

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Gambaran Objek Penelitian

#### 1. Sejarah Berdirinya Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus

Badan penanggulangan AIDS di Kabupaten Kudus telah ditetapkan sesuai dengan Keputusan Bupati Kudus Nomor 443.2.2/11/2019 yang dikeluarkan pada tanggal 25 Januari 2019. Keputusan tersebut mengenai perubahan Lampiran I dan II Keputusan Bupati Kudus Nomor 443.2.2/01/2013 tentang pembentukan badan penanggulangan *Acquired Immuno Deficiency Syndrome* (AIDS) di Kabupaten Kudus. Badan penanggulangan AIDS di Kabupaten Kudus berada di bawah tanggung jawab langsung Bupati. Mereka juga menjalin hubungan koordinatif, konsultatif, dan teknis dengan badan penanggulangan AIDS tingkat provinsi dan nasional.<sup>1</sup>

Dalam menjalankan tugasnya, Komisi Penanggulangan AIDS mendapat bantuan dari sebuah kesekretariatan, yang struktur personelya ditetapkan oleh Sekretaris I melalui surat perintah dengan persetujuan Ketua KPA. Kesekretariatan minimal terdiri dari beberapa posisi, termasuk Kepala Sekretariat, Pengelola Program, Pengelola Keuangan dan Administrasi, Pengelola Bidang Pengobatan, Dukungan dan Perawatan, Pengelola Bidang Perencanaan, Penyuluhan, dan Pemberdayaan Masyarakat, Pengelola Bidang Pencegahan HIV Melalui Transmisi Seksual (PMTS), serta Pengelola Bidang Mitigasi dan Dampak Sosial Ekonomi. Personel kesekretariatan bertugas sesuai dengan kegiatan dan program yang telah ditentukan melalui musyawarah anggota KPA dan disetujui oleh Ketua KPA. Mereka memfasilitasi semua kegiatan yang telah ditetapkan dan bersama anggota KPA melakukan pemantauan terhadap seluruh kegiatan KPA. Anggota KPA dalam menjalankan tugasnya dibagi menjadi kelompok kerja (POKJA). Kelompok kerja sebagaimana dimaksud nomor 6 (enam) minimal terdiri dari:<sup>2</sup>

- a. Pokja Bidang Perencanaan, Penyuluhan dan Pemberdayaan Masyarakat (P3M)

---

<sup>1</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

<sup>2</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

- b. Pokja Bidang Pencegahan HIV Melalui Transmisi Seksual (PMTS)
- c. Pokja Bidang Mitigasi dan Dampak Sosial Ekonomi (MDSE)
- d. Pokja Bidang Pengobatan, Dukungan dan Perawatan (PDP)

Komisi Penanggulangan AIDS secara bertahap dan terus-menerus menyampaikan informasi kepada semua instansi pemerintah daerah, institusi pendidikan, entitas swasta, organisasi masyarakat yang didirikan oleh warga, termasuk lembaga adat, lembaga keagamaan, tokoh adat, tokoh agama, dan tokoh masyarakat.<sup>3</sup>

## 2. Letak Geografis

Komisi Penanggulangan AIDS (KPA) Berada di Jl. Ganesa Raya No.35, Purwosari, Kec. Kota Kudus, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah 59332, menunjukkan bahwa Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus terletak di wilayah Kabupaten Kudus, Provinsi Jawa Tengah, Indonesia. Kabupaten Kudus sendiri terletak di bagian tengah Pulau Jawa.

## 3. Visi, Misi dan Tujuan

### a. Visi

Mewujudkan Kabupaten Kudus peduli HIV-Aids melalui pemantapan sinergis antara pemerintah, swasta, dan masyarakat.<sup>4</sup>

### b. Misi

Misi Komisi Penanggulangan Aids Kabupaten Kudus Tahun 2020-2025 merupakan penjabaran dari visi.<sup>5</sup>

Adapun Misi tersebut terdiri dari :

- 1) Meningkatkan peran dan fungsi institusi pemerintah, baik dalam program maupun penganggaran untuk Penanggulangan Aids
- 2) Menumbuhkembangkan kepedulian institusi swasta dan masyarakat termasuk Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Peduli HIV-Aids untuk ikut berperan aktif dalam Penanggulangan HIV-AIDS.
- 3) Peningkatan standarisasi dan kapasitas layanan kesehatan yang terintegrasi bagi Orang Dengan HIV-Aids (ODHA)

<sup>3</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

<sup>4</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

<sup>5</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

#### 4. Struktur organisasi

Struktur Organisasi Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus sesuai dengan Keputusan Bupati Kudus Nomor : 443.2.2/11/2019 tanggal 25 Januari 2019 tentang Perubahan Lampiran I dan Lampiran II Keputusan Bupati Kudus Nomor 443.2.2/01/2013 tentang Pembentukan Komisi Penanggulangan Acquired Immuno Deficiency Syndrome (AIDS) Kabupaten Kudus, adapun Susunan Komisi Penanggulangan Acquired Immuno Deficiency Syndrome (AIDS) sebagai berikut.<sup>6</sup>

#### **Struktur Komisi Penanggulangan Aids (Kpa) Kabupaten Kudus**

##### a. Dewan pengawas

Ketua	: Bupati
Ketua pelaksana I	: Wakil Bupati
Ketua pelaksana II	: Sekretaris Daerah
Wakil ketua I	: Kepala DINKES
Wakil ketua II	: Kabag KESRA

##### b. Direksi

Sekretaris I / Kepala sekretariat	: Nurhadi, SH
Sekretaris I / Kepala sekretariat	: Nurhadi, SH
Sekretaris III	: Kepala DINSOS P3AP2KB
Pengelola program	: Pujo W
Pengelola ADM dan KEU	: Sa'dullah J
Pengelola BID. P3M	: Eny S
Pengelola BID. PMTS	: Wahyu Y A
Pengelola BID. MDSE	: Hasyiruddin F A
Pengelola BID. PDP	: Sabrina W A

#### 5. Program kerja KPA Kabupaten Kudus

- Melakukan koordinasi dan /atau kerjasama dengan instansi Pemerintah Daerah,dunia usaha,organisasi non pemerintah,organisasi profesi,perguruan tinggi,dan/atau pihak-pihak lain yang dianggap perlu,serta melibatkan partisipasi masyarakat.
- Dalam melaksanakan tugasnya Komisi Penanggulangan AIDS dibantu oleh kesekretariatan yang susunan personilnya ditetapkan oleh Sekretaris I melalui surat perintah atas persetujuan Ketua KPA Kabupaten/Kota.

- c. Personil kesekretariatan minimal terdiri atas Kepala Sekretariat, Pengelola Program, Pengelola Keuangan dan Administrasi, Pengelola Bidang (Sesuai dengan SK).
- d. Personil kesekretariatan dalam menjalankan tugas pokok dan fungsinya yaitu berdasarkan kegiatan dan program yang telah ditentukan melalui musyawarah anggota KPAD dan ditetapkan oleh Ketua KPA dengan melakukan fasilitasi seluruh kegiatan yang telah ditetapkan dan bersama anggota KPAD melakukan monitoring seluruh kegiatan KPAD.
- e. Anggota KPAD dalam menjalankan tugasnya dibagi dalam kelompok kerja (POKJA), yaitu :
  - 1. Bidang Perencanaan, Penyuluhan, dan Pemberdayaan masyarakat.
  - 2. Bidang Pencegahan HIV Melalui Tranmisi Seksual ( PMTS ).
  - 3. Bidang Mitigasi dan Dampak Sosial Ekonomi.
  - 4. Bidang Pengobatan, Dukungan, dan Perawatan
- f. Tugas dan fungsi pokja:
  - 1) Membuat dan merencanakan program pencegahan dan penanggulangan HIV-AIDS sesuai dengan pokja masing-masing.
  - 2) Bertanggung jawab terhadap terlaksananya kegiatan.
  - 3) Bersama tim kesekretariatan melakukan monitoring dan evaluasi hasil kegiatan.
  - 4) Memastikan koordinasi kegiatan berjalan dengan baik.
- g. Masyarakat dapat berperan serta membantu penyelenggaraan penanggulangan HIV-AIDS di bawah koordinasi KPAD
- h. Getting Three Zeroes pada 2030 yaitu :
  - 1) Menurunkan hingga meniadakan infeksi baru HIV.
  - 2) Menurunkan hingga meniadakan kematian yang disebabkan oleh keadaan yang berkaitan dengan AIDS.
  - 3) Menurunkan hingga meniadakan stigma dan diskriminasi terhadap ODHA.
- i. Strategi akselerasi Suluh, Temukan, Obati, Pertahankan **(STOP)** untuk mencapai target eliminasi HIV-AIDS tahun 2030.
  - 1) Suluh Skreening: Berikan informasi yang benar tentang HIV-AIDS

- 2) Temukan : Silahkan tes HIV screening sesuai SPM(Standart Minimal Pelayanan) atau konfirmasi diagnosis bila reaktif.
  - 3) Obati : Segera ARV jika terdiagnosis infeksi HIV.
  - 4) Pertahankan : Patuh minum obat.
- j. Adapun Fast Track 90-90-90 meliputi :
- 1) 90% dari orang yang hidup dengan HIV (ODHA) mengetahui status HIV melalui tes atau deteksi dini.
  - 2) 90% dari ODHA yang mengetahui stat us HIV untuk memulai pengobatan Antiretroviral (ARV).
  - 3) 90% ODHA yang dalam pengobatan ARV telah berhasil menekan jumlah virusnya sehingga mengurangi kemungkinan penularan HIV,serta tidak ada lagi stigma dan diskriminasi terhadap ODHA.<sup>7</sup>

## **B. Temuan hasil penelitian**

Bagian ini mengungkapkan informasi yang diperoleh dari wawancara dan analisis dokumen, serta tentang peran bimbingan konseling dan perkembangan resiliensi terhadap ODHA.

### **1. Peran Bimbingan Konseling**

#### **a. Peran Bimbingan Konseling Pada ODHA**

Pada dasarnya memberikan bimbingan konseling pada ODHA untuk menunjang kesehatan mental yang mencakup keseluruhan kondisi individu dari perspektif emosional, psikologis, dan sosial, termasuk kecemasan, stres, depresi, serta pengalaman stigma dan diskriminasi. Namun, kita dapat mengelola kondisi dengan baik, dengan bantuan layanan profesional atau konselor yang ada di KPA.

Dalam hal ini konselor telah memberikan bimbingan konseling untuk ODHA, dan dari kedua ODHA telah menyatakan bahwa konselor memang memberi bimbingan konseling. dengan pernyataan ODHA pertama:

“Iya, tugas konselor dalam memeberikan bimbingan konseling sudah pasti ditarapkan pada ODHA di KPA kabupaten Kudus ini.”<sup>8</sup>

<sup>7</sup> Profil KBAD Kabupaten Kudus, 12 Februari 2024.

<sup>8</sup> ODA Pertama Inisial J , Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

Sedangkan dari ODHA kedua mengungkapkan bahwa:

“Pemberian bimbingan konseling itu pasti, apalagi kalau ODHA berkunjung ke kantor untuk mengambil obat.”<sup>9</sup>

Sementara itu pernyataan dari konselor sendiri; “Pemberian konseling itu pasti, dikarenakan individu yang mengidap HIV perlu menyadari bahwa mereka memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami gangguan mood, kecemasan, dan depresi. Namun, penting untuk dicatat bahwa semua gangguan mental dapat diobati. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang komprehensif dan menekankan pada layanan HIV yang berorientasi pada individu, yang melibatkan pelayanan dan dukungan yang memadai dan disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing individu.”<sup>10</sup>

Adapun tanggapan dari kepala KPA kabupaten Kudus mengungkapkan bahwa:

“Iya, saat ini konselor selalu memberi konseling bagi ODHA menjadi prioritas dalam penanganan HIV/AIDS di Kabupaten Kudus. Melalui bimbingan konseling, kami berusaha memberikan dukungan, pemahaman, dan informasi yang dibutuhkan bagi ODHA untuk mengelola kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik.”<sup>11</sup>

Selanjutnya kepala KPA juga mengungkapkan: “Kami juga memastikan bahwa bimbingan konseling dilakukan dengan mengedepankan aspek kepedulian, kerahasiaan, dan penghargaan terhadap hak-hak individu ODHA. Dengan demikian, kami berharap dapat membantu ODHA untuk menjalani kehidupan

---

<sup>9</sup> ODA Kedua Inisial S , Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

<sup>10</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>11</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

yang lebih berkualitas dan bermartabat di tengah masyarakat." <sup>12</sup>

Dalam penelitian ini, terdapat penegasan dari ODHA sendiri bahwa bimbingan konseling memang diterapkan oleh konselor dengan baik. Hal ini menunjukkan bahwa upaya untuk memberikan dukungan dan bimbingan konseling kepada ODHA di KPA Kabupaten Kudus telah berhasil di implementasikan. <sup>13</sup>

Selain itu, pernyataan dari hasil wawancara menunjukkan pemahaman yang mendalam tentang peran bimbingan konseling pada ODHA, serta pentingnya pendekatan yang holistik dalam memberikan layanan yang sesuai dengan kebutuhan individu. Dengan demikian, bimbingan konseling tidak hanya membantu ODHA dalam mengelola kondisi mereka, tetapi juga memberikan harapan untuk penyembuhan dan pemulihan yang berkelanjutan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menggarisbawahi pentingnya bimbingan konseling dalam menyokong kesehatan mental ODHA, sambil menekankan perlunya pendekatan yang berorientasi pada individu dan dukungan yang komprehensif dari layanan konseling. Hal ini memiliki implikasi penting dalam meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan ODHA serta membantu mereka untuk menghadapi tantangan yang dihadapi dengan lebih baik. <sup>14</sup>

#### **b. Pemberian Edukasi Kesehatan Pada ODHA**

Berdasarkan wawancara dengan kedua ODHA mereka menjelaskan mengenai informasi atau edukasi yang diberikan oleh konselor yang ada di KPA terkait dengan kesehatan fisik maupun psikis.

- 1) Pemberian dukungan kesehatan fisik dan psikologis pada ODHA berdasarkan hasil wawancara ODHA pertama. <sup>15</sup>

---

<sup>12</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

<sup>13</sup> Hasil Observasi Penulis Di KPA Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

<sup>14</sup> Hasil Observasi Penulis Di KPA Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

<sup>15</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

“Iya, konselor memang sudah memberikan edukasi kesehatan, karena dengan edukasi saya jadi tau kalau kesehatan fisik biasanya lebih mengacu pada tubuh jasmani kita. Bila kita menjaga kebugaran tubuh, makan makanan bergizi, istirahat yang cukup, maka tubuh kita akan merasa sehat. Serta adanya dukungan psikologis, seperti selalu mengarahkan berpikir ke hal yang lebih positif.”

ODHA kedua:<sup>16</sup>

“Tentu benar yang dibilang si A adanya edukasi kesehatan fisik maupun psikis tersebut, karena di sisi lain, kesejahteraan pikiran dan perasaan, kesanggupan kita menghadapi tekanan hidup sehari-hari, kemampuan tetap produktif, itu sangat berpengaruh.”

Pemberian dukungan kesehatan fisik dan psikologis pada ODHA berdasarkan hasil wawancara konselor:

“Pemberian bimbingan konseling sudah di berikan, maka saya katakan memang sulit memisahkan kesehatan fisik dan psikis karena keduanya saling terkait. Fokus utama terhadap pengobatan dan perawatan HIV lebih diutamakan pada pengobatan secara fisik saja. Kadang juga dibicarakan selintas tentang pentingnya dukungan sosial, namun untuk perawatan kesehatan mental individu dengan HIV adalah hal penting yang juga tidak boleh diabaikan.”<sup>17</sup>

Adapun tanggapan wawancara dari Kepala KPA Kabupaten Kudus terkait konselor yang telah memberikan edukasi kesehatan pada ODHA:

“Saya pribadi, sangat mengapresiasi peran penting yang dilakukan oleh konselor dalam memberikan edukasi kesehatan kepada ODHA di

---

<sup>16</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 6 Februari 2024.

<sup>17</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

Kabupaten Kudus ini. Edukasi kesehatan ini merupakan salah satu pilar utama dalam upaya penanggulangan HIV/AIDS, karena memberikan pengetahuan yang penting bagi ODHA untuk mengelola kondisi kesehatan mereka dengan lebih baik. Melalui edukasi, kami berharap ODHA dapat memahami pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan, gaya hidup sehat, dan pentingnya menjaga kesehatan fisik serta mental mereka. Kami terus mendorong upaya-upaya seperti ini agar dapat menciptakan lingkungan yang inklusif dan mendukung bagi ODHA dalam menghadapi tantangan virus HIV/AIDS.” Dan kepala KPA juga mengungkapkan bahwa, “Kehadiran konselor juga yang memberikan dukungan psikologis bagi ODHA. Saya selalu melihat ODHA seringkali menghadapi tantangan emosional, psikologis, dan sosial yang kompleks sebagai akibat dari kondisi kesehatan mereka. Melalui dukungan psikologis yang diberikan ini, ODHA dapat merasa didengar, dipahami, dan didukung dalam mengelola perasaan, stres, dan kecemasan yang terkait dengan kondisi mereka. Kami sangat mendukung upaya konselor dalam memberikan bantuan psikologis yang komprehensif kepada ODHA, sehingga mereka juga dapat merasa lebih kuat dan termotivasi dalam menghadapi perjalanan penyembuhan nya.”<sup>18</sup>

- 2) Pemberian edukasi meningkatkan kualitas hidup dan pencegahan penularann virus pada ODHA

Wawancara dilakukan dengan dua individu (ODHA) untuk mendapatkan pemahaman mendalam tentang pengaruh edukasi dalam meningkatkan kualitas hidup mereka dan upaya pencegahan penularan virus.

---

<sup>18</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

ODHA pertama:<sup>19</sup>

"Iya betul, konselor telah mengedukasi saya tentang pemahaman yang lebih baik tentang kondisi saya, mulai dari pengelolaan kesehatan hingga memahami pentingnya kepatuhan terhadap terapi. Ini membantu saya merencanakan hidup saya lebih baik, mengurangi stres, dan memungkinkan saya untuk tetap aktif secara sosial dan produktif."

Dan untuk edukasi pencegahan dan penularan ODHA pertama menyatakan bahwa:

"Penting sekali. Dengan pengetahuan yang benar tentang bagaimana HIV ditularkan dan bagaimana cara melindungi diri, kami sebagai ODHA dapat mengurangi risiko penularan kepada orang lain dan juga menjaga kesehatan kami sendiri. Edukasi juga membantu menghilangkan stigma dan diskriminasi, karena masyarakat yang lebih teredukasi cenderung lebih memahami bahwa HIV tidak menular melalui kontak sehari-hari."

ODHA kedua:<sup>20</sup>

"Memang benar adanya sebelum mendapat bimbingan konseling dari konselor, dulu saya merasa sangat terisolasi dan takut akan apa yang akan terjadi. Tetapi dengan adanya bimbingan, saya dapat mengelola kesehatan saya dengan lebih baik, membuat keputusan yang lebih berani, dan merasa lebih percaya diri. Ini memberi saya kualitas hidup yang jauh lebih baik daripada sebelumnya." Serta adanya upaya edukasi 2P (Pencegahan dan Penularan) ODHA menyatakan. "ternyata setelah tau pencegahan dan penularan virus HIV tidak seperti yang di bayangkan oleh masyarakat pada umumnya. Karena pengetahuan

---

<sup>19</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>20</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

yang salah masyarakat menjadi mudah untuk mendeskriminasi ODHA.”

Wawancara ini menunjukkan betapa pentingnya edukasi dalam kesehatan fisik dan psikis, meningkatkan kualitas hidup ODHA dan mencegah penularan virus HIV:

“Melalui edukasi ini, kita dapat memberikan informasi yang akurat tentang HIV/AIDS, seperti tentang pengobatan yang tersedia, cara menjaga kesehatan, dan bagaimana menghadapi stigma yang seringkali terkait dengan kondisi ini. Ketika seseorang memiliki pemahaman yang baik tentang kondisinya, mereka lebih mampu untuk mengambil keputusan yang tepat untuk kesehatan mereka dan mengurangi ketakutan serta kecemasan yang mungkin mereka alami.”<sup>21</sup>

Serta konselor juga menyatakan bahwa:

“Untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk mencegah penyebarannya. contohnya termasuk menggunakan kondom saat berhubungan seks bebas, pencegahan LSL (lelaki suka lelaki), berbagi informasi tentang status HIV kepada pasangan, dan mengakses perawatan dan dukungan yang dibutuhkan untuk mengelola kondisi mereka dengan baik. Selain itu, edukasi juga membantu dalam mengurangi stigma buruk bagi masyarakat awam.”<sup>22</sup>

Setelah itu kepala KPA menjelaskan bahwa:

“Pemberian edukasi yang disampaikan oleh konselor kepada ODHA merupakan langkah yang penting dalam meningkatkan kualitas hidup mereka. Edukasi ini bukan hanya tentang pengobatan dan manajemen kesehatan, tetapi juga tentang bagaimana ODHA dapat hidup secara produktif, dan mandiri meskipun dengan kondisi HIV/AIDS. Kami percaya bahwa melalui

---

<sup>21</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>22</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

edukasi yang tepat, ODHA dapat memahami hak-hak dan kebutuhan mereka, mengatasi stigma dan diskriminasi, serta membangun keterampilan yang diperlukan untuk menjalani kehidupan sehari-hari yang bermakna dan berarti. KPA disini bersama dengan konselor yang terus berkomitmen untuk menyediakan edukasi yang komprehensif dan relevan bagi ODHA, guna meningkatkan kualitas hidup mereka serta memperkuat kesadaran akan pentingnya dukungan dan pemahaman dalam masyarakat terhadap mereka.”<sup>23</sup>

Tidak hanya itu kepala KPA juga menjelaskan: “Pemberian edukasi pencegahan penularan virus kepada ODHA yang disampaikan oleh konselor, merupakan komponen yang sangat penting dalam upaya penanggulangan HIV/AIDS di Kabupaten Kudus saat ini. Melalui edukasi ini, ODHA dapat memahami cara-cara untuk melindungi diri mereka sendiri dan orang lain dari penularan virus HIV. Konselor di sini sebagai pemegang peran dalam menyampaikan informasi tentang cara yang aman, seperti penggunaan kondom, pengelolaan pengobatan, dan pengurangan risiko perilaku berisiko. Saya selalu menegaskan bahwa KPA Kabupaten Kudus terus mendukung upaya-upaya pencegahan dan edukasi yang bertujuan untuk memutus rantai penularan HIV/AIDS di masyarakat.”<sup>24</sup>

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa peran konselor dalam memberikan edukasi tentang kesehatan fisik dan psikis, serta pencegahan penularan virus HIV, sangatlah penting dalam meningkatkan kualitas hidup ODHA dan meminimalkan risiko penularan virus kepada orang lain. Edukasi yang tepat dan dukungan yang diberikan oleh konselor memainkan peran kunci dalam membantu ODHA

---

<sup>23</sup> Bapak nur hadi, wawancara oleh penulis, transkrip 06 february 2024.

<sup>24</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

mengelola kondisi mereka dengan lebih baik dan mengurangi dampak negatifnya terhadap kehidupan sehari-hari.<sup>25</sup>

**c. Memberikan Support Psikologis**

Pertanyaan wawancara ODHA tentang support psikologis, motivasi dalam pengobatan ARV (*Anti Retroviral*), dan dampak positif rutin minum obat ARV yang diberikan oleh konselor:

ODHA pertama mengatakan:

“Konselor telah memberikan dukungan psikologis yang sangat penting bagi saya dalam perjalanan pengobatan ARV. Mereka tidak hanya menyuruh, tetapi juga memberikan motivasi dan dorongan untuk terus mematuhi pengobatan ARV saya. Salah satu hal terpenting yang konselor lakukan adalah membantu saya memahami pentingnya '3T' dalam pengobatan ARV, yaitu *Time* (Waktu), *Taking* (Minum), dan *Tolerance* (Ketahanan) dan dampak rutin minum obat ARV dapat menekan virus yang ada di dalam tubuh.”

Sedangkan menurut ODHA kedua:

“Melalui sesi konseling, konselor membimbing saya untuk memahami betapa pentingnya minum obat ARV saya secara teratur sesuai dengan jadwal yang telah ditetapkan. Konselor juga memberikan motivasi dengan mengingatkan saya tentang dampak positif yang akan saya rasakan jika saya tetap konsisten dalam minum obat ARV, seperti meningkatnya kekebalan tubuh.”

Secara keseluruhan, konselor memainkan peran yang krusial dalam memberikan dukungan psikologis, motivasi, dan pemahaman kepada ODHA terkait pengobatan ARV. Dukungan ini membantu ODHA untuk tetap fokus, disiplin, dan optimis dalam menghadapi perjalanan pengobatan HIV/AIDS mereka, serta meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.<sup>26</sup>

---

<sup>25</sup> Hasil Observasi Penulis Di Kpa Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

<sup>26</sup> Hasil Observasi Penulis Di Kpa Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

Dukungan Psikologis dan Motivasi dalam Pengobatan ARV untuk ODHA berdasarkan wawancara pada konselor.

- 1) Dukungan psikologis untuk ODHA  
“Sebagai konselor, saya memahami pentingnya dukungan psikologis bagi ODHA. Kami memberikan ruang aman di mana mereka dapat berbicara tentang perasaan, kekhawatiran, dan tantangan yang mereka hadapi sehubungan dengan kondisi mereka. Kami mendengarkan dengan penuh perhatian dan empati, membantu mereka memahami dan mengelola stres, kecemasan, atau depresi yang mungkin timbul. Kami juga bekerja sama dengan mereka untuk mengembangkan strategi koping yang sehat dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan.”<sup>27</sup>
- 2) Motivasi dalam pengobatan ARV:  
“Saya, memberikan motivasi kepada ODHA dengan mengedukasi mereka tentang pentingnya kepatuhan terhadap pengobatan ARV. Saya juga menjelaskan dampak positif yang dapat mereka rasakan jika mereka tetap konsisten dalam minum obat ARV, seperti peningkatan kekebalan tubuh, penurunan viral load, dan peningkatan harapan hidup. saya juga membantu mereka memahami bahwa pengobatan ARV adalah langkah penting dalam menjaga kesehatan mereka dan mencegah penyebaran virus kepada orang lain.”<sup>28</sup>
- 3) Dampak Positif Rutin Minum Obat ARV:  
“Kami menjelaskan kepada ODHA bahwa rutin minum obat ARV memiliki dampak yang sangat positif dalam mengendalikan HIV dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Rutin minum obat ARV dapat membantu menekan virus HIV dalam tubuh, meningkatkan kesehatan secara keseluruhan, dan memperpanjang harapan hidup. Kami juga menyoroti bahwa dengan kepatuhan terhadap pengobatan, mereka dapat mengurangi risiko penularan virus

---

<sup>27</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>28</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

kepada orang lain, sehingga membantu memutus rantai penyebaran HIV dalam komunitas.”

Konselor juga menambahkan:

“Melalui pendekatan ini, saya berusaha untuk memberikan dukungan psikologis yang kokoh, motivasi yang berkelanjutan, dan pemahaman yang mendalam kepada ODHA tentang pengobatan ARV mereka. Dengan demikian, saya berharap dapat membantu mereka dalam menghadapi perjalanan pengobatan HIV/AIDS mereka dengan lebih percaya diri dan optimis.”<sup>29</sup>

Tanggapan wawancara dari Kepala KPA Kabupaten Kudus terkait motivasi yang diberikan oleh konselor agar ODHA konsisten dalam minum ARV atau disebut 3T:

“konselor disini selalu mengingatkan para ODHA agar terus meminum ARV ini, konsistensi dalam minum ARV adalah kunci untuk menekan perkembangan virus HIV dan menjaga kesehatan ODHA. Melalui pendekatan yang empatik dan dukungan yang berkelanjutan, konselor membantu ODHA memahami pentingnya 3T: Teratur, Tepat, dan Tuntas dalam mengonsumsi ARV.”<sup>30</sup>

Tidak lupa kepala KPA juga mengatakan:

“Dengan memberikan motivasi, konselor dapat membantu ODHA mengatasi hambatan-hambatan yang mungkin muncul dalam menjalani pengobatan ARV, seperti efek samping obat, stigmatisasi, atau kesulitan dalam menjaga konsistensi. Kami yang ada disini percaya bahwa dengan dukungan yang tepat, ODHA dapat merasa didukung dan termotivasi untuk mematuhi rencana pengobatan mereka dengan baik.” Serta beliau menegaskan bahwa, “Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus berkomitmen untuk terus mendukung peran

---

<sup>29</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>30</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

konselor dalam memberikan motivasi dan dukungan kepada ODHA agar mereka dapat menjalani pengobatan ARV dengan konsisten dan meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan.”<sup>31</sup>

## 2. Resiliensi pada ODHA

### a. Kemampuan Mengelola Stress Dan Tekanan Psikologis Dalam Pandangan Islam

Stres seringkali timbul ketika terjadi perubahan, entah itu di dalam diri kita sendiri atau di lingkungan sekitar kita. Bagaimana kita menangani sumber stres ini sangat bergantung pada sejumlah kemampuan yang dimiliki oleh individu. Apabila kita mampu mengatasi stresor tersebut, maka bisa dianggap sebagai suatu tantangan yang dapat dihadapi. Namun, jika kita tidak mampu mengatasi stresor tersebut, maka stresor tersebut akan terasa sebagai ancaman bagi kita.

Bagi orang yang hidup dengan HIV, stresor utama adalah kenyataan bahwa kita akan hidup terus dengan virus dalam tubuh kita ini. Saat ini juga terjadi perubahan dalam gaya hidup atau kerutinan hidup kita, ada keharusan terus menerus mengonsumsi obat, ada keharusan memeriksa kesehatan secara rutin, mungkin ada perubahan dalam hubungan dengan orang-orang yang dekat dengan kita, atau juga ada kemungkinan kehilangan rasa percaya diri kita.<sup>32</sup>

Sudut pandang kedua ODHA tentang kemampuan dalam mengelola stres dan tekanan psikologis yang terkait dengan kondisi mereka.

ODHA pertama:

“Iya benar, konselor telah memberi bimbingan dengan cara mencari dukungan dari orang-orang terdekat, baik itu keluarga, teman, atau komunitas ODHA. Dan berbicara dengan seseorang yang kita percaya dapat membantu melepaskan beban emosional dan memberikan pandangan baru. Bagi saya, iman dan keyakinan dalam Islam sangat membantu. Saya sering

<sup>31</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>32</sup> Tannia Aprilia, “Hubungan Lama Menderita Dan Harga Diri Terhadap Resiliensi Odha,” 2023, 1–85.

berdoa dan membaca Al-Qur'an untuk menenangkan pikiran. Ibadah memberikan ketenangan batin dan membantu saya untuk tetap sabar dan kuat menghadapi ujian ini.”<sup>33</sup>

ODHA kedua:

“Iya pasti, konselor telah memberikan dukungan sosial karena dalam menghadapi stres dan tekanan psikologis terkait dengan HIV/AIDS. Selain itu, saya merasa seperti sabar dan tawakkal sangat penting. Dalam Islam, kita diajarkan untuk bersabar dalam menghadapi cobaan dan berserah diri kepada Allah. Ini memberikan saya kekuatan dan ketenangan. Setiap kali saya merasa tertekan, saya mencoba mengingat bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak Allah dan ada hikmah di baliknya.”<sup>34</sup>

Pendapat konselor yang memberikan dukungan psikologis kepada (ODHA):

“Dalam proses bimbingan ada beberapa strategi yang sering saya rekomendasikan kepada ODHA untuk membantu mereka mengelola stres dan tekanan psikologis. Pertama adalah penting bagi mereka untuk mencari dukungan sosial dari keluarga, teman, atau komunitas ODHA. Berbicara dengan orang yang dipercaya dapat membantu mengurangi beban emosional dan memberikan dukungan yang diperlukan. Selain itu, saya juga mendorong mereka untuk mencari bantuan profesional, seperti terapis atau konselor, yang dapat membantu mereka mengembangkan strategi *coping* yang efektif dan memberikan ruang untuk berekspresi secara aman.”<sup>35</sup>

Dalam tanggapan kepala KPA Kabupaten Kudus, menyatakan peran konselor dalam mendukung ODHA sudah dilakukan dalam pentingnya mengelola stress:

---

<sup>33</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>34</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>35</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

“Sangat penting bagi kami untuk memiliki konselor yang memberikan dukungan psikologis kepada ODHA. Mereka bukan hanya memberikan informasi medis, tetapi juga membantu dalam aspek psikologis. Pengelolaan stres pada ODHA merupakan hal penting dalam memastikan kualitas hidup mereka agar tetap terjaga.” Tidak lupa juga kepala KPA mengatakan, “Konselor kami telah memahami tantangan yang dihadapi para ODHA, termasuk stres yang sering muncul dari berbagai sumber, seperti stigma sosial, kekhawatiran akan kesehatan, atau masalah interpersonal. Melalui pendekatan yang holistik, mereka membantu ODHA untuk mengembangkan strategi pengelolaan stres yang efektif, termasuk teknik relaksasi, dukungan sosial, dan memperkuat rasa optimisme dan kemandirian.”<sup>36</sup>

Terkait arahan yang diberikan oleh konselor agar ODHA tidak mudah tertekan dengan kondisinya:

“Dalam arahan ini, konselor kami menekankan pentingnya menerima diri sendiri, mengembangkan keterampilan coping yang sehat, dan memanfaatkan sumber daya yang ada di sekitar mereka, termasuk dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas. Mereka juga mengajarkan teknik-teknik relaksasi dan mindfulness untuk membantu ODHA mengelola stres dan kecemasan yang mungkin timbul.”<sup>37</sup>

#### **b. Perubahan Kondisi Kesehatan**

Kemampuan untuk beradaptasi dengan perubahan kondisi kesehatan pada ODHA adalah kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan perubahan yang terjadi dalam kesehatan mereka seiring waktu. Ini melibatkan pengakuan dan penerimaan terhadap perubahan kondisi kesehatan, serta kemampuan untuk mengatasi tantangan baru yang mungkin muncul, seperti efek samping obat,

---

<sup>36</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>37</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

perkembangan penyakit terkait, atau perubahan dalam perawatan medis.<sup>38</sup>

1) Pemberian bimbingan untuk menerima diri sebagai ODHA

Tanggapan dari ODHA tentang pemberian bimbingan untuk menerima diri sebagai ODHA dalam konteks resiliensi dapat menggambarkan pentingnya dukungan psikologis dalam membangun ketahanan mental dan emosional.

ODHA pertama:

“Saya sangat bersyukur atas bimbingan yang saya terima untuk membantu saya menerima diri sebagai ODHA, arahan untuk selalu bersyukur, sabar dan tidak berputus asa dari rahmat Allah membuat saya mampu berdamai dengan kondisi sebagai ODHA. Dukungan dari kelompok ODHA juga membantu saya merasa diterima dan bangkit dari rasa rendah diri.”<sup>39</sup>

ODHA kedua:

“Bimbingan ini membantu saya untuk mengembangkan ketahanan mental dan emosional yang kuat. Dalam agama saya, kita diajarkan bahwa setiap cobaan adalah ujian dari Allah dan harus dihadapi dengan sabar dan ikhlas. Konselor saya sering mengingatkan bahwa penyakit ini adalah bagian dari takdir Allah dan bukan hukuman, melainkan ujian untuk meningkatkan keimanan. Ini memberikan saya kekuatan untuk menerima diri dan menjalani hidup dengan lebih tenang.”<sup>40</sup>

Pernyataan yang diberikan oleh konselor sendiri mengatakan:

“Sebagai seorang konselor, saya percaya bahwa pemberian bimbingan untuk membantu ODHA

<sup>38</sup> Hasil Observasi Penulis Di Kpa Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

<sup>39</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>40</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

menerima diri mereka sebagai individu yang hidup dengan HIV/AIDS merupakan langkah penting dalam membangun resiliensi mereka. Ketika seseorang menerima dan memahami kondisi kesehatan mereka dengan penuh pengertian dan kasih sayang terhadap diri sendiri, itu membuka pintu bagi proses penyembuhan yang lebih dalam.”<sup>41</sup> Selain itu konselor juga mengungkapkan bahwa. “Dalam bimbingan ini, kami berfokus pada membangun kesadaran diri yang positif, menghilangkan stigma internal, dan memperkuat citra diri yang sehat. Kami membantu ODHA untuk melihat bahwa mereka lebih dari sekadar diagnosis HIV/AIDS mereka-mereka ini memiliki impian, tujuan, dan potensi.”<sup>42</sup>

Sebagai Kepala KPA:

“Saya mengakui bahwa pemberian bimbingan untuk membantu ODHA menerima diri mereka sebagai individu yang hidup dengan HIV/AIDS memiliki peran penting dalam membangun resiliensi mereka. Kami menyadari bahwa penerimaan diri adalah pondasi yang kuat untuk proses penyembuhan dan pemulihan.” Dan “Dalam program kami, kami memprioritaskan pendekatan holistik yang mencakup aspek fisik, psikologis, dan sosial. Salah satu aspek penting dari ini adalah memberikan bimbingan dan dukungan kepada ODHA untuk membantu mereka mengatasi stigma internal, merasa lebih percaya diri, dan membangun kembali harga diri mereka.” Ungkap kepala KPA Kabupaten Kudus.<sup>43</sup>

---

<sup>41</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>42</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>43</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

- 2) Memberi bimbingan menjaga kesehatan fisik maupun psikis

Tanggapan dari ODHA tentang memberikan bimbingan untuk menjaga kesehatan fisik dan psikis dalam mengatasi resiliensi dapat menyoroti pentingnya pendekatan dalam membangun ketahanan terhadap HIV/AIDS.

ODHA pertama:

“Bimbingan ini membantu saya untuk memahami pentingnya merawat tubuh saya dengan baik, olahraga teratur, dan mengikuti perawatan medis yang direkomendasikan. Saya juga belajar teknik-teknik relaksasi untuk mengelola stres, kecemasan, dan depresi yang biasa timbul sebagai dampak dari kondisi HIV/AIDS.”<sup>44</sup>

ODHA kedua:

“Saya merasa lebih lebih siap dalam menghadapi tantangan sehari-hari setelah adanya bimbingan dari konselor. Saya merasakan dampak positifnya dalam kehidupan sehari-hari saya, mulai dari peningkatan energi dan peningkatan kesejahteraan emosional dan mental.”<sup>45</sup>

Konselor menyatakan bahwa:

“Saya sebagai konselor bekerja dengan klien atau ODHA untuk mengidentifikasi faktor-faktor pemicu stres dalam kehidupan mereka dan mengembangkan strategi koping yang efektif untuk menghadapinya. Saya juga mendorong ODHA untuk menjaga hubungan sosial yang sehat dan mencari dukungan dari keluarga, teman, dan komunitas.”<sup>46</sup>

---

<sup>44</sup> ODHA Kedua Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>45</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>46</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

Sebagai Kepala KPA menjelaskan:

“Melalui bimbingan ini, kami bekerja sama dengan tim kesehatan dan konselor untuk menyediakan informasi dan sumber daya yang dibutuhkan untuk merawat kesehatan fisik dan psikis ODHA. Dengan memberikan bimbingan ini, kami berharap dapat membantu ODHA untuk memperkuat kesehatan fisik dan psikis mereka, sehingga mereka dapat menjadi lebih mampu menghadapi tantangan yang dihadapi. Kami percaya bahwa dengan memperkuat kesehatan secara menyeluruh, ODHA dapat meraih kualitas hidup yang lebih baik dan membangun ketahanan yang lebih kuat terhadap virus HIV/AIDS.”<sup>47</sup>

### c. Perencanaan Masadepan Pada ODHA

Perencanaan masa depan pada ODHA (Orang dengan HIV/AIDS) adalah suatu proses yang penting dan kompleks, yang melibatkan pengaturan tujuan, harapan, dan langkah-langkah yang diperlukan untuk mencapainya, dengan mempertimbangkan kondisi kesehatan mereka.

#### 1) Memberi dorongan untuk lebih percaya diri

Tanggapan dari dua ODHA tentang dorongan untuk lebih percaya diri yang diberikan oleh konselor dapat memberikan wawasan tentang bagaimana bimbingan tersebut memengaruhi mereka secara pribadi.

ODHA pertama:

“Saya merasa sangat beruntung telah menerima dorongan untuk lebih percaya diri dari konselor. Sebelumnya, saya merasa rendah diri dan tidak yakin dengan kemampuan saya untuk menghadapi HIV/AIDS. Namun, melalui bimbingan dari konselor, saya mulai melihat diri saya dengan cara yang lebih positif. Dan saya sangat berterima kasih kepada konselor atas dukungan mereka.”<sup>48</sup>

<sup>47</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>48</sup> ODHA Kedua Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

ODHA kedua:

“Bagi saya, dorongan untuk lebih percaya diri dari konselor sudah diberikan. Awalnya, saya merasa terpuruk dan tidak yakin apakah saya mampu mengatasi kondisi ini. Tapi konselor saya membantu saya untuk bangkit. Mereka memberi saya dukungan dan motivasi yang saya butuhkan, sekarang saya merasa lebih berani dan lebih percaya diri dalam menghadapi masa depan saya, dan itu semua berkat bimbingan yang saya terima dari konselor.”<sup>49</sup>

Tanggapan dari kedua ODHA ini mencerminkan pengaruh positif dari dorongan untuk lebih percaya diri yang diberikan oleh konselor. Mereka merasa didukung, dihargai, dan lebih siap untuk menghadapi perjalanan hidup mereka dengan lebih optimis dan tangguh.<sup>50</sup>

Dari pendapat konselor menyatakan:

“Saat melakukan konseling dengan ODHA, saya fokus pada membangun kesadaran diri yang positif, mengidentifikasi kekuatan dan potensi mereka, dan membantu mereka melihat nilai diri mereka sendiri. Saya memberikan dukungan emosional dan motivasi, serta memberikan strategi dan keterampilan praktis untuk mengatasi rasa tidak percaya diri dan meragukan diri sendiri.” Serta, “Saya percaya bahwa dengan mendukung ODHA untuk meningkatkan rasa percaya diri mereka, saya dapat membantu mereka merasa lebih berdaya. Saya bangga dapat menjadi bagian dari perjalanan mereka menuju penemuan diri yang lebih kuat dan lebih percaya diri.” Ungkap konselor.<sup>51</sup>

---

<sup>49</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>50</sup> Hasil Observasi Penulis Di Kpa Kabupaten Kudus Oleh Penulis, 12 Februari 2024.

<sup>51</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

Sebagai Kepala KPA menjelaskan:

“Saya sangat menghargai peran konselor dalam memberikan dorongan untuk lebih percaya diri kepada ODHA. Konselor memiliki peran yang krusial dalam membantu ODHA untuk mengatasi rasa tidak percaya diri dan merasa lebih berdaya dalam menghadapi kondisi HIV/AIDS. Mereka memberikan lingkungan yang aman dan mendukung bagi ODHA untuk bereksplorasi tentang nilai diri mereka sendiri, mengidentifikasi kekuatan dan potensi yang dimiliki, serta mengembangkan strategi untuk meraih tujuan hidup mereka. Kami percaya bahwa dengan memperkuat kesejahteraan psikologis dan sosial mereka, kami dapat menciptakan lingkungan yang lebih inklusif dan peduli bagi ODHA di masyarakat.”<sup>52</sup>

## 2) Memberi informasi untuk mengakses ketrampilan ODHA

Tanggapan dari dua ODHA tentang pemberian informasi untuk mengakses ketrampilan yang diberikan oleh konselor dapat memberikan perspektif yang berbeda-beda tergantung pada pengalaman dan kebutuhan masing-masing.

ODHA pertama:

“Pemberian informasi selalu diberikan oleh konselor. Sebagai ODHA, jujur saya mengalami kesulitan dalam mencari pekerjaan. Dengan bimbingan konselor, saya berhasil mengakses pelatihan yang relevan dengan minat dan kebutuhan saya, dan sekarang saya merasa lebih siap untuk memperoleh pekerjaan dan mengatasi masa depan dengan lebih percaya diri.”<sup>53</sup>

ODHA kedua:

“Pemberian informasi untuk mengakses ketrampilan oleh konselor telah memberikan saya

<sup>52</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>53</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

pandangan baru tentang potensi saya sebagai ODHA. Awalnya, saya merasa sulit untuk melihat bagaimana saya bisa mengembangkan diri saya setelah menerima diagnosis HIV/AIDS. Tetapi dengan bantuan konselor, saya mulai memahami bahwa masih ada banyak peluang bagi saya. Mereka membantu saya untuk mengidentifikasi minat dan bakat saya, dan memberikan informasi tentang kursus dan pelatihan yang sesuai.”<sup>54</sup>

Konselor menyatakan:

“Sebagai seorang konselor, memberikan informasi untuk mengakses ketrampilan bagi ODHA merupakan bagian penting dari pekerjaan saya. Saat memberikan informasi ini, saya berusaha untuk memahami kebutuhan dan minat masing-masing secara individual. Saya menyediakan informasi tentang berbagai program pelatihan, kursus, dan sumber daya lainnya yang tersedia bagi ODHA, serta memberikan arahan praktis tentang cara mengaksesnya.”<sup>55</sup>

Tanggapan dari ketua KPA sendiri menjelaskan:

“Sebagai kepala KPA, saya pribadi berkomitmen untuk mendukung upaya konselor dalam memberikan informasi yang berguna dan bermanfaat bagi ODHA. Ini merupakan bagian dari strategi kami untuk meningkatkan kemandirian dan kualitas hidup ODHA, serta untuk memastikan bahwa mereka memiliki akses yang sama terhadap peluang pendidikan dan pekerjaan seperti orang lain dalam masyarakat.”<sup>56</sup>

### 3) Memberi informasi peluang kerja untuk ODHA

Tanggapan dari dua ODHA tentang pemberian informasi peluang kerja untuk ODHA yang diberikan

---

<sup>54</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>55</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>56</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

oleh KPA dapat memberikan sudut pandang yang berbeda tergantung pada pengalaman dan perspektif masing-masing individu.

ODHA pertama:

“Saya merasa sangat bersyukur atas upaya konselor bersama dengan KPA dalam memberikan informasi tentang peluang kerja bagi ODHA. Saya pernah merasa cemas dan khawatir tentang kesulitan dalam mencari pekerjaan karena stigma yang terkait dengan kondisi saya. Tetapi informasi yang diberikan oleh KPA membuka mata saya tentang berbagai program pelatihan dan kesempatan kerja yang tersedia bagi kami.”<sup>57</sup>

ODHA kedua:

“Bagi saya, informasi tentang peluang kerja untuk ODHA yang diberikan oleh konselor sangat bermanfaat. Sebelumnya, saya merasa tidak yakin apakah saya akan bisa mendapatkan pekerjaan yang layak karena kondisi kesehatan saya. Namun, dengan informasi yang diberikan oleh KPA, saya merasa lebih percaya diri. Saya berharap bahwa dengan bantuan KPA, saya dapat mengubah hidup saya menjadi lebih baik.”<sup>58</sup>

Hasil wawancara dengan konselor menyatakan:

“Sebagai seorang konselor, saya melihat pentingnya pemberian informasi peluang kerja untuk ODHA yang diberikan oleh KPA sebagai langkah yang sangat positif dan memberikan dampak besar bagi klien saya. Informasi ini bukan hanya tentang mencari pekerjaan, tetapi juga tentang memberdayakan ODHA untuk meraih kemandirian ekonomi dan memperbaiki kualitas hidup mereka.”

---

<sup>57</sup> ODHA Pertama Inisial J, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>58</sup> ODHA Kedua Inisial S, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

Konselor juga tidak lupa akan hal yang perlu diperhatikan seperti:

“Saat memberikan informasi ini kepada mereka, saya berfokus pada dua hal utama: pertama, memberikan pengetahuan tentang peluang kerja yang tersedia, termasuk program pelatihan dan kesempatan pekerjaan yang ramah ODHA. Kedua, memberikan dukungan emosional dan praktis untuk membantu klien merencanakan dan mencapai tujuan karier mereka.”<sup>59</sup>

Dari kepala KPA menyatakan bahwa konselor selalu memberi informasi kepada para ODHA terkait peluang pekerjaan:

“Saya dan konselor berusaha untuk memberikan informasi yang tepat dan relevan tentang berbagai peluang kerja, program pelatihan, dan sumber daya yang tersedia bagi ODHA melalui KPA. Saya juga memberikan dukungan emosional dan motivasi kepada klien saya, membantu mereka mengatasi rasa ragu dan ketidakpastian, serta memberikan strategi untuk mengatasi tantangan dalam mencari pekerjaan.”<sup>60</sup>

## C. Analisis

### 1. Regulasi Emosi

Menurut Gross, regulasi emosi merupakan strategi yang dilakukan secara sadar atau tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat, atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosional, termasuk pengalaman dan perilaku emosi. Individu yang memiliki kemampuan regulasi emosi dapat mempertahankan atau meningkatkan emosi yang mereka rasakan, baik positif maupun negatif, serta dapat mengurangi emosi tersebut jika diperlukan.<sup>61</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling secara signifikan membantu ODHA dalam meningkatkan

<sup>59</sup> Ibu Eny Mardianti, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 15 Februari 2024.

<sup>60</sup> Bapak Nur Hadi, Wawancara Oleh Penulis, Transkrip 06 Februari 2024.

<sup>61</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, “Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua,” *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023): 32–48, <https://doi.org/10.30984/jiva.v4i1.2529>.

kesadaran diri dan pengelolaan emosi mereka. Teknik regulasi emosi yang diajarkan, seperti relaksasi dan mindfulness, membantu ODHA mengurangi stres dan depresi. Konseling juga memperkuat dukungan sosial dari keluarga dan komunitas, serta membantu ODHA menerima kondisi mereka dengan lebih ikhlas, yang pada gilirannya mengurangi stigma internal. Selain itu, ODHA yang mengikuti konseling menunjukkan kepatuhan yang lebih tinggi terhadap pengobatan dan jadwal kontrol kesehatan.

Secara keseluruhan, bimbingan konseling terbukti berperan penting dalam meningkatkan resiliensi ODHA dengan memberikan strategi efektif untuk mengatasi tekanan psikologis dan meningkatkan kualitas hidup mereka. Melalui upaya-upaya tersebut, ODHA di Kabupaten Kudus dapat membangun resiliensi yang lebih kuat, mengelola emosi dengan lebih baik, dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna serta produktif. Regulasi emosi yang terlatih menjadi kunci penting dalam proses pemulihan dan penerimaan diri ODHA, sehingga mereka dapat bangkit dari keterpurukan dan menghadapi tantangan hidup dengan HIV/AIDS secara lebih positif.

## 2. Kemampuan Pengendalian Implus

Pendapat Reivich & Shatte tentang teori kemampuan pengendalian impuls menekankan pentingnya kemampuan individu untuk mengendalikan impulsivitas dan emosi yang timbul dari dalam diri. Mereka berpendapat bahwa pengendalian impuls yang rendah dapat berakibat pada perilaku negatif dan buruknya hubungan sosial, sedangkan pengendalian impuls yang baik dapat membantu individu dalam menghadapi stres dan mengembangkan resiliensi.<sup>62</sup>

Reivich dan Shatte juga menekankan pentingnya kemampuan regulasi emosi yang terkait dengan pengendalian impuls. Mereka berpendapat bahwa individu yang memiliki skor Resilience Quotient yang tinggi pada faktor regulasi emosi cenderung memiliki skor Resilience Quotient yang tinggi pada faktor pengendalian impuls. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan regulasi emosi sangat terkait dengan kemampuan pengendalian impuls.

---

<sup>62</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua," *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023)

Kemampuan pengendalian impuls merupakan salah satu aspek penting yang perlu dimiliki oleh ODHA dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan bahwa sebagian besar ODHA di Kabupaten Kudus masih mengalami kesulitan dalam mengendalikan impuls-impuls negatif, seperti kecemasan, stres, dan depresi. Hal ini dapat memengaruhi resiliensi mereka dalam menghadapi stigma dan diskriminasi yang sering dialami oleh ODHA. Melalui program bimbingan konseling yang dilaksanakan oleh Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus, ODHA diberikan pelatihan dan pendampingan untuk meningkatkan kemampuan pengendalian impuls mereka. Pendekatan yang dilakukan meliputi terapi kognitif-perilaku, konseling kelompok, dan dukungan dari sesama ODHA. Dengan adanya bimbingan konseling ini, ODHA diharapkan dapat mengembangkan strategi yang efektif untuk mengelola emosi negatif, mengontrol perilaku impulsif, dan membangun resiliensi dalam menghadapi tantangan sosial dan psikologis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ODHA yang mengikuti program bimbingan konseling secara teratur mengalami peningkatan kemampuan pengendalian impuls yang signifikan. Mereka lebih mampu mengelola stres, mengontrol kecemasan, dan membangun kepercayaan diri dalam menghadapi stigma sosial. Hal ini berkontribusi positif terhadap peningkatan resiliensi ODHA dalam menjalani kehidupan sehari-hari dan memperbaiki kualitas hidup mereka secara keseluruhan.

### 3. Optimisme

Menurut Carver & Scheier, optimisme berperan penting sebagai pendorong bagi individu untuk mencapai tujuan dan harapannya. Tujuan dan harapan tersebut berfungsi sebagai energi positif yang mendorong individu untuk terus bergerak dan berusaha. Individu yang optimis akan selalu berusaha untuk mewujudkan tujuannya, sedangkan individu yang pesimis cenderung malas berusaha. Tujuan, cita-cita, harapan, dan impian merupakan elemen vital bagi keberlangsungan hidup

manusia karena berfungsi sebagai energi positif yang menggerakkan kehidupan.<sup>63</sup>

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bimbingan konseling secara signifikan meningkatkan optimisme ODHA. Melalui sesi konseling, ODHA diajak untuk melihat masa depan dengan lebih positif dan membangun harapan baru. Konselor membantu ODHA mengidentifikasi dan merayakan kemajuan kecil dalam kesehatan dan kehidupan mereka, yang memperkuat rasa percaya diri dan optimisme. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan suasana hati ODHA, tetapi juga mendorong mereka untuk lebih patuh terhadap pengobatan dan lebih aktif dalam kegiatan sosial.

Optimisme yang ditanamkan melalui konseling terbukti berperan besar dalam memperkuat resiliensi ODHA, memungkinkan mereka menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik dan mempertahankan kualitas hidup yang lebih tinggi. Melalui program bimbingan konseling yang dilaksanakan oleh Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus, ODHA diberikan pelatihan dan pendampingan untuk meningkatkan optimisme mereka. Pendekatan yang dilakukan meliputi terapi kognitif perilaku, konseling, dan berbagi pengalaman dengan sesama ODHA yang telah berhasil mengatasi tantangan hidup. Dengan adanya bimbingan konseling ini, ODHA diharapkan dapat mengembangkan pola pikir yang lebih positif, membangun harapan untuk masa depan yang lebih baik, dan mempertahankan motivasi untuk terus melawan stigma sosial.

#### 4. Analisis Kausal

Meurut pendapat Reivich&Shatte analisis kausal adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi dan memastikan secara akurat berbagai aspek dari permasalahan yang dihadapi. Kemampuan ini membantu seseorang menemukan penyebab setiap masalah dan mencari solusi yang sesuai dengan kemampuannya. Analisis kausal juga berfungsi sebagai

---

<sup>63</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua," *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023)

evaluasi, memberikan tinjauan tentang langkah-langkah yang akan diambil dalam menghadapi permasalahan.<sup>64</sup>

Melalui pendekatan analisis kasual, penelitian ini mengungkap berbagai faktor yang memengaruhi resiliensi ODHA di Kabupaten Kudus. Salah satu faktor utama adalah stigma dan diskriminasi yang masih melekat dalam masyarakat terhadap ODHA. Hal ini menyebabkan ODHA mengalami tekanan psikologis yang signifikan, seperti rasa malu, rendah diri, dan depresi. Kondisi ini dapat menurunkan resiliensi ODHA dalam menghadapi penyakitnya.

Selain itu, kurangnya dukungan sosial, baik dari keluarga maupun lingkungan sekitar, juga menjadi faktor penghambat resiliensi ODHA. Banyak ODHA yang merasa terisolasi dan kesulitan untuk membangun hubungan sosial yang positif. Hal ini dapat memperparah kondisi psikologis mereka dan menghambat upaya untuk bangkit dari situasi sulit. Dengan demikian, penelitian ini menyoroti pentingnya upaya kolaboratif antara pemerintah, lembaga kesehatan, dan masyarakat dalam memberikan dukungan yang komprehensif bagi ODHA. Bimbingan konseling terbukti menjadi salah satu intervensi yang efektif untuk meningkatkan resiliensi ODHA dan membantu mereka mengatasi tantangan yang dihadapi.

## 5. Empati

Menurut Goleman, empati merupakan kemampuan seseorang untuk memahami perasaan dan masalah orang lain, melihat sesuatu dari sudut pandang mereka, serta menghargai perbedaan pandangan yang dimiliki orang lain mengenai berbagai hal.<sup>65</sup>

Empati merupakan salah satu aspek penting dalam memberikan layanan bimbingan konseling kepada ODHA. Para konselor dan petugas di Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus dituntut untuk dapat memahami kondisi psikologis, emosional, dan sosial yang dialami oleh ODHA. Mereka harus mampu merasakan dan memahami penderitaan, rasa malu, ketakutan, serta stigma yang dihadapi oleh ODHA

---

<sup>64</sup> Aprilia, "Hubungan Lama Menderita Dan Harga Diri Terhadap Resiliensi Odha."

<sup>65</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua," *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023)

dalam kehidupan sehari-hari. Dengan memiliki empati yang tinggi, para konselor dapat membangun hubungan yang lebih dekat dan saling percaya dengan ODHA. Hal ini akan memudahkan proses konseling dan memberikan rasa aman serta kenyamanan bagi ODHA untuk terbuka dan mengungkapkan permasalahan yang dihadapi. Selain itu, empati juga membantu konselor dalam merancang strategi intervensi yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan individu ODHA.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan empati dari para konselor dan petugas di Komisi Penanggulangan AIDS Kabupaten Kudus berkontribusi signifikan dalam meningkatkan resiliensi ODHA. ODHA yang merasa dipahami dan diterima dengan baik cenderung memiliki daya tahan dan kemampuan untuk bangkit dari kondisi sulit yang dialami. Oleh karena itu, peran empati dalam layanan bimbingan konseling menjadi sangat penting untuk membantu ODHA dalam menghadapi tantangan dan meningkatkan kualitas hidup mereka.

#### 6. Efikasi Diri

Menurut Bandura, terdapat dua bentuk efikasi diri. Efikasi diri yang tinggi ditandai dengan sikap optimis dan suasana hati yang positif, sedangkan efikasi diri yang rendah ditandai dengan sikap pesimis dan suasana hati yang negatif. Efikasi diri menggambarkan sebagai kepercayaan terhadap kemampuan diri untuk mencapai hasil. Keyakinan diri adalah bagian dari diri yang dapat mempengaruhi jenis aktivitas yang dipilih, besarnya usaha yang akan dilakukan oleh individu, dan kesabaran dalam menghadapi kesulitan.<sup>66</sup>

Analisis menunjukkan bahwa bimbingan konseling memberikan platform yang memungkinkan ODHA untuk memperkuat keyakinan dan kepercayaan diri mereka dalam menghadapi kondisi HIV/AIDS. Melalui proses konseling, mereka dapat mengidentifikasi dan mengaktifkan sumber daya internal mereka sendiri, sehingga meningkatkan rasa mampu dan kontrol atas kehidupan mereka. Dengan adanya dukungan dan bimbingan yang tepat, ODHA mendapatkan dukungan dan penguatan efikasi diri untuk dapat menerima kondisi mereka,

---

<sup>66</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua," *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023)

mengelola emosi, dan membangun resiliensi dalam menghadapi tantangan sehari-hari.

Bimbingan konseling yang diberikan meliputi sesi konseling individu, dimana ODHA diberi motivasi, penguatan kepercayaan diri, serta strategi untuk mengatasi stigma dan diskriminasi dari lingkungan sekitar. Dengan meningkatnya efikasi diri, ODHA menjadi lebih percaya diri, mampu mengelola stres, dan memiliki resiliensi yang lebih baik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ODHA yang mendapatkan bimbingan konseling secara rutin memiliki tingkat efikasi diri dan resiliensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan ODHA yang tidak mendapatkan bimbingan konseling. Hal ini menunjukkan pentingnya peran bimbingan konseling dalam membantu ODHA mengatasi masalah psikologis dan sosial yang dihadapi, sehingga mereka dapat hidup lebih baik dan produktif.

## 7. Mengambil Inisiatif

Stanley Hall mengemukakan dalam aspek mengambil inisiatif menekankan pentingnya kemampuan remaja untuk mengambil langkah pertama dalam menghadapi situasi yang sulit dan menyelesaikan masalah yang timbul. Masa remaja adalah masa yang penuh dengan permasalahan, dan remaja harus memiliki kemampuan untuk mengidentifikasi masalah, mengembangkan strategi, dan mengambil tindakan yang tepat untuk menyelesaikan masalah tersebut.<sup>67</sup>

Dalam upaya mengatasi permasalahan resiliensi pada ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) di Kabupaten Kudus, Komisi Penanggulangan AIDS setempat telah mengambil inisiatif untuk memberikan bimbingan konseling secara berkala. Peran bimbingan konseling ini terbukti efektif dalam membantu ODHA meningkatkan resiliensi menghadapi stigma dan diskriminasi di lingkungan sosial mereka. Konseling membantu ODHA untuk mengenali dan memanfaatkan peluang serta sumber daya yang ada di sekitar mereka, baik dalam hal perawatan medis maupun dukungan sosial. Dengan mengambil inisiatif, ODHA menjadi lebih berdaya dalam membuat keputusan yang positif dan konstruktif mengenai hidup mereka,

---

<sup>67</sup> Edi Gunawan and Rindiani Maramis, "Resiliensi Remaja Korban Perceraian Orang Tua," *JIVA: Journal of Behaviour and Mental Health* 4, no. 1 (2023)

yang pada akhirnya meningkatkan kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan yang terkait dengan HIV/AIDS. Kesadaran dan dorongan untuk bertindak yang ditanamkan melalui proses konseling ini terbukti penting dalam membangun resiliensi dan kualitas hidup yang lebih baik bagi ODHA. Analisis ini menegaskan bahwa inisiatif individu merupakan elemen kunci yang harus didukung dalam program bimbingan konseling, sebagai bagian dari strategi penanggulangan AIDS yang komprehensif dan berkelanjutan.

