

## PENGARUH PENERAPAN APLIKASI “BIDANKU” TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN EFIKASI DIRI IBU NIFAS

*The Effect of Application of "Bidanku" Information System on Increasing Knowledge and Self-Efficacy of Postpartum Mothers*

**Farhati Farhati<sup>1\*</sup>, Yulia Ulfah Fatimah<sup>1</sup>, Chris Sriyanti<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung,  
Email: f4rh4t1@gmail.com

### ABSTRACT

*The postpartum period is a critical period for the mother, approximately 60% of maternal deaths occur after delivery, and 50% of postpartum deaths occur within the first 24 hours of labour. This period is an important transitional period, but in women's health care, it is an aspect that is often neglected. Preparations for the puerperium that have not been given since pregnancy have caused mothers not to know how to properly care for themselves and their babies. One of the bridges to optimize postnatal education efforts is through the development of the "BIDANKU" application which contains information and care management that can be used as a guide for postpartum mothers so that they can live the postpartum period in a healthy, safe, and prosperous manner. This study aimed to analyze the effect of applying the application "Bidanku" on increasing the knowledge and self-efficacy of postpartum mothers. This research was a quasi-experimental pre-post test design with control groups conducted in the city of Bandung with 60 samples of postpartum mothers as subjects. The analysis used a numerical categorical comparative test. The results showed that there were significant differences in the knowledge and self-efficacy of postpartum mothers between the control and treatment groups with a  $p < 0.05$ . The application of the "Bidanku" application plays a role in increasing the knowledge and self-efficacy of postpartum mothers. The "Bidanku" application can be used as an alternative educational medium in midwifery care for postpartum mothers.*

**Keywords:** *The "Bidanku" Application, Knowledge, Self-efficacy, Postpartum Mother*

### ABSTRAK

Periode postpartum merupakan periode kritis bagi ibu, sekitar 60% kematian ibu terjadi setelah melahirkan, dan 50% kematian postpartum terjadi dalam 24 jam pertama persalinan. Masa ini merupakan masa transisi yang penting, namun dalam perawatan kesehatan wanita, ini menjadi aspek yang sering diabaikan. Persiapan masa nifas yang tidak diberikan sejak masa kehamilan, menyebabkan ibu tidak mengetahui cara perawatan diri dan bayinya dengan baik. Salah satu jembatan untuk mengoptimalkan upaya edukasi postnatal adalah melalui pengembangan aplikasi “Bidanku” yang berisi informasi dan manajemen perawatan yang dapat digunakan sebagai panduan bagi ibu nifas, sehingga dapat menjalani masa nifas dengan sehat, selamat, dan sejahtera. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis pengaruh penerapan aplikasi “bidanku” terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas. Penelitian ini merupakan penelitian *quasi eksperimen pre-post test design with control groups* yang dilakukan di Kota Bandung dengan subjek ibu nifas yang terdiri dari kelompok intervensi dan kontrol dengan masing-masing sampel sejumlah 30 ibu nifas. Analisis menggunakan uji Mann Whitney untuk kelompok tidak berpasangan dan uji Wilcoxon untuk kelompok

berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas antara kelompok kontrol dan perlakuan dengan nilai  $p < 0,05$ . Aplikasi "Bidanku" dapat dijadikan alternatif media edukasi dalam asuhan kebidanan pada ibu nifas.

Kata kunci: Aplikasi "Bidanku", Pengetahuan, Efikasi diri, Ibu Nifas

## PENDAHULUAN

Periode postpartum adalah periode kritis bagi ibu, sekitar 60% kematian ibu terjadi setelah melahirkan, dan 50% kematian postpartum terjadi dalam 24 jam pertama persalinan. Masa ini merupakan masa transisi yang penting, namun dalam perawatan kesehatan wanita, ini menjadi aspek yang sering diabaikan.<sup>1</sup> Selama masa nifas, ibu mengalami serangkaian perubahan fisik, emosional dan sosial yang dapat mengganggu rutinitas sehari-hari mereka<sup>2</sup> Dalam periode ini dilaporkan sering terjadi masalah seperti masalah fisik, mental, dan emosional termasuk kelelahan, kekhawatiran berkaitan dengan hubungan seksual, wasir, sembelit, masalah menyusui, kecemasan, stres, gangguan tidur, depresi, perdarahan, inkontinensia urin, dan gangguan stres pasca trauma.<sup>3</sup> Kesehatan wanita setelah melahirkan adalah faktor yang paling penting yang mempengaruhi kesehatan anak-anak mereka.<sup>4</sup>

Adanya kesalahan informasi dan adat/kebiasaan di masyarakat yang dinilai cenderung tidak rasional, membuat kebingungan bagi ibu nifas, terutama ibu yang pertama kali melahirkan (primipara). Persiapan masa nifas yang tidak diberikan sejak masa kehamilan, menyebabkan ibu tidak mengetahui cara perawatan diri dan bayinya dengan baik. Ibu merasa kurang waktu dan ruang pribadi dalam mengendalikan kehidupan mereka. Penelitian yang dilakukan oleh Sagita Eldawati (2017) menyebutkan bahwa sebagian besar ibu nifas (58,5%) mempunyai tingkat pengetahuan buruk terkait dengan perawatan masa nifas.<sup>5</sup>

Periode masa nifas yang dijalani

ibu postpartum masih memiliki berbagai kendala salah satunya persepsi yang belum sinergis dengan anjuran kesehatan. Paradigma perawatan post partum yang baru menekankan bahwa ibu post partum adalah ibu sehat dan merupakan peristiwa yang fisiologis, sehingga prinsip keperawatannya berorientasi pada kemandirian ibu. Peran sebagai orang tua tidak terlepas dari partisipasi atau kerja sama antara ibu dan keluarga (suami) serta anggota keluarga yang lain.<sup>6</sup> Keterlibatan keluarga besar dalam perawatan bayi sejauh ini disalah artikan, dimana perawatan bayi diserahkan pada anggota keluarga yang lain. Kondisi ini membuat ibu nifas cenderung merasa belum siap dalam melakukan perkembangan dan tugas-tugas perawatan bagi diri serta bayinya. Oleh karena itu pentingnya adanya pembelajaran pada periode postnatal yang memiliki tujuan untuk mengadaptasikan ibu dan keluarga berpartisipasi dalam perawatan ibu nifas dan bayi baru lahir melalui pendidikan postnatal.<sup>7</sup>

Media dalam pendidikan kesehatan dapat beraneka ragam. Dewasa ini, penggunaan teknologi informasi sedang gencar digiatkan. Teknologi informasi (TI) telah mengubah paradigma kehidupan manusia, hampir semua aspek kehidupan aktivitas manusia di pengaruhi oleh peran serta TI untuk mendukung kehidupan. Aplikasi *Mobile phone* dapat digunakan sebagai suatu inovasi pendidikan kesehatan.<sup>8</sup> Beberapa hasil penelitian menyimpulkan bahwa pendidikan kesehatan melalui aplikasi berbasis *smartphone* dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu

nifas.<sup>8-11</sup>

Secara teoritik, edukasi yang memanfaatkan aplikasi berbasis android (*smartphone*) dapat mempermudah subyek sasaran untuk menangkap dan memahami pesan yang disampaikan. Android merupakan salah satu sistem operasi smartphone yang terbaik dan paling banyak dipergunakan di seluruh dunia sebagai media pendidikan bila dibanding dengan sistem operasi iOS, Blackberry, dan windows, serta memberikan kemudahan untuk mengembangkan aplikasi. Media aplikasi android dapat berperan selayaknya tutor dimana aplikasi android menyajikan informasi melalui layanan handphone dan sasaran diberikan kesempatan untuk berinteraksi dengan informasi tersebut.<sup>14</sup>

*Smartphone* sebagai media promosi kesehatan diharapkan mampu memfasilitasi masyarakat dalam mendapatkan informasi kesehatan. Salah satu jembatan untuk mengoptimalkan upaya edukasi *post natal* adalah melalui pengembangan aplikasi "BIDANKU" yang berisi informasi dan manajemen perawatan yang dapat digunakan ibu nifas sebagai panduan perawatan bagi ibu nifas sehingga dapat menjalani masa nifas dengan sehat, selamat, dan sejahtera. Dampak dari peningkatan pemahaman ibu *postpartum* tersebut ibu akan memiliki kemampuan *competent mothering* secara optimal. Hal ini tentunya berkontribusi terhadap optimalisasi status kesehatan ibu maupun bayi yang dilahirkan, sehingga dapat berdampak untuk menekan angka kematian ibu dan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh penerapan aplikasi "bidanku" terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas.

## METODE

Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperiment *pre-post test with control group* yang dilakukan terhadap 60 subjek ibu nifas di Kota Bandung yang

terdiri dari 30 subjek kelompok intervensi dan 30 subjek kelompok kontrol.

Pengambilan sampel dilakukan berdasarkan *consecutive sampling* yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah ibu nifas yang memeriksakan diri ke Puskesmas Garuda dan Ibrahim Adjii, memiliki *smartphone*, bisa baca tulis, dan bersedia menjadi responden. Kriteria eksklusi adalah lokasi tidak ada sinyal, *smartphone* android tidak support dengan aplikasi. Penelitian dilaksanakan pada bulan September sampai dengan November 2022. Pengambilan data terhadap tingkat pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Setiap sampel pada kelompok perlakuan diberikan edukasi menggunakan aplikasi "Bidanku" sedangkan kelompok kontrol mendapatkan edukasi melalui pelayanan standar di puskesmas. Analisis univariabel dilakukan perhitungan skor pengetahuan dan efikasi diri dari masing-masing kelompok. Analisis bivariabel menggunakan uji Mann Whitney pada kelompok tidak berpasangan serta uji Wilcoxon pada kelompok berpasangan. Kemaknaan hasil uji ditentukan berdasarkan nilai  $p < 0.05$ . Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan kaji etik yang dikeluarkan oleh KEPK Poltekkes Kemenkes Bandung dengan No. 04/KEPK /EC?X/2022.

## HASIL

### Karakteristik subjek penelitian

Penelitian ini dilakukan terhadap 60 subjek yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi di wilayah Kerja Puskesmas Garuda dan Ibrahim Adjii Kota Bandung. Subjek dibagi menjadi 2kelompok yaitu kelompok yang mendapat perlakuan yaitu diberikan aplikasi "Bidanku" dan kelompok kontrol yang mendapatkan pelayanan standar di Puskesmas.

**Tabel 1. Kesetaraan Karakteristik Subjek Kelompok Perlakuan dan Kontrol**

Karakteristik Subjek Penelitian	Perlakuan n =30	Kontrol n = 30	Nilai p
Umur (Tahun)			
- Mean (SD)	27,6 (2,5)	27,8 (2,3)	0,994**
- Median	26,5	26	
- Range	23	23	
Tingkat Pendidikan			
- Dasar	0	0	0,5***
- Menengah	28	27	
- Tinggi	2	3	
Paritas			
- Mean (SD)	2,30 (0,9)	2,20 (0,8)	0,955*
- Median	2	2	
- Range	4	3	
Skor Pengetahuan (pre)			
- Mean (SD)	73,33 (13,21)	74 (15,88)	0,860*
- Median	75,00	75	
Range	60	60	
Skor Efikasi diri (pre)			
- Mean (SD)	47,40 (4,9)	47,03 (3,9)	0,752*
- Median	47,00	47	
- Range	17	17	

\* Unpaired T Test

\*\*) Uji Mann Whitney

\*\*\*)Uji Chi-Square

Berdasarkan hasil analisis perbandingan kedua kelompok subjek penelitian pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa kedua kelompok setara, terlihat dari karakteristik usia, tingkat pendidikan, status paritas, skor pengetahuan pre, dan skor efikasi diri pre mempunyai nilai  $p > 0,05$  yang menunjukkan bahwa kedua kelompok subyek penelitian tidak ada perbedaan yang bermakna sehingga layak untuk

diperbandingkan.

#### 1. Perbedaan Skor Pengetahuan Pre dan Post Test pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Analisis perbedaan skor pengetahuan pada kedua kelompok dilakukan dengan membandingkan skor pengetahuan *pre* dan *post test* seperti tercantum pada tabel dibawah ini.

**Tabel 2. Perbedaan Skor Pengetahuan Pre dan Post Test pada Kedua Kelompok**

Pengetahuan	Min - Max	Mean $\pm$ SD	Selisih rerata $\pm$ SD	Nilai P
<b>Perlakuan</b>				
Pre test	50 – 90	73,33 $\pm$ 13,2	11,4 $\pm$ 2,4	0,000*
Post test	70 - 100	84,7 $\pm$ 11,6		0,000**
<b>Kontrol</b>				
Pre test	40 -100	74 $\pm$ 15,8	2,3 $\pm$ 4,3	0,090*
Post test	60 -100	76,3 $\pm$ 11,5		

Ket \*) Uji Wilcoxon

\*\*) Uji Mann Whitney

Pada tabel 2 diatas berdasarkan hasil uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan peningkatan skor pengetahuan yang signifikan pada kelompok perlakuan antara sebelum dan sesudah intervensi dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Hal sebaliknya terlihat tidak terdapat perbedaan

bermakna skor pengetahuan pada kelompok kontrol dengan nilai  $p>0,05$ . Berdasarkan hasil uji Mann Whitney terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan skor pengetahuan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ).

**Tabel 3. Perbedaan Skor Efikasi Diri Pre dan Post Test pada Kedua Kelompok**

<b>Skor Efikasi Diri</b>	<b>Kelompok</b>		<b>Nilai p</b>
	<b>Perlakuan (n=30)</b>	<b>Kontrol (n=30)</b>	
Pre test			
Mean (SD)	47,40 (4,9)	47,03(3,9)	0,150**
Median	47	47	
Range	17	17	
Post test			
Mean (SD)	52,77 (2,6)	47,20 (3,9)	0,000**
Median	53	48	
Range	9	17	
Selisih pre-post			
Mean (SD)	5.3 (2,3)	0.7 (0)	0.000**
Median	6	1	
Range	8	0	
Nilai p	0.000*	0.865*	

Ket \*) Paired t-test

\*\*) Unpaired t-test

Pada tabel 3 diatas berdasarkan hasil uji Paired t-test menunjukkan perbedaan peningkatan skor efikasi diri yang signifikan pada kelompok perlakuan antara sebelum dan sesudah intervensi dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Hal sebaliknya terlihat tidak terdapat perbedaan bermakna skor

efikasi diri pada kelompok kontrol dengan nilai  $p>0,05$ . Berdasarkan hasil uji Unpaired t-test terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan skor efikasi diri antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ )

**Tabel 4. Perbedaan Kategori Peningkatan Skor Pengetahuan Post Test antara Kedua Kelompok**

<b>Kelompok</b>	<b>Peningkatan pengetahuan</b>		<b>Total</b>	<b>Nilai p*</b>	<b>RR* (IK 95%)</b>
	<b>Tidak Meningkat</b>	<b>Meningkat</b>			
Kontrol (n=30)	20 (66,6 %)	10 (33,4%)	30 (100%)	0.000	2,2 (1.3 – 3,9)
Perlakuan (n=30)	8 (16,7%)	22 (73,3%)	30 (100%)		

\*Uji Chi Square

Pada tabel 4 diatas dapat diketahui

bahwa dari 60 subjek penelitian yang diteliti, kelompok yang mendapatkan

perlakuan yaitu penerapan aplikasi "Bidanku" sebagian besar mengalami peningkatan skor pengetahuan yaitu sebanyak 22 subjek (73,3%) sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar tidak mengalami perubahan. Terdapat perbedaan tingkat peningkatan skor pengetahuan

antara kelompok kontrol dan perlakuan dengan nilai  $p < 0.05$  dan RR: 2,2. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan aplikasi "Bidanku" berdampak terhadap peningkatan skor pengetahuan sebesar 2,2 kali dibandingkan dengan kelompok kontrol.

**Tabel 5. Perbedaan Kategori Peningkatan Skor Efikasi Diri Post Test antara Kedua Kelompok**

Kelompok	Peningkatan efikasi diri			Nilai p*	RR* (IK 95%)
	Tidak Meningkat	Meningkat	Total		
Kontrol (n=30)	17 (56,7 %)	13 (43,3%)	20 (100%)	0.000	2,1 (1,4 – 3,3)
Perlakuan (n=30)	2 (6,7%)	28 (93,3%)	20 (100%)		

\*Uji Chi Square

Pada tabel 5 diatas dapat diketahui bahwa dari 60 subjek penelitian yang diteliti, kelompok yang mendapatkan perlakuan yaitu penerapan aplikasi "Bidanku" sebagian besar mengalami peningkatan skor efikasi diri yaitu sebanyak 28 subjek (93,3%), sedangkan pada kelompok kontrol sebagian besar tidak mengalami perubahan. Terdapat perbedaan tingkat peningkatan skor efikasi diri antar kelompok kontrol dan perlakuan dengan nilai  $p < 0.05$  dan RR: 2,1. Hal ini menunjukkan bahwa penerapan aplikasi "Bidanku" berdampak terhadap peningkatan skor efikasi diri sebesar 2,1 kali dibandingkan dengan kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

### 1. Perbedaan skor pengetahuan setelah penerapan Aplikasi "Bidanku"

Skor pengetahuan ibu nifas pada kedua kelompok terdapat perbedaan yang signifikan, hal ini dapat dilihat pada tabel 5 diatas dimana terdapat perbedaan skor pengetahuan ibu nifas

antara kelompok yang menggunakan aplikasi "Bidanku" dengan kelompok kontrol dengan nilai ( $p < 0.05$ ). Skor pengetahuan saat penilaian pre test pada kedua kelompok menunjukkan hasil yang relatif rendah yaitu pada pertanyaan tentang tanda-tanda bahaya atau komplikasi pada ibu nifas, dimana sebagian besar ibu nifas (53,3%) menganggap bahwa keluhan kram pada perut yang terjadi dalam 10 hari pertama pascasalin termasuk salah satu tanda bahaya, sehingga berpotensi menimbulkan kekhawatiran atau kecemasan.

Berikutnya yang memiliki skor rendah adalah pertanyaan tentang perubahan sistem reproduksi yang terjadi selama masa nifas, dimana masih terdapat 40% ibu nifas masih salah dalam menjawab pertanyaan tentang lamanya masa nifas. Berikutnya tentang masalah perawatan payudara, juga termasuk informasi yang masih minim diketahui oleh ibu nifas. Setelah diberikan informasi melalui aplikasi "Bidanku" terjadi peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebesar 5,3 point dibandingkan dengan sebelumnya. Hal ini sesuai dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyimpulkan bahwa edukasi kesehatan

menggunakan media digital dapat meningkatkan pengetahuan.<sup>14,15</sup>

Faktor kurangnya pengalaman tentang perawatan masa nifas dan pengasuhan anak secara langsung terutama pada ibu primipara, ibu nifas membutuhkan dukungan pengetahuan dan keterampilan perawatan diri dan mengasuh anak yang dapat difasilitasi melalui aplikasi, agar dapat melewati masa nifas dengan sehat dan bahagia. Dukungan substansial meliputi promosi rehabilitasi pascapersalinan, perawatan bayi baru lahir dan informasi terkait tanda-tanda bahaya masa nifas, perubahan fisik dan psikologis ibu, juga merupakan hal yang sangat dibutuhkan ibu nifas.<sup>3</sup> Edukasi melalui aplikasi seluler dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan perawatan diri ibu nifas dan bayinya. Edukasi pasca kelahiran melalui aplikasi "Bidanku" merupakan salah satu pendekatan yang inovatif untuk meningkatkan kesehatan ibu dan bayi.

## 2. Perbedaan Skor Efikasi Diri Ibu Nifas setelah Penerapan Aplikasi 'Bidanku'

Hasil pengukuran menunjukkan peningkatan nilai efikasi diri ibu nifas setelah intervensi pada kedua kelompok responden. Kelompok intervensi meningkat secara signifikan lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol. Aspek kognitif merupakan salah satu aspek efikasi diri ibu yang meningkat setelah intervensi dilakukan. Aspek ini merupakan aspek dengan nilai terendah sebelum intervensi pada kedua kelompok. Melalui edukasi ini, efikasi diri ibu nifas terutama ibu primipara meningkat dalam melakukan tugas perawatan pada bayinya. Terdapat 4 hal utama yang berpengaruh langsung pada efikasi diri seseorang yaitu: pengalaman pribadi, pengalaman orang lain, persuasi verbal, dan kondisi emosional.<sup>16</sup>

Perubahan efikasi diri ibu dapat juga dilihat dari aspek afektif, yang menunjukkan perbedaan bermakna

sebelum dan sesudah diberikan intervensi. Aspek ini merupakan aspek dengan nilai paling tinggi pada kelompok kontrol. Namun, jika dibandingkan dengan nilai efikasi pada kelompok intervensi, didapatkan perbedaan yang tidak bermakna diantara keduanya. Hal ini disebabkan karena reaksi emosional seseorang dapat menimbulkan keyakinan berdasarkan pengalaman sebelumnya, belajar dari orang terdekat atau figure yang dianggap berkompeten.

Menurut teori self-efficacy Bandura, parenting self-efficacy mengacu pada kepercayaan orang tua pada kemampuan mereka untuk berhasil mengasuh anak mereka, dan telah diakui sebagai faktor penentu yang penting dari pengalaman pengasuhan yang sukses.<sup>17-20</sup> Efikasi diri pengasuhan yang tinggi telah terbukti menjadi faktor protektif terhadap depresi dan kecemasan perinatal di kalangan orang tua.<sup>21</sup> Selain itu, orang tua dengan self-efficacy yang tinggi dan kesejahteraan emosional yang baik (depresi dan kecemasan rendah) cenderung memiliki anak dengan hasil kesehatan yang lebih baik.<sup>21</sup>

Pada penelitian ini, aplikasi "Bidanku" seri ibu nifas memberi informasi untuk membantu ibu nifas belajar cara merawat bayi, serta cara merawat diri sendiri selama masa nifas. Masa nifas merupakan masa yang sulit bagi ibu karena kurangnya pengalaman dan pengetahuan tentang pengasuhan anak dan perawatan diri sehingga ada kebutuhan mendesak terhadap edukasi perawatan masa nifas.<sup>7</sup> Dukungan substansial sangat dibutuhkan ibu nifas terutama periode awal postpartum, namun, karena waktu perawatan pasca salin yang singkat di fasilitas kesehatan, sulit bagi bidan untuk memberikan banyak informasi dalam waktu singkat, sehingga menimbulkan rasa tidak percaya diri dalam melakukan perawatan diri dan bayinya serta tekanan mental yang meningkatkan risiko mengalami gejala depresi pasca melahirkan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan melalui

aplikasi “Bidanku” dapat berperan positif dalam meningkatkan pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas. Penggunaan aplikasi menjadi sumber referensi yang lebih beragam untuk dukungan atribusi. Sebagian besar penelitian yang menilai *self-efficacy* pengasuhan melaporkan peningkatan yang signifikan. Intervensi termasuk sumber pendidikan multimedia tentang pengasuhan (artikel, video, file audio), dan platform bagi orang tua untuk menghubungi profesional kesehatan dan orang tua lainnya.<sup>17-20</sup>

Menurut teori *self-efficacy* Bandura, komponen-komponen ini dapat membantu orang tua untuk meningkatkan parenting *self-efficacy* melalui pengalaman penguasaan (akses ke materi pendidikan yang nyaman untuk melatih keterampilan parenting), pengalaman pengganti (belajar dari pengalaman serupa dari ibu nifas yang lain, dan persuasi verbal (saran yang berguna dari ibu nifas lain dan profesional perawatan kesehatan).<sup>22</sup> Ulasan yang sama oleh Amin et al., 2018 juga menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan berperan penting dalam meningkatkan *self-efficacy* terutama para ibu-ibu *primipara*.<sup>23</sup> Namun, metode pendidikan digital seperti ini tidak memfasilitasi pembelajaran langsung yang dapat memengaruhi penguasaan keterampilan perawatan diri dan pengasuhan orang tua.<sup>17</sup>

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi bidanku melalui dukungan sosial yang baik dapat secara efektif mendukung transisi dan pengembangan peran ibu pasca persalinan, dan dapat meningkatkan rasa percaya diri dalam menghadapi dan mengatasi banyak kesulitan dan tantangan pasca persalinan.

## SIMPULAN

Penerapan aplikasi “Bidanku” berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan dan efikasi diri ibu nifas. Media edukasi aplikasi “Bidanku” dapat dijadikan alternatif media edukasi dalam asuhan kebidanan pada ibu nifas.

## DAFTAR RUJUKAN

1. Tully KP SAVS. The fourth trimester: a critical transition period with unmet maternal health needs. *Am J Obstet Gynecol.* 2017;217(1):37-41.
2. Brekke M, Berg RC, Amro A, Glavin K, Haugland T. Quality of Life instruments and their psychometric properties for use in parents during pregnancy and the postpartum period: a systematic scoping review. *Health Qual Life Outcomes.* 2022;20(1):107. doi:10.1186/s12955-022-02011-y
3. Zhang Y, Jin S. The impact of social support on postpartum depression: The mediator role of self-efficacy. *J Health Psychol.* 2014;21(5):720-726. doi:10.1177/1359105314536454
4. Huang K, Tao F, Liu L, Wu X. Does delivery mode affect women's postpartum quality of life in rural China? *J Clin Nurs.* 2011;21:1534-1543. doi:10.1111/j.1365-2702.2011.03941.x
5. Sagita E. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Dengan Praktik Perawatan Masa Nifas Di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Bulan Januari-Maret 2015. *Jurnal Kesehatan Masyarakat.* 2017;3(3):228-237.
6. Popy AY, Atik T, Dhesi Ari Astuti. Peran Keluarga pada Ibu Pasca Bersalin. *Jurnal Kesehatan Reproduksi.* 2021;8(1):18-22
7. Nazari S, Hajian S, Abbasi Z, Majd HA. Postpartum care promotion based on maternal education needs: A mixed study. *J Educ Health Promot.* 2021;30(10):1-8.
8. Samira M, Haddad, Renato T, Souza, José Guilherme Cecatti. Mobile technology in health (mHealth) and antenatal care—Searching for apps and available solutions: A systematic review. *Int J Med Inform.* 2019;127:1-8.
9. Seo JM, Kim SJ, Na H, Kim JH, Lee H. Effectiveness of a Mobile Application for Postpartum Depression Self-Management: Evidence from a Randomised Controlled Trial in South Korea. *Healthcare.* 2022; 10(11):2185. <https://doi.org/10.3390/healthcare10112185>

- 2185
10. Maslowsky J, Frost S, Hendrick C, Trujillo F, Merajver S. Effects of postpartum mobile phone-based education on maternal and infant health in Ecuador. *International Journal of Gynecology & Obstetrics*. 2016;134. doi:10.1016/j.ijgo.2015.12.008
  11. Seyyedi N, Rahmatnezhad L, Mesgarzadeh M, Khalkhali H, Seyyedi N, Rahimi B. Effectiveness of a smartphone-based educational intervention to improve breastfeeding. *Int Breastfeed J*. 2021;16:1-8.
  12. Ependi KR, Anggraeni MD, Kartikasari A. Health Education Using Mobilephone Application To Prevent Breastfeeding Problems. (*JKG Jurnal Keperawatan Global*. Published online 2022;6(2):109-117.
  13. Chan KL, Leung WC, Tiwari A, Or KL, Ip P. Using Smartphone-Based Psychoeducation to Reduce Postnatal Depression Among First-Time Mothers: Randomized Controlled Trial. *JMIR Mhealth Uhealth*. 2019;7(5):e12794. doi:10.2196/12794
  14. Budianto, Fentri H. *Efektivitas Media Aplikasi Android "Ayah Asi" Terhadap Peran Suami Dalam Pemberian Asi Eksklusif (Breastfeeding Father)*. Unnes; 2016.
  15. Rahmawati RSN, Suwoyo S, Putri SF. Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi Èsinnia di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*. 2019;2(1):18-27.
  16. Astutiningrum D, Hapsari ED. Peningkatan Parenting Self Efficacy pada Ibu Pasca Seksio Sesaria Melalui Konseling (Improving Parenting Self Efficacy after Caesarean Section through Counselling). *Jurnal ners*. 2015;11(1):134-141.
  17. Chua J, Shorey S. Effectiveness of mobile application-based perinatal interventions in improving parenting outcomes: A systematic review. *Midwifery*. 2022;114:103457. doi:10.1016/j.midw.2022.103457
  18. Shorey S, Lopez V. Self-Efficacy in a Nursing Context. In: Haugan G, Eriksson M, eds. *Health Promotion in Health Care – Vital Theories and Research*. Springer International Publishing; 2021:145-158. doi:10.1007/978-3-030-63135-2\_12
  19. Shorey S, Ying L, Dennis CL, Chan YS, Tam W, Chan Y. A randomized controlled trial to examine the effectiveness of the 'Home-but not Alone' mobile health application educational programme on parental outcomes. *J Adv Nurs*. 2017;73. doi:10.1111/jan.13293
  20. Shorey S, Ng Y, Ng E, et al. Effectiveness of a technology-based supportive educational parenting program on parental outcomes in Singapore: A randomized controlled trial (Preprint). *J Med Internet Res*. 2018;21 :e10816. doi:10.2196/10816
  21. Albanese AM, Russo GR, Geller PA. The role of parental self-efficacy in parent and child well-being: A systematic review of associated outcomes. *Child Care Health Dev*. 2019;45(3):333-363.
  22. Bandura A. Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychol Rev*. 1977;84(2):191.
  23. Amin NAL, Tam WWS, Shorey S. Enhancing first-time parents' self-efficacy: A systematic review and meta-analysis of universal parent education interventions' efficacy. *Int J Nurs Stud*. 2018;82:149-162.