

SELF EFFICACY IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN TINGKAT KECEMASAN DALAM MENGHADAPI PERSALINAN

Nurul Hikmah¹⁾, Naimah¹⁾, Ita Yuliani¹⁾

¹⁾Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

Email: nurulnrh6@gmail.com

SELF EFFICACY PREGNANT WOMEN TRIMESTER III WITH ANXIETY LEVEL IN FACING LABOR

Abstract: *Psychological changes that occur in the third trimester pregnant women one of them caused by anxiety before delivery. Prolonged anxiety can make a pregnant woman can not concentrate properly and loss of confidence. The purpose of this study to determine the relationship of self-efficacy third trimester pregnant women with the level of anxiety in the face of labor. This study design using analytic correlation with cross sectional approach. The study population throughout the third trimester pregnant women a number of 52 people with purposive sampling technique sampling. These samples included 30 third trimester pregnant women in accordance with the inclusion criteria. The research instrument is questionnaire scale of confidence and PRAQ-R2 (Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised). Results of research on self-efficacy is obtained 73.33% with moderate self efficacy, whereas for the anxiety level obtained 63.33% with mild anxiety. Data were analyzed using Spearman Rank correlation test showed that the correlation coefficient of 0.651 and 0.000 significance (<0.05) means that there is a significant correlation in self efficacy third trimester pregnant women with the level of anxiety in the face of labor with a strong correlation coefficient.*

Keywords : *Self Efficacy, Pregnant Women Third Trimester, Anxiety Level.*

Abstrak: Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil trimester III salah satunya disebabkan karena rasa cemas menjelang persalinan. Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tidak bisa berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan. Desain penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian seluruh ibu hamil trimester III sejumlah 52 orang dengan teknik sampling purposive sampling. Sampel penelitian berjumlah 30 orang ibu hamil trimester III sesuai dengan kriteria inklusi. Instrumen penelitian berupa angket skala kepercayaan diri dan PRAQ-R2 (*Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised*). Hasil penelitian tentang *self efficacy* didapatkan 73,33% dengan *self efficacy* sedang, sedangkan untuk tingkat kecemasan didapatkan 63,33% dengan kecemasan ringan. Analisa data menggunakan uji korelasi *Spearman Rank* menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,651 dan signifikansinya 0,000 (<0,05) berarti terdapat hubungan yang signifikan pada *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan dengan koefisien korelasi kuat.

Kata Kunci : *Self Efficacy, Ibu Hamil Trimester III, Tingkat Kecemasan.*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang memberikan perubahan pada ibu dari

segi fisik maupun psikologisnya. Perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil trimester III salah satunya disebabkan

kan karena rasa cemas menjelang persalinan (Mayangsari, 2011). Cemas merupakan bagian dari respon emosional, dimana kekhawatiran yang tidak jelas dan berkaitan dengan perasaan tidak pasti. Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tidak bisa berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri (Pasaribu, 2014). Kepercayaan diri dapat berpengaruh pada proses kelancaran persalinan, mempengaruhi kesehatan janin, dan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Ibu hamil yang mampu mempertahankan kontrol diri dengan baik dapat menurunkan dampak nyeri saat persalinan, dan ibu hamil yang memiliki efikasi diri yang tinggi menunjukkan tingkat kepuasan dalam menjalani proses kehamilan yang lebih baik terhadap diri sendiri, maupun terhadap perawat, bidan maupun dokter serta menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya (Christiaens and Bracke, 2010).

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. *Self efficacy* dipengaruhi oleh empat tingkat informasi yang mendasar, yaitu pencapaian kinerja seperti kehamilan sebelumnya, pengalaman dari ibu hamil yang lain, dorongan lisan oleh orang lain, dan respon fisiologis seperti kelelahan, stress, kecemasan, dan gang-

guan tidur (Ashtarian, 2016). Banyak faktor yang dapat mempengaruhi seorang individu dalam menghadapi suatu kecemasan. Salah satu faktornya adalah *self efficacy* yang berbeda pada setiap individu. *Self efficacy* dan kecemasan terkait, individu yang merasa tidak efektif dalam menangani masalah dalam hidupnya akan menjadi cemas memikirkan bagaimana mereka akan mengelola tantangan ketika muncul (Lalita, 2013). Peter mempunyai pendapat bahwa *self efficacy* merupakan sikap atau perasaan yakin atas kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya. Penelitian yang dilakukan oleh Astuti (2009) mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan ibu hamil, dari 50 responden diperoleh 46% mengalami kecemasan ringan, 50% kecemasan sedang, dan 4% kecemasan berat. Sedangkan penelitian Yuliana (2010), mengenai kecemasan pada ibu hamil trimester III, dimana kecemasan yang dialami dibagi dalam kategori jenis kehamilan (graviditas), usia, dan tingkat pendidikan, dari 51 responden yang diteliti diperoleh 49% tidak mengalami kecemasan (normal), 47,1% kecemasan ringan, 3,9% kecemasan sedang, dan tidak ada yang mengalami kecemasan berat.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2017 di PMB Ngadillah, Amd.Keb Desa

Asrikaton Kecamatan Pakis Kabupaten Malang diperoleh data ibu hamil yang berkunjung pada bulan Desember 2017 berjumlah 32 primigravida trimester III. Berdasarkan uraian diatas maka penting untuk dilakukan analisis tentang “Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton Kecamatan, Pakis”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan analitik korelasi dengan pendekatan *Cross Sectional*. Lokasi penelitian di PMB Ngadillah Desa Asrikaton Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Waktu penelitian dilaksanakan tanggal 04-18 Mei 2018.

Populasi pada penelitian ini adalah Seluruh ibu hamil trimester III yang datang ke PMB Ngadillah sejumlah 52 orang. Penentuan jumlah responden menggunakan rumus slovin. Hasil penghitungan sampel adalah sebesar 30 responden yang diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Kriteria sampel yang diambil adalah primigravida, bersedia menjadi responden, tidak mengalami komplikasi dalam kehamilan (abortus, preeklamsia, letak sungsang/ lintang), KPD). Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket skala kepercayaan diri dan *PRAQ-R2*

(*Pregnancy Related Anxiety Questionnaire-Revised*).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

Usia	f	%
< 20 tahun	7	23,33
20-35 tahun	22	73,33
> 35 tahun	1	3,33
Total	30	100,00

Berdasarkan tabel 1 dari 30 responden, sebagian besar adalah berusia 20-35 tahun sejumlah 21 orang (70,00%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

Status Pendidikan	f	%
SD	3	10,00
SMP	10	33,33
SMA	9	30,00
Perguruan Tinggi	8	26,67
Total	30	100,00

Berdasarkan tabel 2 dari 30 responden, hampir setengah adalah berpendidikan terakhir SMP sejumlah 10 orang (33,33%).

Berdasarkan tabel 3 dari 30 responden, sebagian besar adalah ibu yang tidak bekerja sejumlah 22 orang (73,33 %).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

Pekerjaan	<i>f</i>	%
Bekerja	10	33,33
Tidak bekerja	20	66,67
Total	30	100,00

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat *Self Efficacy* di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

<i>Self Efficacy</i>	<i>f</i>	%
Sedang	22	73,33
Tinggi	8	26,67
Total	30	100,00

Berdasarkan tabel 4 dari 30 responden, sebagian besar dengan kategori *self efficacy* sedang sejumlah 22 orang (73,33%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Kecemasan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

Tingkat Kecemasan	<i>f</i>	%
Ringan	19	63,33
Sedang	10	33,33
Berat	1	3,33
Total	30	100,00

Berdasarkan tabel 5 dari 30 responden, sebagian besar dengan kategori kecemasan ringan sejumlah 19 orang (63,33%).

Tabel 6 Tabel Silang Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis 2018

<i>Self Efficacy</i>	Tingkat Kecemasan						Total	
	Ringan		Sedang		Berat		<i>f</i>	%
	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%		
Sedang	15	68,18	7	31,82	0	0,00	22	100
Tinggi	4	50,00	3	37,50	1	12,50	8	100
Total	19	63,33	10	33,33	1	3,33	30	100

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa kecemasan ringan pada *self efficacy* sedang lebih besar (68,18%) daripada *self efficacy* tinggi (50%). Sedangkan kecemasan berat pada *self efficacy* tinggi lebih besar (12,50%) daripada *self efficacy* sedang (0%).

PEMBAHASAN

Self Efficacy Ibu Hamil Trimester III

Hasil penelitian tentang *self efficacy* pada 30 responden ibu hamil trimester III sesuai dengan kriteria inklusi di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kategori *self efficacy* sedang (73,33%) dan hampir setengah

dengan kategori *self efficacy* tinggi (26,67%). *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 (Ashtarian, 2016). Menurut Ghufron (2010), *self efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, dan pekerjaan.

Berdasarkan dari tabel silang data status pendidikan dengan *self efficacy*, dari 10 responden hampir setengah berpendidikan SMP (33,33%), SMA (30,00%), dan Perguruan Tinggi (26,67%). Pada pendidikan tingkat SMP, SMA, maupun Perguruan Tinggi seharusnya seseorang telah dapat menganalisis dan memahami berbagai masalah dalam kehidupannya dan mengaplikasikan pengetahuan yang diperoleh untuk memecahkan masalah tersebut. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka mempunyai pemahaman dan pengetahuan yang lebih baik, sehingga dapat memberikan respon yang positif terhadap adanya stimulus yang diberikan terutama dalam pemenuhan kebutuhan kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan, maka semakin tinggi kesadaran terhadap masalah kesehatan. Menurut (Notoatmodjo, 2012) pengetahuan sangat erat hubungannya dengan pendidikan, dimana diharapkan

bahwa dengan pendidikan yang tinggi maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Akan tetapi, selain itu faktor yang berpengaruh terhadap perilaku tidak hanya dari pendidikan seseorang saja melainkan juga bisa dari sikap dan persepsi atau keyakinan seseorang terhadap masalah yang dihadapi. Persepsi seseorang yang rendah bisa disebabkan oleh keyakinan seseorang sendiri tentang kondisinya. Didukung oleh Becker *et al* dalam Safri (2013) model keyakinan kesehatan berguna untuk memperkirakan adanya ketidakpatuhan, dimana keyakinan tentang kesehatan dan kepribadian seseorang berperan dalam menentukan respon seseorang terhadap anjuran kesehatan.

Gist dan Mitchel (1992) dalam Lentz *et al* (2002) menyatakan bahwa pengetahuan dan kemampuan dapat mempengaruhi *self efficacy*. Sementara itu, semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, maka semakin tinggi pula pengetahuan dan kemampuannya. Namun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata skor *self efficacy* yang paling tinggi diperoleh pada responden dengan tingkat pendidikan rendah dan paling rendah diperoleh pada responden dengan pendidikan menengah. Tidak terlihat adanya pengaruh dari tingkat pendidikan terhadap *self efficacy* dalam penelitian ini. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Ariani (2011) yang menunjukkan bahwa

tidak ada hubungan tingkat pendidikan dengan *self efficacy*.

Berdasarkan dari tabel silang data status pekerjaan dengan *self efficacy*, sebagian besar ibu hamil tidak bekerja (66,7%) dengan *self efficacy* sedang maupun *self efficacy* tinggi. Hal inilah yang juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi *self efficacy*. Ibu yang bekerja mempunyai tingkat pengetahuan yang lebih baik daripada ibu yang tidak bekerja, karena ibu yang bekerja akan lebih banyak memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain, sehingga mempunyai banyak peluang untuk mendapatkan informasi seputar keadaannya. Sedangkan ibu yang tidak bekerja cenderung lebih tertutup dan tinggal di dalam rumah dan terbatas informasi dengan teman sebayanya sehingga ibu mempunyai pengetahuan yang terbatas.

Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan

Berdasarkan tabel silang usia dengan tingkat kecemasan, dari 15 orang ibu hamil yang mengalami kecemasan ringan tersebut, sebagian besar merupakan usia produktif antara 20-35 tahun. Usia wanita saat hamil berpengaruh terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi proses persalinan. Usia produktif merupakan usia dimana seorang wanita menikah memang telah merencanakan kehamilannya. Ibu hamil dalam usia produktif akan lebih siap menerima

kehamilan, mempersiapkan kehadiran bayinya dengan lebih antusias, sehingga pikiran dan perasaan ibu akan lebih bahagia dalam menyambut bayinya.

Menurut Winkjosastro (2005) dalam penelitian Setyaningrum, dkk (2013) yang menyatakan direntang usia 20-35 tahun ini kondisi fisik wanita dalam keadaan prima. Rahim sudah mampu memberi perlindungan, mental pun siap untuk merawat dan menjaga kehamilannya secara hati-hati, sehingga ibu sudah semakin siap secara psikis untuk merawat dirinya dan juga anak yang dikandungnya. Johar (1998) dalam penelitian Safitri (2014) juga menegaskan bahwa wanita hamil pada usia 35 tahun ke atas mempunyai nilai kecemasan paling tinggi disbanding pada wanita hamil pada usia 20-30 tahun. Peristiwa hamil diatas 35 tahun umumnya bukan merupakan pengalaman pertama bagi seorang wanita tetapi seringkali hal ini merupakan peristiwa yang tidak direncanakan sebelumnya. Meskipun pada usia tersebut seorang wanita telah siap menerima kehadiran seorang anak dan menjalankan tugasnya sebagai seorang ibu, tetap saja kehamilan pada usia diatas 35 tahun juga berpotensi menimbulkan kecemasan.

Berdasarkan data tabel silang pendidikan dengan tingkat kecemasan, seluruhnya ibu mengalami kecemasan ringan berpendidikan SMP. Tingkat pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap pengetahuan-

nya. Semakin tinggi pendidikan, maka semakin luas pengetahuannya. Pengetahuan yang tinggi akan meningkatkan kesadaran seseorang untuk mendapatkan informasi mengenai keadaannya sehingga dapat mengurangi rasa cemas yang dialami. Menurut Purwatomoko (2001) dalam penelitian Zamriati (2013), semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang, semakin besar peluang untuk mencari pengobatan ke pelayanan kesehatan. Sebaliknya, rendahnya pendidikan akan menyebabkan seseorang mengalami stress dan kecemasan yang terjadi disebabkan kurangnya informasi yang didapatkan.

Berdasarkan data tabel silang pekerjaan dengan tingkat kecemasan, sebagian kecil ibu mengalami kecemasan berat berstatus tidak bekerja. Status pekerjaan dapat mempengaruhi pengetahuan ibu. Ibu yang bekerja mempunyai tingkat pengetahuan yang lebih baik daripada ibu yang tidak bekerja, karena pada ibu yang bekerja akan lebih banyak memiliki kesempatan untuk berinteraksi dengan orang lain, sehingga mempunyai banyak peluang juga untuk mendapatkan informasi seputar keadaannya sehingga dapat mengurangi kecemasan dalam menghadapi persalinan. Penelitian Walangadi (2014) menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pengetahuan ibu tentang kehamilan, maka semakin rendah kecemasan dalam menghadapi persalinan. Hal ini didukung oleh teori Notoatmodjo (2003) dalam

Walangadi (2014) bahwa pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Informasi dan pengalaman akan menambah wawasan yang bersifat informal bagi seseorang. Berbagai informasi mengenai kehamilan dan persalinan yang didiapatkan oleh ibu diharapkan dapat mengurangi kecemasan yang dialaminya.

Hubungan *Self Efficacy* Ibu Hamil Trimester III dengan Tingkat Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa kecemasan ringan pada *self efficacy* sedang lebih besar (68,18%) daripada *self efficacy* tinggi (50%). Sedangkan kecemasan berat pada *self efficacy* tinggi lebih besar (12,50%) daripada *self efficacy* sedang (0%). Kecemasan adalah kekhawatiran yang tidak jelas dan menyebar, serta berkaitan dengan perasaan yang tidak pasti (Stuart, 2006). Perasaan cemas yang berkepanjangan dapat membuat ibu hamil tidak bisa berkonsentrasi dengan baik dan hilangnya rasa kepercayaan diri (Pasaribu, 2014). Dampak kecemasan yang dialami ibu saat persalinan ibu akan merasakan nyeri atau rasa sakit yang berlebihan. Rasa takut akan menghalangi proses persalinan karena ketika tubuh manusia mendapatkan sinyal rasa takut, tubuh akan mengaktifkan pusat siaga dan pertahanan. Akibatnya rahim hanya mendapatkan

sedikit aliran darah sehingga menghalangi proses persalinan dan mengakibatkan rasa nyeri serta menyebabkan waktu melahirkan menjadi lebih panjang (Wiknjosastro, 2007).

Kepercayaan diri dapat berpengaruh pada proses kelancaran persalinan, mempengaruhi kesehatan janin, dan kesehatan ibu hamil itu sendiri. Kepercayaan diri memberikan pengaruh pada kekuatan mental ibu hamil untuk menghadapi proses persalinan. Ibu hamil yang mampu mempertahankan kontrol diri dengan baik dapat menurunkan dampak nyeri saat persalinan, dan ibu hamil yang memiliki efikasi diri yang tinggi menunjukkan tingkat kepuasan dalam menjalani proses kehamilan yang lebih baik terhadap diri sendiri, maupun terhadap perawat, bidan maupun dokter serta menurunkan tingkat kecemasan yang dialaminya (Christiaens and Bracke, 2010).

Bila ibu hamil memiliki kepercayaan diri yang rendah akan mengalami stress, mudah meyerah dan tidak percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya. Sebaliknya apabila ibu hamil memiliki efikasi diri tinggi dengan keyakinan yang kuat mengenai kemampuannya maka lebih percaya diri sehingga dapat menahan reaksi stress maupun kecemasan. Dengan demikian, ibu hamil dapat menjalankan kehamilan dan persalinannya dengan baik. Ibu hamil dengan *self efficacy* sedang

mempunyai kecemasan ringan. Semakin ibu hamil mempunyai kepercayaan diri atau *self efficacy* maka kecemasan dalam menghadapi kehamilan dan persalinan berkurang.

Berdasarkan hasil analisis data menggunakan uji korelasi spearman rank dengan $\alpha = 0,05$ diperoleh $\text{value} = 0,000$ sehingga $\text{value} < (0,000 < 0,05)$. Maka dapat disimpulkan H_0 ditolak, artinya terdapat hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan.

PENUTUP

Sebagian besar responden dengan kategori *self efficacy* sedang (73,33%). 2) Pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden mengalami kecemasan ringan (63,33%).

Kecemasan ringan pada *self efficacy* sedang lebih besar (68,18%) daripada *self efficacy* tinggi (50%). Sedangkan kecemasan berat pada *self efficacy* tinggi lebih besar (12,50%) daripada *self efficacy* sedang (0%).

Terdapat hubungan *self efficacy* ibu hamil trimester III dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi persalinan di PMB Ngadillah Desa Asrikaton, Pakis periode 04-18 Mei 2018.

DAFTAR PUSTAKA

Adicondro, Nobelina dan Alfi Purnamasari. 2011. *Efikasi Diri, Dukungan Sosial Keluarga & Self Regulated*

- Learning Pada Siswa Kelas VIII.* Jurnal Humanitas. Vol.8, No.1:18-27.
- Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi.* Malang: UMM Press.
- Ariani, Y. 2011. *Hubungan antara Motivasi dengan Efikasi Diri Pasien DM Tipe 2 dalam Konteks Asuhan Keperawatan di RSUP H. Adam Malik Medan.* Tesis. Depok : Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia.
- Arindri, D. 2012. *Kecemasan Menghadapi Persalinan Anak Pertama Pada Ibu Dewasa Awal.*
- Aryasatiani, 2005. *Menjaga Wanita Takut Menghadapi Persalinan Normal.* Diunduh Pada Tanggal 01 Januari 2018 dari <http://www.dinkes.diy.org>.
- Ashtarian H, Ghanbari M, Moradi A, Baigi L. 2016. *Self-efficacy in Pregnant Women Referred to Health Centers in Delfan, Iran.* Journal Of Health & Life Sciences. Vol. 2, No. 1:15-20.
- Astria, Y. 2009. *Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III dengan Kecemasan dalam Menghadapi Persalinan di Poliklinik Kebidanan dan Kandungan RSUP Fatmawati Tahun 2009.* Jurnal Penelitian. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah Jakarta.
- Bahiyatun. 2010. *Buku Ajar Bidan Psikologi Ibu & Anak.* Jakarta: EGC.
- Bandura dalam Feist, J & Gregory J. 2010. *Teori Kepribadian.* Jakarta: Salemba Humanika.
- Christiaens, W., Verhaeghe, M., & Bracke, P. (2010). *Pain acceptance and personal control in pain relief in two maternity care models: a crossnational comparison of Belgium and the Netherlands.* BMC Health Services Research, 10:26
- Ghufron, M & Rini Risnawati. 2010. *Teori-teori Psikologi.* Yogyakarta: Ar Ruzz Media.
- Hadi, S dan Sri Aningsih. 2016. *Perbedaan Tingkat Kecemasan Antara Ibu Hamil Primigravida Dan Multi-gravida Dalam Menghadapi Persalinan.*
- Herawati. 2009. *Psikologi Ibu Dan Anak.* Jakarta: Salemba Medika.
- Indi, A. 2009. *Hubungan Antara Self Efficacy Dengan Kecemasan Berbicara di Depan Umum Pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara.* Skripsi. Medan: Universitas Sumatera Utara.
- Irianti, I & Nina Herlina. 2010. *Buku Ajar Psikologi Untuk Mahasiswa Kebidanan.* Jakarta: EGC.
- Izadirad, Hossien, Shamsoddin Niknami, Iraj Zareban, Alireza Hidarnia. 2017. *Effects of Social Support and Self-Efficacy on Maternal Prenatal Cares Among the First-Time Pregnant Women, Iranshahr, Iran.* Journal of Family and Reproductive Health. Vol. 11, No. 2:67-73.
- Kott, KB. 2008. *Self Efficacy, Outcome Expectation, Self Care Behavior* Ang Glycosylated Hemoglobin Level In Person With Type 2 Diabetes. Diunduh Pada Tanggal 11 November 2017 dari <http://epublications.marquette.edu/dissertati on/AA13306514>.
- Lauster, P. 2002. *Tes Kepribadian.* Jakarta: Gaya Media Pratama. Hal 13-14.

- Luthans, F. 2009. *Perilaku Organisasi (Terjemahan Oleh Vivin Andhika Yuwono, dkk)*. Yogyakarta: And.
- Luthans. 2005. *Organizational Behavior, New Rok, Mc. Graw-hil companies*, hlm. 186.
- Maimunah. 2011. *Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan Pertama*. Malang : UMM Press.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pasaribu. 2014. *Hubungan Paritas dan Usia dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinandi Puskesmas Sipea-Pea Kecamatan Sorkam Barat*. Jurnal Penelitian. STIKES Nauli Husada Sibolga.
- Permana Hara, Farida Harahap, Budi Astuti. 2016. *Hubungan antara Efikasi Diri dengan Kecemasan dalam Menghadapi Ujian pada Siswa Kelas IX di MTS Al Hikmah Brebes*. Vol. 13, No. 1:51-68.
- Perry, A.G and Potter, P.A. 2005. *Buku Ajar Fundamentalis Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik*. Jakarta: EGC.
- Potter and Perry. 2005. *Fundamental Of Nursing : Concept, Process and Practice*. Jakarta: EGC.
- Prihatanti, N. R. 2010. *Hubungan antara Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Imam Syuhodo Polokarto Sukoharjo*. Diunduh pada Tanggal 21 Mei 2018 dari <http://eprints.uns.ac.id/10500/>
- Raharjo, W. 2005. *Kontribusi Hardiness dan Self Efficacy terhadap Stress Kerja (Studi Pada Perawat RSUP Dr.Soeradji Tirtonegoro Klaten)*. Psikol Gunadarma.
- Setyaningrum, Rista Feny, Sugeng Maryanto, S. 2013. *Hubungan Usia Ibu Hamil Primigravida dengan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil dalam Menghadapi Persalinan di Wilayah Kerja Puskesmas Pembanttu Kandungan Bawen*. Vol. 29:1–10.
- Stuart, G.W. 2006. *Buku Saku Keperawatan Jiwa (Edisi 5)*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Supriadi, H. 2011. *Studi Tentang Gambaran Kecemasan pada Ibu Primigravida Trimester III di Kelurahan Ungaran Kabupaten Semarang*. Diunduh pada Tanggal 01 Januari 2017 dari <http://perpusnwu.web.id/>.
- TIM Keswasmas. 2008. *Kesehatan Jiwa Pada Ibu Hamil*.
- Winkjosastro, H. 2007. *Ilmu Kebidanan Edisi Ketiga*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.