



LITERATURE REVIEW EFEKTIVITAS KONSELING KELOMPOK TERHADAP STRES PADA WANITA INFERTIL IVF

Afro Makiatus Syarifah¹, Maya Serianti², Nezzha Aulia Aprizha³, Cindy Ediya Salma⁴, Nanda Aulia Nurfitri⁵, Zulkarnaen⁶, Eva Hardianti⁷, Safitri Novianti⁸, Delpie Ramadhantie⁹, Dinda Destia¹⁰, Hidayah¹¹

(1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11) Program Studi Ners, ITEKes Muhammadiyah Kalimantan Barat

✉ Corresponding author:
afmkia@gmail.com

Abstrak

Fertilisasi in vitro (IVF) merupakan teknologi reproduksi atau metode baru dengan bantuan pilihan bagi pasangan tidak subur yang menderita dampak *negative infertilitas*. *Fertilisasi in vitro* (IVF) adalah solusi bagi pasangan infertil, namun dapat menyebabkan stress psikologis yang signifikan, terutama pada wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas konseling kelompok dalam mengurangi persepsi stres pada wanita infertil yang menjalani program *Fertilisasi in vitro* (IVF). Metode pencarian literatur melalui Pubmed dan Google Scholar, mencari artikel yang relevan dalam 10 tahun terakhir. Hasil menunjukkan bahwa intervensi psikologis, termasuk konseling kelompok, secara signifikan menurunkan tingkat kecemasan dan meningkatkan kualitas hidup pasien. Konseling kelompok juga memberikan dukungan emosional yang penting, mengurangi perasaan terisolasi dan meningkatkan hubungan interpersonal. Dengan demikian, dukungan psikologis yang memadai selama proses *Fertilisasi in vitro* (IVF) terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis wanita infertil. Kesimpulan pengembangan program konseling berbasis bukti perlu dilakukan untuk mendukung pasien infertil selama proses pengobatan. Saran, agar klinik kesuburan mengembangkan program konseling yang terstruktur dan berbasis bukti. Program harus mencakup sesi konseling kelompok yang memungkinkan interaksi antar pasien dan teknik manajemen stres yang telah terbukti efektif.

Kata Kunci: Fertilisasi in vitro, konseling kelompok, psikologi, stress

Abstract

In vitro fertilization (IVF) is a new reproductive technology or assisted method of choice for infertile couples who suffer from the negative effects of infertility. In vitro fertilization (IVF) is a solution for infertile couples, but it can cause significant psychological stress, especially in women. This study aims to evaluate the effectiveness of group counseling in reducing stress perception in infertile women undergoing IVF. Methods A literature search was conducted through Pubmed and Google Scholar, looking for relevant articles from the last 10 years. The findings indicate that psychological interventions, including group counseling, significantly reduce anxiety levels and improve patients' quality of life. Group counseling also provides essential emotional support, reducing feelings of isolation and enhancing interpersonal relationships. Thus, adequate psychological support during the IVF process is effective in improving the psychological well-being of infertile women. Conclusion The development of evidence-based counseling programs is necessary to support infertile patients during the treatment process. The recommendation is that fertility clinics should develop structured, evidence-based counseling programs. Programs should include group counseling sessions for patient-to-patient interaction and proven stress management techniques.

Keywords: In vitro fertilization, group counseling, psychology, stress

PENDAHULUAN

Fertilisasi in vitro (IVF) merupakan teknologi reproduksi atau metode baru dengan bantuan pilihan bagi pasangan tidak subur yang menderita dampak *negative infertilitas*. Indikasi *fertilisasi in vitro* (IVF) yaitu masalah tuba fallopi, tuba fallopi non paten, tuba fallopi paten namun abnormal; infertilitas yang tidak dapat dijelaskan, endometriosis, masalah sperma, infertilitas imunologis (Chirstianti et al., 2024). *Fertilisasi in vitro*, juga dikenal sebagai IVF adalah prosedur dimana sel telur wanita dibuahi oleh sperma pria. *In vitro* artinya di luar tubuh. Oleh karena itu, IVF mengacu pada proses pembuahan sel telur wanita oleh sperma pria yang terjadi di luar tubuh. *Fertilisasi in vitro* dapat memungkinkan para ibu untuk hamil dan mengubah paradigma berpikir tentang kehidupan berkeluarga menjadi lebih baik. Proses *fertilisasi in vitro* melibatkan penyemaian sel reproduksi pria ke dalam sel telur, yang kemudian disedot dan dikulturkan, embrio terbentuk dari ovarium dan kemudian embrio dipindahkan ke rahim melalui saluran serviks (Wulaningsih, 2021; Zahroyaty, 2018).

Menurut statistik, 60-80 juta pasangan (10-12% pasangan) di seluruh dunia menderita infertilitas, dan 35-40% kasus infertilitas terjadi pada pria dan 20-30% pada wanita. Berdasarkan definisi *World Health Organization* (WHO), infertilitas adalah ketidakmampuan pasangan untuk hamil setelah mencoba hamil selama 12 bulan tanpa alat kontrasepsi. Di sisi lain, definisi epidemiologis infertilitas menurut WHO adalah bahwa wanita usia subur yang tidak dapat hamil setelah mencoba selama lebih dari 2 tahun. Infertilitas adalah masalah umum yang mempengaruhi pada 1 dari 6 pasangan dan merupakan suatu kondisi medis yang dapat mempengaruhi seseorang tanpa memandang status sosial-ekonomi (Moridi et al., 2019).

Di Indonesia sekitar 237 juta penduduk, terdapat 40 juta wanita usia subur dan diperkirakan 10-15% diantaranya mengalami infertile. Sebuah penelitian terhadap pasangan yang sudah menikah selama setahun, ditemukan bahwa 40% kasus infertilitas dikarenakan infertile pada pria, 40% pada wanita, 10% pada keduanya, dan 10% tidak diketahui penyebabnya (Bennett et al., 2015).

Berdasarkan penelitian Hamzegardesi, (2019) menyatakan bahwa 34% penyebab infertilitas disebabkan oleh faktor suami, 43,5% karena faktor istri, 17,1% karena kedua faktor tersebut, dan 8,1% disebabkan hal lain yang tidak diketahui. Oleh karena itu, suami dan istri sama-sama berkontribusi terhadap penyebab infertilitas (Ehsan et al., 2019). Selain faktor gaya hidup yang tidak tepat dan gangguan psikologis, usia merupakan faktor biologis yang paling umum menyebabkan infertilitas (Heredia et al., 2020).

Selain mengembangkan teknik pengobatan infertilitas, mengatasi tekanan psikologis pada wanita infertile merupakan hal yang sangat penting dalam proses pengobatan dan berkontribusi pada peningkatan hasil pengobatan. Hingga saat ini, berbagai metode telah dikembangkan untuk mempersiapkan pasien dan meningkatkan keadaan psikologis mereka, termasuk psikoterapi, relaksasi, manajemen stress, intervensi perilaku kognitif, manajemen kesedihan, dan pengobatan gangguan seksual dan perkawinan. Salah satu contohnya adalah penelitian tentang pengaruh konseling infertilitas kolaboratif terhadap stress yang dirasakan wanita infertile. Adapun penelitian lainnya yaitu pengembangan kelompok dukungan manajemen stress untuk pasangan yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF). Namun, belum ada penelitian komprehensif berdasarkan protocol pengobatan definitive yang berfokus pada pengurangan stress pada wanita infertile yang menjalani pengobatan *fertilisasi in vitro* (IVF).

Berbagai kondisi negatif yang muncul akibat stress infertilitas menunjukkan penurunan dalam kesejahteraan psikologis wanita menikah yang mengalami masalah infertile. Kesejahteraan psikologis dapat dipahami sebagai perasaan sejahtera yang ditandai dengan sikap positif terhadap diri sendiri, orang lain, dan lingkungan, serta kemampuan untuk terus berkembang dan memperbaiki diri. Individu yang memiliki keyakinan akan tujuan hidup dan mampu mengatur kehidupannya dengan baik juga memiliki prinsip yang jelas (Ryff, 2014). Garcia, Nima, dan Kjell (2014) mengemukakan

bahwa kemampuan untuk menerima situasi yang penuh stres merupakan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologis seseorang. Ketika individu dapat menerima kondisi yang dialami, mereka cenderung mengalami kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Garcia et al., 2014).

Manfaat terapi kelompok antara lain berbagi pengalaman satu sama lain, memperoleh informasi, meningkatkan keterampilan komunikasi, mempelajari teknik relaksasi, atau memberikan bentuk dukungan psikologis lainnya. Selain itu, konseling kelompok mengurangi isolasi sosial pada wanita infertile. Sedangkan menurut pedoman, mereka yang merawat perempuan infertile harus memiliki pengetahuan yang cukup tentang penyebab dan cara pengobatan infertilitas, serta budaya pertukaran local, dan mampu membantu perempuan infertile untuk mengatasi efektif mengobati penyakit.

Konseling psikologis dan dukungan sosial bagi perempuan infertile memiliki dampak yang signifikan terhadap kondisi fisik dan mental mereka yang terkena dampak (Sahraian K et al., 2015), terdapat hukum internasional yang menyatakan bahwa pusat perawatan infertilitas diharuskan memberikan konseling psikologis kepada perempuan infertile berdasarkan pedoman (Soltani M et al., 2014). Kurangnya penelitian yang komprehensif mengenai dampak program konseling suportif yang dipimpin oleh bidan terhadap persepsi stress perempuan, dengan adanya penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan program konseling suportif yang dipimpin oleh bidan terhadap persepsi stress perempuan dengan efektivitas program *fertilisasi in vitro* (IVF). Hasil penelitian ini berpotensi meningkatkan kesehatan fisik atau mental perempuan infertile dan meningkatkan hasil pengobatan, sehingga meningkatkan angka kelahiran secara keseluruhan.

Tujuan *literature review* ini adalah untuk mendapatkan gambaran apa yang sudah diteliti tentang pengaruh konseling kelompok terhadap persepsi stres pada wanita infertile yang menjalani pengobatan *fertilisasi in vitro* (IVF). Diharapkan bahwa tinjauan *literature review* ini berkontribusi dan membantu memperkaya dasar bukti untuk pemahaman yang lebih baik dan pemanfaatan intervensi keperawatan yang lebih besar dalam pengelolaan stress yang dirasakan pada wanita infertile yang menjalani program fertilisasi in vitro (IVF).

METODE

Dalam penelitian ini dilakukan pencarian literature melalui media elektronik internasional yaitu Pubmed dan Google scholar. Bertujuan untuk mencari artikel yang mengevaluasi efektivitas *fertilisasi in vitro* (IVF) dari persepsi stress pada wanita infertile. Langkah utama literature review ini terdiri dari mendeskripsikan masalah penelitian, mengekstrak kata kunci, mencari basis data, menemukan artikel sesuai dengan kriteria inklusi, dan mengevaluasi kualitas artikel tersebut. Pertanyaan penelitian untuk artikel ini adalah: Apakah intervensi konseling kelompok psikologis untuk persepsi stress pada wanita? Subjek infertilitas yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF). Sedangkan kata kunci yang digunakan untuk mencari literature adalah *fertilisasi in vitro*, konseling kelompok, psikologi, stress dengan rentang waktu 10 tahun terakhir, yaitu dari tahun 2014 hingga 2024.

Kriteria inklusi yang ditetapkan adalah; semua studi yang diekstraksi berdasarkan kata kunci yang telah ditentukan, populasi penelitian wanita infertile, intervensi terkait pengurangan tekanan psikologis, perempuan infertile tanpa intervensi, pengurangan stress psikologis yang dirasakan. Kriteria eksklusinya berhubungan dengan artikel tidak terkait dengan dukungan psikologis dan intervensi konseling, artikel yang tidak terkait dengan stress psikologis dalam program *fertilisasi in vitro* (IVF).

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Hasil penelitian terlihat dalam beberapa jurnal yang terangkum sebagai berikut: 1) Efektivitas intervensi psikologis yang menekankan manajemen stress pada wanita yang

akan menjalani *fertilisasi in vitro* (IVF), menunjukkan penurunan signifikan dalam tingkat kecemasan dan peningkatan kualitas hidup pasien. Mengindikasikan bahwa pendekatan psikologis dapat memiliki dampak positif yang besar pada kesehatan mental pasien infertile. 2) Menyelidiki efek konseling kelompok terhadap stress dan sikap peran gender pada wanita infertile. Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stress dan sikap peran gender, yang menyiratkan bahwa intervensi psikologis tidak hanya dapat mengurangi stress tetapi juga mempengaruhi dinamika sosial dan hubungan interpersonal. 3) Intervensi psikologis terbukti efektif dalam mengurangi stress dan depresi serta meningkatkan keintiman pasangan di kalangan wanita infertile. Pentingnya dukungan emosional dalam menjaga hubungan yang sehat selama proses yang penuh tekanan seperti *fertilisasi in vitro* (IVF). 4) Konseling kelompok yang dipimpin oleh perawat secara signifikan menurunkan tingkat stress dan meningkatkan kepuasan hubungan. Hal ini menunjukkan bahwa perawat memiliki peran penting dalam mendukung kesehatan mental pasien infertile, dan pelatihan yang memadai dalam konseling dapat meningkatkan kualitas perawatan. 5) Intervensi psikologis melalui terapi *narima ingpandum* (NIP) terbukti efektif dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis wanita menikah yang mengalami masalah infertilitas. Memberikan dukungan emosional yang diperlukan untuk mengatasi stress dan meningkatkan penerimaan diri.

PEMBAHASAN

Berdasarkan beberapa artikel yang ada, intervensi dukungan emosional atau psikologis yang diberikan kepada wanita infertile yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF), yaitu konseling dan terapi edukasi dan suportif dalam intervensi psikologis dan emosional memiliki beberapa kesamaan. Konseling terhadap pasien yang berencana menjalani *fertilisasi in vitro* (IVF) telah menjadi "*mandatory*" atau kewajiban bagi semua klinik kesuburan yang menawarkan ESHRE (*European Society for Human Reproduction and Embryology*) di bidang reproduksi sejak tahun 2010.

Oleh karena itu, terdapat banyak artikel penelitian terkait konseling tersebut, termasuk dalam penelitian oleh Ehsan et al., (2018) yang disediakan untuk melakukan konseling kelompok selama 6 minggu dengan 6 sesi mingguan, dengan setiap sesi berlangsung sekitar 60-90 menit. Setiap sesi dibagi lagi menjadi dua fase. Fase pertama adalah konseling kelompok di mana berbicara satu sama lain dan mengutarakan pendapat. Sedangkan tahap kedua akan fokus pada konseling psikologis. Pada sesi konseling pertama akan dijelaskan sebanyak informasi mengenai gangguan reproduksi, infertilitas dan pengobatannya, tahapan bayi dengan bayi tabung, serta dampak dan komplikasi yang mungkin terjadi selama program berlangsung. Di akhir sesi pertama, pasien diajarkan teknik relaksasi dan pernapasan dalam selama 10 hingga 15 menit.

Dilanjutkan sesi kedua dan berfokus pada intervensi psikologis dan emosional bagi pasien. Membantu mengatasi rasa cemas, sedih, putus asa dan gangguan jiwa lainnya. Sesi 3 akan mengeksplorasi keterampilan komunikasi dan interaksi setiap individu secara lebih rinci. Sesi 4 tentang manajemen koping. Sesi 5 membahas tentang manajemen stress dan sesi 6 menilai apakah responden menerapkan atau mendemonstrasikan semua yang telah mereka pelajari.

Berdasarkan penelitian Hamzehgardeshi et al., (2019) menerapkan intervensi konseling kelompok, tetapi tidak hanya mengukur pengurangan stress tetapi juga peran gender. Hanya ada 5 sesi konseling kelompok. Dalam setiap sesi serupa dengan penelitian sebelumnya, kecuali penambahan topik terkait peran gender dan hubungan perkawinan. Konseling kelompok juga digunakan dalam penelitian Kim et al., (2020) melakukan konseling kelompok dengan 6-8 pasien infertilitas, menyelesaikan 6 sesi selama 4 minggu. Selain intervensi psikologis, juga diberikan intervensi fisik, termasuk teknik pernapasan dalam dan relaksasi, serta meditasi yang dapat digunakan untuk melatih pasien mengelola stress. Kombinasi intervensi psikologis dan fisik dapat efektif dalam mengurangi stress dan depresi serta meningkatkan kepuasan pernikahan. Konseling untuk pasien infertile dilaporkan oleh Kharde et al., (2013) telah dilakukan 3 sesi intervensi konseling individu

dan pada tahun 2013 dilanjutkan dengan konseling kelompok yang dilengkapi dengan penggunaan media audiovisual untuk manajemen stress. Dan intervensi ini efektif mengurangi stress dan depresi pada wanita infertile yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF).

Penelitian lain yang membahas mengenai konseling merupakan penelitian yang dilakukan oleh Roudsari et al., (2011) dengan melakukan hegemoni konseling kolaboratif antara banyak sekali profesi yang tidak selaras pada satu tim, yaitu: medis, keperawatan atau bidan, gizi, dan psikologis. Konseling kolaboratif dilakukan pada 5 sesi, yang diisi secara bergantian berdasarkan masing-masing profesi tersebut. Dan hasil output yang bisa disimpulkan berdasarkan penelitian tadi merupakan, bahwa konseling kolaboratif efektif pada menurunkan stres perempuan infertile yang menjalani acara bayi tabung.

Adapun perbedaan yang bisa ditinjau berdasarkan masing-masing penelitian tadi, antara lain merupakan variasi berdasarkan sesi konseling yang dijalankan. Ada konseling kelompok yang 3 sesi, 5 sesi, bahkan 6 sesi, menggunakan kompilasi topik-topik seputar infertilitas, manajemen stres, dan interaksi perkawinan. Alat yang digunakan untuk mengukur item yang dievaluasi pula terdapat yang sama dan terdapat yang tidak selaras, tergantung dalam variabel dependen yang ingin dievaluasi. Alat yang sering digunakan dalam mengukur stres antara lain FPI (*Fertility Problem Inventory*)-*Newton scale*, mengukur depresi menggunakan CES-D (*Center for Epidemiological Studies Depression*)-*Scale* & HADS (*Hospital Anxiety and Depression Scale*), dan terdapat yang menambahkan pengukuran interaksi perkawinan dan keintiman pasangan, ataupun kiprah gender.

Konseling merupakan proses anugerah bantuan yang dilakukan oleh seseorang ahli (disebut konselor) pada individu yang mengalami sesuatu masalah (diklaim konsele) yang bermuara dalam teratasinya perkara yang dihadapi klien. Bagaimana solusi untuk mengatasi masalah tadi. Sangat dianjurkan pasutri untuk mencari bantuan pada petugas yang kompeten pada bidang tersebut. Hal tersebut dapat dilakukan dengan mengikuti konseling infertilitas pada klinik-klinik pelayanan kesehatan.

Terapi supportive atau pendukung yang digunakan pada beberapa penelitian dalam menurunkan beban psikologis wanita infertil yang menjalankan program bayi tabung, diantaranya: teknik manajemen stres, intervensi relaksasi dan nafas dalam, serta pendampingan perawat. Seperti penelitian yang dilakukan oleh Heredia et al., (2020) teknik manajemen stres yang dilakukan, diantaranya: psikoedukasi, latihan nafas dalam dan relaksasi, sleep hygien, dan restrukturisasi kognitif. Intervensi manajemen stres ini memiliki keuntungan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi psikologis pasien infertil dan dapat menurunkan stres. Terdapat berbagai teknik manajemen stres yang dapat dilakukan untuk mencegah, mengurangi dan mengatasi masalah stres yang dialami oleh individu. Salah satunya adalah restrukturisasi kognitif, teknik ini dapat digunakan untuk mengubah pikiran-pikiran otomatis negative menjadi pikiran pikiran positif.

Seiring dengan perkembangan teknologi reproduksi berbantu, penanganan beban psikologis pada wanita infertil adalah sangat penting untuk pengobatan infertilitas dan berkontribusi positif dalam perbaikan hasil perawatan/pengobatan infertilitas (Hamzehgardeshi et al., 2019). Hamzehgardeshi juga menyebutkan, bahwa berbagai metode telah dilakukan dan dikembangkan untuk mempersiapkan pasien dan meningkatkan status mental mereka, termasuk psikoterapi, relaksasi, manajemen stres, intervensi perilaku kognitif, manajemen kesedihan, serta edukasi seksual dan pengobatan gangguan hubungan perkawinan. Strategi restrukturisasi kognitif merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam teori kognitif perilaku yang menitikberatkan pada modifikasi pikiran-pikiran yang salah. Sehingga dapat digunakan pada individu yang mengalami titik level stres berada pada puncaknya. Khususnya dapat diterapkan pada pasien infertil yang mengalami stres. Salah satu teknik sederhana yang paling umum digunakan untuk mengurangi stress dan kecemasan adalah relaksasi dan latihan pernapasan.

Semua penelitian yang dilakukan untuk mengurangi tekanan psikologis pada pasien infertilitas diakhiri dengan latihan pernapasan dalam dan relaksasi setiap kali mereka

duduk. Teknik ini membantu mengurangi stres fisik dan mental seperti rasa sakit dan kecemasan. Semakin kuat keyakinan seseorang dipadukan dengan respon relaksasi, maka semakin besar pula efek relaksasi yang dicapai (Syifa et al., 2019). Tujuan utama relaksasi adalah membantu pasien rileks dan meningkatkan berbagai aspek kesehatan fisiknya.

Periode relaksasi yang teratur dapat membantu menghilangkan rasa lelah dan ketegangan otot yang dapat terjadi serta meningkatkan nyeri. Dukungan keperawatan pada pasien infertilitas yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF) merupakan tugas penting bagi perawat obstetri yang bekerja di layanan pengobatan infertilitas. Sebagaimana dicatat dalam masing-masing penelitian di atas, dari intervensi psikologis yang diterapkan untuk mengurangi tekanan psikologis pada pasien infertilitas, dilakukan dalam jangka waktu yang lama. Pasien yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF) mendapat dukungan perawat dari awal hingga akhir program yang memakan waktu kurang lebih 4 hingga 6 minggu untuk pasien. Selain itu, perempuan infertil yang gagal dalam program *fertilisasi in vitro* (IVF) mengalami penurunan harapan dan peningkatan kecemasan (Ni et al., 2021).

Selain berkontribusi terhadap pencapaian hasil akhir yang diharapkan setelah program kehamilan berupa peningkatan angka keberhasilan kehamilan, intervensi dukungan emosional dan psikososial harus dilaksanakan. Hal ini juga dapat meningkatkan kenyamanan dan kepuasan pasien infertilitas selama perjalanan program kehamilan yang panjang dan melelahkan. Intervensi yang kompleks dan berbasis bukti perlu dikembangkan untuk meningkatkan tingkat keberhasilan kehamilan bagi pasien dan pasangan infertil yang menjalani program *fertilisasi in vitro* (IVF), terutama pada masa-masa sulit dan stres yang tidak menyenangkan (Liying Ying., 2016).

KESIMPULAN

Simpulan berdasarkan Analisa yang dilakukan penulis, disimpulkan bahwa intervensi efektivitas konseling psikologis kelompok terhadap stres yang dirasakan wanita infertile yang menjalani program bayi tabung atau *fertilisasi in vitro* (IVF). Hasil dari berbagai penelitian menunjukkan bahwa konseling psikologis kelompok mempunyai dampak yang signifikan dalam mengurangi tingkat kecemasan dan stress pasien. Proses *fertilisasi in vitro* (IVF) seringkali menjadi pengalaman yang sulit secara emosional, dan dukungan melalui konseling kelompok tidak hanya dapat membantu pasien mengatasi stress, namun juga meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Salah satu poin penting yang muncul dari *review* ini adalah pentingnya dukungan psikologis. Konseling kelompok memungkinkan perempuan untuk berbagi pengalaman dan perasaannya, sehingga menciptakan rasa saling pengertian dan mengurangi perasaan terisolasi yang sering mereka alami. Melalui interaksi ini, pasien dapat menemukan penguatan emosional yang sangat dibutuhkan selama perjalanan program *fertilisasi in vitro* (IVF) yang panjang dan sulit.

Peran tenaga kesehatan khususnya perawat juga penting dalam memberikan dukungan psikologis. Profesional kesehatan yang terlatih dalam konseling dan manajemen stres dapat membantu pasien dengan lebih efektif. Oleh karena itu, pelatihan dan pengembangan keterampilan di bidang ini perlu diperkuat agar tenaga kesehatan dapat merespons kebutuhan emosional pasien dengan lebih baik. Meskipun efektivitas konseling telah dibuktikan dalam banyak penelitian, literatur ini juga menyoroti perlunya penelitian lebih lanjut. Penelitian yang lebih mendalam diperlukan untuk intervensi pendekatan konseling yang berbeda dalam pengaturan klinis yang berbeda dan mengidentifikasi praktik terbaik yang dapat mendukung perempuan infertile secara lebih komprehensif.

SARAN

Berdasarkan *literature review* ini, merekomendasikan agar klinik kesuburan mengembangkan program konseling yang terstruktur dan berbasis bukti. Program harus mencakup sesi konseling kelompok yang memungkinkan interaksi antar pasien dan teknik manajemen stres yang telah terbukti efektif. Pendekatan ini diharapkan dapat meningkatkan hasil pengobatan dan kualitas hidup wanita penderita infertilitas. Pemahaman yang lebih

baik tentang pentingnya dukungan psikologis dalam proses program *fertilisasi in vitro* (IVF) dapat meningkatkan pengalaman pasien dan hasil akhir program pengobatan. Hal ini merupakan langkah penting menuju perawatan yang lebih holistik dan holistik bagi orang-orang dengan masalah infertilitas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Dengan penuh rasa syukur, kami ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pembuatan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisah, A., & Rachmawati, I. N. (2022). Intervensi Dukungan Emosional dan Konseling Perawat untuk Menurunkan Beban Psikologis Pasien Infertil yang Mengikuti Program Bayi Tabung. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 1230-1241.
- Bennett, A., Elkhoudri, N., Addi, R. A., Baali, A., & Cherkaoui, M. (2018). Difference between Primary and Secondary Infertility in Morocco: *Frequencies and Associated Factors*. *International Journal of Fertility and Sterility*, 12(2), 141-146. <https://doi.org/10.22074/ijfs.2018.5188>
- Christianti, F. Y., Effendi, K. Y., & Adnindya, M. R. (2024). Pengaruh Kadar Estradiol Saat Pemberian Hcg Terhadap Outcome Ivf: Literatur Review. *Jurnal Kedokteran dan Kesehatan: Publikasi Ilmiah Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya*, 11(1), 76-88.
- Ehsan, Z., Yazdkhasti, M., Rahimzadeh, M., Ataei, M., & Esmaeizadeh-Saeie, S. (2019). Effects of Groups Counseling on Stress and Gender- Role Attitudes in Infertile Women: A Clinical Trial. *Journal Reproductive Infertile*, 20(3), 169-177. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6670266/>
- Garcia, D., Nima, A. A., & Kjell, O. N. E. (2014). The affective profile, psychological well-being, and harmony: Enviromental mastery and self-acceptance predict the sense of a harmonious life. *PeerJ*, 1, 1-21. doi: 10.7717/peerj.259
- Hamzehgardeshi, Z., Yazdani, F., Elyasi, F., Moosazadeh, M., Peyvandi, S., Gelekholaee, K. S., & Shahidi, M. (2019). The Efficacy of Group Counseling on Perceived Stress among Infertile Women Undergoing in Vitro Fertilization Treatment: An RCT. *International Journal of Reproductive BioMedicine*, 17(1), 57-66. <https://doi.org/10.18502%2Fijrm.v17i1.3821>
- Heredia, A., Padilla, F., Castilla, J. A., & Garcia-Retamero, R. (2020). Effectiveness of Psychological Intervention Focused on Stress Management for Women Before IVF. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 38(2), 113-126. <https://doi.org/10.1080/02646838.2019.1601170>
- Kamila, N. N., Danisya, K. A., & Rangkuty, K. A. (2022). Perspektif Hukum Islam Tentang Teknologi Reproduksi In Vitro Fertilization atau Biasa Disebut Bayi Tabung. *Moderasi: Jurnal Kajian Islam Kontemporer*, 1(01).
- Kim, M., Moon, S., & Kim, J. (2020). Effects of Psychological Intervention for Korean Infertile Women Under in Vitro Fertilization on Infertility Stress, Depression, Intimacy, Sexual Satisfaction. *Archives of Psychiatric Nursing*, 34(4), 211-21. <https://doi.org/10.1016/j.apnu.2020.05.001>
- Ni, Y., Huang, L., Tong, C., Qian, W., & Fang, Q. (2021). Analysis of the Levels of Hope and Influencing Factors in Infertile Women with First-Time and Repeated IVF-ET Cycles. *Reprod Health*, 1-9. <https://doi.org/10.1186/s12978-021-01248-y>
- Prabandani, D. A., Winarni, S., & Arso, S. P. (2023). Scoping Review: Marketing Strategy of In Vitro Fertilization (IVF). *Journal of Social Research*, 2(12), 4219-4226.
- Roudsari, R. L., Bidgoly, M. R., Mousavifar, N., & Gharavi, M. M. (2011). The Effect of Collaborative Counseling on Perceived Infertility Related Stress in Infertile Women Undergoing IVF. *Iranian Journal of Obstetrics, Gynecology and Infertility*, 14(4), 22-31. <https://www.researchgate.net/publication/264380736>
- Ryff, C. D. (2014). Psychological well-being revisited: Advances in the science and practice of

- eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83, 10-28.
- Sahraian K, Poursamar SL, Jafarzadeh F. The relationship between social support and marital satisfaction in infertile women based on infertility factor. *J Urmia Nurs Midwifery Faculty* 2015; 12: 1104-1109.
- Soltani M, Shairi MR, Roshan R, Rahimi Ch. The impact of emotionally focused therapy on emotional distress in infertile couples. *Int J Fertil Steril* 2014; 7: 337-344.
- Suhita, A. A., & Subandi, S. (2018). Peningkatan kesejahteraan psikologis wanita menikah dengan gangguan fertilitas idiopatik melalui terapi narima
Ing pandum. *Gajah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 4(1), 42-61.
- Syifa, A., Khairiyah, M., & Asyanti, S. (2019). Relaksasi Pernafasan dengan Zikir untuk Mengurangi Kecemasan Mahasiswa. *Jurnal Intervensi Psikologi*, 11(1), 1-8. https://doi.org/10.20885/interve_nsipsikologi.vol11.iss1.art1
- Wulaningsih, I. (2021). Woman Experiences Post-in Vitro Fertilization At Hospital Semarang. *Journal of TSCS1Kep*, 6(1), 2775-0345.
- Ying, L., Wu, L. H., & Loke, A. Y. (2016). The Effects of Psychosocial Interventions on the Mental Health, Pregnancy Rates, and Marital Function of Infertile Couples Undergoing in vitro fertilization: A Systematic Review. *Journal Assist Reprod Gener*, 33(6), 689-701 <https://doi.org/10.1007/s10815-016-0690-8>
- Zahrowati, Z. (2018). Bayi Tabung (Fertilisasi In Vitro) Dengan Menggunakan Sperma Donor dan Rahim Sewaan (Surrogate Mother) dalam Perspektif Hukum Perdata. *Halu Oleo Law Review*, 1(2), 196. <https://doi.org/10.33561/holrev.v1i2.3642>