

## EFEKTIVITAS EDUKASI ANTENATAL TERHADAP KETAKUTAN DAN EFIKASI DIRI PERSALINAN PADA PRIMIPARA: *SYSTEMATIC REVIEW*

*Effectiveness of Antenatal Education on Fear and Self-Efficacy  
of Birth on Primipara: Systematic Review*

**Syamsuriati Syamsuriati<sup>1</sup>, Imami Nur Rachmawati<sup>2</sup>, Wiwit Kurniawati<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Program Studi Magister Ilmu Keperawatan Peminatan Maternitas, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

<sup>2</sup>Departemen Keperawatan Maternitas, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia

Jl. Prof. DR. Sudjono D. Puspongoro, Pondok Cina, Kecamatan Beji, Kota Depok, Jawa Barat 16424

\*Email: syamsuriati\_haedir@yahoo.co.id

### **ABSTRACT**

*Fear of giving birth due to lack of knowledge causes a decrease in primigravida mothers' confidence in their ability to undergo childbirth. Decreased self-efficacy in childbirth can cause birth complications such as prolonged labor, fatigue and weakness in the mother, which results in the mother's failure to undergo a natural birth. Antenatal education is an appropriate alternative to increase mothers' knowledge of the birth process. The aim of the research was to examine the effectiveness of antenatal education in reducing fear of childbirth and increasing childbirth self-efficacy in primiparous mothers. The structure of this research is a detailed analysis using the PRISMA flow diagram. Researchers applied the PICO method and searched for articles in English published between 2018 and 2023. Some of the databases used included Proquest, PUBMED, Sage Journal, Springer Link, Science Direct, EBSCO, Plos One and Taylor & Francis. Article quality assessment using JBI Critical Appraisal Tools for RCT. Seven articles were identified and analyzed, all articles used a Randomized Controlled Trial design. The research sample numbered 56 to 182, consisting of primiparas in the age range 18-32 years with a gestational age of <34 weeks and was conducted in Saudi Arabia, Turkey, Iran and China. From the literature search, in general it can be concluded that antenatal education provided to primiparous mothers is effective in reducing fear of childbirth and increasing self-efficacy in childbirth.*

**Keywords:** *antenatal education, childbirth self-efficacy, fear of childbirth, primipara*

### **ABSTRAK**

Ketakutan melahirkan akibat kurangnya pengetahuan menyebabkan penurunan kepercayaan diri ibu primigravida atas kemampuannya untuk menjalani persalinan. Penurunan efikasi diri persalinan dapat menyebabkan timbulnya komplikasi persalinan seperti persalinan berlangsung lama, kelelahan dan kelemahan pada ibu, yang berdampak pada kegagalan ibu menjalani persalinan secara alamiah. Edukasi antenatal merupakan alternatif yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan ibu terhadap proses persalinan. Tujuan penelitian untuk menelaah efektivitas edukasi antenatal dalam menurunkan ketakutan persalinan dan meningkatkan efikasi diri persalinan pada ibu primipara. Struktur penelitian ini merupakan analisis terinci yang menggunakan diagram alir PRISMA. Peneliti menerapkan metode PICO dan mencari artikel dalam bahasa Inggris yang dipublikasikan antara tahun 2018 hingga tahun

2023. Beberapa basis data yang digunakan meliputi Proquest, PUBMED, Sage *Journal*, Springer *Link*, *Science Direct*, EBSCO, Plos *One* dan Taylor & Francis. Penilaian kualitas artikel menggunakan JBI *Critical Appraisal Tools for RCT*. Tujuh artikel diidentifikasi dan dianalisis, seluruh artikel menggunakan desain *Randomized Controlled Trial*. Sampel penelitian berjumlah 56 hingga 182, merupakan primipara dalam rentang usia 18-32 tahun dengan umur kehamilan < 34 minggu dan dilakukan di negara Arab Saudi, Turki, Iran dan China. Dari penelusuran literatur, secara garis besar dapat disimpulkan bahwa edukasi antenatal yang dilakukan pada ibu primipara efektif menurunkan ketakutan persalinan dan meningkatkan efikasi diri persalinan.

**Kata kunci:** edukasi antenatal, efikasi diri persalinan, ketakutan persalinan, primipara

## PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan persalinan sebagai proses kelahiran yang spontan, dan berisiko rendah sejak awal persalinan, selama persalinan dan pada saat persalinan [1]. Melahirkan anak secara fisiologis menghasilkan pengalaman psikologis kuat dan perasaan berharga bagi ibu, sebab sebagian besar proses persalinan dilakukan oleh ibu sendiri dan dioptimalkan melalui dukungan fisik, dukungan emosional serta dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar [2]. Kurangnya dukungan sosial, nyeri berat, berbagai intervensi medis, belum berpengalaman atau memiliki pengalaman buruk tentang persalinan sebelumnya akan memicu timbulnya ketakutan dalam persalinan yang dapat menurunkan kemampuan ibu untuk menjalani persalinan secara alamiah [3].

Ketakutan yang berlebihan pada persalinan dapat pula diakibatkan oleh kurangnya pengetahuan ibu tentang proses dan persiapan persalinan [4]. Penelitian Onchonga et al (2020) di Kenya yang dilakukan pada 376 ibu hamil menyebutkan bahwa prevalensi rasa takut melahirkan pada ibu cukup tinggi. Dimana 22,1% mempunyai ketakutan yang tinggi, dan 8% mengalami ketakutan berat, hal ini menunjukkan bahwa ketakutan dan ketidaksiapan persalinan masih banyak dialami oleh ibu yang akan bersalin [5]. Ketakutan persalinan biasanya lebih banyak terjadi pada ibu yang pertama kali menjalani persalinan. Ketakutan pada persalinan dapat menurunkan kepercayaan diri ibu dalam menjalani persalinan [4], [6].

*Self-efficacy* atau efikasi diri didefinisikan oleh Bandura sebagai suatu penilaian dari masyarakat atas kemampuan seseorang dalam melaksanakan serangkaian tindakan yang diperlukan untuk mencapai suatu peran. Efikasi diri juga berkaitan dengan bagaimana seseorang dapat mempercayai kemampuan yang dimiliki untuk melaksanakan suatu tindakan [7]. Peningkatan efikasi diri dapat dievaluasi dengan melihat kesiapan ibu menjalani persalinan, bersedia untuk beradaptasi dengan rasa nyeri, mau mengikuti anjuran yang diberikan, dan menyatakan kesiapan untuk menjalankan peran sebagai ibu [8]. Penurunan efikasi diri persalinan dapat menyebabkan timbulnya komplikasi persalinan, hasil penelitian Ramie (2023) di Indonesia menunjukkan bahwa Ibu dengan efikasi diri yang buruk berisiko mengalami komplikasi persalinan 3,815 kali lebih besar dibandingkan ibu yang memiliki efikasi diri baik [9].

Kelas antenatal menjadi alternatif yang tepat untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang proses persalinan. Kelas antenatal memuat beberapa topik mengenai kehamilan (anatomi, fisiologi, dan pembentukan kehamilan), perubahan fisiologis selama kehamilan, keluhan dan situasi berisiko selama kehamilan, gizi dan senam hamil, persiapan kelahiran, pengendalian nyeri saat melahirkan, masa nifas dan menyusui serta perawatan bayi [10]. Selain itu edukasi antenatal dapat pula berisi topik tentang psikoedukasi seperti pelatihan *mindfulness* [11]. Beberapa studi mengemukakan bahwa wanita yang mengikuti kelas antenatal memiliki ketakutan

terhadap persalinan yang lebih rendah dan memiliki efikasi diri persalinan yang lebih tinggi dibandingkan dengan wanita yang tidak aktif mengikuti kelas antenatal [12], [13], [14].

Tujuan dari studi ini adalah untuk menelaah efektivitas edukasi antenatal dalam menurunkan *fear of childbirth* (ketakutan persalinan) dan meningkatkan *childbirth self-efficacy* (efikasi diri persalinan) pada ibu primipara.

## **METODE**

Studi ini merupakan *systematic review*, dengan menggunakan metode pendekatan PICO (*Population-Intervention-Comparison-Outcome*). Populasi dalam studi ini adalah ibu primipara yang mendapatkan intervensi edukasi antenatal dengan tujuan untuk menurunkan ketakutan persalinan dan meningkatkan efikasi diri persalinan. Penggunaan metode PICO bermanfaat untuk merumuskan pertanyaan klinis dan memudahkan pencarian artikel.

Kriteria inklusi artikel yang ditelaah terdiri atas primipara, kehamilan tunggal dengan usia kehamilan < 36 minggu. Skor ketakutan persalinan dan efikasi diri persalinan diukur menggunakan kuesioner baku. Artikel dalam studi ini seluruhnya menggunakan desain *Randomized Controlled Trials* (RCT) atau uji acak terkontrol. Artikel menggunakan bahasa Inggris dan diterbitkan dalam 5 tahun terakhir.

### **Strategi pencarian dan seleksi**

Beberapa basis data yang digunakan meliputi Proquest, PUBMED, Sage *Journal*, Springer *Link*, *Science Direct*, EBSCO, Plos *One* dan Taylor & Francis yang diterbitkan mulai tahun 2018 hingga tahun 2023. Kata kunci yang digunakan adalah "*antenatal education*" ATAU "*antenatal class*" ATAU "*childbirth education*" DAN "*fear of childbirth*" DAN "*childbirth self-efficacy*" ATAU "*self-confidence*" DAN "*Primiparas*" ATAU "*Nulliparas*". Semua studi yang memenuhi syarat kemudian diambil lalu judul dan abstrak disaring. Seluruh tinjauan sistematis, tinjauan literatur, dan artikel yang hanya menampilkan abstrak dikeluarkan dari hasil pencarian.

### **Proses pengumpulan data**

Data yang diambil mencakup informasi seperti judul artikel, nama penulis, tahun publikasi artikel, lokasi penelitian, tujuan penelitian, desain penelitian, jumlah sampel, instrumen yang digunakan, serta temuan yang disajikan untuk setiap hasil yang memiliki relevansi dengan tujuan studi yang ditetapkan oleh peneliti. Peneliti melakukan sintesis data menggunakan metode sintesis naratif. Sintesis naratif ini akan merangkum hasil penelitian secara naratif untuk menjawab pertanyaan penelitian yang diajukan. Metode sintesis data ini akan mengilustrasikan pernyataan hasil yang dilakukan oleh peneliti.

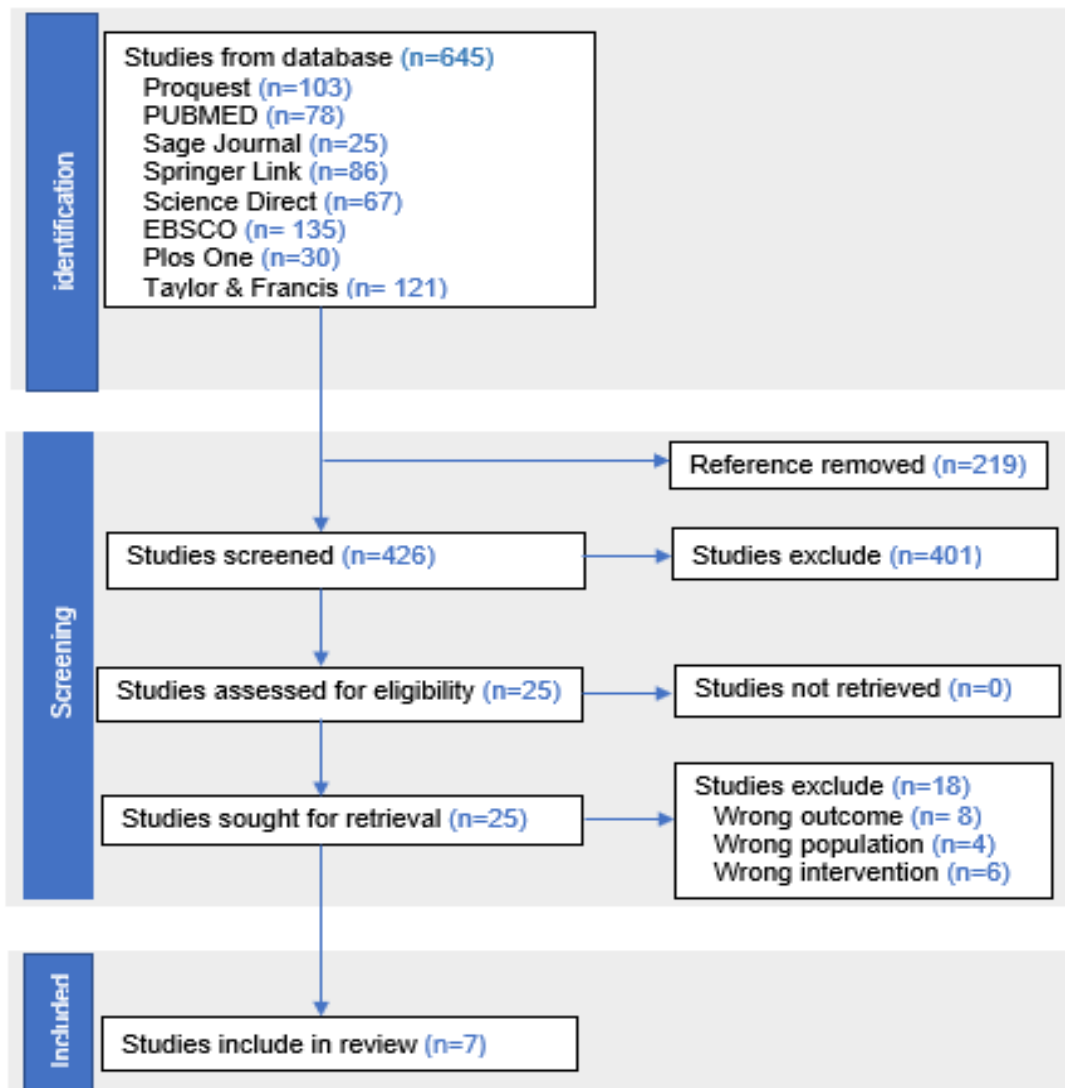
### **Risiko penilaian bias dan evaluasi kualitas metodologi**

Penulis secara independen menilai risiko bias untuk masing-masing studi yang memenuhi syarat menggunakan kriteria yang diuraikan dalam Instrumen Joanna Briggs *Institute* (JBI) *Critical Appraisal Checklist for Randomized Controlled Trials*. Instrumen JBI juga digunakan oleh peneliti untuk melakukan penilaian terhadap kualitas artikel. Setiap item pertanyaan diberi nilai ya, tidak, atau tidak jelas. Terdapat 7 (tujuh) artikel yang memenuhi kualifikasi untuk dimasukkan dalam tahap berikutnya, dengan jumlah skor >75 %, yakni 4 artikel [15], [16], [17], [18] dengan skor 84,6 % dan 3 artikel [19], [20], [21] dengan skor 76,9 %.

## HASIL

### Pemilihan studi

Pada awalnya, penelitian ini menemukan 645 artikel dari berbagai basis data melalui pencarian awal. Dari total artikel yang ditemukan, hanya 25 artikel yang dinilai layak untuk dimasukkan dalam tinjauan. 25 artikel tersebut kemudian dianalisis lagi dan terdapat 18 artikel yang dikeluarkan karena perbedaan tujuan, perbedaan populasi, dan perbedaan intervensi. Sehingga tersisa 7 (tujuh) artikel yang dimasukkan ke dalam proses ekstraksi data. Gambaran keseluruhan dari strategi pencarian tersaji dalam Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alir Prisma

### Karakteristik studi

Tujuh artikel dengan desain uji acak terkontrol telah diidentifikasi dan dievaluasi. Ukuran sampel dari penelitian yang dilaporkan berkisar antara 56 hingga 182 orang primipara dengan umur kehamilan <34 minggu, dilakukan di negara Turki (n=4), Iran (n=2) dan China (n=1). Informasi lengkap terkait hal ini dapat ditemukan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Studi

No	Pengarang, Tahun, Negara	Judul Artikel	Desain dan Instrumen	Sampel	Hasil
1	Çankaya & Şimşek, 2021 Turki [15]	<i>Effects of Antenatal Education on Fear of Birth, Depression, Anxiety, Childbirth Self-Efficacy, and Mode of Delivery in Primiparous Pregnant Women</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI)  The Wijma <i>delivery expectancy/ experience questionnaire</i> (W-DEQ A)	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 120 Primipara berumur > 18 tahun dengan usia kehamilan 20-32 minggu	Edukasi Antenatal secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p < 0.001$ ) dan menurunkan ketakutan persalinan ( $p < 0.001$ )
2	Dai et al., 2021 China [16]	<i>Simulation-based childbirth education for Chinese primiparas</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI)  The Wijma <i>delivery expectancy/ experience questionnaire</i> (W-DEQ)	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 56 Primipara berumur 20-35 tahun dengan usia kehamilan 24-32 minggu	Simulasi persiapan persalinan dasar secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p = 0.000$ ) dan menurunkan ketakutan persalinan ( $p = 0.001$ )
3	Aslantekin Özçoban et al., 2022 Turki [17]	<i>Effects of health literacy education on adaptation to pregnancy, self-efficacy, fear of childbirth and health literacy in Turkish pregnant women</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>General self-efficacy scale</i>  <i>Fear of childbirth and the postpartum period scale</i>	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 182 Primipara berumur >18 tahun dengan usia kehamilan trimester kedua	<i>Health Literasi-Antenatal Education</i> secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p = 0,015$ ) dan menurunkan ketakutan persalinan ( $p = 0.036$ )

No	Pengarang, Tahun, Negara	Judul Artikel	Desain dan Instrumen	Sampel	Hasil
4	Calpbiniçi & Özçirpan, 2023 Turki [18]	<i>The effect of the training program provided to primiparous pregnant women through the motivational interview method on their fear of childbirth, childbirth self-efficacy, and delivery mode</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI) The Wijma <i>delivery expectancy/ experience questionnaire</i> (W-DEQ A)	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 73 Primipara berumur 18-35 tahun, usia kehamilan 24-28 minggu	Edukasi antenatal menggunakan <i>the motivational interview method on their fear of childbirth</i> secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p < 0,001$ ) dan menurunkan ketakutan persalinan ( $p = < 0,001$ )
5	Firouzan et al., 2020 Iran [19]	<i>The effect of midwifery led counseling based on Gamble's approach on childbirth fear and self-efficacy in nulligravida women</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI) The Wijma <i>delivery expectancy/ experience questionnaire</i> (W-DEQ A)	<b>Teknik:</b> <i>Cluster random sampling</i> <b>Jumlah:</b> 80 Primipara berumur 18-35 tahun, usia kehamilan 24-34 minggu	Intervensi Psikoedukasi Antenatal BELIEF secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p = 0,001$ ) dan menurunkan ketakutan persalinan ( $p = 0,001$ )
6	Kaya et al., 2022 Turki [20]	<i>Online solution-focused psychoeducation as a new intervention for treating severe fear of childbirth</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI) <i>Childbirth attitude scale</i> (CAS)	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 119 Primipara berumur 20-35 tahun, usia kehamilan 24-32 minggu	Psikoedukasi persalinan secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p < 0,001$ ) dan menurunkan ketakutan ( $p < 0,001$ )
7	Khademioore et al. 2023 Iran [21]	<i>The effect of an mHealth application based on continuous support and education on fear of childbirth, self-efficacy, and birth mode in primiparous women</i>	<b>Desain:</b> RCT <b>Instrumen:</b> <i>Childbirth self efficacy inventory</i> (CBSEI) The Wijma <i>delivery expectancy/ experience questionnaire</i> (W-DEQ A)	<b>Teknik:</b> <i>Purposive sampling</i> <b>Jumlah:</b> 70 Primipara berumur 18-40 tahun, usia kehamilan 26-29 minggu	Aplikasi <i>mobile health tele-midwifery</i> secara signifikan meningkatkan efikasi diri persalinan ( $p < 0,001$ ) dan menurunkan ketakutan ( $p < 0,001$ )

## PEMBAHASAN

Tujuh artikel yang ditelaah menunjukkan bahwa edukasi antenatal pada ibu primipara secara signifikan dapat menurunkan ketakutan persalinan dan meningkatkan efikasi diri ibu dalam menjalani persalinan ( $p < 0,05$ ). Hasil studi ini sesuai dengan hasil riset yang dilakukan oleh Hong et al, 2021 yang menganalisis 23 artikel tentang manfaat edukasi antenatal terhadap hasil kelahiran. Penelitian ini menyimpulkan bahwa pendidikan antenatal dapat mengurangi stres pada ibu, meningkatkan efikasi diri, sehingga memengaruhi hasil kelahiran secara positif [22].

### Antenatal Education (Edukasi Antenatal)

Peningkatan pengetahuan pada ibu hamil melalui kelas antenatal merupakan upaya mengurangi kecemasan dan ketakutan persalinan yang bertujuan untuk meningkatkan efikasi diri dalam menghadapi proses persalinan. Pemilihan materi dan metode edukasi disesuaikan dengan karakteristik dan kebutuhan ibu. Materi edukasi yang digunakan pada setiap artikel dalam *systematic review* ini cukup beragam, antara lain persiapan fisik dan psikologis persalinan [15], simulasi persiapan persalinan [16], konseling psikoedukasi [19], [20], training motivasi bagi ibu yang mengalami ketakutan persalinan [18], serta literasi kesehatan tentang adaptasi kehamilan, efikasi diri, dan ketakutan melahirkan [17].

Metode yang digunakan dalam pelaksanaan edukasi antenatal meliputi tatap muka [15], [16], [17], [18], [19], konsultasi melalui telepon [15], konferensi video *online* [20] serta edukasi melalui aplikasi *mobile health* [21]. Kegiatan edukasi yang dilakukan pada kelas antenatal meliputi pemberian materi oleh edukator, diskusi (tanya jawab), pemutaran video, pertunjukan drama, simulasi serta *role-playing*. Penggunaan video multimedia, video animasi, *role play* dan simulasi dipilih sebagai strategi tepat membuat ibu tertarik untuk mengikuti kelas antenatal [23]. Tele-edukasi jarak jauh dapat pula menjadi pilihan bagi ibu hamil yang mempunyai kendala dalam mengikuti kelas antenatal, seperti jarak tempat tinggal yang jauh dari sarana kesehatan atau ibu tidak memiliki cukup biaya untuk hadir pada kelas antenatal [24].

Frekuensi pemberian edukasi antenatal bervariasi antara 2-6 sesi dengan total durasi edukasi selama 3,5-16 jam. Jenis edukasi antenatal dalam studi ini secara lengkap dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Jenis Edukasi Antenatal

No	Pengarang	Jenis edukasi	Materi	Frekuensi	Durasi
1	Cankaya & Simsek, 2021	Edukasi antenatal melalui metode ceramah (kuliah), menonton video dan latihan	Persiapan fisik dan psikologis saat kehamilan dan persalinan, gejala/tahapan dan tindakan persalinan, teknik relaksasi dan pernafasan, teknik pijat serta adaptasi masa nifas.	4 sesi pertemuan (2 kali/ minggu)	Total durasi 16 Jam (4 jam sesi)
2	Dai et al., 2021	Persiapan dasar persalinan melalui metode ceramah (kuliah), diskusi dan simulasi	Pengetahuan dasar persalinan, tanda persalinan, teknik pernafasan dan posisi persalinan, pengenalan kamar bersalin	4 sesi pertemuan (1 kali/ minggu)	Total durasi 4 jam 40 menit (1 jam 10 menit/sesi)

No	Pengarang	Jenis edukasi	Materi	Frekuensi	Durasi
3	Aslantekin Özçoban et al., 2022	<i>Health Literasi</i> antenatal melalui metode ceramah, diskusi, pemutaran video, demonstrasi, <i>coaching</i> dan <i>role play</i>	Anatomi dan fungsi organ reproduksi, perubahan fisik ibu dan janin saat hamil, perubahan emosi, adaptasi post partum dan perawatan bayi	5 sesi (1 kali/ minggu)	Total durasi: 15 Jam (3 jam/ sesi)
4	Calpbınici & Özçirpan, 2023	Edukasi antenatal dengan wawancara dan pemberian motivasi pada ibu yang mengalami ketakutan persalinan	Manajemen nyeri, posisi persalinan, teknik pernapasan, relaksasi dan pemijatan	4 sesi (1 kali/ minggu)	Total durasi 3,5-5 jam Sesi 1 & 4 (45-60 menit) Sesi 2 & 3 (60-90 menit)
5	Firouzan et al., 2020	Konseling psikoedukasi menggunakan protokol BELIEF (Birth Emotions – Looking to Improve Expectancy Fear)	Perubahan fisiologis dan emosional menjelang persalinan, adaptasi nyeri persalinan	2 sesi tatap muka (kehamilan 24 dan 34 minggu) diselingi 8 sesi konseling melalui telepon	Total durasi : 10 jam (1 jam setiap sesi)
6	Kaya et al., 2022	Konseling psikoedukasi persalinan melalui konferensi video <i>online</i>	Proses kehamilan, persalinan, nifas serta perawatan bayi baru lahir	6 sesi (1 kali/ minggu)	Total durasi: 4 jam 10 menit
7	Khademioore et al. 2023	Aplikasi <i>mobile health tele-midwifery</i> melalui <i>smartphone</i> berisi edukasi antenatal dengan konten video, audio, gambar dan teks pendek disertai <i>chat box</i> untuk tanya jawab	Kehamilan, persalinan, intervensi persalinan dan nifas, mode persalinan, perawatan pasca persalinan ( ASI, nutrisi, seksual, keluarga berencana, dll)	Aplikasi edukasi diakses melalui <i>smartphone</i> (frekuensi edukasi dapat diatur sendiri)	Program edukasi diberikan selama 8 minggu (durasi dapat diatur sendiri sesuai kebutuhan)

## PEMBAHASAN

### ***Fear of Childbirth* (Ketakutan Persalinan)**

Ketakutan persalinan adalah kekhawatiran dan kecemasan yang dirasakan oleh perempuan menjelang proses melahirkan. Derajat ketakutan bervariasi dari ketakutan



yang ringan hingga ketakutan berat/parah. Tingkat ketakutan yang tinggi atau ketakutan ekstrim pada persalinan dikenal sebagai tokofobia [25]. Ketakutan persalinan dapat diakibatkan oleh beberapa faktor seperti defisit pengetahuan, tidak adanya pengalaman, durasi persalinan yang memanjang, ketakutan pada intervensi medis atau karena kurang mendapatkan support, baik dari pasangan, anggota keluarga lain, teman maupun dari petugas [3]. Pendidikan antenatal dibutuhkan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang proses persalinan sehingga ketakutan persalinan menjadi berkurang dan ibu memiliki kontrol yang baik saat persalinan [10].

Pada studi ini terdapat 5 (lima) artikel yang menggunakan kuesioner *The Wijma delivery expectancy/experience questionnaire* (W-DEQ A) untuk mengukur ketakutan persalinan. Instrumen ini dirancang khusus untuk mengukur ketakutan terhadap persalinan dan kelahiran. Kuesioner terdiri dari kuesioner 33 item yang diberi skor 0 hingga 165. Skor yang lebih besar atau sama dengan 85 menunjukkan adanya ketakutan persalinan pada ibu hamil, sedangkan skor lebih besar atau sama dengan 100 menunjukkan ketakutan yang parah terhadap persalinan. W-DEQ A merupakan alat yang valid dan reliabel untuk mengukur rasa takut melahirkan [26].

Selain menggunakan W-DEQ A, terdapat satu artikel menggunakan kuesioner *Childbirth attitude scale* (CAS) [20] dan satu artikel lainnya menggunakan kuesioner *Fear of childbirth and the postpartum period scale* [17]. Semua artikel yang diulas menunjukkan bahwa edukasi antenatal menurunkan ketakutan persalinan secara signifikan pada primipara.

Hasil dari *systematic review* ini sesuai dengan hasil *scooping review* dan meta analisis Alizadeh-Dibazari et al (2023) yang menyertakan 18 artikel dalam analisisnya. Kesimpulan dari meta analisis tersebut menyatakan bahwa edukasi prenatal disertai perawatan antenatal rutin efektif menurunkan ketakutan persalinan [27]. Penelitian serupa dilakukan oleh Gokce Isbir et al (2016) dan Yoruk et al (2023) di Turki, Eidouzaei et al (2023) di Iran serta Wang et al (2023) di Cina, juga membuktikan bahwa rerata skor ketakutan persalinan pada ibu hamil mengalami penurunan setelah mengikuti kelas antenatal. Pengukuran skor ketakutan persalinan pada penelitian ini dilakukan pada ibu hamil dengan umur kehamilan antara 24-36 minggu [12], [28], [29], [30].

### **Childbirth Self-efficacy (Efikasi Diri Persalinan)**

*Self-efficacy* atau efikasi diri menurut Bandura (1999) merupakan keyakinan seseorang atas kemampuan yang dimiliki untuk berhasil menyelesaikan suatu tugas [7]. Efikasi diri yang tinggi merupakan faktor penting dalam proses persalinan. Efikasi diri yang baik dapat menguatkan perempuan untuk menjalani peran sebagai ibu, mampu melewati setiap tahapan persalinan dengan lancar, sehingga tercapai hasil kelahiran yang optimal. Keberhasilan mencapai suatu tujuan akan lebih meningkatkan efikasi diri yang dimiliki seseorang untuk mencapai tujuan selanjutnya. Hal ini terjadi pula pada persalinan, ibu yang mampu melewati seluruh proses persalinan dengan baik akan lebih percaya diri untuk menjalankan peran pengasuhan terhadap bayinya [31].

Untuk mengukur efikasi diri persalinan 6 (enam) artikel dalam studi menggunakan CBSEI (*Childbirth self-efficacy inventory*). CBSEI merupakan *tools* yang diperkenalkan oleh Lowe 1993. Instrumen ini berbentuk laporan mandiri dengan 62 pertanyaan yang terdiri dari dua dimensi hasil yakni ekspektasi hasil dan ekspektasi efikasi diri dalam menghadapi persalinan., semakin tinggi skor berarti semakin tinggi tingkat efikasi diri yang dimiliki [32], [33]. Selain menggunakan CBSEI terdapat satu (1) artikel yang menggunakan *General self efficacy* (GSE) untuk mengukur kepercayaan diri ibu bersalin [17]. Dalam *systematic review* ini, semua artikel yang ditelaah menunjukkan bahwa edukasi antenatal efektif dalam meningkatkan skor efikasi diri persalinan pada ibu primipara ( $p > 0.05$ ).

Hasil *systematic review* ini sesuai dengan hasil penelitian di Malawi yang dilakukan oleh Munkhondya et al (2020) pada 70 orang primigravida, yang menunjukkan bahwa edukasi antenatal berisi materi persiapan persalinan dapat meningkatkan *self efficacy* ibu dalam menjalani persalinan normal [34]. Selain penelitian tersebut, terdapat pula beberapa penelitian serupa yang dilakukan di negara lain, seperti yang dilakukan oleh Gandomi et al (2022) dan Eidouzaei et al (2023) di Iran dengan intervensi psikoedukasi dan edukasi tentang teori dasar *self-efficacy* [12], [35], serta penelitian yang dilakukan oleh El-Kurdy et al (2017) di Mesir, Abbasi et al (2018) di Iran, Howarth & Swain (2019) di Selandia baru serta AlSomali et al (2023) di Arab Saudi [12], [28], [35], [36], [37], [38], [39]. Seluruh penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa edukasi antenatal efektif meningkatkan efikasi diri ibu yang akan menjalani persalinan.

Kelemahan dari *systematic review* ini adalah hanya menelaah 7 artikel saja, hal ini disebabkan karena pada saat penelusuran literatur, penelitian yang bertujuan untuk menguji keefektifan edukasi antenatal terhadap ketakutan persalinan dan efikasi diri persalinan dengan desain penelitian *Randomized control trial* (RCT) masih sangat sedikit. Penelitian sebelumnya lebih banyak menggunakan desain *quasy* eksperimen.

## SIMPULAN

Semua hasil pada artikel yang digunakan dalam *systematic review* ini menunjukkan bahwa edukasi antenatal efektif terhadap penurunan skor ketakutan dan peningkatan skor efikasi diri persalinan. Penurunan ketakutan berguna untuk meningkatkan kepercayaan diri ibu primipara untuk menjalani persalinan secara normal, sehingga dapat mengurangi intervensi medis persalinan atas indikasi medis maupun atas permintaan ibu. Pemilihan materi, metode dan media yang tepat dalam edukasi antenatal akan menjadi daya tarik bagi peserta untuk mengikuti kelas antenatal. Edukasi antenatal merupakan metode yang efektif dan layak digunakan untuk mendidik ibu primipara terkait proses dan persiapan dasar persalinan. Integrasinya ke dalam perawatan antenatal rutin bagi primipara sebaiknya dilakukan untuk mengurangi ketakutan persalinan yang bermanfaat dalam meningkatkan kepercayaan diri ibu untuk menjalani proses persalinan.

Perawat maternitas diharapkan dapat memberikan intervensi keperawatan secara optimal dalam rangka menurunkan ketakutan persalinan dan memperkuat efikasi diri pada ibu hamil, agar mereka memiliki kepercayaan diri untuk menjalani proses persalinan secara alami.

## DAFTAR RUJUKAN

- [1] ICEA, "ICEA Position Paper Physiologic Birth Position," 2015. [Online]. Available: [https://icea.org/wp-content/uploads/2016/01/Physiologic\\_Birth\\_PP.pdf](https://icea.org/wp-content/uploads/2016/01/Physiologic_Birth_PP.pdf)
- [2] I. Olza et al., "Women's psychological experiences of physiological childbirth: A meta-synthesis," *BMJ Open*, vol. 8, no. 10, Oct. 2018, doi: 10.1136/bmjopen-2017-020347.
- [3] P. Slade, K. Balling, K. Sheen, and G. Houghton, "Establishing a valid construct of fear of childbirth: Findings from in-depth interviews with women and midwives," *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 19, no. 1, 2019, doi: 10.1186/s12884-019-2241-7.
- [4] S. Kananikandeh, F. Amin Shokravi, M. Mirghafourvand, and S. Jahanfar, "Factors of the childbirth fear among nulliparous women in Iran," *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 22, no. 1, Dec. 2022, doi: 10.1186/s12884-022-04870-1.
- [5] D. Onchonga, V. MoghaddamHosseini, M. Keraka, and Á. Várnagy, "Prevalence of fear of childbirth in a sample of gravida women in Kenya," *Sexual and Reproductive Healthcare*, vol. 24, Jun. 2020, doi: 10.1016/j.srhc.2020.100510.
- [6] A. Shakarami, M. Mirghafourvand, S. Abdolalipour, M. A. Jafarabadi, and M. Iravani, "Comparison of fear, anxiety and self-efficacy of childbirth among primiparous and

- multiparous women,” *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 21, no. 1, Dec. 2021, doi: 10.1186/s12884-021-04114-8.
- [7] K. Bhati and T. P. Sethy, “Self-Efficacy: Theory to Educational Practice,” *Article in International Journal of Indian Psychology*, 2022, doi: 10.25215/1001.112.
- [8] S. Dona, D. Rahmawati, S. Sarjana, K. Universitas, and S. Mulia, “Identifikasi Self-Efficacy Ibu Bersalin dan Implikasinya terhadap Identifikasi Self-Efficacy Ibu Bersalin dan Implikasinya terhadap Pengalaman Persalinan,” *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, vol. 14, no. 1, pp. 2549–4058, 2023, doi: 10.33859/dksm.v14i1.
- [9] A. Ramie and M. Mahdalena, “Mothers’ Self-Control and Self-Efficacy and Childbirth Complications: A Study at an Indonesian General Hospital,” *Indonesian Journal of Multidisciplinary Science*, 2023, [Online]. Available: <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:258165637>
- [10] A. Rúger-Navarrete *et al.*, “Antenatal Fear of Childbirth as a Risk Factor for a Bad Childbirth Experience,” *Healthcare (Switzerland)*, vol. 11, no. 3, 2023, doi: 10.3390/healthcare11030297.
- [11] S. Abdolalipour, S. Mohammad-Alizadeh Charandabi, S. Mashayekh-Amiri, and M. Mirghafourvand, “The effectiveness of mindfulness-based interventions on self-efficacy and fear of childbirth in pregnant women: A systematic review and meta-analyses,” *Journal of Affective Disorders*, vol. 333. Elsevier B.V., pp. 257–270, Jul. 15, 2023. doi: 10.1016/j.jad.2023.04.020.
- [12] F. Eidouzaei, L. Amiri-Farahani, A. Mohammadi, and S. Pezaro, “Exploring the Effect of Cognitive-Behavioral Educations on Childbirth Self-efficacy, Childbirth Fear, and Adaptation of Maternal Role Among Primiparous Women: A Quasi-Experimental Study,” *Journal of Rational - Emotive and Cognitive - Behavior Therapy*, vol. 41, no. 3, pp. 616–633, Sep. 2023, doi: 10.1007/s10942-022-00472-0.
- [13] N. Wu, R. Huang, S. Shan, Y. Li, and H. Jiang, “Effect of the labour roadmap on anxiety, labour pain, sense of control, and gestational outcomes in primiparas,” *Complement Ther Clin Pract*, vol. 46, Feb. 2022, doi: 10.1016/j.ctcp.2022.101545.
- [14] T. C. Kuo *et al.*, “Effects of an integrated childbirth education program to reduce fear of childbirth, anxiety, and depression, and improve dispositional mindfulness: A single-blind randomised controlled trial,” *Midwifery*, vol. 113, Oct. 2022, doi: 10.1016/j.midw.2022.103438.
- [15] S. Çankaya and B. Şimşek, “Effects of Antenatal Education on Fear of Birth, Depression, Anxiety, Childbirth Self-Efficacy, and Mode of Delivery in Primiparous Pregnant Women: A Prospective Randomized Controlled Study,” *Clin Nurs Res*, vol. 30, no. 6, pp. 818–829, Jul. 2021, doi: 10.1177/1054773820916984.
- [16] L. Dai, Q. Shen, S. R. Redding, and Y. Q. Ouyang, “Simulation-based childbirth education for Chinese primiparas: A pilot randomized controlled trial,” *Patient Educ Couns*, vol. 104, no. 9, pp. 2266–2274, Sep. 2021, doi: 10.1016/j.pec.2021.02.036.
- [17] F. Aslantekin Özçoban, S. Ergün, and Y. Erkal Aksoy, “Effects of health literacy education on adaptation to pregnancy, self-efficacy, fear of childbirth and health literacy in Turkish pregnant women: A randomized, controlled trial,” *Health Soc Care Community*, vol. 30, no. 2, pp. e537–e549, Feb. 2022, doi: 10.1111/hsc.13690.
- [18] P. Calpbıncı and Ç. Y. Özçirpan, “The effect of the training program provided to primiparous pregnant women through the motivational interview method on their fear of childbirth, childbirth self-efficacy, and delivery mode: a randomized controlled trial,” *Current Psychology*, vol. 42, no. 25, pp. 21609–21623, Sep. 2023, doi: 10.1007/s12144-022-03285-7.
- [19] L. Firouzan, R. Kharaghani, S. Zenoozian, R. Moloodi, and E. Jafari, “The effect of midwifery led counseling based on Gamble’s approach on childbirth fear and self-efficacy in nulligravida women,” *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 20, no. 1, Sep. 2020, doi: 10.1186/s12884-020-03230-1.

- [20] N. Kaya and H. Guler, "Online solution-focused psychoeducation as a new intervention for treating severe fear of childbirth: A randomized controlled trial in the pandemic period," *Perspect Psychiatr Care*, vol. 58, no. 4, pp. 2116–2126, Oct. 2022, doi: 10.1111/ppc.13038.
- [21] S. Khademoore, E. Ebrahimi, A. Khosravi, and S. Movahedi, "The effect of an mHealth application based on continuous support and education on fear of childbirth, self-efficacy, and birth mode in primiparous women: A randomized controlled trial," *PLoS One*, vol. 18, no. 11 NOVEMBER, Nov. 2023, doi: 10.1371/journal.pone.0293815.
- [22] K. Hong *et al.*, "Perspectives on antenatal education associated with pregnancy outcomes: Systematic review and meta-analysis," *Women and Birth*, vol. 34, no. 3. Elsevier B.V., pp. 219–230, May 01, 2021. doi: 10.1016/j.wombi.2020.04.002.
- [23] G. Shakerinejad, T. Navak, N. Hatemzadeh, M. Haghi, and M. H. Haghigizadeh, "Investigating the effect of multimedia education based on the health belief model in preventing COVID-19 in pregnant women," *BMC Public Health*, vol. 23, no. 1, Dec. 2023, doi: 10.1186/s12889-022-14965-1.
- [24] Y. Aksoy Derya, S. Altiparmak, E. Akca, N. Gokbolut, and A. N. Yilmaz, "Pregnancy and birth planning during COVID-19: The effects of tele-education offered to pregnant women on prenatal distress and pregnancy-related anxiety," *Midwifery*, vol. 92, Jan. 2021, doi: 10.1016/j.midw.2020.102877.
- [25] M. A. O'Connell, A. S. Khashan, P. Leahy-Warren, F. Stewart, and S. M. O'Neill, "Interventions for fear of childbirth including tocophobia," *Cochrane Database of Systematic Reviews*, vol. 2021, no. 7, Jul. 2021, doi: 10.1002/14651858.CD013321.pub2.
- [26] D. Onchonga, Á. Várnagy, F. Amer, P. Viktoria, and P. Wainaina, "Translation and validation of the Swahili version of the Wijma Delivery Expectancy/Experience Questionnaire version A (W-DEQ-A)," *Sexual and Reproductive Healthcare*, vol. 29, Sep. 2021, doi: 10.1016/j.srhc.2021.100626.
- [27] Z. Alizadeh-Dibazari, S. Abdolalipour, and M. Mirghafourvand, "The effect of prenatal education on fear of childbirth, pain intensity during labour and childbirth experience: a scoping review using systematic approach and meta-analysis," *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 23, no. 1, Dec. 2023, doi: 10.1186/s12884-023-05867-0.
- [28] G. Gökçe İsbir, F. İnci, H. Önal, and P. D. Yıldız, "The effects of antenatal education on fear of childbirth, maternal self-efficacy and post-traumatic stress disorder (PTSD) symptoms following childbirth: an experimental study," *Applied Nursing Research*, vol. 32, pp. 227–232, 2016, doi: <https://doi.org/10.1016/j.apnr.2016.07.013>.
- [29] S. Yörük and A. Acikgoz, "Effect of antenatal class attendance on fear of childbirth and antenatal stress," *Rev Saude Publica*, vol. 57, 2023, doi: 10.11606/s1518-8787.2023057004272.
- [30] S. L. Wang *et al.*, "Benefits of Mindfulness Training on the Mental Health of Women During Pregnancy and Early Motherhood: A Randomized Controlled Trial," *Biomedical and Environmental Sciences*, vol. 36, no. 4, pp. 353–366, Apr. 2023, doi: 10.3967/bes2023.041.
- [31] B. Kodden, "The Impact of Self-efficacy," in *The Art of Sustainable Performance: A Model for Recruiting, Selection, and Professional Development*, B. Kodden, Ed., Cham: Springer International Publishing, 2020, pp. 31–38. doi: 10.1007/978-3-030-46463-9\_5.
- [32] I.-M. Carlsson, K. Ziegert, and E. Nissen, "Psychometric properties of the Swedish childbirth self-efficacy inventory (Swe-CBSEI)," 2014. [Online]. Available: <http://www.biomedcentral.com/1471-2393/14/1>
- [33] E. K. Suryaningsih, N. N. Zulala, S. Lestari, and T. Van Nguyen, "Translation and Validation of Childbirth Self-Efficacy Inventory into Indonesia," *Open Access Maced J Med Sci*, vol. 10, no. G, pp. 534–540, Jun. 2022, doi: 10.3889/oamjms.2022.9135.
- [34] B. M. J. Munkhondya, T. E. Munkhondya, E. Chirwa, and H. Wang, "Efficacy of companion-integrated childbirth preparation for childbirth fear, self-efficacy, and

- maternal support in primigravid women in Malawi,” *BMC Pregnancy Childbirth*, vol. 20, no. 1, Jan. 2020, doi: 10.1186/s12884-019-2717-5.
- [35] N. Gandomi, G. Sharifzadeh, M. Torshizi, and E. Norozi, “The effect of educational intervention based on self-efficacy theory on pregnancy anxiety and childbirth outcomes among Iranian primiparous women,” *J Educ Health Promot*, vol. 11, no. 1, p. 14, Jan. 2022, doi: 10.4103/jehp.jehp\_1548\_20.
- [36] R. El-Kurdy, S. I. Hassan, , Nahed Fikry Hassan, and A. El-Nemer, “Antenatal Education on Childbirth Self-Efficacy for Egyptian Primiparous Women: A Randomized Control Trial,” *IOSR Journal of Nursing and Health Science*, vol. 06, no. 04, pp. 15–23, Jul. 2017, doi: 10.9790/1959-0604021523.
- [37] P. Abbasi, S. Mohammad-Alizadeh Charandabi, and M. Mirghafourvand, “Comparing the effect of e-learning and educational booklet on the childbirth self-efficacy: a randomized controlled clinical trial,” *Journal of Maternal-Fetal and Neonatal Medicine*, vol. 31, no. 5, pp. 644–650, Mar. 2018, doi: 10.1080/14767058.2017.1293031.
- [38] A. M. Howarth and N. R. Swain, “Skills-based childbirth preparation increases childbirth self-efficacy for first time mothers,” *Midwifery*, vol. 70, pp. 100–105, Mar. 2019, doi: 10.1016/j.midw.2018.12.017.
- [39] Z. AlSomali, E. Bajamal, and O. Esheaba, “The Effect of Structured Antenatal Education on Childbirth Self-Efficacy,” *Cureus*, vol. 15, no. 5, pp. 1–11, May 2023, doi: 10.7759/cureus.39285.