

Pengaruh Video Edukasi Animasi Terhadap Kesiapan dan Ketakutan Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil Trimester III

Shafira Pramadista

Program Studi Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta

Email: 2210711064@mahasiswa.upnvj.ac.id

ABSTRACT

Excessive fear hindered mothers' readiness to face childbirth, so effective health education was needed. However, health education through animated video for childbirth preparation remained minimal. This study analyzed the effect of animated educational videos on childbirth readiness and fear of childbirth among third-trimester pregnant women. A quasi experimental design with a One-Group Pretest-Posttest approach was used. The sample consisted of 32 third-trimester pregnant women in the working area of Puskesmas Pengasinan Depok, selected through purposive sampling. The intervention consisted of two animated educational videos on childbirth preparation, developed with the assistance of Artificial Intelligence (AI). Data were collected using the Childbirth Readiness Questionnaire and the Indonesian version of the W-DEQ Version A. The paired sample t-test showed a significant effect of the animated educational videos on increased readiness (mean 50.97 before and 55.16 after intervention) and decreased fear (mean 61.38 before and 57.78 after intervention) of childbirth among third-trimester pregnant women ($p < 0.001$). Animated educational videos can therefore be used as a health education medium to help prepare pregnant women for childbirth.

Keywords: animation; childbirth fear; childbirth readiness; educational video; pregnant women

ABSTRAK

Ketakutan yang berlebihan dapat menghambat kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan, sehingga diperlukan edukasi kesehatan yang efektif. Namun, edukasi kesehatan melalui video animasi dalam menghadapi persalinan masih minim. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pemberian video edukasi animasi terhadap kesiapan dan ketakutan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Penelitian menggunakan desain quasi eksperimen dengan One-Group Pretest-Posttest Design. Sampel penelitian berjumlah 32 ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan Depok, dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Intervensi berupa pemberian dua video edukasi animasi mengenai persiapan persalinan yang dibuat dengan bantuan kecerdasan buatan (Artificial Intelligence/AI). Data dikumpulkan menggunakan Kuesioner Kesiapan dalam Menghadapi Persalinan dan W-DEQ versi A Bahasa Indonesia. Hasil uji paired sample t-test menunjukkan adanya pengaruh signifikan pemberian video edukasi animasi terhadap peningkatan kesiapan (rata-rata 50,97 sebelum dan 55,16 setelah intervensi) dan penurunan ketakutan (rata-rata 61,38 sebelum dan 57,78 setelah intervensi) ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan ($p < 0,001$). Video edukasi animasi dapat dimanfaatkan sebagai media edukasi kesehatan untuk membantu mempersiapkan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Kata kunci: animasi; ibu hamil; kesiapan persalinan; ketakutan persalinan; video edukasi

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan periode yang sulit bagi ibu, karena pada waktu ini, ibu memerlukan dukungan dari orang-orang terdekat, khususnya dari suami, agar dapat melewati fase kehamilan hingga persalinan yang aman dan nyaman (Kemenkes, 2021). Tidak jarang ibu menghadapi berbagai kesulitan, baik secara fisik maupun psikologis. Rasa takut tersebut umumnya bersumber dari ketidaktahuan, kekhawatiran akan timbulnya rasa sakit, risiko komplikasi persalinan, serta kecemasan terhadap keselamatan diri maupun janin yang dikandungnya. Jika tidak diatasi dengan bijak dapat menyebabkan pengaruh negatif, baik secara fisik maupun mental, termasuk memperlambat kemajuan persalinan, meningkatkan risiko tindakan medis, dan memengaruhi pengalaman melahirkan secara keseluruhan (Migunani and Mawardika, 2024). Selain itu, kondisi kecemasan dan ketakutan ibu yang berlebih dapat memengaruhi kesehatan janin.

Data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 menunjukkan bahwa gangguan kesehatan mental dialami oleh kira-kira 10% ibu hamil di tingkat global, bahkan angkanya naik hingga 15,6% pada negara-negara berkembang. Sementara itu di Indonesia, penelitian mencatat ketakutan persalinan skala berat dialami oleh 45,2% ibu hamil primigravida (Marcelina, Rachmawati and Ungsianik, 2019). Ketika seorang ibu hamil mengalami tekanan emosional yang besar karena rasa takut akan melahirkan, hal tersebut bisa memengaruhi kesehatan bayi dalam kandungannya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan Lestari et al., (2023) dengan metode *Scoping Review*, menyatakan bahwa ibu hamil yang merasakan ketakutan terhadap proses melahirkan secara terus-menerus dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya kelahiran bayi prematur atau bayi lahir dengan berat badan yang rendah. Hal ini menunjukkan bahwa ketakutan menghadapi persalinan perlu diantisipasi melalui persiapan persalinan yang optimal.

Kesiapan mental ibu hamil sangat memengaruhi cara mereka menghadapi persalinan, karena kesiapan yang baik dapat mengurangi kebingungan dan meningkatkan kemungkinan ibu memperoleh perawatan yang tepat pada waktu yang sesuai (Hayati, Gustina and Irawan, 2022). Pemberian edukasi kesehatan terbukti berperan penting dalam meningkatkan kesiapan sekaligus menurunkan ketakutan persalinan (Riyanti, Soraya and Qomariyah, 2024), di mana media video dinilai efektif karena memiliki tingkat kesulitan penggunaan yang rendah serta mudah diakses melalui perkembangan teknologi digital saat ini (Fauzani et al., 2025). Namun demikian, penelitian yang secara khusus mengkaji pengaruh video edukasi animasi terhadap dua variabel penting secara bersamaan, yaitu kesiapan dan ketakutan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III, masih belum banyak dilakukan.

Perkembangan teknologi kecerdasan buatan (*Artificial Intelligence/ AI*) memungkinkan proses pembuatan media edukasi visual menjadi lebih efisien, interaktif, dan personal sesuai kebutuhan sasaran (Rrustemaj, 2025). Penelitian ini mengusulkan intervensi berupa pemberian video edukasi animasi yang dibuat dengan bantuan teknologi AI mengenai persiapan persalinan, disusun secara terstruktur meliputi aspek fisik, psikologis, logistik, dan administratif, ditujukan khusus bagi ibu hamil trimester III. Melalui pemberian intervensi edukasi video animasi ini, diharapkan terjadi peningkatan literasi dan retensi informasi kesehatan maternal yang secara langsung mampu meningkatkan kesiapan serta mereduksi tingkat ketakutan ibu hamil trimester III dalam menghadapi proses persalinan.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain quasi eksperimen *One-Group Pretest-Posttest Design*. Penelitian dilaksanakan di Puskesmas Pengasinan Depok pada bulan April sampai dengan Juni 2026. Populasi penelitian adalah ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan Depok. Sampel penelitian berjumlah 32 responden yang dipilih menggunakan teknik *non-probability sampling* jenis *accidental sampling*, dengan besar sampel dihitung

menggunakan rumus Slovin. Kriteria inklusi meliputi ibu hamil trimester III usia kehamilan 28–40 minggu yang terdaftar di wilayah kerja Puskesmas Pengasinan, bersedia diberikan intervensi, memiliki perangkat digital, serta memiliki penglihatan dan pendengaran yang baik. Kriteria eksklusi meliputi ibu hamil dengan komplikasi kehamilan, riwayat gangguan mental, mengalami kondisi darurat selama penelitian, atau tidak menyelesaikan seluruh tahapan penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah intervensi pemberian video edukasi animasi, sedangkan variabel dependen adalah kesiapan dan ketakutan menghadapi persalinan. Intervensi berupa dua video edukasi animasi berdurasi masing-masing sekitar 1 menit 36 detik dan 2 menit 12 detik, yang membahas teknik relaksasi dan manajemen rasa takut, serta persiapan logistik dan administratif menjelang persalinan. Video dikembangkan menggunakan bantuan teknologi kecerdasan buatan (ChatGPT untuk penyusunan naskah dan prompt, serta CapCut Seedance 2.0 untuk pembuatan visual animasi berbasis *text-to-video*). Video telah melalui uji validitas ahli (*expert judgment*) sebelum digunakan sebagai media intervensi.

Data karakteristik responden dikumpulkan menggunakan kuesioner, sedangkan variabel kesiapan menghadapi persalinan diukur menggunakan kuesioner adaptasi dari Putranti, (2014) yang terdiri dari 18 pertanyaan (aspek fisik dan mental) dengan skala Likert 4 poin (rentang skor 18–72; r hitung $> r$ tabel 0,339; Cronbach's Alpha 0,805). Variabel ketakutan menghadapi persalinan diukur menggunakan *Wijma Delivery Expectancy/Experience Questionnaire* (W-DEQ) versi A Bahasa Indonesia yang telah diterjemahkan oleh Astuti & Kao, (2022), terdiri dari 33 item dengan skala Likert 6 tingkat yang telah divalidasi (rentang skor 0–165; S-CVI 0,904; Cronbach's Alpha 0,938).

Pengumpulan data dilakukan melalui pengisian kuesioner *pretest* secara luring sebelum intervensi, pemberian dua video edukasi animasi secara bertahap melalui WhatsApp disertai validasi pemahaman responden, serta pengisian kuesioner *posttest* tujuh hari setelah intervensi kedua. Data dianalisis secara univariat untuk mendeskripsikan karakteristik responden, dan secara bivariat menggunakan uji *paired sample t-test* setelah uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan data berdistribusi normal. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan dengan nomor 098/KEPK-UBN/IV/2026.

HASIL

Penelitian melibatkan 32 responden ibu hamil trimester III setelah terjadi tiga kasus *drop out* akibat persalinan sebelum evaluasi selesai. Karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik responden ibu hamil trimester III (n = 32)

	Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia Ibu	Beresiko (<20 tahun dan >35 tahun)	-	-
	Tidak beresiko (20 tahun – 35 tahun)	32	100%
Tingkat Pendidikan	Pendidikan Dasar (SD/MI)	-	-
	Pendidikan Menengah Pertama (SMP/MTs)	4	12,5%
	Pendidikan Menengah (SMA/MAN/SMK)	26	81,3%
	Perguruan Tinggi	2	6,3%
Pekerjaan	Bekerja	4	12,5%
	Tidak Bekerja	28	87,5%
Paritas	Primipara	12	37,5%
	Multipara	20	62,5%
	Grandemultipara	-	-

Sumber Informasi	Tenaga Kesehatan	29	90,6%
	Lingkungan Sosial	-	-
	Media elektronik	3	9,4%
	Media cetak	-	-

Sumber: Data Penelitian 2026

Tabel 1 menunjukkan bahwa seluruh responden berada pada kelompok usia reproduksi tidak berisiko (20–35 tahun) , dengan jumlah sebanyak 32 responden (100,0%). Sebagian besar responden berpendidikan menengah yang berjumlah 26 orang (81,3%), dengan status pekerjaan tidak bekerja atau berstatus ibu rumah tangga sebanyak 28 orang (87,5%), termasuk kelompok multipara sebanyak 20 orang ibu hamil (62,5%), serta memperoleh informasi kehamilan dan persalinan dari tenaga Kesehatan yang mencapai 29 orang (90,6%).

Hasil uji normalitas Shapiro-Wilk menunjukkan seluruh variabel penelitian memiliki nilai signifikansi $>0,05$ (kesiapan sebelum intervensi 0,170 dan setelah intervensi 0,637; ketakutan sebelum intervensi 0,214 dan setelah intervensi 0,222), sehingga data berdistribusi normal dan memenuhi syarat untuk dilakukan uji *paired sample t-test*. Hasil analisis bivariat disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Pengaruh pemberian video edukasi animasi terhadap kesiapan dan ketakutan dalam menghadapi persalinan (n = 32)

	Mean $\pm$ SD	Mean Difference $\pm$ SD	P-Value	95% Confidence Interval	
				Lower	Upper
Kesiapan dalam Menghadapi Persalinan Sebelum Intervensi	50,97 $\pm$ 1,823	4,187 $\pm$ 2,276	<0,001	-5,188	-3,187
Kesiapan dalam Menghadapi Persalinan Setelah Intervensi	55,16 $\pm$ 2,284				
Ketakutan dalam Menghadapi Persalinan Sebelum Intervensi	61,38 $\pm$ 3,490	3,594 $\pm$ 4,564	<0,001	1,948	5,239
Ketakutan dalam Menghadapi Persalinan Setelah Intervensi	57,78 $\pm$ 3,230				

Sumber: Data Penelitian 2026

Tabel 2 menunjukkan adanya peningkatan rata-rata skor kesiapan menghadapi persalinan setelah pemberian video edukasi animasi (skor sebelum sebesar 50,97 dan bertambah setelah intervensi menjadi sebesar 55,16), serta penurunan rata-rata skor ketakutan menghadapi persalinan setelah intervensi (skor sebelum sebesar 61,38 dan turun setelah intervensi menjadi sebesar 57,78). Hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai $p < 0,001$ pada kedua variabel, yang berarti terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian video edukasi animasi terhadap peningkatan kesiapan dan penurunan ketakutan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III.

PEMBAHASAN

1. Karakteristik responden

Karakteristik usia menunjukkan bahwa seluruh responden dalam penelitian ini berada pada kategori usia tidak berisiko, yaitu usia 20–35 tahun sebanyak 32 responden (100%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Hesti et al., (2022), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia tidak berisiko sebanyak 23 responden (71,9%) dan penelitian ini menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan bermakna antara usia dengan kesiapan menghadapi persalinan. Penelitian Jannati et al., (2025) juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada usia tidak berisiko sebanyak 67 responden (78%) dan didapatkan hasil tidak terdapat hubungan antara usia ibu dengan ketakutan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III. Namun, penelitian lain yang dilakukan (Agustina *et al.*, 2025), menyebutkan terdapat hubungan antara usia dengan kesiapan persalinan ibu hamil trimester III, dimana sebagian besar responden berusia tidak berisiko sebanyak 55 responden (56,7%). Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa usia belum dapat dipandang sebagai faktor utama dalam menentukan kesiapan dan ketakutan menghadapi persalinan, meskipun usia tetap menjadi salah satu pertimbangan dalam menilai masa reproduksi dan perencanaan kehamilan. Dari aspek pendidikan, mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir pada tingkat menengah (SMA/MAN/SMK), yaitu sebanyak 26 responden (81,3%), sedangkan 4 responden (12,5%) berpendidikan menengah pertama (SMP/MTs) dan 2 responden (6,3%) berpendidikan perguruan tinggi. Pendidikan merupakan salah satu faktor pendukung terbentuknya pengetahuan kesehatan karena dapat memengaruhi kemampuan ibu dalam memahami informasi yang diperoleh selama kehamilan. Hasil penelitian ini sejalan dengan Agustina et al., (2025), yang menunjukkan bahwa mayoritas responden berpendidikan menengah sebanyak 81 responden (83,5%) dan terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan kesiapan persalinan pada ibu hamil trimester III. Sebaliknya, Utami & Triani, (2023) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pendidikan dengan ketakutan menghadapi persalinan, meskipun sebagian besar responden berpendidikan menengah sebanyak 36 responden (73,4%).

Berdasarkan karakteristik pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu yang tidak bekerja atau ibu rumah tangga, yaitu sebanyak 28 responden (87,5%), sedangkan 4 responden (12,5%) memiliki pekerjaan. Hasil tersebut sejalan dengan Jannah et al., (2025), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja atau merupakan ibu rumah tangga sebanyak 24 responden (80%) dari 30 responden. Palifiana et al., (2024) juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 35 responden (83,3%) dan tidak terdapat hubungan antara pekerjaan dengan ketakutan ibu hamil dalam menghadapi persalinan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa status pekerjaan bukan merupakan satu-satunya faktor yang menentukan kesiapan maupun kondisi psikologis ibu hamil, karena ibu yang bekerja maupun tidak bekerja tetap memiliki kesempatan untuk memperoleh informasi mengenai kehamilan dan persiapan persalinan dari berbagai sumber. Sementara itu, berdasarkan paritas, sebagian besar responden merupakan multipara sebanyak 20 responden (62,5%), sedangkan primipara sebanyak 12 responden (37,5%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Jannati et al., (2025), yang menunjukkan bahwa 16 responden (53,3%) merupakan multipara dan tidak terdapat hubungan bermakna antara paritas dengan ketakutan ibu menghadapi persalinan. Hasil serupa juga ditemukan oleh Utami & Triani, (2023), dengan mayoritas responden merupakan multipara sebanyak 30 responden (61,2%). Hal tersebut menunjukkan bahwa pengalaman persalinan sebelumnya tidak selalu menjadi faktor utama yang menentukan kesiapan maupun tingkat ketakutan ibu dalam menghadapi persalinan.

Berdasarkan sumber informasi, mayoritas responden memperoleh informasi mengenai kesiapan persalinan dari tenaga kesehatan, seperti bidan, dokter, dan perawat, yaitu sebanyak 29 responden (90,6%), sedangkan 3 responden (9,4%) memperoleh informasi dari media elektronik seperti telepon seluler dan internet. Hasil tersebut sejalan dengan penelitian Wada et

al., (2024), yang menunjukkan bahwa tenaga kesehatan menjadi sumber informasi utama bagi sebagian besar responden, yaitu sebanyak 119 responden (95,2%). Meskipun demikian, informasi yang diperoleh belum tentu secara langsung mencerminkan kesiapan ibu dalam menghadapi persalinan. Hal ini sejalan dengan Febrianita & Zega, (2025), yang menyatakan bahwa ibu hamil yang telah memperoleh informasi mengenai persalinan tidak selalu memiliki kesiapan mental maupun dukungan sosial yang memadai untuk menghadapinya. Dengan demikian, kesiapan menghadapi persalinan tidak hanya dipengaruhi oleh tingkat pemahaman atau informasi yang dimiliki, tetapi juga berkaitan dengan kondisi psikologis dan dukungan sosial yang diterima ibu selama kehamilan.

2. Pengaruh Video Edukasi Animasi terhadap Kesiapan Menghadapi Persalinan

Hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata kesiapan responden sebelum diberikan intervensi adalah sebesar 50,97. Skor menunjukkan bahwa sebelum diberikan edukasi, sebagian besar ibu hamil telah memiliki kesiapan dasar dalam menghadapi persalinan. Setelah diberikan intervensi berupa video edukasi animasi, rata-rata skor mengalami peningkatan yang signifikan setelah menjadi sebesar 55,16. Peningkatan skor tersebut menunjukkan adanya perubahan positif pada tingkat kesiapan ibu hamil setelah menerima intervensi. Perubahan tersebut mengindikasikan bahwa informasi yang diberikan dapat membantu ibu mengenali kebutuhan yang harus dipersiapkan.

Uji *paired sample t-test* menunjukkan hasil dengan nilai *p-value* sebesar $<0,001$ ($p<0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal tersebut menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang signifikan dari pemberian video edukasi animasi terhadap peningkatan kesiapan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III. Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh (Prabandari *et al.*, 2021), yang menunjukkan adanya pengaruh pemberian video terhadap kesiapan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III dengan nilai p 0,00 atau $p < 0,05$. Hal tersebut menunjukkan penggunaan video edukasi animasi dapat menjadi alternatif media edukasi kesehatan yang efektif dalam membantu meningkatkan kesiapan persalinan pada ibu hamil trimester III.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Widyastuti *et al.*, 2025) dengan menggunakan desain quasi eksperimen dengan uji Independent t-test, menemukan bahwa adanya peningkatan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil sebelum dan setelah pemberian edukasi dengan video animasi. Temuan tersebut menunjukkan bahwa media video animasi mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil melalui penyampaian informasi yang lebih menarik, mudah dipahami, dan mudah diingat. Pengetahuan yang baik menjadi dasar bagi ibu hamil dalam mempersiapkan persalinan, karena ibu dapat memahami berbagai aspek yang perlu dipersiapkan, baik secara fisik, psikologis, logistik, maupun administratif. Dengan demikian, peningkatan pengetahuan menjadi salah satu faktor yang mendukung meningkatnya kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Penggunaan video edukasi berupa animasi yang dibuat dengan bantuan teknologi *Artificial Intelligence* (AI) dalam penelitian ini memberikan pembaruan (*novelty*). Teknologi *Artificial Intelligence* (AI) memberikan efisiensi bagi peneliti dalam memproduksi media edukasi tanpa memerlukan proses desain yang rumit, sehingga menghemat waktu dan alokasi sumber daya selama tahapan persiapan penelitian. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Rrustemaj, 2025) yang menyatakan bahwa pemanfaatan teknologi *Artificial Intelligence* (AI) dalam pengembangan media edukasi merupakan salah satu bentuk inovasi yang sejalan dengan perkembangan teknologi global di bidang pendidikan dan kesehatan yang lebih mudah diterima dan diakses oleh masyarakat. Penggunaan animasi juga mampu menyajikan informasi mengenai persiapan persalinan secara lebih menarik melalui kombinasi visual, narasi, dan ilustrasi, sehingga memudahkan ibu hamil dalam memahami materi yang diberikan.

Kesiapan melahirkan tidak hanya ditentukan oleh kondisi fisik ibu hamil, tetapi juga oleh pengetahuan yang dimiliki mengenai berbagai persiapan yang perlu dilakukan sebelum

persalinan. Pengetahuan yang baik berkontribusi terhadap terbentuknya kesiapan ibu hamil dalam menghadapi persalinan (Retna *et al.*, 2022). Dengan demikian, penggunaan media video animasi dengan bantuan AI dapat menjadi inovasi yang efektif dalam meningkatkan pemahaman, kesiapan, serta kualitas pelayanan keperawatan bagi ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

3. Pengaruh Pemberian Video Edukasi Animasi Terhadap Ketakutan dalam Menghadapi Persalinan

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata skor ketakutan responden sebelum diberikan intervensi (*pretest*) adalah sebesar 61,35, kemudian menurun menjadi 57,78 setelah diberikan intervensi video edukasi animasi. Penurunan skor ini menunjukkan adanya perubahan positif, di mana tingkat ketakutan ibu hamil terhadap persalinan menjadi lebih rendah setelah menerima edukasi. Sedangkan, hasil uji *paired sample t-test* menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Hasil tersebut menunjukkan bahwa pemberian video edukasi animasi berpengaruh signifikan terhadap penurunan ketakutan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan. Hal ini menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan mampu menurunkan intensitas ketakutan ibu hamil.

Penurunan skor ketakutan ini mencerminkan adanya perubahan persepsi dan cara pandang yang nyata pada diri ibu hamil trimester III setelah terpapar intervensi. Rasa takut yang dirasakan ibu sebelum diberikan edukasi sebagian besar bersumber dari ketidaktahuan serta bayangan subjektif yang keliru mengenai rasa sakit saat melahirkan. Melalui video animasi yang dikemas secara sistematis, informasi yang menenangkan secara perlahan menggantikan asumsi-asumsi negatif tersebut, sehingga memicu perubahan kognitif yang positif. Perubahan ini terlihat dari cara ibu mulai menyikapi tanda-tanda persalinan secara lebih realistis dan optimistis, serta menunjukkan kemauan untuk beradaptasi dengan mempraktikkan teknik koping yang diajarkan. Pergeseran dari kondisi emosional yang tegang menjadi lebih siap dan tenang inilah yang secara bertahap mereduksi intensitas ketakutan ibu menjelang persalinan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sufiani and Bustamin, 2025) dengan menggunakan desain quasi eksperimen dengan uji Independent t-test yang menemukan bahwa pendidikan kesehatan dengan menggunakan video animasi berdampak positif dalam mengurangi ketakutan terhadap proses persalinan dan meningkatkan kesiapan mental ibu sebelum melahirkan. Ketika ibu mengetahui apa yang harus dipersiapkan dan bagaimana menghadapi proses persalinan, rasa takut yang muncul akibat ketidaktahuan cenderung berkurang. Hal ini menunjukkan bahwa media video dapat menjadi salah satu alternatif media pendidikan kesehatan yang efektif dalam membantu menurunkan ketakutan ibu hamil trimester III dalam menghadapi persalinan.

Intervensi berupa pemberian video edukasi dilakukan bertujuan untuk membantu ibu hamil trimester III mengurangi ketakutan dalam menghadapi persalinan. Video yang berisi hubungan antara stres, ketegangan, dan nyeri persalinan, serta cara mengatasinya melalui teknik pernapasan, relaksasi otot, dan posisi nyaman saat kontraksi. Video dibuat dengan bantuan *Artificial Intelligence* (AI) sebagai inovasi teknologi dalam media edukasi kesehatan. Pemanfaatan AI memungkinkan penyajian animasi yang lebih menarik dan efisien tanpa mengurangi kualitas informasi yang disampaikan. Melalui kombinasi visual, audio, dan ilustrasi yang sistematis, video mampu memberikan gambaran yang lebih nyata sehingga membantu ibu hamil memahami materi dengan lebih baik dan mengurangi ketakutan dalam menghadapi persalinan.

Peningkatan pengetahuan yang diperoleh melalui edukasi kesehatan berperan dalam menurunkan kecemasan ibu terhadap proses persalinan (Isnawati, 2022). Dalam penelitian ini, edukasi disampaikan melalui video animasi yang dikembangkan dengan bantuan teknologi *Artificial Intelligence* (AI) sebagai bentuk inovasi dalam media edukasi kesehatan. Efektivitas tersebut didukung oleh karakteristik media audio visual yang mampu menyampaikan informasi melalui berbagai pancaindra sehingga materi lebih mudah dipahami dan diingat oleh ibu

(Kristianti, Suwoyo and Pratiwi, 2020). Oleh karena itu, video edukasi animasi layak dipertimbangkan sebagai media edukasi dalam pelayanan antenatal untuk mendukung kesiapan psikologis ibu hamil menghadapi persalinan serta mengurangi ketakutan akan persalinan pada ibu hamil.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa karakteristik ibu hamil trimester III di Puskesmas Pengasinan Kota Depok sebagian besar responden berada pada usia reproduksi tidak berisiko dengan mayoritas paritas multipara, berpendidikan terakhir menengah, tidak bekerja atau berstatus sebagai ibu rumah tangga, serta sebagian besar memperoleh informasi mengenai kehamilan dan persalinan dari tenaga kesehatan. Sebelum diberikan intervensi video edukasi animasi, tingkat kesiapan menghadapi persalinan responden berada pada kategori cukup dan setelah intervensi meningkat menjadi kategori baik. Sebaliknya, tingkat ketakutan menghadapi persalinan mengalami penurunan setelah responden diberikan intervensi video edukasi animasi. Hasil analisis statistik menunjukkan bahwa intervensi video edukasi animasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kesiapan dan penurunan ketakutan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III. Dengan demikian, intervensi video edukasi animasi dapat dijadikan sebagai salah satu media edukasi kesehatan yang efektif dalam mempersiapkan ibu hamil trimester III menghadapi persalinan.

SARAN

a. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil, khususnya yang berada pada usia kehamilan trimester III, diharapkan dapat secara proaktif meningkatkan literasi kesehatan terkait persiapan persalinan. Peningkatan literasi ini dapat dicapai melalui optimalisasi pemanfaatan media cetak resmi seperti Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), leaflet, maupun brosur, yang dikombinasikan dengan pemanfaatan media digital secara bijak. Selain itu, ibu hamil disarankan untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan Kelas Ibu Hamil serta mengoptimalkan dukungan sosial dari suami, keluarga, dan komunitas guna membangun kesiapan fisik maupun mental dalam menghadapi proses persalinan.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan (khususnya bidan dan perawat) di fasilitas pelayanan kesehatan primer disarankan untuk mengintegrasikan media edukasi berbasis video animasi ke dalam program promosi kesehatan rutin. Pemanfaatan media audio-visual ini dapat diterapkan pada layanan asuhan kehamilan (Antenatal Care / ANC) maupun Kelas Ibu Hamil sebagai sarana edukasi pendukung yang inovatif, interaktif, dan mudah dicerna, sehingga mampu meningkatkan pemahaman serta retensi informasi pasien secara lebih efektif dibandingkan metode edukasi konvensional.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan tinggi keperawatan dan kebidanan diharapkan dapat terus mendorong pengintegrasian teknologi modern ke dalam kurikulum pembelajaran dan promosi kesehatan, salah satunya melalui pemanfaatan Artificial Intelligence (AI) untuk pengembangan media edukasi berbasis animasi. Di samping itu, temuan dan instrumen dalam penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi ilmiah, sumber literatur pendukung, serta bahan kajian akademis dalam pengembangan inovasi media pendidikan kesehatan maternal di masa depan.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk memperluas metodologi penelitian dengan menerapkan desain eksperimen yang lebih kompleks, seperti quasi eksperimen yang melibatkan kelompok kontrol maupun *Randomized controlled trial* (RCT). Penggunaan ukuran sampel yang lebih besar di beberapa pusat pelayanan kesehatan juga sangat direkomendasikan untuk meningkatkan validitas eksternal dan generalisasi hasil penelitian. Selain itu, penelitian mendatang dapat mengombinasikan intervensi video edukasi animasi berbasis AI dengan metode intervensi komplementer lainnya (seperti konseling individual, simulasi persalinan, atau pendampingan suami) serta mengukur variabel luaran klinis jangka panjang, seperti tingkat kecemasan postpartum, durasi persalinan, atau luaran neonatal.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, R. *et al.* (2025) "Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesiapan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Ambarawa," *Jurnal Medika Malahayati*, 9(1), pp. 173–183. Available at: <https://doi.org/10.33024/jmm.v9i1.16373>.
- Astuti, Y.L. and Kao, C. (2022) "Penerjemahan Dan Validasi Instrumen Takut Melahirkan Ke Dalam Bahasa Indonesia : W-DEQ Versi A," *Journal of Midwifery Science and Women's Health*, 3(47), pp. 23–32. Available at: <https://doi.org/10.36082/jmswh.v3i1.814>.
- Fauzani, M.A. *et al.* (2025) "Pengaruh Media Edukasi Audiovisual Terhadap Perilaku Ibu dalam Menghitung Gerakan Janin," *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 16(1), p. 62. Available at: <https://doi.org/10.36419/jki.v16i1.1309>.
- Febrianita, Y. and Zega, F. (2025) "Hubungan Pengetahuan Dengan Kesiapan Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Di Praktek Bidan Di Wilayah Rejosari," (*Jurnal Keperawatan Abdurrah*, 09(01).
- Hayati, S., Gustina, R. and Irawan, E. (2022) "Relationship Between Pregnant Women's Knowledge in the Third Trimester About Childbirth and Readiness to Face Labor in Gumuruh Public Health Center," *KnE Medicine*, 2022, pp. 308–317. Available at: <https://doi.org/10.18502/kme.v2i2.11094>.
- Hesti, N., Zulfita and Ryantori, R. (2022) "Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Persiapan Persalinan pada Ibu Hamil di Kelurahan Anduring," *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 22(2), pp. 831–836. Available at: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v22i2.1963>.
- Jannah, M., Fitria, I. and Nuraina (2025) "Hubungan Paritas dan Kecemasan Ibu Menjelang Persalinan: Studi Cross-Sectional Di PMB Rosdiana, Kecamatan Jeunieb, Kabupaten Bireuen," *Jurnal Kebidanan*, 4(2), pp. 205–212.
- Jannati, S.H. *et al.* (2025) "Karakteristik Ibu (Usia, Paritas, Pendidikan) dan Dukungan Suami Dengan Kecemasan Ibu Hamil Trimester III," *Jurnal Kesehatan Qamarul Huda*, 13(2), pp. 81–95. Available at: <https://doi.org/10.37824/jkqh.v13i1.2025>.
- Kemenkes (2021) *Buku Saku Merencanakan Kehamilan Sehat*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kristianti, S., Suwoyo and Pratiwi, I.Y. (2020) "Pemanfaatan Media Video Dalam Mengatasi Kecemasan Primigravida Menghadapi Persalinan," *Majory Malang Journal Of Midwifery*, 1(2), pp. 110–118.
- Lestari, S., Hermayanti, Y. and Maryati, I. (2023) "Dampak Ketakutan Terhadap Proses Intranatal," *Journal of Telenursing*, 5, pp. 3128–3136.
- Marcelina, L.A., Rachmawati, I.N. and Ungsianik, T. (2019) "Dissatisfaction with The Husband Support Increases Childbirth Fear Among Indonesian Primigravida," *Enfermeria Clinica*, 29(Insc 2018), pp. 379–383. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.enfcli.2019.04.047>.
- Migunani, A.S.A. and Mawardika, T. (2024) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Media Video Animasi Tentang Persiapan Persalinan terhadap Fear of Childbirth (Foc) pada Ibu Hamil," *Journal of Holistics and Health Sciences*, 6(1), pp. 73–80. Available at: <https://doi.org/10.35473/jhhs.v6i1.380>.

- Netty Isnawati (2022) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Mengenai Proses Persalinan Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester III Di Desa Talagasari," 1(1), pp. 1-8.
- Palifiana, D.A. *et al.* (2024) "Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan ditinjau dari Usia, Paritas dan Pekerjaan," *Prosiding Seminar Nasional*, 6(1), pp. 70-76.
- Prabandari, F. *et al.* (2021) "Pengaruh Video Persiapan Persalinan Terhadap Kesiapan Menghadapi Persalinan Pada Primigravida Trimester III," pp. 21-28.
- Putranti, V.P.T. (2014) "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tentang Persalinan dengan Kesiapan Primigravida Menghadapi Persalinan," 2(1), pp. 1-7. Available at: <https://www.scopus.com/inward/record.uri?eid=2-s2.0-33645547325%7B%7DpartnerID=40%7B%7Dmd5=5c937a0c35f8be4ce16cb392381256da%0Ahttp://jtk.unsri.ac.id/index.php/jtk/article/view/4/6%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.biortech.2008.12.046%0Ahttp://dx.doi.org/10>.
- Retna, T. *et al.* (2022) "Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III (Primigravida) Tentang Persiapan Persalinan Di Kecamatan Semanding, Kabupaten Tuban," *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, 6(1). Available at: <https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i1.3429>.
- Riyanti, L.I., Soraya, D. and Qomariyah, Q. (2024) "Efektifitas Komunikasi Informasi Edukasi (KIE) Persiapan Persalinan Untuk Mengurangi Kecemasan Ibu Hamil Trimester III Dalam Menghadapi Persalinan," *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan dan Kebidanan*, 2(1), pp. 12-21. Available at: <https://doi.org/10.61132/corona.v2i1.81>.
- Rrustemaj, M. (2025) "Artificial Intelligence (AI) in Education," *International Journal Of Research And Innovation In Social Science*, IX(2454), pp. 867-876. Available at: <https://doi.org/10.47772/IJRISS>.
- Sufiani, A. and Bustamin, S. (2025) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Video Animasi Dalam Upaya Mengurangi Ketakutan Persalinan (Fear Of Childbirth) Pada Ibu Hamil," *Journal of Holistic Health and Nursing*, 1(1), pp. 43-57. Available at: <https://doi.org/10.54065/john.xx.xx-xx>.
- Utami, H.T. and Triani, Y. (2023) "Hubungan Pendampingan Suami Dengan Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin Di RS Umi Barokah Kabupaten Boyolali," *Journal of Educational Innovation and Public Health*, 1(4).
- Wada, F.H. *et al.* (2024) "Gambaran Perilaku Ibu Hamil Mencari Informasi Kesehatan Tentang Kehamilan Di Wilayah Puskesmas Aren Jaya Kota Bekasi," *Jurnal Ilmu Kesehatan Mandira Cendikia*, 3(1), pp. 266-274.
- Widyastuti, D. *et al.* (2025) "Edukasi Persiapan Persalinan bagi Ibu Hamil : Inovasi Melalui Video Animasi," *Jurnal Pesut*, 3(1), pp. 43-49. Available at: <file:///C:/Users/ASUS J1/Downloads/4498+43-49.pdf>.