

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian teori

1. Peran bimbingan konseling

a. Teori peran

Teori Peran dari Role Theory adalah suatu konsep yang menggabungkan berbagai teori, orientasi, dan disiplin ilmu. Penggunaan istilah "peran" berasal dari dunia teater, di mana seorang aktor diharapkan memerankan karakter tertentu dan menunjukkan perilaku yang sesuai dengan peran tersebut.¹

Selain itu, peran atau role juga terdiri dari beberapa bagian, yakni:

- 1) Peran Yang Diperankan (*Anacted Role*) adalah cara yang benar-benar dilakukan seseorang ketika menjalankan suatu peran.
- 2) Peran yang Diwajibkan (*Prescribed Role*) adalah cara yang diharapkan masyarakat dari kita ketika menjalankan peran tertentu.
- 3) Konflik Peran (*Role Conflict*) adalah kondisi yang dialami seseorang yang menempati satu atau lebih status yang mengharapkan harapan dan tujuan peran yang saling bertentangan satu sama lain.
- 4) Jarak Peran (*Role Distance*) adalah pelaksanaan peran secara emosional.
- 5) Kegagalan Peran (*Role Failure*) adalah kegagalan seseorang dalam menjalankan peran tertentu.
- 6) Panutan Peran (*Role Model*) adalah seseorang yang perilakunya kita contoh, tiru, dan ikuti.
- 7) Kumpulan Peran (*Role Set*) adalah hubungan seseorang dengan individu lainnya saat sedang menjalankan perannya.
- 8) Tekanan Peran (*Role Strain*) adalah kondisi yang timbul ketika seseorang mengalami kesulitan dalam memenuhi harapan atau tujuan peran yang dijalankan karena adanya ketidakseragaman yang saling bertentangan. Peran yang dimaksud dalam penelitian

¹ Maarten Merkelbach et al., "Teori Peran (Role Theory)," *Virginia Journal of International Law* 15, no. September (1979): 1–50.

ini mencakup perilaku seseorang sesuai dengan statusnya dalam masyarakat.

Soekanto menjelaskan bahwa Peranan adalah aspek dinamis dari status seseorang. Jika seseorang memenuhi hak dan kewajibannya sesuai dengan kedudukannya, maka ia sedang melakukan suatu peranan.² Definisi peran (*role*) adalah sekelompok harapan yang ditujukan kepada individu yang menempati suatu jabatan tertentu. Teori peran menyatakan bahwa konflik peran akan muncul ketika individu menghadapi dua atau lebih tekanan sekaligus yang ditujukan kepadanya. Oleh karena itu, jika individu patuh terhadap salah satu tekanan tersebut, maka kemungkinan besar akan mengalami kesulitan atau bahkan tidak mungkin mematuhi tekanan yang lainnya.³

Teori peran membahas salah satu aspek utama dalam kehidupan sosial, yaitu pola perilaku atau peran yang khas. Pendekatan ini menjelaskan peran dengan menganggap bahwa individu adalah bagian dari suatu posisi sosial dan memiliki harapan terhadap perilaku mereka sendiri dan orang lain. Istilah dan konsep peran ini menjadi sangat umum di kalangan ilmuwan dan praktisi sosial, serta telah memicu banyak penelitian. Dalam bidang ini, setidaknya ada lima perspektif yang dapat dibedakan dalam karya terkini, termasuk pendekatan fungsional, interaksionisme simbolik, struktural, organisasi, dan teori peran kognitif.⁴

Teori peran mengilustrasikan bagaimana individu berinteraksi dalam suatu lingkungan dengan merujuk pada norma-norma budaya yang berlaku. Menurut teori peran, individu yang menghadapi tingkat konflik peran dan ambiguitas peran yang tinggi cenderung mengalami kecemasan, kekurangan kepuasan, dan kinerja yang kurang efektif dibandingkan dengan individu lain. Konflik internal dapat muncul ketika individu dihadapkan pada dua tekanan atau lebih secara bersamaan. Setiap individu dapat mengalami konflik ini karena harus menjalankan dua peran yang berbeda dalam waktu yang bersamaan.

Teori peran merupakan sudut pandang dalam bidang sosiologi dan psikologi sosial yang memandang sebagian

² B A B Ii and A Peran, "Teori Peran, A Falasifah," 2018, 7.

³ Merkelbach et al., "Teori Peran (Role Theory)."

⁴ Ii and Peran, "Teori Peran, A Falasifah."

besar aktivitas sehari-hari sebagai peran dalam kategori sosial tertentu seperti konselor. Setiap peran sosial membawa sejumlah hak, kewajiban, harapan, norma, dan perilaku yang harus dihadapi dan dipenuhi oleh individu yang menempati peran tersebut. Konsep ini berasal dari pengamatan bahwa manusia cenderung berperilaku secara dapat diprediksi, dan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh konteks tertentu, seperti posisi sosial dan faktor lainnya.

Menurut Biddle dan Thomas, mereka mengelompokkan terminologi teori peran ke dalam empat kategori, yaitu berkaitan dengan:⁵⁶

- 1) Individu yang terlibat dalam interaksi sosial
- 2) Tindakan yang timbul selama interaksi tersebut
- 3) Posisi individu dalam bertindak
- 4) Hubungan antara individu dan perilaku

b. Bimbingan Konseling Islam

Bimbingan konseling berasal dari dua kata, yaitu bimbingan dan konseling. Menjelaskan bahwa "*guidance*" yang berasal dari akar kata "*guide*" dapat diartikan sebagai tindakan mengarahkan (*to direct*), memandu (*to pilot*), mengelola (*to manage*), dan menyetir (*to steer*). Konseling secara etimologis berasal dari bahasa Latin, yaitu "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" yang dirangkai dengan "menerima" atau "memahami".⁷ Konseling, menurut *The New Grollier Webster International Dictionary*, adalah terjemahan dari istilah dalam bahasa Inggris, yaitu *counseling*. Istilah ini berasal dari bahasa Latin *consilium*, yang memiliki makna memberikan saran, informasi, opini, dialog, atau pertimbangan kepada orang lain untuk membantu mereka dalam membuat keputusan atau tindakan yang akan datang.

ASCA (*American School Counselor Association*) menyatakan bahwa konseling melibatkan interaksi tatap muka yang bersifat kerahasiaan, dilakukan dengan sikap penerimaan, dan memberikan kesempatan kepada konseli.

⁵ *Ii and Peran.*

⁶ "Role Theory," 2018, 7–49.

⁷ Warlan Sukandar, "Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur ` an Surat An-Nahl Ayat 125" 5, no. 1 (2022): 87–100.

Dalam proses ini, konselor menggunakan pengetahuan dan keterampilannya untuk membantu konseli mengatasi berbagai masalah yang dihadapinya. Bimbingan dan konseling merupakan komponen integral dalam melaksanakan program pendidikan. Dalam konteks pelayanan tersebut, konselor memegang peran yang krusial dan berpengaruh besar terhadap keberhasilan bimbingan dan konseling.⁸

Menurut Thohari Mustamar bimbingan konseling islami adalah proses memberikan bantuan kepada individu agar mereka menyadari kembali eksistensi mereka sebagai makhluk Allah, yang seharusnya hidup sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah, sehingga dapat mencapai kebahagiaan di dunia dan di akhirat.⁹

Menurut Hallen A, Konseling Islam adalah upaya membantu individu mengatasi penyimpangan dalam perkembangan fitrah beragamanya, sehingga ia kembali menyadari perannya sebagai khalifah di muka bumi dan berfungsi untuk menyembah atau mengabdikan kepada Allah SWT. Dengan demikian, hubungan yang baik dengan Allah, sesama manusia, dan alam semesta dapat terjalin kembali.¹⁰

Berdasarkan beberapa definisi di atas, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling Islam adalah proses bantuan kepada individu agar mereka mampu dan sadar sebagai makhluk Allah SWT. Tujuannya adalah agar mereka dapat hidup sesuai dengan ketentuan dan petunjuk Allah SWT serta mengembangkan potensi yang ada dalam diri mereka untuk mencapai kebahagiaan di dunia dan akhirat.

Bimbingan konseling merupakan (*helping relationship*) suatu proses interaksi antara seorang konselor dan klien atau konseli dengan tujuan untuk membantu konseli dalam mengatasi berbagai masalah, konflik, atau tantangan dalam kehidupan mereka. Proses ini melibatkan penyediaan dukungan emosional, pengembangan

⁸ Universitas PGRI and Adi Buana, "Implementasi Keterampilan Konseling Dalam Layanan Konseling Individual Ayong Lianawati" 3 (2017): 85–92.

⁹ R U Auliya, "Teori Behavioral Dalam Perspektif Bimbingan Konseling Islam," *Jurnal Al-Taujih: Bingkai Bimbingan Dan Konseling* ..., 2018, <https://ejournal.uinib.ac.id/jurnal/index.php/attaujih/article/view/513>.

¹⁰ Auliya.

keterampilan, pemecahan masalah, dan pembangunan pemahaman diri yang lebih baik. Bimbingan konseling dapat digunakan untuk berbagai tujuan, termasuk peningkatan kesejahteraan psikologis, pengambilan keputusan, mengatasi masalah emosional, serta mencapai tujuan pribadi dan perkembangan pribadi yang lebih baik. Ini adalah bentuk pelayanan profesional yang dapat membantu individu menghadapi berbagai aspek kehidupan mereka dengan lebih efektif.¹¹

Tugas dan tanggung jawab konselor mencakup peningkatan kualitas serta penyesuaian kompetensi konselor, yang merupakan aspek penting dalam menghadapi perkembangan dan kompleksitas permasalahan yang diatasi oleh layanan bimbingan konseling. Dan dalam pelaksanaan sesi konseling, dapat dilakukan melalui pertemuan langsung atau yang umumnya dikenal sebagai konseling individual, atau alternatifnya, dapat dilakukan dalam format kelompok, bergantung pada jenis masalah yang dihadapi oleh klien.¹²

Menurut Rogers menetapkan tiga komponen yang harus dimiliki terapis atau konselor untuk menciptakan pertumbuhan di mana orang dapat maju, menjadi apa yang mereka inginkan, dan menjadi orang yang sehat.¹³ Dari tiga hal tersebut merupakan:

1) *Congruence* (Harmoni)

Dengan kata lain merujuk pada kesejajaran, kejujuran, keterbukaan, transparansi, dan kehadiran. Menurut Rogers, kongruensi adalah elemen terutama dalam hubungan terapeutik.

2) *Unconditional Positive Regard* (Hal Positif tanpa Syarat)

Seperti kehangatan, rasa hormat, penerimaan, dan kepedulian, diungkapkan kepada klien tanpa penilaian. Ini menciptakan perasaan dihargai dan diperhatikan oleh klien, yang dapat mendorong perkembangan kemandirian individu tersebut. Dengan

¹¹ Sukandar, "Bimbingan Dan Konseling Islam : Analisis Metode Bimbingan Dan Konseling Islam Dalam Qur` an Surat An-Nahl Ayat 125."

¹² Manajemen Pendidikan, "Manajemen, Pendidikan," 2009.

¹³ Iain Pekalongan, "Penyuluhan Islam Bagi Orang Dengan HIV AIDS Purnama Rozak HIV / AIDS .," n.d., 242.

kata lain merujuk pada kesejajaran, kejujuran, keterbukaan, transparansi, dan kehadiran. Menurut Rogers, kongruensi adalah elemen terutama dalam hubungan terapeutik.

3) *Empathic Understanding* (Pemahaman Empati)

Hal ini sama seperti pemahaman yang penuh dengan empati. Ini merupakan proses upaya untuk memahami dan merasakan dengan tepat apa yang dirasakan oleh klien.

Dalam konteks ini, pemberian konseling berbasis Strength-based counseling dapat menjadi alternatif untuk meningkatkan kesejahteraan resiliensi remaja. Pendekatan konseling berbasis resiliensi ini menitikberatkan pada pengembangan kekuatan internal dan sumber daya individu, daripada memfokuskan pada kelemahan, kegagalan, dan kekurangan.

Inti dari bimbingan dan konseling terletak pada upaya memfasilitasi perkembangan individu di dalam lingkungannya. Proses perkembangan ini terjadi melalui interaksi positif antara individu dengan lingkungannya.

c. Tujuan

Secara umum, bimbingan dan konseling memiliki dua tujuan, yakni tujuan umum dan tujuan khusus. Perkembangan konsep tujuan umum ini terus mengalami perubahan dari yang sederhana hingga menjadi lebih komprehensif. Pada dasarnya, tujuan bimbingan dan konseling adalah membantu individu agar dapat mengembangkan diri secara optimal sesuai dengan tahap perkembangan dan predisposisi yang dimilikinya.

Tujuan khusus bimbingan dan konseling merupakan elaborasi dari tujuan umum tersebut, yang secara langsung terhubung dengan permasalahan yang dihadapi oleh individu tersebut, sesuai dengan tingkat kompleksitas masalah yang dihadapi. Oleh karena itu, tujuan khusus bimbingan dan konseling untuk setiap individu bersifat unik, yang berarti bahwa tujuan bimbingan dan konseling untuk satu individu tidak dapat disamakan dengan individu lainnya.¹⁴

¹⁴ Pilga Ayong Sari and Lini Larasati, "Layanan Konseling Individual Pada Pasien HIV AIDS (Studi Kasus Di RSJD Sungai Bangkong Provinsi Kal-Bar)" 5, no. 1 (2022): 38–44, <https://doi.org/10.24014/ittizaan.v5i1.16507..>

Tohirin berpendapat bahwa karakteristik individu yang ingin dicapai melalui tujuan bimbingan dan konseling, yaitu individu dengan kepribadian sehat secara utuh, identik dengan konsep insan kamil atau manusia paripurna. Insan kamil yang dimaksud memiliki kondisi rohani/mental dan jasmani/fisik yang sehat serta kondisi kepribadian yang optimal dan harmonis. Jadi tujuan bimbingan dan konseling pada dasarnya adalah untuk membantu setiap individu mencapai kepribadian sehat dan utuh, serupa dengan konsep insan kamil dalam perspektif psikologi.¹⁵ Dalam pelayanan bimbingan konseling, prinsip-prinsip pada umumnya berkenaan dengan sasaran pelayanan, masalah konseli, tujuan, dan proses penanganan masalah.

Beberapa tujuan utama dari bimbingan konseling adalah.¹⁶

- 1) Membantu klien memahami diri dan orang lain Melalui bimbingan konseling, klien diharapkan lebih memahami kelebihan dan kekurangan diri sendiri, minat, bakat, nilai-nilai yang dianut, dan bagaimana berhubungan dengan orang lain.
- 2) Membantu mengatasi masalah pribadi dan sosial Bimbingan konseling membantu klien menemukan akar masalah yang dihadapi dan memberikan strategi pemecahan masalah yang adaptif.
- 3) Membantu mengambil keputusan penting Klien dibantu untuk mempertimbangkan berbagai alternatif sebelum membuat keputusan tentang karir, pendidikan, hubungan, atau hal penting lainnya.
- 4) Mengembangkan potensi dan bakat Melalui bimbingan konseling, klien belajar mengidentifikasi potensi, minat, dan bakat dirinya untuk dikembangkan dengan optimal.
- 5) Mencapai kesejahteraan fisik dan psikologis Bimbingan konseling bertujuan membantu klien mengatasi hambatan psikososial dan mencapai kesejahteraan hidup secara menyeluruh.

¹⁵ Pendidikan Et Al., “Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan Serta Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di SDN 32 Kota Bengkulu.”

¹⁶ PGRI And Buana, “Implementasi Keterampilan Konseling Dalam Layanan Konseling Individual Ayong Lianawati.”

Penetapan tujuan konseling adalah suatu langkah yang sangat penting guna mengklarifikasi alasan kedatangan klien kepada konselor, tujuan apa yang ingin dicapai selama sesi konseling, dan bantuan konkret apa yang diharapkan dari konselor. Umumnya, penetapan tujuan konseling dilakukan pada awal pertemuan untuk memastikan bahwa proses konseling berjalan dengan terstruktur. Sebelum dimulainya sesi konseling, baik konselor maupun klien telah memiliki pemahaman yang jelas mengenai tujuan yang ingin dicapai dan langkah-langkah yang perlu diambil untuk mencapai tujuan tersebut. Formulasi tujuan konseling ini menunjukkan arah proses konseling dan memberikan panduan bagi konselor selama sesi konseling.¹⁷

d. Pendekatan

Menurut Sofyan Willis, dalam layanan Bimbingan dan Konseling, pendekatan atau metode konseling juga disebut dengan istilah asing "*Counseling Approach*" atau dikenal sebagai teori konseling. Pendekatan ini dianggap sebagai landasan dasar dalam praktik konseling. Pentingnya pendekatan ini terletak pada kemampuannya untuk memudahkan dan mengarahkan jalannya proses konseling. Akan tetapi suatu pendekatan konseling biasanya dipengaruhi oleh filosofi tertentu yang mungkin tidak sepenuhnya sesuai dengan nilai-nilai filosofi yang ada di Indonesia.¹⁸

Dalam dunia bimbingan konseling, ada beragam pendekatan yang dapat digunakan sebagai dasar dalam berbagai praktik konseling. Setiap teori tertentu dikembangkan oleh berbagai ahli yang berbeda. Seorang konselor harus memahami banyak pendekatan konseling yang ada, hal ini tidak dapat disangkal bahwa teori konseling adalah dasar yang sangat penting untuk mengembangkan konseling yang efektif. Bimbingan konseling memiliki banyak jenis pendekatan yang berbeda.

¹⁷ Sari and Larasati, "Layanan Konseling Individual Pada Pasien HIV AIDS (Studi Kasus Di RSJD Sungai Bangkong Provinsi Kal-Bar)."

¹⁸ Wiwik Dyah Aryani, Iis Salsabila, and Yeti Suparmika, "Ragam Pendekatan Bimbingan Konseling 1" 2, no. 5 (2022).

Setiap pendekatan diciptakan dan dikembangkan oleh seorang tokoh berdasarkan pemikirannya.¹⁹

Model relasional dalam bimbingan dan konseling merupakan pendekatan yang berasal dari karya Carl Rogers, yang dikenal sebagai terapi berpusat pada klien (*client centered therapy*). Dalam perkembangannya, model ini diperluas dengan menggabungkan teori-teori psikologi lain, khususnya yang terkait dengan psikologi eksistensial, membentuk apa yang disebut sebagai "kekuatan ketiga" dalam psikologi atau lebih dikenal sebagai psikologi humanistik. Psikologi humanistik sendiri dibangun dari tiga elemen pokok, yakni psikologi perseptual atau psikologi medan (*field psychology*), psikologi eksistensial, dan temuan-temuan empiris.²⁰

Bimbingan konseling bagi Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) dapat dijalani melalui beberapa pendekatan.

1) Pendekatan Psikoanalisis

Dikembangkan oleh Sigmund Freud (1856-1939), pendekatan psikoanalisis ini mengusung teori struktur kepribadian yang terdiri dari tiga sistem, yaitu "Id, Ego, dan Superego". Id berfungsi sebagai sistem utama kepribadian dan menjadi sumber utama yang menggerakkan ego dan superego, terkait erat dengan aktivitas fisik. Ego, sebagai eksekutif, mengatur dan mengontrol Id serta Superego, merregulasi kepribadian untuk memenuhi kebutuhan dalam dunia nyata. Superego menjadi wewenang moral dari kepribadian, mencerminkan nilai dan prinsip moral serta aspirasi tradisional masyarakat. Interaksi antara Id, Ego, dan Superego sangat penting. ketidakmampuan Ego dalam menyalurkan kehendak Id sesuai dengan batasan realitas dan nilai moral dapat mengakibatkan kecemasan. Menurut Freud, terdapat tiga jenis kecemasan yang mungkin dialami individu, yakni kecemasan realitas, kecemasan moral, dan kecemasan neurotik.²¹

¹⁹ Sunaryo Kartadinata, "Teori Bimbingan Dan Konseling," *Jurnal Seri Landasan Dan Teori Bimbingan Dan Konseling*, 2007.

²⁰ Seri Landasan and Teori Bimbingan, "Teori Bimbingan Dan Konseling," 2007, 1–14.

²¹ Klien Odha, "Penerapan Teknik Psikoanalisis Dalam Meningkatkan Interaksi Sosial" 1, no. 2 (2023): 191

Dalam ranah psikologi, terutama pada bidang psikologi kepribadian, pengaruh Freud melalui psikoanalisis yang dikembangkannya dapat diamati dari kenyataan bahwa sebagian besar teori kepribadian modern mencakup sejumlah gagasan Freud dalam pemahaman dan pemaparan tingkah laku (kepribadian). Psikoanalisis sendiri, sebagai arus utama dalam psikologi, memiliki teori kepribadian yang umumnya disebut sebagai teori kepribadian psikoanalisis (*psychoanalytic theory of personality*).²²

Tujuan pendekatan psikoanalisis adalah untuk membantu pasien mengatasi masalah psikologis dengan mengidentifikasi dan memecahkan konflik yang muncul dalam diri pasien. Pendekatan ini juga bertujuan untuk membantu pasien meningkatkan kesadaran diri dan memahami diri sendiri lebih baik. Teknik psikoanalisis meliputi interpretasi mimpi, asosiasi bebas, dan interpretasi resistensi. Psikoanalisis dapat digunakan untuk mengatasi berbagai masalah psikologis, seperti gangguan kecemasan, gangguan kepribadian, kecanduan, dampak trauma, dan masalah psikologis lainnya.²³

2) Pendekatan *Client Centered Therapy*

Pendekatan ini dikembangkan oleh Carl Rogers sebagai pemegang peran sentral dalam pengembangan pendekatan *client centered therapy*. Menurutnya, penyelesaian masalah terletak pada konseli atau klien, yang diberi kebebasan untuk menemukan solusi sendiri terhadap tantangan yang dihadapinya. Dalam perspektif ini, klien dianggap sebagai mitra, sementara konselor berfungsi sebagai fasilitator dan pencipta lingkungan yang dapat memandiri klien. Konseling pada dasarnya adalah suatu proses bimbingan individu, yang berarti individu tersebutlah yang bertanggung jawab untuk menyelesaikannya, bukan konseling itu sendiri. Carl R. Rogers mengembangkan

²² Sitti Trinurmi, "Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy)," *Al Irsyad Al-Nafs* 8, no. 1 (2021):22–34, https://journal3.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Irsyad_Al-Nafs/article/view/22050.

²³ Jurusan Bimbingan et al., "Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy)," n.d.

terapi *client centered* sebagai respons terhadap apa yang ia lihat sebagai keterbatasan-keterbatasan mendasar dari psikoanalisis.²⁴

Seperti pendekatan konseling lainnya, terapi *client centered* juga memiliki tujuan-tujuan konseling.²⁵ Beberapa dari tujuan konseling dengan pendekatan *client centered* melibatkan:

- a) Menciptakan lingkungan yang mendukung klien untuk mengeksplorasi diri, sehingga mereka dapat mengenali hambatan pertumbuhan mereka.
- b) Membantu klien untuk bergerak menuju keterbukaan, meningkatkan kepercayaan diri, mengembangkan keinginan untuk menjadi pribadi yang mandiri, dan meningkatkan spontanitas dalam kehidupan mereka.
- c) Menyediakan iklim yang aman dan dipercayai dalam pengaturan konseling, dengan memanfaatkan hubungan konseling untuk eksplorasi diri, dan meningkatkan kesadaran terhadap hambatan pertumbuhan.
- d) Konseli cenderung untuk beralih ke arah yang lebih terbuka, memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi, dan lebih bersedia untuk meningkatkan diri.

Prinsip dasar dari *client centered* adalah bahwa individu memiliki kecenderungan untuk mengaktualisasi diri, yang berinteraksi saling mendukung dalam suatu organisme. Pendekatan *client centered* menyoroti kemampuan klien untuk mengidentifikasi isu yang signifikan bagi dirinya sendiri dan menyelesaikan masalah pribadinya. Landasan konsep melibatkan aspek-aspek seperti konsep diri, aktualisasi diri, teori kepribadian, dan sifat kecemasan.²⁶

²⁴ Marjorie C Witty, "Client-Centered Therapy," 2000, 35–36.

²⁵ Pekalongan, "Penyuluhan Islam Bagi Orang Dengan HIV AIDS Purnama Rozak HIV / AIDS."

²⁶ Suwastati Sagala, "Jurnal Pendidikan Dan Konseling," *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 4 (2022): 1349

3) Pendekatan *Gestlat*

Dikembangkan oleh Federick Pearls dengan bantuan Laura Pearls, teori Gestalt Manusia dianggap memiliki kemampuan untuk mengemban tanggung jawab pribadi dan menjalani kehidupan secara utuh sebagai individu yang terpadu. Dalam perspektif ini, konseli didorong menuju keseluruhan dan integrasi pemikiran, perasaan, serta perilaku. Pendekatan ini menolak determinisme dengan menyatakan bahwa individu memiliki kapasitas untuk menyadari hubungan antara pengaruh masa lampau dan kesulitan yang dihadapi saat ini.²⁷

Terapis atau konselor Gestalt memanfaatkan suatu metode yang bersifat aktif, yang tidak hanya bertujuan untuk mengembangkan kesadaran klien, tetapi juga aspek kesadaran dan perilaku mereka. Pendekatan aktif dan keterlibatan pribadi yang aktif dari terapi Gestalt digunakan dengan maksud untuk meningkatkan kesadaran, kebebasan, dan pengarahan diri klien.

Tujuan dari terapi atau konseling Gestalt adalah untuk memungkinkan klien berkolaborasi dengan terapis guna meningkatkan kesadaran pribadi dan secara aktif menghadapi hambatan yang selama ini menghalangi proses penyembuhan. Selain itu, terapi atau konseling Gestalt juga bertujuan membantu klien dalam sepenuhnya menerima dirinya yang sekarang, yang pada gilirannya membentuk kemampuan klien untuk mengatasi berbagai masalah. Mencapai tujuan-tujuan ini dapat melibatkan pencapaian satu atau lebih dari beberapa tujuan khusus, seperti membangun kesadaran, integrasi, pematangan, tanggung jawab, otentisitas, pengaturan diri, dan perubahan perilaku.²⁸

Sasaran utama terapi adalah mendorong klien untuk beralih dari bergantung pada dukungan lingkungan menjadi lebih mandiri. Ekspansi kesadaran, yang dianggap sebagai proses penyembuhan, menjadi tujuan pokok. Melalui pemahaman yang lebih mendalam terhadap

²⁷ Bimbingan et al., “Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy).”

²⁸ Trinurmi, “Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy).”

kesadarannya, klien dapat meredam perbedaan dan pertentangan yang ada dalam dirinya, sehingga dapat bergerak menuju reintegrasi seluruh aspek dari dirinya.

e. Peran bimbingan konseling

Teknik "*talking cure*" yang dikembangkan oleh Sigmund Freud sekitar satu abad yang lalu merupakan sumber utama bagi berbagai bentuk konseling dan psikoterapi, terutama dalam kerangka kognitif-afektif. Pendekatan ini membantu konseli dalam mengembangkan ide-ide dan konsep baru, atau dengan kata lain, wawasan (*insight*), tentang diri dan situasi yang mereka alami.²⁹

Dalam layanan bimbingan dan konseling, konselor memegang peran kunci yang sangat penting dalam kesuksesan layanan tersebut. Konselor bertanggung jawab untuk meningkatkan kualitas dan memperbarui kompetensi mereka, yang menjadi bagian integral dari perkembangan dan kompleksitas permasalahan yang dihadapi dalam layanan bimbingan dan konseling di lingkungan sekolah. Pertumbuhan cepat dalam penyebaran informasi menciptakan karakteristik yang unik pada setiap klien, dan sebagai hasilnya, konselor dituntut untuk memiliki kompetensi dalam menerapkan keterampilan konseling selama pelaksanaan layanan konseling.³⁰

Melalui peran bimbingan konseling dapat membantu ODHA dalam mengelola kondisi kesehatan mereka, meningkatkan kualitas hidup, dan meraih potensi penuh dalam kehidupan mereka. Adapun beberapa peran bimbingan konseling yang diberikan kepada ODHA:

1) Memberikan konseling

Salah satu metode konseling yang dapat digunakan adalah konseling perorangan, atau dikenal sebagai konseling individual. Konseling individual merupakan layanan bimbingan yang memungkinkan seseorang konseli menerima panduan secara pribadi dari seorang konselor. Tujuan utama dari konseling ini adalah untuk membahas dan mengatasi masalah pribadi yang dialami oleh konseli. Dalam proses

²⁹ Bimbingan et al., "Teknik Terapi Kelompok (Group Therapy)."

³⁰ Pendidikan et al., "Peran Bimbingan Dan Konseling Dalam Pendidikan Serta Implementasi Bimbingan Dan Konseling Di SDN 32 Kota Bengkulu."

konseling individual, kerjasama antara konseli dan konselor sangat penting agar konseli dapat memahami dan mengatasi permasalahannya serta mengembangkan potensi positif yang dimilikinya.³¹

Layanan konseling perorangan yang diberikan kepada konseli (Pasien HIV AIDS/ODHA) bertujuan untuk mengembalikan kesehatan mental dan membangun semangat hidup baru dengan empat tahapan konseling. Tahap pertama dimulai dengan membentuk hubungan antara konselor dan konseli. Tahap kedua melibatkan identifikasi permasalahan yang dihadapi oleh konseli. Tahap ketiga fokus pada pemberian dukungan moral dan mental, menyajikan alternatif yang dapat dipilih oleh konseli untuk mengadopsi gaya hidup positif. Pada tahap terakhir, konselor memastikan bahwa konseli setuju dan berkomitmen untuk mengikuti alternatif yang telah dipilih guna mencapai perubahan positif dalam hidup pasien.³²

2) Memberi edukasi kesehatan

Kesehatan seseorang sangat dipengaruhi oleh pola pikir yang diterapkan dalam gaya hidupnya. Bahwa kesehatan juga mencakup kesehatan mental, fisik, dan sosial, bukan hanya ketiadaan penyakit semata. Kesehatan dianggap sebagai hak asasi manusia, dan mencapai kondisi kesehatan yang optimal menjadi sangat penting dalam konteks kegiatan sosial dan ekonomi. Kondisi kesehatan ODHA tidak hanya bergantung pada faktor individu, melainkan juga dipengaruhi oleh orang-orang di sekitarnya, termasuk keluarga, teman, dan tetangga. Interaksi antara ODHA dan lingkungan sosialnya memiliki dampak besar terhadap kesehatan secara menyeluruh, melibatkan aspek fisik, mental, sosial, dan spiritual. Melalui kedekatan dan interaksi dengan orang-orang di sekitarnya, ODHA dapat merasakan

³¹ Sari and Larasati, "Layanan Konseling Individual Pada Pasien HIV AIDS (Studi Kasus Di RSJD Sungai Bangkong Provinsi Kal-Bar)."

³² Wiranti Kurnia Sari NPM, "Pelaksanaan Konseling Khusus Bagi ODHA Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di Komunitas Jaringan ODHA Berdaya Provinsi Lampung," 2019.

dukungan yang membantu untuk menjalani kehidupan yang lebih bermakna dan berharga, baik untuk dirinya maupun orang lain.³³

Serta keyakinan dan dorongan yang muncul karena merasa diakui dan menjadi bagian dari lingkungan memberikan motivasi dan dorongan kepada ODHA untuk menjaga dan merawat dirinya. Ini diwujudkan melalui penerapan pola hidup yang teratur dan disiplin, serta mengadopsi pola pikir positif guna menjaga harapan hidup dan tetap produktif dalam berbagai aktivitas.

Health belief model merupakan suatu teori yang dijelaskan dalam upaya untuk memahami perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Menurut teori ini, kemungkinan seseorang melakukan tindakan pencegahan sangat dipengaruhi oleh dua aspek utama, yakni persepsi ancaman atau risiko yang dirasakan terkait dengan sakit atau luka, serta pertimbangan mengenai manfaat dan kerugian dari tindakan tersebut.³⁴

Keyakinan individu terhadap kesehatannya memainkan peran penting dalam membentuk perspektifnya terhadap kehidupan dan bagaimana cara menjalani hidup yang memiliki makna, baik untuk dirinya maupun orang lain. Hal ini terkait dengan cara ODHA memberikan makna pada kehidupannya dan meningkatkan kualitas hidup dengan mengadopsi pola pikir positif dalam menjalani kehidupan sehari-hari.³⁵

3) Memberikan dukungan psikologis

Bimbingan konseling terhadap dukungan psikologis untuk Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) merupakan sebuah kegiatan yang menyediakan informasi, pengetahuan, dan dukungan psikologis

³³ Rahakbauw Nancy, "Dukungan Keluarga Terhadap Kelangsungan Hidup ODHA (ORANG DENGAN HIV/AIDS)," *INSANI, Vol.3 No.2 Desember 2016* 3, no. 2 (2016).

³⁴ Odha Orang, Dengan Hiv, and Oleh Nancy Rahakbauw, "Dukungan Keluarga Terhadap Kelangsungan Hidup ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) Vol.3, no. 2 (2016).

³⁵ Odha Orang, Dengan Hiv, and Oleh Nancy Rahakbauw, "Dukungan Keluarga Terhadap Kelangsungan Hidup ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) Vol.3, no. 2 (2016).

guna mencegah penularan HIV/AIDS dan mengingatkan kesehatan emosi, psikologis, sosial, spiritual, dan peningkatan kualitas hidup. Konseling dalam VCT merupakan kegiatan konseling yang menyediakan dukungan psikologis, informasi, dan pengetahuan HIV/AIDS. Kedua, upaya yang dilakukan konselor dalam menguatkan kondisi psikologis ODHA adalah menjaga kualitas teknik dan etika konseling serta melakukan pendampingan. Konseling ini berguna untuk memberikan dukungan kepada ODHA terkait kesejahteraan emosi, psikologis, sosial, spiritual, dan peningkatan kualitas hidup.

Dalam hal ini, bimbingan konseling memiliki beberapa peran penting yang dapat membantu ODHA dalam mengelola aspek psikologis dari kondisi mereka:

a) Pemahaman Diri dan Kondisi

Konseling membantu ODHA dalam memahami dan merespons secara sehat terhadap diagnosis mereka. Ini membantu dalam mengurangi perasaan isolasi dan kebingungan yang mungkin mereka alami, serta memfasilitasi penerimaan diri yang lebih baik.

b) Manajemen Stigma dan Diskriminasi

Bimbingan konseling membantu ODHA dalam mengatasi stigma dan diskriminasi yang seringkali terjadi dalam masyarakat terhadap mereka. Dengan memahami dan mengatasi stigma ini, ODHA dapat merasa lebih percaya diri dan mampu menghadapi interaksi sosial dengan lebih baik.

c) Konseling Keluarga dan Relasi

Bimbingan konseling juga dapat melibatkan anggota keluarga dan pasangan ODHA. Ini membantu dalam membangun pemahaman yang lebih baik tentang kondisi ODHA dan membantu keluarga dalam mendukung proses penyembuhan dan adaptasi.

Dari peran konseling diatas, bimbingan konseling juga berperan dalam mengatasi stigma dan diskriminasi pada ODHA dengan memberikan

edukasi yang akurat tentang HIV/AIDS, serta mendorong kesadaran dan pemahaman yang lebih baik di masyarakat. Dukungan emosional dan sosial juga perlu ditingkatkan, sambil melakukan upaya konkret untuk mengurangi diskriminasi, baik dalam lingkungan kerja, pendidikan, maupun interaksi sosial. Selain itu, penting pula untuk melibatkan tokoh agama, lembaga, dan organisasi dalam upaya mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap ODHA. Melalui langkah-langkah ini, diharapkan dapat diciptakan lingkungan yang penuh empati dan kepedulian terhadap ODHA, sehingga mereka dapat hidup tanpa rasa takut dan diskriminasi

2. Resiliensi pada ODHA

a. Pengertian resiliensi

Dalam ranah psikologi, karakter yang kuat dan gigih disebut sebagai resiliensi. Resiliensi merujuk pada kemampuan individu untuk menghadapi aspek-aspek negatif, kesulitan, dan tantangan kehidupan dengan sikap positif. Ini memungkinkan remaja untuk secara efektif mengurangi dampak faktor risiko, seperti peristiwa hidup yang menimbulkan stres, sambil memperkuat faktor-faktor perlindungan seperti optimisme, dukungan sosial, dan strategi penanganan masalah.³⁶

Taormina menyatakan bahwa resiliensi merujuk pada kemampuan seseorang untuk bertahan dan pulih dari kesulitan, termasuk elastisitas, kelenturan, dan keterampilan pemulihan. Definisi ini sejalan dengan pandangan Lacoviello yang menyebutkan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi dan pulih dari kesulitan.³⁷

Menurut Savitri, resiliensi tidak hanya muncul dari upaya individu untuk mencapai tujuan, melainkan juga merupakan hasil dari perjalanan yang panjang dan proses kompleks di mana individu berupaya untuk meningkatkan

³⁶ Agung D W I Prakoso et al., "RESILIENSI ANAK PENGIDAP HIV / AIDS DI RUMAH," 2020.

³⁷ Anggi Oktapia S and Arthur Huwae, "Majalah Kesehatan Indonesia Gambaran Resiliensi Pada Remaja Dengan HIV / AIDS" 4, no. April (2023), <https://doi.org/10.47679/makein.2023119>.

kompetensi mereka setiap kali berinteraksi dengan lingkungan mereka³⁸

Siebert mengungkapkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan untuk menghadapi perubahan dengan efektif, menjaga kesehatan dan energi saat berada di bawah tekanan, mampu pulih dengan lancar dari kesulitan, memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan, fleksibel dalam mengubah pendekatan dalam pekerjaan dan kehidupan ketika metode lama tidak lagi relevan, serta menolak menggunakan metode berisiko dalam usaha untuk pulih³⁹.

Secara keseluruhan, Takwin menyatakan bahwa tingkat resiliensi masyarakat Indonesia terbilang rendah. Meskipun individu mungkin memiliki ketahanan terhadap tekanan atau rasa sakit, mereka cenderung bersikap pesimis terhadap prospek masa depan saat menghadapi situasi yang menegangkan dan mengejutkan. Secara umum, masyarakat Indonesia tidak memiliki mentalitas yang positif untuk pulih dan menyambut masa depan dengan optimisme, lebih condong merasa puas dengan keadaan saat ini, namun tetap menunjukkan fleksibilitas yang tinggi terhadap penderitaan⁴⁰.

Berdasarkan definisi-definisi yang telah dijelaskan oleh beberapa pakar dalam paragraf sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan internal seseorang untuk pulih setelah mengalami kegagalan dalam hidup akibat peristiwa traumatik, mampu beradaptasi saat menghadapi situasi yang sulit, dan memiliki kemampuan untuk mempertahankan pemikiran positif meskipun dihadapkan pada berbagai faktor.

Menurut Friborg, Hjemdal, Martinussen, dan Rosenvinge dengan merujuk pada Resilience Scale for

³⁸ Anggi Oktapia S and Arthur Huwae, "Majalah Kesehatan Indonesia Description of Resilience in Adolescents with HIV / AIDS" 4, no. 1 (2023): 1–10, <https://doi.org/10.47679/makein.2023119>.

³⁹ S and Huwae, "Majalah Kesehatan Indonesia Gambaran Resiliensi Pada Remaja Dengan HIV / AIDS."

⁴⁰ Saripah and Utami, "Penerapan Strength Based Counseling Untuk Mengembangkan Resiliensi Remaja."

Adults (RSA), terdapat enam dimensi resiliensi, yang meliputi⁴¹:

- 1) Persepsi Diri (*Perception of the self*)
Pemahaman tentang diri merupakan usaha untuk mengamati berbagai aspek diri seperti karakter, dorongan, perasaan, dan emosi. Seseorang dengan pandangan positif terhadap dirinya dapat memberikan motivasi dan semangat untuk mengatasi tantangan atau masalah yang dihadapi.
- 2) Masa Depan yang Direncanakan (*Planned future*)
Merencanakan masa depan dalam kehidupan pribadi memberikan gambaran mengenai rencana individu untuk periode yang akan datang. Rencana yang telah disusun untuk masa depan dapat membimbing individu dalam mengatur arah hidupnya dan memungkinkan persiapan untuk tindakan antisipatif guna mencapai tujuan hidupnya.
- 3) Kompetensi Sosial (*Social Competence*)
Keahlian sosial merujuk pada kemampuan seseorang dalam berkomunikasi, berinteraksi, berkolaborasi, dan memberikan bantuan kepada orang lain. Kemampuan sosial ini dapat mendukung individu dalam membentuk hubungan sosial yang luas.
- 4) Kohesi Keluarga (*Family cohesion*)
Kohesi keluarga merujuk pada ikatan erat di antara anggota keluarga. Keberadaan hubungan yang akrab di antara keluarga memungkinkan penyelesaian bersama ketika muncul masalah, dengan saling mendukung satu sama lain, sehingga permasalahan yang timbul dapat diatasi secara efektif.
- 5) Sumber Daya Sosial (*Social resources*)
Sumber daya sosial yang terdapat dalam kehidupan seseorang, baik di lingkungan masyarakat maupun dalam lingkup keluarga, dapat berperan sebagai faktor penunjang dalam membentuk hubungan yang harmonis dan menciptakan lingkungan yang mandiri. Sumber daya sosial yang

⁴¹ Nabilla Dwi Ulfa, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Orang Dengan HIV/AIDS,” (*Skripsi, Universitas Islam Indonesia Yogyakarta*) (2018).

efektif dapat memotivasi kerjasama, membangun saling kepercayaan antara individu, dan memberikan manfaat saling-menyeluruh untuk mencapai tujuan bersama.

6) Gaya Terstruktur (*Structured style*)

Yang dimaksud dengan gaya terstruktur dalam konteks ini adalah cara terstruktur dalam menyelesaikan tugas. Pendekatan terstruktur dalam menangani tugas atau masalah dapat efisien membantu individu dalam menyelesaikan permasalahan dengan cepat dan akurat.

Resiliensi tidak dapat dianggap sebagai konsep yang berlaku secara universal dalam semua aspek kehidupan individu. Seorang individu mungkin menunjukkan resiliensi terhadap satu pemicu stres tertentu, namun tidak dapat dijamin bahwa hal yang sama akan terjadi terhadap pemicu stres lainnya. Resiliensi merupakan fenomena multidimensional yang tergantung pada konteks spesifik, melibatkan berbagai perubahan dalam proses perkembangan.

Tujuh aspek kemampuan resiliensi yang dikembangkan oleh Reivich dan Shatte dapat digunakan untuk menilai tingkat resiliensi pada individu, antara lain:⁴²

1) Regulasi emosi

Regulasi emosi mencakup kemampuan untuk tetap tenang dalam situasi tekanan. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang kurang mampu mengatur emosi cenderung menghadapi kesulitan dalam membangun dan mempertahankan hubungan interpersonal. Sebaliknya, individu yang memiliki kemampuan baik dalam mengatur emosi cenderung lebih mudah mengelola respon mereka saat berinteraksi dengan orang lain atau dalam menghadapi berbagai kondisi lingkungan.

2) Kemampuan Pengendalian Impuls

Hal ini keterampilan individu dalam mengatur dan mengontrol keinginan, dorongan, preferensi, dan tekanan yang muncul dalam dirinya. Individu dengan

⁴² S and Huwae, "Majalah Kesehatan Indonesia Description of Resilience in Adolescents with HIV / AIDS."

tingkat pengendalian impuls yang rendah cenderung mengalami fluktuasi emosional yang signifikan saat berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya.

3) Optimisme

Seseorang menunjukkan keyakinannya bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi tantangan yang mungkin muncul di masa depan. Ini juga mencerminkan tingkat efikasi diri, yaitu keyakinan bahwa individu mampu menyelesaikan masalah yang dihadapi dan memiliki kendali atas kehidupannya.

4) Analisis Kasual

Mengindikasikan kemampuan individu untuk secara akurat mengidentifikasi penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi. Jika individu tidak dapat mengidentifikasi penyebab permasalahan dengan tepat, mereka mungkin terus mengulangi kesalahan yang sama.

5) Empati

Seseorang yang memiliki kemampuan empati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Sebaliknya, ketidakmampuan berempati berpotensi menyebabkan kesulitan dalam hubungan sosial.

6) Efikasi diri

Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah dan meraih keberhasilan. Seperti yang telah dijelaskan, efikasi diri memiliki peran krusial dalam mencapai resiliensi. Efikasi diri merupakan salah satu faktor kognitif yang memengaruhi sikap dan perilaku seseorang dalam menghadapi suatu masalah.

7) Mengambil inisiatif

Mencapai positivitas setelah mengalami suatu keadaan adalah inti dari resiliensi. Ini tidak hanya berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk mengatasi tantangan dan pulih, tetapi juga melibatkan kemampuan individu untuk mengejar aspek positif dalam kehidupan setelah mengalami kesulitan.

b. Pengertian ODHA

ODHA merupakan singkatan dari Orang Dengan HIV/AIDS. Istilah ini digunakan sebagai pengganti dari istilah "penderita HIV/AIDS" agar terkesan lebih netral

dan tidak bermakna negatif. ODHA mengacu pada orang yang secara medis telah didiagnosis terinfeksi virus HIV baik yang sudah berkembang menjadi AIDS atau belum⁴³.

HIV atau Virus Immunodefisiensi Manusia (*Human Immunodeficiency Virus*) merupakan suatu virus yang menyerang sel darah putih, khususnya limfosit di dalam tubuh manusia, yang mengakibatkan penurunan sistem kekebalan tubuh. Informasi mengenai status terinfeksi HIV hanya dapat diperoleh melalui pengikutan uji HIV yang melibatkan konseling, yang dikenal sebagai VCT (*Voluntary Counseling and Testing*). Proses uji HIV umumnya dilakukan secara sukarela dan rahasia, dengan menggunakan sampel darah untuk memverifikasi keberadaan antibodi HIV. Sebelum menjalani uji HIV, konseling akan diadakan untuk menilai tingkat risiko infeksi berdasarkan perilaku yang dilakukan sebelumnya, serta memberikan panduan tentang cara menghadapi hasil uji HIV.⁴⁴

Sedangkan AIDS, juga dikenal sebagai Acquired Immune Deficiency Syndrome yang merupakan suatu rangkaian tanda penyakit yang muncul karena penurunan sistem kekebalan tubuh. Penyebab AIDS adalah infeksi HIV. Upaya pencegahan terhadap AIDS dapat dilakukan dengan menggunakan terapi antiretroviral atau ARV. Terapi ARV bertujuan untuk menghambat perkembangan virus HIV di dalam tubuh, sehingga individu yang terinfeksi HIV dapat pulih dan tidak menunjukkan gejala penyakit. Meskipun demikian, virus HIV masih tetap berada dalam tubuh dan dapat ditularkan kepada orang lain.⁴⁵

Menurut Isselbacher, ia menjelaskan tiga tahap perkembangan HIV/AIDS sebagai berikut:⁴⁶

- 1) Tahap awal (HIV positif dan tanpa gejala). Pada tahap ini, individu tidak menunjukkan tanda-tanda atau

⁴³ Rahakbauw Nancy, "Dukungan Keluarga Terhadap Kelangsungan Hidup ODHA (ORANG DENGAN HIV/AIDS)."

⁴⁴ Diajukan Kepada et al., "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Orang Dengan HIV/AIDS.," 2019.

⁴⁵ Ulfa, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Resiliensi Pada Orang Dengan HIV/AIDS."

⁴⁶ Sari and Larasati, "Layanan Konseling Individual Pada Pasien HIV AIDS (Studi Kasus Di RSJD Sungai Bangkong Provinsi Kal-Bar)."

gejala AIDS, namun telah mampu menularkan penyakit tersebut. Diperkirakan bahwa sekitar 20 hingga 30% dari mereka yang berada dalam tahap ini akan mengalami perkembangan menjadi AIDS dalam rentang waktu 5 tahun.

- 2) Tahap menengah (HIV positif dan bergejala). Pada tahap ini, gejala penyakit mulai muncul, seperti pembengkakan kelenjar getah bening, kelelahan, penurunan berat badan, diare, demam, dan berkeringat. Setelah munculnya gejala tersebut, individu akan mengalami tahap akhir yaitu AIDS.
- 3) Tahap akhir (AIDS). Tahap ini disebut AIDS dan pada tahap ini terdapat tambahan penyakit lainnya, seperti pneumonia, yang menjadi sangat serius bagi pasien AIDS karena adanya kerentanan pada sistem kekebalan tubuh.

Seseorang yang mendapat hasil positif untuk HIV tidak otomatis mengalami AIDS. Diperlukan pemeriksaan lebih lanjut untuk mengidentifikasi apakah seseorang yang positif HIV juga telah terinfeksi AIDS. Saat ini, belum ada pengobatan yang dapat menyembuhkan sepenuhnya Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA), tetapi dunia medis menyediakan terapi dan pengobatan untuk mengurangi jumlah virus yang berkembang di dalam tubuh ODHA⁴⁷.

Penularan HIV/AIDS terjadi melalui jalur berikut:

- 1) Cairan genital, cairan sperma dan cairan vagina individu yang mengidap HIV mengandung jumlah virus yang signifikan, cukup untuk memfasilitasi penularan, terutama jika terdapat Infeksi Menular Seksual (IMS) tambahan. Oleh karena itu, segala jenis hubungan seksual yang berisiko, termasuk yang melibatkan organ genital, oral, atau anal, dapat menjadi sumber penularan HIV.
- 2) Penyebab HIV dapat disebabkan oleh kontaminasi darah atau jaringan, seperti melalui transfusi darah dan produk darah lainnya (seperti plasma, trombosit), serta transplantasi organ yang terpapar virus HIV. Penularan juga bisa terjadi melalui penggunaan

⁴⁷ A P A Santoso, M Habib, and ..., "Hak Reproduksi Pada Penderita HIV/AIDS Ditinjau Dari Sudut Pandang Hukum Dan Agama," *JISIP (Jurnal Ilmu ...* 7, no. 3 (2023): 2004–17, <https://doi.org/10.58258/jisip.v7i1.5130/http..>

peralatan medis yang tidak steril, seperti penggunaan alat suntik bersama.

- 3) Penularan HIV dapat terjadi secara perinatal, yaitu dari ibu ke janin atau bayi. Penularan ke janin terjadi selama kehamilan melalui plasenta yang terinfeksi. Sedangkan penularan ke bayi bisa terjadi melalui darah atau cairan genital saat persalinan, dan juga melalui air susu ibu (ASI) selama masa laktasi⁴⁸.

Bila tidak mendapatkan terapi antiretrovirus (ARV), sebagian besar individu yang terinfeksi HIV berpotensi mengalami perkembangan menjadi AIDS. Kecepatan transisi dari infeksi HIV ke AIDS sangat dipengaruhi oleh sifat dan kekuatan virus, kondisi gizi, dan metode penularan. Dengan demikian, infeksi HIV dapat diklasifikasikan ke dalam tiga tipe, yakni rapid progressor, dengan perkembangan penyakit selama 2-5 tahun, average progressor dengan perkembangan selama 7-15 tahun, dan slow progressor, yang memerlukan waktu lebih dari 15 tahun⁴⁹.

Langkah-langkah untuk Mencegah Penularan HIV/AIDS melibatkan⁵⁰:

- 1) Pencarian informasi yang akurat dan komprehensif mengenai HIV/AIDS.
- 2) Menjauhi hubungan seksual sebelum menikah.
- 3) Berkomunikasi terbuka mengenai isu seksualitas remaja dengan orangtua, guru, teman, atau individu yang memiliki pengetahuan tentang HIV/AIDS.
- 4) Menghindari penggunaan obat-obatan terlarang, jarum suntik, serta praktik tato dan tindik yang tidak steril.
- 5) Menghindari kontak langsung dan pertukaran darah dengan individu yang terinfeksi HIV.
- 6) Menjauhi perilaku yang tidak sehat dan tidak bertanggung jawab.

⁴⁸ Marwan, "Kesehatan Mental Remaja Terkait Resiko Penularan Hiv-Aids (Analisis Semiotika Pada Iklan Layanan Masyarakat)."

⁴⁹ Pekalongan, "Penyuluhan Islam Bagi Orang Dengan HIV AIDS Purnama Rozak HIV / AIDS ."

⁵⁰ Rannyta Trijupitasari and Muhd Ar. Imam Riauan, "Pola Komunikasi Komisi Penanggulangan Aids (Kpa) Kota Pekanbaru Dalam Mensosialisasikan Bahaya Hiv Dan Aids Kepada Penjaja Sex Dan Gay," *Medium* 6, no. 1 (2017): 78–86, [https://doi.org/10.25299/medium.2017.vol6\(1\).1089](https://doi.org/10.25299/medium.2017.vol6(1).1089).

B. Penelitian terdahulu

1. Rifanti Dwi A tahun 2020 dengan judul skripsi “Resiliensi orang dengan HIV/AIDS (ODHA) di Jakarta Selatan Dalam Menghadapi Stigma Dan Diskriminasi”. Dalam skripsi ini peneliti memfokuskan untuk mengetahui proses resiliensi yang dialami oleh ODHA dalam menghadapi stigma dan diskriminasi. Hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa ketiga ODHA dinyatakan memiliki resiliensi yang baik, ketiganya telah menjadi pendamping untuk ODHA lainnya yang baru mengetahui status positifnya dan mereka mampu memanfaatkan secara maksimal potensi yang dimilikinya untuk mengatasi permasalahan yang timbul pasca terdiagnosa positif HIV/AIDS. Persamaan penelitian ini dengan peneliti terdahulu sama-sama membahas terkait membangun resiliensi untuk ODHA dan mengurangi stigma serta deskriminasi dari masyarakat, sedangkan perbedaannya melainkan penelitian terdahulu menekankan pada, tahapan HIV/AIDS dan tes HIV/AIDS.⁵¹
2. Wiranti kurnia sari tahun 2019 dengan judul skripsi “Pelaksanaan Konseling Khusus Bagi Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di Komunitas Jaringan ODHA Berdaya Provinsi Lampung”. Dalam skripsi ini peneliti memfokuskan untuk mendeskripsikan pelaksanaan konseling khusus bagi orang dengan dengan HIV/AIDS dalam meningkatkan kepercayaan diri. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa layanan konseling khusus HIV/AIDS terhadap ODHA dengan menerapkan teori terapi realitas yang menggunakan 5 tahapan yakni membangun hubungan, pengidentifikasian dan pengeksplorasian masalah, pemecahan masalah, pengaplikasian solusi dan penutupan, juga tahap monitoring dengan menghasilkan adanya perubahan perilaku dari ODHA seperti timbulnya kemandirian dan lebih memiliki rasa kepercayaan diri yang lebih, memiliki konsep diri, harga diri dan tekad yang kuat. Persamaan penetian ini dengan peneliti terdahulu, sama-sama membahas tentang peran konseling untuk ODHA agar mereka dapat hidup normal seperti manusia pada umumnya, sedangkan perbedaannya Penelitian terdahulu menekankan pada proses serta tahapan-

⁵¹ Rifanti Dwi A, “Resiliensi Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Di Jakarta Selatan Dalam Menghadapi Stigma Dan Diskriminasi,” (*Skripsi, Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta*), 2020.

tahapan layanan konseling khusus HIV/AIDS⁵².

3. Candra Nugraha tahun 2022 dengan judul skripsi “Resiliensi Pada ODHA Dalam HIV (ODHIV) Terhadap Stigma Dan Diskriminasi Di Koradepok”. Dalam penelitian ini peneliti memfokuskan pada resiliensi untuk individu yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHIV) dalam menghadapi diskriminatif serta stigmatisme yang mereka alami. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa Keempat individu yang hidup dengan HIV/AIDS (ODHIV) memiliki sumber daya kekuatan masing-masing, dan saat ini beberapa dari mereka telah dapat bekerja, beradaptasi, serta berperan sebagai pendamping bagi sesama ODHIV yang baru. Persamaan penelitian ini dengan peneliti terdahulu, sama-sama membahas terkait resiliensi pada ODHA. Sedangkan perbedaannya penelitian terdahulu hanya berfokus pada resiliensi saja, dan tidak menggunakan layanan bimbingan konseling.

C. Kerangka berfikir

Ketika seseorang dinyatakan positif HIV, mereka mengalami beban emosional dan mental yang signifikan. Orang dengan HIV/AIDS (ODHA) juga menunjukkan perubahan dalam kepribadian mereka, seperti mengalami stres, depresi, merasa tidak berarti, dan kekurangan dukungan sosial. Tekanan psikologis dan sosial yang dialami ODHA dapat berdampak negatif pada kualitas hidup mereka, dengan salah satu bentuk tekanan yang dihadapi adalah stigma dan diskriminasi. Stigma dan diskriminasi saat ini masih menjadi kendala utama dalam upaya pencegahan dan penanggulangan HIV/AIDS.

Resiliensi adalah suatu proses yang dinamis, melibatkan adaptasi positif dalam situasi sulit yang mengandung bahaya atau hambatan yang signifikan. Proses ini dapat mengalami perubahan seiring waktu dan dalam berbagai konteks lingkungan. Pengembangan resiliensi seseorang menjadi sulit tanpa dorongan dari diri sendiri untuk bertahan dan mengatasi masalah, serta tanpa dukungan sosial yang memadai.

Oleh karena itu, layanan bimbingan konseling melakukan pendekatan komprehensif yang bertujuan mengidentifikasi dan

⁵² Wiranti Kurnia Sari, “Pelaksanaan Konseling Khusus Bagi Orang Dengan Hiv/Aids (Odha) Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Di Komunitas Jaringan Odha Berdaya Provinsi Lampung,” (*Skripsi, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung*) (2019).

memperkuat sumber daya internal mereka. Fokusnya melibatkan pembangunan keterampilan adaptasi, penguatan aspek psikologis, peningkatan dukungan sosial, serta edukasi terkait manajemen emosi dan stigma. Dengan demikian, dalam bimbingan konseling ini diarahkan untuk membantu ODHA mengembangkan ketahanan mental dan emosional, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih kuat dan percaya diri.

Gambar 2.1 Kerangka berfikir

