

INTISARI

Latar belakang: Stres kehamilan dapat terjadi apabila ibu gagal beradaptasi terhadap perubahan selama kehamilan. Stres dapat terjadi pada individu dengan tingkat pengetahuan rendah karena kurangnya memperoleh informasi. Pendidikan kesehatan menciptakan peluang untuk meningkatkan pengetahuan. Aplikasi *Mobile Application for Mother's Adaptation* (MAMA) diharapkan dapat menjadi media pendidikan kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga ibu terhindar dari stres kehamilan.

Tujuan Penelitian: Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui penggunaan aplikasi MAMA terhadap skor pengetahuan dan stres kehamilan.

Metode: Penelitian menggunakan rancangan kuasi eksperimen *pretest-posttest nonequivalent control group*. Penelitian dilakukan pada 78 ibu hamil di Puskesmas Sleman dan Ngaglik I. Analisis data menggunakan uji statistik *Independent t-test*, *Unpaired t-test*, *Wilcoxon* dan *mann whitney test*.

Hasil : Kedua kelompok memiliki karakteristik responden dan skor *pretest* pengetahuan serta stres yang homogen. Hasil uji beda skor pengetahuan *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) dan pada kelompok kontrol sebesar 0,056 ($p > 0,05$). Hasil uji beda skor stres *pretest* dan *posttest* pada kelompok intervensi 0,039 ($p < 0,05$) dan pada kelompok kontrol sebesar 0,033 ($p < 0,05$). Hasil uji beda selisih pengetahuan kedua kelompok menunjukkan perbedaan yang bermakna ($p = 0,029$). Hasil uji beda selisih stres kedua kelompok menunjukkan tidak ada perbedaan yang bermakna ($p = 0,791$).

Kesimpulan : Pendidikan kesehatan menggunakan aplikasi MAMA berpengaruh terhadap skor pengetahuan dan stres. Penggunaan MAMA meningkatkan skor pengetahuan akan tetapi belum menurunkan skor stres pada ibu hamil.

Kata kunci : Kehamilan, *mobile application*, pendidikan kesehatan, pengetahuan, stres

ABSTRACT

Background: Pregnancy stress can occur if mother fails to adapt to changes during pregnancy. Stress can occur in individuals with low levels of knowledge due to lack of obtaining information. Health education creates opportunities to increase knowledge. Mobile Application for Mother's Adaptation(MAMA) is expected to be a medium for health education to increase knowledge so that mothers avoid the stress of pregnancy.

Objective: To determine the effect of health education through the use of MAMA application to score knowledge and stress of pregnancy.

Method: The study used a quasi-pretest-posttest nonequivalent control group experimental design. The study was conducted on 78 pregnant women at the Puskesmas Sleman and Ngaglik I. Data analysis used statistical tests Independent t-test, Unpaired t-test, Wilcoxon, and Mann Whitney test.

Result: Both groups have respondent characteristics and homogeneous knowledge and stress pretest scores. The results of different test scores of pretest and posttest knowledge in the intervention group were 0,000($p < 0.05$) and in the control group were 0.056($p > 0.05$). The results of different pretest and posttest stress scores in the intervention group were 0.039($p < 0.05$) and in the control group were 0.033($p < 0.05$). The difference test results of the knowledge difference between the two groups showed a significant difference($p = 0.029$). Stress difference test results of the two groups showed no significant difference($p = 0.791$).

Conclusion: Health education using MAMA application has an effect on knowledge and stress scores. The use of MAMA increases knowledge scores but has not yet reduced stress scores in pregnant women.

Keyword: Health education, knowledge, mobile application, pregnancy, stress