



Mengupas Kehamilan

**Organ Reproduksi, Hormon, dan
Kesehatan Ibu di Setiap Trimester**

Atika Zahria Arisanti, S.ST., M.Keb., Tika Lubis, SST., M.Keb., Chairunnisa
Minarni Alamsyah, SST., M.Keb., Bd. Ririn Anggriani Sitorus, SST., M.Keb.,
Melsa Sagita Imaniar, SST., M.Keb., Bdn. Rochmawati, SST., M.Keb

Mengupas Kehamilan

Organ Reproduksi, Hormon, dan Kesehatan Ibu di Setiap Trimester

Penulis :

Atika Zahria Arisanti, S.ST.,M.Keb

Tika Lubis, SST, M.Keb

Chairunnisa Minarni Alamsyah, SST., M.Keb

Bd. Ririn Anggriani Sitorus, SST, M.Keb

Melsa Sagita Imaniar, SST, M.Keb

Bdn. Rochmawati, SST, M.Keb



Mengupas Kehamilan

Organ Reproduksi, Hormon, dan Kesehatan Ibu di Setiap Trimester

Copyright © PT Penamuda Media, 2025

Penulis:

Atika Zahria Arisanti, S.ST.,M.Keb

Tika Lubis, SST., M.Keb

Chairunnisa Minarni Alamsyah, SST., M.Keb

Bd. Ririn Anggriani Sitorus, SST., M.Keb

Melsa Sagita Imaniar, SST., M.Keb

Bdn. Rochmawati, SST., M.Keb

ISBN: 978-634-7062-45-1

Penyunting dan Penata Letak:

Tim PT Penamuda Media

Desain Sampul:

Tim PT Penamuda Media

Penerbit:

PT Penamuda Media

Redaksi:

Casa Sidoarum RT03 Ngentak, Sidoarum Godean Sleman
Yogyakarta

Web: www.penamudamedia.com

E-mail: penamudamedia@gmail.com

Instagram: [@penamudamedia](https://www.instagram.com/penamudamedia)

WhatsApp: +6285700592256

Cetakan Pertama, Januari 2025

VIII + 212 halaman; 15 x 23 cm

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak maupun mengedarkan buku dalam bentuk dan
dengan cara apapun tanpa izin tertulis dari penerbit maupun penulis

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga buku ini, *Mengupas Kehamilan: Organ Reproduksi, Hormon, dan Kesehatan Ibu di Setiap Trimester*, dapat diselesaikan dengan baik. Buku ini hadir sebagai sumber referensi yang komprehensif bagi para mahasiswa, tenaga kesehatan, serta masyarakat umum yang ingin memahami lebih dalam mengenai kehamilan, mulai dari perubahan organ reproduksi, peran hormon, hingga aspek kesehatan ibu dalam setiap trimester.

Kehamilan adalah proses luar biasa yang melibatkan berbagai aspek fisiologis, psikologis, dan sosial. Oleh karena itu, pemahaman yang mendalam mengenai tahapan kehamilan dan kebutuhan ibu sangatlah penting, baik dalam upaya menjaga kesehatan ibu dan janin maupun dalam mencegah risiko komplikasi. Buku ini disusun dengan mengacu pada berbagai sumber ilmiah terbaru dan pengalaman praktis di bidang kebidanan, sehingga dapat menjadi pegangan yang bermanfaat bagi para pembaca.

Kami menyampaikan apresiasi dan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung penyusunan buku ini, termasuk para tenaga ahli, rekan sejawat, dan penerbit yang telah memberikan kontribusi berharga dalam proses penyuntingan dan penerbitan. Semoga buku ini dapat

memberikan manfaat yang luas dan berkontribusi dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil di Indonesia.

Kami menyadari bahwa buku ini masih memiliki kekurangan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun dari para pembaca sangat kami harapkan untuk penyempurnaan edisi berikutnya.

Selamat membaca, semoga ilmu yang disajikan dalam buku ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

DAFTAR ISI

BAB I ASUHAN DASAR KEHAMILAN.....	1
A. Pendahuluan	2
B. Filosofi Asuhan Kehamilan	4
C. Lingkup Asuhan Kehamilan.....	18
D. Tujuan Asuhan Kebidanan Selama Kehamilan	20
E. <i>Refocusing</i> Asuhan Kehamilan (Asuhan Antenatal Yang Terfokus).....	24
F. Isu Terkini Dalam Asuhan Kehamilan	26
G. <i>Evidence Based</i> Dalam Asuhan Kehamilan	28
H. Latihan Soal UKOM dan Kunci Jawaban	30
BAB II ORGAN REPRODUKSI WANITA HAMIL.....	37
A. Pendahuluan	38
B. Struktur dan Fungsi Organ Reproduksi Wanita.....	46
C. Perubahan Adaptasi Fisiologi Sistem Reproduksi Wanita Konsepsi Trimester 1,2 dan 3	50
D. Struktur, Letak, dan Fungsi Dari Organ Utama Panggul Pada Wanita Konsepsi	54
E. Latihan Soal UKOM dan Kunci Jawaban	59
BAB III TANDA DAN GEJALA KEHAMILAN	63
A. Pendahuluan	64
B. Tanda Tidak Pasti Kehamilan.....	68
C. Tanda Pasti Kehamilan	74

D. Tanda Kemungkinan Kehamilan	80
E. Latihan Soal UKOM dan Kunci Jawaban	85
BAB IV HORMON DALAM KEHAMILAN.....	89
A. Pendahuluan	90
B. Pengertian Hormon	93
C. Siklus Hormonal Wanita	95
D. Fisiologi Menstruasi	101
E. Perubahan Hormon dalam Kehamilan	109
F. Latihan Soal UKOM dan Kunci Jawaban	114
BAB V KEBUTUHAN FISIK IBU HAMIL	
TRIMESTER I, II DAN III	118
A. Pendahuluan	119
BAB VI KEBUTUHAN PSIKOLOGIS IBU HAMIL	
TRIMESTER I, I DAN III	147
A. Pendahuluan	148
B. Perubahan Psikologi Ibu Hamil.....	149
C. Latihan Soal UKOM dan Kunci Jawaban	174
DAFTAR PUSTAKA	179
BIOGRAFI PENULIS.....	206

BAB I

ASUHAN DASAR

KEHAMILAN



A. Pendahuluan

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang terjadi selama kurang lebih 40 minggu, dimulai sejak konsepsi hingga kelahiran. Masa kehamilan merupakan periode penting dalam kehidupan seorang perempuan karena memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Oleh karena itu, asuhan kehamilan yang komprehensif menjadi sangat penting untuk memastikan ibu dan janin berada dalam kondisi optimal selama kehamilan hingga persalinan.

Asuhan kehamilan atau antenatal care (ANC) bertujuan untuk memantau kesehatan ibu dan janin, mendeteksi dini adanya komplikasi, memberikan pendidikan kesehatan, serta mempersiapkan ibu secara fisik dan mental untuk proses persalinan. Pendekatan yang holistik dalam asuhan kehamilan melibatkan pemantauan rutin terhadap tanda vital, pemeriksaan laboratorium, dan pemberian suplemen seperti zat besi dan asam folat. Selain itu, edukasi mengenai gizi, aktivitas fisik, tanda bahaya kehamilan, serta persiapan persalinan dan perawatan bayi baru lahir juga menjadi bagian integral dari asuhan kehamilan.

Penelitian menunjukkan bahwa asuhan kehamilan yang berkualitas dapat menurunkan angka kematian ibu dan bayi. Sebaliknya, kurangnya akses atau kualitas asuhan kehamilan dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti preeklampsia, anemia, dan kelahiran prematur.

Mengupas Kehamilan

Organ Reproduksi, Hormon, dan Kesehatan Ibu di Setiap Trimester

Kehamilan adalah perjalanan luar biasa yang dimulai dari pembuahan hingga kelahiran bayi. Buku "Mengupas Kehamilan: Organ Reproduksi, Hormon, dan Kesehatan Ibu di Setiap Trimester" membahas berbagai aspek kehamilan, mulai dari fungsi organ reproduksi, peran hormon, hingga kesehatan ibu di setiap trimester.

Organ reproduksi perempuan dan laki-laki berperan dalam pembuahan, di mana sel sperma bertemu sel telur di tuba falopi dan berkembang menjadi embrio. Rahim menyediakan lingkungan ideal bagi janin dengan bantuan plasenta dan cairan ketuban.

Hormon seperti estrogen, progesteron, hCG, oksitosin, dan prolaktin mengatur berbagai tahapan kehamilan dan persalinan. Janin berkembang dalam tiga trimester dengan perubahan signifikan pada tubuh ibu, termasuk peningkatan berat badan dan perubahan emosional.

Menjelang kelahiran, persiapan fisik dan mental sangat penting. Senam kehamilan, latihan pernapasan, serta dukungan keluarga membantu ibu menghadapi persalinan dengan lebih tenang. Buku ini menjadi panduan komprehensif bagi calon ibu agar siap menyambut buah hati dengan sukacita.



PT Penerbit Penamuda Media Godean,
Yogyakarta
085700582256
@penamuda_media
penamuda.com