

Efektifitas Penggunaan Metode Bimbingan dan Penyuluhan Mereduksi Kecemasan Keluarga Menghadapi Pelaksanaan Imunisasi Ganda

The Effectiveness of Using Guidance and Counseling Methods to Reduce Family Anxiety Facing the Implementation of Double Immunization

Muntohari¹, Fenty Rosmala², Heni Mulyani³

Muntohari80@gmail.com

STIKes Bina Putera Banjar, Jawa Barat, Indonesia

Info Article

| Submitted: 12 July 2024 | Revised: 21 August 2024 | Accepted: 22 August 2024 | Published: 22 August 2024

How to Cited: Muntohari, etc., "Efektifitas Penggunaan Metode Bimbingan dan Penyuluhan Mereduksi Kecemasan Keluarga Menghadapi Pelaksanaan Imunisasi Ganda", *Medical: Jurnal Kesehatan dan Kedokteran*, Special Issue 2024, P. 153-165.

ABSTRACT

The implementation of double immunization requires good communication and support from all parties, including the target families as the main subjects. However, many factors influence its success, such as mothers feeling afraid of side effects after immunization, which causes anxiety. Health workers have taken many approaches to reduce mothers' anxiety levels individually, including through guidance and counseling methods with a behavioral approach. This study aims to determine the effectiveness of the guidance and counseling method in reducing family anxiety regarding the implementation of double immunization in the working area of the Cijulang Health Center, Pangandaran District, West Java Province. The type of research used is an experiment involving an intervention to convey messages about double immunization through individual guidance and counseling methods to mothers of infants targeted for double immunization in two stages. The first stage involved measuring the level of family anxiety before the intervention with the guidance and counseling method, and the second stage involved remeasuring the level of family anxiety. The results were analyzed by comparing anxiety levels before and after the intervention. The study population consisted of 309 families. Using the Slovin calculation technique, a sample size of 76 families was determined, distributed proportionally across 7 villages. The results of the study indicate that the guidance and counseling method is effective in reducing family anxiety regarding the implementation of double immunization in the working area of the Cijulang Health Center, Pangandaran District, West Java Province, with a Z-value of 2850.00 and an Asymp.Sig (2-tailed) value of 0.00.

Keyword: Effectiveness, Double Immunization, Family Anxiety, Guidance and Counseling

ABSTRAK

Pelaksanaan Imunisasi Ganda perlu komunikasi yang baik dan dukungan semua pihak termasuk keluarga sasaran sebagai subjek utamanya, namun banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilannya seperti ibu merasa takut efek samping setelah diimunisasi sehingga menimbulkan kecemasan. Banyak pendekatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan untuk mengurangi tingkat kecemasan ibu secara perorangan diantaranya melalui metode promosi bimbingan dan penyuluhan dengan pendekatan behavioral. Penelitian ini bertujuan mengetahui efektivitas metode guidance dan counseling dalam mereduksi kecemasan keluarga menghadapi pelaksanaan imunisasi ganda di wilayah kerja Puskesmas Cijulang Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen dengan melakukan intervensi menyampaikan pesan tentang imunisasi ganda melalui metode guidance dan counseling secara perorangan kepada ibu balita sasaran imunisasi ganda sebanyak dua tahap, tahap pertama dilakukan pengukuran tingkat kecemasan keluarga yakni sebelum diberikan intervensi dengan metode bimbingan dan penyuluhan dan tahap kedua dilakukan pengukuran ulang tingkat kecemasan keluarga, kemudian dianalisis dengan membandingkan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 309 keluarga, melalui teknik perhitungan Solvin diperoleh jumlah sampel sebanyak 76 keluarga yang tersebar di 7 wilayah desa ditentukan secara proporsional. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode guidance dan counseling efektif mereduksi kecemasan keluarga menghadapi pelaksanaan imunisasi ganda di wilayah kerja

Puskemas Cijulang Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat dengan Nilai Z 2850,00 dan Nilai Asymp.Sig (2- Tailed) 0,00.

Kata Kunci: *Efektifitas, Imunisasi Ganda, Kecemasan Keluarga, Bimbingan dan Penyuluhan*

Pendahuluan

Menurut Menteri Kesehatan Republik Indonesia terdapat sekitar 1,7 juta orang di Indonesia yang belum memiliki akses imunisasi jarak jauh antara tahun 2019 dan 2022, kondisi ini menunjukkan potensi terjadinya Kejadian Luar Biasa (KLB) untuk berkembang, penyakit yang sebenarnya bisa dicegah melalui imunisasi (PD3I).¹

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk meningkatkan cakupan imunisasi, baik di tingkat provinsi maupun kabupaten/kota. Upaya tersebut meliputi kerja sama antar program dan sektor, memastikan kemudahan akses layanan imunisasi, ketersediaan vaksin yang mencukupi, pelatihan bagi tenaga kesehatan, serta edukasi kepada masyarakat terkhusus ditujukan bagi orang tua melalui media massa, iklan pelayanan masyarakat, pendekatan lainnya dan juga social media.

Sejalan dengan upaya tersebut, menggunakan vaksin kombinasi atau injeksi ganda dianjurkan oleh ahli untuk mengejar ketertinggalan imunisasi, dari mulai vaksin kombinasi atau injeksi ganda yang direkomendasikan. Ketua Penasehat Ahli Imunisasi Nasional Prof. Dr. Rezeki Hadinegoro sudah menyatakan hal ini dengan jelas.²

Imunisasi ganda adalah pendekatan dalam pemberian vaksin di mana dua atau lebih antigen diberikan secara bersamaan dalam satu kali kunjungan imunisasi. Program ini bertujuan untuk meningkatkan efisiensi imunisasi serta mempercepat pencapaian kekebalan kelompok terhadap berbagai penyakit menular.³

Pemberian imunisasi ganda telah dilaksanakan di banyak negara yang sudah memasukan berbagai jenis antigen dalam imunisasi nasional. Penguatan imunisasi ganda perlu komunikasi yang baik dan dukungan semua pihak termasuk keluarga sasaran imunisasi sebagai subjek utamanya, UNICEP menggarisbawahi pentingnya komunikasi antara sesama SDM (Sumberdaya Manusia Kesehatan) maupun antara SDM dan masyarakat, namun demikian kecemasan dialami oleh pihak keluarga yang akan mengimunitasikan bayi atau anaknya ke pusat layanan kesehatan, seperti ditunjukkan oleh hasil penelitian Hayana dkk terdapat faktor yang mempengaruhi kecemasan ibu sebelum pemberian imunisasi DPT bayinya

¹ Indonesia, "Laporan Imunisasi Dasar Lengkap."

² Hadinegoro, "Webinar Pekan Imunisasi Dunia 2022."

³ AHS, "Mengupas Tuntas Tentang BIAN, BIAS Dan Mitos-Fakta Imunisasi."

yaitu pengetahuan dan pendidikan ibu kedua variabel tersebut memiliki pengaruh yang sama terhadap kecemasan ibu sebelum pemberian imunisasi DPT.⁴

Dalam perspektif teori perilaku kesehatan, kecemasan berpengaruh terhadap pengambilan keputusan kesehatan. Teori *Health Belief Model* (HBM) menjelaskan bahwa persepsi ancaman dan rasa cemas dapat mendorong atau menghambat perilaku pencegahan, termasuk imunisasi. Kecemasan yang tidak dikelola menurunkan kepatuhan, sedangkan kecemasan yang disertai pemahaman benar justru memperkuat motivasi protektif.⁵

Hasil penelitian yang diteliti oleh Rahmadani dan Sutrisna menunjukkan bahwa kecemasan ibu terjadi sebelum pelaksanaan imunisasi yang dipengaruhi oleh kurangnya pengetahuan yang cukup tentang imunisasi, sehingga pihak puskesmas dalam hal ini disarankan untuk melakukan mengurangi kecemasan dengan cara memberikan informasi kesehatan tentang manfaat diberikannya imunisasi dan efek samping yang ditimbulkan setelah diberikan imunisasi yang bersifat sementara, sehingga ibu tidak merasa cemas apabila menghadapi keluhan anak setelah diimunisasi.⁶

Ibu merasa takut karena efek samping yang terjadi setelah dilakukan imunisasi, misalnya ketika ibu cemas disebabkan karena pemberitaan miring terkait efek samping dari imunisasi, penelitian Sumarni ini menunjukkan sebagian besar ibu mengalami kecemasan ringan 62,9%, sehingga ada hubungan kecemasan dengan pemberian imunisasi dasar lengkap pada bayi 0-12 bulan.⁷

Banyak cara atau metode yang dilakukan oleh petugas kesehatan dalam upaya mensukseskan program imunisasi dan biasanya termasuk dalam program promosi kesehatan di puskesmas atau dinas kesehatan, baik secara individual maupun secara kelompok, secara individual bentuk pendekatan promosi kesehatan menurut Notoatmodjo adalah dengan menggunakan metode bimbingan dan penyuluhan atau yang disebut *guidance and counseling* serta melakukan wawancara (*interview*), sedangkan kelompok dapat dilakukan secara variatif seperti dengan metode dikusi, ceramah, seminar/workshop, tukar pendapat, *role play*, simulasi apabila berbentuk massa metode yang dipakai biasanya ceramah umum, pidato, tulisan yang termuat dalam majalah, koran maupun *bill board*.⁸

Metode bimbingan dan penyuluhan (*guidance and counseling*) merupakan metode yang diujicobakan dalam penelitian ini agar ibu dapat mengurangi kecemasan dalam rangka menghadapi imunisasi untuk bayi atau anaknya dengan pemberian imunisasi secara kombinasi atau imunisasi ganda. Penelitian

⁴ Hayana, "Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Sebelum Pemberian Imunisasi DPT."

⁵ Notoatmodjo, *Ilmu Perilaku Kesehatan*.

⁶ Rahmadani and Sutrisna, "Kecemasan Ibu Sebelum Pelaksanaan Imunisasi."

⁷ Sumarni, "Hubungan Kecemasan Dengan Pemberian Imunisasi Dasar Lengkap Pada Bayi 0-12 Bulan."

⁸ Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*, 2010.

penggunaan metode bimbingan dan penyuluhan dalam bidang kesehatan dilakukan oleh Noffiyanti menunjukkan bahwa masyarakat sekitar tidak hanya mengetahui tetapi juga mampu menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat serta memahami pentingnya mematuhi protokol kesehatan dalam mencegah terjadinya penyebaran atau penularan virus pada masa pandemic Covid-19.⁹

Adapula penelitian yang dilakukan oleh Sumiyati menjelaskan tentang penyuluhan kesehatan dengan metode bimbingan dan penyuluhan melalui media lembar balik dan leaflet secara signifikan berpengaruh dalam meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu balita tentang TB Paru pada anak, sedangkan hasil penelitian Rajab menunjukkan bahwa bimbingan dan penyuluhan dapat membudayakan suasana keberagaman dan mengoptimalkan kerohanian islam melalui kegiatan sekolah dan ekstra kurikuler dalam upaya pembinaan kesehatan mental peserta didik.¹⁰

Puskesmas Cijulang merupakan salah satu puskesmas dalam wilayah Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat pada tahun 2022 menempati urutan terendah dalam pencapaian UCI-IDL (*Universal Child Immunization*- Imunisasi Dasar Lengkap) untuk 7 desa (Cijulang, Batukaras, Kertayasa, Cibanten, Margacinta, Kondangjajar dan Ciakar) dengan 319 sasaran imunisasi sebagai akibat dari Pandemi Covid-19 yakni hanya 1 desa mencapai UCI-IDL dan 6 desa lainnya Non UCI-IDL, oleh karena itu untuk mencapai cakupan imunisasi perlu dilakukan percepatan melakukan imunisasi, yakni dengan acara memberikan imunisasi kombinasi atau imunisasi ganda, namun demikian kondisi cemas pada keluarga sasaran imunisasi tidak dapat dihindari karena berbagai faktor yang mempengaruhinya.

Metode Bimbingan dan Penyuluhan (*Guidance and Counseling*) diujicobakan dalam rangka mengurangi atau mereduksi kecemasan pada keluarga sasaran imunisasi kombinasi atau ganda di wilayah kerja Puskesmas Cijulang Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat. Upaya yang dilakukan dalam meningkatkan pencapaian UCI-IDL melalui menggunakan metode *guidance and counseling* (Bimbingan dan Penyuluhan) diharapkan dapat mereduksi kecemasan keluarga sasaran sehingga ibu dapat dengan memiliki rasa aman, nyaman dan bertanggungjawab untuk membawa anaknya dimunisasi dengan cara apapun (kombinasi/ganda), dan sejalan dengan ilmu pengetahuan yang tengah ditempuh yakni Peminatan Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku pada Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Putera Banjar.

⁹ Noffiyanti, "Metode Bimbingan Dan Penyuluhan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Protokol Kesehatan."

¹⁰ Rajab, "Bimbingan Dan Penyuluhan Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Peserta Didik."

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas metode bimbingan dan penyuluhan dalam mereduksi kecemasan keluarga sasaran imunisasi ganda, serta untuk memperkuat peran keluarga dalam mendukung pencapaian imunisasi dasar lengkap (UCI-IDL) di wilayah kerja Puskesmas Cijulang Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat.

Metode Penelitian

Jenis penelitian dalam karya ini termasuk kedalam jenis penelitian eksperimen, menurut Sudaryono penelitian dengan eksperimen ini merupakan metode paling valid untuk menguji hipotesis yang berhubungan dengan sebab-akibat. Metode ini dianggap paling kuat dalam menguji kebenaran suatu hipotesis, dan dalam logika disebut sebagai metode perbedaan (*difference method*).¹¹

Rancangan penelitian pada dasarnya adalah perancangan untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam menguji hipotesis untuk menjawab pertanyaan penelitian, di lain sisi rancangan ini juga berperan penting untuk mengontrol atau mengendalikan berbagai variabel yang berpotensi mempengaruhi hasil penelitian. Rancangan penelitian yang dipilih dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian eksperimental, jenis rancangan kuasi eksperimen yaitu melibatkan satu kelompok dilakukan subjek yang diberikan perlakuan atau intervensi sesuai metode yang telah ditetapkan.¹²

Populasi penelitian didefinisikan sebagai keseluruhan elemen atau individu yang menjadi sasaran dalam penelitian. Adapun populasi dalam studi ini adalah keluarga yang menjadi target imunisasi ganda di wilayah kerja Puskesmas Cijulang, Kabupaten Pangandaran, Provinsi Jawa Barat, dengan jumlah total sebanyak 309 keluarga. Sementara itu sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih untuk diteliti, di mana hasil dari sampel ini nantinya akan digeneralisasi untuk mewakili keseluruhan populasi. Setiap individu yang termasuk dalam sampel disebut sebagai subjek, serupa dengan elemen dalam populasi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional stratified random sampling*, yaitu pemilihan sampel secara acak namun dengan memperhatikan proporsi jumlah keluarga sasaran imunisasi di masing-masing desa. Teknik ini dipilih karena populasi tersebar di beberapa desa sehingga diperlukan pembagian sampel yang sebanding dengan jumlah sasaran di tiap wilayah, meskipun karakteristik populasi relatif homogen.¹³

Teknik pengumpulan data, peneliti menggunakan berbagai metode guna memperoleh informasi yang dibutuhkan, Pengumpulan data terkait dengan kecemasan keluarga dilakukan langsung kepada ibu yang memiliki sasaran

¹¹ Sudaryono, *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Mix Method*.

¹² Nursalam, *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*.

¹³ Riadi, *Statistik Penelitian (Analisis Manual Dan IBM SPSS)*.

imunisasi ganda menggunakan kuesioner tentang kecemasan, dilakukan sebanyak 2 kali (sebelum dan sesudah intervensi).¹⁴ Sementara itu, data terkait pelaksanaan intervensi diperoleh melalui daftar evaluasi khusus yang disusun untuk masing-masing keluarga. Pengumpulan data primer mengenai kecemasan keluarga dilakukan dengan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS), yaitu instrumen standar yang banyak dipakai untuk menilai tingkat kecemasan baik gejala psikis maupun somatic. Aspek etik penelitian diperhatikan melalui pemberian *informed consent*, menjaga kerahasiaan identitas responden, serta menghormati hak partisipasi sukarela.¹⁵ Penelitian ini juga telah memperoleh persetujuan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan STIKes Bina Putera Banjar.

Hasil dan pembahasan

1.1 Kecemasan Keluarga Menghadapi Imunisasi Ganda

Sebagian besar keluarga sasaran imunisasi ganda, yakni sebesar 89,47%, menunjukkan tingkat kecemasan dalam kategori normal (skor 20–45), sedangkan 10,53% lainnya mengalami kecemasan ringan (skor 46–59). Meskipun demikian, temuan ini justru tidak sejalan dengan partisipasi mereka dalam kegiatan imunisasi. Banyak di antara mereka yang tidak hadir dengan berbagai alasan, atau hadir namun dengan keluhan dan sikap enggan, yang mengindikasikan adanya tekanan psikologis.

Situasi tersebut mencerminkan bahwa terdapat permasalahan psikologis yang menyertai pelaksanaan imunisasi ganda. Informasi dari lapangan menyebutkan bahwa sebagian ibu merasa takut anaknya akan mengalami efek samping setelah disuntik, merasa cemas menanggung risiko yang mungkin timbul, serta khawatir terhadap beban biaya yang harus disiapkan.

Menurut Kaplan dan Sadock, kecemasan merupakan sinyal peringatan internal yang membantu individu menyadari adanya ancaman atau bahaya, sehingga mendorong mereka untuk mengambil tindakan guna melindungi diri.¹⁶ Dalam konteks ini, ketidakhadiran ibu pada saat imunisasi dapat dipandang sebagai mekanisme psikologis dalam merespons kecemasan tersebut. Bahkan ketika mereka tetap hadir, tetapi menyampaikan banyak keluhan, hal itu sejatinya merupakan ekspresi dari rasa cemas sebagaimana digambarkan dalam definisi tersebut.

Suatu peristiwa dirasakan sebagai menyebabkan stress adalah tergantung pada sifat peristiwa dan kekuatan seseorang pertahanan psikologis dan mekanisme mengatasi. Ibu balita sebagai sasaran imunisasi ganda memiliki karakteristik yang akan ditunjukkan dalam table sebagai berikut:

¹⁴ Agung, *Metodologi Penelitian Panduan Lengkap Penelitian*.

¹⁵ Notoatmodjo, *Metodologi Penelitian Kesehatan*.

¹⁶ Kaplan, Sadock, and Grebb, *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*.

Tabel 1.
Karakteristik Responden Ibu Balita

No	Karakteristik	Presentase (%)
1.	Usia 20 – 25 Tahun	31,57%
2.	Ibu Rumah Tangga	90,78%
3.	Pendidikan Dasar (SD-SMP)	53,94%

Secara umum, sebagian besar ibu berada pada kategori kecemasan normal (84,21%), yang menunjukkan fungsi adaptif yang baik serta kemampuan mengendalikan impuls.

Tingkat kecemasan dialami pula oleh mahasiswa dalam penyusunan skripsi seperti hasil penelitian Marjan Fauzi menyatakan bahwa 55,8% berada pada karagori tingkat kecemasan sedang,rendah 3,7%, tinggi 3,7% dan sangat tinggi 3,7%.¹⁷ Hasil penelitian tingkat kecemasan yang memiliki kemiripan dengan penelitian ini, namun berbeda sasarannya adalah penelitian yang dilakukan oleh Anggini dan Syarqawi yang meneliti terkait tingkat kecemasan mahasiswa prodi BK (Bimbingan dan Konseling) menghadapi dunia kerja, yang menunjukkan bahwa subjek terbanyak pada kecemasan berkatagori sedang 60,6%, katagori rendah 35,8% dan katagori tinggi 3,6 % dengan karakteristik subjek penelitian berusia 22 tahun sebanyak 55,5% berjenis kelamin perempuan sebanyak 84,7%.¹⁸

Penelitian Rahayu memberikan gambaran bahwa telah terjadi kecemasaan siswa menghadapi ujian tengah semester seperti perasaan khawatir, gelisah atau stress, disebabkan oleh berbagai faktor seperti adanya tekanan untuk meraih hasil yang baik (*pressure*), kurangnya persiapan menghadapi ujian, kurang percaya diri atau adanya pengalaman tidak baik dalam menghadapi ujian sebelumnya.¹⁹ Hasil penelitian Putra juga menyebutkan bahwa kecemasan pada atlet menjelang kejuaraan bulutangkis di PB Mentari Semarang menjelaskan kondisi awal berada pada tingkat kecemasan ringan hingga berat, namun setelah dilakukan layanan konseling penurunan kecemasan yang dialami para atlet sebesar 24,11%.²⁰

¹⁷ Fauzi, Afrizal, and Ifdil, "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling."

¹⁸ Cita and Syarqawi Ahmad, "Tingkat Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam UIN Sumatrea Utara Medan."

¹⁹ Syah, Sri, and Indarwati, "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Atlet Menjelang Kejuaraan Bulutangkis Di PB Mentari Semarang."

²⁰ Syah, Sri, and Indarwati.

Beberapa hasil penelitian tersebut memberikan gambaran bahwa faktor kecemasan dialami pula oleh seseorang dalam menghadapi suatu peristiwa tertentu yang perlu dijalannya, seperti pada siswa, mahasiswa maupun ibu rumah tangga, bukan hanya dialami oleh para ibu balita yang anaknya mau diikutsertakan pada imunisasi ganda, kondisi tersebut perlu di carikan upaya dengan menggunakan metode promosi agar membantu tingkat kecemasan keluarga atau seseorang berkurang.

1.2 Penggunaan Metode Bimbingan dan Penyuluhan

Metode *guidance and counseling* merupakan salah satu metode dalam promosi kesehatan yang berfokus pada sasaran individu. Penggunaan metode ini tidak sekedar terbatas pada pemberian informasi atau bimbingan saja, tetapi juga digunakan sebagai pendekatan untuk mengukur keefektifan dalam menangani masalah psikologis tertentu, seperti tingkat kecemasan. Evaluasi terhadap keefektifan suatu metode promosi kesehatan merupakan bagian penting dalam memastikan bahwa intervensi yang dilakukan mampu memberikan dampak yang signifikan terhadap perilaku atau kondisi psikologis sasaran.

Model pengujian terhadap efektivitas suatu metode bertujuan untuk memberikan gambaran apakah metode tersebut dapat menurunkan tingkat kecemasan seseorang atau tidak. Penelitian serupa telah banyak dilakukan, meskipun dengan sasaran dan konteks yang berbeda. Sebagai contoh, penelitian oleh Shaddri menunjukkan bahwa pendekatan *guidance and counseling* mampu memberikan dampak positif terhadap penurunan kecemasan pada kelompok tertentu. Hal ini memperkuat landasan bahwa pendekatan ini layak untuk diterapkan dalam konteks promosi kesehatan lainnya.²¹

Dalam penelitian ini, metode *guidance and counseling* diterapkan melalui pendekatan behavioral sebagai upaya untuk menguji efektivitasnya dalam mereduksi tingkat kecemasan keluarga dalam menghadapi imunisasi ganda. Kegiatan ini dilakukan di Puskesmas Cijulang, Kab. Pangandaran, Provinsi Jawa Barat. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh pembuktian empiris mengenai sejauh mana metode *guidance and counseling* dapat digunakan sebagai alat intervensi yang efektif dalam promosi kesehatan, khususnya dalam meningkatkan kesiapan dan kenyamanan keluarga dalam menghadapi prosedur imunisasi.

Dalam implementasinya, metode bimbingan dan penyuluhan pada penelitian ini dilakukan secara tatap muka antara peneliti dengan ibu yang

²¹ Issrahi, Wayan, and Illawaty, "Penggunaan Teknik Guidedd Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Mengikuti Aktivitas Konseling Kelompok."

memiliki anak sasaran imunisasi ganda. Sesi bimbingan dan penyuluhan dilaksanakan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah intervensi, dengan durasi masing-masing 30–45 menit. Materi yang diberikan meliputi pemahaman mengenai manfaat imunisasi, prosedur pelaksanaannya, serta penjelasan terkait mitos dan kecemasan yang sering muncul di kalangan keluarga. Pendekatan behavioral digunakan dengan memberikan latihan teknik relaksasi sederhana dan strategi pengelolaan stres agar ibu mampu mereduksi kecemasannya secara mandiri. Selain itu, sesi konseling juga membuka ruang dialog sehingga peserta dapat menyampaikan kekhawatiran pribadi, yang kemudian ditanggapi dengan bimbingan berbasis edukasi kesehatan. Protokol intervensi ini dirancang agar sistematis, terukur, dan dapat direplikasi dalam konteks promosi kesehatan di fasilitas pelayanan primer.

1.3 Perbedaan Tingkat Kecemasan Keluarga Menghadapi Imunisasi Ganda Sebelum dan Sesudah Intervensi

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan tingkat kecemasan keluarga menghadapi imunisasi ganda sebelum dan sesudah dilakukan intervensi menggunakan metode *guidance and counseling*. Berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk, data distribusi kecemasan tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$), sehingga digunakan uji non-parametrik Wilcoxon Signed Rank Test untuk membandingkan skor pra dan pasca intervensi. Hasil analisis menunjukkan nilai $Z = 2850,00$ dengan nilai Asymp. Sig (2-Tailed) diperoleh Sig 0,00 ($< 0,05$), sehingga memberikan kesimpulan bahwa penggunaan metode *guidance* dan *counseling* melalui teknik behavioral efektif mereduksi tingkat kecemasan keluarga menghadapi imunisasi ganda wilayah kerja Puskesmas Cijulang Kabupaten Pangandaran Provinsi Jawa Barat.

Beberapa hasil penelitian selaras dengan hasil penelitian yang telah dilakukan penulis, seperti yang dilaporkan oleh Yulistini Ni Komang Sri dalam karyanya ia menuliskan bahwa model konseling behavioral dengan teknik relaksasi berhasil menurunkan kecemasan siswa menghadapi mata pelajaran matematika di kalangan anak Sekolah Kejuruan. Kusnadi Natasya juga menyatakan bahwa konseling behavioral teknik kontrak perilaku untuk mengurangi kecemasan menghadapi ujian siswa kelas XII di SMA juga dikatakan efektif, begitu pula penelitian hasil Shaddri Issrahli menyebutkan dalam karyanya bahwa ada pengaruh penggunaan teknik *guidance imagery* terhadap tingkat kecemasan siswa dalam mengikuti konseling kelompok serta efektifitasnya di Kalangan Sekolah Menengah Pertama.²²

²² Sri, “Efektivitas Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika.”

Hasil penelitian Syam Suhartono yang menyatakan bahwa tingkat kecemasan siswa sebelum dilakukan intervensi menunjukkan 26,6% berada pada tingkat kecemasan katagori tinggi dan 71,4% berkatagori sedang dan rendah, sesudah dilakukan intervensi tingkat kecemasan mengalami perbedaan, 42,9% berkatagori sedang dan 57,1% berkatagori rendah, kesimpulan hasil penelitian tingkat kecemasan belajar siswa mengalami penurunan sesudah dilakukan intervensi memlaui konseling individu berbasis *cyber counseling*.²³

Walaupun hasil penelitian penggunaan suatu metode sama-sama dapat menurunkan tingkat kecemasan, namun memiliki perbedaan dalam karakteristik sasaran penelitian, penelitian tersebut di atas seluruhnya pada siswa yang tengah mengikuti pembelajaran di suatu sekolah, SMP maupun SMA, negeri maupun swasta, sedangkan penelitian ini berfokus pada keluarga sasaran imunisasi ganda yang di wakili oleh ibu balita dengan karakteristik yang berbeda meliputi usia, pekerjaan maupun tingkat pendidikan, sudah barang tentu turut mempengaruhi dalam proses pelaksanaan dalam penerapan metoda *guidance* dan *counseling*. Notoatmodjo juga berpendapat bahwa pendekatan secara peseorangan melalui *guidance* dan *counseling* tidak hanya kepada ibu tetapi juga dapat kepada suami atau keluarga lain, karena setiap orang mempunyai masalah atau alasan yang berbeda-beda sehubungan dengan penerimaan atau perilaku, sehingga dapat memantu petugas kesehatan mengetahui dengan tepat dalam menggunakan metode promosinya.²⁴

Penelitian ini hanya dapat menunjukkan ada perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah digunakannya metoda *guidance* dan *counseling* dari data yang diolah melalui hasil pengumpulan data melalui pengisian kuesioner saja dan tidak dilengkapi oleh data hasil wawancara, kondisi tersebut sisi keterbatasan dalam penelitian ini tidak dilengkapi dengan informasi hasil wawancara, menurut Notoatmodjo menyatakan bahwa wawancara sebenarnya merupakan bagian dari bimbingan dan penyuluhan (*guidance dan counseling*), sebagai upaya menggali informasi lebih mendalam mengapa ia tidak atau belum menerima perubahan apakah sudah atau belum mempunyai pengertian dan kasadaran yang lebih kuat dalam menghadapi suatu peristiwa yang akan dihadapinya. Demikian pula wawancara dapat meningkatkan motivasi karena dapat mendorong individu mengeksplorasi dan menemukan alasan yang sebelumnya belum pernah dipikirkan untuk

²³ Suhartono, "Mereduksi Kecemasan Belajar Siswa Melalui Konseling Individu Berbasis Cyber Counseling."

²⁴ Notoatmodjo, *Ilmu Perilaku Kesehatan*.

mengubah perilakunya dan prinsip ini sejalan dengan teori disunansi kognitif dari Festinger²⁵

Perilaku seseorang juga dapat di analisis persepsi seseorang dan perbedaan seseorang dalam menghadapi suatu peristiwa dapat ditunjukkan pula oleh persepsinya tidak hanya dapat dijelaskan berdasarkan analisis fisiologis saja, seperti di sampaikan oleh Mar'at Samsunuwiati dan Kartono Lieje Indeningsih bahwa ada tiga hal terkait persepsi yang dapat didiskusikan adalah tidak lengkapnya pengamatan indra, bagaimana stimulasi diolah dan diteruskan sebagai suatu kesatuan utuh yang berguna dan unsur yang ada pada diri setiap manusia yang mempengaruhi proses persepsi. Kelengkapan metode penelitian yang dilakukan akan lebih memberikan masukan data yang lebih lengkap untuk diolah, sehingga hasil analisis dapat memberikan gambaran secara komprehensif sebagai usulan dalam rancangan pemecahan masalah (*problem sloving*) yang tengah dihadap.²⁶

Penutup

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan keluarga menghadapi imunisasi ganda di wilayah kerja Puskesmas Cijulang Kabupaten Pangandaran menurun secara signifikan, dari sebagian berada pada kategori kecemasan ringan sebelum intervensi menjadi seluruhnya berada pada kategori normal setelah diberikan bimbingan dan konseling dengan pendekatan behavioral. Intervensi ini dilaksanakan oleh petugas kesehatan terlatih dengan pendampingan peneliti, Hasil uji statistik ($Z = 2850,00$; $p < 0,05$) menegaskan bahwa metode bimbingan dan konseling melalui pendekatan behavioral efektif dalam mereduksi kecemasan keluarga terkait imunisasi ganda.

Saran

1. Bagi peneliti berikutnya alangkah lebih baik agar kuesioner yang dipakai sebagai instrumen penelitian menggunakan bahasa yang lebih dapat dipahami oleh masyarakat.
2. Bagi Puskemas Cijulang Kabupaten Pangandaran agar terus mendorong pelaksanaan pelatihan berbagai metode promosi kesehatan, sehingga mampu menerapkan metode promosi tersebut sesuai dengan karakteristik sasaran yang dihadapinya.

²⁵ Notoatmodjo, *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*, 2010.

²⁶ Samsunuwiati and Indeningsih, *Persepsi Dan Perilaku Manusia. Jurnal Psikologi*.

Daftar Pustaka

- Agung, Trisliatanto Dimas. *Metodologi Penelitian Panduan Lengkap Penelitian*. Yogyakarta: ANDI, 2020.
- Cita, Anggini Yulia, and Syarqawi Ahmad. "Tingkat Kecemasan Menghadapi Dunia Kerja Pada Mahasiswa Akhir Prodi Bimbingan Dan Konseling Pendidikan Islam UIN Sumatrea Utara Medan." *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran* 4 (2023).
- Fauzi, Marjan, Sano Afrizal, and Ifdil. "Tingkat Kecemasan Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling." *Jurnal Pendidikan Guru Indonesia* 3 (2018): 84–89.
- Hadinegoro. "Webinar Pekan Imunisasi Dunia 2022," 2022.
- Hayana. "Faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan Ibu Sebelum Pemberian Imunisasi DPT." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2013.
- Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik. "Laporan Imunisasi Dasar Lengkap." Jakarta: Kementerian Kesehatan RI, 2022.
- Issrahi, Shaddri, Dharmayana I Wayan, and Sulian Illawaty. "Penggunaan Teknik Guidedd Imagery Terhadap Tingkat Kecemasan Siswa Mengikuti Aktivitas Konseling Kelompok." *Jurnal Ilmiah Kesehatan* 1 (2018).
- Kaplan, Sadock, and Grebb. *Sinopsis Psikiatri: Ilmu Pengetahuan Perilaku Psikiatri Klinis*. 3rd ed. Jakarta: EGC, 2007.
- Nofiyanti. "Metode Bimbingan Dan Penyuluhan Dalam Meningkatkan Pengetahuan Masyarakat Tentang Protokol Kesehatan." *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2021, 75–80.
- Notoatmodjo. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Notoatmodjo, Soekidjo. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta, 2017.
- — —. *Promosi Kesehatan Teori Dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Nursalam. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Edited by Salemba Medika. Jakarta, 2013.
- Rahmadani, and Sutrisna. "Kecemasan Ibu Sebelum Pelaksanaan Imunisasi." *Jurnal Kesehatan*, 2022, 45–50.
- Rajab. "Bimbingan Dan Penyuluhan Dalam Pembinaan Kesehatan Mental Peserta Didik." *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 2020.
- Riadi, Edi. *Statistik Penelitian (Analisis Manual Dan IBM SPSS)*. Yogyakarta: ANDI, 2016.
- Samsunuwiyati, Mar'at, and Kartono Lieje Indeningsih. *Persepsi Dan Perilaku Manusia*. *Jurnal Psikologi*, 2010.
- Sri, Yuliastini Ni Komang. "Efektivitas Model Konseling Behavioral Dengan Teknik Relaksasi Untuk Menurunkan Kecemasan Dalam Menghadapi Mata Pelajaran Matematika." *Jurnal Konseling Indonesia* 6 (2020).
- Sudaryono. *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan Mix Method*. 2nd ed. Depok: PT. Raja Grafindo Persada, 2021.
- Suhartono, Syam. "Mereduksi Kecemasan Belajar Siswa Melalui Konseling Individu Berbasis Cyber Counseling." *Jurnal Akademika* 9 (2020).
- Sumarni. "Hubungan Kecemasan Dengan Pemberian Imunisasi Dasar Lengkap Pada Bayi 0-12 Bulan." *Jurnal Kesehatan Anak*, 2019, 200–205.

Syah, Putri Ilham, Haksasi Banun Sri, and Rahayu YM Indarwati. "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Terhadap Penurunan Kecemasan Pada Atlet Menjelang Kejuaraan Bulutangkis Di PB Mentari Semarang." *Journal of Guidance and Counseling*, 2022, 21-32.