

BOOKLET



Pertumbuhan dan Perkembangan Janin Dalam Kandungan



**Nova Elok Mardliyana, S.ST., M.Keb
Nur Hidayatul Ainiyah, S.ST., M.Keb
Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surabaya**

Design by: Deby Artika



Kata pengantar



Dalam rangka meningkatkan kesiapan seorang wanita menjadi orang tua dengan mengetahui pertumbuhan dan perkembangan janin sejak masa kehamilan. Untuk itu perlu disediakan informasi ringkas dan praktis dalam bentuk booklet yang menyajikan materi tentang pertumbuhan, perkembangan dan stimulasi janin dalam kandungan.

Untuk meningkatkan kualitas penyajian booklet di masa mendatang kami menerima kritik dan saran untuk perbaikan.

Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih. Semoga terbitan ini bermanfaat.



Saat anda telah dinyatakan **hamil**
oleh bidan atau dokter
Maka anda akan menjadi seorang ibu
Dan Hamil itu adalah anugerah yang
luar biasa bagi wanita





*Ibu bisa mengetahui
Pertumbuhan dan
perkembangan janin
melalui usia kehamilan*



Pertumbuhan adalah terjadinya perubahan ukuran dalam hal bertambahnya ukuran fisik, seperti berat badan, tinggi badan/panjang badan, lingkar kepala, lingkar lengan, lingkar dada, perubahan proporsi fisik atau organ manusia yang muncul mulai dari masa konsepsi sampai dewasa (Hidayat,2008)



Perkembangan adalah terjadinya perubahan yang berkesinambungan terhadap kemampuan fisiknya dan sistem organ yang terbentuk. Memahami perkembangan janin diharapkan dapat membantu memastikan kondisi kesehatannya.



Ketika ibu sudah dinyatakan hamil oleh bidan atau dokter

Ibu dapat menghitung usia kehamilan dan menentukan taksiran persalinan

Menghitung Usia kehamilan

Hitung mulai hari pertama haid ibu, misalnya ibu haid terakhir bulan juni 2018 hari pertama keluar darah haid tanggal 8 juni 2018.

Ibu periksa dan dinyatakan hamil tanggal 14 Juli 2018, berarti usia kehamilan ibu antara 8 juni sampai 14 juli 2018 yaitu 36 hari atau sekitar 5 minggu.

Ibu, silahkan coba diingat kembali....

Hari pertama haid terakhir ibu :

Tanggal Bulan Tahun





Menentukan Taksiran persalinan

❖ jika HPHT bunda
(Januari-Maret)

Hari/tanggal : +7

Bulan: +9

❖ jika HPHT bunda
(april-desember)

Hari/tanggal: +7

Bulan: - 3

Tahun: +1





Tahap – tahap Pertumbuhan dan Perkembangan Janin Selama Kehamilan





Saat Usia Kehamilan 4 – 8 Minggu

- Pada usia ini embrio berkembang menjadi janin. Embrio berkembang menjadi jutaan sel setiap menit untuk menyiapkan organ tubuh janin seperti ginjal, sel syaraf, otak, jantung, hati dan sistem pencernaan.
- Kepala lebih besar dan tubuh janin berbentuk seperti huruf C
- Sel-sel sudah mulai membentuk alat kelamin janin
- Tulang rawan mulai terbentuk dan berkembang menjadi tulang lengan dan kaki
- Pada minggu ke-8



*Wahai
Sweet
Baby*

*“Mama... Letakkan foto hasil USG
dedek disini”*





Saat Usia Kehamilan 9 minggu



Wajahnya mulai terbentuk. Tubuhnya telah tumbuh dan sudah berwujud manusia. Kepala dan leher semakin tegak. Denyut jantung janin terlihat ketika di-USG.

Ginjal dan limpa mulai terbentuk. Puting susu dan folikel rambut sedang terbentuk. Ekor embrio telah hilang



Saat Usia Kehamilan 10 minggu



Panjang janin 3,1 cm dan berat 3,9 gram. Otak bayi sedang berkembang sangat pesat. Seluruh organ vital ginjal, usus, otak dan hati sudah terbentuk dan berfungsi.

Jari tangan dan kaki mulai terpisah dan kuku muncul pada ujungnya. Tulang-tulanginya mulai mengeras dan terbentuk. Muncul tunas-tunas yang akan membentuk gigi. Jika bayi laki-laki sudah memproduksi testosteron



Saat Usia Kehamilan 11 minggu

Berat 4,1 cm dan berat 7 gram. Kuncup gigi kecil sudah muncul dibawah gusi bayi anda. Telinga semakin terbentuk dan bergerak-gerak. Tungkai kakinya mulai bergerak, tetapi Ibu belum bisa merasakan tendangannya.

Ukuran kepala lebih besar dibandingkan tubuhnya.

Dari usia minggu ke-11 hingga ke-20, bayi akan bertambah sebesar 3 kali lipat dan beratnya 30 kali lipat





Saat Usia Kehamilan 12 minggu



- ✦ Panjangnya 5,3 cm dan beratnya 13,8 gram.
- ✦ Dapat menggerakkan lengan, kaki, jari tangan dan kaki, bahkan bisa membuka dan menutup genggaman tangan mungilnya.
- ✦ Janin dapat tersenyum, merengut, menghisap dan menelan.
- ✦ Jenis kelamin dapat dibedakan.
- ✦ Dapat kencing.



Saat Usia Kehamilan 16 minggu (4 bulan)



- ✦ Saat ini panjang janin sekitar 16 cm dan beratnya sekitar 110 gram.
- ✦ Janin sudah dapat menggerakkan tungkai dan lengannya.
- ✦ Ibu sudah dapat merasakan gerakan janin seperti denyutan.
- ✦ Dengan bantuan USG kepala dan tubuh janin dapat dilihat bergerak-gerak.

*Wahai
Sweet
Baby*

*“Mama... Letakkan foto hasil USG
dedek disini”*





Saat Usia Kehamilan 17 minggu



- ✦ Pada minggu ini janin mulai bisa memberi respon terhadap bunyi dari luar, seperti suara musik, suara dering telepon, ataupun suara ketukan pintu. Janin pun sudah bisa mengenali suara ibu dan anggota keluarga lain.
- ✦ Janin telah memiliki lemak didalam tubuh dan tubuhnya akan membesar mengikuti kepala.
- ✦ Tempurung kepala mulai terbentuk dari tulang rawan dan akan semakin mengeras.
- ✦ Tali pusat semakin menguat dan mengembang.



Saat Usia Kehamilan 18 minggu



- ✦ Pada minggu ini janin sangat aktif bergerak. Ibu dapat merasakan dengan jelas gerakan janin.
- ✦ Pembuluh darah mulai tampak pada permukaan kulit.
- ✦ Jenis kelamin dapat dikenali.
- ✦ Tulang bayi bertambah padat dan kuat.



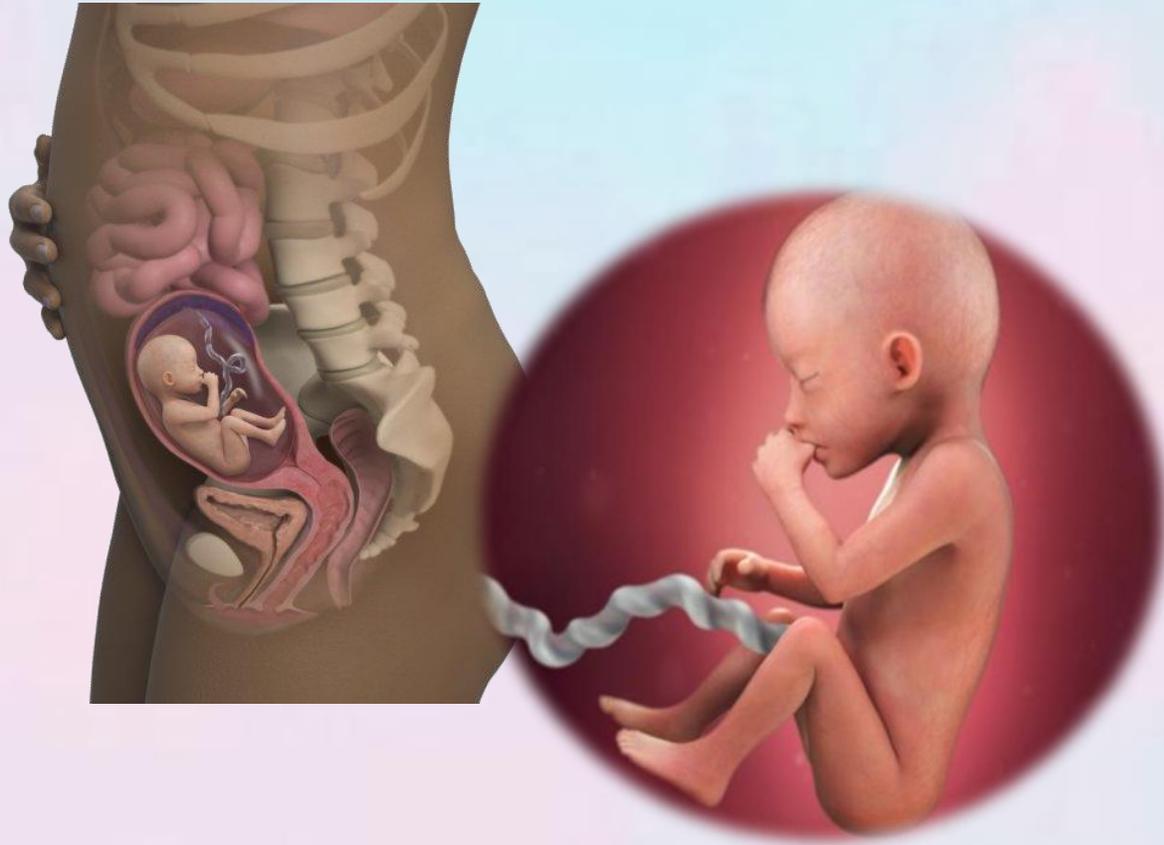
Saat Usia Kehamilan 19 minggu



- ✦ Pada minggu ini janin menjadi lebih aktif . Pergerakannya terasa lebih sering. Namun janin akan menghabiskan sebagian besar waktunya untuk tidur.
- ✦ Janin dapat menelan cairan ketuban dan ginjal sudah dapat memproduksi urin.
- ✦ Rambut dikepala mulai tumbuh. Lengan dan kaki sekarang ukurannya sebanding dengan tubuh.
- ✦ Syaraf untuk mencium, merasa, melihat, mendengar dan menyentuh mulai terbentuk pada otak



Saat Usia Kehamilan 20 minggu (5 bulan)



- ✦ Saat ini panjang janin telah mencapai 20,5 cm dan berat sekitar 240 gram.
- ✦ Janin tumbuh dengan pesat dan membuat gerakan-gerakan aktif yang dapat dirasakan ibu.



Saat Usia Kehamilan 20 minggu

Ibu dapat melakukan stimulasi otak janin dengan:

5M 1U

- **M**ozart
- **M**inggu ke-20
- **M**alam hari
- **M**enempel
- **e**na**M** puluh menit
- sesuai **U**rutan lagu





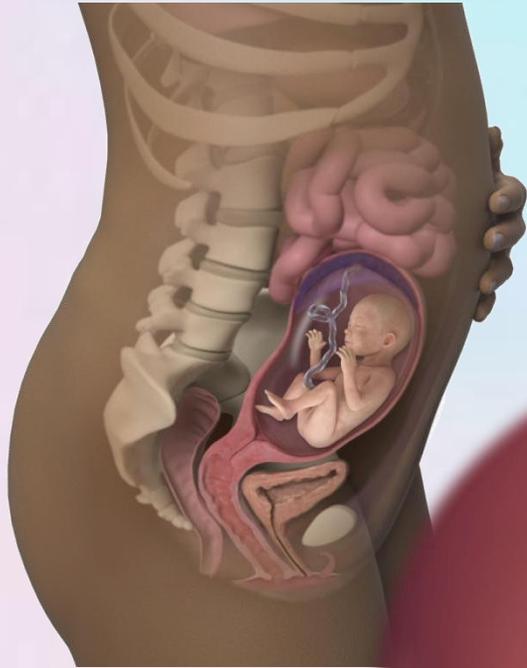
Saat Usia Kehamilan 21 minggu



- ❖ Saat ini panjang janin telah mencapai 25 cm dan berat sekitar 300 gram
- ❖ Pada minggu ini janin sudah mulai mengenal rasa. Janin sudah mulai berlatih menelan dan mencerna. Variasi rasa cairan ketuban yang berasal dari makanan ibu.
- ❖ Alis mata sudah mulai terlihat, kepala mata telah terbentuk.



Saat Usia Kehamilan 22 minggu



- ❖ Saat ini panjang janin telah mencapai 25 cm dan berat sekitar 360 gram
- ❖ Pada minggu ini janin akan belajar meraih tangan dan hidungnya. Dan janin akan menarik tali pusarnya, mulai menendang-nendang, mencengkeram, menangkap dan merenggangkan tangan yang kecil.
- ❖ Rambut sudah tumbuh dikepala, mata telah terbentuk sepenuhnya tetapi kelopakannya masih tertutup.
- ❖ Kuku bayi sudah mulai tumbuh di ujung jari.



Saat Usia Kehamilan 23 minggu



- ❖ Saat ini panjang janin telah mencapai 27 cm dan berat sekitar 430 gram
- ❖ Pada minggu ini janin bisa mendengar detak jantung dan bunyi pergerakan dalam perut anda. Termasuk juga suara dari luar.
- ❖ Janin dapat merasakan gerakan yang dilakukan oleh ibu.



Saat Usia Kehamilan 24 minggu (6 bulan)



Saat ini panjang janin telah mencapai 27,5 cm dan berat sekitar 500 gram.

Ibu dapat merasakan bagian janin yang menyentuh dinding perutnya. Ibu mulai merasa tidak nyaman dibagian perutnya.

*Wah
Sweet
Baby*

*“Mama... Letakkan foto hasil USG
dedek disini”*





Saat Usia Kehamilan 25 minggu



- ❖ Saat ini panjang janin telah mencapai 30 cm dan berat sekitar 600 gram
- ❖ Pada minggu ini janin bisa menyentuh dan menahan kakinya, serta mengepalkan tangan. Janin memiliki jadwal tidur yang teratur.
- ❖ Rambut janin mulai berwarna dan bertekstur.
- ❖ Janin sudah mulai terlihat berisi dan keriput dikulit sudah berkurang.
- ❖ Usus bayi anda mulai membuat gerakan bergelombang yang nanti digunakan untuk pencernaan bayi.





Saat Usia Kehamilan 26 minggu



- ❖ Saat ini panjang janin telah mencapai 30 cm dan berat sekitar 700 gram
- ❖ Pada minggu ini denyut jantung janin semakin cepat karena pendengarannya sangat baik. Dan janin akan memberi respon bergerak saat ibu mendengarkan musik.
- ❖ Janin sudah dapat mendengarkan suara ibu saat berbicara.
- ❖ Kedutan kecil diperut ibu , pertanda janin sedang mengalami cegukan.



Saat Usia Kehamilan 27 minggu

- ❖ Saat ini panjang janin 32,5 cm dan berat janin 800 gr
Pada minggu ini janin mulai berputar perlahan untuk persiapan dirinya keluar dari rahim ibu.





Saat Usia Kehamilan 28 minggu (7 bulan)



Saat ini panjang janin telah mencapai 32,5 cm dan berat sekitar 900 gram. Lemak tubuh janin semakin tebal untuk mempersiapkan diri hidup diluar Rahim. Janin bisa mengedipkan matanya, penglihatannya berkembang dan mungkin bisa melihat cahaya melalui rahim ibu.

Otak janin berkembang dengan pesat.





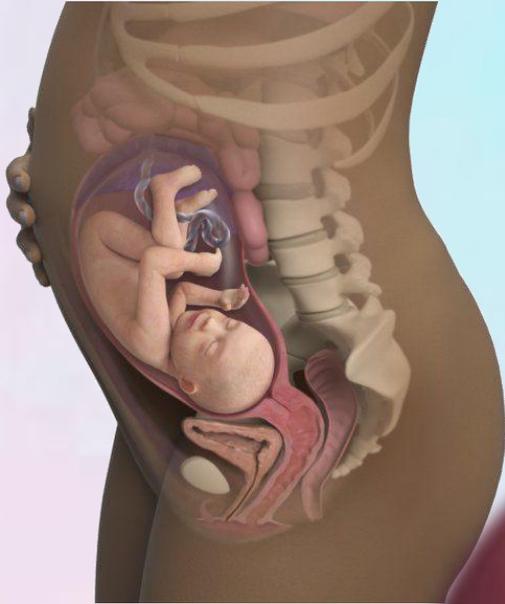
Saat Usia Kehamilan 29 Minggu



- Saat ini berat badan janin 1000gram
- Pada minggu ini kepala janin semakin besar, pertumbuhan otaknya semakin pesat dan tulangnya mulai keras. Ibu memerlukan asupan nutrisi yang banyak kalsium untuk pertumbuhan tulang janin.
- Indra perasa mulai berfungsi. Tulang janin terus mengeras.



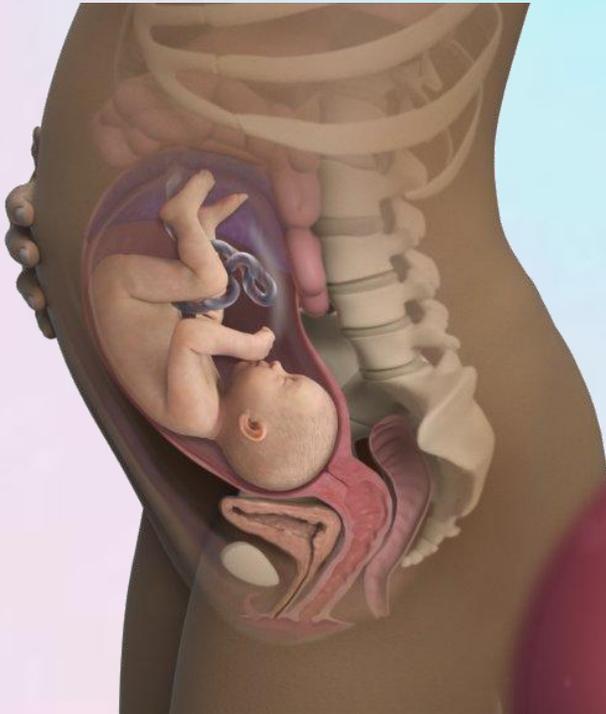
Saat Usia Kehamilan 30 Minggu



- Saat ini berat janin sekitar 1175 gram, panjangnya 35 cm
- Pada minggu ini janin sudah bisa membedakan kondisi terang dan gelap. Mata janin dapat mengikuti sumber cahaya.
- Janin akan memutarakan kepalanya ke arah cahaya terang yang ditujukan ke perut ibu.
- Sel kulit membuat pigmen yang memberi warna pada kulit.
- Semakin banyak gerakan janin menandakan janin sehat.



Saat Usia Kehamilan 31 Minggu



- Saat ini berat janin 1350 gram, panjang badan 37,5 cm
- Pada minggu ini janin mengalami percepatan pertumbuhan.
- Lemak dibawah kulit akan semakin banyak. Berat badan janin akan bertambah 0,5 kg tiap minggu sampai 2 minggu sebelum kelahiran.
- Pada minggu ini janin akan semakin banyak bergerak



Saat Usia Kehamilan 32 minggu (8 bulan)

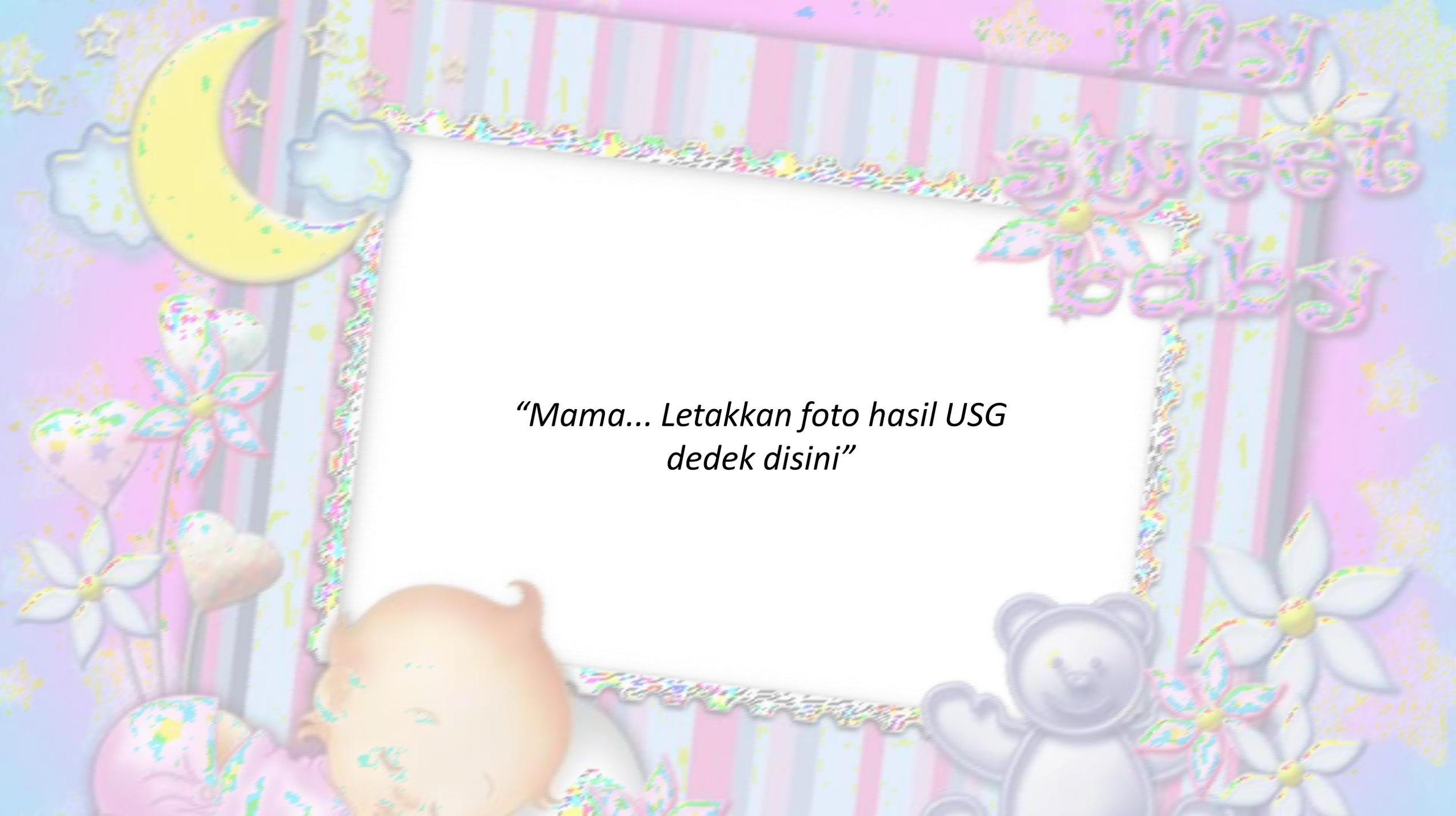


Saat ini panjang janin telah mencapai 37,5 cm dan berat sekitar 1500 gram. Berat janin akan semakin bertambah sampai dia siap untuk bertahan hidup diluar rahim. Janin memiliki kuku kaki dan tangan, tumbuh rambut dan kulit menjadi lebih halus



*Wahai
Sweet
Baby*

*“Mama... Letakkan foto hasil USG
dedek disini”*





Saat Usia Kehamilan 33 minggu



- Saat ini berat janin sekitar 1675 gram, panjang badan 40 cm
- Pada minggu ini kepala janin sudah berada di Rahim bagian bawah dalam posisi siap lahir.
- Tulang tengkorak janin sudah dapat menekan cukup kuat untuk memudahkan menuju jalan lahir.
- Kulit janin mulai terlihat cerah dan tidak lagi keriput



Saat Usia Kehamilan 34 minggu



- Saat ini berat janin sekitar 1825 gram, panjang badan 40 cm
- Pada minggu ini tubuh janin semakin panjang yang membuat janin berada pada posisi meringkuk didalam Rahim dengan lutut ditekuk dan merapat ke dada.
- Lapisan lemak pada bayi anda akan membantu mengatur suhu tubuhnya setelah lahir.



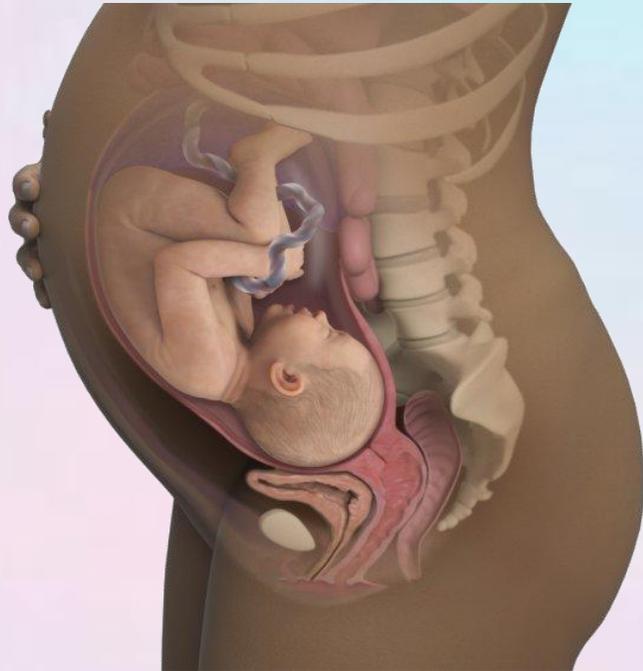
Saat Usia Kehamilan 35 minggu



- Saat ini berat janin sekitar 2000 gram, panjang badan 42,5 cm
- Pada minggu ini janin hanya memiliki sedikit ruang untuk bergerak dirahim ibu.
- Ibu harus tetap memantau pergerakan janinnya dalam 1 hari paling sedikit janin bergerak 10 kali.
- Jumlah cairan ketuban di Rahim ibu sudah mulai berkurang.
- Ginjal dan hati janin sudah terbentuk sempurna dan sudah bisa memproses zat-zat yang tidak terserap oleh tubuhnya.



Saat Usia Kehamilan 36 minggu (9 bulan)



- Saat ini panjang janin telah mencapai 42,5 cm dan berat sekitar 2160 gram. Bulu atau rambut dan lemak (vernix caseosa) yang menutupi tubuh janin mulai rontok. Sistem pencernaan Janin sudah mulai berfungsi dan mengeluarkan kotoran kehitaman yang disebut mekonium.
- Kepala janin mulai turun didasar panggul.



Saat Usia Kehamilan 37 minggu (9 bulan)



- Saat ini panjang janin telah mencapai 45 cm dan berat sekitar 2340 gram.
- Semua organ tubuh sudah matang dan bekerja sendiri.
- Kepala janin biasanya masuk jalan lahir dengan posisi siap lahir.





Saat Usia Kehamilan 38 minggu



- ✦ Saat ini panjang janin telah mencapai 45 cm dan berat sekitar 2500 gram.
- ✦ Semua organ tubuh sudah matang dan bekerja sendiri.
- ✦ Kepala janin biasanya masuk jalan lahir dengan posisi siap lahir.
- ✦ Biasanya ditunggu sampai usia 40 minggu.



Saat Usia Kehamilan 39 minggu



- ✦ Saat ini panjang janin telah mencapai 47,5 cm dan berat sekitar 2775 gram.
- ✦ Semua organ tubuh sudah matang dan bekerja sendiri.
- ✦ Kepala janin biasanya masuk jalan lahir dengan posisi siap lahir.
- ✦ Biasanya ditunggu sampai usia 40 minggu.



Saat Usia Kehamilan 40 minggu



- Saat ini panjang janin telah mencapai 47,5 cm dan berat sekitar 3000 gram.
- Semua organ tubuh sudah matang dan bekerja sendiri.
- Kepala janin biasanya masuk jalan lahir dengan posisi siap dilahirkan.

Selamat ! Anda telah menjadi seorang Ibu



Sekarang, ada seorang bayi lucu yang akan selalu merengek padamu. Minta untuk selalu dimanja dengan suara tangisnya yang seperti suara dari surga.

Seorang bayi mungil yang akan membuatmu bingung, takut dan bahagia yang bercampur menjadi satu dan mengalahkan semua rasa lelah ibu

Berilah cinta yang sebesar-besarnya untuk si kecil. Agar kelak dia hidup dengan cinta dan kebahagiaan

Selamat berjuang membesarkan anakmu.

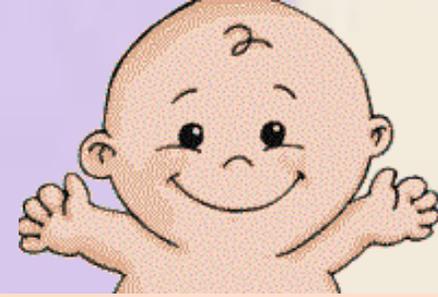
Semoga Allah memberkahi setiap langkahmu. Aamiin....





“Mama... Letakkan foto
pertamaku disini”

***“Mama... Terima kasih telah
melahirkanku ke dunia”***



Nama Anak :

.....

Lahir pada

Hari :

Tanggal :

Bulan :

Tahun :

Jam :





REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202139117, 16 Agustus 2021

Pencipta

Nama : **Nova Elok Mardliyana, S.ST., M.Keb dan Nur Hidayatul Ainiyah, S.ST., M.Keb**

Alamat : Wonorejo Selatan IV/35B RT 09 RW 08 Kelurahan Wonorejo Kecamatan Rungkut, Surabaya, Surabaya, JAWA TIMUR, 60296

Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : **Pusat Sentra HAKI Universitas Muhammadiyah Surabaya**

Alamat : Jl. Sutorejo 59 Surabaya, Surabaya, JAWA TIMUR, 60113

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Booklet**

Judul Ciptaan : **Pertumbuhan Dan Perkembangan Janin Dalam Kandungan**

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 1 Maret 2021, di Surabaya

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000265444

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.

Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.

a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL



Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

Disclaimer:

Dalam hal pemohon memberikan keterangan tidak sesuai dengan surat pernyataan, menteri berwenang untuk mencabut surat pencatatan permohonan.