

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut.

1. Secara umum ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung memiliki kecenderungan tipe kepribadian ekstrovert dan introvert dalam jumlah yang hampir seimbang. ODHA dengan tipe kepribadian ekstrovert tampak lebih bersemangat, suka menjalin relasi, mudah bergaul, dan senang berbagi pengalaman dengan orang lain. Sementara itu ODHA yang memiliki kecenderungan tipe kepribadian introvert lebih tertutup kepada orang lain dan hanya bersedia menceritakan kondisi mereka pada teman terdekat.
2. ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung secara umum memiliki kecenderungan *trait anxiety* yang rendah. ODHA dengan *trait anxiety* yang rendah menunjukkan kemampuan menilai situasi yang mengancam terkait status HIV positifnya secara objektif dan berespon sesuai dengan besarnya ancaman pada situasi tersebut.
3. Secara umum ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung merasakan adanya *posttraumatic growth* dalam tingkat sedang. ODHA ini merasakan adanya perubahan psikologis yang sifatnya positif sebagai hasil dari proses perjuangan menghadapi situasi-situasi hidup yang menantang pasca hasil diagnosa HIV positif, meskipun tidak terlampau

tinggi. Mereka merasakan adanya perubahan diantaranya peningkatan apresiasi terhadap hidup, hubungan yang lebih berkualitas dengan orang lain, peningkatan kekuatan diri, menemukan kemungkinan-kemungkinan yang baru, serta perkembangan pada aspek spiritual.

4. Terdapat hubungan yang positif dan tergolong sedang antara tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan *posttraumatic growth* pada ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung. ODHA dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung mengalami *posttraumatic growth* yang lebih tinggi dibandingkan dengan ODHA yang memiliki tipe kepribadian introvert.
5. Terdapat hubungan yang negatif dan tergolong sedang antara tipe kepribadian ekstrovert-introvert dengan *trait anxiety* pada ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung. ODHA yang memiliki tipe kepribadian ekstrovert cenderung memiliki *trait anxiety* yang rendah. Sementara ODHA dengan tipe kepribadian introvert cenderung memiliki *trait anxiety* yang tinggi.
6. Terdapat hubungan yang negatif dan tergolong rendah antara *trait anxiety* dengan *posttraumatic growth* pada ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung. ODHA yang memiliki *trait anxiety* rendah cenderung mengalami *posttraumatic growth* yang tinggi. Sementara itu ODHA yang memiliki *trait anxiety* tinggi cenderung mengalami *posttraumatic growth* yang rendah.

7. Tidak terdapat pengaruh *trait anxiety* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara tipe kepribadian dengan *posttraumatic growth* pada ODHA yang tergabung dalam program pendampingan Rumah Cemara Bandung. Hal ini disebabkan karena hubungan antara tipe kepribadian dengan *posttraumatic growth* bersifat langsung sehingga *trait anxiety* sebagai variabel mediator tidak memperkuat ataupun memperlemah hubungan diantara keduanya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan sebelumnya, maka beberapa rekomendasi yang diberikan peneliti adalah sebagai berikut.

1. Bagi ODHA

ODHA diharapkan dapat mengembangkan sikap optimis dan tidak berputus asa atas status HIV positifnya. Penelitian ini membuktikan bahwa ODHA pun memiliki kesempatan untuk dapat tumbuh dan berkembang secara positif. *Posttraumatic growth* selain membawa dampak positif bagi diri sendiri juga bagi orang-orang disekitar ODHA. ODHA dapat ikut berkontribusi bagi lingkungannya dengan mengembangkan bakat dan minatnya di bidang tertentu.

2. Bagi Konselor, Psikolog atau Staf Pendamping

Konselor, psikolog atau staf pendamping dapat membantu ODHA dengan mendampingi mereka saat menjalani masa-masa sulit mulai dari saat menerima berita bahwa mereka terinfeksi HIV/AIDS hingga memfasilitasi

mereka untuk dapat tumbuh secara positif sesuai dengan tipe kepribadian dan karakteristik individual yang melekat pada masing-masing ODHA.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peran *trait anxiety* sebagai variabel mediator dalam hubungan antara tipe kepribadian dan *posttraumatic growth* dapat ditinjau lebih mendalam jika jumlah subjek penelitian yang terlibat lebih besar. Faktor individual lain seperti proses kognitif dapat dipertimbangkan untuk mengkaji fenomena *posttraumatic growth* pada ODHA.

