

Konseling Individu Dengan Teknik *Self Management* dalam Proses Rehabilitas Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)

Dalinur M Nur¹, Lena Marianti² Adestari Aini³

Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia^{1,2,3}

Dalinur_uin@radenfatah.ac.id¹

Submitted: 24-02-2022

Revised: 06-02-2022

Accepted: 10-02-2022

Copyright holder:

© Nur, D., Marianti, L., & Aini, A. (2021).

First publication right:

© Ghaidan Jurnal Bimbingan Konseling & Kemasyarakatan

How to cite: Nur, D., Marianti, L., & Aini, A. (2021). Konseling Individu Dengan Teknik Self Management dalam Proses Rehabilitas Orang dengan HIV/AIDS (ODHA). Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam Dan Kemasyarakatan, 5(1), 35-40. <https://doi.org/https://doi.org/10.19109/ghaidan.v5i1.11458>

Published by:

UIN Raden Fatah Palembang

Journal website:

<https://ghaidan.co.id/index.php/>

E-ISSN:

2621-8283

ABSTRACT:

The purpose of this study is to find out what causes the client "R" with HIV/AIDS to be disobedient in taking drugs and to find out how to apply individual counseling with Self Management techniques in the rehabilitation process of HIV/AIDS sufferers to the client "R". This research uses a qualitative case study method, namely research conducted in depth on the research subject (Client "R"). The object is a close friend and companion of the client "R". The location of this research is on Jalan Prameswara, alley of Macan Akar Bukit Baru, Palembang city. Data collection tools in the form of observation, interviews and documentation. The data analysis technique uses pattern matchmaking, explanation and time series analysis. The results of this study indicate that (1) the causes of non-compliance by client "R" in taking drugs are feeling lazy because they always have to take medicine, forgetting to take medicine when traveling, and finally the side effects of drugs that make client "R" play. (2) the results of the application of individual counseling with self-management techniques in the rehabilitation process of HIV/AIDS patients on client "R" which was carried out six times, showed changes in behavior as expected where initially client "R" did not comply with taking drugs indicated by behavior taking drugs not on time, not in appropriate doses and even not according to the doctor's rules and instructions, where after individual counseling with the Self Management technique the client "R" has shown increased compliance in taking drugs, it appears that he has taken drugs on time, following the doctor's instructions and rules.

KEYWORDS: Counseling, ODHA

PENDAHULUAN

Begitu banyak penyakit menular dan mematikan yang tersebar saat ini dan bisa menyerang siapa saja salah satunya yaitu ada, Kanker, Diabetes, Jantung Koroner, Tuberkulosis, dan HIV/AIDS (*Human Immunodeficiency Virus/Acquired Imunne Deficiency Syndrome*)¹. Tapi sebagai manusia harus bisa bersabar dan bersyukur karena apapun cobaan yang Allah berikan kita harus tabah menghadapinya. Sebagaimana kita mengetahui HIV/AIDS merupakan penyakit yang membuat penderitanya putus asa karena virus HIV menyebar begitu cepat sehingga bisa membuat imun tubuh

¹ Riyatin, R., Suryono, S., & Haryanti, T. (2019). Faktor Penyebab Penularan HIV/AIDS pada Wanita di Kabupaten Sragen. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala*, 1(1), 14-22.

seseorang melemah², kita tau penyakit ini disebabkan oleh virus HIV yang bisa ditularkan dengan berhubungan intim tanpa alat kontrasepsi terhadap penderita HIV/AIDS walau dengan bagaimanapun, baik pada saat melahirkan atau memberi asi dan donor darah, penggunaan media kesehatan tidak bersih, penggunaan alat pemasang tato dan sejenisnya³.

Begitu banyak cara penularan HIV/AIDS sehingga di Indonesia pun sudah menyebar, salah satunya yaitu di provinsi Sumsel⁴. HIV/AIDS adalah suatu permasalahan yang didalam masyarakat mendapat stigma buruk, sehingga mendapat diskriminasi sosial seperti diasingkan dari lingkungan bahkan keluarganya sendiri. Dan yang hingga saat ini masih melekat di pikiran masyarakat bahwa HIV/AIDS bisa menular melalui peralatan makan bahkan sentuhan. Faktanya virus ini terdapat beberapa cara penularan yaitu, hubungan seksual dengan penderitanya, 71% cara penularan adalah dari hubungan kelamin heteroseksual, 15% dari komunitas homoseksual, dan hanya 14% dari transfusi darah, dan penggunaan alat suntik yang terkontaminasi virus HIV dan sebab lain⁵.

Karena begitu cepatnya penyebaran virus tersebut dan salah satu angka kematian yang ada saat ini disebabkan oleh virus tersebut, maka dari itu pemerintah Indonesia berusaha untuk membantu pengobatan para penderita⁶. Hingga kini tidak ada obat yang bisa memulihkan HIV/AIDS tersebut. Tapi pemerintah sudah mendapatkan obat untuk menekan virus-virus dari HIV tersebut agar tidak menyebar lebih banyak dan membuat imun seseorang turun dan mudah terserang penyakit lainnya. Obat itu adalah *Antiretroviral* atau biasa disingkat obat ARV⁷. Walaupun pengobatan Antiretroviral (ARV) begitu membantu para penderita HIV/AIDS tapi kebanyakan dari penderita tidak patuh untuk mengkonsumsi obat tersebut, padahal pada kenyataannya hidup mereka sangat tergantung dengan pengobatan itu.

Begitu pentingnya obat Antiretroviral bagi penderita HIV/AIDS untuk keberlangsungan hidupnya sehingga hidup mereka ketergantungan dengan obat tersebut hingga akhir hayatnya. Namun pada kenyataannya banyak penderita HIV/AIDS yang tidak patuh untuk mengkonsumsi obat tersebut. Karena berbagai alasan seperti, bosan, lelah, malu, dan efek samping dari obat Antiretroviral. Berdasarkan hasil observasi awal di Lembaga Sriwijaya Plus Palembang pada tanggal 10 November 2019, klien "R" mengalami ketidak patuhan mengkonsumsi obat Antiretroviral sudah sejak lama, ketidak patuhan klien disini yaitu mengkonsumsi obat Antiretroviral tidak sesuai dengan aturan, atau bisa dikatakan mengkonsumsi obat tidak tepat waktu, ia melakukan pengobatan semauanya tanpa memperhatikan aturan dari perawat dan pendampingnya. Seperti yang diungkapkan

² Taher, B. F., Ticoalu, S. H., & Onibala, F. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Cara Pencegahan Penyakit HIV/AIDS di SMA Negeri 1 Manado. *JURNAL KEPERAWATAN*, 1(1).

³ Pardede, J. A., Hutajulu, J., & Pasaribu, P. E. (2020). Harga Diri dengan Depresi Pasien Hiv/aids. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(01), 57-64.

⁴ Indaryati, S., Anggraini, N., & Pranata, L. (2018). Pendidikan Kesehatan: Strategi Mencegah Perilaku Berisiko HIV/AIDS (Seks Bebas Dan Penyalahgunaan Nafza). *Jurnal Abdimas Musi Charitas*, 2(1), 6-11.

⁵ Sutimin, S., & Imamudin, I. (2009). *Model Dinamik Penularan Human Immunodeficiency Virus (HIV)*. *Jurnal Sains dan Matematika*, 17(1), 8-16.

⁶ Rakhman, M. R. R. (2017). Peran Pemerintah Daerah dalam Pencegahan dan Penanggulangan HIV-AIDS di Kabupaten Merauke. *GOVERNMENT: Jurnal Ilmu Pemerintahan*, 20-29.

⁷ Yuliandra, Y., Nosa, U. S., Raveinal, R., & Almasdy, D. (2017). Terapi Antiretroviral pada Pasien HIV/AIDS di RSUP. Dr. M. Djamil Padang: Kajian Sosiodemografi dan Evaluasi Obat. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 4(1), 1-8.

oleh pendampingnya bahwa klien “R” bisa datang setahun sekali untuk melakukan pengambilan obatnya bahkan ia pernah hampir 2 tahun meninggalkan pengobatan.

Padahal pada dasarnya pengobatan ini harus dilakukan seumur hidup dan sesuai dengan aturan agar virus HIV dalam tubuh mereka tidak terus berkembang dan imun tubuh mereka selalu stabil. Ketidak patuhan dalam mengkonsumsi obat Antiretroviral merupakan masalah utama dalam proses pengobatan atau rehabilitas penderita HIV/AIDS. Maka dari itu kita harus bisa membantu penderita agar mengkonsumsi obat secara teratur.

METODE

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan tertentu dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu cara ilmiah, data, tujuan dan kegunaan⁸. Jenis penelitian ini merupakan penelitian lapangan (*Field Research*) menggunakan metode Studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi, wawancara dan dokumentasi. Strategi teknik analisis data studi kasus terbagi menjadi 3 teknik analisis yaitu⁹: 1. Perjodohan pola, yaitu peneliti mempertemukan atau mencocokkan atau membandingkan ide/gagasan yang ditemukan dalam penelitian dengan ide/gagasan yang dimiliki oleh peneliti berdasarkan literatur atau dengan kata lain membandingkan proposal peneliti dengan empiris. 2. Pembuatan penjelasan (eksplanasi), yaitu mencari hubungan fenomena dengan fenomena yang lain, selanjutnya hubungan tersebut diinterpretasikan dengan gagasan/ide peneliti yang bersumber dari literatur. 3. Analisis deret waktu, yaitu analisis yang menemukan penahapan proses kejadian fenomena

HASIL DAN PEMBAHASAN

Klien R merupakan ibu 1 anak, yang mana suaminya meninggal setelah anaknya lahir, suaminya meninggal dikarenakan penyakit HIV/AIDS yang ia derita. Klien R sejak awal pacaran hingga menikah dengan suaminya ia tidak mengetahui bahwasuaminya telah menderita HIV/AIDS karena suaminya menyembunyikan tentang penyakitnya tersebut dari klien R. Hingga mereka menikah pada tahun 2007 awal, dan klien R akan melahirkan anak pertamanya pada tahun 2008. Saat akan melahirkan klien R ingin melahirkan normal namun suaminya meminta untuk melakukan operasi Caesar, dengan begitu klien R meminta penjelasan, dari sanalah suaminya jujur tentang penyakit HIV/AIDS yang ia derita selama ini. Hingga membuat klien R tertekan. Dari sanalah klien R ingin melakukan tes HIV/AIDS sebelum melahirkan dan pada saat itulah klien R dinyatakan positif HIV/AIDS. Sehingga klien R melakukan persalinan dengan cara operasi Caesar, agar anaknya tidak terjangkit virus HIV/AIDS. Dan setelah dilakukan tes anaknya mendapatkan hasil nonreaktif hingga saat ini. Sejak saat itu klien R banyak menghabiskan waktunya untuk melakukan pengobatan Antiretroviral dan belajar mengenai penyakit HIV/AIDS.

Penyebab Klien “R” Penderita HIV/AIDS Tidak Patuh Mengonsumsi Obat Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 21 Desember 2020 – 04 Januari 2021. Proses pelaksanaan

⁸ Sugiyono, M. (2008). *Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

⁹ Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia.

layanan konseling individu dengan teknik self management atas ketidak patuhan klien “R” mengkonsumsi obat, ada berbagai faktor yang menyebabkan klien “R” tidak patuh mengkonsumsi obat. Dari hasil penelitian beberapa penyebab klien “R” tidak patuh yaitu: rasa malas dan bosan karena harus setiap hari dan 12 jam sekali meminum obatnya sehingga menimbulkan rasa malas dan bosan, penyebab selanjutnya yaitu karena efek samping obat yang sangat tinggi yaitu membuat tidak sadar orang yang meminumnya namun tidak berlangsung lama sehingga membuat klien “R” tidak tahan karena sangat mengganggu aktivitasnya. Kepatuhan adalah perilaku pengidap agar menuntaskan meminum obat, agar bisa sesuai dengan jadwal dan dosis obat yang telah diberikan¹⁰, tuntas jika pengobatan tepat waktu dan tidak tuntas jika tidak tepat waktu sejalan dengan Cramer¹¹ yang menyatakan bahwa karakteristik kepatuhan klien bisa dibilang patuh, jika konseli tidak cuma berobat teratur dengan batasan waktu yang ditentukan tapi juga dengan petunjuk dan tidak patuh jika konseli tidak berobat sesuai aturan¹².

Setelah menjalani proses konseling pada klien “R” ia mengalami sedikit perubahan perilaku yang diharapkan, karena memang awalnya klien “R” memang memiliki keinginan untuk melanjutkan pengobatan hanya saja kurangnya arahan, jadi ketika dilakukan proses konseling klien “R” sangat bersemangat, contohnya klien sudah mulai mengambil obatnya, dan meminumnya setiap hari menghilangkan rasa malas dan bosan dengan cara memberikan hadiah kepada dirinya, dan efek samping obat yang bisa membuat dirinya merasa seolah-olah kehilangan kesadaran hanya dibawanya tidur agar efeknya mereda. Walaupun rasa malas dan bosannya mereda atau perlahan sebagaimana terlihat rasa bosan dan malasnya berkurang mulai pertemuan ke 3, sedangkan efek samping obat tidak mereda sampai selesai pertemuan dikarenakan memang tidak bisa di atasi, sedangkan penyebab lupa klien “R” baru berkurang pada pertemuan ke 4. Hal ini bisa memperjelas bahwa manajemen diri sendiri itu sangat penting, dengan memberikan hadiah dan hukuman atas perilaku yang di inginkan dan tidak di inginkan sangat perlu untuk menambah semangat dalam proses perubahan perilaku.

Penerapan Konseling Individu dengan Teknik *Self Management* Dalam Proses Rehabilitas Penderita HIV/AIDS Berdasarkan hasil penelitian untuk meningkatkan kepatuhan berobat pada klien “R” menggunakan teknik self management. Peneliti mewawancarai beberapa narasumber seperti pendamping berobat klien “R” dan teman dekat klien “R” mengenai penyebab ketidak patuhan klien “R”, sebelum dilakukannya proses konseling klien “R” sangat tidak patuh dalam mengkonsumsi obat hingga berhenti berobat hampir 2 tahun, sedangkan obat itu sendiri merupakan penyambung hidup bagi mereka penderita HIV/AIDS karena pada dasarnya mereka tidak bisa terlepas dari pengobatan tersebut, maka oleh itu klien “R” sangat sering jatuh sakit. Sedangkan perilaku klien “R” perlahan mulai berubah ke perilaku yang diharapkan setelah melakukan proses konseling individu tersebut

¹⁰ Aryastami, N. K., Handayani, R. S., & Yuniar, Y. (2013). Faktor Faktor Pendukung Kepatuhan Orang dengan HIV AIDS (Odha) dalam Minum Obat Antiretroviral di Kota Bandung dan Cimahi. *Indonesian Bulletin of Health Research*, 41(2), 20671.

¹¹ Corey, G. (2005). Teori dan praktek konseling dan psikoterapi.

¹² Hendrawati, H. (2018). Hubungan Dukungan Psikososial Keluargaterhadap Kepatuhan Obat Jiwa Pasien di Desa Kerta Jayakecamatan Cibatukabupaten Garut. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan dan Farmasi*, 18(2).

Penerapan konseling Individu dengan teknik Self Management yang dilakukan selama enam kali pertemuan terhadap klien “R” menunjukkan perubahan perilaku sesuai yang diharapkan dimana yang awalnya klien “R” tidak patuh mengkonsumsi obat ditunjukkan dengan perilaku mengkonsumsi obat tidak tepat waktu, tidak sesuai dosis bahkan tidak sesuai aturan dan petunjuk dokter, dimana setelah dilakukannya konseling individu sendiri¹³. Sama seperti Stewert dan Luwis yang mengemukakan bahwa self management menunjukkan pada kemampuan individu untuk mengarahkan perilakunya atau kemampuan untuk melakukan hal-hal yang terarah bahkan meskipun upaya-upaya itu sendiri sulit¹⁴. Begitupun menurut Sukadji sebagaimana dikutip oleh Annisa bahwa pengelolaan diri (*Self Management*) adalah prosedur dimana individu mengatur perilakunya sendiri¹⁵. sebagaimana yang sudah dilakukan oleh klien “R” yang sudah bisa mengatur perilaku dalam dirinya sendiri untuk mencapai perilaku yang baik dalam mengkonsumsi obat.

Penderita HIV/AIDS yang tidak patuh, Diharapkan kepada orang yang memiliki HIV/AIDS agar tetap memiliki semangat untuk mengkonsumsi obat agar bisa bertahan hidup lebih lama, dan memiliki kegiatan positif agar hidupnya lebih terarah. Dan selalu mematuhi aturan, dosis dalam mengkonsumsi obat. 2. Bagi Lembaga Sriwijaya Plus, Bisa selalu meningkatkan kepatuhan terhadap klien karena itu adalah hal utama dalam keberlangsungan para penderita HIV/AIDS, dan selalu melakukan berbagai kegiatan rutin untuk meningkatkan kepercayaan para penderita. 3. Bagi peneliti selanjutnya, Kepada peneliti selanjutnya agar dapat mengembangkan penelitian ini dengan menggunakan pendekatan atau teknik konseling yang lain untuk membantu para penderita HIV/AIDS yang tidak patuh dalam mengkonsumsi obat.

KESIMPULAN

Penyebab ketidak patuhan klien “R” dalam mengkonsumsi obat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya: rasa malas klien “R” karena setiap hari ia harus mengkonsumsi obat. Lupa juga merupakan faktor penyebab klien “R” tidak patuh dalam mengkonsumsi obat, dibuktikan dengan klien tidak membawa obatnya saat bepergian dan biasa ketiduraan diwaktu meminum obat, dan faktor yang terakhir yaitu efek samping dari obat tersebut yaitu bisa membuat orang yang mengkonsumsinya mual dan itu adalah hal yang paling tidak disukai klien. Pelaksanaan Konseling Individu dengan Teknik Self Management untuk Meningkatkan Kepatuhan Mengkonsumsi Obat Klien “R” Hasil dari penerapan konseling individu dengan teknik self management dalam proses rehabilitasi penderita HIV/AIDS pada klien “R”, yang dilakukan enam kali pertemuan, menunjukkan perubahan perilaku sesuai yang diharapkan dimana yang awalnya klien “R” tidak patuh mengkonsumsi obat ditunjukkan dengan perilaku mengkonsumsi obat tidak tepat waktu, tidak sesuai dosis bahkan tidak sesuai aturan dan petunjuk dokter, dimana setelah dilakukannya konseling individu dengan teknik Self Management klien “R” sudah menunjukkan peningkatan kepatuhan dalam mengkonsumsi obat terlihat ia sudah mengkonsumsi obat tepat waktu, mengikuti petunjuk dan aturan dokter.

¹³ Komalasari, G. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT.

¹⁴ Gunarsa, S. D., & dan Psikoterapi, K. (2011). *Counseling and Psychotherapy*. Psychology.

¹⁵ Azizah, M. N. (2022). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas IX di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah Laut.

REFERENSI

- Aryastami, N. K., Handayani, R. S., & Yuniar, Y. (2013). Faktor Faktor Pendukung Kepatuhan Orang dengan HIV AIDS (Odha) dalam Minum Obat Antiretroviral di Kota Bandung dan Cimahi. *Indonesian Bulletin of Health Research*, 41(2), 20671.
- Azizah, M. N. (2022). Efektivitas Konseling Behavioral dengan Teknik Self-Management Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa Kelas IX di Madrasah Tsanawiyah Negeri 3 Tanah Laut.
- Corey, G. (2005). *Teori dan praktek konseling dan psikoterapi*.
- Gunarsa, S. D., & dan Psikoterapi, K. (2011). *Counseling and Psychotherapy*. Psychology.
- Hendrawati, H. (2018). Hubungan Dukungan Psikososial Keluargaterhadap Kepatuhan Obat Jiwa Pasien di Desa Kerta Jayakecamatan Cibatu Kabupatengrur. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi*, 18(2).
- Indaryati, S., Anggraini, N., & Pranata, L. (2018). Pendidikan Kesehatan: Strategi Mencegah Perilaku Berisiko HIV/AIDS (Seks Bebas Dan Penyalahgunaan Nafza). *Jurnal Abdimas Musi Charitas*, 2(1), 6-11.
- Komalasari, G. (2011). *Teori dan Teknik Konseling*, Jakarta: PT.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya: Media Sahabat Cendekia
- Pardede, J. A., Hutajulu, J., & Pasaribu, P. E. (2020). Harga Diri dengan Depresi Pasien Hiv/aids. *Jurnal Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 11(01), 57-64.
- Rakhman, M. R. R. (2017). Peran Pemerintah Daerah dalam Pencegahan dan Penanggulangan HIV-AIDS di Kabupaten Merauke. *GOVERNMENT: Jurnal Ilmu Pemerintahan*, 20-29.
- Riyatin, R., Suryono, S., & Haryanti, T. (2019). Faktor Penyebab Penularan HIV/AIDS pada Wanita di Kabupaten Sragen. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat Berkala*, 1(1), 14-22.
- Sugiyono, M. (2008). *Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutimin, S., & Imamudin, I. (2009). Model Dinamik Penularan Human Immunodeficiency Virus (HIV). *Jurnal Sains dan Matematika*, 17(1), 8-16.
- Taher, B. F., Ticoalu, S. H., & Onibala, F. (2013). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Cara Pencegahan Penyakit HIV/AIDS di SMA Negeri 1 Manado. *JURNAL KEPERAWATAN*, 1(1).
- Yuliandra, Y., Nosa, U. S., Raveinal, R., & Almasdy, D. (2017). Terapi Antiretroviral pada Pasien HIV/AIDS di RSUP. Dr. M. Djamil Padang: Kajian Sosiodemografi dan Evaluasi Obat. *Jurnal Sains Farmasi & Klinis*, 4(1), 1-8.s