

DAMPAK INTERVENSI TERHADAP PENINGKATAN KEPUASAN PERNIKAHAN DAN KEPUASAN SEKSUAL PADA WANITA

Widi Lestari¹, Imami Nur Rachmawati²
Universitas Indonesia^{1,2}
widi.lestari79@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau intervensi yang dapat meningkatkan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual pada perempuan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah systematic review pada database yaitu *Scopus, Proquest, SAGE Journal, Taylor dan Francis* pada artikel yang dipublikasikan dari tahun 2012-2022. Jumlah artikel sebanyak 8.058 artikel yang terkait dan yang sesuai kriteria inklusi sebanyak 10 artikel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah intervensi dibandingkan dengan sebelum intervensi tingkat kepuasan pernikahan meningkat sedangkan tingkat depresi dan kecemasan menurun secara signifikan pada kelompok intervensi ($p < 0,05$), jadi intervensi dapat meningkatkan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual pada kelompok intervensi dan control ($p < 0,05$). Simpulan, penggunaan intervensi untuk meningkatkan hubungan interpersonal dan dapat juga memengaruhi mekanisme coping seseorang sehingga meningkatkan kepuasan pernikahan dan kesehatan psikologis.

Kata Kunci: Intervensi, Kepuasan Pernikahan, Seksual pada Perempuan

ABSTRACT

This study aims to review interventions that can increase marital satisfaction and sexual satisfaction in women. The method used in this research is a systematic review of databases, namely Scopus, Proquest, SAGE Journal, Taylor and Francis, on published articles from 2012-2022. The total number of reports was 8,058 related articles, and 10 met the inclusion criteria. The results showed that after the intervention, compared to before the intervention, the level of marital satisfaction increased. In contrast, the levels of depression and anxiety decreased significantly in the intervention group ($p < 0.05$), so the intervention could increase marital satisfaction and sexual satisfaction in the intervention and control groups ($p < 0.05$). In conclusion, interventions to improve interpersonal relationships can also influence a person's coping mechanisms, thereby increasing marital satisfaction and psychological health.

Keywords: Intervention, Marital Satisfaction, Sexuality in Women

PENDAHULUAN

Hubungan pernikahan digambarkan sebagai hubungan manusia yang paling penting dan paling mendasar karena memberikan struktur dasar untuk membangun hubungan keluarga dan melatih generasi berikutnya. Kualitas pernikahan digambarkan dengan kebahagiaan, kepuasan, dan kegembiraan yang dialami oleh suami dan istri yang mempertimbangkan semua aspek pernikahan mereka (Ziaei et al., 2022; Don et al., 2022).

Hubungan pernikahan yang berkualitas dapat menumbuhkan kompetensi pasangan untuk menurunkan angka depresi dan gangguan psikologis pada anak-anak sehingga mereka lebih mudah beradaptasi dan memiliki prestasi akademik yang lebih baik (Hidalgo-Lopezosa et al., 2022). Kepuasan hubungan seksual merupakan salah satu faktor penting dari kepuasan pernikahan yang mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup pasangandengan mempertimbangkan semua aspek pernikahan. Rendahnya tingkat kepuasan pernikahan, tak jarang berujung pada perceraian. Saat ini, tingkat perceraian di dunia cukup menjadi perhatian publik karena terus mengalami kenaikan. Menurut Badan Demografi *United Nations* atau Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) yang merilis data, tingkat perceraian di dunia tercatat sebesar 4,08 kasus per 1000 pernikahan pada periode 2021 lebih besar dibandingkan dengan kasus pada tahun 2019 sebanyak 3,12 kasus. Di Indonesia sendiri, angka perceraian terus menunjukkan peningkatan yang signifikan. Berdasarkan data dari Peradilan Agama di Indonesia pada tahun 2021 kasus perceraian yang diproses meningkat sebesar 53,50% dibandingkan tahun 2020, yaitu dari 291.677 kasus menjadi 447.743 kasus. Tingginya angka perceraian di Indonesia disebabkan oleh berbagai faktor.

Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat ada 15.157 kasus perceraian di DKI Jakarta. Ketidakharmonisan menjadi penyebab terbesar perceraian di ibu kota. Perceraian akibat perselisihan dan pertengkaran terus menerus tersebut mencapai 10.340 kasus (68,17%) dari total perceraian di Ibu Kota tahun 2021. Seorang seksolog Indonesia, yaitu Boyke Dian Nugraha menjelaskan bahwa faktor ketidakharmonisan dalam rumah tangga didominasi oleh tingkat kepuasan hubungan seksual yang dilakukan oleh pasangan itu sendiri. Oleh karena itu, kepuasan hubungan seksual merupakan salah satu faktor penting kepuasan pernikahan yang mempengaruhi kesehatan dan kualitas hidup pasangan. Jika hubungan seksual antara pasangan tidak meyakinkan dapat menyebabkan frustrasi, depresi, kurangnya rasa aman dan penurunan Kesehatan mental sehingga dapat menurunkan tingkat kepuasan pernikahan (Ghaffari & Vahid, 2020).

Kesehatan seksual wanita merupakan bagian vital dan penting dari kehidupan di segala usia dan di pengaruhi oleh banyak faktor, secara khusus kehamilan dan persalinan membawa perubahan biologi, psikologis dan sosial yang dapat mengubah kesehatan seksual (Gutzeit et al., 2020). Selama kehamilan terjadi penurunan aktivitas seksual baik minat maupun kepuasan seksual terutama pada trimester pertama kehamilan, Masalah seksual selama kehamilan dapat berdampak negative pada hubungan dan menimbulkan stress bagi pasangan (Erfanifar et al., 2022; Chatzakis et al., 2022). Di sisi lain hubungan seksual merupakan bagian penting dari persepsi pasangan satu sama lain yang dapat mempertahankan pernikahan. Tingkat kepuasan seksual yang tinggi mengarah pada kualitas pernikahan yang lebih tinggi dan mengarah pada ketidakstabilan dalam kehidupan pernikahan. Kepuasan hubungan seksual merupakan salah factor penting untuk kepuasan pernikahan dan pasangan yang memiliki kepuasan seksual yang baik akan melaporkan kualitas hidup yang jauh lebih baik (Ziaei et al., 2022).

Salah satu intervensi yang banyak diterapkan adalah program konseling dan pendidikan kesehatan seksual yang memberikan informasi, saran, dan kesadaran yang membantu pasangan untuk memahami masalah dan menganalisa serta memilih solusi yang tepat. Berdasarkan hal-hal tersebut dapat disimpulkan bahwa sangat diperlukannya intervensi-intervensi yang meningkatkan kepuasan seksual dan kualitas kehidupan pernikahan untuk menjaga kelangsungan kehidupan pernikahan pasangan, terutama pada perempuan yang telah menikah karena berisiko mengalami tekanan terhadap perubahan fisik dan psikisnya (Alizadeh & Farnam, 2021). Oleh karena itu perlu dilakukan review

sistematik terkait pengaruh intervensi yang meningkatkan *marital & sexual satisfaction* pada perempuan.

Beberapa intervensi untuk meningkatkan marital & sexual satisfaction pada perempuan salah satunya dengan pelatihan ketrampilan komunikasi untuk meningkatkan kemampuan menyelesaikan konflik dan menurunkan tingkat kecemasan yang dapat meningkatkan kualitas hubungan pernikahan (Kornetov et al., 2021; Alipour et al., 2020). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan psikologis ibu hamil memiliki banyak keragaman dan kompleksitas sehingga dibutuhkan pengetahuan sehingga dapat melakukan ketrampilan dalam berkomunikasi (Alipour et al., 2020). Tujuan tinjauan sistematis ini dilakukan untuk mengetahui intervensi mana yang dapat meningkatkan kepuasan pernikahan & seksual pada perempuan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian tinjauan sistematis ini menggunakan sesuai dengan pedoman *Preferred Reporting Items For Systematic Review (PRISMA)*. Literatur terpilih yakni yang berfokus pada intervensi untuk meningkatkan marital & sexual satisfaction.

Kriteria Inklusi

Semua artikel dengan quasi eksperimen dan RCT disertakan dalam tinjauan sistematis yang memenuhi kriteria sebagai berikut: 1) Wanita yang sudah menikah, 2) Peserta adalah ibu hamil yang aktif secara seksual, (3) Artikel penelitian diterbitkan dalam bahasa Inggris, 4) Terdapat hasil penelitian yaitu: peningkatan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual.

Melalui *database* Universitas Indonesia artikel yang di dapatkan berjumlah 32.074 artikel, kemudian dilakukan limiter artikel tahun 2012-2022, full text dan di dapatkan 8059 artikel, artikel jurnal di dapatkan 50 artikel dan ada 10 artikel yang sesuai dengan PICO dalam tinjauan sistematis ini yang di gunakan, selanjutnya dilakukan *critical appraisal* dengan menggunakan *Joanna Brings Institute (JBI)* (2020) dan dari 10 artikel yang di dapatkan dapat di terapkan dalam tinjauan sistematis.

Dalam pembuatan tinjauan sistematis ini telah di lakukan pemeriksaan kesesuaian dengan tujuan untuk menghindari bias dalam tinjauan sistematis ini yang dilakukan oleh dosen dari fakultas ilmu keperawatan Universitas Indonesia. .

Strategi Pencarian

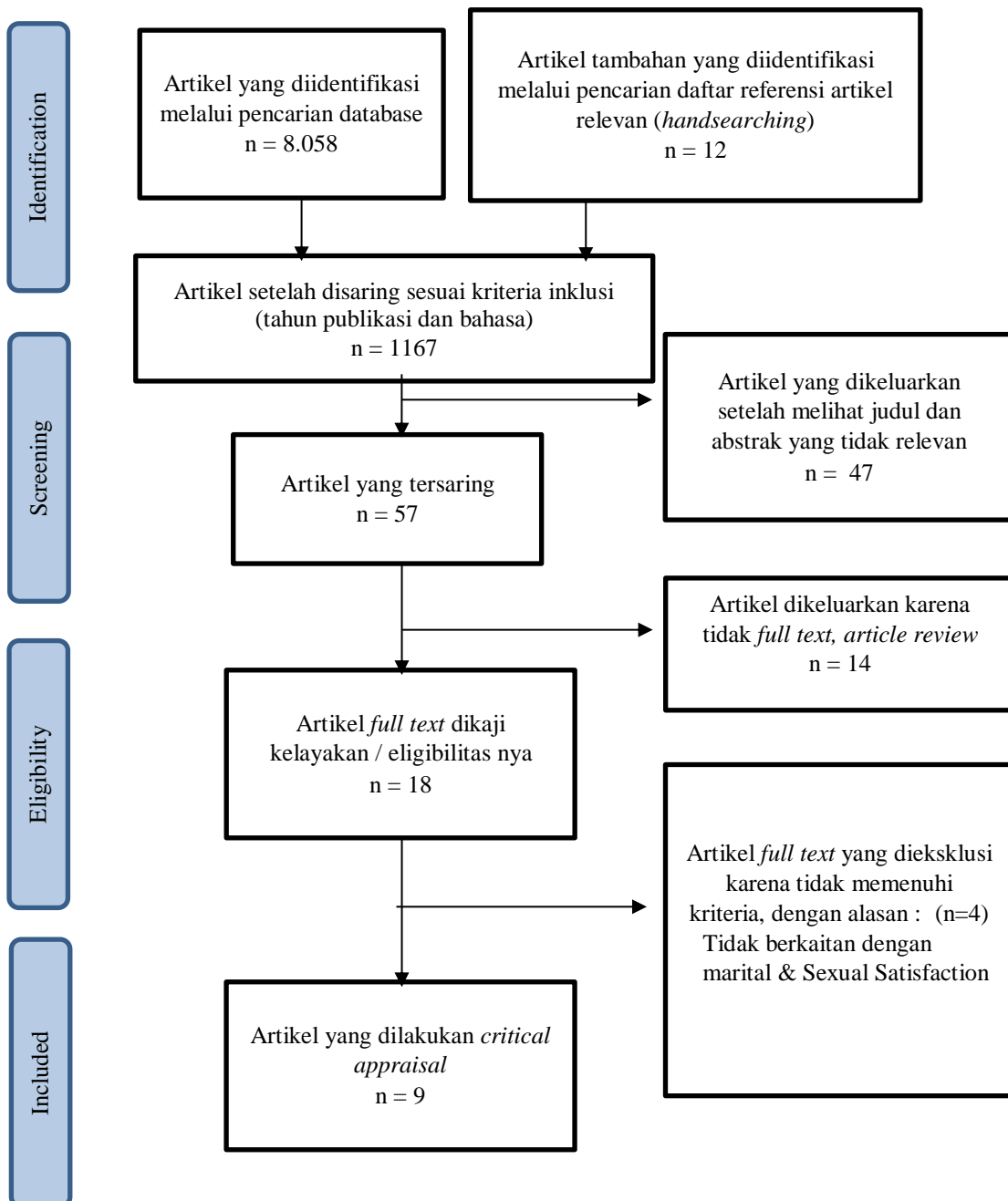
Dalam tinjauan sistematis ini di lakukan pencarian literatur menggunakan database Bahasa Inggris seperti: Proquest, Taylor & Francis, SAGE, Scopus yang dapat di akses di Universitas Indonesia. Artikel yang digunakan merupakan artikel yang terbit 10 tahun yang lalu tahun 2012-2022. Pencarian literatur menggunakan kata kunci sebagai berikut: *Marital satisfaction AND sexual satisfaction AND intervention nursing*.

Pengumpulan Data

Artikel yang memenuhi kriteria dimasukkan ke dalam tabel yang memuat unsur-unsur sebagai berikut: 1) Sumber *database* penelitian; 2) Penulis; 3) Tujuan penelitian; 4) Metode penelitian; 5) Sample penelitian; 6) Hasil penelitian.

Karakteristik Penelitian

Responden dalam tinjauan sistematis ini sesuai dengan kriteria inklusi yang ditetapkan: Ibu hamil yang aktif secara seksual pada trimester pertama dan kedua kehamilan. Wanita yang menikah usia 18-45 tahun di sampaikan, wanita setelah melahirkan, ibu hamil trimester kedua dan ketiga di sampaikan. Secara keseluruhan karakteristik responden didapatkan wanita yang sudah menikah usia 18-45 tahun, ibu hamil yang aktif secara seksual dan wanita yang sudah melahirkan.



Gambar 1
Diagram Aliran Prisma

HASIL PENELITIAN

Analisis dari jurnal yang telah terpilih kemudian dilakukan analisa hasil. Hasil rumusan berdasarkan hasil analisis disajikan dalam tabel 1.

Tabel 1
Hasil Ekstraksi Data

No	Identitas Jurnal	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	Alipour, Z., Kazemi, A., Kheirabadi, G., & Eslami, A. (2020). Marital Communication Skills Training to Promote Marital Satisfaction and Psychological Health During Pregnancy: A Couple Focused Approach	RCT	Penelitian ini dilakukan untuk mengevaluasi pengaruh pelatihan keterampilan komunikasi dengan pendekatan focus pasangan terhadap kepuasan pernikahan dan gejala psikologis pada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah intervensi, di bandingkan dengan periode sebelum intervensi, tingkat kepuasan pernikahan meningkat sedangkan tingkat depresi dan kecemasan menurun secara signifikan pada kelompok intervensi ($p < 0,05$). Perbandingan kelompok mengungkapkan perbedaan yang signifikan dalam skor kepuasan pernikahan, depresi dan kecemasan pada kelompok intervensi dan control pada intervensi ($p < 0,05$).
2	Erfanifar, E., Behroozi, N., Latifi, S. M., & Abbaspoor, Z. (2022). The Effectiveness of Cognitive-Behavioural Consultation on Sexual Function and Sexual Self-Efficacy of Women After Childbirth	Menggunakan studi pretest -posttest and control group eksperimental dengan sample sebanyak 100 wanita yang melahirkan.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program perilaku-kognitif pada fungsi seksual dan self efficacy seksual. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan antara CBT dan kelompok control sebelum intervensi dalam hal fungsi seksual dan self efficacy seksual, tetapi delapan minggu setelah intervensi ada perbedaan yang signifikan secara statistic antara kedua kelompok ($P=0,001$). Implementasi konseling yang tepat dapat meningkatkan fungsi seksual dan self efficacy wanita nullipara setelah melahirkan.
3	Ghaffari, A., & Vahid, A. F. (2020). Comparing the Effectiveness of Sexual Skills Training and	Menggunakan metode quasi eksperimental dengan sample	Penelitian ini bertujuan untuk menguji efektivitas pelatihan keterampilan seksual dan pelatihan keterampilan

Communication Skills Training on the Sexual Attitudes of Married Women	sebanyak 45 wanita yang terdiri dari tiga kelompok dengan masing masing kelompok 15 orang.	komunikasi terhadap sikap seksual wanita menikah. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara metode pelatihan ketrampilan komunikasi dan metode pelatihan keterampilan seksual dalam perannya dalam memengaruhi sikap seksual perempuan secara positif, Nilai P untuk kelompok ketrampilan komunikasi adalah 0,014 dan 0,914 untuk kelompok ketrampilan seksual, menunjukkan bahwa metode pelatihan ketrampilan komunikasi lebih efektif dan berdampak positif pada sikap seksual dan merupakan pilihan pelatihan untuk mengurangi masalah seksual pasangan.
4 Ziaei, T., Keramat, A., Kharaghani, R., Haseli, A., & Ahmadnia, E. (2022). Comparing the Effect of Extended PLISSIT Model and Group Counseling on Sexual Function and Satisfaction of Pregnant Women: A Randomized Clinical Trial	Menggunakan metode convenience sampling dengan sample sebanyak 111 wanita hamil.	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui membandingkan pengaruh konseling PLISSIT dan konseling kelompok terhadap kepuasan seksual dan fungsi seksual pada ibu hamil. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah intervensi, kepuasan seksual berdasarkan kuesioner Hudson meningkat di antara peserta dalam kelompok intervensi. Tampaknya melalui peningkatan fungsi seksual dalam kelompok intervensi, skor kepuasan juga meningkat. Ada korelasi kuat antara fungsi seksual dan kepuasan seksual. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa konseling individu berdasarkan keterampilan kesadaran diri meningkatkan kepuasan seksual wanita usia reproduksi. Faktor lain mungkin bahwa, Ex-PLISSIT dan konseling kelompok dapat memotivasi perilaku seksual perempuan; yang pada gilirannya dapat menyebabkan kepuasan seksual yang lebih tinggi. Fungsi seksual partisipan dalam kelompok Ex-PLISSIT adalah 25,9 pada kelompok

		<p>konseling, 26 pada kelompok control dan 25,8 pada baseline. Terjadi perbedaan secara signifikan dalam skor kepuasan seksual dan intervensi konseling seksual selama prenatal dapat meningkatkan Kesehatan seksual pasangan.</p>
5	<p>Masoum, et al., (2017). Effect of Sexual Counseling on Marital Satisfaction of Pregnant Women Referring to Health Centers in Malayer (Iran): An educational randomized experimental study. <i>Electronic Physician</i>, 9(1), 3598–3604. https://doi.org/10.19082/3598.</p>	<p>Menggunakan metode eksperimental dengan sample sebanyak 80 orang ibu hamil.</p> <p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling seksual terhadap kepuasan pernikahan ibu hamil. Membandingkan skor rata-rata kepuasan pernikahan pada kelompok eksperimen menunjukkan perbedaan yang signifikan antara pra-konsultasi, dan konsultasi setelah dua dan empat minggu. Skor kepuasan pernikahan $8,05 \pm 51,20$ sebelum konsultasi meningkat menjadi $7,76 \pm 54,52$ setelah dua minggu dan $6,48 \pm 59,20$ setelah empat minggu (masing-masing $p < 0,001$, $p < 0,001$). Selain itu, mean dan standar deviasi kepuasan perkawinan pada kelompok kontrol sebelum intervensi, dua minggu dan empat minggu setelah intervensi masing-masing $10,10 \pm 45,67$, $11,75 \pm 47,75$, dan $10,02 \pm 46,30$ dan uji post hoc Bonferroni menunjukkan perbedaan yang signifikan antara sebelum dan dua minggu setelah intervensi ($p = 0,03$). Hasil penelitian menunjukkan Konseling seksual dapat digunakan sebagai metode intervensi dalam hubungan seksual pasangan terutama dalam ketidakpuasan perkawinan.</p>

-
- | | | | |
|-------|---|---|---|
| 6 | Shayan et al., (2018). <i>The effect of Cognitive_Behavior</i> | Menggunakan metode studi eksperimental yaitu uji klinis acak dua kelompok dengan sample sebanyak 198 wanita yang memenuhi syarat yang dirujuk ke pusat perawatan kesehatan. | <p>Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh konseling perilaku kognitif terhadap kualitas perkawinan pada wanita.</p> <p>Hasil Penelitian menunjukkan setelah modifikasi variabel usia, skor kualitas pernikahan persetujuan dan kepuasan sebelum intervensi, dan status pendapatan, total skor kualitas pernikahan mengalami perubahan yang signifikan di semua dimensi ($P < 0,05$) dan skor rata-rata meningkat luar biasa. . Selain itu, menurut titik potong dimensi, skor semua dimensi meningkat secara luar biasa dan proporsi individu dengan kualitas perkawinan tinggi sebelum dan sesudah intervensi berubah secara signifikan ($P < 0,05$). Konsultasi perilaku kognitif efektif dalam meningkatkan kualitas pernikahan terutama setelah kesepakatan.</p> |
| <hr/> | | | |
| 7 | Fathalian et al., (2022). <i>The effect of virtual cognitive-behavioral sexual counseling on sexual function and sexual intimacy in pregnant women: a randomized controlled clinical trial. BMC Pregnancy and Childbirth.</i> | Menggunakan metode studi eksperimental adalah uji klinis acak dengan dua kelompok dengan sample sebanyak 80 orang wanita hamil. | <p>Penelitian ini bertujuan menyelidiki pengaruh konseling seksual kognitif-perilaku virtual pada fungsi dan keintiman seksual wanita hamil.</p> <p>Perbandingan skor rata-rata fungsi seksual dan keintiman pada kedua kelompok sebelum intervensi tidak signifikan secara statistik satu sama lain. Namun, setelah intervensi, skor rata-rata fungsi seksual dan keintiman pada kelompok intervensi meningkat secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol ($p < 0,001$). Ukuran efek intervensi adalah 0,52 untuk fungsi seksual dan 0,272 untuk keintiman seksual. Konseling kognitif-perilaku virtual dapat digunakan sebagai pengobatan yang efektif untuk meningkatkan fungsi seksual dan keintiman wanita selama kehamilan.</p> |
-

8	<p>Subanada & Denpasa. (2014). Effect of sexual education on sexual function of Iranian couples during pregnancy: A quasi experimental study. <i>Journal of Reproduction and Infertility</i>, 19(1), 39.</p>	<p>Menggunakan RCT dengan sample sebanyak 123 pasangan yang terbagi dalam dua kelompok.</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi kepuasan seksual. Hasil penelitian ini menentukan peningkatan fungsi seksual pasangan karena pendidikan yang ditawarkan. Fungsi seksual pasangan menunjukkan perubahan positif pada dua kelompok intervensi dibandingkan dengan empat kelompok control. Menurut hasil penelitian ini, promosi fungsi seksual ibu hamil perlu memasukkan pendidikan seks pada perawatan kehamilan. Sementara partisipasi pasangan disarankan untuk memiliki peran besar dalam efektivitas dan penguatan pendidikan dalam berbagai studi. Analisis ukuran berulang menunjukkan perbedaan yang signifikan antara kelompok (A dan B dengan C) dalam skor total rata-rata FSFI dan IIEF selama trimester ketiga.</p>
9	<p>Navidian, A., Navabi Rigi, S., & Soltani, P. (2016). Effects of group sexual counseling on the traditional perceptions and attitudes of Iranian pregnant women. <i>International Journal of Women's Health</i>, 8, 203–211. https://doi.org/10.2147/IJWH.S104887.</p>	<p>Menggunakan quasi experimental dengan sample sebanyak 100 orang ibu hamil dan di bagi menjadi dua kelompok, kelompok control berjumlah 50 orang dan kelompok intervensi berjumlah 50 orang.</p>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konseling terhadap kepuasan seksual. Rata-rata perubahan skor untuk sikap seksual dan persepsi tradisional pada kelompok intervensi secara signifikan lebih tinggi daripada kelompok kontrol (P,0,0001). Analisis kovarians juga menunjukkan bahwa skor rata-rata persepsi tradisional dan sikap seksual partisipan pada kedua kelompok berbeda secara signifikan setelah konseling seksual kelompok. Efek positif dari konseling seksual kelompok dalam meningkatkan sikap ibu hamil tentang masalah seksual dan membingkai ulang persepsi tradisional tentang aktivitas seksual selama kehamilan, direkomendasikan bahwa intervensi pendidikan ini harus diintegrasikan ke dalam konseling dan perawatan prenatal untuk ibu hamil.</p>

Berdasarkan isi tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa intervensi berupa pelatihan keterampilan komunikasi dengan pasangan, intervensi konsultasi kognitif-perilaku, intervensi pelatihan keterampilan seksual, intervensi dengan metode Ex-PLISSIT, intervensi berupa konseling seksual, intervensi berupa konseling seksual perilaku kognitif dan intervensi berupa pendidikan seksual memiliki dampak positif yang signifikan terhadap peningkatan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual pada wanita.

Intervensi berupa pelatihan keterampilan komunikasi dengan pasangan dilakukan dengan pendekatan fokus pasangan terhadap kepuasan pernikahan dan kebutuhan psikologis mereka. Setelah diamati dan dibandingkan keadaan pasangan sebelum melalui intervensi dan setelah melalui intervensi tersebut, didapatkan kesimpulan bahwa tingkat kepuasan pernikahan meningkat signifikan sedangkan tingkat depresi dan kecemasan menurun secara signifikan pada kelompok intervensi. Intervensi konsultasi kognitif-perilaku dilakukan dengan fokus pada fungsi seksual dan self efficacy seksual. Berdasarkan penelitian yang dilakukan terdapat peningkatan fungsi seksual dan self efficacy wanita nullipara setelah melahirkan, namun bukan peningkatan yang signifikan. Sehingga dapat disimpulkan, bahwa intervensi pelatihan keterampilan komunikasi dinilai lebih efektif dan berdampak positif pada sikap seksual dan merupakan pilihan pelatihan yang lebih tepat untuk mengurangi masalah seksual pasangan dibandingkan dengan intervensi kognitif-perilaku.

Intervensi dengan metode Ex-PLISSIT adalah dengan memberi persetujuan kepada pihak yang terlibat untuk membicarakan hal – hal yang bersifat privasi (fokus pada kehidupan dan kesehatan seksualitas) yang dilakukan secara gamblang atau eksplisit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah intervensi dilakukan (menggunakan kuesioner Hudson) terdapat peningkatan fungsi seksual dalam kelompok intervensi. Serta terlihat bahwa skor kepuasan seksual juga meningkat, dan terdapat hasil lain yang menunjukkan bahwa metode Ex-PLISSIT dapat memotivasi perilaku seksual perempuan; yang juga dapat mempengaruhi tingkat kepuasan seksual yang lebih tinggi.

Intervensi dengan konseling seksual dilakukan dengan adanya sesi konsultasi mengenai kehidupan seksual dan kesehatan seksual yang dilakukan kepada pada kelompok intervensi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi pra-konsultasi dengan post-konsultasi. Hasil penelitian menunjukkan konseling seksual dapat digunakan sebagai metode intervensi yang efektif dalam hubungan seksual pasangan terutama dalam ketidakpuasan perkawinan.

Intervensi berupa konseling seksual perilaku kognitif yang dilakukan kepada kelompok intervensi, berfokus pada kualitas perkawinan, fungsi seksual dan keintiman pada kelompok intervensi. Penelitian menunjukkan terdapat peningkatan yang signifikan pada fungsi seksual dan keintiman kelompok intervensi setelah dilakukan intervensi. Dilihat dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa konseling kognitif-perilaku dapat digunakan sebagai media yang efektif untuk meningkatkan fungsi seksual dan keintiman wanita selama kehamilan.

Intervensi berupa pendidikan seksual yang dilakukan kepada kelompok intervensi, berfokus pada fungsi seksual pasangan dan kepuasan seksual. Menurut hasil penelitian ini, promosi fungsi seksual pada ibu hamil perlu memasukkan pendidikan seks pada perawatan kehamilan. Sementara partisipasi pasangan disarankan untuk memiliki peran besar dalam efektivitas dan penguatan pendidikan dalam berbagai studi. Analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan secara signifikan setelah dilakukan konseling pendidikan seksual. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pendidikan seksual memberikan efek positif dalam meningkatkan sikap ibu hamil tentang masalah fungsi seksualnya dan

aktivitas seksualnya selama kehamilan. Oleh sebab itu, direkomendasikannya intervensi berupa pendidikan seksual ini diintegrasikan ke dalam konseling dan perawatan prenatal untuk ibu hamil.

PEMBAHASAN

Tinjauan literatur ini menitikberatkan mengenai intervensi untuk meningkatkan marital dan seksual satisfaction pada perempuan agar dapat diaplikasikan pada pelayanan kesehatan. Model Ex-PLISSIT dan konseling efektif dinilai sebagai intervensi yang dapat meningkatkan kepuasan dan fungsi seksual pada ibu hamil serta dapat meningkatkan kesehatan mental pada ibu hamil. Faktor lain menunjukkan metode Ex-PLISSIT dan konseling kelompok dapat memotivasi perilaku seksual perempuan, yang dapat berdampak pada kepuasan seksual yang lebih tinggi. Intervensi ini dinilai mudah dilakukan dan disarankan untuk menambahkan pendekatan psikologis pada metode konseling individu dan kelompok agar intervensi dan promosi kesehatan yang dilakukan dapat lebih efektif bagi ibu hamil dan keluarganya (Ziaei, et al E. 2022; Masoumi et al., 2017).

Masalah kesehatan seksual merupakan masalah yang tidak termasuk mengancam kehidupan manusia tetapi dapat menimbulkan masalah lain seperti gangguan konsep dan kepercayaan diri yang dapat menyebabkan munculnya stress, kecemasan, depresi dan proteksi diri yang berlebihan (Campos-Villegas et al., 2022; Dutheil et al., 2021). Jika hubungan seksual antara pasangan tidak berkualitas dapat menyebabkan frustrasi, deprivasi, kurangnya rasa aman, dan penurunan kesehatan mental, dan akibatnya akan menurunkan tingkat kepuasan pernikahan dan disintegrasi keluarga (Lindqvist et al., 2019). Menjaga kualitas seksual dan kualitas pernikahan merupakan tantangan tersendiri bagi perempuan karena perempuan akan mengalami fase kehamilan yang menyebabkan adanya perubahan fisik dan psikologis pada dirinya sehingga memicu depresi dan kecemasan terkait kepuasan dari pasangannya, sehingga dibutuhkan intervensi untuk meningkatkan kepuasan seksual dan kualitas kehidupan pernikahan (Fathalian et al., 2022).

Intervensi lain, terkait terapi perilaku-kognitif atau *Cognitive Behaviour Therapy* (CBT) dinilai efektif terhadap fungsi seksual dan efikasi diri pada wanita primipara setelah melahirkan karena menunjukkan peningkatan yang signifikan dalam efikasi diri seksual dan fungsi seksual postpartum setelah dilakukan intervensi. Selain itu, intervensi terapi perilaku-kognitif ini dinilai dapat mengurangi tingkat kecemasan, stres dan ketakutan akan keintiman pada wanita vaginismus setelah perawatan dan setelah tindak lanjut 12 bulan. Terapi perilaku cognitive juga dapat meningkatkan kesehatan mental dan seksualitas wanita, dapat memengaruhi gaya hidup dan self-efficacy seksual serta meningkatkan hasrat, gairah dan kepuasan seksual dan pernikahan (Erfanifar et al., 2022; Blount et al., 2021).

Efektifitas pelatihan ketrampilan seksual dan keterampilan komunikasi memiliki dampak yang berbeda pada sikap wanita yang sudah menikah, hasil menunjukkan bahwa komunikasi yang efektif dapat menimbulkan interpersonal jarak yang dialami dalam semua aspek kehidupan dan dapat mempertahankan kehidupan pernikahan yang menyenangkan. Keterampilan komunikasi dan seksual memainkan peran penting dalam kehidupan pernikahan dan efektif dalam membina hubungan antara pasangan (Alipour, et al., 2020).

Intervensi pendidikan seksual menunjukkan peningkatan fungsi seksual pasangan dan berdampak positif untuk pasangan sehingga hubungan antara pasangan dapat terjalin dengan baik (Alizadeh & farnam, 2021).

Selain itu, terdapat penelitian lain yang membandingkan efektivitas beberapa intervensi. Berdasarkan hasil yang ada, menunjukkan *Acceptance and Commitment Therapy* (ACT) lebih efektif daripada metode lain (37) dan terapi perilaku-kognitif atau

Cognitive Behaviour Therapy (CBT) dinilai lebih efektif daripada intervensi lainnya (38). Selain itu, penelitian menunjukkan konseling dengan fokus pada fungsi seksual membantu meningkatkan kepuasan pernikahan dan juga kualitas kehidupan seksual pasangan (Bafrani et al., 2023; Boateng et al., 2019).

SIMPULAN

Intervensi untuk meningkatkan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual dapat meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan sehingga dapat meningkatkan kepuasan klien. Intervensi konseling seksual dapat efektif dalam meningkatkan kepuasan pernikahan dan dapat memberikan nasihat mengenai masalah seksual pada pasangan sehingga dapat beradaptasi dan terhindar dari ketegangan dan perselisihan. Intervensi konseling dapat meningkatkan Kesehatan mental untuk perempuan yang sudah menikah, perempuan sedang hamil atau perempuan yang sedang melahirkan. Intervensi konseling dapat di terapkan di pusat pelayanan Kesehatan untuk meningkatkan kepuasan seksual dan kepuasan pernikahan.

SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan baik bagi rumah sakit, perawat manajer, dan institusi pendidikan keperawatan dalam mempersiapkan perawat maternitas dalam memberikan pelayanan yang komprehensif meliputi biopsikososial dan spiritual, terutama mengenai intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan kepuasan pernikahan dan kepuasan seksual pada perempuan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alipour, Z., Kazemi, A., Kheirabadi, G., & Eslami, A. (2020). Marital Communication Skills Training to Promote Marital Satisfaction and Psychological Health During Pregnancy: A Couple Focused Approach. *Reproductive Health, 17*(1), 1–9. <https://doi.org/10.1186/s12978-020-0877-4>
- Alizadeh, A., & Farnam, F. (2021). Coping with Dyspareunia, the Importance of Inter and Intrapersonal Context on Women's Sexual Distress: A Population-Based Study. *Reproductive Health, 18*(1). <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01206-8>
- Bafrani, M. A., Nourizadeh, R., Hakimi, S., Mortazafi, S. A., Mehrabi, E., Vahed, N. (2023). The Effect of Psychological Interventions on Sexual and Marital Satisfaction: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Iran Journal Public Health, 52*(1), 49-63, <https://doi.org/10.18502/2Fijph.v52i1.11666>
- Boateng, G. O., Martin, S. L., Tuthill, E. L., Collins, S. M., Dennis, C. L., Natamba, B. K., & Young, S. L. (2019). Adaptation and Psychometric Evaluation of the Breastfeeding Self-Efficacy Scale to Assess Exclusive Breastfeeding. *BMC Pregnancy and Childbirth, 19*(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12884-019-2217-7>.
- Blount, A. J., Adams, C. R., Anderson-Berry, A. L., Hanson, C., Schneider, K., & Pendyala, G. (2021). Biopsychosocial Factors during the Perinatal Period: Risks, Preventative Factors, and Implications for Healthcare Professionals. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(15), 8206. <https://doi.org/10.3390/ijerph18158206>

- Campos-Villegas, C., Pérez-Alenda, S., Carrasco, J. J., Igual-Camacho, C., Tomás-Miguel, J. M., & Cortés-Amador, S. (2022). Effectiveness of Proprioceptive Neuromuscular Facilitation Therapy and Strength Training Among Post-Menopausal Women with Thumb Carpometacarpal Osteoarthritis. A Randomized Trial. *Journal of Hand Therapy : Official Journal of the American Society of Hand Therapists*, S0894-1130(22)00080-1. Advance online publication. <https://doi.org/10.1016/j.jht.2022.07.005>
- Chatzakis, C., Sotiriadis, A., Fatouros, I. G., Jamurtas, A. Z., Deli, C. K., Papagianni, M., Dinas, K., & Mastorakos, G. (2022). The Effect of Physical Exercise on Oxidation Capacity and Utero-Placental Circulation in Pregnancies with Gestational Diabetes Mellitus and Uncomplicated Pregnancies, a Pilot Study. *Diagnostics (Basel, Switzerland)*, 12(7), 1732. <https://doi.org/10.3390/diagnostics12071732>
- Don, B. P., Eller, J., Simpson, J. A., Fredrickson, B. L., Algoe, S. B., Rholes, W. S., & Mickelson, K. D. (2022). New Parental Positivity: The Role of Positive Emotions in Promoting Relational Adjustment During the Transition to Parenthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 123(1), 84–106. <https://doi.org/10.1037/pspi0000371>
- Dutheil, F., Méchin, G., Vorilhon, P., Benson, A. C., Bottet, A., Clinchamps, M., Barasinski, C., & Navel, V. (2021). Breastfeeding after Returning to Work: A Systematic Review and Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 1–22. <https://doi.org/10.3390/ijerph18168631>
- Erfanifar, E., Behroozi, N., Latifi, S. M., & Abbaspoor, Z. (2022). The Effectiveness of Cognitive-Behavioural Consultation on Sexual Function and Sexual Self-Efficacy of Women After Childbirth. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*, 15, 13–17. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2022.100157>
- Fathalian, M., Lotfi, R., Faramarzi, M., & Qorbani, M. (2022). The Effect of Virtual Cognitive-Behavioral Sexual Counseling on Sexual Function and Sexual Intimacy in Pregnant Women: A Randomized Controlled Clinical Trial. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 22(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12884-022-04932-4>
- Ghaffari, A., & Vahid, A. F. (2020). Comparing the Effectiveness of Sexual Skills Training and Communication Skills Training on the Sexual Attitudes of Married Women. *Research and Development in Medical Education*, 9(3), 1–6. <https://doi.org/10.34172/rdme.2020.003>
- Gutzeit, O., Levy, G., & Lowenstein, L. (2020). Postpartum Female Sexual Function: Risk Factors for Postpartum Sexual Dysfunction. *Sexual Medicine*, 8(1), 8–13. <https://doi.org/10.1016/j.esxm.2019.10.005>
- Hidalgo-Lopezosa, P., Pérez-Marín, S., Jiménez-Ruz, A., López-Carrasco, J. C., Cubero-Luna, A. M., García-Fernández, R., Rodríguez-Borrego, M. A., Liébana-Presa, C., & López-Soto, P. J. (2022). Factors Associated with Postpartum Sexual Dysfunction in Spanish Women: A Cross-Sectional Study. *Journal of Personalized Medicine*, 12(6), 926. <https://doi.org/10.3390/jpm12060926>

- Lindqvist, M., Lindberg, I., Nilsson, M., Uustal, E., & Persson, M. (2019). Struggling to Settle with a Damaged Body” – A Swedish Qualitative Study of Women’s Experiences One Year after Obstetric Anal Sphincter Muscle Injury (OASIS) at Childbirth. *Sexual and Reproductive Healthcare*, 19(November 2018), 36–41. <https://doi.org/10.1016/j.srhc.2018.11.002>.
- Masoumi, S. Z., Kazemi, F., Nejati, B., Parsa, P., & Karami, M. (2017). Effect of Sexual Counseling on Marital Satisfaction of Pregnant Women Referring to Health Centers in Malayer (Iran): An Educational Randomized Experimental Study. *Electronic Physician*, 9(1), 3598–3604. <https://doi.org/10.19082/3598>
- Kornetov, N., Molodykh, O., & Arzhanik, A. (2021). Comparative Indicators of Atherogenicity, Body Weight, Gender Differences in the Group of Depressive and Non-Depressive Patients with Cardiovascular Diseases. *European Psychiatry*, 64(S1), S694–S694 <https://doi.org/10.1192/j.eurpsy.2021.1838>.
- Ziaei, T., Keramat, A., Kharaghani, R., Haseli, A., & Ahmadnia, E. (2022). Comparing the Effect of Extended PLISSIT Model and Group Counseling on Sexual Function and Satisfaction of Pregnant Women: A Randomized Clinical Trial. *Journal of Caring Sciences*, 11(1), 7–14. <https://doi.org/10.34172/jcs.2022.06>