

Hubungan Literasi Kesehatan Digital Dengan Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Primigravida

Fara Khansa Azizah^{1*}, Ditya Yankusuma Setiani², Arlia Purwaningsih³



ISSN: 2830-7992

ABSTRACT

Background: Primigravida pregnant women are more vulnerable to anxiety due to limited pregnancy experience and a greater need for health information. The widespread use of digital media as a source of health information highlights the importance of digital health literacy in enabling pregnant women to access, understand, and evaluate online health information effectively. This study aimed to examine the relationship between digital health literacy and anxiety levels among primigravida pregnant women. **Methods:** A quantitative analytical study with a cross-sectional design was conducted in January 2026 in District X, Regency X. A total of 136 primigravida pregnant women were recruited using purposive sampling. Digital health literacy was assessed as the independent variable, while anxiety level was measured as the dependent variable. Data were analyzed using the Chi-square test, and odds ratios (ORs) with 95% confidence intervals (CIs) were calculated. Statistical significance was set at $p < 0.05$. **Results:** Among the respondents, 56.6% had good digital health literacy, and 71.3% experienced mild anxiety. The Chi-square test showed a significant association between digital health literacy and anxiety level ($p = 0.020$). Primigravida pregnant women with poor digital health literacy were 2.436 times more likely to experience severe anxiety compared with those with good digital health literacy ($OR = 2.436$; 95% $CI = 1.140 - 5.206$). **Conclusion:** Digital health literacy is significantly associated with anxiety among primigravida pregnant women. Improving digital health literacy through antenatal education programs may enhance pregnant women's ability to access reliable health information and help reduce the risk of anxiety during pregnancy. **Keywords:** Pregnant women; pregnancy; digital health literacy; anxiety; primigravida

ABSTRAK

Latar Belakang: Ibu hamil primigravida lebih rentan mengalami kecemasan karena memiliki pengalaman kehamilan yang terbatas serta kebutuhan informasi kesehatan yang lebih tinggi. Meningkatnya penggunaan media digital sebagai sumber informasi kesehatan menunjukkan pentingnya literasi kesehatan digital dalam membantu ibu hamil mengakses, memahami, dan mengevaluasi informasi kesehatan yang diperoleh secara daring. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara literasi kesehatan digital dan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida. **Metode:** Penelitian kuantitatif analitik dengan desain cross-sectional dilakukan pada Januari 2026 di Kecamatan X, Kabupaten X. Sebanyak 136 ibu hamil primigravida dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Literasi kesehatan digital diukur sebagai variabel independen, sedangkan tingkat kecemasan sebagai variabel dependen. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-square dengan perhitungan odds ratio (OR) dan confidence interval (CI) 95%. Nilai signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$. **Hasil:** Sebanyak 56,6% responden memiliki literasi kesehatan digital yang baik dan 71,3% mengalami kecemasan ringan. Hasil uji Chi-square menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan digital dan tingkat kecemasan ($p = 0,020$). Ibu hamil primigravida dengan literasi kesehatan digital yang kurang memiliki risiko 2,436 kali lebih besar mengalami kecemasan berat dibandingkan dengan mereka yang memiliki literasi kesehatan digital yang baik ($OR = 2,436$; 95% $CI = 1,140 - 5,206$). **Kesimpulan:** Literasi kesehatan digital berhubungan secara signifikan dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida. Peningkatan literasi kesehatan digital melalui program edukasi antenatal dapat membantu ibu hamil memperoleh informasi kesehatan yang lebih terpercaya serta mengurangi risiko kecemasan selama kehamilan. **Kata Kunci:** Ibu hamil; kehamilan; literasi kesehatan digital; kecemasan; primigravida

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta

²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Panti Kosala, Jawa Tengah

³Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru

Submitted: 15 Mei 2026

Accepted: 19 Juni 2026

Published: 30 Juni 2026

✉ **Corresponding author:**
Fara Khansa Azizah;
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta; E-mail:
farakhansa96@gmail.com

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan periode transisi biologis, psikologis, dan sosial yang menuntut kemampuan adaptasi ibu secara menyeluruh. Pada ibu hamil primigravida, proses adaptasi ini sering menjadi lebih kompleks karena kehamilan dialami untuk pertama kali, sehingga ibu belum memiliki pengalaman langsung mengenai perubahan tubuh, tanda bahaya kehamilan, pemeriksaan antenatal, maupun proses persalinan. Kondisi tersebut dapat meningkatkan kerentanan psikologis, terutama kecemasan, karena ibu menghadapi berbagai ketidakpastian terkait keselamatan diri, kesehatan janin, nyeri persalinan, dan kesiapan menjadi orang tua. Literatur terbaru menunjukkan bahwa kecemasan dapat terjadi pada setiap trimester kehamilan, dengan pemicu yang berbeda sesuai fase kehamilan, mulai dari adaptasi awal kehamilan hingga persiapan persalinan dan peran keibuan.⁽¹⁾

Kecemasan pada kehamilan merupakan masalah kesehatan maternal yang perlu mendapat perhatian karena tidak hanya berdampak pada kenyamanan psikologis ibu, tetapi juga dapat memengaruhi perilaku perawatan kehamilan, kualitas tidur, kepatuhan terhadap antenatal care, serta kesiapan menghadapi persalinan. Meta-analisis global terbaru melaporkan bahwa prevalensi gejala kecemasan selama kehamilan mencapai sekitar 37% pada seluruh trimester, menunjukkan bahwa kecemasan antenatal merupakan masalah yang cukup besar dalam populasi obstetric.⁽²⁾ Studi lain pada negara berpendapatan rendah dan menengah juga menegaskan bahwa kecemasan perinatal merupakan isu penting yang membutuhkan deteksi dini dan intervensi sesuai konteks pelayanan kesehatan maternal.⁽³⁾ Di Indonesia, penelitian mengenai kecemasan pada ibu hamil menunjukkan bahwa primigravida cenderung mengalami kecemasan lebih tinggi dibanding multigravida, terutama menjelang persalinan, karena keterbatasan pengalaman dan kesiapan menghadapi proses kelahiran.⁽⁴⁾

Seiring berkembangnya teknologi informasi, perilaku pencarian informasi kesehatan pada ibu hamil mengalami pergeseran. Ibu hamil tidak lagi hanya mengandalkan tenaga kesehatan, keluarga, atau kelas ibu hamil, tetapi juga menggunakan

internet, media sosial, aplikasi kehamilan, forum daring, dan video edukasi sebagai sumber informasi. Fenomena ini memberikan peluang besar bagi peningkatan pengetahuan ibu, terutama dalam memahami tanda bahaya kehamilan, nutrisi, perkembangan janin, pemeriksaan antenatal, dan persiapan persalinan. Namun, akses informasi digital yang luas juga membawa tantangan berupa informasi yang tidak tervalidasi, misinformation, information overload, serta konten yang dapat menimbulkan kekhawatiran berlebihan. Studi mengenai kebutuhan informasi ibu hamil di platform internet menunjukkan bahwa pencarian informasi kehamilan secara daring telah menjadi praktik umum, terutama sejak pandemi COVID-19.⁽⁵⁾

Dalam konteks tersebut, literasi kesehatan digital menjadi determinan penting bagi ibu hamil. Literasi kesehatan digital atau eHealth literacy mengacu pada kemampuan individu untuk mencari, menemukan, memahami, menilai, dan menggunakan informasi kesehatan dari sumber digital untuk mengambil keputusan kesehatan yang tepat. Pada ibu hamil, kemampuan ini penting karena informasi yang diperoleh dari internet dapat memengaruhi persepsi risiko, perilaku perawatan kehamilan, dan respons emosional terhadap keluhan yang dialami. Tinjauan sistematis tentang literasi kesehatan pada periode prenatal menyatakan bahwa literasi kesehatan yang tidak memadai dapat meningkatkan risiko luaran kehamilan dan kelahiran yang kurang baik, serta menghambat kemampuan ibu dalam mengambil keputusan kesehatan.⁽⁶⁾ Penelitian lain juga menunjukkan bahwa literasi kesehatan pada kehamilan berkaitan dengan pemberdayaan ibu, perilaku sehat, dan kemampuan mengelola informasi selama kehamilan.⁽⁷⁾

Literasi kesehatan digital yang baik berpotensi menurunkan kecemasan karena ibu lebih mampu membedakan informasi yang kredibel dan tidak kredibel, memahami makna gejala kehamilan secara proporsional, serta menentukan kapan perlu mencari bantuan tenaga kesehatan. Sebaliknya, literasi kesehatan digital yang rendah dapat menyebabkan ibu mudah mempercayai informasi yang menakutkan, salah

menafsirkan gejala normal kehamilan sebagai kondisi berbahaya, atau mengalami kebingungan akibat terlalu banyak informasi yang saling bertentangan. Studi tahun 2025 menunjukkan bahwa literasi kesehatan kehamilan berpengaruh terhadap persepsi risiko dan kecemasan terkait kehamilan, sehingga kemampuan memahami informasi kesehatan menjadi faktor penting dalam pengelolaan kecemasan maternal.⁽⁴⁾ Pada kelompok ibu hamil dengan kondisi khusus seperti diabetes gestasional, penelitian juga menegaskan bahwa banyak ibu bergantung pada informasi kesehatan berbasis internet, sehingga kualitas literasi digital menjadi aspek penting dalam pengelolaan kondisi kehamilan.⁽⁸⁾

Beberapa penelitian terbaru mendukung pentingnya intervensi digital dalam kesehatan maternal. Studi tentang hubungan eHealth literacy dan perilaku hidup sehat pada ibu hamil menunjukkan bahwa literasi kesehatan digital berperan sebagai prediktor perilaku kesehatan selama kehamilan.⁽⁹⁾ Selain itu, tinjauan sistematis mengenai intervensi digital berbasis mindfulness menemukan bahwa intervensi digital dapat membantu menurunkan gejala depresi, kecemasan, dan stres selama kehamilan.⁽¹⁰⁾ Kajian tentang intervensi eHealth pada ibu hamil rentan juga menunjukkan bahwa teknologi digital dapat meningkatkan jangkauan edukasi kesehatan, meskipun keberhasilannya dipengaruhi oleh akses, desain intervensi, kebutuhan pengguna, dan kemampuan literasi digital.⁽¹¹⁾

Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan literasi kesehatan digital dengan kecemasan pada ibu hamil primigravida masih terbatas, terutama dalam konteks Indonesia. Sebagian penelitian terdahulu lebih banyak membahas literasi kesehatan secara umum, penggunaan aplikasi kehamilan, atau kecemasan ibu hamil secara terpisah. Penelitian yang secara spesifik mengkaji literasi kesehatan digital sebagai faktor yang berkaitan dengan tingkat kecemasan pada primigravida masih belum banyak ditemukan. Padahal, primigravida merupakan kelompok yang sangat relevan untuk dikaji karena mereka berada pada pengalaman kehamilan pertama, memiliki kebutuhan informasi yang tinggi, dan berisiko

mengalami kecemasan akibat ketidakpastian serta kurangnya pengalaman sebelumnya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian mengenai hubungan literasi kesehatan digital dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida penting dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan edukasi antenatal berbasis digital yang lebih aman, valid, dan responsif terhadap kebutuhan psikologis ibu hamil. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat maternitas, dalam mengintegrasikan penilaian literasi kesehatan digital dan skrining kecemasan ke dalam pelayanan antenatal. Dengan demikian, upaya peningkatan literasi kesehatan digital tidak hanya berfungsi untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, tetapi juga berpotensi menjadi strategi promotif dan preventif dalam menurunkan kecemasan selama kehamilan

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan pada Januari 2026 di Kecamatan X, Kabupaten X. Populasi penelitian adalah seluruh ibu hamil primigravida di wilayah tersebut. Sampel sebanyak 136 responden dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi yaitu ibu hamil primigravida, bersedia menjadi responden, dan mampu mengisi kuesioner secara mandiri. Responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap dikeluarkan dari penelitian.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah literasi kesehatan digital, sedangkan variabel dependen adalah tingkat kecemasan. Literasi kesehatan digital diukur menggunakan *eHealth Literacy Scale* (eHEALS) yang terdiri atas 8 item pertanyaan dengan skala Likert 5 poin dan rentang skor total 8–40. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat literasi kesehatan digital yang lebih baik. Instrumen ini telah terbukti valid dan reliabel dengan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,88. Tingkat kecemasan diukur menggunakan *Pregnancy-Related Anxiety Questionnaire-Revised 2*

(PRAQ-R2) yang terdiri dari 10 item pertanyaan dengan skala Likert 5 poin dan rentang skor total 10–50. Skor yang lebih tinggi menunjukkan tingkat kecemasan yang lebih tinggi. Instrumen ini memiliki validitas dan reliabilitas yang baik dengan nilai *Cronbach's Alpha* berkisar 0,79–0,85.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur setelah responden memberikan persetujuan mengikuti penelitian. Analisis univariat digunakan untuk menggambarkan karakteristik responden dan distribusi variabel penelitian. Hubungan antara literasi kesehatan digital dan tingkat kecemasan dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan $p < 0,05$. Besarnya risiko dinyatakan dalam nilai Odds Ratio (OR) dan 95% Confidence Interval (CI).

HASIL

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
Usia		
≤ 32 tahun	54	39,7
> 32 tahun	82	60,3
Status Pekerjaan		
Tidak Bekerja	74	54,4
Bekerja	62	45,6
Tingkat Pendidikan		
≤ SMA	67	49,3
> SMA	69	50,7

Berdasarkan tabel 1 tentang distribusi frekuensi karakteristik responden, diketahui bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia > 32 tahun, yaitu sebanyak 82 responden (60,3%), sedangkan responden dengan usia ≤ 32 tahun sebanyak 54 responden (39,7%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori usia dewasa matang, yang umumnya memiliki pengalaman dan kemampuan adaptasi yang lebih baik dalam menghadapi berbagai kondisi kesehatan maupun sosial.

Berdasarkan status pekerjaan, sebagian besar responden tidak bekerja, yaitu sebanyak 74 responden (54,4%), sedangkan responden yang bekerja sebanyak 62 responden (45,6%). Temuan ini

menunjukkan bahwa mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga atau tidak memiliki pekerjaan formal. Kondisi tersebut dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, akses terhadap informasi kesehatan, tingkat interaksi sosial, serta kondisi psikologis responden.

Pada karakteristik tingkat pendidikan, mayoritas responden memiliki tingkat pendidikan > SMA sebanyak 69 responden (50,7%), sementara responden dengan pendidikan ≤ SMA sebanyak 67 responden (49,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan yang relatif tinggi. Tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya berkaitan dengan kemampuan yang lebih baik dalam memahami informasi, termasuk informasi kesehatan dan penggunaan media digital sebagai sumber informasi kesehatan.

Secara keseluruhan, karakteristik responden dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok usia > 32 tahun, tidak bekerja, dan memiliki tingkat pendidikan > SMA. Karakteristik tersebut dapat memengaruhi pola pencarian informasi kesehatan, kemampuan memahami informasi digital, serta respons psikologis responden terhadap kondisi yang dialami.

Tabel 2. Literasi Kesehatan Digital

Literasi Kesehatan Digital	Responden	Persentase
Kurang Baik	59	43,4
Baik	77	56,6

Berdasarkan tabel 2 tentang distribusi frekuensi literasi kesehatan digital pada 136 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki literasi kesehatan digital yang baik yaitu 77 responden (56,6%), sedangkan untuk responden yang memiliki literasi digital kurang baik yaitu 59 responden (43,4%).

Tabel 3. Kecemasan

Kecemasan	Responden	Persentase
Berat	39	28,7
Ringan	97	71,3

Berdasarkan tabel 3 tentang distribusi frekuensi kecemasan pada 136 responden menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat kecemasan ringan yaitu 97 responden (71,3%), sedangkan responden yang memiliki tingkat kecemasan berat yaitu 39 responden (28,7%).

Tabel 4. Hubungan Literasi Kesehatan Digital dengan Tingkat Kecemasan pada Ibu Hamil Primigravida

Literasi Kesehatan Digital	Tingkat Kecemasan		OR	CI 95 %		p-value
	Berat	Ringan		Lo wer	Upper	
Kurang baik	23	36	2,436	1,140	5,206	0,020
Baik	16	61				

Berdasarkan hasil uji *Chi Square* pada tabel 4, diketahui bahwa ibu hamil primigravida dengan literasi kesehatan digital kurang baik yang mengalami kecemasan berat sebanyak 23 orang dan kecemasan ringan sebanyak 36 orang, sedangkan pada ibu hamil dengan literasi kesehatan digital baik terdapat 16 orang yang mengalami kecemasan berat dan 61 orang mengalami kecemasan ringan. Hasil analisis menunjukkan nilai p-value sebesar 0,020 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan digital dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida. Nilai *Odds Ratio* (OR) sebesar 2,436 dengan CI 95% sebesar 1,140–5,206 menunjukkan bahwa ibu hamil primigravida yang memiliki literasi kesehatan digital kurang baik berisiko 2,436 kali lebih besar mengalami kecemasan berat dibandingkan ibu hamil yang memiliki literasi kesehatan digital baik.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia >32 tahun, tidak bekerja, dan memiliki tingkat pendidikan >SMA. Karakteristik ini penting untuk diperhatikan karena usia, pendidikan, dan status pekerjaan dapat memengaruhi cara ibu hamil memperoleh, memahami, serta menggunakan informasi kesehatan digital. Pendidikan yang lebih tinggi umumnya

berkaitan dengan kemampuan kognitif yang lebih baik dalam menilai informasi kesehatan, termasuk membedakan sumber informasi yang kredibel dan tidak kredibel. Dalam konteks kehamilan pertama, kemampuan tersebut menjadi penting karena primigravida belum memiliki pengalaman langsung mengenai kehamilan dan persalinan, sehingga kebutuhan terhadap informasi kesehatan cenderung lebih tinggi. Meldgaard et al. menegaskan bahwa literasi kesehatan pada periode prenatal berhubungan dengan kemampuan perempuan dalam mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan untuk mengambil keputusan selama kehamilan.⁽⁶⁾

Penelitian ini menyatakan bahwa mayoritas ibu hamil primigravida memiliki literasi kesehatan digital yang baik, yaitu sebanyak 77 responden atau 56,6%. Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden telah memiliki kemampuan yang cukup dalam menggunakan sumber informasi digital untuk mendukung perawatan kehamilan. Perkembangan internet, media sosial, aplikasi kehamilan, dan platform edukasi daring telah mengubah pola pencarian informasi kesehatan ibu hamil. Ibu hamil tidak lagi hanya bergantung pada tenaga kesehatan atau keluarga, tetapi juga aktif mencari informasi melalui sumber digital.⁽¹²⁾ Penelitian yang dilakukan oleh Hou & Hou, menunjukkan bahwa pencarian informasi kehamilan melalui platform internet telah menjadi praktik umum dan mencerminkan tingginya kebutuhan informasi selama kehamilan.⁽⁵⁾

Meskipun demikian, masih terdapat 59 responden atau 43,4% yang memiliki literasi kesehatan digital kurang baik. Proporsi ini perlu mendapat perhatian karena akses terhadap internet tidak selalu sejalan dengan kemampuan memahami dan menilai kualitas informasi. Ibu hamil dengan literasi digital rendah lebih berisiko menerima informasi yang tidak tervalidasi, salah menafsirkan gejala kehamilan, atau mengalami kebingungan akibat informasi yang berlebihan dan saling bertentangan. Xu et al. menemukan bahwa perempuan hamil dengan kondisi diabetes gestasional masih memiliki keterbatasan dalam menilai kualitas

informasi kesehatan daring, meskipun internet menjadi salah satu sumber utama informasi mereka.⁽⁸⁾

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan, yaitu 97 responden atau 71,3%, sedangkan 39 responden atau 28,7% mengalami kecemasan berat. Kecemasan pada ibu hamil primigravida merupakan respons yang dapat dipahami karena kehamilan pertama sering disertai ketidakpastian mengenai perubahan tubuh, kesehatan janin, proses persalinan, nyeri persalinan, dan kesiapan menjadi ibu. Meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa gejala kecemasan selama kehamilan masih menjadi masalah global yang cukup besar dan dapat terjadi pada berbagai trimester kehamilan.⁽¹⁾

Proporsi kecemasan berat dalam penelitian ini tetap memiliki makna klinis meskipun jumlahnya lebih rendah dibandingkan kecemasan ringan. Kecemasan berat selama kehamilan dapat memengaruhi kualitas tidur, perilaku pencarian pelayanan kesehatan, kepatuhan antenatal care, serta kesiapan menghadapi persalinan. Pada primigravida, kecemasan dapat semakin meningkat karena ibu belum memiliki pengalaman sebelumnya sebagai pembanding. Oleh karena itu, kecemasan pada kelompok ini perlu dipandang bukan hanya sebagai masalah psikologis individual, tetapi juga sebagai indikator kebutuhan edukasi, dukungan emosional, dan pendampingan kesehatan maternal.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan digital dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida dengan nilai p-value 0,020. Nilai OR sebesar 2,436 dengan CI 95% 1,140–5,206 menunjukkan bahwa ibu hamil primigravida dengan literasi kesehatan digital kurang baik memiliki risiko 2,436 kali lebih besar mengalami kecemasan berat dibandingkan ibu dengan literasi kesehatan digital baik. Temuan ini memperkuat asumsi bahwa kemampuan ibu dalam mengelola informasi kesehatan digital berkaitan erat dengan kondisi psikologis selama kehamilan.

Secara teoritis, literasi kesehatan digital yang baik dapat menurunkan kecemasan melalui beberapa mekanisme. Pertama, ibu

lebih mampu menemukan informasi yang relevan dan berbasis bukti. Kedua, ibu dapat memahami gejala kehamilan secara lebih proporsional sehingga tidak mudah menganggap setiap perubahan tubuh sebagai tanda bahaya. Ketiga, ibu mampu menentukan kapan perlu mencari bantuan tenaga kesehatan. Keempat, informasi yang benar dapat meningkatkan rasa kontrol dan keyakinan diri dalam menghadapi kehamilan. Aslan et al. melaporkan bahwa eHealth literacy pada ibu hamil berhubungan dengan perilaku hidup sehat selama kehamilan, sehingga literasi digital dapat dipandang sebagai faktor penting dalam promosi kesehatan maternal.⁽¹³⁾

Sebaliknya, literasi kesehatan digital yang kurang baik dapat meningkatkan kecemasan melalui paparan informasi yang menakutkan, tidak akurat, atau tidak sesuai konteks klinis. Ibu hamil yang tidak mampu mengevaluasi kualitas informasi daring dapat lebih mudah mengalami *information overload*, *misinformation exposure*, dan *catastrophic thinking*. Dalam kondisi tersebut, informasi digital tidak lagi menjadi sumber dukungan, tetapi justru menjadi pemicu kecemasan. Penelitian menunjukkan bahwa literasi kesehatan kehamilan memiliki hubungan dengan persepsi risiko dan kecemasan kehamilan, sehingga kemampuan memahami informasi kesehatan berperan penting dalam respons emosional ibu hamil.⁽¹⁾

Temuan penelitian ini juga memperlihatkan bahwa internet dan media digital penting untuk diperhatikan bagi ibu hamil primigravida. Pada satu sisi, informasi digital dapat meningkatkan pengetahuan, kesiapan, dan perilaku perawatan kehamilan. Namun, pada sisi lain, informasi digital yang tidak tervalidasi dapat meningkatkan persepsi risiko dan kecemasan. Hal ini terutama relevan pada primigravida karena mereka belum memiliki pengalaman kehamilan sebelumnya, sehingga informasi dari internet sering menjadi rujukan utama dalam memahami kondisi yang dialami.

Implikasi praktis dari penelitian ini adalah perlunya integrasi penilaian literasi kesehatan digital dalam pelayanan antenatal. Tenaga kesehatan, khususnya bidan dan perawat maternitas, tidak cukup hanya memberikan informasi secara langsung,

tetapi juga perlu membimbing ibu hamil dalam memilih sumber informasi digital yang valid. Edukasi antenatal dapat mencakup daftar situs resmi, aplikasi kehamilan yang berbasis bukti, cara mengenali hoaks kesehatan, serta anjuran untuk mengonfirmasi informasi yang meragukan kepada tenaga kesehatan. Scoping review terbaru mengenai teknologi digital dalam antenatal care menunjukkan bahwa intervensi digital dapat meningkatkan pengetahuan, perilaku kesehatan, dan beberapa indikator kesehatan maternal, termasuk aspek psikologis seperti kecemasan dan depresi⁽¹⁴⁾.

Selain edukasi digital, intervensi berbasis teknologi juga dapat dikembangkan untuk membantu menurunkan kecemasan ibu hamil. Mefrouche et al., (2023) menyatakan bahwa intervensi mindfulness berbasis digital berpotensi menurunkan gejala depresi, kecemasan, dan stres pada ibu hamil. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan digital tidak hanya dapat digunakan untuk edukasi informasi kehamilan, tetapi juga untuk dukungan psikologis. Namun, efektivitas intervensi digital sangat bergantung pada kemampuan ibu dalam menggunakan dan memahami informasi digital, sehingga peningkatan literasi kesehatan digital tetap menjadi prasyarat penting.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan kontribusi penting bagi pengembangan pelayanan antenatal berbasis digital. Literasi kesehatan digital perlu diposisikan sebagai bagian dari strategi promotif dan preventif dalam kesehatan ibu dan anak. Ibu hamil primigravida dengan literasi digital rendah perlu menjadi kelompok prioritas untuk mendapatkan edukasi tambahan karena mereka memiliki risiko lebih besar mengalami kecemasan berat. Pendekatan ini sejalan dengan arah pelayanan kesehatan maternal modern yang menekankan edukasi berbasis bukti, pemberdayaan ibu, dan deteksi dini masalah psikologis selama kehamilan.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan. Desain cross-sectional tidak memungkinkan peneliti menyimpulkan hubungan sebab-akibat secara langsung antara literasi kesehatan digital dan kecemasan. Selain itu, pengukuran dilakukan

menggunakan kuesioner sehingga berpotensi menimbulkan bias subjektif. Penelitian ini juga belum menganalisis jenis platform digital yang digunakan responden, frekuensi pencarian informasi, kualitas sumber informasi, dukungan sosial, usia kehamilan, riwayat komplikasi, maupun faktor ekonomi yang mungkin turut memengaruhi kecemasan. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain longitudinal atau intervensi untuk menilai pengaruh peningkatan literasi kesehatan digital terhadap penurunan kecemasan ibu hamil primigravida.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa literasi kesehatan digital berhubungan signifikan dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida. Ibu dengan literasi kesehatan digital kurang baik memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan berat. Oleh karena itu, peningkatan literasi kesehatan digital perlu menjadi bagian integral dalam pelayanan antenatal, khususnya pada primigravida, agar ibu mampu memperoleh informasi yang benar, mengelola persepsi risiko secara proporsional, dan menghadapi kehamilan dengan kesiapan psikologis yang lebih baik.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara literasi kesehatan digital dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil primigravida. Ibu hamil dengan literasi kesehatan digital yang kurang baik memiliki risiko lebih tinggi mengalami kecemasan berat dibandingkan ibu hamil dengan literasi kesehatan digital yang baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan dalam mencari, memahami, dan mengevaluasi informasi kesehatan digital berperan penting dalam mendukung kesiapan psikologis ibu selama kehamilan.

Berdasarkan hasil penelitian, bidan dan tenaga kesehatan perlu mengintegrasikan edukasi literasi kesehatan digital ke dalam pelayanan antenatal, termasuk membimbing ibu hamil dalam memilih sumber informasi kesehatan yang valid dan terpercaya. Selain itu, skrining kecemasan secara rutin pada ibu hamil primigravida perlu dilakukan sebagai

upaya deteksi dini dan pencegahan masalah kesehatan mental selama kehamilan.

PERSETUJUAN ETIKA

Penelitian ini sudah lolos etik dari komisi etik Poltekkes Kemenkes Semarang dengan No.1387/EA/F.XXIII.41/2026.

SUMBER PENDANAAN

Penelitian ini didanai secara mandiri oleh penulis tanpa dukungan pendanaan dari lembaga pemerintah, swasta, maupun organisasi lainnya. Seluruh proses penelitian, termasuk pengumpulan data, analisis, hingga penyusunan manuskrip, dilakukan secara independen oleh penulis.

PERNYATAAN KONTRIBUSI PENULIS

Fara Khansa Azizah: berkontribusi dalam melakukan studi pendahuluan, mengambil data penelitian dilapangan, analisis data dan menyusun laporan penelitian; **Ditya Yankusuma Setiani:** berkontribusi dalam mengembangkan metode penelitian dan penyusunan laporan penelitian; **Arlia Purwaningsih:** berkontribusi dalam penyusunan laporan penelitian.

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan dalam penelitian ini, baik yang bersifat finansial maupun non-finansial, yang dapat memengaruhi hasil maupun interpretasi penelitian.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan dan kontribusi dalam penyusunan artikel ini, baik secara langsung maupun tidak langsung.

DAFTAR PUSTAKA

1. Uyanik A, Koç G, Ardiç M. The effect of pregnancy health literacy on risk perception in pregnancy and pregnancy anxiety. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2025;25(1):664. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07792-w>
2. Aziz HA, Yahya HDB, Ang WW, Lau Y. Global prevalence of depression, anxiety, and stress symptoms in different trimesters of pregnancy: A meta-analysis and meta-regression. *J Psychiatr Res* [Internet]. 2025;181:528-46. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0022395624006988>
3. Mitchell AR, Gordon H, Atkinson J, Lindquist A, Walker SP, Middleton A, et al. Prevalence of Perinatal Anxiety and Related Disorders in Low- and Middle-Income Countries: A Systematic Review and Meta-Analysis. *JAMA Netw Open* [Internet]. 2023;6(11):e2343711-e2343711. Available from: <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2023.43711>
4. Arikalang FD, Wagey FMM, Tendean HMM. Gambaran Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida dan Multigravida dalam Menghadapi Persalinan di Indonesia. *e-Clinic*. 2023;11(3):283-92.
5. Hou K, Hou T. Investigating pregnant women's health information needs during pregnancy on internet platforms. *Front Physiol*. 2022;13.
6. Meldgaard M, Gamborg M, Terkildsen Maindal H. Health literacy levels among women in the prenatal period: A systematic review. *Sex Reprod Healthc* [Internet]. 2022;34:100796. Available from: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877575622001021>
7. Tavananezhad N, Bolbanabad AM, Ghelichkhani F, Effati-Daryani F, Mirghafourvand M. The relationship between health literacy and empowerment in pregnant women: a cross-sectional study. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2022;22(1):351. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04686-z>
8. Xu J, Chen Y, Zhao J, Wang J, Chen J, Pan X, et al. Current status of electronic health literacy among pregnant women with gestational diabetes mellitus and their perceptions of online health information: a mixed-methods study. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2024;24(1):392. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12884-024-06594-w>

9. Aslan GK, Kılınc İşleyen E, Kartal A, Koştu N. The relation between eHealth literacy and healthy lifestyle behaviours in pregnant women. *Health Promot Int* [Internet]. 2024;39(2):daae022. Available from: <https://doi.org/10.1093/heapro/daae022>
10. Mefrouche ML, Siegmann E-M, Böhme S, Berking M, Kornhuber J. The Effect of Digital Mindfulness Interventions on Depressive, Anxiety, and Stress Symptoms in Pregnant Women: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Eur J Investig Heal Psychol Educ* [Internet]. 2023;13(9):1694–706. Available from: <https://www.mdpi.com/2254-9625/13/9/122>
11. Smit AJ, Al-Dhahir I, Schiphof-Godart L, Breeman LD, Evers AW, Joosten KF. Investigating eHealth Lifestyle Interventions for Vulnerable Pregnant Women: Scoping Review of Facilitators and Barriers. *J Med Internet Res*. 2024 Dec;26:e54366.
12. Asih FR, Christiana I, Ainindyahsari NB. A Qualitative Exploration of an Interactive Digital Educational Roadmap for Pregnancy Health Literacy. *J Promkes Indones J Heal Promot Heal Educ*. 2026;14(1):99–107.
13. Korkmaz Aslan G, Kılınc İşleyen E, Kartal A, Koştu N. The relation between eHealth literacy and healthy lifestyle behaviours in pregnant women. *Health Promot Int* [Internet]. 2024;39(2):daae022. Available from: <https://doi.org/10.1093/heapro/daae022>
14. Mohamed H, Ismail A, Sutan R, Rahman RA, Juval K. A scoping review of digital technologies in antenatal care: recent progress and applications of digital technologies. *BMC Pregnancy Childbirth* [Internet]. 2025;25(1):153. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12884-025-07209-8>