



PRENATAL CLASS SEBAGAI UPAYA UNTUK MENINGKATKAN SELF EFFICACY IBU HAMIL

Nanik Handayani*, Annif Munjidah, Siska Nurul Abidah, Jessica Puspa Kencana, Erfina Miftakhul Zannah

Fakultas Keperawatan dan Kebidanan, Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya, Jl. Raya Jemursari No.57, Jemur Wonosari, Kec. Wonocolo, Surabaya, Jawa Timur 60237, Indonesia

Ulama Surabaya, Surabaya Indonesia

*nanik_handayani@unusa.ac.id

ABSTRAK

Kurangnya kepercayaan diri dan kemampuan ibu hamil terutama pada ibu dengan kehamilan primigravida dalam menjalani masa kehamilan hingga persalinan merupakan hal yang perlu diperhatikan karena akan menentukan kesiapan ibu menjadi orang tua. Tujuan dalam melakukan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh prenatal class sebagai upaya untuk meningkatkan self efficacy ibu hamil. Dalam penelitian ini menerapkan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Quasy-Experimental one group pre test-post test. Sampel penelitian ini ibu hamil sebanyak 52 responden yang diambil menggunakan teknik Consecutive sampling, Kuesioner penelitian ini menggunakan Instrumen untuk mengukur variabel dependent Self Efficacy ibu hamil menggunakan instrument General Self Efficacy Scale (GSES). Analisis data menggunakan Wilcoxon rank test. Hasil dari penelitian sebelum ibu hamil mengikuti prenatal class sebagian besar tingkat self efficacy dalam kategori sedang sebesar 57.7%, sedangkan sesudah mengikuti prenatal class, sebagian besar tingkat self efficacy ibu hamil dalam kategori baik sebesar 76.9%. Uji statistic Wilcoxon didapatkan p value $(0.000) < (0.05)$ dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh prenatal class terhadap peningkatan self efficacy ibu hamil. Pelaksanaan prenatal class dilakukan dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang perawatn diri selama masa kehamilan, proses persalinan, menyusui, perawatan bati yang bertujuan untuk meningkatkan self efficacy dan kemampuan ibu dan kesiapan untuk menjadi orang tua. Dengan mengikuti prenatal class ibu hamil dapat meningkatkan self efficacy dan kesiapan ibu menjadi orang tua.

Kata kunci: ibu hamil; prenatal class; self efficacy

PRENATAL CLASS AS AN EFFORT TO IMPROVE SELF EFFICACY OF PREGNANT WOMEN

ABSTRACT

Lack of confidence and ability of pregnant women, especially in primigravida pregnant women in undergoing the process of pregnancy to childbirth is something that needs to be considered because it will determine the readiness of mothers to become parents. The purpose of this study was to analyze the effect of prenatal class as an effort to increase the self-efficacy of pregnant women. In this study using quantitative research using the Quasy-Experimental one group pre test-post test research design. The sample of this study was 52 pregnant women taken using the Consecutive sampling technique, this research questionnaire used an instrument to measure the dependent variable Self Efficacy of pregnant women using the General Self Efficacy Scale (GSES) instrument. Data analysis using Wilcoxon rank test. The results showed that before pregnant women participated in the prenatal class, most of the self-efficacy levels were in the moderate category of 57.7%, while after participating in the prenatal class, most of the self-efficacy levels of pregnant women were in the good category of 76.9%. Wilcoxon's statistical test shows p value $(0.000) < (0.05)$ it can be concluded that there is an influence of prenatal class on increasing self-efficacy of pregnant women. The implementation of prenatal classes is carried out by providing health education about self-care during pregnancy, childbirth, breastfeeding, mental care which aims to increase self-efficacy and mother's ability and readiness to

become parents. By participating in prenatal classes, pregnant women can increase self-efficacy and readiness of mothers to become parents.

Keywords: pregnant women; prenatal class; self efficacy

PENDAHULUAN

Pada saat hamil terjadi perubahan baik fisik maupun psikologis pada seorang ibu. Perubahan psikologis dapat membuat ibu hamil menjadi stress, cemas, dan timbul adanya keluhan yang lain yang berkaitan dengan kesehatan psikologis. Adanya perubahan psikologis pada ibu hamil dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin. Sehingga perlu adanya strategi untuk mencegah terjadinya gangguan psikologis dan mempersiapkan ibu dalam menghadapi masa kehamilan hingga proses persalinan dengan melalui peningkatan self efficacy. Salah satu upaya untuk meningkatkan self efficacy ibu hamil dengan mengikuti prenatal class.

Prenatal Class merupakan sarana untuk belajar bersama bagi ibu hamil mengenai kesejahteraan ibu hamil beserta bayinya, dalam bentuk tatap muka dalam kelompok yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu mengenai kehamilan dan perawatan kehamilan. Pelaksanaan Prenatal Class disamping untuk mengetahui peningkatan pengetahuan pentingnya deteksi dini resiko tinggi kehamilan dapat juga bermanfaat dalam hal persiapan fisik maupun psikologis ibu dalam menghadapi persalinan. Dalam segi psikologis, kepercayaan diri seorang ibu dapat meningkat dalam menghadapi persalinan. Melalui Prenatal Class, ibu dapat lebih menyiapkan diri dan kecemasan dapat berkurang dalam menghadapi persalinan (Depkes, 2009). Self efficacy ibu hamil merupakan salah satu faktor psikologis yang berhubungan dengan perilaku ibu dan meningkatkan kepercayaan diri serta kemampuan merawat diri selama kehamilan. Hubungan antara self-efficacy dan kecemasan saling berhubungan, perasaan cemas pada ibu hamil yang berkepanjangan dapat membuat hilangnya kepercayaan diri serta konsentrasi (Hikmah et al., 2019).

Dalam prenatal class materi yang diberikan yaitu perawatan kehamilan untuk memberikan pemeliharaan dan pengawasan yang dapat diketahui lebih dini tanda-tanda bahaya kehamilan komplikasi dan mencegahnya. Program perawatan kehamilan ini berlangsung secara berkelanjutan dari masa kehamilan hingga nifas, mencakup screening, edukasi, deteksi dini, pengobatan, pencegahan, dan rehabilitasi dengan memanfaatkan buku KIA. Tujuan dari perawatan kehamilan adalah memberikan kenyamanan bagi ibu hamil sehingga mereka dapat merawat bayi dengan baik. Untuk berhasil melakukan perawatan kehamilan, pengetahuan tentang kesehatan sangat penting, karena adanya pengetahuan tentang kesehatan akan mendorong perilaku sehat (Yusnidar & Suriati, 2021).

Dengan mengikuti prenatal class ibu hamil akan meningkatkan self efficacy sehingga lebih siap dalam menghadapi proses persalinan ataupun selesai masa persalinan dan menghindari risiko terserang baby blues (Afranika & Pratama, 2023). Hal ini ditunjang dengan beberapa penelitian mengenai prenatal class terhadap psikologis menyimpulkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, stress dan keluhan, meningkatkan pengetahuan dan kualitas hidup ibu hamil dan kesiapan sebagai orang tua (Mandasari et al., 2021; N. R. Putri et al., 2022; Suratmi & Mariani, 2023). Oleh karena itu, Self efficacy merupakan sumber daya mental yang menguatkan keyakinan pada kemampuan untuk mengambil tindakan untuk meningkatkan dan memperkuat kesehatan pada ibu hamil melalui perilaku yang sehat ini sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk menganalisis pengaruh prenatal class sebagai upaya untuk meningkatkan self efficacy ibu hamil. Dengan mempunyai self efficacy yang tinggi seorang ibu hamil akan memiliki tujuan hidup yang lebih tinggi dan berkomitmen lebih besar dalam perawatan diri selama masa kehamilan hingga persalinan (Iwanowicz-Palus et al., 2022).

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian Quasy-Experimental one group pre test- post test. Sampel penelitian ini ibu hamil sebanyak 52 responden yang diambil menggunakan teknik Consecutive sampling, Kuesioner penelitian ini menggunakan Instrumen untuk mengukur variabel dependent Self Efficacy ibu hamil menggunakan instrument General Self Efficacy Scale (GSES). Hasil uji validitas 0,755 sedangkan hasil uji reliabilitasnya 0,861. Analisis data menggunakan Wilcoxon rank test.

HASIL

Tabel 1.

Karakteristik Responden Menurut Usia, Tingkat Pendidikan, dan Pekerjaan (n=52)

Karakteristik Responden	Ibu Hamil (n = 52)	
	f	%
Usia Ibu		
<20 tahun	12	23.1
20-35 tahun	25	48.1
>35 tahun	15	28.8
Paritas		
Primigravida	30	57.7
Multigravida	22	42.3
Pendidikan		
Middle School	2	03.8
High School	30	57.7
Diploma/Bachelor Degree	20	38.5
0	0	0
Pekerjaan		
IRT	32	61.5
Bekerja	20	38.5

Tabel 1 hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada tabel 1. Karakteristik usia ibu sebagian besar berusia 20-35 tahun sebesar 48.1%, dengan paritas sebagian besar primigravida sebesar 57.7%. tingkat pendidikan ibu sebagian besar berpendidikan *high school* sebesar 57.7%, dengan sebagian besar pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga sebesar 61.5%.

Tabel 2.

Self Efficacy pada Ibu Hamil Sebelum Mengikuti *Prenatal Class* (n= 52)

<i>Self Efficacy</i>	f	%
Kurang	15	28.8
Sedang	30	57.7
Baik	7	13.5

Tabel 2 hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada tabel 2. Tingkat *self efficacy* pada ibu hamil sebelum mengikuti *prenatak class* sebagian besar pada kategori sedang sebesar 57.7%.

Tabel 3.

Self Efficacy pada Ibu Hamil Sesudah Mengikuti *Prenatal Class* (n=52)

<i>Self Efficacy</i>	f	%
Kurang	2	3,8
Sedang	10	19,2
Baik	40	76,9

Tabel 3. Tingkat *self efficacy* pada ibu hamil sesudah mengikuti *prenatal class* sebagian besar pada kategori baik sebesar 76.9%. Tabel 4 hasil uji statistic Wilcoxon pada tabel 4. menunjukkan bahwa hasil *p value* (0.000) < (0.05), yang artinya terdapat pengaruh *prenatal class* terhadap peningkatan tingkat *self efficacy* hamil. Sebelum mengikuti *prenatal class* tingkat *self efficacy* ubu hamil sebagian besar dalam kategori sedang sebesar 57.7%, dan

sesudah mengikuti *prenatal class*, tingkat *self efficacy* ibu hamil Sebagian besar dalam kategori baik sebesar 76.9%.

Tabel 4.
Pengaruh *Prenatal Class* Terhadap *Self efficacy* pada ibu (n=52)

<i>Self Efficacy</i>	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi	
	F	%	f	%
Kurang	15	28.8	2	3.8
Sedang	30	57.7	10	19.2
Baik	7	13.5	40	76.9

Uji Wilcoxon $\alpha < 0,05$, $p \text{ Value} = 0,000$

PEMBAHASAN

Tingkat *Self Efficacy* Ibu Hamil Sebelum *Prenatal Class*

Pada masa kehamilan akan mengalami perubahan baik fisik maupun psikologis pada ibu hamil. Salah satunya dalam aspek psikologis yaitu kesiapan menjadi orang tua merupakan hal penting dan harus diperhatikan oleh ibu hamil. Banyak faktor yang mempengaruhi kesiapan menjadi orang tua salah satunya kesiapan mental *self efficacy* (keyakinan diri). *Maternal self efficacy* merupakan penilaian orang tua terhadap kompetensi dirinya dalam peran sebagai orang tua atau persepsi orang tua tentang kemampuan mereka untuk secara positif mempengaruhi perilaku dan perkembangan anak (Suratmi & Mariani, 2023). *Maternal self efficacy* (MSE) merupakan kemampuan, kepercayaan diri, kesuksesan, dan persepsi kompetensi ibu dalam perawatan bayi, persepsi peran ibu dan harga diri (Léniz-Maturana et al., 2022). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada tabel 2. Tingkat *self efficacy* pada ibu hamil sebelum mengikuti *prenatal class* sebagian besar pada kategori sedang sebesar 57.7%.

Self efficacy pada ibu hamil dipengaruhi oleh empat faktor yang mendasar yaitu pencapaian kinerja saat kehamilan sebelumnya, pengamalan ibu hamil lain, informasi dari orang lain, faktor fisiologis (kecemasan, kelelahan dan gangguan tidur) dan setiap ibu hamil memiliki factor *self efficacy* yang berbeda (Hikmah et al., 2019). *Self efficacy* pada ibu hamil juga dipengaruhi beberapa faktor seperti usia ibu, kehamilan yang diinginkan, memiliki dukungan sosial, paritas, tingkat pengetahuan, status ekonomi, dan memiliki *self efficacy* yang lebih tinggi (Yuksel et al., 2019). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa pada tabel 1. Karakteristik usia ibu sebagian besar berusia 20-35 tahun sebesar 48.1%, dengan paritas sebagian besar primigravida sebesar 57.7%. Semakin tinggi usia ibu hamil semakin luas pengetahuannya sehingga membuat rasa kepercayaan diri ibu semakin baik (Winangrum & Hutasoit, 2022). Dan ibu hamil yang mempunyai pengalaman kelahiran sebelumnya (multigravida) akan mempunyai *self efficacy* yang tinggi karena memiliki pengalaman kelahiran positif sebelumnya (Schwartz et al., 2015). Pada tingkat pendidikan ibu sebagian besar berpendidikan *high school* sebesar 57.7%, dengan sebagian besar pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga sebesar 61.5%. Status pendidikan juga berpengaruh terhadap tingkat *self efficacy* karena semakin tinggi tingkat pendidikan ibu hamil akan mempunyai pengetahuan yang banyak tentang masa kehamilannya, dan pada ibu hamil yang tidak bekerja akan memiliki waktu yang lebih banyak dan lebih fokus terhadap kehamilannya sehingga membuat tingkat *self efficacy* semakin baik (Winangrum & Hutasoit, 2022). Karena tingkat pengetahuan berkaitan dengan komitmen seorang ibu hamil dalam upaya untuk mendapatkan pemahaman keehatan pada masa kehamilan hingga persalinan, dengan tingginya tingkat pendidikan akan memperbesar ibu hamil dalam memiliki komitmen yang besar (Carolina Awad et al., 2020).

Tingkat *Self Efficacy* Ibu Hamil Sesudah *Prenatal Class*

Hasil penelitian pada tabel 3. Tingkat *self efficacy* pada ibu hamil sesudah mengikuti *prenatal class* didapatkan hasil bahwa sebagian besar pada kategori baik sebesar 76.9%. Ibu hamil yang

telah mengikuti *prenatal class* memiliki tingkat *self efficacy* lebih tinggi dibandingkan sebelum mengikuti *prenatal class*. Dengan mengikuti *prenatal class*, ibu hamil diajarkan pengetahuan tentang kehamilan, proses persalinan, dan masalah persalinan, termasuk manajemen nyeri, persiapan psikologis, perawatan bayi, dan keibuan sehingga akan mempengaruhi pengetahuan ibu hamil. Didalam program *prenatal class* akan diberikan pendidikan prenatal dimana merupakan proses pembelajaran kelompok ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka terkait kehamilan dengan memberikan informasi tentang proses persalinan dan mengajarkan teknik relaksasi dan pernapasan, mendorong bantalan, serta menunjukkan untuk mengelola ketidaknyamanan dan rasa sakit selama persalinan. Rasa siap dengan baik dapat menjelaskan mengapa ibu yang menghadiri pendidikan *prenatal* memiliki *self-efficacy* melahirkan yang lebih tinggi (Dwiarini, 2022). *Self efficacy* mempengaruhi pola pikir, reaksi emosional, usaha dan keputusan seorang ibu hamil dalam perawatan kehamilan, sehingga semakin tinggi tingkat *self efficacy* ibu hamil akan menunjukkan tingkat kepercayaan yang tinggi terhadap ibunya (Rosalinda et al., 2023).

Pengaruh Prenatal Class dalam Meningkatkan Self Efficacy pada Ibu Hamil

Penelitian ini melakukan *prenatal class* pada ibu hamil dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang masa kehamilan hingga proses persalinan dan mengyusi untuk meningkatkan *self efficacy* ibu hamil. *Self efficacy* merupakan salah satu faktor psikologis penting yang dapat memprediksi perilaku ibu dalam meningkatkan kepercayaan ibu serta kemampuan selama kehamilan. *Self efficacy* dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti konsep diri, harga diri, pengalaman, pendidikan, pekerjaan, pengetahuan, emosional, dan sosial ekonomi (Anggasari et al., 2022; Barreiro et al., 2020). Hasil uji statistic Wilcoxon pada tabel 4. menunjukkan bahwa hasil p value $(0.000) < (0.05)$, yang artinya terdapat pengaruh *prenatal class* terhadap peningkatan tingkat *self efficacy* hamil. Sebelum mengikuti *prenatal class* tingkat *self efficacy* ibu hamil sebagian besar dalam kategori sedang sebesar 57.7%, dan sesudah mengikuti *prenatal class*, tingkat *self efficacy* ibu hamil sebagian besar dalam kategori baik sebesar 76.9%. *Self-efficacy* merupakan penilaian diri individu terhadap kemampuan mereka dalam melakukan tindakan yang diharapkan (AlSomali et al., 2023). Hal ini berhubungan dengan keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan untuk melaksanakan tindakan tertentu. *Self efficacy* ibu hamil adalah keyakinan diri ibu tentang kemampuannya untuk melakukan pemeriksaan kehamilan dan mengakses layanan kesehatan dengan tepat. Tingkat kepercayaan diri ini dapat mempengaruhi proses persalinan, kesehatan janin, dan juga kesehatan ibu hamil itu sendiri (Winangrum & Hutasoit, 2022). Menurut Bundura dalam (Mardiana et al., 2018) menyatakan bahwa *self efficacy* merupakan hasil dari proses kognitif yang berupa keputusan, keyakinan atau penghargaan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan.

Dengan pengetahuan yang baik dan memadai seorang ibu hamil akan memiliki *self efficacy* yang tinggi untuk menghadapi kehamilan sampai proses persalinan dengan baik, sehingga dapat mewujudkan tujuan ibu, keluarga dan tenaga kesehatan sesuai dengan harapan. *Self efficacy* dapat mempengaruhi kesehatan bayi, kesehatan ibu hamil, dan kelancaran proses persalinan. Karena *self efficacy* memberikan pengaruh mental ibu hamil dalam proses persalinan dengan mengontrol emosi dengan baik (Hikmah et al., 2019). Salah satu upaya untuk meningkatkan *self efficacy* pada ibu hamil yaitu dengan pelaksanaan *prenatal class*. *Prenatal class* merupakan program kelas kelompok ibu hamil untuk belajar Bersama, diskusi, dan tukar pengalaman tentang kesehatan ibu dan anak dengan memanfaatkan buku KIA yang difasilitasi oleh bidan/tenaga kesehatan dengan menggunakan media lembar balik (*flip chart*), pedoman pelaksanaan kelas ibu hamil, pegangan fasilitator dan buku senam ibu hamil (Elmeida et al.,

2023). *Prenatal class* telah banyak dilakukan oleh pelayanan kesehatan untuk membimbing dan mendukung ibu hamil yang bertujuan untuk memberikan informasi, melatih keterampilan ibu hamil selama masa kehamilan dan untuk meningkatkan *self efficacy* (AlSomali et al., 2023). Dengan memanfaatkan buku KIA sebagai media penyampaian informasi pada ibu hamil meningkatkan tingkat *self efficacy* pada ibu hamil (Herinawati et al., 2021).

Dalam segi psikologis, kepercayaan diri seorang ibu dapat meningkat dalam menghadapi persalinan. Melalui *Prenatal Class*, ibu dapat lebih siap dan kecemasan berkurang dalam menghadapi persalinan (Depkes, 2009). Ibu hamil yang mengikuti *prenatal class* akan memiliki pengetahuan yang baik tentang perawatan diri selama masa kehamilan sampai persalinan dan mencegah terjadinya risiko pada kehamilan sehingga ibu hamil dapat mengambil solusi dan pencegahan terhadap kehamilannya sehingga akan meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan ibu dalam mengambil sebuah keputusan dan tindakan dengan benar (Patriajati & Sriatmi, 2019). Pentingnya ibu hamil dalam mengikuti *prenatal class* bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan sehingga meningkatkan pula kepercayaan diri dan kemampuan ibu hamil dalam menghadapi kehamilan dan persalinan sehingga ibu hamil dapat mengambil keputusan yang tepat dan cepat (Handayani et al., 2020). Karena didalam program *prenatal class* akan diberikan informasi mengenai cara mendeteksi, mencegah, mengurangi risiko terjadinya abnormalitas selama kehamilan hingga proses persalinan (A. M. S. Putri et al., 2022). Selain pemberian informasi terkait kehamilan, pemberian psychoedukasi didalam pelaksanaan *prenatal class* juga berpengaruh terhadap kecemasan, *self efficacy* selama masa kehamilan hingga persalinan (Diotaiuti et al., 2022). Hasil penelitian sejalan dengan beberapa penelitian mengenai *prenatal class* terhadap psikologis menyimpulkan dapat menurunkan tingkat kecemasan, stress dan keluhan, meningkatkan pengetahuan, kepercayaan diri, kemampuan dan kualitas hidup ibu hamil dan kesiapan sebagai orang tua (AlSomali et al., 2023; Mandasari et al., 2021; N. R. Putri et al., 2022; Suratmi & Mariani, 2023). Tetapi menurut (Ratmawati et al., 2023) *prenatal class* kurang efektif dalam meningkatkan *self efficacy* selama masa kehamilan dan persalinan karena dalam menghadapi persalinan membutuhkan rencana tindakan yang dibuat oleh keluarga dan tenaga kesehatan yang baik untuk menjalani proses persalinan yang lancar. Ibu hamil yang mengikuti *prenatal class* dengan *self efficacy* yang rendah dikarenakan masih terdapat ketakutan dalam menghadapi kehamilan dan persalinan.

SIMPULAN

Self efficacy berperan penting pada ibu hamil karena merupakan suatu penilaian kepercayaan diri dan kemampuan diri dalam melakukan tindakan terutama dalam perawatan diri selama masa kehamilan hingga proses persalinan, proses menyusui, dan perawatan bayi. Selain itu, self efficacy juga mempengaruhi kesiapan ibu menjadi orang tua. Untuk meningkatkan self efficacy pada ibu hamil dapat dilakukan dengan mengikuti prenatal class. Dimana dengan mengikuti prenatal class dapat meningkatkan ilmu pengetahuan tentang kehamilan, persalinan, menyusui, perawatan bayi dan lain-lain. Dan semakin banyak dan tinggi ilmu pengetahuan yang dimiliki ibu hamil akan meningkatkan self efficacy yang dimiliki ibu dalam perawatan diri dan meningkatkan kesiapan ibu menjadi orang tua. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan dan diuji statistik Wilcoxon didapatkan hasil bahwa hasil p value $(0.000) < (0.05)$, yang artinya terdapat pengaruh prenatal class terhadap peningkatan tingkat self efficacy pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Afranika, A., & Pratama, R. M. K. (2023). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keikutsertaan Kelas Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Muaro Tembesi. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 12(1), 156. <https://doi.org/10.36565/jab.v12i1.622>

- AlSomali, Z., Bajamal, E., & Esheaba, O. (2023). The Effect of Structured Antenatal Education on Childbirth Self-Efficacy. *Cureus*, 15(5). <https://doi.org/10.7759/cureus.39285>
- Anggasari, Y., Laili, U., & Masuroh, N. (2022). Pregnancy care and the relationship between psychological factors and selfcare for pregnant women during the COVID-19 pandemic. *Bali Medical Journal*, 11(2), 939–945. <https://doi.org/10.15562/BMJ.V11I2.3424>
- Barreiro, R. G., Lopes, M. V. de O., & Cavalcante, L. D. P. (2020). Middle-Range Theory for the Nursing Diagnosis of Low Self-Efficacy in Health. *Revista Brasileira de Enfermagem*, 73(5), 1–10. <https://doi.org/10.1590/0034-7167-2019-0370>
- Carolina Awad, D., Zaiter, A., Ghiya, P., Zaiter, K., Louka, J. G., Fakih, C., & Chahine, M. N. (2020). COVID-19: Pregnant Women's Knowledge, Perceptions & Fears. First National Data from Lebanon. *Obstetrics and Gynecology Research*, 03(04), 220–234. <https://doi.org/10.26502/ogr044>
- Depkes. (2009). *Pedoman Pelaksanaan Kelas Ibu Hamil*. Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat Departemen Kesehatan Republik Indonesia.
- Diotaiuti, P., Valente, G., Mancone, S., Falese, L., Corrado, S., Siqueira, T. C., & Andrade, A. (2022). A Psychoeducational Intervention in Prenatal Classes: Positive Effects on Anxiety, Self-Efficacy, and Temporal Focus in Birth Attendants. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(13). <https://doi.org/10.3390/ijerph19137904>
- Dwiarini, M. (2022). Factors related to childbirth self-efficacy among primigravida in Yogyakarta. *JNKI (Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia) (Indonesian Journal of Nursing and Midwifery)*, 10(2), 151. [https://doi.org/10.21927/jnki.2022.10\(2\).151-157](https://doi.org/10.21927/jnki.2022.10(2).151-157)
- Elmeida, I. F., Nurlaila, Nurchairini, & Isnawati, D. S. (2023). Efektivitas Kelas Ibu Hamil Terhadap Pengetahuan Deteksi Dini Tanda Bahaya Kehamilan. 3(1), 4837–4846.
- Handayani, L., Nurhesti, A., Wijaya, C. S., Maelan, R., & Jamko, M. (2020). Pengaruh Penyuluhan Kelas Ibu Hamil Terhadap Tingkat Pengetahuan Masyarakat Di Wilayah Kerja Puskesmas Seyegan Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 13(2), 103–108. <https://doi.org/10.48144/jiks.v13i2.257>
- Herinawati, H., Heryani, N., Susanti, S., Danaz Nst, A. F., Imelda, I., & Iksaruddin, I. (2021). Efektivitas Self Efficacy terhadap Pemahaman Tanda Bahaya Kehamilan menggunakan Video dan Buku Kesehatan Ibu dan Anak. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 109. <https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.290>
- 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.
- Iwanowicz-Palus, G., Zarajczyk, M., Bień, A., Korzyńska-Piętas, M., Krysa, J., Rahnama-Hezavah, M., & Wdowiak, A. (2022). The relationship between social support, self-efficacy and characteristics of women with diabetes during pregnancy. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(1). <https://doi.org/10.3390/ijerph19010304>

- Léniz-Maturana, L., Vilaseca, R., & Leiva, D. (2022). Maternal self-efficacy and emotional well-being in Chilean adolescent mothers: the relationship with their children's social-emotional development. *PeerJ*, 10, 1–31. <https://doi.org/10.7717/peerj.13162>
- Mandasari, M., Yusriani, & Patimah, S. (2021). Media Buku Kesehatan Ibu dan Anak Mempengaruhi Self Efficacy Ibu Hamil dalam Pemanfaatan Antenatal Care. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(April), 83–88. <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF/article/view/1257>
- Mardiana, N., Sipasulta, G. C., & Albertina, M. (2018). Faktor yang Berhubungan dengan Self Efficacy dalam Memeriksa Kehamilan di Kota Balikpapan. *Mahakam Midwifery Journal*, 2(4), 277–291.
- Patriaajati, S., & Sriaatmi, A. (2019). Determinants of Mothers' Participation in Antenatal Classes. *Indonesian Journal of Health Administration*, 7(2), 139–146. <https://doi.org/10.20473/jaki.v7i2.2019.139-146>
- Putri, A. M. S., Mahindra, M. P., Mapindra, M. P., Sampurna, M. T. A., Aryananda, R. A., & Khotima, F. K. (2022). Effectiveness of Participation in Pregnancy Classes to Reduce the Incidence of Obstetric Labor Complications and Cesarean Section. *Indonesian Journal of Obstetrics and Gynecology*, 10(4), 229–234. <https://doi.org/10.32771/inajog.v10i4.1548>
- Putri, N. R., Amalia, R., & Kusmawati, I. I. (2022). Kelas Ibu Hamil Terhadap Kesehatan Psikologis Ibu Hamil dan Persiapan Persalinan: Systematic Review. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*, 5(1), 29. <https://doi.org/10.35473/ijm.v5i1.1427>
- Ratmawati, Y. N., Suryantara, B., & Wahyuningsih, H. P. (2023). The Effectiveness of the Use of Maternity Classes on Decision Making in Maternal and Child Health Service in Klaten Regency. *Journal of Health (JoH)*, 10(1), 95–108.
- Rosalinda, Meiranny, A., & Rosyidah, H. (2023). Intervensi Peningkatan Parenting Self-Efficacy Ibu Hamil : Literature Review. *MPPKI (Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia The Indonesian Journal of Health Promotion)*, 6(5), 772–780.
- Schwartz, L., Toohill, J., Creedy, D. K., Baird, K., Gamble, J., & Fenwick, J. (2015). Factors associated with childbirth self-efficacy in Australian childbearing women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0465-8>
- Suratmi, S., & Mariani, N. N. (2023). The Effect Modification of Pregnancy Mother ' s Class on Parent Readiness on Primigravida at Upt Puskesmas Beber , Cirebon Regency in 2022. 6(1), 206–214.
- Winangrum, C., & Hutasoit, M. (2022). Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Berhubungan dengan Self Efficacy dalam Melakukan Pemeriksaan Antenatal Care (ANC). *Jurnal Indonesia Sehat*, 1(2), 166–174.
- Yuksel, A., Bayrakci, H., & Yilmaz, E. B. (2019). Self-efficacy, Psychological Well-Being and Perceived Social Support Levels in Pregnant Women. *International Journal of Caring Sciences*, 12(2), 1120–1129.
- Yusnidar, & Suriati, I. (2021). Pengaruh Kelas Ibu Hamil Pada Ibu Primigravida Terhadap Pengetahuan Tentang Perawatan Kehamilan. *Jurnal JKFT*, 6(1), 1–6.