelum dilahirkan).

Oleh karena itu, penting untuk segera memeriksakan diri meskipun kehamilan Anda terasa lancar atau Anda sebelumnya tidak pernah mengalami masalah apa pun.

Bagaimana jika gerakan bayi saya berkurang setelah saya diperiksa?

Segera hubungi unit layanan maternitas Anda. Lakukan tindakan ini meskipun Anda sudah diperiksa lebih awal pada hari yang sama atau baru saja diberi tahu bahwa bayi Anda dalam kondisi baik.

Kami menyarankan agar Anda tetap melakukan pemeriksaan, berapa pun kali hal ini terjadi.

Saya tidak yakin tentang gerakan bayi, tetapi saya merasa ada yang janggal. Apa yang harus saya lakukan?

Anda adalah orang yang paling memahami tubuh dan kehamilan Anda.

Jika Anda merasa ada sesuatu yang janggal, hubungi unit layanan maternitas Anda dan beri tahu bahwa Anda akan datang. Anda harus melakukan pemeriksaan meskipun Anda tidak dapat menjelaskan dengan tepat mengapa Anda merasa ada yang janggal.



Hubungi unit layanan maternitas Anda dan segera periksakan diri jika:

- gerakan bayi Anda lebih sedikit dari biasanya
- gerakan bayi terasa lebih lemah dari biasanya
- tidak ada gerakan bayi lagi

- Jangan menunggu hingga keesokan hari untuk memeriksakan diri. Unit layanan maternitas buka 24 jam sehari, 7 hari seminggu. Anda dapat menelepon dan memeriksakan diri kapan saja, siang maupun malam.

Jika Anda sedang tidak berada di rumah, Anda dapat menghubungi unit layanan maternitas mana pun.

- **Jangan** melakukan apa pun untuk mencoba membuat bayi Anda bergerak.
- **Jangan** menggunakan doppler rumahan, monitor genggam, atau aplikasi ponsel untuk memeriksa detak jantung bayi Anda. Meskipun Anda mendengar detak jantung, hal tersebut tidak berarti bayi Anda dalam keadaan baik.

Baca lebih lanjut tentang gerakan bayi selama kehamilan



Tindakan apa yang akan saya peroleh jika diperiksa di rumah sakit?

Jika Anda tidak mendapatkan pemeriksaan dan tes ini, Anda sebaiknya memintanya. Tunjukkan selebaran ini kepada bidan atau dokter Anda.

Jika dokter atau bidan Anda ingin melakukan pemeriksaan lain, mereka seharusnya menjelaskan alasan medisnya. Anda juga tetap dapat meminta pemeriksaan dan tes yang disebutkan dalam selebaran ini.

kehamilan 24–26 minggu

Bidan atau dokter akan:



mendengarkan detak jantung bayi Anda



menanyakan tentang gerakan bayi Anda



memeriksa tekanan darah Anda



memeriksa urine Anda



memeriksa ukuran perut kehamilan Anda

kehamilan 26 minggu ke atas

Bidan atau dokter juga akan:



memantau detak jantung dan gerakan bayi menggunakan monitor CTG — alat yang dipasang di perut Anda dan menampilkan detak jantung bayi.



Apa tindakan selanjutnya?

Jika dokter atau bidan Anda memiliki kekhawatiran, mereka akan berdiskusi dengan Anda mengenai langkah selanjutnya.

Anda seharusnya tidak dipulangkan sampai:

- gerakan bayi Anda kembali terasa meyakinkan bagi Anda
- hasil pemeriksaan menunjukkan bahwa Anda dan bayi Anda dalam keadaan baik saat itu

Jika hasil pemeriksaan menunjukkan adanya masalah, Anda seharusnya tidak dipulangkan tanpa rencana tindak lanjut yang jelas.

Terima kasih kepada organisasi berikut yang telah mendukung pengembangan selebaran ini:



Umpan balik dapat dikirim ke pregnancyinfo@tommys.org

Tommy's adalah badan amal terdaftar dengan nomor 1060508 dan SC039280
Ditinjau pada Jan 2026. Tinjauan berikutnya Jan 2029

Pelajari lebih lanjut di
www.tommys.org/pregnancy-information