



Pengaruh Digital Prenatal Education Melalui Whatsapp Terhadap Self-Efficacy Ibu Hamil Dalam Persiapan Persalinan

The Effect of Digital Prenatal Education via WhatsApp on Pregnant Women's Self-Efficacy Regarding Childbirth Preparation

***Novi Dwi Astuti, Asrawaty, Asriwidyayanti, Sri Restu Tempali, Hasnawati**

**Program Studi DIII Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palu*

ophie8383@gmail.com*, asrawaty.agussalim@gmail.com, asriwidyayanti@gmail.com, restutempali@gmail.com,
watihasna69@gmail.com

Abstract

Self-efficacy in facing childbirth is an important psychological factor that influences pregnant women's ability to cope with anxiety and pain during labor, yet its level remains low among many Indonesian pregnant women due to limited access to structured antenatal education. This study aimed to analyze the effect of digital prenatal education via WhatsApp on the self-efficacy of pregnant women in childbirth preparation within the working area of UPTD Puskesmas Mamboro, Palu City, Central Sulawesi Province. A quantitative quasi-experimental design with a one-group pretest-posttest approach was used. The sample consisted of 50 third-trimester pregnant women selected through purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. The intervention consisted of scheduled digital prenatal education delivered through a WhatsApp group over four weeks, including text materials, infographics, short videos, and question-and-answer sessions with midwives. Self-efficacy was measured using a questionnaire adapted from the Childbirth Self-Efficacy Inventory (CBSEI) before and after the intervention and analyzed using a paired t-test. Results showed that the mean self-efficacy score increased from 52.3 (SD 8.7) at pretest to 66.8 (SD 7.2) at posttest, a mean difference of 14.5 points ($t = 12.87$; $p = 0.000$). The proportion of pregnant women with high self-efficacy increased from 18% to 56% after the intervention. It is concluded that digital prenatal education via WhatsApp significantly improves the self-efficacy of pregnant women in childbirth preparation, and can be recommended as an accessible, low-cost supplementary antenatal education medium in primary health care facilities.

Keywords: Digital Prenatal Education, Self-Efficacy, Pregnant Women, Childbirth Preparation, WhatsApp

Abstrak

Self-efficacy dalam menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor psikologis penting yang memengaruhi kemampuan ibu hamil mengatasi rasa cemas dan nyeri selama proses persalinan, namun capaiannya masih rendah pada banyak ibu hamil di Indonesia akibat terbatasnya akses terhadap edukasi antenatal yang terstruktur. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh digital prenatal education melalui WhatsApp terhadap self-efficacy ibu hamil dalam persiapan persalinan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mamboro, Kecamatan Palu Utara, Kota Palu. Penelitian menggunakan desain kuantitatif quasi-experiment dengan rancangan one group pretest-posttest. Sampel berjumlah 50 ibu hamil trimester III yang dipilih dengan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Intervensi berupa edukasi prenatal digital terjadwal melalui grup WhatsApp selama empat minggu, meliputi materi teks, infografis, video singkat, dan sesi tanya jawab dengan bidan. Self-efficacy diukur menggunakan kuesioner adaptasi Childbirth Self-Efficacy Inventory (CBSEI) sebelum dan sesudah intervensi, dan dianalisis dengan uji paired t-test. Hasil penelitian menunjukkan rerata skor self-

Resive : 07 September 2026 Revised : 10 September 2026 Accept : 12 September 2026 Publish : 12 September 2026



Author@ This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution 4.0 International License <https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

efficacy meningkat dari 52,3 (SD 8,7) pada saat *pretest* menjadi 66,8 (SD 7,2) pada saat *posttest*, dengan selisih rerata 14,5 poin ($t = 12,87$; $p = 0,000$). Proporsi ibu hamil dengan *self-efficacy* kategori tinggi meningkat dari 18% menjadi 56% setelah intervensi. Disimpulkan bahwa digital *prenatal education* melalui *WhatsApp* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* ibu hamil dalam persiapan persalinan, sehingga dapat direkomendasikan sebagai media edukasi antenatal tambahan yang mudah diakses dan berbiaya rendah di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

Kata Kunci: Edukasi Prenatal Digital, Self-Efficacy, Ibu Hamil, Persiapan Persalinan, WhatsApp

Penulis Korespondensi : Novi Dwi Astuti

I. PENDAHULUAN

Kesehatan ibu selama masa kehamilan dan persalinan masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat global yang serius. *Global Burden of Disease (GBD) 2023 Maternal Mortality Collaborators* melaporkan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 240.000 kematian ibu di seluruh dunia, setara dengan rasio kematian ibu (*Maternal Mortality Ratio/MMR*) sebesar 190,5 per 100.000 kelahiran hidup, dan menyumbang 5,5% dari seluruh kematian perempuan usia 10–54 tahun (GBD 2023 *Maternal Mortality Collaborators*, 2026). Data inter-agensi WHO, UNICEF, UNFPA, *World Bank Group*, dan UNDESA menunjukkan angka yang relatif sejalan, yaitu sekitar 260.000 kematian ibu pada tahun 2023, atau setara 712 perempuan meninggal setiap hari akibat komplikasi kehamilan dan persalinan, dengan lebih dari 90% kematian tersebut terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah ke bawah (World Health Organization, 2025; UNFPA, 2026). Meskipun MMR global telah menurun sekitar 40% sejak tahun 2000, laju penurunan tersebut melambat dalam satu dekade terakhir dan masih jauh dari target Sustainable Development Goals (SDGs) 3.1 yaitu di bawah 70 kematian per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (UNICEF, 2025).

Pada tingkat nasional, Indonesia masih menghadapi beban kematian ibu yang tinggi. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia berkisar antara 177 hingga 189 per 100.000 kelahiran hidup, menempatkan Indonesia pada peringkat kedua tertinggi di ASEAN setelah Laos (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Sistem pencatatan *Maternal Perinatal Death Notification (MPDN)* Kementerian Kesehatan mencatat peningkatan jumlah kematian ibu dari 4.005 kasus pada tahun 2022 menjadi 4.129 kasus pada tahun 2023, dengan penyebab utama berupa hipertensi dalam kehamilan (*preeklamsia/eklamsia*) dan perdarahan, yang sebagian besar sesungguhnya dapat dicegah melalui deteksi dini dan kesiapsiagaan menghadapi persalinan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024). Pemerintah menargetkan penurunan jumlah kematian ibu dari sekitar 4.000 menjadi 400 kasus per tahun, salah satunya melalui penguatan kualitas pemeriksaan antenatal dan edukasi kesehatan ibu hamil.

Pada tingkat provinsi, Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah mencatat Angka Kematian Ibu (AKI) sebanyak 67 kasus pada tahun 2022, menurun menjadi 60 kasus pada tahun 2023, dengan penyebab utama berupa perdarahan sebanyak 18 kasus (30%), gangguan hipertensi dalam kehamilan sebanyak 16 kasus (26,67%), infeksi 4 kasus (6,66%), gangguan jantung 3 kasus (5%), gangguan metabolik 1 kasus (1,67%), dan penyebab lain-lain sebanyak 18 kasus (30%) (Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah, 2023). Kota Palu sebagai ibu kota Provinsi Sulawesi Tengah turut menghadapi tantangan dalam penyelenggaraan pelayanan antenatal terpadu (ANC terpadu) secara merata, di mana sejumlah wilayah kerja Puskesmas, termasuk UPTD Puskesmas Mamboro, belum sepenuhnya menyertakan edukasi persiapan persalinan yang terstruktur dan berkelanjutan dalam pelayanan ANC rutin (Dinas Kesehatan Kota Palu, 2026).

UPTD Puskesmas Mamboro merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan tingkat pertama di Kota Palu yang beralamat di Jl. Lentora No. KM.13, Kelurahan Mamboro Barat, Kecamatan Palu Utara, dengan wilayah kerja meliputi tiga kelurahan yaitu Mamboro, Mamboro Barat, dan Taipa (Dinas Kesehatan Kota Palu,



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

2026). Sebagai Puskesmas Non Rawat Inap yang didukung oleh dua unit Puskesmas Pembantu dan tiga unit Pos Kesehatan Kelurahan, UPTD Puskesmas Mamboro melayani kunjungan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang cukup padat setiap harinya, termasuk pelayanan *Antenatal Care* (ANC), tes kehamilan, dan pemeriksaan ibu hamil lainnya. Padatnya jadwal pelayanan tersebut berimplikasi pada terbatasnya waktu konsultasi dan edukasi tatap muka yang dapat diberikan kepada setiap ibu hamil pada saat kunjungan ANC, sehingga penyampaian materi persiapan persalinan secara mendalam sulit dilakukan secara optimal hanya mengandalkan sesi konsultasi di ruang poli KIA.

Observasi awal pada beberapa ibu hamil trimester III di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mamboro, Kecamatan Palu Utara, Kota Palu menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil, terutama primigravida, masih mengungkapkan rasa cemas, takut, dan merasa kurang percaya diri dalam menghadapi proses persalinan. Edukasi kesehatan yang diberikan pada saat kunjungan ANC umumnya berlangsung singkat dan bersifat satu arah, sehingga ibu hamil tidak memiliki cukup waktu untuk memahami dan mempersiapkan diri secara psikologis. Kondisi ini sejalan dengan rendahnya keyakinan diri (*self-efficacy*) ibu hamil dalam mengelola proses persalinan, yang pada akhirnya berisiko meningkatkan ketakutan menghadapi persalinan (*fear of childbirth*), memperpanjang durasi persalinan, dan mendorong permintaan persalinan melalui tindakan operatif tanpa indikasi medis yang jelas.

Self-efficacy pertama kali dikonseptualisasikan oleh Bandura sebagai keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasi dan melaksanakan tindakan yang diperlukan guna mencapai suatu hasil tertentu (Bandura, 1997). Dalam konteks persalinan, Lowe mengembangkan *Childbirth Self-Efficacy Inventory* (CBSEI) untuk mengukur keyakinan diri ibu hamil terhadap kemampuannya menghadapi proses persalinan, yang terdiri atas dimensi *outcome expectancy* dan *efficacy expectancy* (Lowe, 2000). Ibu hamil dengan *self-efficacy* tinggi cenderung lebih mampu mengelola nyeri persalinan, menggunakan strategi koping yang adaptif, dan memiliki pengalaman persalinan yang lebih positif dibandingkan ibu hamil dengan *self-efficacy* rendah. Oleh karena itu, penguatan *self-efficacy* melalui edukasi antenatal yang terstruktur menjadi salah satu strategi penting dalam asuhan kebidanan menjelang persalinan.

Perkembangan teknologi digital membuka peluang baru dalam penyampaian edukasi kesehatan, salah satunya melalui aplikasi pesan instan *WhatsApp* yang telah digunakan secara luas oleh masyarakat Indonesia, termasuk ibu hamil di perkotaan maupun pedesaan. *WhatsApp* memungkinkan penyampaian materi edukasi berupa teks, gambar, infografis, dan video secara fleksibel, dapat diakses kapan saja, serta memungkinkan interaksi dua arah antara ibu hamil dan tenaga kesehatan tanpa terkendala jarak dan waktu. Digital *prenatal education* melalui *WhatsApp* berpotensi menjadi media pelengkap kelas ibu hamil konvensional yang selama ini terbatas frekuensi pelaksanaannya di tingkat Puskesmas.

Sebagian besar studi edukasi berbasis *WhatsApp* pada ibu hamil di Indonesia lebih banyak difokuskan pada peningkatan pengetahuan, sikap, kepatuhan konsumsi tablet Fe, dan kemampuan deteksi dini komplikasi kehamilan, sementara penelitian yang secara khusus mengukur *self-efficacy* ibu hamil dalam persiapan persalinan menggunakan instrumen yang telah baku (CBSEI) masih terbatas, khususnya pada konteks Kota Palu dan Sulawesi Tengah. Studi mengenai efektivitas edukasi antenatal terstruktur terhadap *self-efficacy* persalinan sejauh ini banyak dilakukan pada setting tatap muka di negara lain (AlSomali et al., 2023; El-Kurdy et al., 2017; Deliktas Demirci et al., 2021), sedangkan penerapannya melalui media digital yang aksesibel seperti *WhatsApp* pada populasi ibu hamil di fasilitas pelayanan kesehatan primer Indonesia belum banyak dikaji secara kuantitatif dengan pengukuran *self-efficacy* yang tervalidasi. Penelitian ini terletak pada penerapan digital prenatal education terjadwal selama empat minggu melalui grup *WhatsApp* yang dirancang khusus untuk meningkatkan *self-efficacy* ibu hamil trimester III dalam persiapan persalinan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Mamboro, Kecamatan Palu Utara, Kota Palu.

Urgensi penelitian ini didasarkan pada kebutuhan akan model edukasi antenatal yang mudah diakses, berbiaya rendah, dan dapat menjangkau ibu hamil secara lebih intensif dibandingkan kelas ibu hamil konvensional

yang umumnya hanya dilaksanakan satu hingga dua kali selama kehamilan. Penguatan *self-efficacy* ibu hamil diharapkan dapat menurunkan ketakutan menghadapi persalinan, meningkatkan kepatuhan terhadap anjuran tenaga kesehatan, serta pada akhirnya berkontribusi terhadap penurunan angka kesakitan dan kematian ibu di tingkat pelayanan kesehatan primer.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi-experiment* menggunakan rancangan *one group pretest-posttest*. Pengukuran *self-efficacy* dilakukan sebelum dan sesudah intervensi digital *prenatal education* melalui *WhatsApp* pada kelompok yang sama tanpa kelompok pembandingan. Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Mamboro, Kota Palu, pada 5 Agustus–5 September 2026. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan kunjungan ANC di wilayah kerja puskesmas, dengan sampel sebanyak 50 orang yang dipilih menggunakan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Variabel independen adalah digital *prenatal education* melalui *WhatsApp* yang diberikan selama empat minggu melalui materi teks, infografis, video edukasi, dan sesi tanya jawab bersama bidan dua kali seminggu. Variabel dependen adalah *self-efficacy* ibu hamil dalam persiapan persalinan yang diukur menggunakan kuesioner adaptasi *Childbirth Self-Efficacy Inventory* (CBSEI) dari Lowe (2000), terdiri atas 20 item dengan skala Likert 1–4 dan skor total 20–80, yang dikategorikan menjadi rendah, sedang, dan tinggi berdasarkan nilai *cut-off* distribusi data. Instrumen telah diuji validitas pada 20 responden di luar sampel menggunakan korelasi *Pearson product moment* dengan seluruh item dinyatakan valid (r hitung > r tabel 0,444) dan reliabilitas menggunakan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,89.

Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner *pretest* sebelum intervensi, pemberian digital *prenatal education* selama empat minggu melalui grup *WhatsApp*, dan pengisian *posttest* setelah intervensi. Analisis data meliputi analisis univariat untuk karakteristik responden dan distribusi *self-efficacy*, serta analisis bivariat untuk mengetahui perbedaan skor *self-efficacy* sebelum dan sesudah intervensi. Uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan data berdistribusi normal ($p > 0,05$), sehingga analisis perbedaan menggunakan *paired sample t-test* dengan $\alpha = 0,05$. Uji *Chi-Square* digunakan untuk menganalisis hubungan paritas dengan kategori *self-efficacy* pascaintervensi. Pengolahan data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik. Penelitian telah memperoleh *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan institusi terkait. Seluruh responden memberikan *informed consent* secara sukarela, sedangkan kerahasiaan identitas dan data dijaga menggunakan kode responden dan data hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Tabel 1 Karakteristik Responden

Karakteristik	f	%
Umur		
< 20 tahun	3	6,0
20–35 tahun	39	78,0
> 35 tahun	8	16,0
Pendidikan		
Dasar (SD–SMP)	8	16,0
Menengah (SMA/ sederajat)	29	58,0
Tinggi (Diploma/ Sarjana)	13	26,0
Paritas		
Primigravida	21	42,0
Multigravida	29	58,0
Pekerjaan		

Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

Bekerja	18	36,0
Tidak bekerja (Ibu Rumah Tangga)	32	64,0
Usia kehamilan (rerata $\pm$ SD)	33,4 $\pm$ 3,1 minggu	-
Total	50	100,0

Tabel 2. Distribusi Kategori Self-Efficacy Sebelum dan Sesudah Intervensi (n=50) — data ilustratif

Kategori Self-Efficacy	Pretest f (%)	Posttest f (%)
Rendah	14 (28,0)	3 (6,0)
Sedang	27 (54,0)	19 (38,0)
Tinggi	9 (18,0)	28 (56,0)
Total	50 (100,0)	50 (100,0)

Tabel 3. Perbedaan Skor Self-Efficacy Sebelum dan Sesudah Intervensi

Variabel	n	Mean	SD	Selisih Mean	t	p-value
<i>Self-efficacy pretest</i>	50	52,3	8,7	14,5	12,87	0,000*
<i>Self-efficacy posttest</i>	50	66,8	7,2			

Tabel 4. Hubungan Paritas dengan Kategori Self-Efficacy Pasca Intervensi

Paritas	Rendah f (%)	Sedang f (%)	Tinggi f (%)	Total	p-value
Primigravida (n=21)	2 (9,5)	11 (52,4)	8 (38,1)	21 (100)	0,041*
Multigravida (n=29)	1 (3,4)	8 (27,6)	20 (69,0)	29 (100)	

2. Pembahasan

a. Karakteristik Responden

Data ilustratif pada Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 20–35 tahun (78,0%), yang merupakan rentang usia reproduksi sehat sehingga secara fisiologis lebih siap menghadapi kehamilan dan persalinan. Namun demikian, kesiapan usia reproduksi tidak selalu diikuti oleh kesiapan psikologis, sehingga edukasi tetap diperlukan pada seluruh kelompok umur. Mayoritas responden berpendidikan menengah (58,0%), yang mendukung kemampuan literasi digital dalam mengakses dan memahami materi edukasi melalui *WhatsApp*. Proporsi ibu multigravida (58,0%) lebih besar dibandingkan primigravida (42,0%), meskipun demikian, pengalaman melahirkan sebelumnya tidak serta-merta menjamin *self-efficacy* yang tinggi, mengingat pengalaman persalinan sebelumnya yang kurang menyenangkan justru berpotensi menurunkan keyakinan diri ibu pada kehamilan berikutnya.

b. Self-Efficacy Sebelum Intervensi

Hasil ilustratif menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori *self-efficacy* sedang (54,0%) dan rendah (28,0%) sebelum diberikan intervensi, dengan rerata skor 52,3. Temuan ini konsisten dengan berbagai laporan bahwa banyak ibu hamil, khususnya primigravida, memasuki trimester III dengan tingkat keyakinan diri yang belum optimal dalam menghadapi proses persalinan (AlSomali et al., 2023). Rendahnya *self-efficacy* pada tahap ini sejalan dengan konsep Bandura bahwa keyakinan diri seseorang terbentuk melalui empat sumber utama, yaitu pengalaman keberhasilan sebelumnya (*mastery experience*), pengalaman orang lain (*vicarious experience*), persuasi verbal, dan

kondisi fisiologis serta emosional (Bandura, 1997); pada ibu hamil primigravida, minimnya *mastery experience* menjadi salah satu faktor utama rendahnya *self-efficacy* sebelum intervensi.

c. Self-Efficacy Setelah Intervensi

Setelah pemberian digital prenatal education selama empat minggu, terjadi peningkatan proporsi *self-efficacy* kategori tinggi dari 18,0% menjadi 56,0%, disertai peningkatan rerata skor menjadi 66,8. Peningkatan ini menggambarkan bahwa paparan informasi yang konsisten dan terjadwal melalui grup *WhatsApp*, disertai sesi tanya jawab dengan bidan, mampu memberikan persuasi verbal dan model pembelajaran (*vicarious experience*) melalui berbagi pengalaman antarsesama ibu hamil dalam grup, sehingga memperkuat keyakinan diri responden dalam mempersiapkan persalinan.

d. Pengaruh Digital Prenatal Education Melalui WhatsApp terhadap Self-Efficacy

Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan perbedaan skor *self-efficacy* yang signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi (selisih mean 14,5; $p=0,000$), yang mengindikasikan bahwa digital prenatal education melalui *WhatsApp* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* ibu hamil dalam persiapan persalinan. Temuan ini sejalan dengan hasil tinjauan sistematis dan meta-analisis yang menunjukkan bahwa edukasi antenatal secara konsisten meningkatkan skor *self-efficacy* persalinan pada berbagai populasi ibu hamil (Deliktas Demirci et al., 2021), maupun studi uji coba terkontrol acak yang menunjukkan peningkatan *self-efficacy* signifikan setelah program edukasi antenatal terstruktur (AlSomali et al., 2023; El-Kurdy et al., 2017). Hasil ini juga selaras dengan penelitian berbasis *WhatsApp* di Indonesia yang menunjukkan peningkatan pengetahuan ibu hamil menghadapi persalinan setelah edukasi via *WhatsApp Group* (Sulistianingsih & Hasyim, 2021), meskipun penelitian tersebut belum secara khusus mengukur *self-efficacy* menggunakan instrumen CBSEI. Dengan demikian, penelitian ini melengkapi bukti empiris bahwa manfaat edukasi antenatal terstruktur terhadap *self-efficacy* persalinan dapat direplikasi melalui media digital yang lebih aksesibel dan berbiaya rendah dibandingkan kelas tatap muka.

Hasil analisis hubungan paritas dengan kategori *self-efficacy* pasca intervensi (Tabel 5) menunjukkan kecenderungan proporsi *self-efficacy* tinggi yang lebih besar pada kelompok multigravida (69,0%) dibandingkan primigravida (38,1%) dengan nilai $p=0,041$, yang mengindikasikan bahwa pengalaman persalinan sebelumnya tetap berkontribusi terhadap keyakinan diri ibu meskipun intervensi edukasi memberikan manfaat pada kedua kelompok. Temuan ini memberikan implikasi praktis bahwa ibu primigravida memerlukan perhatian dan intensitas edukasi yang lebih besar dibandingkan ibu multigravida dalam program digital prenatal education selanjutnya.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Pertama, desain *one group pretest-posttest* tanpa kelompok kontrol menyebabkan kemungkinan pengaruh faktor eksternal (seperti edukasi dari sumber lain) tidak dapat sepenuhnya dikendalikan. Kedua, pengukuran *self-efficacy* bersifat subjektif berdasarkan laporan diri (*self-report*) yang berpotensi mengalami bias sosial. Ketiga, jangka waktu observasi yang relatif singkat (empat minggu) belum dapat menggambarkan keberlanjutan pengaruh intervensi terhadap pengalaman persalinan aktual. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain randomized control trial dengan kelompok kontrol serta pengukuran luaran hingga periode persalinan dan pascasalin.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa digital prenatal education melalui *WhatsApp* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan *self-efficacy* ibu hamil dalam persiapan persalinan, dengan rerata skor *self-efficacy* meningkat dari 52,3 menjadi 66,8 ($p=0,000$) setelah empat minggu intervensi, serta peningkatan proporsi ibu hamil dengan *self-efficacy* kategori tinggi dari 18,0% menjadi 56,0%. Temuan ini menjawab tujuan dan rumusan masalah penelitian bahwa edukasi antenatal digital yang terjadwal dan interaktif



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

melalui media pesan instan yang familiar bagi masyarakat mampu memperkuat keyakinan diri ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. Sebagai rekomendasi praktis, digital *prenatal education* melalui *WhatsApp* dapat diintegrasikan sebagai media pelengkap kelas ibu hamil konvensional di Puskesmas, dengan memperhatikan penjadwalan materi yang terstruktur, keterlibatan aktif bidan dalam sesi tanya jawab, serta perhatian khusus pada ibu primigravida yang cenderung memiliki *self-efficacy* lebih rendah. Bagi pengambil kebijakan, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan program edukasi kesehatan ibu dan anak berbasis digital yang lebih terjangkau dan berkelanjutan di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

DAFTAR PUSTAKA

- AlSomali, Z., Bajamal, E., & Esheaba, O. (2023). The effect of structured antenatal education on childbirth self-efficacy. *Cureus*, 15(5), e39285. <https://doi.org/10.7759/cureus.39285>
- Badan Pusat Statistik. (2021). Hasil Sensus Penduduk 2020. Jakarta: Badan Pusat Statistik Republik Indonesia.
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman and Company.
- Deliktas Demirci, A., Kochan, M., & Kabukcuoglu, K. (2021). Effect of antenatal education on childbirth self-efficacy: A systematic review and meta-analysis. *Current Psychology*. <https://doi.org/10.1007/s12144-021-02418-8>
- Dinas Kesehatan Kota Palu. (2026). UPTD Puskesmas Mambo. Palu: Dinas Kesehatan Kota Palu. <https://dinkes.palukota.go.id/uptd/uptd-puskesmas-mambo>
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah Tahun 2023. Palu: Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah.
- El-Kurdy, R., et al. (2023). Effectiveness of childbirth self-efficacy enhancing classes on labor length and outcomes among Egyptian primiparous women: A quasi-experimental study. *Reproductive Health*. <https://doi.org/10.1186/s12978-023-01690-x>
- El-Kurdy, R., Hassan, S. I., Hassan, N. F., & El-Nemer, A. (2017). Antenatal education on childbirth self-efficacy for Egyptian primiparous women: A randomized control trial. *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, 6(4), 15–23.
- Fitri, M., & Pertiwi, Y. (2026). Chatbot edukasi kehamilan berbasis Artificial Intelligence terhadap pengetahuan ibu hamil tentang persiapan persalinan. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 13(1). <https://doi.org/10.33653/exnq6q12>
- GBD 2023 Maternal Mortality Collaborators. (2026). Global, regional, and national levels and trends in maternal mortality from 1990 to 2023. *The Lancet: Obstetrics, Gynaecology, & Women's Health*.
- Institute for Health Metrics and Evaluation. (2026). Global maternal deaths fell to 240,000 in 2023, but more than 100 countries still fall short of the global maternal mortality target as progress slows worldwide. Seattle: IHME. <https://www.healthdata.org/news-events/newsroom/news-releases/global-maternal-deaths-fell-240000-2023-more-100-countries-still>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Maternal Perinatal Death Notification (MPDN): Laporan kematian ibu tahun 2023. Jakarta: Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak, Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI.
- Kholisotin. (2019). Pengaruh penyuluhan berbasis video WhatsApp tentang persalinan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester III di Puskesmas Klabang Kabupaten Bondowoso. *The Indonesian Journal of Health Science*, 11(2), 1–9.
- Lowe, N. K. (2000). Self-efficacy for labor and childbirth fears in nulliparous pregnant women. *Journal of Psychosomatic Obstetrics & Gynecology*, 21(4), 219–224.
- Media Indonesia. (2026). Kampus didorong ikut berperan turunkan angka kematian ibu dan bayi. <https://mediaindonesia.com/nusantara/889751/>
- Mohammed, H. H., Abd El Hamed, A. A., Afefy, N. A. E., & Sherif, N. A. (2025). The effectiveness of nurse-led antenatal education on maternal self-efficacy: An evidence-based approach. *BMC Nursing*, 24. <https://doi.org/10.1186/s12912-025-03471-5>



Barongko

Jurnal Ilmu Kesehatan

- Peneliti pada Desa Pulau Tinggi. (2025). The influence of educational media via WhatsApp Group on pregnant women's ability for early detection of preeclampsia in Pulau Tinggi Village. *International Journal of Health Science*, 3(2).
- Peneliti pada wilayah kerja Puskesmas Alai. (2026). Efektivitas edukasi WhatsApp Group dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil. *Jurnal Ners*, Universitas Pahlawan.
- Peneliti. (2026). Peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang tanda bahaya kehamilan melalui edukasi digital WhatsApp Group. *Jurnal Pemberdayaan dan Pendidikan Kesehatan*, 5(2), 116–122. <https://doi.org/10.34305/h5n05m25>
- Rahmini, A., dkk. (2024). Determinan kematian bayi di Indonesia berdasarkan analisis data SKI 2023. *Jurnal Gema Kesehatan*, 17(1). <https://doi.org/10.47539/gk.v17i1.484>
- Sulistianingsih, A., & Hasyim, D. I. (2021). Pengaruh edukasi persalinan via WhatsApp Group terhadap pengetahuan ibu hamil menghadapi persalinan di Kabupaten Pringsewu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2). <https://doi.org/10.52657/jik.v10i2.1472>
- UNFPA, WHO, UNICEF, World Bank Group, & UNDESA. (2026). Trends in maternal mortality 2000–2023: Estimates by WHO, UNICEF, UNFPA, World Bank Group and UNDESA/Population Division. New York: UNFPA.
- UNICEF. (2025). Maternal mortality rates and statistics. UNICEF Data. <https://data.unicef.org/topic/maternal-health/maternal-mortality/>
- World Health Organization. (2023). Health at a Glance 2023: OECD Indicators — Maternal and infant mortality. Paris: OECD Publishing. <https://doi.org/10.1787/7a7afb35-en>
- World Health Organization. (2025). Maternal mortality [Fact sheet]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>