

The Relationship between Self Efficacy and Anxiety Facing Childbirth in Prim gravid Pregnant Women

Aminatul Ihsani¹, Taufik Taufik²

1,2 Universitas Negeri Padang

*Corresponding author, e-mail: aminatulihsani20@gmail.com

Abstract

This research was motivated by the high maternal mortality rate (MMR) and infant mortality rate (IMR) in West Sumatra, especially in Lima Puluh Kota Regency. One of the causes of high MMR is the mother's emotional condition during pregnancy. The anxiety experienced by pregnant women is influenced by self-efficacy factors. This study aims to describe the self-efficacy and anxiety of mothers facing childbirth and examine the relationship between self-efficacy and anxiety regarding childbirth in primigravida pregnant women. This research uses quantitative methods with a correlational descriptive approach. The research sample consisted of 65 pregnant women who were selected using purposive sampling. The instruments used were a self-efficacy questionnaire with a Guttman scale model and an anxiety questionnaire with a Likert scale model. Hypothesis testing uses the Pearson product moment correlational analysis technique. The research findings are: (1) The average achievement score for self-efficacy in pregnant women is 23.19 (72.5%) which is high, (2) The average achievement score for anxiety facing childbirth is 104.72 (52.99%) is low, (3) There is a significant negative relationship between self-efficacy and anxiety about facing childbirth with a correlation coefficient of -0.312 and a significance level of 0.011.

Keywords: Self-Efficacy in Pregnant Women, Anxiety Facing Childbirth

Pendahuluan

Pernikahan merupakan salah satu tahapan yang dilalui oleh individu untuk hidup bersama. Melalui pernikahan diikat janji setia antara suami dan istri yang memuat tanggung jawab dari kedua belah pihak (Andriani, Taufik & Hariko, 2017). Salah satu fase penting dalam masa pernikahan adalah fase mendapatkan keturunan. Kehamilan merupakan peristiwa yang banyak di nantikan oleh pasangan suami istri. Disisi lain ibu hamil mengalami perasaan senang, bingung, dan cemas dalam menghadapi kehamilan. Ibu yang mengalami kehamilan pertama disebut juga dengan primigravida. Ibu primigravida sering kali mengalami situasi krisis karena tidak siap menghadapi kehamilan. Menghadapi persalinan merupakan salah satu faktor yang dapat menimbulkan kecemasan (Kurniawan & Wahyuni, 2014). Ibu hamil yang mengalami kecemasan dapat menimbulkan depresi. Kecemasan muncul karena kurangnya informasi atau bimbingan yang didapatkan oleh ibu hamil. Kecemasan dipengaruhi oleh *self-efficacy*. Sesuai dengan pendapat Bandura (1997) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi kecemasan yaitu keyakinan diri (*self efficacy*), dukungan sosial, dan modeling.

*Corresponding author, e-mail: aminatulihsani20@gmail.com



Tingkat angka kematian ibu merupakan salah satu permasalahan yang dihadapi bangsa Indonesia. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) menegaskan bahwa angka kematian ibu dan bayi yang tinggi masih menjadi ancaman bagi pembangunan SDM di Indonesia. Hal ini disampaikan oleh Kepala BKKBN Dr. (H.C) dr Hasto Wardoyo So. OG (K) dalam webinar bertajuk “Remaja Peduli Kesehatan Reproduksi, *Stunting* dan Penurunan Angka Kematian Ibu”, Senin (15/08/2022), “Kita semua harus merasa prihatin, angka kematian ibu dan bayi masih tinggi. Kita bayangkan sejenak, bahwa angka kematian bayi kita masih 24 per 1.000. Artinya setiap 1.000 kelahiran yang mati 24. Berdasarkan data *Sampling Registration System* (SRS) tahun 2018, sekitar 76% kematian ibu terjadi di fase persalinan dan pasca persalinan dengan proporsi 24% terjadi saat hamil, 36% saat persalinan dan 40% pasca persalinan (Pranita, 2022). Selain itu, Saputra (2022) dalam Gatra.com menyebutkan bahwa angka kematian ibu dan bayi di Sumatera Barat mengkhawatirkan, kejadiannya paling banyak pada fase nifas. Sedangkan di Kabupaten Lima Puluh Kota menunjukkan bahwa AKB tiga tahun terakhir terus meningkat, dimana tahun 2022 menunjukkan 12,00, sedangkan AKI menunjukkan 205,61.

Priest (Lubis, 2009) berpendapat bahwa sumber-sumber utama dari kecemasan salah satunya adalah kehamilan. Sesuai dengan pendapat tersebut, Swasono (1998) juga mengungkapkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan adalah keyakinan diri (*self efficacy*), dukungan sosial dan modeling. Individu yang memiliki keyakinan diri yang lebih besar akan mengurangi kecemasan. Keyakinan diri yang berasal dari dalam diri merupakan faktor penentu utama kecemasan, untuk itu bagi ibu hamil dibutuhkan keyakinan diri dalam menghadapi kehamilan sampai proses kelahirannya nanti. Keyakinan diri mengacu pada persepsi tentang kemampuan individu untuk mengorganisasikan dan mengimplementasikan tindakan untuk menampilkan kecakapan tertentu (Bandura, 1997). *Self efficacy* merupakan suatu keyakinan yang dimiliki oleh seseorang mengenai kemampuan dan kesanggupannya sendiri untuk bisa melakukan sesuatu atau menghadapi suatu situasi, dan memperoleh hasil yang diinginkan. *Self efficacy* juga akan mendorong seseorang untuk melakukan pekerjaan yang diyakininya akan berhasil, daripada pekerjaan yang dirasa tidak mampu untuk melakukannya (Hardianto, Erlamsyah & Nurfarhanah, 2014).

Ketika seseorang mengalami ketakutan yang tinggi, kecemasan yang akut dan tingkat stres yang tinggi, maka biasanya mereka mempunyai keyakinan diri yang rendah. Sementara mereka yang memiliki keyakinan yang tinggi, merasa mampu dan yakin terhadap kesuksesan dalam mengatasi rintangan dan menganggap ancaman sebagai suatu tantangan yang tidak perlu dihindari (Feist & Feist, 2010).

Suatu studi memperlihatkan hubungan antara kecemasan ibu selama kehamilan dengan kondisi bayi yang baru lahir. Dalam studi ini, ibu hamil menjawab *kuesioner* tentang kecemasan mereka selama 3 bulan selama kehamilan. Ketika bayi sudah lahir, berat bayi, tingkat aktivitas, dan tangisannya diukur. Bayi dari ibu yang lebih cemas, menangis lebih banyak sebelum diberi makan dan lebih aktif daripada bayi yang dilahirkan oleh ibu hamil yang kurang cemas (Santrock dalam Desmita, 2005). Kasus serupa juga terjadi di Nagari Ampalu dan Nagari Halaban, terdapat ibu hamil yang mengalami masalah selama kehamilan, salah satunya masalah kecemasan selama masa kehamilan yang berdampak pada ibu dan bayi dalam kandungannya. Hasil penelitian Hikmah, Naimah, dan Yuliani (2019) menunjukkan bahwa terdapat hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan

tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton dengan koefisien korelasi kuat.

Problem yang ada pada ibu hamil dapat diatasi dengan bantuan BK, dalam bimbingan konseling ada enam jenis bidang pengembangan yang salah satunya adalah pengembangan kehidupan keluarga. Pemberian konseling dengan pendekatan keluarga merupakan proses dukungan menghadapi masalah sehingga kecemasan menurun. Kecemasan akan berdampak negatif pada ibu hamil sejak masa kehamilan hingga persalinan. Perlunya bimbingan untuk ibu hamil sebelum proses persalinan agar mampu mengatasi ketegangan, kecemasan, memotivasi pasien pra persalinan karena pasien dengan kondisi seperti itu sangat memerlukan bantuan yang tidak hanya bantuan fisik saja, juga bantuan non fisik yang berupa bantuan psikis seperti bimbingan konseling untuk menenangkan atau mengurangi kecemasan bagi ibu hamil. Dengan bimbingan konseling yang diberikan pembimbing dapat membantu agar tidak cemas dan stres dalam mengurangi tekanan perasaan atau stres sebelum menjalani proses kelahiran anaknya (Latipun, 2010).

Berdasarkan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian ini adalah (1) Mendeskripsikan *self efficacy* pada ibu hamil, (2) Mendeskripsikan kecemasan dalam menghadapi persalinan, dan (3) Menguji apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif dan korelasional yang bertujuan untuk mendeskripsikan kejadian yang ada secara menyeluruh, sistematis, dan apa adanya sesuai fakta di lapangan dan mencari hubungan *self efficacy* dengan kecemasan dalam menghadapi persalinan pada ibu hamil primigravida. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berada di Nagari Ampalu dan Nagari Halaban yang berjumlah 98 orang, dengan jumlah sampel 65 orang ibu hamil primigravida. Penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan kriteria pengambilan sampel yaitu warga Nagari Ampalu atau Nagari Halaban, menetap tinggal di Nagari Ampalu atau Nagari Halaban, terdata di posyandu Nagari Ampalu atau Nagari Halaban serta merupakan ibu primigravida. Teknik pengumpulan data menggunakan *kuesioner* atau angket dengan *skala guttman* untuk *self efficacy* pada ibu hamil dan *skala likert* untuk kecemasan menghadapi persalinan.

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan maka diperoleh hasil sebagai berikut:

1. *Self Efficacy* pada Ibu Hamil

Hasil penelitian tentang *self efficacy* pada ibu hamil ditampilkan pada tabel 1:

Tabel 1. Deskripsi Data *Self Efficacy* pada Ibu Hamil Berdasarkan Sub-Variabel (n=65)

No	Sub Variabel	Mean	%	SD	Ideal	Ket
1.	Dimensi tingkat (<i>level</i>)	8,83	73,58	2,32	12	Tinggi
2.	Dimensi umum (<i>generality</i>)	8,54	71,17	1,69	12	Tinggi
3.	Kekuatan (<i>strength</i>)	5,82	72,75	1,13	8	Tinggi

(The Relationship between Self Efficacy and Anxiety Facing Childbirth in Primigravid Pregnant Women)

Keseluruhan	23,19	72,5	5,14	32	Tinggi
--------------------	--------------	-------------	-------------	-----------	---------------

Rata-rata skor capaian *self efficacy* pada ibu hamil adalah 23,19 (72,5%) termasuk kategori tinggi. Apabila dilihat dari masing-masing aspek persentase rata-rata tidak terlalu jauh berbeda. Hal ini dapat dilihat dari dimensi tingkat (*level*) adalah 8,83 (73,58%) termasuk kategori tinggi, dimensi umum (*generality*) adalah 8,54 (71,17%) termasuk kategori tinggi, dan kekuatan (*strength*) adalah 5,82 (72,75%) termasuk kategori tinggi.

Selanjutnya untuk frekuensi dan persentase jumlah ibu hamil yang memiliki tingkat *self-efficacy*, ditampilkan pada tabel 2:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentase Self Efficacy pada Ibu Hamil Secara Keseluruhan (n=65)

Kategori	Skor Interval	f	%
Sangat Tinggi	≥ 25	25	38,46
Tinggi	19-24	34	52,31
Sedang	13-18	4	6,15
Rendah	7-12	3	3,08
Sangat Rendah	≤6	0	0
Jumlah		65	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa sebanyak 52,31% ibu hamil memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi, 38,46% ibu hamil memiliki tingkat *self efficacy* yang sangat tinggi, 6,15% ibu hamil memiliki tingkat *self efficacy* yang sedang, 3,08% ibu hamil memiliki tingkat *self efficacy* yang rendah, dan tidak ada ibu hamil yang memiliki tingkat *self efficacy* yang sangat rendah. Jadi dapat diketahui bahwa ibu hamil primigravida di Nagari Ampalu dan Nagari Halaban memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi. Hal ini mengungkapkan bahwa ibu hamil primigravida memiliki keyakinan diri yang tinggi dalam menghadapi persalinan.

2. Kecemasan Menghadapi Persalinan

Hasil penelitian tentang kecemasan menghadapi persalinan ditampilkan pada tabel 3:

Tabel 3. Deskripsi Data Reaksi Kecemasan Menghadapi Persalinan Berdasarkan Sub-Variabel (n=65)

No	Reaksi	Mean	%	SD	Ideal	Ket
1.	Reaksi emosional	37,65	50,2	6,72	75	Rendah
2.	Reaksi kognitif	41,42	51,78	8,15	80	Rendah
3.	Reaksi fisiologis	25,65	57	7,17	45	Sedang
	Keseluruhan	104,72	52,99	22,04	200	Sedang

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa rata-rata skor capaian kecemasan menghadapi persalinan adalah 104,72 (52,99%) termasuk kategori rendah. Hasil per-aspek yaitu rata-rata skor capaian reaksi emosional adalah 37,65 (50,2%) termasuk rendah, rata-rata skor capaian reaksi kognitif adalah 41,42 (51,78%) termasuk rendah, rata-rata skor capaian reaksi fisiologis adalah 25,65 (57%) termasuk sedang.

Selanjutnya untuk frekuensi dan persentase kecemasan menghadapi persalinan ditampilkan pada tabel 4:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan Persentase *Self Efficacy* pada Ibu Hamil Secara Keseluruhan (n=65)

Kategori	Skor Interval	f	%
Sangat Tinggi	>169	0	0
Tinggi	137-168	1	1,54
Sedang	105-136	36	55,38
Rendah	73-104	24	36,92
Sangat Rendah	<72	4	6,15
Jumlah		65	100

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa sebanyak 55,38% ibu hamil memiliki tingkat kecemasan menghadapi persalinan yang sedang, 36,92% ibu hamil memiliki tingkat kecemasan menghadapi persalinan yang rendah, 6,15% ibu hamil memiliki tingkat kecemasan menghadapi persalinan yang sangat rendah, dan 1,54% ibu hamil memiliki tingkat kecemasan menghadapi persalinan yang tinggi. Tidak ada ibu hamil yang memiliki tingkat kecemasan menghadapi persalinan dengan kategori sangat tinggi. Hal ini mengungkapkan bahwa kecemasan menghadapi persalinan yang dirasakan oleh ibu hamil berada pada kategori sedang, dalam artian bahwa terdapat sebagian ibu hamil yang mengalami kecemasan menjelang persalinan dan sebagian ibu hamil merasa tidak terlalu cemas dalam menghadapi persalinan.

Pembahasan

1. *Self Efficacy* pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian, skor rata-rata *self efficacy* pada ibu hamil adalah 23,19 (72,5%) termasuk tinggi. Kebanyakan (52,31%) *self efficacy* pada ibu hamil berada pada kategori tinggi. Artinya secara umum ibu hamil memiliki *self efficacy* yang tinggi dalam menghadapi proses persalinan. *Self efficacy* pada ibu hamil adalah salah satu faktor psikologis dan kerangka berharga yang memprediksi perilaku ibu dan meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan selama kehamilan. Peter (Hikmah, Naimah & Yuliani, 2019) *self efficacy* merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya. Dalam penelitian ini, *self efficacy* pada ibu hamil tergolong tinggi, artinya banyak ibu hamil yang memiliki keyakinan akan kemampuan dirinya sendiri dalam menghadapi persalinan. Ibu yang memiliki efikasi diri yang baik akan ditunjukkan dengan kemampuannya dalam beradaptasi terhadap nyeri persalinan, tampak tenang, mampu mengendalikan diri serta mampu menjalani proses persalinan dengan kekuatan dan keyakinan sendiri. Ibu yang memiliki efikasi diri yang baik akan mampu melakukan kontrol diri secara efektif, sedangkan ibu yang memiliki efikasi diri yang rendah akan menurunkan kemampuan dalam menjalani proses persalinan.

2. Kecemasan Menghadapi Persalinan

Berdasarkan hasil penelitian, skor rata-rata kecemasan menghadapi persalinan adalah 104,72 (52,99%) termasuk kategori rendah. Kebanyakan (55,38%) kecemasan menghadapi persalinan berada pada kategori sedang. Artinya sebagian ibu hamil mengalami kecemasan menjelang persalinan dan sebagian ibu hamil tidak terlalu mengalami kecemasan dalam menghadapi persalinan. Kecemasan menghadapi

persalinan dipengaruhi oleh keyakinan diri (*self efficacy*), dukungan sosial dan modeling (Swasono, 1998). Priest (Safaria & Saputra, 2012) menjelaskan bahwa kecemasan adalah suatu keadaan yang dialami ketika berpikir tentang sesuatu yang tidak menyenangkan terjadi. Kecemasan pada ibu hamil adalah rasa takut atau khawatir akan situasi tertentu yang dialami oleh ibu hamil yang dianggap mengancam yang dapat menimbulkan kegelisahan karena adanya ketakutan sesuatu yang buruk akan terjadi.

3. Hubungan *Self Efficacy* dengan Kecemasan Menghadapi Persalinan pada Ibu Hamil Primigravida

Berdasarkan hasil penelitian diketahui koefisien korelasi antara variabel *self efficacy* pada ibu hamil (X) dengan kecemasan menghadapi persalinan (Y) sebesar -0,312 dan nilai signifikansi sebesar 0,011 dengan jumlah responden 65 ibu hamil. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* pada ibu hamil dengan kecemasan menghadapi persalinan, artinya semakin tinggi tingkat *self efficacy* pada ibu hamil maka semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil, begitupun sebaliknya, semakin rendah *self efficacy* pada ibu hamil, maka semakin tinggi tingkat kecemasan yang dialami oleh ibu hamil. Ibu hamil yang mengalami kecemasan yang tinggi akan berpengaruh terhadap kondisi kehamilannya, sedangkan ibu hamil yang memiliki keyakinan diri (*self efficacy*) yang baik akan berpengaruh baik pula pada proses persalinan (Christiaens & Bracke dalam Kartini, 2021). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Schetter dan Tanner (2012) yang menyimpulkan bahwa adanya hubungan antara *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi kelahiran bayi pada wanita hamil. Apabila seseorang memiliki tingkat *self efficacy* yang semakin tinggi, maka akan menekan tingkat kecemasan yang dialaminya, terutama menjelang kelahiran bayi.

Implikasi dalam Layanan Bimbingan dan Konseling

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil *self efficacy* pada ibu hamil berada pada kategori tinggi dan kecemasan menghadapi persalinan berada pada kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa diperlukannya peran konselor (bidan maupun dokter) untuk ibu hamil sebelum proses persalinan agar mampu mengatasi ketegangan, kecemasan, memotivasi ibu hamil dalam menghadapi persalinan karena ibu hamil dengan kondisi seperti itu sangat memerlukan bantuan yang tidak hanya bantuan fisik saja, juga bantuan non fisik yang berupa bantuan psikis seperti bimbingan konseling untuk menenangkan atau mengurangi kecemasan bagi ibu hamil, untuk mengurangi kecemasan yang dialami oleh ibu hamil dibutuhkan pendampingan dan bantuan, salah satu diantaranya bisa melalui proses layanan bimbingan dan konseling.

Agar penyelenggaraan konseling berlangsung secara efektif, konselor mesti memanfaatkan sejumlah keterampilan yang tepat dengan spesifikasi kebutuhan dan permasalahan klien serta mempertimbangkan aspek-aspek nilai yang dianut oleh individu (Hariko, 2016). Salah satu sikap yang harus dimiliki konselor adalah sikap empati. Empati adalah kemampuan untuk memahami secara emosional apa yang sedang dirasakan oleh orang lain, melihat sesuatu dari sudut pandang mereka dan membayangkan diri sendiri berada pada posisi mereka, dengan sikap empati yang dimiliki oleh konselor dan dapat diterapkan dalam proses konseling sehingga mampu meningkatkan keyakinan konseli terhadap konselor dan menumbuhkan kemauan yang tinggi untuk melakukan proses

konseling (Narti, Hariko & Karneli, 2023). Adapun layanan bimbingan dan konseling yang dapat diberikan adalah:

1. Layanan Informasi

Sesuai dengan temuan penelitian ini, dapat diberikan layanan informasi kepada ibu hamil. Prayitno (2012) menjelaskan bahwa layanan informasi adalah salah layanan bimbingan dan konseling yang bertujuan agar individu menerima dan memahami berbagai informasi tentang bagaimana cara meningkatkan *self efficacy* dan menurunkan tingkat kecemasan pada ibu hamil. Dalam layanan informasi ini, dokter atau bidan yang berperan sebagai konselor bagi ibu hamil dapat memberikan informasi tentang hal-hal yang dibutuhkan ibu hamil yang menjadi sasaran layanan, seperti informasi mengenai kehamilan maupun persalinan.

2. Layanan Konseling Individual

Sesuai dengan temuan penelitian ini, dapat diberikan layanan konseling individual kepada ibu hamil. Willis (2013) menjelaskan bahwa konseling individual adalah suatu pertemuan antara konselor (dokter atau bidan) dengan klien (ibu hamil) secara individual, dimana terjadi hubungan konseling yang bernuansa *rapport* dan konselor memberikan bantuan untuk pengembangan pribadi ibu hamil serta ibu hamil dapat mengantisipasi masalah-masalah yang dihadapinya.

3. Layanan Bimbingan Kelompok

Sesuai dengan temuan penelitian ini, dapat diberikan layanan bimbingan kelompok kepada ibu hamil. Layanan bimbingan kelompok adalah layanan bimbingan dan konseling berupa bantuan terhadap individu yang dilakukan dalam dinamika kelompok, bimbingan kelompok dapat berupa penyampaian informasi atau aktivitas kelompok yang membahas masalah-masalah pendidikan, pekerjaan, pribadi dan sosial (Nurihsan, 2005). Dalam kegiatan bimbingan kelompok pra-persalinan, ibu hamil didorong untuk dapat mengungkapkan pengalaman, perasaan dan pendapatnya, dengan memanfaatkan dinamika kelompok, ibu hamil distimuli untuk saling berdiskusi dan mampu mengungkapkan segala macam perasaan, emosi, atau pikiran-pikiran yang mengganggunya dengan tujuan untuk membantu melepaskan diri dari penderitaan emosional yang dialami oleh ibu hamil. Materi yang dapat dibahas dalam bimbingan kelompok pra-persalinan seperti persiapan yang harus disiapkan menjelang kelahiran, keluhan-keluhan yang dialami di setiap trimester dan sebagainya.

4. Layanan Konsultasi

Sesuai dengan temuan penelitian ini, dapat diberikan layanan konsultasi kepada ibu hamil. Prayitno (2004) layanan konsultasi adalah layanan yang dilaksanakan konselor terhadap pelanggan atau konsulti (ibu hamil) yang memungkinkan konsulti memperoleh wawasan, pemahaman dan cara yang perlu dilaksanakan untuk menangani kondisi dan/atau permasalahan pihak ketiga. Dalam penelitian ini, kondisi kecemasan yang sering dialami oleh ibu hamil yaitu mengenai rasa sakit yang akan dihadapi pada proses persalinan, serta berbagai pikiran mengenai kondisi bayi yang akan dilahirkan nantinya. Sehingga dukungan atas psikologis pada ibu hamil sangat dibutuhkan, ibu hamil dapat memperbaiki kondisi kecemasan menjadi lebih berpikir positif dan yakin akan dirinya sendiri dalam menghadapi persalinan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada ibu hamil primigravida di Nagari Ampalu dan Nagari Halaban, mengenai hubungan *self efficacy* pada ibu hamil dengan kecemasan menghadapi persalinan, dapat disimpulkan bahwa rata-rata skor capaian *self efficacy* pada ibu hamil adalah 23,19 (72,5%) berada pada kategori tinggi. Kebanyakan (52,31%) ibu hamil memiliki tingkat *self efficacy* yang tinggi. Rata-rata skor capaian kecemasan menghadapi persalinan adalah 104,72 (52,99) berada pada kategori rendah. Kebanyakan (55,38%) ibu hamil mengalami tingkat kecemasan menghadapi persalinan pada kategori sedang. Terdapat hubungan yang negatif signifikan antara *self efficacy* pada ibu hamil (X) dengan kecemasan menghadapi persalinan (Y) dengan koefisien korelasi sebesar -0,312 dengan taraf signifikansi sebesar 0,011, dengan demikian dapat diartikan bahwa semakin tinggi *self efficacy* pada ibu hamil maka tingkat kecemasan menghadapi persalinan semakin rendah.

Daftar Rujukan

- Andriani, O., Taufik., & Hariko, R. (2017). Gambaran Permasalahan Pasangan Muda di Kabupaten Kerinci. *Jurnal Konseling Indonesia*. 3(1). 1-8.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Camberg University Press.
- Desmita. (2005). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Feist, J., & Feist, G.J. (2010). *Personality Theories (Teori Kepribadian)*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hardianto, G., Erlamsyah., & Nurfarhanah. (2014). Hubungan antara *Self Efficacy* Akademik dengan Hasil Belajar Siswa. *Konselor*. 3(1).
- Hariko, R. (2016). Ilmu Bimbingan dan Konseling, Nilai dan Kesejahteraan Individu: Studi Literatur. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*. 4(2). 118-123.
- Hikmah, N., Naimah., & Yuliani, I. (2019). *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*. 5(2). 123-132.
- Huliana, M. (2001). *Pedoman Menjalani Kehamilan Sehat*. Jakarta: Puspa Swara.
- Kartini, F. (2021). *Edukasi Holistik Meningkatkan Self Efficacy Ibu Menghadapi Persalinan*. Yogyakarta: Budi Utama.
- Kartono, K. (2007). *Psikologi Wanita: Mengenal Wanita Sebagai Ibu dan Nenek*. Bandung: Mandar Maju.
- Kurniawati, H., & Wahyuni, A. (2014). Perbandingan Tingkat Kecemasan Primigravida dan Multigravida dalam Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Wirobrajan. *Mutiara Medika*. 14(1). 100-105.
- Latipun. (2010). *Psikologi Konseling*: Malang: UMM Press.
- Lubis, N. L. (2009). *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana.
- Mardhiyah, U., & Khaerani, N. M. (2017). Pelatihan Dzikir untuk Menurunkan Kecemasan Ibu Hamil Pertama. *Jurnal Psikologi Integratif*. 5(2). 157-174.
- Narti, Z., Hariko, R., & Karneli, Y. (2023). Penerapan Sikap Empati Konselor dalam Proses Konseling. *Jambura Guidance and Counseling Journal*. 4(1). 17-24.
- Nurihsan, A. J. (2005). *Strategi Layanan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: Rafika Aditama.

-
- Pranita, E. (2022). BKKBN: Angka Kematian Ibu dan Bayi Masih Jadi Ancaman SDM di Indonesia. *Kompas*. <https://www.kompas.com/sains/read/2022/08/16/160500023/bkkbn-angka-kematian-ibu-dan-bayi-masih-jadi-ancaman-sdm-di-indonesia?page=all>
- Prayitno. (2004). *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno. (2012). *Jenis Layanan dan Kegiatan Pendukung Konseling*. Padang: FIP UNP.
- Safaria, T., & Saputra, N. E. (2012). *Manajemen Emosi: Sebuah Panduan Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Saputra, W. (2022). Ngeri! Angka Kematian Ibu dan Anak di Sumbar Meningkat, Apa Penyebabnya?. *Gatra.com*. <https://www.gatra.com/news-558781-kesehatan-nger-angka-kematian-ibu-dan-anak-di-sumbar-meningkat-apa-penyebabnya.html>.
- Sari, F. S., & Novriani, W. (2017). Dukungan Keluarga dengan Kecemasan Menjelang Persalinan Trimester III. *Jurnal IPTEKS Terapan*. 11(1). 55-64.
- Schetter, C. D., & Tanner, L. (2012). Anxiety, Depression and Stress in Pregnancy: Implications for Mother, Children, Research, and Practice. *National Library of Medicine*. 25(2). 141-148.
- Sugiyanto, E. P., & Prasetyo, C. H. (2018). Hubungan Tingkat Kemampuan dalam Merawat Diri dan Bayinya Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Primigravida Trimester ketiga. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*. 1(2). 83-86.
- Swasono, M. F. (1998). *Kehamilan, Kelahiran, Perawatan Ibu dan Bayi dalam Konteks Budaya*. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Taufik., & Karneli, Y. (2012). *Teknik dan Laboratorium Konseling*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Willis, S. (2013). *Konseling Individual: Teori dan Praktek*. Bandung: Alfabeta.