

BAB V

KESIMPULAN, SARAN, DAN IMPLIKASI

A. Kesimpulan

Menderita penyakit yang belum ada obatnya adalah merupakan suatu kenyataan yang harus ditanggung oleh para ODHA. Terinfeksi ODHA dilatarbelakangi oleh berbagai macam faktor. Pada subjek kedua (WK) terinfeksi dari pemakaian narkoba jarum suntik. Sedangkan pada subjek pertama (IR) dikarenakan tertular dari suaminya yang memakai narkoba jarum suntik. Menerima hasil tes darah yang hasilnya menyatakan kedua subjek didiagnosis HIV positif adalah masalah yang paling terberat dalam hidup kedua subjek. Perasaan sedih, frustrasi, takut, depresi, shock, dan marah adalah ungkapan yang menyatakan bahwa diri subjek tidak menerima kenyataan sebenarnya yang mengakibatkan kecemasan pada diri ODHA.

Setelah didiagnosis HIV/AIDS kedua subjek sempat menyalahkan orang lain atas semua yang terjadi saat ini. Menyalahkan suami karena telah menularkan virus tersebut adalah bukti bahwa subjek pertama tidak menerima kenyataan.

Para ODHA yang telah didiagnosis HIV positif akan memikirkan yang namanya kematian. Adanya kehidupan yang lain setelah kematian adalah pandangan dari kedua subjek mengenai kematian. Kedua subjek sama-sama memandang kematian suatu yang paling menakutkan karena cemas akan keadaan anak-anak mereka. Kehidupan setelah kematian, adanya surga dan neraka yaitu tempat dimana akan ditempatkan manusia yang baik akan masuk surga dan

manusia yang sering berbuat jahat akan masuk neraka, hukuman yang harus dijalani setelah kematian adalah yang harus dilalui oleh semua manusia setelah menghadapi kematian diyakini oleh kedua subjek.

Adapun persiapan yang dilakukan menjelang kematian adalah pendalaman agama agar manusia dapat lebih dekat lagi kepada Tuhan. Kegiatan tersebut yang sedang dilakukan oleh kedua subjek untuk mendapat ketenangan dalam menjalani hidupnya. Kedua subjek juga sedang mempersiapkan masa depan anak-anaknya jika ia meninggal nanti.

Setiap manusia pasti akan menghadapi kematian dan yang akan menghadapinya akan mengalami kecemasan seperti yang dialami oleh para ODHA. Hukuman apa yang akan diterima setelah manusia menghadapi kematian, takut meninggalkan orang-orang yang disayangnya, takut tubuhnya hancur dan busuk adalah jenis kecemasan yang dialami oleh kedua subjek.

Untuk mendapatkan ketenangan dalam diri subjek, kedua subjek memilih untuk mendekati diri kepada Tuhan untuk diberi kekuatan agar dapat melalui masalah-masalah yang mereka hadapi. Tingkah laku yang berubah dari subjek kedua adalah merubah pola hidupnya menjadi pola hidup sehat, subjek menjadi memperhatikan pola makan dan olahraga untuk menjaga kesehatannya agar tetap stabil.

Dalam menghadapi kecemasan akan kematian para ODHA mempunyai cara yang hampir sama yaitu kedua subjek memilih untuk bergabung dalam LSM yang menangani para ODHA. Pada LSM tersebut kedua subjek dapat melakukan kegiatan-kegiatan positif yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan berbagi

dengan orang lain. Memiliki harapan yang akan diwujudkan dalam hidup kedua subjek merupakan hal yang penting untuk membuat subjek terus bertahan hidup. Memiliki kehidupan yang layak, pekerjaan, menyenangkan anak-anak, dan membahagiakan orang tua adalah harapan-harapan yang ingin diwujudkan oleh kedua subjek.

Kedua subjek juga pernah mengikuti proses konseling setelah mengetahui dirinya terinfeksi HIV/AIDS. Pengaruh yang diberikan dari proses konseling tersebut adalah kedua subjek merasakan adanya semangat dalam menjalani hari-harinya dan mendapatkan dukungan dan semangat untuk tetap melanjutkan hidupnya. Kedua subjek juga ingin membagikan semangat dan ilmu yang telah mereka dapatkan dari proses konseling tersebut kepada teman-teman ODHA lainnya, dengan begitu mereka dapat menjadi orang yang bermanfaat bagi lingkungan sekitar.

B. Saran-saran

1. Untuk para ODHA yang mengalami kecemasan akan kematian agar dapat melakukan kegiatan-kegiatan positif seperti kunjungan rumah sakit, penyuluhan, seminar-seminar tentang HIV/AIDS supaya tidak terlalu fokus kepada kecemasan dan menjadikannya sebagai suatu yang positif sehingga hidup ODHA lebih dapat meningkatkan kualitas hidupnya yang dapat berguna bagi diri subjek maupun subjek lain dalam sisa hidupnya.
2. Kepada para keluarga dan orang terdekat agar tidak menjauhi dan bahkan melakukan diskriminasi bagi para ODHA sehingga ODHA tidak merasa kesepian dan merasa hidup sendiri dalam menjalani kenyataan yang terberat

dalam hidupnya. Supaya dapat meminimalisasikan segala kecemasan yang timbul.

3. Kepada pihak LSM yang membantu para ODHA dan yang memberi perhatian penuh terhadap ODHA agar terus mengembangkan keahlian dalam diri para ODHA sehingga para ODHA dapat memiliki keterampilan dan dapat meningkatkan taraf hidup ODHA nantinya serta memperkaya wawasan dan mengasah empati agar lebih dapat merasakan apa yang dirasakan oleh ODHA.
4. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti kecemasan akan kematian para ODHA, sebaiknya lebih mendekatkan diri lagi kepada para ODHA agar dapat mengungkapkan dalam lagi mengenai kecemasan akan kematian yaitu seperti mau menjadi aktivis di sebuah LSM yang menangani tentang HIV/AIDS.

C. Implikasi Penelitian

Penelitian ini berimplikasi kepada para akademis Psikologi UPI untuk membuat suatu diskusi atau seminar mengenai fenomenologi, analisis eksistensial, kecemasan akan kematian, atau keadaan psikologis penderita HIV/AIDS itu sendiri. Fenomenologi dan analisis eksistensial terbilang baru digunakan di Psikologi UPI, namun ini merupakan pendekatan yang sangat penting untuk menjelaskan eksistensi manusia. Selain itu, para mahasiswa di Psikologi UPI harus mengetahui HIV/AIDS karena isu mengenai HIV/AIDS sangat besar mengingat HIV/AIDS merupakan epidemik di Indonesia.

Sedangkan implikasi penelitian kepada para konselor HIV/AIDS yang berada di yayasan maupun rumah sakit untuk membantu penderita HIV/AIDS mengatasi kecemasan akan kematian melalui program kelompok dukungan sebaya. Selain

itu, penelitian ini berimplikasi kepada kerabat dekat maupun keluarga untuk selalu memberikan dukungan dan semangat karena dukungan dan semangat itu sangat berpengaruh kepada penderita HIV/AIDS untuk terus menjalani hidupnya. Terutama kepada penderita HIV/AIDS agar terus menjalankan nilai-nilai kreatif, pengalaman, dan bersikap untuk mengatasi kecemasan akan kematian.

