



インドネシア語
/Bahasa Indonesia

NPO法人Mother's Tree Japan 妊婦健診note (母用)

Kalimat yang sering digunakan terkait pemeriksaan kehamilan
(untuk ibu)



にん ぶ けんしん びょういん かくにん じ こう
妊婦健診 (病院) の確認事項①

Daftar tilik pemeriksaan kehamilan (di rumah sakit)①

001



にんしん かのうせい
妊娠した可能性があります。
 にんしんけんさやく ようせい せいり おく
(妊娠検査薬が陽性/生理が遅れている)

Ada kemungkinan hamil (hasil test pack kehamilan positif / menstruasi terlambat)

002



にんぶけんしん まいかいく ひつよう
妊婦健診は毎回来る必要がありますか？

Apakah saya harus datang pada setiap pemeriksaan kehamilan?

003



にんぶけんしん ぱー と なー つうやく ほか
妊婦健診は (パートナー・通訳・他) と
 き よい
来て良いですか？

Apakah (pasangan / penerjemah / orang lain) boleh datang saat pemeriksaan kehamilan?

004



にんぶけんしん じ でんわつうやく りよう
妊婦健診時に電話通訳を利用してもいいですか？

Apakah saya boleh menggunakan penerjemah lewat telepon saat pemeriksaan kehamilan?

005



しゅうきょうじょう りゆう じよせい いし きぼう
宗教上の理由で、女性の医師を希望します。
 かのう
可能ですか？

Karena alasan religius, saya menginginkan dokter perempuan. Apakah bisa?

MEMO

にん ぶ けんしん びょういん かくにん じ こう
妊婦健診 (病院) の確認事項②

Daftar tilik pemeriksaan kehamilan (di rumah sakit)②

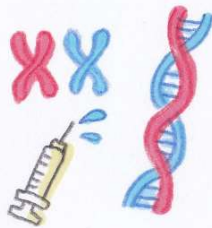
006



しゅうきょうじょう りゆう た しよくざい
宗教上の理由で食べられない食材があります。
 にゅういんちゅう しょくじ そうだん
入院中の食事の相談はできますか？

Karena alasan religius, ada makanan yang tidak bisa saya makan. Apakah saya bisa berkonsultasi mengenai makanan saat dirawat di rumah sakit?

007



しゅつしょうまえしんだん う
出生前診断を受けられますか？
 ぼたいけっせい けんさ ようすいけんさ
(母体血清マーカー検査・NIPT・羊水検査)

Apakah saya bisa mendapatkan pemeriksaan prenatal? (Pemeriksaan serum maternal / NIPT / Amniosentesis)

008



なに けんさ
これは何の検査ですか？

Ini pemeriksaan apa?

009



けんさ きんがく おし くだ
その検査にかかるだいたいの金額を教えてください。

Tolong beri tahu biaya yang diperlukan untuk pemeriksaan tersebut.

010



じかい ぱー となー つうやく いっしょ き
次回 (パートナー・通訳) と一緒に来ます。
 くわ せつめい
また詳しく説明してもらえますか？

Pada kunjungan berikutnya, (pasangan / penerjemah) akan datang bersama saya. Apakah Anda bisa menjelaskan secara rinci pada saat itu?

MEMO

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと①

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari①

011



なか いた ひんばん
お腹の痛みがあります。(ときどき・頻繁に)

Apakah ada sakit perut? (Kadang-kadang / Sering)

012



なか は ひんばん
お腹が張ります。(ときどき・頻繁に)

Apakah perut terasa tegang? (Kadang-kadang / Sering)

013



しゅっけつ すく おお せんけつ
出血があります。(少ない・多い／鮮血・うっすら)

Apakah ada perdarahan? (Sedikit / Banyak ・ Darah segar / Samar-samar)

014



しゅっさん ふあん
出産に不安があります。
 ねんれい たいちょう さぽー と びそく けいざいてき
(年齢・体調・サポート不足・経済的)

Apakah ada yang Anda cemas terkait persalinan? (Usia / Kondisi tubuh / Kekurangan dukungan / Masalah finansial)

015



つら からだ だいじょうぶ
つわりがひどくて辛いです。身体は大丈夫ですか？
 た すいぶん と
(食べられるときもある・水分は摂れる
 の もの は つば で
・飲み物も吐く・ずっと唾が出てくる)

Mual muntah saya sangat hebat. Apakah kondisi tubuh dan kandungan saya baik-baik saja? (Saya masih bisa makan sesekali / Saya hanya bisa minum / Saya muntah meskipun hanya minum / Air liur saya terus keluar)

からだ じょうたい せい かつ
身体の状態と生活のこと②

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari②

016



しょくよく ま
食欲が増えています。

Nafsu makan saya meningkat.

017



き たいじゆう ふ
気をつけているのに体重が増えてしまいます。

Saya sudah berhati-hati terhadap makanan saya, tetapi berat badan saya tetap bertambah.

018



しゅっさん なん きろ ふ だいじょうぶ
出産まであと何キロくらい増えても大丈夫ですか？

Berapa banyak (kg) berat badan saya boleh bertambah hingga persalinan?

019



にんしんちゆう た もの
妊娠中に食べてはいけない物がありますか？

Apakah ada makanan yang tidak boleh saya makan selama hamil?

020



にんぶ た もの しょくざい た かた
妊婦におすすめの食べ物（食材・食べ方）はありますか？

Apakah ada (bahan makanan / cara makan) yang disarankan untuk ibu hamil?

MEMO

からだ じょうたい せいかつ
身体の状態と生活のこと③

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari③

021



こーひー こうちゃ の
コーヒー・紅茶は飲んでもいいですか？

Apakah saya boleh minum kopi / teh?

022



さぷりめんと てつ ようさん た
サプリメント（鉄・葉酸・その他）はもらえますか？

Apakah saya bisa mendapatkan suplemen (zat besi / asam folat / lainnya)?

023



にんぷ さぷりめんと
妊婦におすすめのサプリメントはありますか？

Apakah ada suplemen yang disarankan untuk ibu hamil?

024



にんぷ うんどう おし くだ
妊婦におすすめの運動を教えてください。

Tolong beri tahu saya olahraga yang disarankan untuk ibu hamil.

025



べんぴ くすり ほし
便秘がひどいです。薬が欲しいです。
 (べんぴ やく つか
便秘薬を使ったことがある・ない)

Konstipasi saya parah. Saya ingin mendapatkan obat untuk konstipasi. (Saya pernah / tidak pernah menggunakan obat untuk konstipasi)

MEMO

からだ じょうたい せいかつ
身体の状態と生活のこと④

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari④

026



かぜ ぎみ ねつ のど いた
風邪気味です。(熱があります・喉が痛いです
 ・せき で はなみず で くすり
・咳が出ます・鼻水が出ます) 薬はもらえますか？

Sepertinya saya flu. (Saya demam / sakit tenggorokan / batuk / pilek) Apakah saya bisa mendapatkan obat?

027



かふんしょう つら くすり
花粉症が辛いです。薬はもらえますか？

Alergi polen saya parah. Apakah saya bisa mendapatkan obat?

028



たいちょう
体調がよくないです。
 づつう いきぐる
(頭痛・めまいやふらつき・息苦しい・だるい)

**Saya merasa tidak enak badan.
 (Sakit kepala / pusing / sesak napas / lemas)**

029



ねむ しかた よる ねむ
眠くて仕方ないです / 夜よく眠れないです。

Saya sangat mengantuk / Saya sulit tidur di malam hari.

030



はだ
肌のかゆみがひどいです。

Kulit saya sangat gatal.

MEMO

からだ じょうたい せいかつ
身体の状態と生活のこと⑤

Tentang kondisi tubuh dan kehidupan sehari-hari⑤

031



はだ あか はんてん
肌に赤い斑点のようなものができています。

Ada bintik-bintik merah di kulit saya.

032



あし むく
足が浮腫みます。

Kaki saya bengkak.

033



あし
足がつります。(こむらがえり)

Kaki saya kram.

034



じてんしゃ の
自転車に乗ってもいいですか？

Apakah saya boleh naik sepeda?

035



ひこうき の
飛行機に乗ってもいいですか？ (○週頃)

**Apakah saya boleh naik pesawat?
 (pada kehamilan minggu)**

MEMO

あか
赤ちゃんのこと

Tentang janin

036



あか げんき
赤ちゃんは元気ですか？

Apakah janin sehat?

037



あか いま くらい おお
赤ちゃんは今どの位の大きさですか？
(何グラム・何センチ)

Berapa besar janin saat ini? (berapa gram / berapa cm)

038



あか せいちょう じゅんちょう
赤ちゃんの成長は順調ですか？

Apakah janin tumbuh dengan baik?

039



あか せいべつ おし
赤ちゃんの性別を教えてくださいませんか？

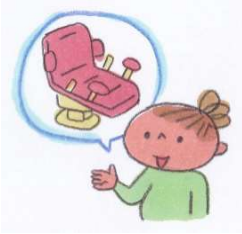
Apakah saya dapat mengetahui jenis kelamin janin?

MEMO

しゅっさん にゅういん) に向けての確認事項①

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)①

041



できるだけ自然分娩にしたいです。

Sebisa mungkin saya ingin melahirkan secara normal.

042



できれば会陰切開したくないです。

Sebisa mungkin saya tidak ingin menjalani episiotomi.

043



むつうぶんべん 無痛分娩はできますか？

Apakah saya bisa melahirkan tanpa merasa nyeri?

044



しぜんぶんべん 自然分娩ではなく、帝王切開を希望することは
できますか？

Apakah saya bisa meminta untuk melahirkan tidak secara normal, tetapi dengan operasi caesar?

045



しゅっさんじ 立ち会いはできますか？
(パートナー・上の子・実母・他)

Apakah saya bisa ditemani saat melahirkan?
(oleh pasangan / anak yang lebih tua / ibu kandung / lainnya)

MEMO

しゅっさん にゅういん に向けての確認事項②

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)②

046



にゅういんちゅう めんかい
入院中の面会はできますか？
ぱー と なー う え こ じつぼ ほか
(パートナー・上の子・両親・他)

Apakah saya bisa dikunjungi saat dirawat inap?
(oleh pasangan / anak yang lebih tua / orang tua / lainnya)

047



にゅういんにつう おし くだ
だいたいの入院日数を教えてください。

Tolong beri tahu saya perkiraan durasi rawat inap.

048



ぼにゅう そだ いま ていれ
母乳で育てたいです。今からできるお手入れ
まっ さーじ ほうほう おし くだ
(マッサージ)の方法を教えてください。

Saya ingin memberikan ASI kepada bayi. Tolong beri tahu saya cara perawatan yang dapat dilakukan sejak saat ini (pijat).

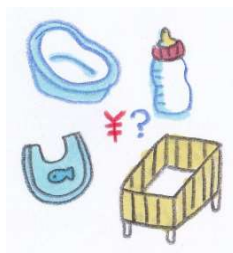
049



こんごう ぼにゅう みるく そだ
混合(母乳とミルク)で育てたいです。

Saya ingin memberikan ASI dan susu formula kepada bayi.

050



しゅっさん じゅんび いえ じゅんび し
出産の準備(家の準備)について知りたいです。
(ベビーベッド・ベビーバス・哺乳瓶など/いつ・値段)
ほにゅうびん ねだん

Saya ingin mengetahui tentang persiapan untuk kelahiran (persiapan di rumah). (Kasur bayi / bak mandi bayi / botol susu ・ Sejak kapan / harga)

MEMO

しゅっさん にゆういん に向けての かくにんじこう 確認事項③

Daftar tilik menuju persalinan (rawat inap)③

051



にゆういん じゅんび にゆういん 入院の準備 (入院グッズ) について おし ほ 教えて欲しいです。

Tolong beri tahu saya tentang persiapan rawat inap (barang-barang keperluan rawat inap).

052



ぶんべんじ にゆういん たいみんぐ 分娩時の入院のタイミングについて かくにん 確認したいです。

Saya ingin memastikan waktu masuk rumah sakit untuk persalinan.

MEMO

MEMO

MEMO

MEMO



日本にいる 外国人ママの お産と産後のサポート
Provide support for foreign women during
maternity, post-natal and while raising children

NPO法人Mother's Tree Japan

