

PENGARUH TELE EDUKASI TERHADAP PENINGKATAN *SELF-EFFICACY* IBU HAMIL MENGHADAPI PERSALINAN

The Effect Of Tele Education On Increasing The Self-Efficacy Of Pregnant Women In Delivery

Sulistyaningsih Prabawati¹

¹ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta

¹ sulisprabawati@gmail.com*

ABSTRAK

Latar belakang: Keberhasilan proses persalinan berhubungan dengan keyakinan diri (*self-efficacy*) menghadapi persalinan. Keyakinan diri dibangun oleh pengetahuan yang diperoleh melalui proses edukasi yang *accessible*, salah satunya melalui tele edukasi.

Tujuan penelitian: Mengetahui pengaruh tele edukasi terhadap peningkatan *self-efficacy* menghadapi persalinan.

Metode: Desain penelitian menggunakan *one group pre-test post-test*. Perlakuan yang diberikan berupa edukasi memanfaatkan aplikasi *whatsapps* (WA) dalam forum grup untuk edukasi klasikal dan jalur pribadi untuk sesi konseling secara personal. Populasi penelitian adalah semua ibu hamil di Indonesia. Sampel dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Sejumlah 53 subjek diperoleh melalui media *online* berdasarkan kriteria inklusi, antara lain: usia kehamilan 28-39 minggu, menyatakan kesanggupannya mengikuti program tele edukasi menggunakan aplikasi *whatsapps*, dan memiliki akun *whatsapps* aktif. *Self-efficacy* ibu hamil diukur memakai kuisioner *Childbirth Self-Efficacy Inventori (CBSEI)* yang disajikan sebelum dan sesudah intervensi. Data dianalisis menggunakan *Paired T-Test*.

Hasil: Sebagian besar responden berusia 31-35 tahun, ibu rumah tangga, berpendidikan SMA dan sarjana, dan hamil yang pertama kali. Daerah asal dari 10 propinsi, dengan jumlah terbanyak berasal dari DI Yogyakarta. Uji analisis mendapatkan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar $0.004 < 0.05$, dan nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($3.067 > 2.098$)

Simpulan: Tele edukasi berpengaruh terhadap *self-efficacy* ibu hamil menghadapi persalinan.

Kata kunci: *self-efficacy*, persalinan, tele edukasi, ibu hamil, ante natal care

ABSTRACT

Background: The success of the birth process is related to self-confidence (*self-efficacy*) in facing childbirth. Self-confidence is built by knowledge obtained through an accessible educational process, one of which is through tele-education. Research objective: To determine the effect of tele-education on increasing self-efficacy in facing childbirth.



Method: *The research design uses one group pre-test post-test. The treatment given was in the form of education using the whatsapps (WA) application in group forums for classical education and private lines for personal counseling sessions. The research population is all pregnant women in Indonesia. The sample was selected using a convenience sampling technique. A total of 53 subjects were obtained through online media based on inclusion criteria, including: 28-39 weeks of gestation, declared their ability to participate in the tele-education program using the WhatsApps application, and had an active WhatsApps account. The self-efficacy of pregnant women was measured using the Childbirth Self-Efficacy Inventory (CBSEI) questionnaire presented before and after the intervention. Data were analyzed using Paired T-Test.*

Results: *Most of the respondents were aged 31-35 years, housewives, had high school and university education, and were pregnant for the first time. Regions of origin from 10 provinces, with the largest number coming from DI Yogyakarta. Analysis test to get sig. (2-tailed) of $0.004 < 0.05$, and the value of tcount is greater than ttable ($3.067 > 2.098$)*

Conclusion: *Tele education affects the self-efficacy of pregnant women in facing childbirth.*

Keywords: *self-efficacy, delivery, tele education, pregnant women, antenatal care*

PENDAHULUAN

Persalinan merupakan salah satu dari sekian pengalaman besar bagi kehidupan seorang Wanita (Ali, Azam, Ali, Tabbusum, & Moin, 2012). Pengalaman menghadapi persalinan mencakup kombinasi dari beberapa sensasi, perasaan, kekhawatiran, harapan, dan tantangan yang membuatnya menjadi kompleks, berproses melibatkan aspek psikis dan kognitif (Lothian, 2011). Ini berarti bahwa pengalaman persalinan yang negatif berhubungan dengan perasaan yang negatif dan juga persiapan persalinan yang buruk (Nystedt & Hildingsson, 2018). Pada fase ini, pendampingan yang dipersiapkan secara terstruktur dan berbasis kebutuhan ibu hamil menjadi sangat dibutuhkan (Finlayson et al., 2015). Orientasi pendampingan ditujukan kepada tercapainya rasa aman, nyaman, dan puas terhadap pengalaman dirinya menjalani kehamilan dan persalinan sehingga wanita yakin terhadap dirinya (Howarth, 2018). *Self-efficacy* merupakan kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri terhadap situasi khusus yang dihadapinya (Flammer, 2015). Tingkat *self-efficacy* ibu hamil berhubungan dengan kualitas persalinan dan laktasi (Schwartz et al., 2015a). *Self-efficacy* secara signifikan berhubungan dengan rasa takut menghadapi persalinan (Lowe, 2000; Schwartz et al., 2015). Penyebab munculnya rasa takut ibu hamil sebagian besar karena ketidaktahuannya tentang apa yang harus dipersiapkan (Striebich, Mattern, & Ayerle, 2018), sehingga edukasi tentang proses persalinan menjadi hal yang sangat penting. Edukasi persiapan persalinan sejak masa kehamilan berkontribusi besar terhadap kemampuan merawat kehamilan secara benar (Hollins Martin & Robb, 2013).

Pasca pandemi COVID-19, masyarakat sudah terbiasa dengan pelayanan kesehatan berbasis *online* sebagai dampak dari pembatasan interaksi langsung, salah satunya layanan antenatal virtual. Faizmillati (2022) menemukan bahwa justru tingkat kepatuhan ibu hamil melakukan konseling *antenatal care* dengan tenaga kesehatan meningkat melalui *telehealth*. Tingkat kepuasan ibu hamil terhadap layanan berbasis *telehealth* cenderung lebih tinggi karena ibu hamil merasa lebih nyaman, bebas menyampaikan keluhan dan kebutuhannya karena merasa mendapat perhatian yang lebih pribadi (Purbaningsih & Hariyanti, 2020) dan mendapatkan informasi yang tepat sesuai dengan kebutuhannya (Dheanetta Afansa Firdaus¹, Astika Gita Ningrum¹, 2022). Pendapat ini didukung oleh temuan dari Cahyati, Sriatmi, & Fatmasari (2021) dalam penelitiannya bahwa tingkat kepuasan ibu hamil yang menerima pelayanan menggunakan pendekatan *telemedicine* lebih tinggi dibandingkan dengan yang mendapatkan pelayanan secara langsung tatap muka. Akumulasi dari pengalaman positif ibu hamil mengakses layanan *telehealth* berupa peluang sikap dan perilaku kesehatan yang lebih baik (Petralina & , Eggy Widya Larasati, 2021). Menimbang dampak positifnya, maka tak berlebihan jika layanan antenatal berbasis *telehealth* dijadikan sebagai layanan pelengkap layanan langsung (Iva Satya Ratnasari, Indah Rahmaningtyas, 2022).

Meskipun layanan berbasis *tele medicine* memiliki banyak keunggulan yang dibuktikan dengan tingkat kepuasan dan kepatuhan ibu hamil melakukan kontak dengan tenaga kesehatan, namun *provider* layanan harus memperhatikan konten edukasi dan teknis yang baik. Palifiana Arthyka, Khadijah, & Zakiyah (2019) melaksanakan program *telehealth* kepada 40 ibu hamil dengan fokus utama memberikan edukasi tentang persiapan fisik, mental, spiritual, dan kultural ibu menghadapi persalinan melalui kuliah *whatsapps* secara klasikal. Pengukuran hasil intervensi menggunakan kuisisioner. Penelitian berikutnya dilakukan oleh Arisonaidah, Amir, Harnani, Hang (2022) masih dengan fokus yang sama, yaitu mengukur pengetahuan ibu hamil melalui tele edukasi berbasis aplikasi *whatsapps* pada 30 ibu hamil yang dibagi dalam dua kelompok, perlakuan dan kontrol. Penelitian ini memperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara kelompok perlakuan dan kontrol. Kelompok perlakuan memiliki peningkatan pengetahuan yang lebih signifikan dibanding kelompok kontrol. Sayangnya, kedua penelitian ini hanya berfokus kepada pengetahuan responden saja, padahal aspek kepuasan dan keyakinan diri menghadapi persalinan merupakan hal yang penting diketahui sebagai *baseline* layanan. Modifikasi dan inovasi pendekatan dan konten tele edukasi perlu diprioritaskan agar ibu hamil selalu memiliki pengalaman positif di setiap sesi edukasi. Intervensi dalam penelitian ini memperhitungkan aspek psikis *self-efficacy* dalam layanan tele edukasi yang ditempuh melalui sesi pribadi tiap responden.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tele edukasi terhadap *self-efficacy* ibu hamil menghadapi persalinan.

METODE

Penelitian ini merupakan kuasi eksperimental dengan pendekatan *pre* dan *post only test design*. Perlakuan yang diberikan berupa edukasi tentang persiapan

persalinan memanfaatkan aplikasi *whatsapps* (WA) dalam forum grup untuk edukasi klasikal dan jalur pribadi untuk sesi konseling secara personal. Penelitian dilaksanakan pada Juni-September 2021. Peran peneliti dalam peneliti sebagai perancang program sekaligus sebagai *educator* dan konselor. Materi edukasi klasikal via grup WA meliputi: mengatasi keluhan atau ketidaknyamanan kehamilan, deteksi tanda bahaya kehamilan, gambaran lengkap semua tahap persalinan, teknik pengaturan napas selama persalinan, kegiatan produktif yang disarankan selama hamil dan kala I persalinan, serta pemberian dukungan psikis dan spiritual. Sesi interaksi pribadi antara provider dan responden membahas keluhan spesifik tiap responden, juga kebutuhan dukungan yang sesuai dengan situasi masing-masing. Populasi penelitian adalah semua ibu hamil di Indonesia. Sampel dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Sejumlah 53 subjek diperoleh melalui media *online* berdasarkan kriteria inklusi, antara lain: usia kehamilan 28-39 minggu, menyatakan kesanggupannya mengikuti program tele edukasi menggunakan aplikasi *whatsapps*, dan memiliki akun *whatsapps* aktif.

Pengumpulan data dilaksanakan dalam dua tahap, yaitu sebelum dan setelah pelaksanaan intervensi. Kuesioner disajikan kepada responden menggunakan aplikasi *Google Form*. Penjelasan mengenai aitem pertanyaan dan cara menjawab dijelaskan melalui komunikasi *chat whatsapps*. Kuisisioner *Childbirth Self-Efficacy Inventori (CBSEI)* digunakan untuk menilai tingkat *self-efficacy* wanita hamil. Kuisisioner ini terdiri atas dua sub-skala, yaitu: *outcome expectancy* dan *efficacy expectancy*. Tiap sub-skala terdiri atas 16 butir dengan rentang skor 16-160. Semakin tinggi skor mengindikasikan level yang tinggi untuk skor *expectancy* dan *efficacy*. Kuisisioner *CBSEI* memiliki tingkat konsistensi yang bagus, $\alpha=0.82$ (Ip, Chung, & Tang, 2007). Data dianalisis menggunakan *Paired T-Tes*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Sebanyak 53 responden telah melampaui program tele edukasi selama empat minggu tanpa ada kendala sejak dari awal program. Dari analisis univariat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 31-35 tahun, ibu rumah tangga, berpendidikan SMA dan sarjana, dan hamil yang pertama kali. Daerah asal responden cukup bervariasi dari 10 propinsi, dengan jumlah terbanyak berasal dari DI Yogyakarta. Analisis bivariat menggunakan uji t didapatkan nilai *sig. (2-tailed)* sebesar $0.004 < 0.05$, dan nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($3.067 > 2.098$), yang bermakna tele edukasi berpengaruh terhadap *self-efficacy* ibu hamil menghadapi persalinan.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

| Variabel | N | % |
|----------------------|----|-------|
| Usia (tahun): | | |
| 20-25 | 10 | 18.87 |
| 26-30 | 18 | 33.96 |
| 31-35 | 22 | 41.51 |
| 36-40 | 3 | 5.66 |
| | 53 | 100 |

| Variabel | N | % |
|-----------------------------|----|-------|
| Jenis pekerjaan: | | |
| Wiraswasta | 12 | 22.64 |
| Pegawai/ karyawan | 17 | 32.08 |
| Ibu rumah tangga | 24 | 45.28 |
| | 53 | 100 |
| Jenjang pendidikan : | | |
| SMA | 22 | 41.51 |
| Sarjana | 23 | 43.4 |
| Magister | 8 | 15.09 |
| | 53 | 100 |
| Domisili: | | |
| DKI Jakarta | 11 | 20.75 |
| DI Yogyakarta | 13 | 24.53 |
| Jawa Tengah | 9 | 16.98 |
| Jawa Timur | 3 | 5.66 |
| Jawa Barat | 5 | 9.434 |
| Sumatera Barat | 5 | 9.434 |
| Bali | 1 | 1.887 |
| Kalimantan Selatan | 3 | 5.66 |
| Kalimantan Timur | 2 | 3.774 |
| Sulawesi Selatan | 1 | 1.887 |
| | 53 | 100 |
| Kehamilan ke: | | |
| Satu | 23 | 43.4 |
| Dua | 10 | 18.87 |
| Tiga | 10 | 18.87 |
| Empat | 8 | 15.09 |
| Lima | 1 | 1.887 |
| Enam | 1 | 1.887 |
| | 53 | 100 |

Sumber: analisis primer (2021)

Tabel 2. Pengaruh tele medicine terhadap *self-efficacy* menghadapi persalinan

| Mean | Std. dev | Lower | Upper | t | df | Sig.(2-tailed) |
|-------|----------|-------|-------|-------|----|----------------|
| 2.792 | 6.461 | 1.011 | 4.573 | 3.067 | 52 | 0.004 |

Sumber: analisis primer (2021)

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh tele edukasi terhadap *self-efficacy* ibu hamil menghadapi persalinan. Temuan penelitian ini mengindikasikan bahwa konten dan teknis edukasi dalam intervensi mampu meningkatkan *self-efficacy* ibu hamil. Interaksi responden dengan peneliti melalui tele edukasi klasikal dan personal selama empat minggu signifikan meningkatkan keyakinan diri menghadapi persalinan. Hasil ini relevan dengan Whittington, Ramseyer, & Taylor (2020) yang menemukan bahwa pasien merasa puas dengan layanan tele medicine yang dikemas secara personal untuk tiap pasien. Model layanan ini menguntungkan pasien dalam hal waktu, karena tidak perlu menghabiskan durasi untuk menuju lokasi *provider* dan tak perlu menunggu antrian karena pasien dan *provider* membuat rencana secara *custom* untuk tiap pasien. Bagi

provider yang berlokasi di wilayah yang jauh dari pusat kota tetap memiliki peluang memperluas jangkauan layanan.

Doaltabadi (2021) melakukan penelitian dengan mengkombinasikan layanan *face-to-face* dan *tele health* pada primigravida. Hasilnya, responden memiliki pengalaman melahirkan yang jauh lebih positif dibandingkan dengan pasien yang mendapatkan layanan *face-to-face* saja. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi secara tele menggunakan aplikasi *whatsapp* mampu memberikan pengalaman baik bagi pasien karena ada persepsi positif tentang penerimaan *provider* terhadap pasien apa adanya. Bimbingan personal sesuai kebutuhan pasien mampu membantu menurunkan kecemasan ibu hamil (Byrne, Hauck, Fisher, Bayes, & Schutze, 2014), karena dalam prosesnya pasien menemukan seseorang yang akrab dan mengarahkan secara eksklusif tentang apa yang harus ia pikirkan dan lakukan.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Tele edukasi membantu ibu hamil meningkatkan *self-efficacy* menghadapi persalinan.

Saran

Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk mengkaji harapan dan kebutuhan tele edukasi ibu hamil menggunakan pendekatan kualitatif yang hasilnya sangat bermanfaat bagi *provider* merancang pendekatan, metode, konten, dan teknis yang paling memenuhi harapan ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada pimpinan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Yogyakarta yang telah memberikan dukungan sehingga penelitian ini bisa terselesaikan sesuai rencana.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, N. S., Azam, I. S., Ali, B. S., Tabbusum, G., & Moin, S. S. (2012). Frequency and associated factors for anxiety and depression in pregnant women: A hospital-based cross-sectional study. *The Scientific World Journal*, 2012. <https://doi.org/10.1100/2012/653098>
- Arisonaidah, Y., Amir, Y., Harnani, Y., Hang, S., & Pekanbaru, T. (2022). Efektifitas Kelas Ibu Hamil Melalui Aplikasi Whatsapp Terhadap Pengetahuan Tentang Bahaya Kehamilan. *Journal of Midwifery Sempena Negeri*, 2(2), 66–73. Retrieved from <http://ejournal.sempenanegeri.ac.id/index.php/jk/>
- Byrne, J., Hauck, Y., Fisher, C., Bayes, S., & Schutze, R. (2014). Effectiveness of a Mindfulness-Based Childbirth Education Pilot Study on Maternal Self-Efficacy and Fear of Childbirth. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 59(2), 192–197. <https://doi.org/10.1111/jmwh.12075>

- Cahyati, E. W., Sriatmi, A., & Fatmasari, E. Y. (2021). Perbedaan Tingkat Kepuasan Ibu Hamil Pendampingan Langsung dan Telemedicine Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, 10(4), 191–196. Retrieved from <https://journal.ugm.ac.id/jkki/article/view/67645>
- Dheanetta Afansa Firdaus1, Astika Gita Ningrum1, dan A. (2022). Dampak Model Baru Pelayanan Kehamilan Dengan Kondisi Psikologis Ibu Hamil Selama Pandemi Covid-19: Literature Review. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 154–1261.
- Doaltabadi, et al. (2021). The effect of face-to-face and virtual prenatal care training of spouses on the pregnancy experience and fear of childbirth of primiparous women: A controlled quasi-experimental study. *Journal of Telemedicine and Telecare*. <https://doi.org/10.1177/1357633X211024101>
- Faizmillati. (2022). Perbedaan Kepatuhan Kunjungan ANC Virtual dan Non Virtual pada Wanita hamil pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 25–33. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v11i1.205>
- Finlayson, K., Downe, S., Hinder, S., Carr, H., Spiby, H., & Whorwell, P. (2015). Unexpected consequences: Women’s experiences of a self-hypnosis intervention to help with pain relief during labour. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0659-0>
- Flammer, A. (2015). Self-Efficacy. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*, 4(1994), 504–508. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25033-2>
- Hollins Martin, C. J., & Robb, Y. (2013). Women’s views about the importance of education in preparation for childbirth. *Nurse Education in Practice*, 13(6), 512–518. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2013.02.013>
- Howarth, A. (2018). *Skills-based childbirth and coaching preparation: self-efficacy and other psychological birth outcomes for first births* (University of Otago, Dunedin). Retrieved from <https://ourarchive.otago.ac.nz/handle/10523/7845>
- Ip, W.-Y., Chung, T. K., & Tang, C. S. (2007). The Chinese Childbirth Self-Efficacy Inventory: the development of a short form. *Journal of Clinical Nursing*, 0(0), 070915215333001-??? <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2006.01919.x>
- Iva Satya Ratnasari, Indah Rahmaningtyas, F. I. K. (2022). Penerapan Penggunaan Telehealth terhadap Kepuasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 : A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(2), 33–35.
- Lothian, J. A. (2011). Lamaze Breathing. *The Journal of Perinatal Education*, 20(2), 118–120. <https://doi.org/10.1891/1058-1243.20.2.118>
- Lowe, N. K. (2000). Self-efficacy for labor and childbirth fears in nulliparous pregnant women. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 21(4), 219–224. <https://doi.org/10.3109/01674820009085591>
- Nystedt, A., & Hildingsson, I. (2018). Women’s and men’s negative experience of child birth—A cross-sectional survey. *Women and Birth*, 31(2), 103–109. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.07.002>
-

- Palifiana Arthyka, D., Khadijah, S., & Zakiyah, Z. (2019). Edukasi Telehealth Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Persalinan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Petralina, B., & , Eggy Widya Larasati, E. L. (2021). Telehealth Sebagai Determinan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Klien pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Journal*, 14(1), 69–76.
- Purbaningsih, E., & Hariyanti, T. S. (2020). Pemanfaatan Sistem Telehealth Berbasis Web Pada Ibu Hamil: Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(04), 163–171. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i04.683>
- Schwartz, L., Toohill, J., Creedy, D. K., Baird, K., Gamble, J., & Fenwick, J. (2015a). 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>
- Schwartz, L., Toohill, J., Creedy, D. K., Baird, K., Gamble, J., & Fenwick, J. (2015b). Factors associated with childbirth self-efficacy in Australian childbearing women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 29. <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0465-8>
- Striebich, S., Mattern, E., & Ayerle, G. M. (2018). Support for pregnant women identified with fear of childbirth (FOC)/tokophobia – A systematic review of approaches and interventions. *Midwifery*, 61(February), 97–115. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.02.013>
- Whittington, J. R., Ramseyer, A. M., & Taylor, C. B. (2020). Telemedicine in Low-Risk Obstetrics. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*, 47(2), 241–247. <https://doi.org/10.1016/j.ogc.2020.02.006>
- Ali, N. S., Azam, I. S., Ali, B. S., Tabbusum, G., & Moin, S. S. (2012). Frequency and associated factors for anxiety and depression in pregnant women: A hospital-based cross-sectional study. *The Scientific World Journal*, 2012. <https://doi.org/10.1100/2012/653098>
- Arisonaidah, Y., Amir, Y., Harnani, Y., Hang, S., & Pekanbaru, T. (2022). Efektifitas Kelas Ibu Hamil Melalui Aplikasi Whatsapp Terhadap Pengetahuan Tentang Bahaya Kehamilan. *Journal of Midwifery Sempena Neger*, 2(2), 66–73. Retrieved from <http://ejournal.sempenanegeri.ac.id/index.php/jk/>
- Byrne, J., Hauck, Y., Fisher, C., Bayes, S., & Schutze, R. (2014). Effectiveness of a Mindfulness-Based Childbirth Education Pilot Study on Maternal Self-Efficacy and Fear of Childbirth. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 59(2), 192–197. <https://doi.org/10.1111/jmwh.12075>
- Cahyati, E. W., Sriatmi, A., & Fatmasari, E. Y. (2021). Perbedaan Tingkat Kepuasan Ibu Hamil Pendampingan Langsung dan Telemedicine Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Kebijakan Kesehatan Indonesia : JKKI*, 10(4), 191–196. Retrieved from <https://journal.ugm.ac.id/jkki/article/view/67645>
-

- Dheanetta Afansa Firdaus¹, Astika Gita Ningrum¹, dan A. (2022). Dampak Model Baru Pelayanan Kehamilan Dengan Kondisi Psikologis Ibu Hamil Selama Pandemi Covid-19: Literature Review. *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(1), 154–1261.
- Doaltabadi, et al. (2021). The effect of face-to-face and virtual prenatal care training of spouses on the pregnancy experience and fear of childbirth of primiparous women: A controlled quasi-experimental study. *Journal of Telemedicine and Telecare*. <https://doi.org/10.1177/1357633X211024101>
- Faizmillati. (2022). Perbedaan Kepatuhan Kunjungan ANC Virtual dan Non Virtual pada Wanita hamil pada masa pandemi COVID-19. *Jurnal Kebidanan*, 11(1), 25–33. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v11i1.205>
- Finlayson, K., Downe, S., Hinder, S., Carr, H., Spiby, H., & Whorwell, P. (2015). Unexpected consequences: Women's experiences of a self-hypnosis intervention to help with pain relief during labour. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0659-0>
- Flammer, A. (2015). Self-Efficacy. *International Encyclopedia of the Social & Behavioral Sciences: Second Edition*, 4(1994), 504–508. <https://doi.org/10.1016/B978-0-08-097086-8.25033-2>
- Hollins Martin, C. J., & Robb, Y. (2013). Women's views about the importance of education in preparation for childbirth. *Nurse Education in Practice*, 13(6), 512–518. <https://doi.org/10.1016/j.nepr.2013.02.013>
- Howarth, A. (2018). *Skills-based childbirth and coaching preparation: self-efficacy and other psychological birth outcomes for first births* (University of Otago, Dunedin). Retrieved from <https://ourarchive.otago.ac.nz/handle/10523/7845>
- Ip, W.-Y., Chung, T. K., & Tang, C. S. (2007). The Chinese Childbirth Self-Efficacy Inventory: the development of a short form. *Journal of Clinical Nursing*, 0(0), 070915215333001-??? <https://doi.org/10.1111/j.1365-2702.2006.01919.x>
- Iva Satya Ratnasari, Indah Rahmaningtyas, F. I. K. (2022). Penerapan Penggunaan Telehealth terhadap Kepuasan Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 : A Systematic Review. *Jurnal Kesehatan Terpadu (Integrated Health Journal)*, 13(2), 33–35.
- Lothian, J. A. (2011). Lamaze Breathing. *The Journal of Perinatal Education*, 20(2), 118–120. <https://doi.org/10.1891/1058-1243.20.2.118>
- Lowe, N. K. (2000). Self-efficacy for labor and childbirth fears in nulliparous pregnant women. *Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynecology*, 21(4), 219–224. <https://doi.org/10.3109/01674820009085591>
- Nystedt, A., & Hildingsson, I. (2018). Women's and men's negative experience of child birth—A cross-sectional survey. *Women and Birth*, 31(2), 103–109. <https://doi.org/10.1016/j.wombi.2017.07.002>
- Palifiana Arthyka, D., Khadijah, S., & Zakiyah, Z. (2019). Edukasi Telehealth Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Persiapan Persalinan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
-

- Petralina, B., & , Eggy Widya Larasati, E. L. (2021). Telehealth Sebagai Determinan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Klien pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai Journal*, 14(1), 69–76.
- Purbaningsih, E., & Hariyanti, T. S. (2020). Pemanfaatan Sistem Telehealth Berbasis Web Pada Ibu Hamil: Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 10(04), 163–171. <https://doi.org/10.33221/jiiki.v10i04.683>
- Schwartz, L., Toohill, J., Creedy, D. K., Baird, K., Gamble, J., & Fenwick, J. (2015a). 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>
- Schwartz, L., Toohill, J., Creedy, D. K., Baird, K., Gamble, J., & Fenwick, J. (2015b). Factors associated with childbirth self-efficacy in Australian childbearing women. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 15(1), 29. <https://doi.org/10.1186/s12884-015-0465-8>
- Striebich, S., Mattern, E., & Ayerle, G. M. (2018). Support for pregnant women identified with fear of childbirth (FOC)/tokophobia – A systematic review of approaches and interventions. *Midwifery*, 61(February), 97–115. <https://doi.org/10.1016/j.midw.2018.02.013>
- Whittington, J. R., Ramseyer, A. M., & Taylor, C. B. (2020). Telemedicine in Low-Risk Obstetrics. *Obstetrics and Gynecology Clinics of North America*, 47(2), 241–247. <https://doi.org/10.1016/j.ogc.2020.02.006>