

Strategi Konseling Yayasan Grapiks Dalam Membangun Optimisme Odha Di Kota Bekasi

(Studi Deskriptif pada Yayasan GRAPIKS dalam Membangun Optimisme ODHA Di Kota Bekasi)

Oleh:

Hario Untoro; Hani Astuti, S.Sos., M.I.Kom; Rina Sovianti, S.IP., M.I.Kom

ABSTRAK

HIV merupakan salah satu virus mematikan di dunia. Hingga saat ini belum ada obat yang dapat menyembuhkan virus yang menyerang sistem kekebalan imun manusia ini. Faktor penyebab seseorang tertular virus ini adalah seks bebas dan penggunaan jarum suntik secara bergantian. Akibatnya ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) mendapat stigma dan diskriminasi dari masyarakat karena mengidap HIV. Akibatnya ODHA cenderung berperilaku tertutup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi konseling apa yang digunakan oleh Yayasan GRAPIKS dalam upaya membangkitkan Optimisme ODHA di kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif. Teknik pengumpulan data berupa observasi, dokumentasi dan wawancara langsung dengan konselor dan direktur Yayasan GRAPIKS. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa strategi yang digunakan oleh yayasan Grapiks adalah terapi Client Centered dan pendekatan Realitas. Peneliti melihat melalui teknik konseling yang dilakukan dan dengan evaluasi yang dilakukan setelah konseling, sebagian besar ODHA yang saat ini didampingi oleh yayasan GRAPIKS sudah mau menerima dirinya.

Kata Kunci : *Konseling, Virus HIV/AIDS, ODHA*

ABSTRACT

HIV is one of the deadliest viruses in the world. Until now there is no drug that can cure virus that attacks the immune system of human immunity is. Factors that causing someone got infected with this virus are free sex and the use of syringes alternately. As a result PLWHA (People with HIV / AIDS) get stigma and discrimination from society because of HIV. As a result PLWHA tend to behave in private. This study aims to determine what kind of counseling strategy used by GRAPIKS Foundation in an effort to generate optimism of PLHIV in Bekasi city. This research uses qualitative approach with descriptive method. Technique of collecting data in the form of observation, documentation and direct interview with counselor and director

of GRAPIKS Foundation. The results show that the strategies used by the Grapiks foundation are Client Centered therapy and the Reality approach. Researchers see through counseling techniques performed and with evaluation conducted after counseling, most of the people living with HIV who are currently accompanied by the foundation GRAPIKS already accept himself.

Keywords: Counseling Strategy, Counseling Technique, Interpersonal Communication, ODHA

PENDAHULUAN

ODHA (Orang dengan HIV/AIDS) merupakan orang-orang yang sudah didiagnosa terinfeksi positif dengan HIV/AIDS. Pada periode awal HIV mengnvasi penderita, tidak tampak secara gamblang gejala-gejalanya. Bahkan melalui test VCT (*Voluntary Counseling Test*) pun belum bisa terdeteksi apakah seseorang positif terinfeksi atau belum, butuh waktu dua hingga enam bulan baru bisa terdeteksi. Lama waktu yang dibutuhkan bagi HIV untuk masuk ke tahap AIDS berbeda setiap orang. Jika dibiarkan tanpa pengobatan maka HIV akan menunjukkan tanda-tanda dalam kurun waktu 5-10 tahun, walaupun bisa lebih cepat. Waktu yang dibutuhkan dari awal terinfeksi HIV hingga sampai pada tahap AIDS biasanya 15 tahun, walaupun bisa lebih panjang (<http://www.who.int> diakses pada 27/05/2018 pukul 20.02 WIB).

Dalam kurun waktu tiga tahun terakhir, jumlah kasus HIV yang ditemukan di kota Bekasi masih tergolong besar. Pada tahun 2015 kasus HIV/AIDS adalah 3434 kasus untuk HIV dan 1206 kasus untuk AIDS. Di tahun 2016 kasus HIV mencapai 3901 kasus dan AIDS mencapai 1354. Kecamatan Pondok Gede dan kecamatan Jatisampurna menjadi kecamatan yang paling berpotensi dan penyebaran HIV/AIDS di kota Bekasi (wartakota.tribunnews.com diakses pada 2/11/2017 pukul 00.35 WIB).

Hingga pertengahan kuartal ke empat, jumlah temuan kasus HIV di kota Bekasi sebesar 6,493 kasus dan untuk kasus AIDS sebesar 1,383 kasus. Kepala Bidang Pencegahan dan Pengendalian Penyakit pada Dinas Kesehatan Kota Bekasi, Dezi Sukrawati menambahkan bertambahnya kasus ini diakibatkan karena minimnya pengetahuan tentang HIV/AIDS. Penyebabnya melalui jarum, suntik, homoseksual dan heteroseksual (gobekasi.pojoksatu.id diakses pada 22/01/2018 pukul 00.09 WIB). Di awal tahun 2018, terdapat 466 orang di kota Bekasi terinfeksi HIV/AIDS dan keseluruhan adalah pria penyuka sesama jenis. Mengenai hal ini pemerintah

sudah membuat sebuah program pengendalian HIV. Berbagai layanan terkait HIV telah berkembang dan dapat dimanfaatkan bagi masyarakat yang membutuhkannya. Pemerintah menyediakan 371 rumah sakit dan puskesmas yang bisa digunakan untuk tes VCT (<http://www.spiritia.or.id> diakses pada 8/11/2017 pukul 02.29 WIB). Selain itu ODHA diberikan obat Anti Retro Viral (ARV) yang meredam virus HIV bereplikasi di dalam tubuh ODHA sehingga dapat mencegah HIV ke tahap AIDS (<http://www.who.int> diakses pada 27/05/2018 pukul 20.02 WIB).

Program pengendalian ini masih mengalami hambatan. ODHA masih enggan untuk ikut test HIV. Salah satu kendala yang paling besar adalah masih terdapat stigma yang diberikan kepada ODHA. Stigma ini membuat masyarakat lebih menutup diri dan tidak mau memeriksakan kondisinya karena takut akan hal buruk jika positif mengidap HIV/AIDS. Adanya stigma terhadap ODHA karena dianggap bahwa mereka adalah pelaku seks dan pemakai narkoba. Sebuah penelitian tentang *“Gambaran kepatuhan Orang Dengan HIV/AIDS dalam minum obat ARV”* menunjukkan bahwa salah satu faktor penghambat ODHA minum ARV adalah ketakutan akan statusnya di masyarakat. Bahkan terkadang ODHA bisa kewajibannya untuk minum obat karena takut kerabat dan keluarganya mengetahui statusnya sebagai ODHA (Sugiharti dkk, 2014:1-10).

Diskriminasi juga menjadi pemasalahan ODHA. Diskriminasi merupakan perilaku yang tidak adil dan tidak berimbang terhadap sebuah kelompok minoritas. Adanya perlakuan yang membeda-bedakan terhadap suatu golongan dengan golongan lainnya karena faktor tertentu. Dalam hal ini adanya perlakuan berbeda yang diterima ODHA dalam kehidupan bermasyarakat. Sebuah penelitian yang berjudul *“Konsep diri orang dengan HIV/AIDS”* menjelaskan bahwa stigma dan diskriminasi membuat ODHA merasa tidak berharga, tidak berguna, tidak berdaya, menurunnya motivasi untuk menjalani hidup dan menarik diri dengan lingkungan (Sarikusuma dkk, 2012:29-40).

Sebuah riset tentang *“Pendampingan Peningkatan kualitas hidup ODHA”* mengatakan bahwa diperlukan sebuah konseling bagi ODHA yang berorientasi pada pemahaman arti penting kehidupan dan eksistensi diri (Suriata dkk, 2017:1-52). Konseling HIV/AIDS merupakan komunikasi bersifat rahasia antara klien dan konselor bertujuan untuk meningkatkan kemampuan menghadapi stres dan mengambil keputusan berkaitan dengan HIV/AIDS. Proses konseling termasuk evaluasi resiko penularan HIV, pencegahan perilaku dan evaluasi penyesuaian diri. Dengan melakukan konseling, pasien ODHA dapat bisa mendapatkan dukungan psikologi dan

menghindari dampak negatif kepada yang bersangkutan dan lingkungan sosial (Saam, 2013:139).

Dengan adanya konseling yang dilakukan secara rutin dengan menggunakan strategi tertentu diharapkan bisa membangkitkan optimisme ODHA. Ditunjang bentuk pendampingan, diharapkan juga dapat membangkitkan optimisme ODHA. Dari contoh diatas dapat kita amati bahwa seorang ODHA tidak bisa selamanya menutup diri dari lingkungannya hanya karena takut akan stigma dan diskriminasi masyarakat. Dengan membuka diri, perlahan-lahan ODHA akan bisa diterima oleh masyarakat. Dengan bantuan organisasi atau komunitas yang peduli terhadap ODHA, stigma dan diskriminasi akan hilang secara perlahan-lahan.

Yayasan GRAPIKS (Graha Prima Karya Sejahtera) merupakan sebuah lembaga swadaya masyarakat yang sudah melakukan pendampingan terhadap ODHA di Bekasi sejak tahun 2007. GRAPIKS melakukan sosialisasi, advokasi dan rujukan serta kerjasama dengan pihak-pihak terkait untuk mendukung kelancaran program penanggulangan HIV/AIDS dengan tujuan untuk memutus mata rantai dan mengurangi resiko penularan virus HIV/AIDS. Untuk itu GRAPIKS melakukan Penjangkauan dan pendampingan kepada ODHA untuk tercapainya tujuan (<http://yayasan-grapiks.weebly.com> diakses pada 27/5/2018).

Berdasarkan wawancara dengan Direktur Yayasan GRAPIKS, saat ini jumlah ODHA yang sedang didampingi oleh yayasan GRAPIKS di kawasan Bekasi sekitar 400 ODHA dari berbagai macam jenis faktor resiko dengan rentan usia dari 1-57 tahun. Jumlah ODHA dari faktor ibu rumah tangga saat ini mengalami peningkatan. Begitu pula halnya dengan faktor LSL yang angkanya cukup tinggi, dengan usia mulai dari usia 18 tahun. Untuk ODHA dari faktor resiko pengguna jarum suntik, rentan usia mulai dari 22-40 tahun. Salah satu konselor Yayasan GRAPIKS juga menambahkan bahwa dalam upaya membangkitkan optimisme ODHA, Dinas sosial dan Dinas Kesehatan juga ikut berperan bersama dengan yayasan GRAPIKS.

Berdasarkan latar belakang masalah yang penulis uraikan diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa rumusan masalah untuk penelitian ini adalah :“Bagaimana Strategi Konseling Yayasan GRAPIKS dalam membangun Optimisme ODHA di Kota Bekasi?” Berdasarkan rumusan masalah yang dijabarkan oleh peneliti, maka fokus penelitian dalam penelitian ini adalah “Strategi Konseling apa yang digunakan Yayasan GRAPIKS dalam upaya membangkitkan optimisme ODHA?”. Penelitian ini mengacu pada permasalahan yang peneliti uraikan dirumusan masalah. Maka dari itu

Tujuan penelitian ini adalah “untuk mengetahui Strategi Konseling Yayasan GRAPIKS dalam membangun Optimisme ODHA di Kota Bekasi”.

TINJAUAN PUSTAKA

Teori Gamble dan Michael Gamble mendefinisikan komunikasi di dalam bukunya yang berjudul *Communication Works* yang sudah diartikan oleh penulis sebagai kegiatan pemindahan pesan secara sengaja maupun tidak sengaja. Komunikasi adalah proses yang terjadi kapan saja ketika seseorang sedang berperilaku dan menghubungkan pesan tersebut dengan tingkah laku. Selama seseorang yang melakukan atau mengatakan (berperilaku) diinterpretasikan sebagai pesan – selama perilaku orang tersebut berdampak atau memengaruhi perilaku orang lain – maka komunikasi sedang terjadi (Gamble & Gamble, 2013:4).

Psikologi berasal dari bahasa Yunani yaitu “*psyche*” berarti jiwa dan “*logos*” yang berarti ilmu pengetahuan. Jadi, secara etimologi, arti dari psikologi adalah ilmu yang mempelajari tentang jiwa, baik itu tentang macam-macam gejalanya, prosesnya, atau pun latar belakangnya (Ahmadi 1998:1). Menurut Louis Forsdale (Muhammad 1995:2) komunikasi adalah suatu proses memberikan *signal* dengan aturan tertentu, sehingga dengan cara ini suatu sistem dapat didirikan, dipelihara dan diubah. Pada definisi ini komunikasi dipandang sebagai proses. *Signal* yang diberikan bisa berupa *signal* non verbal dan juga *signal* verbal yang memiliki aturan tertentu. Menurut R. Wayne Pace (1979) mengemukakan bahwa komunikasi antarpribadi atau *communication interpersonal* merupakan proses komunikasi yang berlangsung antara dua orang atau lebih secara tatap muka dimana pengirim dapat menyampaikan pesan secara langsung dan penerima pesan dapat menerima dan menanggapi secara langsung (Cangara, 1998:32).

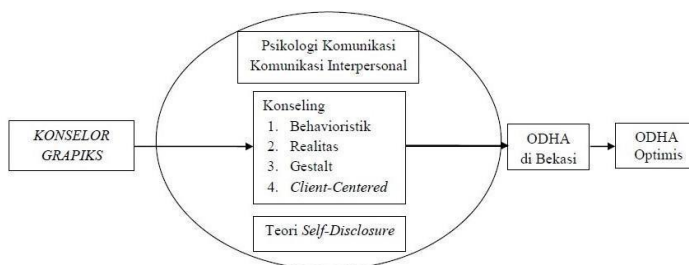
Menurut McLean konseling adalah hubungan suatu proses yang terjadi dalam hubungan tatap muka antara seorang individu yang terganggu oleh karena masalah-masalah yang tidak dapat ditanganinya sendiri dengan seorang pekerja yang profesional yaitu orang telah terlatih dan berpengalaman dalam membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi (Prayitno, Amti 2004:100). Konseling individual adalah salah satu upaya pemberian bantuan secara perorangan dan secara langsung. Pemberian bantuan berlangsung secara *face to face relationship* (tatap muka) antara konselor dengan klien. Biasanya masalah yang dipecahkan melalui cara ini disebabkan oleh jenis masalah yang sifatnya pribadi (Sofyan, 2007:98).

Menurut J.R. David memiliki pandangan bahwa strategi merupakan, *plan, method, or series of activities designed to achiev a particular educational goal* (Sanjaya, 2010:126). Strategi adalah penggunaan tipuan-tipuan atau manipulasi untuk memengaruhi orang lain. Anda menggunakan strategi bila orang menduga anda mempunyai motif motif tersembunyi; anda berkomunikasi dengan “Ada Udang di Balik Batu” (Rakhmat, 2012:133). Peneliti menyimpulkan strategi adalah cara-cara tersembunyi yang dilakukan oleh komunikator dalam menyampaikan pesannya dalam upaya-upaya tertentu. Optimisme diartikan sebagai wujud prasangka baik kepada Tuhan atas pertolongannya. Orang yang memiliki sikap optimis akan bisa untuk tetap berdiri tegak ketika berbagai permasalahan menghampirinya. Orang-orang ini menganggap bahwa Tuhan hanya memberikan kebaikan bukan penyengsaraan (Amirta, 2008:13).

Teori *Self-Disclosure*

Pengungkapan diri (*self disclosure*) merupakan tipe khusus dari percakapan di mana kita berbagi informasi dan perasaan pribadi dengan orang lain. Ada dua cara untuk mengungkap diri kita yaitu “pengungkapan deskriptif” di mana kita menjelaskan tentang diri kita, pekerjaan kita, pekerjaan kita, dan apa pilihan kita saat pemilu. Pengungkapan lainnya disebut dengan “pengungkapan evaluatif” di mana kita mengungkapkan opini pribadi dan perasaan terdalam kita kepada orang lain, kesalahan kita bahkan betapa bencinya kita pada pekerjaan kita. Pengungkapan ini berisi tentang penilaian personal terhadap orang lain (Taylor dkk, 2009:334).

Kerangka Pemikiran



METODOLOGI PENELITIAN

Paradigma merupakan suatu sistem dasar keyakinan seseorang yang di dalamnya mengandung asumsi filosofis “ontologisme, epistemologis, metodologis dan aksiologis”. Paradigma akan merefleksikan suatu keinginan, sikap dan konsep diri seseorang. Dengan memiliki paradigma seseorang akan menghargai dirinya sendiri di tengah pandangan dan keberadaan orang lain. Dengan paradigma seseorang tidak akan pernah memaksakan kehendak agar orang mau menerima analisis dan argumen darinya. Dengan paradigma kita dapat mengekspresikan ide atau gagasan kita seirama dengan persepsi atau pandangan orang lain (Mukhtar, 2013:15).

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif di mana. Bogdan dan Taylor mendefinisikan metodologi kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Menurut mereka pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh) (Moleong, 2006:4). Kriyantono mengatakan deskriptif adalah salah satu jenis survey penelitian kualitatif yang digunakan untuk menggambarkan (mendeskripsikan) populasi yang sedang diteliti. Fokus riset ini adalah perilaku yang sedang terjadi (*what exist at the moment*) dan terdiri dari satu variabel (Kriyantono, 2010:59).

Subjek penelitian adalah orang yang berada dalam situasi sosial yang ditetapkan sebagai pemberi informasi dalam sebuah penelitian atau dikenal sebagai informan. Dinamakan sebagai subjek penelitian karena dalam penelitian kualitatif deskriptif penelitiannya dilakukan secara terpusat pada sudut pandang orang yang diteliti (emik), baik mereka yang telah ditetapkan atau mereka yang dimintai informasi secara bergulir dan bergilir sehingga data membesar dan meluas (*Snow Ball*), sampai titik jenuh data, artinya tidak ada lagi data yang mungkin dikumpulkan untuk menjawab dan mendukung sebuah penelitian (Mukhtar, 2013:89).

Objek penelitian merupakan hal yang menjadi perhatian dalam sebuah penelitian. Titik penelitian tersebut merupakan materi yang diteliti atau yang dipecahkan permasalahannya dengan menggunakan teori yang berkaitan. Oleh karena itu peneliti memutuskan subjek penelitian pada penelitian ini adalah Konselor dari yayasan GRAPIKS dan objek penelitiannya adalah strategi konseling yang dilakukan dalam usaha untuk membangkitkan optimisme ODHA di Kota Bekasi. Jenis data yang digunakan dalam penelitian dikenal dengan data primer dan data sekunder. Data primer adalah data yang dihimpun langsung oleh seorang peneliti umumnya

dari hasil observasi terhadap situasi sosial dan atau diperoleh dari tangan pertama atau subjek (informan) melalui hasil wawancara. Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung oleh peneliti, tetapi telah berjenjang melalui sumber tangan kedua atau ketiga. Data sekunder dikenal juga sebagai data-data pendukung atau pelengkap data utama yang dapat digunakan oleh peneliti.

Teknik analisa data dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung dan setelah pengumpulan data dalam periode tertentu. pada saat wawancara peneliti sudah dapat melakukan analisis terhadap jawaban yang diucapkan oleh terwawancara. Bila jawaban yang dikemukakan oleh yang diwawancarai setelah dianalisis ternyata belum memuaskan atau menjawab permasalahan maka peneliti akan melanjutkan pertanyaan kembali hingga sampai tahap tertentu, diperoleh data yang dianggap kredibel (Sugiyono, 2009:246).

Tahap terakhir dari analisis data ini ialah mengadakan pemeriksaan keabsahan data. Setelah selesai tahap ini, mulailah tahap penafsiran data dalam mengolah hasil sementara menjadi teori substansif dengan menggunakan beberapa metode tertentu (Moleong, 2006:247). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan triangulasi untuk menguji keabsahan data. Triangulasi dilakukan dengan cara berdalam-dalam “elaboratif” sampai pada titik jenuh data artinya tidak ada lagi kemungkinan bahwa akan ada data yang terungkap sebagai dukungan sebuah informasi terkait dengan temuan penelitian. Dari temuan data lapangan itulah yang kemudian dibuat laporan yang dirangkai tiga sumber utama observasi, wawancara dan dokumentasi, kemudian diskusikan dengan teori (Mukhtar, 2013:137). Lokasi penelitian ini dilakukan disebuah komunitas yakni di Yayasan GRAPIKS yang beralamat di Vila Bekasi Indah 1 Blok B6 No 41 Mangun Jaya, Tambun Selatan. Sedangkan waktu penelitian terhitung mulai tanggal 14 Oktober 2017 s/d 30 Mei 2018.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan wawancara dengan ketiga *key informan*, peneliti melihat terdapat beberapa teknik konseling yang digunakan konselor dalam kegiatan konseling dengan ODHA yang diharapkan bisa membangkitkan rasa optimisme ODHA. Teknik-teknik tersebut diantaranya konselor menjadi pendengar aktif, konselor melakukan pendekatan kepada klien, konselor menjadi guru bagi ODHA, konselor memberi dukungan, konselor

menggunakan humor, konselor memfasilitasi konselor membantu klien dalam mengambil tindakan, dan menggunakan konfrontasi.

Jika dilihat dari teknik konseling yang dilakukan, maka jenis konseling yang dilakukan adalah Konseling Realitas dan Konseling *client-centered*. Dalam konseling realitas, konselor berperan sebagai guru dan sebagai model bagi konseli (Komalasari dkk, 2016:235). Fokus konseling realitas adalah tingkah laku sekarang. Konselor juga membuat komitmen dengan klien untuk segera mengubah perilakunya dengan tujuan klien lebih bisa menerima realitas yang terjadi. Sementara itu dalam konseling *client-centered* difokuskan kepada tanggung jawab dan kesanggupan klien untuk menemukan cara-cara untuk menghadapi kenyataan secara lebih penuh. Klien sebagai orang yang paling mengetahui dirinya sendiri adalah orang yang harus menemukan tingkah laku yang lebih pantas bagi dirinya sendiri (Corey, 1988:90). Peran konselor hanya sebagai partner untuk memecahkan masalah klien. Dalam hubungan konseling ini, konselor lebih banyak memberikan kesempatan kepada klien untuk mengungkapkan permasalahannya.

Peneliti juga mendapat hasil dari setelah melakukan wawancara dengan ODHA untuk melihat apa yang dirasakan sebelum dan sesudah konseling. Di saat pertama kali kedua ODHA merasa kaget karena memang belum memiliki pengetahuan tentang HIV. Selain itu juga ODHA melakukan pencegahan yang salah. Setelah mendapat informasi dari konselor mengenai HIV, barulah ODHA merasa tidak ada yang perlu ditakutkan sama sekali selama tetap mengikuti terapi ARV. Bahkan ODHA memiliki rasa bersyukur dan memiliki pemikiran positif karena terdeteksi sebagai ODHA.

Pandai bersyukur dan memiliki pemikiran positif merupakan ciri-ciri dari orang yang optimis (Gufron; Risnawati, 2010:96). ODHA bersyukur karena saat terdeteksi HIV di saat tubuh masih dalam keadaan yang bagus. Selain itu anak dari ODHA yang sehari-hari bersama dengan ODHA tidak tertular dan masih sehat sampai saat ini. Bahkan ODH sebagai ODHA, justru bisa mengontrol kesehatan organ tubuh lebih rutin ketika sedang melakukan *medical check up*.

Pembahasan

Peneliti akan berusaha membahas permasalahan yang diangkat oleh peneliti. Kemudian permasalahan tersebut akan peneliti jabarkan menggunakan konsep dan teori yang sebelumnya sudah dipaparkan untuk membantu dalam menjawab rumusan masalah pada penelitian ini. Penelitian ini memiliki keterkaitan dengan komunikasi antarpribadi karena

bentuk konseling yang digunakan adalah konseling individu yang di dalamnya terdapat unsur komunikasi antarpribadi.

Komunikasi antarpribadi berperan untuk saling mengubah dan mengembangkan. Dan perubahan tersebut melalui interaksi dalam komunikasi, pihak-pihak yang terlibat untuk memberi inspirasi, semangat dan dorongan agar dapat merubah pemikiran, perasaan dan sikap sesuai dengan topik yang dikaji bersama. Komunikasi interpersonal adalah proses pertukaran informasi serta pemindahan pengertian antara dua orang atau lebih dari suatu kelompok manusia kecil dengan berbagai efek dan umpan balik (Widjaja, 1993:8).

Menurut Mc Lean konseling merupakan hubungan suatu proses yang terjadi di dalam hubungan tatap muka antara seorang individu yang terganggu oleh karena masalah-masalah yang tidak dapat ditanganinya sendiri dengan orang seorang pekerja yang professional yaitu orang yang terlatih dan berpengalaman dalam membantu orang lain mencapai pemecahan-pemecahan terhadap berbagai jenis kesulitan pribadi (Prayitno, Amti 2004:100). Definisi ini mengimplikasikan bahwa ODHA berkonsultasi dengan konselor Grapiks yang tidak hanya terlatih dalam konseling tetapi juga berpengalaman. Para konselor yang juga merupakan ODHA mengetahui apa yang dirasakan klien bisa membagi pengalamannya dalam mengatasi masalah.

Bentuk konseling yang diberikan kepada ODHA adalah konseling individu. Konseling individu merupakan salah satu cara pemberian bantuan secara perseorangan dan secara langsung. Pemberian bantuan dilaksanakan secara *face to face relationship* (hubungan langsung muka ke muka, atau hubungan empat mata), antara konselor dan anak (kasus). Biasanya, masalah-masalah yang dipecahkan melalui teknik atau cara ini ialah masalah-masalah yang sifatnya pribadi (Wilis, 2004:98).

ODHA memiliki keadaan psikologi yang rapuh, oleh karena itu dibutuhkan strategi konseling yang tepat. Strategi adalah penggunaan "tipuan-tipuan" atau manipulasi untuk memengaruhi orang lain (Rakhmat, 2012:133). Strategi Konseling yang diterapkan oleh Yayasan Grapiks adalah Dalam konseling realitas, konselor berperan sebagai guru dan sebagai model bagi konseli (Komalasari dkk, 2016:235). Sementara itu dalam konseling *client-centered therapy*. *Client-centered therapy* atau yang biasa disebut dengan konseling non-direktif dimana klien diberikan kesempatan untuk mengemukakan masalahnya terlebih dahulu secara bebas (Prayitno, 2009:299).

Dari kedua strategi konseling yang digunakan oleh yayasan GRAPIKS dalam upaya membangkitkan optimisme ODHA, peneliti mengambil kesimpulan bahwa strategi *client centered* lebih dominan untuk digunakan oleh para konselor. Hal ini didasari dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap ketiga informan. Teknik yang selalu digunakan adalah konselor menjadi pendengar aktif bagi ODHA. Ketiga konselor beranggapan dengan menjadi pendengar bagi ODHA, diharapkan konselor dapat mengetahui permasalahan klien dan dapat menemukan cara yang bisa dijadikan pilihan bagi klien dalam menyelesaikan masalah tersebut.

Hasil dari konseling yang dilakukan bisa dilihat dari kondisi klien. Peneliti telah mewawancarai dua ODHA yang saat didampingi yayasan GRAPIKS untuk mengetahui apa yang dirasakan ketika sebelum dan setelah konseling. Dari hasil wawancara, peneliti melihat adanya ciri seseorang yang optimis di dalam diri ODHA setelah berkonsultasi dengan konselor Yayasan GRAPIKS. Aspek optimisme antara lain berpikir positif, siap menghadapi tantangan dan pandai bersyukur (Gufron; Risnawati, 2010:96).

ODHA yang pada awalnya bingung karena kurangnya informasi mengenai HIV sempat mengalami kebingungan karena kaget adanya virus mematikan di dalam dirinya. Setelah konseling mengetahui justru bersyukur dengan status HIV yang dimilikinya karena beberapa alasan. Namun saat ini ODHA yang dibina oleh yayasan Grapiks sudah membina ODHA lainnya yang baru mendapat status HIV. Dari jumlah dari 400 ODHA yang saat ini diberdayakan oleh yayasan Grapiks, 300 diantaranya sudah ikut terapi ARV sudah menerima dirinya sebagai ODHA. Walaupun masih ada yang belum aktif untuk minum obat, namun tetap dipantau oleh Yayasan GRAPIKS. Di dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teori *self-disclosure*. *Self disclosure* merupakan salah satu tipe komunikasi ketika informasi tentang diri yang biasa dirahasiakan, tidak diberitahu kepada orang lain. Ada dua hal penting yang harus diperhatikan, yaitu informasi yang diutarakan tersebut harus informasi yang biasanya disimpan atau dirahasiakan dan informasi tersebut harus diceritakan kepada orang lain baik secara tertulis dan lisan (De Vito, 1997:40). De Vito juga mengungkapkan terdapat lima dimensi dari *self disclosure*. Kelima dimensi yang dijadikan peneliti sebagai indikator dalam penelitian ini.

Dimensi yang pertama adalah jumlah *self-disclosure*. Banyaknya jumlah pengungkapan diri yang dilakukan oleh ODHA bisa dilihat dari lamanya waktu yang dibutuhkan saat konseling. Selama ini Yayasan Grapiks tidak pernah membatasi lamanya konseling. Konselor yayasan Grapiks selalu menyediakan waktu bagi ODHA yang ingin berkonsultasi, disesuaikan

dengan kebutuhan klien. Dimensi yang kedua adalah valensi *self-disclosure*. Suasana yang diciptakan ketika ODHA melakukan pengungkapan negatif. Hal ini klien mengungkapkan permasalahan yang bersifat sensitif yang masih berkaitan dengan status HIV yang dimiliki. Oleh karena itu konselor harus bisa mencairkan suasana yang awalnya tegang menjadi kondusif.

Dimensi yang ketiga adalah kecermatan dan kejujuran. Pada saat pertama kali seseorang positif HIV, ODHA akan mengatakan kebohongan kepada perawat di rumah sakit mengenai faktor penyebabnya. Namun ketika datang ke yayasan Grapiks, ODHA tersebut akan dengan sendirinya mengatakan tentang faktor penyebabnya dia bisa terkena HIV. Dimensi yang keempat adalah maksud dan tujuan *self-disclosure*. Tujuan konseling adalah untuk memberdayakan ODHA. Demi mencapai tujuan tersebut, konselor yayasan Grapiks harus membuka diri juga terhadap ODHA, menjadikan dirinya contoh bagi ODHA. Dimensi yang terakhir adalah keakraban. Ketika pertama kali konseling, konselor tidak akan langsung *to the point* menanyakan tentang maksud dan tujuan klien datang. Konselor hanya sekedar melakukan basa-basi agar klien mulai merasa nyaman klien terhadap konselor. Konseling yang dilakukan yayasan Grapiks terhadap ODHA tidak hanya sekali dua kali dalam kurun waktu yang sebentar tetapi berkali-kali sampai ODHA mau menerima dirinya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Dari hasil observasi, dokumentasi dan wawancara yang dilakukan, peneliti dapat menyimpulkan terdapat dua strategi konseling yang diterapkan oleh yayasan grapiks dalam upaya membangkitkan optimisme ODHA.

1. Strategi yang pertama adalah berdasarkan teknik konseling yang dilakukan, maka konseling yang dilakukan adalah *client centered* dan pendekatan realitas. Dengan menggunakan konseling *client centered* ini klien dianggap sebagai pihak yang paling mengetahui cara untuk menyelesaikan masalahnya. Konselor cukup menjadi pendengar aktif yang mendengarkan apa yang menjadi permasalahan klien. Membiarkan klien menceritakan masalahnya terlebih dahulu sampai klien merasa lebih tenang.
2. Penerapan terapi realitas juga digunakan dalam konseling terhadap ODHA. Peran konselor tidak hanya sebagai pendengar aktif dan menjadi *role model* bagi ODHA. Dengan menerapkan pendekatan

realitas, konselor ikut membantu dalam merencanakan tindakan selanjutnya yang akan diambil dan juga terlibat dalam upaya klien mencari kehidupan yang lebih baik.

Saran

Selama penulis melakukan penelitian di Yayasan GRAPIKS, terdapat beberapa hal yang menarik perhatian peneliti, di mana hubungan antara konselor Yayasan Grapiks dengan ODHA tidak hanya hubungan antara konselor dengan konseli melainkan hubungan yang terjalin sudah seperti keluarga. Adanya pertemuan rutin yang diadakan setiap dua minggu sekali membuat hubungan kedua belah pihak menjadi lebih erat. Selain itu pada pertemuan lainnya yang melibatkan Dinas Sosial sangat terlihat hubungan antara konselor dan klien sangat erat. Akan tetapi peneliti menemukan hal yang dapat membuat konseling yang dilakukan oleh konselor Grapiks bisa mencapai tujuan yaitu :

1. Diharapkan bagi pihak Yayasan GRAPIKS untuk mengurangi kegiatan konseling via *chat*. Dengan begitu klien akan melihat betapa empatinya konselor terhadap ODHA.
2. Diharapkan bagi Yayasan GRAPIKS untuk melakukan kegiatan penjangkauan di Penjara agar jumlah ODHA bisa lebih banyak terdeteksi dan sehingga bisa memulai terapi ARV lebih dini.
3. Diharapkan bagi Yayasan GRAPIKS untuk mendeteksi apabila terdapat ODHA yang dengan sengaja menularkan HIV karena hal ini membahayakan hidup orang lain.

Refrensi

- Ahmadi, A. 1998. *Psikologi Umum*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Amirta, Y. 2008. *Sehat Mental Berjiwa Besar Berpikir Positif Tidak Cukup Tanpa Kekuatan Hati*. Yogyakarta. Kreasi Wacana.
- Corey, G. 1988. *Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi*. Bandung: Pt. Eresco
- Cangara, H. 1998. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta. Pt. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Ghufron M. & Nur, Rini Risnawati S. 2010. *Teori-Teori Psikologi*. Ar Ruz Media : Yogyakarta
- Gamble, T,K & Gamble, M. 2013. *Communication Works* (11th Edition). New York : Mcgraw - Hill.

- Kriyantono, R. 2010. *Teknik Praktis Riset Komunikasi: Disertai Contoh Praktis Riset Media, Public Relation, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran*. Jakarta: Kencana.
- Komalasari, Gantina, & Wahyuni, E. 2016. *Teori Dan Teknik Konseling*. Jakarta: Pt. Indeks.
- Mukhtar. 2013. *Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif*. Jakarta. Gp Press Group.
- Moleong, L, J. 2006. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung. Pt. Remaja Rosdakarya.
- Muhammad, A. 1995. *Komunikasi Organisasi*. Jakarta. Bumi Aksara
- Prayitno & Amti, Erman. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan Dan Konseling*. Jakarta : Rieka Cipta.
- Prayitno. 2005. *Konseling Perorangan*. Padang. Universitas Negeri Padang
- Rakhmat, J. 2012. *Psikologi Komunikasi*. Bandung. Remaja Rosdakarya.
- Saam, Z. 2013. *Psikologi Konseling*. Jakarta. Pt. Raja Grafindo Persada.
- Sarikusuma Hasna, Herani Ika, Nur Hasanah. 2012. *Konsep Diri Orang Dengan Hiv/Aids Yang Menerima Label Negatif Dan Diskriminasi Dari Lingkungan Sosial*. 7 (1). 29-40
- Sugiharti, Yuniar Yuyun, Heny Lestari. 2014. *Gambaran Kepatuhan Orang Dengan Hiv/Aids Dalam Meminum Obat Arv Di Kota Bandung Provinsi Jawa Barat Tahun 2011-2012*. 1-10
- Taylor E, Shelley, Dkk. 2009. *Psikologi Sosial Edisi Kedua Belas*. Jakarta: Kencana.
- Willis S. Sofyan. 2007. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung. Cv Alfabeta.
- . 2007. *Konseling Individual Teori Dan Praktek*. Bandung. Cv Alfabeta.
- Widjaja, A.W. 1993. *Komunikasi Dan Hubungan Masyarakat*. Jakarta. Bumi Aksara.

Sumber Elektronik

[Http://Yayasan-Grapiks.Weebly.Com](http://Yayasan-Grapiks.Weebly.Com) Diakses Pada 27/5/2018

[Http://Www.Who.Int](http://Www.Who.Int) Diakses Pada 27/05/2018 Pukul

20.02 Wib Wartakota.Tribunnews.Com Diakses

Pada 2/11/2017 Pukul 00.35 Wib

Gobekasi.Pojoksatu.Id Diakses Pada 22/01/2018 Pukul 00.09 Wib

[Http://Www.Spiritia.Or.Id](http://Www.Spiritia.Or.Id) Diakses Pada 8/11/2017 Pukul 02.29 Wib