

PENERIMAAN DIRI PADA PENDERITA HIV/AIDS DI YOGYAKARTA

Yandi Afandy
Fakultas Psikologi
Universitas Ahmad Dahlan
Yandyarfandy11@gmail.com

Abstrak

Komunitas Rifka Anisa Komunitas Rifka Anisa merupakan lembaga yang bergerak dalam pemberdayaan ibu rumah tangga terutama yang mengalami KDRT dan terjangkit HIV/AIDS. Pentingnya penerimaan diri bagi individu agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, penyesuaian ada lingkungan mempunyai manfaat bagi dirinya untuk berfikir secara positif mengenai keadaan diri, orang lain, dan lingkungan. Salah satu faktor pemicu penerimaan diri individu adalah berfikir positif terhadap hal yang dialaminya. Kaitanya dengan HIV/AIDS penerimaan diri sangat diperlukan oleh individu penderita penyakit ini. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, individu memilih untuk mengurung diri selama 3 bulan sampai pekerjaan menjadi berantakan. Namun, setelah melakukan konseling dengan diberi penjelasan mengenai HIV akhirnya fikiran individu mulai terbuka. Sampai saat ini individu menerima diri dan yakin bahwa individu masih bermanfaat bagi orang lain terutama bagi penderita HIV dan masih bisa berkarya. Setelah bergabung dengan victory individu memiliki lebih banyak pengalaman dan merasa lebih bersyukur.

Kata Kunci: *HIV/AIDS, ODHA, yayasan, rifka anisa yogyakarta*

PENDAHULUAN

Jumlah pengidap HIV/AIDS di Indonesia semakin tahun semakin bertambah, keadaan ini adalah tantangan berat mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan untuk negara ini. Berdasarkan data laporan perkembangan HIV/AIDS direktorat jendral Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan (P2PL) kementerian kesehatan (Kemenkes) RI, pada 2010-2014 penderita HIV karena aktivitas heteroseksual menduduki jumlah tertinggi. Kemudian, tahun 2015-2017, situasi menjadi lebih rumit karena faktor yang tidak diketahui menjadi dominan, meskipun faktor hubungan heteroseksual juga menjadi faktor utama meningkatnya jumlah pengidap (Kompas, 2017).

Kondisi HIV/AIDS juga meningkatkan infeksi menular seksual (IMS). Kemenkes akan mengupayakan obat Antiretroviral (ARV) di seluruh provinsi. Meski HIV tak lagi menyandang status sebagai penyakit mematikan, namun akses mendapatkan ARV masih terbilang sulit. HIV merupakan penyakit kronis sama dengan hipertensi dan diabetes, sama-sama berobat seumur hidup. Namun hipertensi dan diabetes jauh lebih mudah mendapatkan akses obat sedangkan akses ARV masih terbatas, tidak semua terdistribusi sampai ke area terpencil (Kompas, 2017).

Menurut Riskesdes (2013) menyatakan memperlihatkan presentase penduduk di atas 10 tahun menurut sikap bila ada anggota keluarga menderita HIV/AIDS dan provinsi. Secara nasional penduduk yang bersikap merahasiakan dan mengucilkan apabila ada ART yang menderita HIV/AIDS sebesar 34,5% provinsi-provinsi yang penduduknya bersikap baik (sedikit yang merahasiakan dan mengucilkan) adalah Sulawesi Barat (12%), Sulawesi Selatan (17,5%) dan Sulawesi Tengah (18,4%), Jawa Tengah (29,8%), Yogyakarta (26,4%). Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di RSUD Wonogiri di dapatkan data pada tahun 2014 ada 25 pasien dan periode tahun 2015 ada 75% pasien yang dirawat inap dengan HIV/AIDS. (Prabowo, Hapsar & Priambodo, 2016).

Yayasan VICTORY Plus merupakan salah satu yayasan yang bergerak dalam memberikan dukungan dan pendampingan langsung kepada orang yang terdampak atau terjangkit dengan HIV dan AIDS. Yayasan Victory Plus adalah kelompok penggagas dukungan sebaya dan pemberdayaan ODHA yang berdiri sejak tahun 2004. Pada awal individu ikut serta dalam komunitas Rifka Anisa Komunitas Rifa Anisa merupakan lembaga yang bergerak dalam pemberdayaan ibu rumah tangga terutama yang mengalami KDRT dan terjangkit HIV/AIDS. Individu sendiri, memiliki pengalaman sendiri, memiliki pengalaman pribadi yakni kekerasan dalam rumah tangga oleh suami. Kemudian, konselor Rifka Anisa menyarankan individu untuk melakukan tes HIV/AIDS dan selanjutnya di rujuk ke RS. Bethesda Yogyakarta. RS dan hasil tes menyatakan bahwa individu positif terkena HIV pada tahun 2013. Pada tahun 2014 individu bergabung dengan Victory. Pada awal

mengetahui kondisi yang di alami, individu merasa kecewa pada Tuhan karena merasa musibah yang diberikan terlalu berat.

Individu yang dapat menerima dirinya akan berdampak positif terhadap dirinya sendiri dan lingkungannya. Tentama (2012) menjelaskan bahwa pentingnya penerimaan diri bagi individu agar dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, penyesuaian ada lingkungan mempunyai manfaat bagi dirinya untuk berfikir secara positif mengenai keadaan diri, orang lain, dan lingkungan. Salah satu faktor pemicu penerimaan diri individu adalah berfikir positif terhadap hal yang dialaminya. Tentama (2010) mengatakan bahwa salah satu faktor yang mempengaruhi penerimaan diri pada individu adalah berfikir positif. Berpikir positif juga memberikan sumbangan efektif yang cukup baik dalam penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh akibat kecelakaan.

Berdasarkan uraian diatas, penulis akan memaparkan penerimaan diri penderita HIV/AIDS di Yogyakarta.

PEMBAHASAN

Santrock (2007) menjelaskan penerimaan diri merupakan suatu kesadaran untuk menerima diri sendiri apa adanya. Penerimaan diri pada remaja tidak berarti menerima begitu saja kondisi dirinya tanpa berusaha mengembangkan diri lebih lanjut. Proses bagaimana seorang individu mendapat keseimbangan diri dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungannya.

Menurut Ridha (2012) penerimaan diri lebih bersifat suatu proses dalam hidup sepanjang hayat manusia. Dalam proses penerimaan diri dapat saja muncul konflik, tekanan, frustrasi, yang menyebabkan remaja terdorong untuk meneliti berbagai kemungkinan perilaku untuk membebaskan dirinya dari kegagalan.

Supratiknya (1995) menyatakan bahwa penerimaan diri adalah memiliki penghargaan yang tinggi terhadap diri sendiri, atau tidak bersikap sinis terhadap diri sendiri, penerimaan diri berkaitan dengan kerelaan membuka diri atau mengungkapkan pikiran, perasaan, dan reaksi terhadap orang lain. Individu yang

mampu menerima dirinya adalah individu yang dapat menerima kekurangan dirinya sebagaimana kemampuannya untuk menerima kelebihanya. Hal tersebut sesuai yang diungkapkan oleh Kurniawan (2013) dimana kemampuan penerimaan diri yang dimiliki seseorang berbeda-beda tingkatannya. Sebab kemampuan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain usia, latar belakang pendidikan, pola asuh orang tua, dan dukungan sosial.

Hurlock (Wibowo, 2010) membagi dampak penerimaan diri menjadi dua kategori. Pertama, dalam penyesuaian diri orang yang memiliki penerimaan diri, mampu mengenali kelebihan dan kekurangannya. Individu yang mampu menerima dirinya biasanya memiliki keyakinan diri (*self confidence*) dan harga diri (*self esteem*). Selain itu mereka juga lebih dapat menerima kritik demi perkembangan dirinya. Penerimaan diri yang disertai dengan adanya rasa aman untuk mengembangkan diri ini memungkinkan seseorang untuk menilai dirinya secara lebih realistis sehingga dapat menggunakan potensinya secara efektif. Penilaian yang realistis terhadap diri sendiri, membuat individu akan bersikap jujur dan tidak berpura-pura, merasa puas dengan menjadi dirinya sendiri tanpa ada keinginan untuk menjadi orang lain. Kedua, dalam penyesuaian sosial Penerimaan diri biasanya disertai dengan adanya penerimaan pada orang lain. Orang yang memiliki penerimaan diri akan merasa aman untuk menerima orang lain, memberikan perhatiannya pada orang lain, serta menaruh minat terhadap orang lain, seperti menunjukkan rasa empati dan simpati. Dengan demikian orang yang memiliki penerimaan diri dapat melakukan penyesuaian sosial yang lebih baik dibandingkan dengan orang yang merasa rendah diri sehingga mereka cenderung berorientasi pada dirinya sendiri (*self oriented*). Ia dapat mengatasi keadaan emosionalnya tanpa mengganggu orang lain, serta toleran dan memiliki dorongan untuk membantu orang lain.

Aspek-aspek penerimaan diri Menurut Supratiknya (1995) penerimaan diri antara lain, yang pertama yaitu kerelaan untuk membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain. Membuka atau mengungkapkan aneka pikiran, perasaan, dan reaksi kita kepada orang lain, pertama-tama harus

melihat bahwa diri kita tidak seperti apa yang dibayangkan, dan pembukaan diri yang akan kita lakukan tersebut diterima atau tidak oleh orang lain. Kalau kita sendiri menolak diri (*self-rejecting*), maka pembukaan diri akan sebatas dengan pemahaman yang kita punya saja. Dalam penerimaan diri individu, terciptanya suatu penerimaan diri yang baik terhadap kekurangan dan kelebihan yang dimiliki, dapat dilihat dari bagaimana ia mampu untuk menghargai dan menyayangi dirinya sendiri, serta terbuka pada orang lain. Kedua, kesehatan psikologis. Kesehatan psikologis berkaitan erat dengan kualitas perasaan kita terhadap diri sendiri. Orang yang sehat secara psikologis memandang dirinya disenangi, mampu, berharga, dan diterima oleh orang lain. Orang yang menolak dirinya biasanya tidak bahagia dan tidak mampu membangun serta melestarikan hubungan baik dengan orang lain. Maka, agar kita tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menerima diri kita. Untuk menolong orang lain tumbuh dan berkembang secara psikologis, kita harus menolongnya dengan cara memberikan pemahaman terhadap kesehatan psikologis, agar menjadi lebih bersikap menerima diri. Ketiga, penerimaan terhadap orang lain. Orang yang menerima diri biasanya lebih bisa menerima orang lain. Bila kita berpikiran positif tentang diri kita, maka kita pun akan berpikir positif tentang orang lain. Sebaliknya bila kita menolak diri kita, maka kita pun akan menolak orang lain.

Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi penerimaan diri Menurut Hurlock (Nurviana, 2006) penerimaan diri dipengaruhi oleh sejumlah faktor, diantaranya, yang pertama, aspirasi yang realistis. Individu yang mampu menerima dirinya harus realistis tentang dirinya dan tidak mempunyai ambisi yang tidak mungkin tercapai. Kedua, Keberhasilan: Agar individu menerima dirinya, individu harus mampu mengembangkan faktor peningkat keberhasilan sehingga potensinya berkembang secara maksimal. Ketiga, wawasan diri: kemampuan dan kemauan menilai diri secara realistis serta menerima kelemahan serta kekuatan yang dimiliki akan meningkatkan penerimaan diri. Keempat, wawasan sosial: kemampuan melihat diri pada individu seperti pandangan orang lain tentang diri individu tersebut menjadi suatu pedoman untuk memungkinkan berperilaku sesuai harapan individu. Kelima,

konsep diri yang stabil: bila individu melihat dirinya dengan satu cara pada suatu saat dan cara lain pada saat lain, yang kadang menguntungkan dan kadang tidak, akan menyebabkan ambivalensi pada dirinya. Agar tercapainya kestabilan dan terbentuknya konsep diri positif, significant others memposisikan diri individu secara menguntungkan.

SIMPULAN

Human Immuni Deficiency Virus / Acquired Immune Deficiency Syndrome (HIV/AIDS) merupakan salah satu penyakit infeksi yang dapat menular secara seksual, melalui jarum suntik ataupun air liur. Awal mengetahui terjangkit HIV, individu merasa kecewa dan berfikir bahwa dengan terjangkit HIV akan lebih cepat mati. Akhirnya, berdasarkan hasil observasi dan wawancara, individu memilih untuk mengurung diri selama 3 bulan sampai pekerjaan menjadi berantakan. Namun, setelah melakukan konseling dengan diberi penjelasan mengenai HIV akhirnya pikiran individu mulai terbuka. Sampai saat ini individu menerima diri dan yakin bahwa individu masih bermanfaat bagi orang lain terutama bagi penderita HIV dan masih bisa berkarya. Setelah bergabung dengan victory individu memiliki lebih banyak pengalaman dan merasa lebih bersyukur.

DAFTAR PUSTAKA

- Kemenkes RI. (2013). *Riset kesehatan dasar; RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.
- Kurniawan, M. D. (2013). Hubungan antara dukungan sosial dengan penerimaan diri penderita gagal ginjal terminal. *Jurnal Psikologi*, 7(2), 23-25.
- Kompas. (2017). Pengidap HIV terus meningkat, akankah SDGs tercapai?. Sumber web: <https://sains.kompas.com/read/2017/11/28/184300223/pengidap-hiv-terus-meningkat-akankah-sdgs-tercapai-> di unduh 11-03-2018.
- Nurviana, E. V. (2006). Penerimaan diri pada penderita epilepsi, *Jurnal Psikologi Proyeksi* Vol. 5, No. 1, 2006. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro. Semarang.

- Prabowo, H. M. L., Hapsari, H. I., & Priambodo, G. (2016). Gambaran Kesejahteraan Spritual Pada Orang Dengan HIV/AIDS Di Rsud Joedira Mangun Suenarso Wonogiri. *Skripsi*, 1-5.
- Ridha, M. (2012). Hubungan antara body image dengan penerimaan diri pada mahasiswa aceh di Yogyakarta. *Jurnal Empathy*, 1(1). 111-121.
- Tentama, F. (2010). Berfikir positif dan penerimaan diri pada remaja penyandang cacat tubuh akibat kecelakaan. *Humanitas*, 7(1)
- Tentama, F. (2012). Manfaat penerimaan diri bagi difabel. *Republika*, 69
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi remaja*. Jakarta: Erlangga
- Supraktiknya, A. (1995) *Komunikasi antar pribadi*. Yogyakarta: Kanisius.
- Wibowo, M.A. 2010. Penerimaan diri pada individu yang mengalami prekognisi. *Jurnal Psikologi*. Universitas Gunadarma