

HUBUNGAN *SELF EFFICACY* DAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERSALINAN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI BUMILPAMIL, JAKARTA SELATAN

Ika Fitriyanti Soleha¹, Rilla Sovitriana²

Universitas Persada Indonesia Y.A.I

Jl. Pangeran Diponegoro No. 74, RT.2/RT.6, Kenari, Kec. Senen,
Kota Jakarta Pusat, DKI Jakarta, 10430 Email : ikafitri3493@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan *Self efficacy* dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Bumilpamil, Jakarta Selatan. Pada penelitian ini menggunakan skala *likert*, yang meliputi tiga skala; skala kecemasan menghadapi persalinan dengan 20 *item* valid, skala *self efficacy* dengan 8 *item* valid dan skala dukungan suami dengan 20 *item* valid. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *sampling jenuh dengan insidental sampling* dengan jumlah sampel 37 ibu hamil trimester III. Teknik analisis data yang digunakan adalah *bivariate correlation* dan *multivariate correlation* dengan menggunakan program *SPSS 23.0 for windows*. Hasil analisis data antara *Self efficacy* dengan kecemasan menghadapi persalinan $r = -0,8723$, $p = 0,000$; $p < 0,05$ yang menunjukkan ada hubungan signifikan dengan arah negatif antara *Self efficacy* dengan kecemasan menghadapi persalinan begitupun dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan diperoleh $r = -0,7582$ $p = 0,000$; $p < 0,05$ yang menunjukkan ada hubungan signifikan dengan arah negatif antara dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan dan terdapat hubungan yang signifikan dengan nilai $R = 0,876$ dan $R^2 = 0,768$ dengan $p = 0,000$; $p < 0,05$ yang menunjukkan ada hubungan yang signifikan *Self efficacy* dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang cukup signifikan antara *Self efficacy* dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil trimester III di Bumilpamil, Jakarta Selatan.

Kata Kunci : Kecemasan Menghadapi Persalinan, *Self efficacy*, Dukungan Suami, Kehamilan

ABSTRACT

This research is a quantitative study that aims to determine the relationship between self-efficacy and husband's support with anxiety in facing childbirth in third trimester pregnant women in Bumilpamil, South Jakarta. In this study using a Likert scale, which includes three scales; scale of anxiety facing childbirth with 20 valid items, scale of self-efficacy with 8 valid items and scale of husband's support with 20 valid items. The sampling technique in this study used saturated sampling with incidental sampling with a total sample of 37 third trimester pregnant women. The data analysis technique used was bivariate correlation and multivariate correlation using the SPSS 23.0 for windows program. The results of data analysis between self-efficacy and anxiety in facing childbirth $r = -0.8723$, $p = 0.000$; $p < 0.05$ which shows that there is a significant relationship in a negative direction between self-efficacy and anxiety in facing childbirth as well as husband's support with anxiety in facing childbirth obtained $r = -0.7582$ $p = 0.000$; $p < 0.05$ which shows that there is a significant relationship in a negative direction between husband's support and anxiety about childbirth and there is a significant relationship with $R = 0.876$ and $R^2 = 0.768$ with $p = 0.000$; $p < 0.05$ which indicates a significant relationship between Self efficacy and husband's support with anxiety in facing childbirth. It can be concluded that there is a significant relationship between self-efficacy and husband's support with anxiety in facing childbirth in third trimester pregnant women in Bumilpamil, South Jakarta.

Keywords: Anxiety about childbirth, Self efficacy, Husband's support, pregnancy.

1. PENDAHULUAN

Kehamilan adalah hal alamiah yang dialami oleh seorang wanita, dimana terjadi perubahan baik secara fisik maupun psikologis. Perubahan demi perubahan terjadi pada setiap trimester kehamilan. Berbagai perasaan mungkin muncul mulai dari bahagia, sedih, bahkan kebingungan saat masa kehamilan. Pada trimester akhir kehamilan, berbagai perasaan emosional mulai muncul, diantaranya adalah khawatir menghadapi persalinan, khawatir kalau anaknya cacat, kadang mudah menangis tanpa sebab. Semua keluhan yang dialami ibu hamil tersebut adalah perubahan psikologis yang terjadi pada ibu hamil (Tyastuti, 2016)

Masalah kesehatan mental ibu secara global dianggap sebagai tantangan kesehatan masyarakat yang besar (*World Health Organization, 2018*). Diketahui prevalensi kecemasan dan depresi ibu hamil pada Negara maju sekitar 7-20% dan di Negara berkembang sekitar lebih dari 20%, sedangkan di Indonesia, terdapat sekitar 28,7% ibu hamil yang mengalami kecemasan pada trimester III (Puspitasari et al., 2020). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2013, dari 67.976 ibu hamil di Pulau Jawa, sebanyak 35.587 (52,3 %) ibu hamil mengalami kecemasan pada saat akan menghadapi persalinan. Fitriani (2022) dalam penelitiannya menuliskan berdasarkan pra penelitian di Jakarta pada tahun 2017, ibu hamil primigravida yang mengalami stres berat sebanyak 22% dan stres sedang sebanyak 28%. Pada ibu hamil multigravida didapatkan hasil 17% mengalami stres berat dan 30% stres sedang. (Fitriani, 2022)

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 gangguan tidur (Heta I.,2016). *Self efficacy* adalah komponen untuk membantu memahami perilaku dan untuk menjaga kesehatan perilaku serta peran dukungan sosial dalam perilaku sehat selama kehamilan. (Izadirad et al., 2017). Menurut Nurdiansyah dalam Susanti (2017) mengatakan bahwa sikap positif dan dukungan baik pada suami akan membuat proses kehamilan berjalan menyenangkan dan kondisijanan pun selalu kuat dan sehat. Dukungan yang dilakukan suami secara terus menerus dapat

memberikan rasa aman dan nyaman sehingga dapat mengurangi tingkat kecemasan pada ibu hamil trimester tiga menjelang persalinan (Susanti, 2017).

2. METODOLOGI

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kuantitatif. Responden dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III berjumlah 37 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan sampling jenuh *insidental sampling*. Data pada penelitian ini diambil menggunakan kuisioner luring pada bulan Juli 2023.

Penelitian ini memiliki satu variabel terikat dan duavariabel bebas, yaitu kecemasan menghadapi persalinan sebagai variabel terikat, *self efficacy* dan dukungan suami sebagai variabel bebas. Variabel kecemasan menghadapi persalinan diukur melalui skala yang dikonstruksi menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh *shah*, variabel *self efficacy* diukur melalui skala yang dikonstruksi menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Bandura dan variabel dukungan suami diukur melalui skala yang dikonstruksi menggunakan aspek-aspek yang dikemukakan oleh Nursalam dan Kurniawati. Sebelum digunakan dalam penelitian, skala-skala yang digunakan dalam penelitian ini sudah melalui proses *expert judgement* yang dilakukan oleh tujuh dosen Fakultas Psikologi Universitas Persada Indonesia Y.A.I. Uji reliabilitas alat ukur dalam penelitian ini menggunakan nilai *Cronbach's Alpha* yang dilakukan terhadap 30 responden. Skala kecemasan menghadapi persalinan menghasilkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,918, skala *self efficacy* menghasilkan koefisien *Cronbach's Alpha* 0,823, dan skala dukungan suami menghasilkan koefisien *Cronbach's Alpha* sebesar 0,868. Teknik analisis data yang digunakan adalah *bivariate correlation* dan *multivariate correlation* dengan menggunakan program *SPSS 23.0 for windows*.

3. LANDASAN TEORI

Kecemasan merupakan perasaan yang paling umum dirasakan dan dialami oleh ibu hamil menjelang persalinan. Kecemasan yang sering terjadi pada ibu hamil saat menjelang persalinan yaitu merasa cemas dalam menghadapi proses persalinan ataupun padamas perawatan dan penyembuhan. Sari & Novriani (2017) mengatakan bahwa kecemasan

menghadapi persalinan terutama kehamilan anak pertama berkaitan dengan emosi ibu yang berpengaruh pada proses persalinan. Aspek-

aspek kecemasan menurut Shah (2014) diantaranya adalah aspek kognitif, afektif dan motorik. Aspek kognitif meliputi sulit konsentrasi, pikiran membingungkan, pikiran yang mengganggu selalu muncul berulang. Aspek afektif meliputi takut, khawatir, gelisah. Aspek motorik meliputi gemetar, pusing, telapak tangan berkeringat.

Self efficacy atau efikasi diri menurut Bandura adalah keyakinan seseorang terhadap kemampuannya untuk mengatur dan

melaksanakan tindakan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan (Adicondro dan

Purnamasari, 2013). Noviarandhini (2012) dalam kutipan Nurfaizah (2023) menyebutkan efikasi diri merupakan keyakinan dan kepercayaan individu akan kemampuannya dalam mengontrol hasil dari usaha yang telah dilakukan (Noviarandhini dkk., 2014). Efikasi diri adalah penilaian atau persepsi diri sendiri mengenai seberapa baik diri dapat berfungsi dalam situasi tertentu. Menurut Saraswathi, Dewi, & Piartini (2017) mendefinisikan efikasi diri seseorang yang memiliki kemampuan terhadap pekerjaan lingkungan yang dihadapi. Bandura (dalam Adicondro dan Purnamasari, 2013) membagi efikasi diri menjadi tiga dimensi yaitu magnitude atau level (tingkat), generality (Generalisasi) dan strength (Kekuatan atau kompetensi diri).

Dukungan suami adalah dorongan, motivasi terhadap istri baik secara moral maupun material. Kehadiran suami bagi seorang ibu yang mengalami kesulitan diharapkan dapat memberi bantuan moral atau fisik sehingga mengurangi beban yang dirasakan (Mardjan, 2017). Keterlibatan dan dukungan suami sejak awal kehamilan akan mempermudah dan memperingan pasangan dalam menghadapi segala perubahan pada dirinya selama kehamilan. Dukungan penuh cinta selayaknya diberikan oleh suami sejak awal kehamilan istri (Aprilia, 2020). Menurut Nursalam dan Kurniawati dalam Fitriani (2022), dukungan suami terdiri dari 4 aspek, yang meliputi, dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian ini terdiri atas 37 ibu hamil trimester III yang mayoritas berada pada kelompok usia 20-35 tahun, pendidikan terakhir perguruan tinggi, bekerja, dan berada

pada kehamilan pertama. Hasil distribusi dapat dilihat pada :

Tabel 1

Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Presentase
< 20 Tahun	2	5,4%
20- 35 Tahun	33	89,2%
>35 Tahun	2	5,4%
Total	37	100%

Tabel 2

Berdasarkan Status Pendidikan

Usia	Frekuensi	Presentase
SMA	13	35,1%
Perguruan Tinggi	24	64,9%
Total	37	100%

Tabel 3

Berdasarkan Status Pekerjaan

Status Pekerjaan	Frekuensi	Presentase
Bekerja	33	89,2%
Tidak Bekerja	6	16,2%
Total	37	100%

Tabel 4

Berdasarkan Paritas

Usia	Frekuensi	Presentase
Primigravida	30	81,8%
Multigravida	7	18,9%
Total	37	100%

Uji Normalitas

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan uji normalitas statistik dengan *Saphiro-Wilk*. Berdasarkan hasil analisis uji normalitas, dihasilkan *p-value* pada kecemasan menghadapi persalinan sebesar 0,00, pada *self efficacy* sebesar 0,001 dan pada dukungan suami sebesar 0,046 yang artinya data berdistribusi tidak normal

Uji Kategorisasi

Menurut hasil perhitungan kategorisasi diperoleh hasil kecemasan menghadapi persalinan dengan mean temuan sebesar 45.76 berada dalam taraf kecemasan rendah, sebagian besar responden sebanyak 64,9% berada dalam taraf kecemasan rendah. *Self efficacy* dengan mean temuan sebesar 30,32 berada dalam taraf *self efficacy* tinggi. Dukungan suami dengan mean temuan

sebesar 71.54 berada dalam taraf dukungan suami tinggi.

Uji Hipotesis

Hasil korelasi bivariat *self efficacy* dengan kecemasan menghadapi persalinan, menunjukkan ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif dengan koefisien korelasi $r = -0,872$; $p = 0,000$; $p < 0,05$. Hasil tersebut sesuai dengan penelitian Nurul Hikmah (2018) mengatakan terdapat hubungan antara *Self efficacy* terhadap kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan di PMB NgadillahDesa Asrikaton, Pakis, penelitiannya menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara *Self efficacy* dengan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Sedangkan hasil korelasi bivariat dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan, menunjukkan adanya hubungan yang signifikan dengan arah negatif dengan koefisien korelasi $r = 0,758$; $p = 0,000$; $p < 0,05$. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Nurianti dkk (2021) dengan nilai $p = 0,040$ yang menyebutkan ada hubungan negatif antara dukungan suami dengan tingkat kecemasan pada ibu hamil dalam menghadapi persalinan di Klinik Nining Pelawati Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten DeliSerdang Tahun 2020, penelitiannya menunjukkan ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara dukungan suami dengan kecemasan ibu hamil dalam menghadapi persalinan.

Hasil korelasi multivariat antara *Self efficacy* dan dukungan suami terhadap kecemasan menghadapi persalinan diperoleh nilai R sebesar 0.876 dan R² sebesar 0.768 dengan $p = 0.000$ ($p < 0.05$). Hal ini berarti H₀₃ yang berbunyi tidak ada hubungan antara *Self efficacy* dan dukungan suami terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan “ditolak” dan H_{a3} yang berbunyi ada hubungan antara *Self efficacy* dan dukungan suami terhadap kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan “diterima”. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara *Self efficacy* dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan.

Koefisien determinasi atau R square sebesar 0.768 yang berarti bahwa *Self efficacy*

dan dukungan suami memberikan sumbangan sebesar 76.8% terhadap kecemasan menghadapi persalinan, selebihnya sebesar $100\% - 76.8\% = 23.2\%$ dipengaruhi oleh variabel lainnya yang tidak diteliti.

Berdasarkan output stepwise method diperoleh variabel yang dominan adalah *Self efficacy* dengan R square 0.760. Koefisien tersebut menunjukkan bahwa *Self efficacy* menyumbang kecemasan menghadapi persalinan sebesar 76 %.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari analisa data dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa:

1. Ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara *Self efficacy* dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan.
2. Ada hubungan yang signifikan dengan arah negatif antara dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan.
3. Ada hubungan yang signifikan antara *Self efficacy* dan dukungan suami dengan kecemasan menghadapi persalinan pada ibu hamil Trimester III di Bumilpamil Jakarta Selatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Anxiety UK 2018. (n.d.). *Anxiety Condition*. Retrieved January 25, 2023, from <https://www.anxietyuk.org.uk/get-help/about-anxiety-and-anxiety-disorders/>
- Aprilia, Y. (2020). *Gentle Birth*. Grasindo.
- Biaggi, A., Conroy, S., Pawlby, S., & Pariante, C. M. (2016). *Identifying the women at risk of antenatal anxiety and depression: A systematic review*. *Journal of Affective Disorders*, 191, 62–77. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2015.11.014>
- Budi, I. (2013). *Self-Efficacy Mahasiswa Prodi PMA Dalam Pembelajaran Kalkulus*. *Logaritma Jurnal Ilmu-Ilmu Pendidikan Dan Sains*, 1(2). <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.24952/logaritma.v1i02.226>
- Diana, R. (2016). *Perinatal Mental Health : A Sourcebook for Health Professionals* (1st Editio). CRC Press.

<https://doi.org/https://doi.org/10.4324/9781315379302>

Husada, 10(2), 475–483.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.635>

- Fitriani, C. D. (2022). *Pengaruh Media Audio Visual Tentang Peran Suami Pada Masa Kehamilan Terhadap Dukungan Suami dan Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Trimester III di Pro V Klinik Kota Jakarta Selatan Tahun 2022*. *Kebidanan*, 8.5.2017, 2003–2005.
- Gary, W. P., Hijriyati, Y., Kebidanan, K. D., & Binawan, U. (2020). *Relationship between Characteristics towards Anxiety Levels of Pregnant Women Ahead of Spontaneous Delivery at the Puskesmas District of Makasar , East Jakarta*. *Jurnal Kesehatan Saemakers Perdana*, 3, 68–76.
- H, A., M, G., A, M., & L, B. (2016). *Self-efficacy in Pregnant Women Referred to HealthCenters in Delfan, Iran*. *Journal Of Health & Life Sciences*, 2(1), 15–20.
- Handayani, R. (2015). *Faktor- Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Kecemasan Menjelang Persalinan*. *Ners Jurnal Keperawatan*, 11(1), 62–71.
- Hastanti, H., Budiono, B., & Febriyana, N. (2021). *Primigravida Memiliki Kecemasan Yang Lebih Saat Kehamilan*. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(2), 167–178.
<https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i2.2019.167-178>
- Hendrawan, H. (2017). *Saumiku Super*. Laksana.
- Higson, A. (2010). The fear of childbirth. In *Midwives* (Issue June).
- Hikmah, N., Yuliani, I., & Kesehatan Kemenkes Malang, P. (2019). *Self efficacy Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Self efficacy Pregnant Women Trimester Iii With Anxiety Level in Facing Labor*. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 5(2), 123–132.
- Izadirad, H., Niknami, S., Zareban, I., & Hidarnia, A. (2017). Effects of Social Support and Self-Efficacy on Maternal Prenatal Cares Among the First-Time Pregnant Women, Iranshahr, Iran. *Journal of Family & Reproductive Health*, 11(2), 67–73.
- Limbong, T. (2021). Faktor Pendukung dan Penghambat Peran Pendampingan Suami Terhadap Isteri Pada Masa Kehamilan dan Persalinan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 475–483.
<https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.635>
- Murni, N. N. A., Suhartono, & Suherni, T. (2014). Pengaruh Latihan Relaksasi Guided Imagery and Music (Gim) pada Kelas Ibu Terhadap Derajat Kecemasan Ibu Hamil Menghadapi Persalinan Pertama: Studi di Puskesmas Meninting Kabupaten Lombok Barat. *Jurnal Kesehatan Prima*, 8(1), 1197–1206.
- Nurfa'izah. (2023). Hubungan Antara Efikasi Diri Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas XI SMA N 1 Kembang. *Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 7(2), 1–23.
- Puspitasari, U. I., Indrianingrum, I., Kudus, U. M., & Email, I. (2020). *K Ketidaknyamanan Keluhan Pusing Pada Ibu Hamil*. 11(2), 108–114.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Afabeta.
- Sukmariah, H., Nisrina, Agustina, tiara A., & Ismiyati. (2019). *Pencegahan Kecemasan Pada Kehamilan*. August 2020, 71–74.
- Susanti, A. (2017). Hubungan Dukungan Suami Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Menjelang Persalinan di Ruang Persalinan Rumah Sakit Umum Daerah Karanganyar Tahun 2017. *Jurnal Muhimah Dan Safei*, 004, 1–10.
- Tyastuti, S. (2016). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Ghufroon, M. N., & Risnawati, R. S. (2014). *Teori-teori psikologi*. Ar-Ruzz Media.
- Puspitasari, R. T. (2013). *Adversity quotient dengan kecemasan mengerjakan skripsi pada mahasiswa*. *Jurnal Online Psikologi*, 1(2), 299–310.
- Savitri, I. A. R., & Diniari, N. K. S. (2014). *Perbedaan Tingkat Kecemasan Dan Depresi Pada Mahasiswa Jenjang Preklinik Dan Co - Asisten Di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Pada Tahun 2014*. *E-Jurnal Medika Udayana*, 4(7), 1–11.
- Rachmady, T. M. N., & Aprilia, E. D. (2018). *Hubungan Adversity Quotient Dengan Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Freshgraduate Universitas Syiah Kuala*. *Journal Psikogenesis*, 6(1), 54 60.
<https://doi.org/10.24854/jps.v6i1.632>

- Rumintang, A. (2019). *Studi Pendahuluan: Peran kecerdasan emosional dan kecerdasan adversitas terhadap tingkat kecemasan pada dokter muda Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*
- Adicondro, N., & Purnamasari, A. (2011). *Efikasi diri, dukungan sosial keluarga, dan self regulated learning pada siswa kelas viii. Jurnal Humanitas. Vol. VIII. No. 1, 17-27.*
- Noviariandhini, A. D., & Latifah, M. 2012. *Harga Diri, Efikasi Diri, Motivasi Belajar, dan Prestasi Akademik Siswa SMA Pada Berbagai Model Pembelajaran. Vol. 5 No. 2, hal 138-146*
- Ngr, A. A. A., Saraswathi, D., Dewi, I. G. A. M., & Piartini, P. S. (2017). *Pengaruh EfikasiDiri Terhadap Kinerja Karyawab dengan Dukungan Organisasional sebagai Pemoderasi, 6, 2257–2286.*
- Rustika, I, M. 2012. *Efikasi Diri: Tinjauan Teori Albert Bandura. Buletin Psikologi, Vol 20No. 1-2, hal 18-24*
- Saraswati, A., & Ratnaningsih, I, Z.2016.*Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Kematangan Karir Pada Siswa Kelas XI SMK N 11 Semarang. Jurnal Empati, Vol. 5 No. 3, hal 430-434*
- Fakhrani, H, Sovitriana, R. *Efikasi Diri dan Dukungan Teman Sebaya Terhadap KecemasanWarga Binaan Di Panti Sosial Bina Karya Harapan Jaya Dinas DKI Jakarta. 2022. Psikologi Kreatif Inovatif. journals.upi-yai.ac.id*