Mams (Kehamilan)
Artikel

4 Kegiatan Seru Pengisi Waktu Luang Saat Cuti Hamil

JUN 21, 2021

Banyak kegiatan menyenangkan yang bisa dilakukan sepanjang cuti hamil, seperti menjalin pertemanan sesama ibu hamil menikmati maternity Spa, mencari nama si Kecil, dan menyiapkan babybook.

Mencari nama untuk si Kecil menjadi kegiatan menyenangkan untuk mengisi liburan panjang sebelum melahirkan.

Ada banyak manfaat yang bisa didapatkan saat mengambil cuti jelang persalinan. Salah satunya, Mam dapat menikmati waktu istirahat yang lebih banyak mengingat kehamilan yang semakin besar kerap membuat Mam mudah lelah. Namun, setiap perusahaan tentu menetapkan aturan cuti hamil yang berbeda-beda. Nah, bila Mam harus mengambil cuti melahirkan dengan waktu yang lumayan panjang, yaitu 1,5 bulan sebelum HPL (hari perkiraan lahir) dan 1,5 bulan setelah HPL, tak menutup kemungkinan bahwa liburan panjang sebelum melahirkan ini bisa saja membuat Mam merasa bosan. Terutama bagi Mam yang terbiasa dipenuhi dengan padatnya aktivitas kantor.
Tapi, Mam tak perlu risau. Ada banyak kegiatan menyenangkan, kok, yang bisa dilakukan sepanjang cuti jelang melahirkan. Berikut 4 pilihannya:

1. Menjalin Pertemanan Baru dengan Sesama Ibu Hamil

Selama mengikuti kelas prenatal , Mam dapat bertemu dengan ibu hamil di usia kehamilan yang relatif sama. Kelas tersebut tentu memberikan Mam kesempatan untuk menjalin pertemanan baru dan bertukar cerita tentang persiapan, keseruan, hingga pengalaman menjelang persalinan. Dengan memiliki rekan “seperjuangan”, diharapkan Mam dapat lebih siap dalam menghadapi persalinan yang sebentar lagi datang. Selain di kelas prenatal, keseruan tersebut juga bisa Mam dapatkan dengan menjadi anggota milis di forum ibu hamil.

2. Menikmati Maternity Spa

Pijatan lembut di spa diyakini dapat mengurangi keluhan kehamilan di trimester ketiga, seperti sakit punggung dan tubuh yang mudah lelah. Relaksasi di spa juga dapat membuat pikiran Mam menjadi lebih tenang. Agar pijat dan perawatan di spa aman bagi si Kecil, Mam dapat memilih tempat yang memang mengkhususkan diri bagi ibu hamil sehingga para terapis tahu betul bagian tubuh mana saja yang tak boleh dipijat.

Baca Juga: Amankah Pijat Hamil? Simak Manfaatnya di Sini!

3. Mencari Nama untuk si Kecil

Mencari nama untuk si Kecil adalah salah satu hal yang harus dilakukan saat menunggu kelahiran si Kecil. Namun, “tugas” yang satu ini juga bisa menjadi kegiatan menyenangkan untuk mengisi liburan panjang sebelum melahirkan. Yang harus diperhatikan tidak hanya nama yang bagus, namun arti nama bayi perempuan atau laki-laki yang Mam pilih juga sebaiknya sama bagusnya. Nama telah lama diyakini sebagai doa, sehingga arti nama bayi perempuan atau laki-laki yang dipilih akan menjadi harapan orang tua untuk anaknya kelak. Nah, bila Mam masih bimbang dalam menentukan nama untuk si Kecil, manfaatkanlah waktu luang selama cuti jelang melahirkan ini. Buat daftar nama dan arti nama bayi perempuan atau laki-laki yang paling pas di hati, lalu ajak Pap untuk mendiskusikannya bersama.

4. Menyiapkan Babybook

Mengabadikan momen indah selama kehamilan, kelahiran, hingga si Kecil menjalani tahun pertama kehidupannya, akan memberikan kenangan manis untuk keluarga. Mam bisa menjadikannya hadiah saat di Kecil sudah besar nanti. Agar semua terdokumentasi dengan baik, di liburan panjang kali ini, Mam bisa mengumpulkan kembali foto-foto USG kehamilan sejak trimester pertama untuk ditempelkan dalam babybook. Mam dan Pap juga bisa menuliskan “quotes” pendek tentang perasaan bahagia saat melihat perkembangan si Kecil dari bulan ke bulan. Ah, manisnya!

Dengan 4 ide kegiatan seru di atas, kini Mam sudah tidak kebingungan lagi mengisi cuti melahirkan yang panjang. Jadi, kegiatan manakah yang akan Mam lakukan?

Bagikan sekarang


Dapatkan Informasi Tepat, Dukung
Tiap Langkah Kehamilan Hebat Mam
DI S-26 ParenTeam
JOIN SEKARANG >


Dapatkan Informasi Tepat,
Dukung Tiap Langkah
Kehamilan Hebat Mam
DI S-26 ParenTeam
JOIN SEKARANG >