

Pengaruh Edukasi Persiapan persalinan Terhadap Tingkat Percaya Diri Ibu Hamil Trimester III Menggunakan Media Poster Di Puskesmas Bumi Makmur

Muzdalipah^{1*}, Istiqamah¹, Yayuk Puji Lestari¹, Zulliatl¹

¹ Universitas Sari Mulia

Email: dafiyadaffa@gmail.com

Article History:

Received May 8th, 2026

Accepted Jun 15th, 2026

Publish Jun 23rd, 2026

Abstrak

Latar Belakang: Kehamilan trimester III merupakan periode kritis dimana ibu hamil sering mengalami peningkatan kecemasan dalam menghadapi persalinan. Kecemasan yang tidak teratasi dapat menurunkan tingkat percaya diri ibu hamil, sehingga berpotensi mempengaruhi kesiapan fisik dan psikologis saat persalinan. Oleh karena itu, diperlukan intervensi edukasi yang efektif dan mudah dipahami untuk meningkatkan kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Penggunaan media edukasi sederhana seperti poster menjadi alternatif yang potensial karena mudah diakses, ekonomis, dan dapat memberikan informasi secara berulang kepada ibu hamil. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh edukasi persiapan persalinan menggunakan media poster terhadap tingkat percaya diri ibu hamil trimester III di Puskesmas Bumi Makmur. **Metode:** Metode desain *pre-eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Sampel penelitian adalah ibu hamil trimester III yang memenuhi kriteria inklusi. **Hasil:** Adanya peningkatan tingkat percaya diri ibu hamil trimester III setelah diberikan edukasi persiapan persalinan menggunakan media poster. Analisis statistik menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan antara edukasi persiapan persalinan dengan tingkat percaya diri ibu hamil trimester III. **Simpulan:** Edukasi persiapan persalinan menggunakan media poster berpengaruh dalam meningkatkan tingkat percaya diri ibu hamil trimester III. Media poster dapat digunakan sebagai salah satu alternatif metode edukasi kesehatan yang efektif dan aplikatif di fasilitas pelayanan kesehatan primer.

Kata Kunci: Edukasi persiapan persalinan, media poster, percaya diri, ibu hamil trimester III

Abstract

Background: The third trimester of pregnancy is a critical period in which pregnant women often experience increased anxiety when facing childbirth. Unmanaged anxiety can reduce maternal self-confidence, which may affect both physical and psychological readiness for labor. Therefore, effective and easily understandable educational interventions are needed to improve maternal preparedness for childbirth. The use of simple educational media such as posters is a potential alternative, as it is easily accessible, cost-effective, and allows repeated exposure to information for pregnant women. **Objective:** To determine the effect of childbirth preparation education using poster media on the level of self-confidence among third trimester pregnant women at Bumi Makmur Primary Healthcare Center. **Methods:** This study used a *pre-experimental* design with a *one-group pretest-posttest* approach. The sample consisted of third trimester pregnant women who met the inclusion criteria. **Results:** There was an increase in the level of self-confidence among third trimester pregnant women after receiving childbirth preparation education using poster media. Statistical analysis showed a significant effect between childbirth preparation education and the level of self-confidence among third trimester pregnant women. **Conclusion:** Childbirth preparation education using poster media has a significant effect on improving the self-confidence of third trimester pregnant women. Poster media can be used as an effective and practical alternative method for health education in primary healthcare settings.

Keywords: *childbirth preparation education, poster media, self-confidence, third trimester pregnant women*

1. PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode penting yang dialami setiap perempuan dan membutuhkan kesiapan baik secara fisik maupun psikologis untuk menghadapi proses persalinan (Tambun et al., 2024) Salah satu aspek yang mempengaruhi keberhasilan persalinan adalah tingkat percaya diri ibu hamil dalam menghadapi proses persalinan. Ibu hamil yang memiliki tingkat percaya diri yang baik cenderung lebih siap secara mental, mampu mengatasi rasa takut, serta lebih mampu bekerja sama dengan tenaga kesehatan dalam proses persalinan. Namun, kenyataannya masih banyak ibu hamil trimester III yang mengalami kecemasan dan kurang percaya diri dalam menghadapi persalinan. Kondisi ini dapat mempengaruhi proses persalinan, meningkatkan risiko komplikasi, serta berdampak pada kondisi psikologis ibu.

Media poster memiliki kelebihan dalam menyajikan informasi secara visual, sederhana, mudah dipahami dan diakses oleh ibu hamil, sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan serta rasa percaya diri ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. (Setyaningsih & Prawesti, 2021) Edukasi persiapan persalinan merupakan bentuk intervensi yang dapat membantu ibu hamil meningkatkan pengetahuan, kesiapan mental, dan kepercayaan diri. (Ulya, 2023) Media poster dipilih karena sifatnya yang sederhana, mudah dipahami, menarik dan dapat diakses oleh ibu hamil dalam setting pelayanan kesehatan dasar. (Atasasih & Aziz, 2021)

Penelitian lain oleh (Sari & Riawati, 2019) menunjukkan bahwa edukasi menggunakan media visual dapat meningkatkan sikap positif dan pengetahuan ibu hamil. Studi oleh (Setyaningsih & Prawesti, 2021) menegaskan bahwa edukasi melalui media sederhana seperti leaflet dan poster mampu mengurangi kecemasan ibu menjelang persalinan.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah metode *quasi-eksperimental* dengan rancangan *pre-test* dan *post-test* tanpa kelompok kontrol (*one group pretest-posttest design*). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Bumi Makmur Pelaihari. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang berkunjung ke Puskesmas Bumi Makmur sebanyak 30 orang. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang berkunjung ke Puskesmas Bumi Makmur sebanyak 10 orang.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner terdiri pertanyaan pengetahuan tentang persiapan persalinan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN.

1) Hasil

Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Skor Tingkat Percaya Diri Ibu Hamil Trimester III Sebelum Edukasi

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Percaya diri sebelum edukasi	10	31	52	44,90	7,279

Berdasarkan table diatas, rata-rata skor tingkat percaya diri ibu hamil trimester III sebelum diberikan edukasi adalah 44,90, dengan skor terendah 31 dan skor tertinggi 52. Nilai standar deviasi sebesar 7,279.

Tabel 2. Distribusi Skor Tingkat Percaya Diri Ibu Hamil Trimester III Sesudah Edukasi

Variabel	N	Min	Max	Mean	SD
Percaya diri sebelum edukasi	10	64	78	70,70	4,762

Berdasarkan tabel diatas, skor tingkat percaya diri ibu hamil trimester III setelah diberikan edukasi adalah 70,70, dengan skor terendah 64 dan skor tertinggi 78. Nilai standar deviasi sebesar 4,762 menunjukkan bahwa variasi data lebih kecil dibandingkan sebelum edukasi

Analisis Bivariat

Tabel 3. Uji Normalitas Data

Variabel	Sig.	Keterangan
Pretest percaya diri	0,114	Normal
Posttest percaya diri	0,637	Normal

Berdasarkan table diatas, hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi pretest sebesar 0,114 dan posttest sebesar 0,637, di mana seluruh nilai $p > 0,05$.

Tabel 4. Hasil Uji Paired T-Test Percaya Diri Ibu Hamil

Variabel	Mean	Selisih Mean	t	df	p-value
Pretest	44,90	25,80	-25,033	9	0,000
Posttest	70,70				

Berdasarkan taebL diatas, hasil uji *Paired T-Test* diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$). Rata-rata skor tingkat percaya diri meningkat dari 44,90 sebelum edukasi menjadi 70,70 setelah edukasi, dengan selisih mean sebesar 25,80 poin.

2) Pembahasan

Rendahnya tingkat percaya diri pada ibu hamil trimester III ini merupakan kondisi yang umum terjadi pada masa akhir kehamilan. Trimester III merupakan periode dimana ibu mulai menghadapi realitas persalinan, sehingga muncul berbagai perasaan seperti cemas, takut, dan khawatir terhadap proses persalinan yang akan dijalani. Kondisi tersebut berpengaruh terhadap penurunan *self-efficacy* atau kepercayaan diri ibu dalam menghadapi persalinan. (Sari & Riawati, 2019).

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh (Hikmah et al., 2019) yang menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat kecemasan prenatal yang tinggi cenderung memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih rendah dalam menghadapi persalinan. Kecemasan tersebut dapat dipicu oleh ketidakpastian proses persalinan, kekhawatiran terhadap nyeri, serta risiko komplikasi baik pada ibu maupun bayi.

Selain itu, rendahnya tingkat percaya diri sebelum diberikan edukasi juga dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain kurangnya pengetahuan tentang tanda-tanda persalinan dan proses melahirkan, kurangnya pengalaman terutama pada ibu primigravida, serta keterbatasan dukungan sosial dan informasi kesehatan. Ibu hamil yang tidak memiliki cukup informasi cenderung lebih mudah mengalami kecemasan, yang pada akhirnya menurunkan rasa percaya diri dalam menghadapi persalinan. Sejalan dengan itu, penelitian oleh (Hikmah et al., 2019) menunjukkan bahwa sebelum

diberikan edukasi, tingkat pengetahuan ibu hamil dan pasangan masih berada pada kategori cukup hingga kurang. Hal ini mengindikasikan bahwa keterbatasan informasi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi kesiapan dan kepercayaan diri ibu dalam menghadapi persalinan.

Edukasi kesehatan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, menurunkan kecemasan, serta memperkuat rasa percaya diri ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Secara praktis, rendahnya skor rata-rata (44,90) sebelum edukasi mengindikasikan urgensi program edukasi persiapan persalinan (mis. poster, leaflet, kelas ibu hamil) pada layanan ANC untuk meningkatkan pengetahuan, mengurangi kecemasan, dan memperkuat keyakinan ibu dalam menghadapi proses bersalin suatu rekomendasi yang didukung oleh bukti bahwa program antenatal terstruktur meningkatkan childbirth self-efficacy. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi persiapan persalinan, ibu hamil trimester III di Puskesmas Bumi Makmur masih memerlukan dukungan informasi dan edukasi kesehatan untuk meningkatkan kesiapan mental dan rasa percaya diri dalam menghadapi persalinan.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa setelah diberikan edukasi persiapan persalinan menggunakan media poster, terjadi peningkatan tingkat percaya diri ibu hamil trimester III. Rata-rata skor percaya diri meningkat dari 44,90 sebelum edukasi menjadi 70,70 setelah edukasi, dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai $p < 0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi persiapan persalinan menggunakan media poster memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kepercayaan diri ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Peningkatan tingkat percaya diri ini dapat dijelaskan melalui peran edukasi dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil terkait proses persalinan. Media poster menyajikan informasi dalam bentuk visual yang sederhana, ringkas, dan mudah dipahami, sehingga membantu ibu hamil memahami informasi penting terkait persiapan persalinan. Selain itu, poster memungkinkan ibu untuk membaca kembali informasi secara berulang, sehingga memperkuat daya ingat dan pemahaman.

Selain itu, peningkatan percaya diri ibu hamil setelah edukasi juga dapat dijelaskan melalui teori *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Bandura. Teori ini menjelaskan bahwa keyakinan seseorang terhadap kemampuannya dapat meningkat melalui pemberian informasi yang jelas, dukungan sosial, serta penurunan kecemasan emosional. (Rohmawati et al., 2025) Edukasi persiapan persalinan memberikan gambaran yang lebih nyata mengenai proses persalinan, sehingga ibu tidak lagi merasa takut terhadap hal yang belum dipahami. Berkurangnya rasa cemas ini akan mendorong meningkatnya rasa percaya diri ibu dalam menghadapi persalinan (Kristianti et al., 2020).

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Istiqamah, SST., Bdn., M.Kes dan Yayuk Puji Lestari, SST., Bdn., M.Keb yang telah memberikan arahan dan bimbingan dalam penyelesaian penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Atasasih, H., & Aziz, A. (2021). Developing “My Plate” Poster as a Nutrition Education Media of Pregnant Women in Efforts to Prevent Stunting. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 226–233. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol7.iss2.937>
- Hikmah, N., Yuliani, I., & Kesehatan Kemenkes Malang, P. (2019). Self Efficacy Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Self Efficacy

- Pregnant Women Trimester Iii With Anxiety Level in Facing Labor. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 5(2), 123–132.
- Kristianti, S., Suwoyo, S., & Pratiwi, I. Y. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Media Video Terhadap Kecemasan Persalinan Pada Primigravida Trimester III. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 2(2), 84.
- Rohmawati, W., Qoyyimah, A. U., & Novri, A. (2025). Efektivitas Penggunaan Poster Psikoedukasi Pada Kelas Ibu Hamil. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 15(2), 45–49.
- Sari, A. N., & Riawati, D. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Selama Kehamilan. *Jurnal Kebidanan Indonesia : Journal of Indonesia Midwifery*, 10(2), 102. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i2.285>
- Setyaningsih, D., & Prawesti, I. (2021). Upaya peningkatan self efficacy ibu dalam pelaksanaan Kangaroo Mother Care dengan media poster. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 51–61. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/jurnalkesehatan/article/view/252>
- Tambun, D., Hartinah, H., Friscila, I., & Fitriani, A. (2024). Sosialisasi Poster Anemia Pada Kehamilan Di Puskesmas Kotabaru Socialization Of Anemia Posters During Pregnancy At Kotabaru Health Center. *Jurnal Pengabdian Bidang Kesehatan*, 2(1), 15–21.
- Ulya, N. (2023). Edukasi Persiapan Persalinan Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Jenggot. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Al-Irsyad*, 5(1), 1–8.