

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Penelitian

Penerimaan diri (*self-acceptance*) adalah suatu keadaan ketika individu memiliki sikap positif terhadap diri dan kehidupannya sehingga nilai-nilai dan standar diri tidak dipengaruhi lingkungan luar. Penerimaan diri merupakan salah satu karakteristik utama dalam kondisi psikologis individu yang sehat mental dan mandiri, mendukung terciptanya kondisi *well-being*, penguatan keyakinan penerimaan diri, mempersiapkan diri menuju perbaikan, mampu menentukan sendiri harapan, dan pemahaman mengenai kemampuan yang dimiliki (Chaidir, 2018; Ellis, 2005; Ryff, 1995). Individu yang mempertimbangkan mengenai karakteristik personal, baik itu mengenai kelebihan maupun kekurangan, dan bersedia untuk hidup dengan karakteristik tersebut menjadikan individu mampu menerima dirinya.

Penerimaan diri dapat dilakukan secara realistis yang ditandai dengan memandang kelemahan maupun kelebihan secara objektif, tidak menilai diri secara berlebihan, dan tidak menolak kelemahan yang ada pada diri sehingga tidak menghindari hal-hal buruk dari dalam diri. Salah satu aspek penting dari penerimaan diri adalah kemampuan dan kemauan untuk membiarkan orang lain melihat jati diri seseorang (Carson & Langer, 2006). Penerimaan diri pada penderita HIV/AIDS menjadi salah satu faktor penting dalam kesehatan mental untuk mencapai kebahagiaan diri maupun sosial, karena dengan menerima keadaan diri akan mudah menerima orang lain, terhindar dari membandingkan diri, dan mempunyai penilaian yang realistis terhadap potensi pada diri yang disertai dengan penilaian positif akan harga diri.

*Human Immunodeficiency Virus* (HIV) masih menjadi salah satu isu kesehatan utama di dunia yang menimpa kehidupan anak-anak dan keluarga di seluruh dunia (The U.S. Department of Health and Human Services, 2017). Perkembangan HIV di Indonesia termasuk yang tercepat di Asia. Pada tahun 2017, jumlah infeksi HIV mengalami kenaikan sebanyak 2.154 pada anak berusia kurang

dari 19 tahun. Pada tahun 2018, pengidap HIV pada anak dan remaja di bawah 19 tahun terus bertambah, mencapai 2.881 orang (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Pasca didiagnosis terjangkit HIV/AIDS merupakan masa yang rentan untuk timbulnya efek psikologis. Hampir 99% mengalami stres dan depresi pada saat mengetahui dirinya positif HIV. Hal ini diperparah dengan adanya stigma negatif yang dilabelkan pada Orang dengan HIV (ODHIV) yang dikaitkan dengan seks bebas yang dianggap sebagai perilaku tidak bermoral. Dimensi stigma dari HIV/AIDS mempunyai dampak negatif terhadap unsur-unsur diri penderita, dan dapat memengaruhi motivasi untuk memperoleh kesembuhan atau bahkan kehilangan motivasi untuk melanjutkan hidup (Novrianda dkk., 2018).

Hasil penelitian Skinta, dkk. (2014) menunjukkan bahwa stigma terkait HIV menjadi pendorong utama prognosis yang buruk untuk pengobatan dimana pria yang hidup dengan HIV masih mengalami rasa malu dan stigma yang tinggi sehingga memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah, bahkan dalam konteks sosial di mana homoseksualitas mudah diterima seperti di San Francisco sehingga stigma ini menjadi salah satu faktor yang memengaruhi penerimaan diri penderita HIV/AIDS. Secara kronologis, awalnya penderita HIV/AIDS tidak menerima keadaan dirinya sebagai orang dengan HIV/AIDS (ODHIV) sehingga mengalami perubahan sikap menjadi pendiam, menutup diri dari keluarga dan lingkungan, bahkan mencoba untuk mengakhiri hidupnya. Namun, banyak ODHIV yang dapat menerima keadaan diri dengan melakukan banyak kegiatan positif sehingga dapat mengendalikan emosi dan membangkitkan semangat seperti mengikuti seminar mengenai HIV/AIDS dan berdiskusi dengan sesama ODHIV.

Proses untuk mencapai penerimaan diri yang positif bagi penderita HIV/AIDS cukup sulit, apalagi bagi remaja yang penilaian terhadap diri menjadi hal yang penting dalam perkembangan, karena sebagai dasar pembentukan identitas diri. Tugas-tugas perkembangan remaja sangat kompleks sehingga remaja membutuhkan arahan dalam upaya mengambil langkah yang tepat sesuai dengan keadaan yang dialami. Havighurst menjelaskan bahwa perjalanan hidup individu ditandai dengan adanya tugas-tugas yang harus dipenuhi, dan penerimaan diri termasuk dalam salah satu tugas perkembangan remaja, dimana remaja mampu

menerima keadaan diri dan menggunakan potensi secara efektif (Siregar & Psi, 2012). Namun faktanya hanya sedikit remaja yang mampu menerima kenyataan apalagi mengenai HIV/AIDS sehingga mereka tidak puas dengan keadaan dirinya. Selain tugas perkembangan, remaja mempunyai kebutuhan-kebutuhan yang menuntut pemenuhan secepatnya, apalagi bagi remaja yang hidup dengan HIV/AIDS akan menghadapi banyak ketidakpastian yang berkaitan dengan status sosial, kesehatan dan kesejahteraan, isu-isu yang berkaitan dengan keluarga, pekerjaan, pendidikan dan lingkungan. Ketidakpastian tersebut muncul terutama karena stigma dan kecemasan yang dirasakan individu dengan status HIV positif.

Penderita HIV/AIDS secara sosial masih sulit diterima di lingkungan karena dianggap memiliki penyakit mematikan yang dapat diwariskan seumur hidup dan menular sehingga kesulitan untuk menerima keadaan diri. Terdapat beberapa kasus yang terjadi akibat dari stigma masyarakat yang buruk mengenai HIV, salah satunya di SDN Kota Surakarta terdapat 14 peserta didik yang diduga mengidap HIV/AIDS harus meninggalkan bangku sekolah karena ditolak oleh orang tua lainnya lantaran takut tertular. Para orangtua peserta didik bahkan mengancam akan memindahkan anak-anaknya apabila 14 peserta didik yang mengidap HIV/AIDS tidak dipindahkan ke sekolah lain (Nawangwulan, 2019). Kondisi tersebut akan memunculkan perasaan syok, dan penyangkalan yang menjadi mekanisme pelindung terhadap trauma psikologis yang diderita oleh peserta didik yang mengidap HIV/AIDS (Albright & Fair, 2018). Hal tersebut memberikan dampak pada ODHIV sehingga ruang gerak terbatas dalam menjalankan aktivitas sehari-hari yang membuat sulit menerima keadaan dan menutupi identitas diri dari orang lain (Nurhayati, 2018).

Fenomena yang terjadi pada remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang didapatkan ketika peneliti melakukan observasi di RSUD Sumedang bahwa para remaja HIV/AIDS memiliki tingkat penerimaan diri yang rendah, dan sering menyalahkan diri dengan merasa dihukum oleh Tuhan. Hal tersebut berpengaruh pada rendahnya rasa percaya diri yang diperkuat oleh diskriminasi, stigma negatif mengenai HIV/AIDS, termasuk kesulitan untuk mengembangkan dan mempertahankan hubungan sosial yang normal seperti sebelum orang lain

mengetahui status sebagai ODHIV. Beberapa remaja penderita HIV/AIDS merasa bahwa statusnya sebagai ODHIV merupakan aib sehingga lebih memilih untuk menyembunyikan dari orang-orang sekitar, termasuk orang tuanya karena takut dijauhi atau dibuang oleh keluarganya. Oleh karena itu, remaja penderita HIV/AIDS yang memiliki penerimaan diri yang rendah sangat membutuhkan bantuan untuk mengatasi kondisi tersebut agar dapat mencapai perkembangan yang optimal.

RSUD Sumedang menyediakan *Voluntary Counselling and Testing* (VCT) atau konseling dan tes HIV sukarela (KTS). Layanan VCT bertujuan membantu pencegahan, perawatan, serta pengobatan bagi penderita HIV/AIDS. Peran konselor dalam layanan VCT adalah untuk mendukung dan membangun mental penderita HIV/AIDS agar tetap memiliki semangat hidup, dan membantu perawatan medis yang seharusnya dilakukan. Konselor dalam VCT akan memberikan informasi tentang langkah selanjutnya yang dapat diambil, seperti penanganan dan pengobatan yang perlu dijalani. Termasuk cara mempertahankan pola hidup sehat, serta cara agar tidak menularkan ke orang lain. Selain itu, konselor juga akan memberi saran bagi penderita HIV/AIDS untuk mendorong pasangan seksualnya agar turut diperiksa. Oleh karena itu, salah satu upaya pemberian bantuan yang tepat dalam mengatasi rendahnya penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS ialah melalui layanan bimbingan dan konseling yang menjadi elemen penting dalam kebutuhan psikologis dari individu dengan HIV/AIDS.

Bimbingan dan konseling adalah bantuan terbaik yang dapat diberikan untuk mengatasi efek psikologis pada remaja akibat status HIV positif. Virus HIV tidak hanya menyerang mekanisme kekebalan tubuh manusia, tetapi juga memengaruhi kesehatan mental. Dalam menghadapi kenyataan statusnya sebagai ODHIV, remaja pasti akan memiliki kapasitas, kemampuan dan cara yang berbeda-beda sehingga lingkungan keluarga, sekolah dan pertemanan akan memiliki kontribusi yang besar terhadap penerimaan diri. Masalah terjadi ketika remaja tidak memiliki pengetahuan dan kapasitas yang cukup untuk dapat menghadapi kenyataan dan perubahan yang terjadi di dalam dirinya. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan

konseling menjadi hal yang penting untuk membantu mengarahkan remaja penderita HIV/AIDS untuk berpikiran sehat (Joglekar & Momin, 2015).

Banyak studi penelitian yang dilakukan diberbagai negara telah menjelaskan bagaimana konseling memberikan dorongan kepada remaja dengan HIV/AIDS untuk memiliki pandangan optimis terhadap kehidupan dan menerima keadaan dirinya. Sebelum adanya pengobatan untuk HIV/AIDS, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konseling dianggap efektif dapat membantu mempertahankan harapan hidup ODHIV dengan menerima keadaan dirinya. Di Uganda konseling LSM di rumah sakit telah membantu mengatasi HIV dan AIDS, level tinggi penerimaan diri dengan HIV/AIDS (ODHIV) oleh keluarga (79%) dan masyarakat (76%) (Kaleeba dkk., 1997). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan di antara pria dan wanita ODHIV di Uganda, diamati bahwa konseling membantu dalam terciptanya kehidupan yang positif. Bagi mereka yang menerima ARV, konseling memperkuat kepatuhan pengobatan (Nyanzi-Wakholi dkk., 2009).

Penelitian terdahulu merupakan Konseling dalam VCT (*Voluntary Counseling and Testing*) untuk menguatkan kondisi psikologis konseli pada awal didiagnosis dan memberikan informasi-informasi guna mencegah penularan. Sedangkan untuk penelitian mengenai penerimaan diri berfokus kepada pengaruh dengan variabel lain dan alat ukur penelitian mengenai penerimaan diri. Oleh karena itu, dalam penelitian ini berfokus pada pengembangan program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS yang dapat digunakan dalam waktu jangka panjang.

Penelitian penting untuk dilakukan karena hidup dengan HIV merupakan sebuah tantangan, tetapi untuk menghadapi tantangan tersebut perlu dimulai dengan penerimaan diri. Oleh karena itu, layanan bimbingan dan konseling pribadi dapat membantu penderita HIV/AIDS dalam mengatasi perilaku yang destruktif akibat dari kesulitan menerima keadaan diri. Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan penting untuk dikaji mengenai program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS.

## 1.2 Identifikasi dan Rumusan Masalah Penelitian

Stigma negatif HIV sangat tinggi di masyarakat, dan sering kali dikaitkan pada pria yang berhubungan seks dengan pria, sex bebas dan pengguna narkoba suntik. Hal tersebut dianggap tidak normal atau menyimpang oleh hampir semua budaya dan masyarakat, karena mengaitkan HIV dengan perilaku yang menyimpang, sehingga pengidap HIV/AIDS dianggap tidak bermoral dan kehilangan status sosialnya. Stigma tersebut memunculkan berbagai masalah psikologis bagi remaja penderita HIV/AIDS seperti ketakutan, keputusasaan dengan disertai prasangka buruk dan diskriminasi dari orang lain, kemudian dapat menimbulkan tekanan psikologis. Merujuk pada hasil studi pendahuluan bahwa ODHIV di Kabupaten Sumedang memiliki penerimaan diri yang rendah sehingga apabila dibiarkan akan berbahaya bagi kesehatan mental. Jika dibiarkan akan terus berkembang menjadi rasa bersalah telah terinfeksi HIV, marah terhadap diri atau orang yang menularkan, tidak berdaya, hilang kontrol dan akal sehat serta takut pada kenyataan yang dapat menimbulkan kecemasan dan depresi bahkan dapat berujung pada tindakan bunuh diri.

Pemahaman tentang HIV di negara-negara dengan prevalensi tinggi telah meningkatkan kesadaran tentang perlunya memprioritaskan remaja dalam pencegahan, pengobatan, perawatan dan dukungan HIV karena masa remaja menjadi periode penting mengenai fisik, kognitif dan perkembangan emosional yang memengaruhi bagaimana remaja berpikir tentang diri sendiri dan dunia. Perubahan tersebut akan memengaruhi sikap, pengambilan keputusan, penilaian risiko, keterampilan, dan perilaku. Penyedia layanan kesehatan harus menemukan cara untuk memenuhi kebutuhan remaja yang terus berubah, sehingga memerlukan pemberian layanan dengan cara yang tepat. Mengatasi tantangan pemberian layanan sangat penting untuk memastikan bahwa remaja memperoleh layanan kesehatan yang dibutuhkan untuk melindungi dan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan.

Program bimbingan dan konseling pribadi memungkinkan remaja penderita HIV/AIDS untuk belajar sambil melakukan, mengidentifikasi dan mengeksplorasi kesenjangan dalam cara memenuhi kebutuhan, memantau intervensi, dan

mendokumentasikan keberhasilan dan pelajaran terpelajar. Program bimbingan dan konseling pribadi untuk remaja penderita HIV/AIDS perlu terus dilakukan secara reflektif karena dapat menjadi strategi untuk memberikan layanan kepada remaja sehingga memberikan layanan di luar sistem kesehatan formal akan menjangkau berbagai aspek dalam diri remaja.

Berdasarkan fenomena dan identifikasi masalah yang ada, maka dapat dirumuskan pertanyaan sebagai berikut.

1. Seperti apa gambaran penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang.
2. Bagaimana program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian adalah mengembangkan program bimbingan dan konseling pribadi berdasarkan gambaran penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang. Adapun tujuan khusus penelitian sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan gambaran penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang
2. Rumusan program bimbingan dan konseling pribadi untuk meningkatkan penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS di Kabupaten Sumedang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Penelitian diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoretis maupun praktis sebagai berikut.

#### **1. Manfaat Teoretis**

Penelitian dapat dijadikan pengayaan teori dalam bimbingan dan konseling mengenai upaya meningkatkan penerimaan diri melalui program bimbingan dan konseling pribadi dalam konteks luar sekolah.

#### **2. Manfaat Praktis**

- a. Bagi praktisi bimbingan dan konseling/konselor yaitu penelitian dapat menjadi alternatif intervensi bagi praktisi bimbingan dan konseling dalam meningkatkan keahlian untuk memberikan bantuan kepada remaja penderita HIV/AIDS dengan

- memberikan layanan bimbingan dan konseling untuk meningkatkan penerimaan diri.
- b. Bagi pekerja sosial yaitu penelitian ini dapat menjadi referensi dalam mengembangkan sebuah program intervensi yang secara sinergis dapat memadukan pendekatan praktis dan pragmatis dalam sebuah kerangka intervensi yang komprehensif dan berkelanjutan.
  - c. Bagi peneliti selanjutnya yaitu penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan untuk memperdalam pengetahuan terhadap penerimaan diri remaja penderita HIV/AIDS dan dapat dijadikan kajian atau referensi untuk penelitian yang lebih lanjut.

### **1.5 Struktur Organisasi Skripsi**

Adapun penyusunan skripsi diorganisasikan ke dalam lima bab sebagai berikut.

BAB I Pendahuluan yang terdiri dari latar belakang penelitian, identifikasi dan rumusan masalah, penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.

BAB II Kajian Pustaka yang mencakup konsep-konsep dari teori penerimaan diri, remaja penderita HIV/AIDS, layanan bimbingan dan konseling pribadi, dan kerangka teoretik program bimbingan dan konseling pribadi.

BAB III Metode Penelitian yang mencakup pendekatan penelitian, metode dan desain penelitian, partisipan penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, analisis data, dan rumusan program bimbingan dan konseling pribadi.

BAB IV Temuan dan Pembahasan yang mencakup pengolahan data dan analisis data sesuai dengan urutan rumusan masalah dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan yang telah dirumuskan.

BAB V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian.