Gudang Jurnal Multidisiplin Ilmu
Volume 2 ; Nomor 1 ; Januari 2024 ; Page 357-360
Doi : https://doi.org/10.59435/gjmi.v2i1.259
Website : https://gudangjurnal.com/index.php/gjmi

E-ISSN : 2988-5760

Analisis Rancangan Intervensi Terhadap Gangguan Depresi Pada Penderita HIV/AIDS

Very Angga Saputra[1*], Anna Dina Kalifa[2]

[1] Fakultas Bisnis dan Humaniora, Universitas Teknologi Yogyakarta
[2]Program Studi, Nama Institusi
veryangga31@gmail.com, anna dina kalifia@staf.uty.ac.id

Info Artikel

Masuk:
10 Jan 2024
Diterima:
15 Jan 2024
Diterbitkan:
19 Jan 2024

Kata Kunci:
Hiv/Aids
Depresi
Intervensi

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui rancangan intervensi yang efektif untuk mengatasi gangguan depresi pada penderita HIV/AIDS. Metode yang digunakan dalam penelitian ini ialah metode kualitatif dengan menggunakan pedekatan kognitif. Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah intervensi psikolgis apa yang cocok digunakan untuk megatasi permasalahan psikologis pada penderita HIV/AIDS, penelitian ini menghasilkan kesimpulan hasil yaitu factor yang medasari gangguan psikologis pada penderita HIV/AIDS terjadi ialah karena terjadinya cognitife distortion, sehingga muncul pemikiran irasioanal dan mengakibatkan depresi, Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menyimpulkan bahwa rancangan intervensi psikologi dengan menggunakan pendekatan kognitif dengan Teknik terapi client centered theraphy efektif jika digunakan untuk mengatasi permasalahan mental yang dihadapi oleh penderita HIV/AIDS.

PENDAHULUAN

Pendahuluan Depresi merupakan salah satu gangguan jiwa yang dipengaruhi oleh stress psikososial. Depresi dapat berupa gejala, sindrom, dan diagnosis; tergantung sejauh mana stresor psikososial yang dialami oleh seseorang mempengaruhi diri orang tersebut. Prevalensi penderita depresi pada usia remaja menunjukkan peningkatan yang sangat tinggi dibandingkan dengan usia kanak-kanak dan usia dewasa(Anggraini, 2014:39). Depresi merupakan masalah kesehatan jiwa yang utama dewasa ini. Hal ini penting karena orang dengan depresi produktivitasnya akan menurun dan dampaknya buruk bagi masyarakat. Depresi adalah penyebab utama tindakan bunuh diri. Organisasi kesehatan dunia (WHO) menyebutkan angka 17% pasien-pasien yang berobat ke dokter adalah pasien dengan depresi dan selanjutnya diperkirakan prevalensi depresi pada populasi masyarakat dunia adalah 3% (Hawari, 2013).

Dalam bahasa medis, AIDS diartikan sebagai Acquired Immune Deficiency Syndrome atau kumpulan berbagai penyakit yang timbul karena menurunnya sistem kekebalan tubuh manusia. AIDS disebabkan oleh HIV (Human Immunodeficiency Virus) atau virus yang menyerang sistem kekebalan manusia. 9 AIDS merupakan suatu penyakit infeksi yang disebabkan oleh retrovirus yaitu human immunodifeciency virus (HIV). Virus ini disebarkan melalui kontak dengan cairan tubuh (semen, darah, dan air susu ibu), dari orang yang menderita HIV melalui jalur seksual maupun aseksual. HIV menginfeksi dan menekan limfosit T4 (sel penginduksipembantu). Berbagai gangguan neuropsikiatrik yang terkait HIV disebabkan oleh kerja neuritropik virus secara langsung. Manifestasi AIDS itu sendiri dapat berupa satu atau beberapa indikator penyakit seperti sarkoma kaposi, limfoma, SSP primer, meningitis, hepatitis, dan tuberculosis (Parhani, 2016: 96)

Penderita penyakit HIV/AIDS tak jarang yyang mendapat perlakuan tidak wajar dari masyarakat, perlakuan tersebut berupa diskriminnasi, dikucilkan dari lingkungan, dan tak sedikit penderita HIV/AID yang mengalami stress akibat dari perlakuan lingkungan sekitarnya tersebut, Perlakuan tidak baik dari masyarakat terhadap penderita HIV/IDS tersebut di sebabkan oleh kurangnya edukasi masyarakatt terhadap ap aitu penyakit HIV/AIDS serta cara penularannya, Stigma yang spekulatif dari masyarakat pada akhirnya menyebabkan timbulnya fenomena paranoid yang terjadi di masyarakat terhadap penderita HIV/AIDS, mereka beranggapan bahwa penderita HIV/Aids seperti enemy atau sebagai sesuatu menganncam yang bisa membuat mereka celaka.

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui secara intim menenai bagaimana dinamika depresi pada penderita HIV/AIDS, hasil dari penelitian ini diharapkan mampu menjadi bahan acuan untuk mengatasi tingginya kasus depresi yang dialami oleh penderita HIV/AIDS, dan bisa menjadi pedoman untuk penyusunan perencanaan intervensi terhadap penderita HIV/AIDS. dalam penelitian ini peneliti menggunakan metode kualitatif sebagai pengumpulan data penelitian, data dalam penelitian ini didapatkan melalui referensi dari penelitian-penelitian terdahulu yyang juga meneliti tentang depresi dan juga penyakit HIV/AIDS.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

Penelitian serupa yang mengenai depresi juga sudah pernah dilakukan oleh Pratama Sulistyarini yang berjudul "Dukungan Keluarga Dan Depresi Pada Penderita Hiv/Aids Di Yogyakarta" hasil dari penelitian tersebut ialah Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan keluarga memiliki dampak positif terhadap depresi pada ODHA. Terdapat korelasi negatif yang sangat signifikan antara dukungan keluarga dengan depresi pada penderita HIV/AIDS. Semakin tinggi dukungan keluarga, semakin rendah depresi yang dialami oleh penderita. Dukungan keluarga memberikan dampak positif terhadap aspek kesehatan, psikologis, sosial, dan pekerjaan penderita HIV/AIDS. Penyakit HIV/AIDS dapat menyebabkan gangguan psikiatrik, seperti depresi, pada penderitanya. Keluarga dan dukungan mereka dapat memainkan peran penting dalam mengurangi tingkat depresi pada penderita HIV/AIDS (Andhika Pratama, Indahria Sulistyarini, 2012:30)

Pendekatan Teori yang peneliti gunakan dalam penelitian ini ialah Pendekatan teori kognitif, pendekatan teori kognitif beranggapan bahwa depresi neurosa terjadi sebagai akibat adanya negative cognition set (konstelasi depresi) sebagai suatu predisposisi dalam pemunculan depresi pada individu, sehingga menimbulkan *self esteem* (penghargaan diri) yang rendah yang mengakibatkan timbulnya anggapan yang salah, pesimis dalam menghadapi permasalahan dalam hidupnya. Keadaan ini membuat individu memiliki harapan yang sangat terbatas terhadap kehidupan masa depannya. Jelas sekali bahwa teori ini melibatkan terjadinya depresi terutama sebagai gangguan dalam proses berpikir dan bukan sebagai gangguan kehidupan perasaan emosi. Gangguan dalam proses berpikir (kognisi) ini berupa distorsi dalam mengkonseptualisasikan stimulus dan adanya disfungsi skema/belief. Menurut Beck yang dikutip oleh Rehm dan Carter (1990), 19 depresi merupakan gangguan pemikiran, dan bukan gangguan afeksi. Gejala-gejala afektif, motivasi, dan perilaku disebabkan oleh pemikiran orang depresif tersebut. Dengan kata lain, depresi secara pokok dilihat sebagai penyimpangan atau gangguan dari proses berpikir, yang disebut sebagai cognition distortion. Cognition distortion adalah kecenderungan salah mengerti atau penyimpangan kejadian-kejadian penting di dalam cara yang negatif.

Dalam psikologi, penangan depresi dapat dilakukan dengan beberapa cara, antara lain terapi interpersonal, konseling kelompok dan dukungan sosial, terapi humor, serta cognitive behavior therapy, Selain terapi- terapi tersebut, client centered therapy juga dapat digunakan untuk menurunkan depresi pada individu. terapi client centered berlandaskan pada suatu filsafat tentang manusia yang menekankan bahwa individu memiliki dorongan bawaan pada aktualisasi diri, individu memiliki kesanggupan untuk memahami faktor-faktor yang ada dalam hidupnya yang menjadi penyebab ketidakbahagiaan (Trika Kusuma, 2020:30).

Berangkat dari paparan diatas beserta data yang memuat mengenai tingginya kasus yang terjadi di Indonesia serta menimbang besarnya resiko dari kasus depresi menjadi stimulus atau dorongan peneliti untuk meneliti lebih lanjut dan membuat rancangan intervensi terhadap penderita depresi akibat penyakit HIV/AIDS.

METODE

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan pendekatan kualitatif sebagai metode pengumpulan datanya, serta menggunakan referensi dari penelitian-penelitian terdahulu yang memiliki hubungan selinier dengan topik pembahasan pada penelitian ini, Peneliti mengguakan Teknik membaca dan menulis informasi-informasi penting yang sesuai dengan kebutuhan data untuk keperluan penelitian ini,

Alasan peneliti menggunakan metode penelitian ini ialah karena peneliti menimbang efektivitas serta efisiensi waktu yang digunakan dalam penelitian, Batas waktu yan ditentukan sangat terbatas menjadi salah satu factor terbesar mengapa peneliti mengguakan metode penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada dasarnya tiap individu akan menghadapi berbagai macam masalah dan tekanan-tekanan yang menyertai dalam setiap kehidupannya dan setiap individu yang menghadapi berbagai macam masalah dan tekanan tersebut akan mempunyai penyebab, gejala, respon, dan upaya yang berbeda-beda. Demikian pula dengan halnya dengan penderita HIV dan AIDS yang mengalami depresi, mereka mempunyai dinamika depresi yang berbeda pula.

Apabila ditinjau dari pendekatan teori kognitif yang dikembangkan oleh Aaron Beck maka penyebab depresi yang dialami oleh penderita HIV dan AIDS dapat dijelaskan dalam tiga konsep utama. Penderita HIV dan AIDS dengan keadaannya sekarang memandang dunia dan lingkungan sekitarnya, khususnya keluarganya sendiri sebagai kelompok seseorang yang tidak peka, membuat frustasi dan banyak menuntut banyak hal kepada penderita. Hal ini menyebabkan penderita merasa dikalahkan, dirugikan, dihina, dan memandang pesimis dan sinis terhadap dunia sekitarnya. Konsep kedua adalah terhadap diri sendiri. Penderita HIV dan AIDS dengan keadaannya sekarang ini menganggap dirinya tidak baik lagi, tidak layak hidup lagi, dan tidak lagi diharapkan kehadirannya karena HIV dan AIDS yang diidapnya sekarang. Konsep ketiga adalah terhadapa masa depan. Penderita HIV dan AIDS dengan keadaannya sekarang menganggap bahwa masa depannya akan sia-sia dan menyakini bahwa kejadian-kejadian buruk, kesukaran, rasa frustasi, dan susah akan terus terjadi pada dirinya. Penderita HIV dan AIDS percaya bahwa ia tidak berdaya dan tidak memiliki kekuatan untuk memperbaiki keadaan yang dialaminya dan juga masa depannya sendiri.

Berdasarkan hal tersebut, sebenarnya pola pikir penderita HIV dan AIDS dianggap menyimpang dari pola interpretasi logis atau salah menginterpretasikan sebuah fakta, juga dianggap terfokus pada aspek situasi yang negatif, serta harapan yang pesimistis dan putus asa terhadap masa depannya sendiri. Dengan kata lain, depresi yang dialami oleh

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

penderita HIV dan AIDS dipandang sebagai sebagai penyimpangan atau gangguan dari proses berpikir, yang disebut sebagai "*cognitive distortion"* (Parhani, 2016:99). Cognitive distortion adalah distorsi atau penyimpangan dalam cara seseorang memproses informasi atau mengevaluasi situasi di sekitarnya. Distorsi kognitif ini muncul dalam pemikiran atau keyakinan yang cenderung tidak akurat atau terlalu negatif, dan mereka dapat berperan dalam pembentukan atau memperburuk gangguan mood seperti depresi dan kecemasan.

Pemahaman mengenai cognitive distortion dapat menjadi langkah awal yang penting dalam terapi kognitif, yang bertujuan untuk membantu individu mengidentifikasi, memahami, dan mengubah pola pikir yang tidak sehat ini. Terapis kognitif membantu klien menggali lebih dalam dan menantang distorsi kognitif, membantu mereka melihat situasi dengan cara yang lebih realistis dan seimbang. (Parhani, 2016:99).

Simtom Gejala yang muncul dari penderita HIV dan AIDS yang mengalami depresi akan sangat beragam dan berbeda antara satu dengan yang lainnya. Gejala-gejala tersebut dipengaruhi oleh penyebab dan faktor apa yang melatarbelakangi dari terjadinya depresi itu sendiri (Parhani, 2016:99).

Client Centered Theory sering pula dikenal sebagai teori nondirektiv atau berpusat pada pribadi. Client Centered sebagai model pendekatan dalam konseling merupakan hasil pemikiran Carl Rogers. Rogers adalah seorang empirisme yang mendasarkan teoriteorinya pada data mentah, ia percaya pentingnya pengamatan subyektif, ia percaya bahwa pemikiran yang teliti dan validasi penelitian diperlukan untuk menolak kecurangan diri (self-deception). Yang mana Rogerian tidak hanya berisi pertanyaan-pertanyaan teori tentang kepribadian dan psikoterapi, tetapi juga suatu pendekatan, suatu orientasi atau pandangan tentang kehidupan (Ulfa Danni Rosada).

CCT atau Client Centered Theraphy akan sangat efektif untuk mengatasi gangguan mental depresi yang dialamai oleh penderita HIV/AIDS karena berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang membahas mengenaik dinamika depresi pada penderita HIV/AIDS menyatakan bahwa, penderita cenderung mengalami cognitive distortion yaitu kontaminasi terhadap kognitifnya sehingga timbul asumsi-asumsi irasioal dari penderita HIV/AIDS itu sendiri, contoh pemikiran-pemikiran irasional itu tadi seperti persepsi yang diyakini penderita untuk menuntut orang lain harus mendapat perhatian secara penuh dari orang-orang di sekitarnya, adanyya gagasan bahwasanya ia adalah sampah atau makhluk yang tidak berguna, dan masih banyak pemikiran-pemikiran yang muncul dari penderita HIV/AIDS yang mengalami gangguan depresi.

KESIMPULAN

Kesimpulan yang dapat diambil oleh peneliti dari peelitian ini ialah penderita HIV/AIDS yang mengalami gangguan depresi adalah terdapat factor internal dan factor eksternal yang melatarbelakangi gangguan depresi pada penderia HIV/AIDS itu muncul, factor eksternal disebabkan oleh perlakuan lingkungan sekitar terhadap penderita HIV/AIDS itu sendiri, sedangkan factor internalnya ialah merupakan hasil dari pemikiran-pemikiran penderita yang tidak rasional, sehingga dari pemikiran-pemikiran irasional yang muncul dari penderita itu tadi menyebabkan ganguan depresi muncul atau bahkan memperparah gangguan yang sebelumnya sudah muncul tapi frekuensinya hanya rendah.

Berdasarkan analisis yang dilakukan oleh peneliti, peneliti menyimpulkan bahwa rancangan intervensi psikologi dengan menggunakan pendekatan kognitif dengan Teknik terapi client centered theraphy efektif jika digunakan untuk mengatasi permasalahan mental yang dihadapi oleh penderita HIV/AIDS, dengan pemberian intervensi psikologi client ccentered theraphy diharapkan mampu merubah pemikiran-pemikiran irasional dari penderita HIV/AIDS menjadi pemikiran-pemikiran yang lebih rasional, sehingga gangguan psikologis yang dialaminya dapat segera dapat di pulihkan.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.

DAFTAR PUSTAKA

Aditomo Anindito , Retnowati Sofia, 2004 " Perfeksionisme, Harga Diri, Dan Kecenderungan Depresi Pada Remaja Akhir" dalam JURNAL PSIKOLOGI 2004, NO. 1 (halamman, 1-14) Yogyakarta, Universitas Gadjah Mada.

Anggraini, 2014 "Hubungan Depresi dengan Status Gizi" dalam Medula, Volume 2, Nomor 2 (halaman 39-46) Lampung, Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.

Kusuma Trika, 2020 "Client Centered Therapy Untuk Subjek Dewasa Dengan Gangguan Depresi Berat" dalam Jurnal Psikologi Malahayati, Volume 2, No.1 (halaman 29-35) Yogyakarta, Universitas Islam Indonesia.

Parhani Imaduddin, 2016 "Dinamika Depresi Pada Penderita Aids" dalam Studia Insania, Oktober 2016, Vol. 4, No. 2 (hal 95-106) Banjarmasin. IAIN Antasari Banjarmasin.

Prasojo Dibyo, 2017" Peran Religiusitas Pada Penderita HIV dan AIDS Yang Mengalami Depresi " dalam Jurnal Studia Insania (halaman 47-70) Kalimantan Selatan, Komisi Penanggulangan AIDS Prov Kalsel.

Pratama Andhika, Sulistyarini indahria, 2012 "Dukungan Keluarga Dan Depresi Pada Penderita Hiv/Aids Di Yogyakarta" Dalam Psikologika Volume 17 Nomor 2 (halaman 29-37) Yogyakarta, Universitas Islam Indonesia.

CC Attribution-ShareAlike 4.0 License.