



Dynamics of Self-Acceptance of HIV Negative Serodiscordant Couples Based on the Concept of Patience and Trust

Ni'matul Maula

Institut Agama Islam Negeri Kudus, Kudus, Indonesia

m4ul42002@gmail.com

Abstract

This research presents the dynamics of self-acceptance among HIV-negative serodiscordant couples in Semarang, based on the concepts of patience and trust. The research employed a qualitative phenomenological approach, which revealed that the four couples exhibited robust self-acceptance abilities, adeptly navigating a spectrum of emotional stages, from initial shock to eventual acceptance. They demonstrate patience and trust in God's destiny, which has a positive impact on their emotional well-being and relationships. These findings underscore the heterogeneity of individual adaptation strategies in managing HIV serodiscordant conditions, yet ultimately, achieving positive self-acceptance. Consequently, patience and trust become crucial elements in the management of these challenges, offering a source of hope for individuals in similar situations to live enthusiastic and happy lives.

Keywords: *HIV Serodiscordant Couples; Patience; Self-Acceptance; Tawakal.*

Abstrak

Dinamika Penerimaan Diri Pasangan Serodiskordan HIV Negatif Berbasis Konsep Kesabaran dan Tawakal. Penelitian ini mengungkap dinamika penerimaan diri pasangan serodiskordan HIV negatif di Semarang berdasarkan konsep kesabaran dan tawakal. Melalui pendekatan kualitatif fenomenologi, penelitian ini menemukan bahwa keempat pasangan memiliki kemampuan penerimaan diri yang kuat, menghadapi berbagai tahapan emosional dengan bijak dari keterkejutan hingga penerimaan. Mereka menunjukkan kesabaran dan

kepercayaan pada takdir Allah, yang berdampak positif pada kesejahteraan emosional dan hubungan mereka. Temuan ini menegaskan keberagaman strategi adaptasi individu dalam menghadapi kondisi serodiskordan HIV, namun pada akhirnya, mencapai penerimaan diri yang positif. Dengan demikian, kesabaran dan tawakal menjadi landasan penting dalam mengelola tantangan tersebut, memberikan harapan bagi individu dalam situasi serupa untuk menjalani kehidupan yang penuh semangat dan bahagia.

Kata kunci: Penerimaan Diri; Pasangan Serodiskordan HIV; Kesabaran; Tawakal.

A. Pendahuluan

Pada ranah kesehatan global, *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) telah menjadi fokus perhatian utama karena konsekuensi seriusnya terhadap sistem kekebalan tubuh manusia dan jika tidak segera ditangani dengan cepat dan tepat dapat mengarah pada perkembangan *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS), penyakit yang merusak sistem kekebalan tubuh secara menyeluruh. Namun, di tengah kompleksitas HIV/AIDS, ada satu situasi yang menjadi puncak perhatian adalah ketika satu pasangan dalam hubungan memiliki HIV sementara pasangan lainnya tidak terinfeksi, kondisi tersebut dikenal dengan istilah serodiskordan HIV (Ni'matutstsania and Azinar 2021, 69). Penelitian tentang pasangan serodiskordan masih terbatas di Indonesia, dan sedikit informasi tentang jumlah pasangan serodiskordan dan pengalaman mereka dalam mengelola kondisi ini (Astuti and Fitriani 2017, 34). Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan dinamika penerimaan diri pasangan serodiskordan HIV negatif di Kota Semarang melalui pemahaman yang lebih mendalam tentang aspek-aspek yang mempengaruhi penerimaan diri yang dikaitkan dengan konsep kesabaran dan tawakal, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas hidup pasangan serordiskordan HIV negatif dan memberikan dasar untuk intervensi yang lebih terarah.

Operasional dalam penelitian ini pada hubungan dua individu yang telah sah menjalani ikatan pernikahan. Menurut Nasution (2019, 69) dalam kehidupan pernikahan penting bagi pasangan suami istri untuk dapat beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri masing-masing. Pasangan serodiskordan dihadapkan pada berbagai tantangan, termasuk stigma dan diskriminasi dari masyarakat atau bahkan dari pasangan mereka sendiri. Tantangan ini dapat menciptakan tekanan emosional dan konflik dalam hubungan, sehingga dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis kedua pasangan (Maula 2023, 4). Komitmen untuk

beradaptasi dengan perubahan-perubahan yang terjadi dalam diri masing-masing sangat penting dalam kehidupan pernikahan. Pasangan serodiskordan perlu melakukan penyesuaian diri untuk mengelola situasi yang kompleks ini. Kesulitan dalam berkomunikasi tentang HIV, kesehatan, dan kesejahteraan juga sering terjadi pada pasangan serodiskordan (Kristianus and Santosa 2018, 2). Selain itu, pasangan serodiskordan dihadapkan pada kebutuhan mendalam akan pemahaman yang akurat tentang HIV, termasuk pengetahuan mengenai penularan dan pengobatan. Kesadaran akan kefatalan virus HIV dapat meningkatkan tekanan emosional, menciptakan kebutuhan mendesak akan dukungan dan informasi yang memadai (Maula 2023, 6–7).

Dalam konteks dinamika penerimaan diri pada pasangan serodiskordan HIV negatif di Kota Semarang, kesabaran dan tawakal memegang peran penting. Kesabaran menjadi kunci dalam mengelola perubahan dan tekanan yang timbul akibat kondisi serodiskordan HIV, membantu pasangan bersabar jika terjadi sesuatu hal yang tidak diinginkan seperti stigma dan diskriminasi dari lingkungan sekitar. Kemampuan untuk tetap sabar juga diperlukan dalam proses adaptasi terhadap situasi kompleks yang melibatkan perubahan dalam dinamika hubungan dan kesehatan secara keseluruhan. Di sisi lain, konsep tawakal memungkinkan pasangan untuk melepaskan kekhawatiran terkait dengan kondisi HIV, serta meyakini bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak Allah SWT, membantu mereka menerima situasi dengan lapang dada.

Melalui pemahaman yang lebih dalam tentang kesabaran dan tawakal, penelitian ini diharapkan dapat mengungkapkan cara pasangan serodiskordan HIV negatif di Kota Semarang mengelola dan menerima kondisi mereka. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga bagi upaya meningkatkan kualitas hidup pasangan tersebut dan memberikan dasar untuk intervensi yang lebih terarah dalam mendukung mereka secara holistik. Dengan demikian, kesabaran dan tawakal menjadi landasan penting dalam membantu pasangan serodiskordan HIV negatif menghadapi tantangan yang dihadapi, menjaga keseimbangan emosional, dan meningkatkan kesejahteraan psikologis mereka.

B. Pembahasan

1. Penerimaan Diri

Penerimaan diri berkaitan dengan konsep kesabaran dan tawakal dalam Islam, yang menjadi landasan teoritis utama dalam penelitian ini. Dalam Islam, kesabaran (*ṣabr*) dan tawakal (mempercayakan diri kepada Allah) merupakan aspek penting dalam menghadapi

cobaan dan ujian hidup. Ayat dalam Al-Qur'an, seperti Surat At-Taghabun ayat 11, menegaskan pentingnya penerimaan terhadap takdir Allah dan menjalani hidup dengan kesabaran dan tawakal, yang berbunyi:

مَا أَصَابَ مِنْ مُصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ ۚ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

"Tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya. Dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu." (Surat At-Taghabun ayat 11)

Dalam pandangan Quraish Shihab, konsep penerimaan diri dalam Islam dapat diuraikan menjadi beberapa aspek yang tercermin dalam ayat-ayat Al-Qur'an dan hadis Nabi Muhammad Shallallahu 'alaihi wasallam, salah satunya dalam Surat At-Taghabun ayat 11 menegaskan bahwa setiap musibah yang menimpa seseorang adalah dengan izin Allah. Oleh karena itu, penerimaan diri mencakup sikap yang pasrah dan ikhlas terhadap segala ketentuan yang Allah tetapkan untuk individu tersebut.

Jika dipandang secara psikologis, penerimaan diri berkaitan dengan teori Abraham Maslow yaitu teori hierarki kebutuhan. Teori hierarki kebutuhan Maslow pertama kali diperkenalkan dalam bukunya yang berjudul "Motivation and Personality" pada tahun 1954. Abraham Maslow tidak secara khusus mengembangkan teori penerimaan diri. Namun, konsep penerimaan diri merupakan bagian dari hierarki kebutuhan Maslow. Menurut Sari&Dwarti (2018, 61–62) kebutuhan tersebut dibuat Abraham Maslow secara bertingkat yang diantaranya:

- a. Kebutuhan fisiologis (physiological needs), adalah kebutuhan yang paling mendasar atau kebutuhan pokok manusia yang meliputi makanan, air, oksigen dan lainnya.
- b. Kebutuhan akan rasa aman (safety needs), setelah manusia mampu memenuhi kebutuhan fisiologisnya, manusia akan terdorong untuk memenuhi kebutuhan keamanannya.
- c. Kebutuhan untuk dicintai (love and belonging needs), wujud dari kebutuhan ini adalah ketika manusia berusaha untuk menjalin hubungan persahabatan, hubungan, keinginan untuk memiliki pasangan dan keinginan untuk memiliki kelekatan dengan keluarga.
- d. Kebutuhan untuk dihargai (self esteem needs), bentuk nyata dari kebutuhan ini yaitu disaat manusia memerlukan pengakuan atas keberadaan dan statusnya oleh orang lain, memiliki reputasi yang baik, juga pengakuan serta kepercayaan dari orang lain.
- e. Kebutuhan untuk mengaktualisasi diri (self-actualization needs), individu yang mampu memenuhi 4 kebutuhan diatas akan terdorong untuk mengaktualisasikan dirinya. Menurut Chaplin, 2006 dalam (Eka, 2014, p. 255) dalam kamus psikologi

mendefinisikan aktualisasi diri merupakan kecenderungan individu dalam mengembangkan bakat dan potensi yang dimiliki.

Penerimaan diri merupakan elemen kunci yang mempengaruhi tingkat kebahagiaan individu. Ini merujuk pada sikap positif terhadap diri sendiri secara menyeluruh, termasuk menerima segala pengalaman masa lalu tanpa terpengaruh oleh pencapaian pribadi, dan tanpa memedulikan pandangan orang lain (Ellis, 2005) dalam (Komarudin et al. 2022, 264). Sebaliknya, jika seseorang tidak mampu menerima dirinya sendiri, dia cenderung merasa tidak nyaman dan tidak percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya. Hal ini dapat menghambat kemampuan individu untuk mengembangkan potensi dirinya dan mencapai tahap aktualisasi diri.

Menurut Elizabeth Sheerer dalam (Maisya 2022, 25) berpendapat bahwa aspek-aspek penerimaan diri meliputi hal-hal berikut: Pertama, Perasaan Sederajat. Individu menganggap dirinya sama nilainya dengan orang lain. Kedua, Percaya pada Kemampuan Sendiri. Individu yang menerima diri mereka memiliki keyakinan bahwa mereka mampu menghadapi kehidupan. Ketiga, Bertanggung Jawab. Individu memiliki keberanian untuk mengakui tanggung jawab atas perilaku mereka sendiri, sehingga individu menerima diri mereka dengan apa adanya. Keempat, Berorientasi Keluar Diri. Individu ini cenderung lebih memperhatikan dan toleran terhadap orang lain daripada terfokus pada diri sendiri, sehingga mendapatkan penerimaan sosial dari lingkungan sekitar. Kelima, Berpendirian. Mereka lebih memilih untuk mengikuti standar mereka sendiri daripada hanya mengikuti tekanan sosial untuk "sejalan" dengan norma-norma tertentu. Keenam, Mengakui Keterbatasan. Individu tidak menyalahkan diri sendiri karena keterbatasan atau kekurangan yang mereka miliki atau mengingkari kelebihan. Terakhir, Menerima sifat kemanusiaan. Individu ini mengakui dan menghargai semua emosi manusia, termasuk marah, takut, dan cemas.

Menurut Kubler Ross (2005) dalam (Simamora 2019, 135–36) menjelaskan ada lima tahapan penerimaan diri, yakni denial (penyangkalan), anger (kemarahan), bargaining (tawar-menawar), depression (depresi), dan acceptance (penerimaan), tahap-tahap tersebut dapat dijelaskan sebagai berikut: Pertama, Denial (Penyangkalan) ditandai dengan penolakan atau kesulitan untuk menerima kenyataan bahwa pasangan memiliki status HIV positif. Kedua, Anger (Kemarahan) seseorang mungkin mengalami kemarahan yang kuat terhadap situasi ini. Mereka bisa merasa marah pada pasangan, pada diri sendiri, pada penyebab HIV, atau pada keadaan yang tidak adil. Ketiga, Bargaining (Tawar-menawar) seseorang mungkin mencoba melakukan tawar-menawar dengan takdir atau kekuatan yang lebih tinggi. Mereka mungkin berharap bahwa dengan melakukan hal-hal tertentu atau mengubah perilaku mereka, pasangan tidak akan

terinfeksi HIV. Keempat, Depression (Depresi) merupakan tahap yang ditandai dengan perasaan sedih, kehilangan harapan, kelesuan, dan kurang minat dalam aktivitas sehari-hari. Terakhir, Acceptance (Penerimaan), di mana seseorang mulai menerima kenyataan bahwa pasangan mereka memiliki status HIV positif.

2. Serodiskordan HIV (Human Immunodeficiency Virus)

Menurut Pudjiati (2019, 37) HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) adalah patogen yang menyerang sistem kekebalan tubuh manusia, terutama sel-sel yang memiliki penanda CD4+ di permukaannya, seperti makrofag (jenis sel kekebalan yang menelan dan menghancurkan patogen) dan limfosit T (jenis sel kekebalan yang memiliki peran penting dalam memerangi infeksi). Sedangkan Pasangan Serodiskordan HIV menurut Selvi Yusnitasari (2022, 2) mengacu pada situasi dimana satu pasangan memiliki HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) sedangkan pasangannya tidak.

Salah satu pengobatan yang efektif dalam mencegah penularan HIV yakni pengobatan antiretroviral (ARV). ARV digunakan untuk mengurangi jumlah virus HIV dalam tubuh, memperbaiki fungsi sistem kekebalan tubuh, dan memperlambat perkembangan AIDS (Rahakbauw 2016, 69). Sedangkan menurut Kesanovanto & Perwitasari (2022, 32) pengobatan antiretroviral (ARV) akan diberikan kepada pasangan yang terinfeksi HIV untuk mengontrol infeksi mereka.

Menurut Pusat data dan informasi (2019, 3) menjelaskan ada beberapa hal yang dapat menularkan HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) melalui beberapa cairan tubuh yang terinfeksi. Secara umum, ada empat cairan tubuh yang dianggap utama dalam penularan HIV, yaitu Pertama, Cairan Vagina. Ketika seseorang yang terinfeksi HIV memiliki luka, peradangan, atau pendarahan pada vagina, cairan vaginalnya dapat mengandung virus HIV. Kedua, Cairan Semen yang berasal dari pria yang terinfeksi HIV mengandung jumlah virus HIV yang signifikan. Ketiga, Air Susu Ibu, dimana seorang ibu yang terinfeksi HIV dapat menularkan virus kepada bayinya melalui ASI (Air Susu Ibu) selama menyusui. Terakhir, Cairan Darah terjadi melalui kontak langsung dengan darah yang terinfeksi, seperti berbagi jarum suntik yang terkontaminasi, transfusi darah yang tidak aman atau melalui prosedur medis yang melibatkan jarum atau alat yang tidak steril. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015, 9) untuk mencegah penularan HIV, dikenal dengan konsep "ABCDE", penjelasannya sebagai berikut: A (Abstinence - Menahan Diri), B (Be faithful - Setia), C (Condom - Kondom), D (Drug No - Tidak Menggunakan Narkoba, dan E (Education - Pendidikan dan Informasi).

Sedangkan HIV negatif mengacu pada kondisi seseorang yang tidak terinfeksi oleh virus *Human Immunodeficiency Virus* (HIV). Secara medis, tes HIV negatif menunjukkan bahwa seseorang tidak memiliki virus HIV dalam tubuhnya pada saat tes dilakukan. Hasil tes negatif ini menunjukkan bahwa orang tersebut tidak terinfeksi HIV pada saat tes tersebut dilakukan. Dalam konteks hubungan serodiskordan, pasangan serodiskordan terdiri dari dua individu yang memiliki status HIV yang berbeda. Pasangan ini terdiri dari satu orang yang HIV positif (ODHA - Orang dengan HIV/AIDS) dan satu orang yang HIV negatif. Pasangan serodiskordan dapat terbentuk melalui berbagai skenario, seperti pasangan suami-istri atau pasangan kekasih.

Dalam hubungan serodiskordan, pasangan yang HIV negatif memiliki risiko tertentu terkait penularan virus dari pasangan yang HIV positif. Namun, dengan penggunaan metode pencegahan yang efektif, seperti penggunaan kondom dengan benar dan konsisten, pengobatan antiretroviral (ARV) oleh pasangan HIV positif, serta konseling dan dukungan yang memadai, pasangan serodiskordan dapat menjalani hubungan seksual yang aman dan mencegah penularan HIV ke pasangan yang HIV negatif (Marga et al. 2022, 847). Dengan demikian, dalam konteks hubungan serodiskordan, pasangan yang HIV negatif merujuk kepada individu yang tidak terinfeksi virus HIV, tetapi memiliki hubungan dengan pasangan yang HIV positif.

3. Sabar dan Tawakal

Kata "sabar" berasal dari bahasa Arab, yakni "ash-shabr", yang terdiri dari tiga huruf, yaitu shad, ba, dan ra, dengan makna "al-habsu fi al-dhayqi", atau menahan diri ketika terdapat dorongan kuat dari dalam diri. Dalam Alqur'an surat Al-Baqarah ayat 153, Allah SWT mengarahkan agar orang-orang yang beriman meminta pertolongan kepada-Nya dengan sabar dan sholat, karena Allah beserta orang-orang yang sabar. Bersabar berarti menahan berbagai dorongan negatif, menahan diri dari keluh kesah, menghadapi cobaan hidup, dan menghindari hal-hal negatif. Sabar dalam menghadapi musibah merupakan kekuatan jiwa dalam menghadapi ujian yang diberikan Allah. Setiap orang beriman akan diuji, baik melalui kesulitan maupun kelimpahan. Ujian tersebut dapat mendekatkan atau menjauhkan seseorang dari Allah, yang pada akhirnya mempengaruhi tingkat ketakwaannya (Saputra 2020, 30).

Selain dengan sabar, yakni dengan Tawakal. Secara etimologi, kata "tawakkal" dapat ditemukan dalam berbagai kamus. Menurut Asrofi (2022, 25) dalam *Kamus Āl-Munāwwīr*, tawakkal diartikan sebagai "pasrah kepada Allah". Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Arab, tawakkal berasal dari bahasa Arab yang berarti "berserah diri". Dalam kamus umum bahasa Indonesia, berserah diri diartikan sebagai "mengikhlaskan kehendak kepada

Tuhan", dengan sepenuh hati percaya kepada-Nya dalam menghadapi penderitaan, cobaan, dan situasi lainnya.

Tawakkal merupakan manifestasi keyakinan yang kuat di dalam hati manusia, yang mendorong mereka untuk menggantungkan semua harapan hanya kepada Allah SWT. Ini menjadi indikator tingkat keimanan seseorang kepada Allah. Meskipun dalam Islam diajarkan untuk berusaha, namun juga penting untuk bergantung dan berharap kepada Allah. Artinya, umat Islam menyerahkan iman dan keyakinannya kepada Allah dalam semua urusan, dan pada akhirnya mereka akan merasakan keajaiban tawakkal. Namun, penting untuk dicatat bahwa pengertian tawakkal bukanlah tentang diam tanpa kerja dan usaha (Asrofi 2022, 31). Tawakkal bukanlah tentang menyerah pada keadaan dan nasib dengan pasif, tetapi melibatkan usaha dan kerja keras. Ini mengajarkan untuk memegang teguh keyakinan kepada Allah sambil tetap berusaha dan berdoa, tanpa menyerah pada keputusan.

Ayat-ayat yang menggarisbawahi pentingnya kesabaran dan tawakkal dapat memberikan inspirasi dan kekuatan bagi pasangan tersebut dalam menghadapi cobaan yang mereka hadapi. Salah satu ayat yang relevan adalah Surah Al-Baqarah ayat 155-156, di mana Allah berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاغِبُونَ

Artinya: "Dan sungguh Kami akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, dan kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar, (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillahi wa inna ilaihi raaji'uun" (Sesungguhnya kami adalah milik Allah dan kepada-Nya kami kembali)." (QS. Al-Baqarah: 156-155)

Ayat ini menunjukkan bahwa ujian dan cobaan adalah bagian dari kehidupan manusia. Namun, Allah menjanjikan berita gembira bagi orang-orang yang sabar. Kesabaran dalam menghadapi ujian dan cobaan adalah kunci untuk memperoleh rahmat dan berkah dari-Nya.

Selain itu, konsep tawakkal juga diperkuat dalam banyak ayat Al-Quran. Salah satunya adalah Surah At-Taubah ayat 51, di mana Allah berfirman:

قُلْ لَنْ يُصِيبَنَا إِلَّا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَنَا ۚ هُوَ مَوْلَانَا ۗ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ

Artinya: "Katakanlah: 'Tidak akan menimpa kami kecuali apa yang telah ditetapkan Allah bagi kami. Dia pelindung kami; dan hanya kepada Allah hendaknya orang-orang yang beriman bertawakkal.'" (QS. At-Taubah: 51)

Ayat ini mengajarkan kepada kita untuk bertawakal sepenuhnya kepada Allah SWT dalam menghadapi segala peristiwa dan ujian dalam hidup. Dengan meyakini bahwa segala sesuatu terjadi atas kehendak-Nya, kita dapat merasa lebih tenang dan menerima segala ketentuan-Nya dengan lapang dada.

Dengan merujuk pada ayat-ayat Al-Quran yang menegaskan pentingnya kesabaran dan tawakal, pasangan serodiskordan HIV negatif di Kota Semarang dapat menemukan kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi cobaan yang mereka hadapi. Dengan bersandar pada ajaran agama, mereka dapat mengelola dan menerima kondisi mereka dengan lebih baik, serta menjaga keseimbangan emosional dan kesejahteraan psikologis mereka.

C. Hasil

Penelitian ini dimulai dengan serangkaian tahapan yang terencana dengan baik sebelum memasuki fase pengumpulan data. Pertama-tama, peneliti mengurus izin dari fakultas dan mendapatkan dukungan dari Yayasan Sehat Peduli Kasih Jawa Tengah sebagai mitra penelitian. Izin ini menjadi landasan legal dan dukungan praktis untuk melaksanakan penelitian dengan baik.

Tabel 1
Karakteristik Subjek

Identitas	Subjek 1	Subjek 2	Subjek 3	Subjek 4
Nama Subjek	IR	SY	PR	ID
Inisial Pasangan	M	N	H	FIS
Usia Subjek	53 Tahun	35 Tahun	57 Tahun	46 Tahun
Usia Pasangan	48 Tahun	35 Tahun	53 Tahun	36 Tahun
Jenis Kelamin Subjek	Laki-laki	Laki-laki	Laki-laki	Laki-laki
Jenis Kelamin Pasangan	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Lama Pasangan	13 Tahun	5 Tahun	7 Tahun	2 Tahun

terdiagnosa HIV				
Perkiraan pasangan terkena HIV	Tidak tahu sampai sekarang	Tato Jarum suntik	Tidak tahu sampai sekarang	Tertular dari pasangan sebelumnya
Pekerjaan Subjek	Swasta	Affilient	Swasta	Penjaga Ruko Malam
Pekerjaan Pasangan	IRT	IRT	Swasta	Berjualan di rumah
Tingkat Pendidikan terakhir subjek	S1	SMA	SMK	SMK
Tingkat Pendidikan terakhir pasangan	SMA	SMA	SMK	SMP

Penelitian ini melibatkan empat subjek penelitian serodiskordan negatif dengan pasangan positif HIV. Wawancara dilakukan di aula Puskesmas Ngemplak Simongan, Semarang Barat.

- a. Subjek pertama (Pak IR) yang memiliki pasangan inisial M. Menerima diagnosis HIV sejak 2011, M memilih menjaga kerahasiaan statusnya dan mengalami perubahan fisik signifikan. Suami M, Pak IR, tetap tenang, rutin melakukan tes HIV, dan memberikan dukungan kuat kepada pasangannya. Meskipun menerima saran untuk menikah lagi, IR belum memutuskannya.
- b. Subjek kedua (Pak SY) memiliki pasangan inisial N yang menerima diagnosis HIV pada 2019 setelah membuat tato. SY tetap tenang, menjalani tes HIV, dan hasilnya tetap negatif. SY merasa prihatin terhadap kemungkinan penularan ke anak-anak mereka. Meskipun mengalami depresi, SY mencari dukungan melalui KDS dan mencoba mengatasi dengan

alkohol atau jalan-jalan. Dukungan dan kontrol rutin membantu SY menjaga kesehatan istri.

- c. Subjek ketiga (Pak PR) memiliki pasangan H yang menerima diagnosis HIV pada 2018. PR awalnya kebingungan tentang HIV, tetapi setelah edukasi, dia mendukung istri dengan rajin melakukan tes HIV dan mengingatkan istri untuk minum obat ARV. PR mencari dukungan dari KDS, merokok sebagai cara mengatasi perasaan, dan bersyukur atas edukasi yang diterima.
- d. Subjek keempat (Pak ID) memiliki pasangan FIS yang menerima diagnosis HIV pada 2021. FIS memilih menjaga kerahasiaan statusnya, dan ID, setelah diberi tahu, menjalani tes HIV yang hasilnya tetap negatif. ID merasa khawatir terhadap kemungkinan penularan ke anak dalam kandungan istri. Meskipun awalnya marah, ID memberikan dukungan aktif, mengingatkan istri untuk minum obat, dan memfokuskan perhatian pada kesehatan dan kebahagiaan keluarga saat ini.

Keempat subjek penelitian ini menghadapi tantangan dengan berbagai strategi, termasuk dukungan sosial, kontrol rutin, dan pengelolaan emosi. Meskipun masing-masing mengalami perasaan cemas dan sedih, mereka berusaha menjaga hubungan dan kesehatan keluarga dengan komitmen dan kedisiplinan.

Peneliti memahami proses yang dilakukan oleh subjek dalam memberikan makna bagi pengalamannya melalui serangkaian wawancara yang mendalam.

Tabel 2

Unit Makna dan Makna Psikologis

NO	Unit Makna	Makna Psikologis	
1.	Respons Emosional	Khawatir	Takut
		Cemas	Sedih
2.	Tahapan Penerimaan Diri	Penyangkalan Defence Mechanism	
		Rasionalisasi	Meredakan Ketakutan
		Proyeksi	Mengalihkan Ketakutan
		Represi	Menyembunyikan perasaan yang tidak diinginkan
		Anger (Kemarahan)	Merasakan ketakutan
		Merasakan kekhawatiran	
		Dapat mengendalikan diri (self control)	

		Bargaining (Tawar-menawar)	Mencari dukungan spiritual (Ritual personal)
		Depression (Depresi)	
		Coping strategis	Mencari Dukungan Sosial
			Mengatasi perasaan sedih
			Isolasi diri dengan menyendiri
		Acceptance (Penerimaan)	
		Problem Solving (memecahkan masalah)	Partisipasi dalam Kelompok Dukungan Sebaya (KDS)
			Dukungan teman-teman serodiskordan lain
			Kontrol rutin
			Dukungan dalam hubungan
3.	Aspek Penerimaan Diri	Perasaan Sederajat	Mencerminkan sikap hormat
			Kesetaraan dalam hubungan
		Percaya pada kemampuan diri	Yakin dapat mengatasi tantangan
			Optimis pada kemampuan diri
		Bertanggung Jawab	Berani mengambil tantangan
			Menyadari setiap tindakan memiliki konsekuensi
			Kesadaran dan tanggung jawab terhadap kesehatan diri
		Berorientasi Keluar Diri (Empati)	Memberikan Emotional Support pada pasangan

			Mendapatkan Apprasial Support dari sosial/sebaya
		Berpendirian (kestabilan)	Tidak takut terhadap komentar orang lain
			Bertahan karena pasangan dan anak
			Hubungan sudah harmonis
		Menerima Sifat Kemanusiaan (self-compassion)	Memberikan dukungan yang positif dan realistis
		Mengakui Keterbatasan	Hikmah untuk belajar dan berkembang
4.	Pengetahuan tentang HIV	Penalaran (kewaspadaan)	Mendapat sumber informasi dalam acara KDS
			Mendapat sumber informasi yang bersifat otoritatif
			Pemahaman penularan HIV dapat terjadi
		Pencegahan (menghindari resiko)	Self Adjustment (penyesuaian diri): Sikap proaktif terhadap pencegahan HIV
			Memilih untuk tidak menggunakan kondom Inadequacy (perasaan tidak nyaman)
		Pengobatan (kesadaran dan komitmen)	Efektivitas ARV
			Efek samping pengobatan ARV

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan, peneliti menemukan bahwa keempat subjek pasangan serodiskordan HIV negatif yang memiliki pasangan positif HIV memiliki kemampuan penerimaan diri yang relatif baik. Hal ini sesuai penerimaan yang dijelaskan oleh Kubler Ross (2005) dalam (Simamora 2019, 135–36) dimana ada lima tahapan penerimaan diri, yakni *denial* (penyangkalan), *anger* (kemarahan), *bargaining* (tawar-menawar), *depression* (depresi), dan *acceptance* (penerimaan). Selain itu juga sesuai pada

aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Elizabeth Sheerer, seperti perasaan seimbang, kepercayaan pada kemampuan sendiri, tanggung jawab, orientasi keluar diri, pendirian, pengakuan keterbatasan, dan penerimaan terhadap sifat kemanusiaan (Maisya 2022, 25).

Disisi lain, bagi pasangan serodiskordan HIV negatif yang memiliki pasangan positif HIV merupakan tantangan yang tidak mudah. Mereka harus menghadapi konsekuensi berat seperti stigma, diskriminasi, tingkat stres yang signifikan, dan kesulitan berkomunikasi karena takut menyakiti hati pasangan. Penelitian sebelumnya oleh Putri dan Damayanti (2020, 67) juga menunjukkan bahwa semua pasangan serodiskordan mengalami konsekuensi seperti kesakitan, perubahan dalam kehidupan keluarga, rasa malu, pengalaman kematian, dan diskriminasi.

Namun, temuan yang menarik dari penelitian ini adalah bahwa pasangan serodiskordan HIV negatif di Semarang tampaknya tetap memiliki kesehatan mental yang baik meskipun menghadapi beberapa tantangan. Hal ini mungkin dikarenakan mereka memiliki kemampuan penerimaan diri yang baik. Tahapan penerimaan diri pada keempat subjek ini mencakup berbagai respons emosional, dari penyangkalan dan kekhawatiran hingga penerimaan dan dukungan. Masing-masing subjek memiliki cara unik dalam menghadapi situasi ini, dengan menggunakan berbagai mekanisme pertahanan diri dan strategi koping. Tidak hanya respons emosional, respons fisiologis juga terlihat pada W.S1 dan W.S3 dimana mereka menyesuaikan diri untuk mengoptimalkan kondisi serodiskordan dengan melepaskan hormon stres seperti W.S2 dengan minum alkohol atau jalan-jalan dan W.S3 memilih untuk diam sambil merokok.

Dalam menjalani hubungan dengan pasangan yang memiliki status HIV, subjek menunjukkan perasaan seimbang sebagai fondasi utama penerimaan diri. W.S1 menekankan komitmen untuk memperlakukan istri secara setara, meskipun dengan tindakan pencegahan ekstra terkait dengan viral load. Sebaliknya, W.S2 memandang perbedaan status HIV sebagai bagian dari kehidupan bersama, bedanya dengan istri hanya ada pada penyakit serodiskordan HIV, harus bisa menerima karena sudah memiliki keturunan. W.S3, sementara itu, mencoba tetap berusaha setara dengan pasangannya, menunjukkan sikap pasrah kepada Tuhan dalam menghadapi situasi ini. W.S4, menghormati istri karena merasa kasihan, disamping itu juga sudah menikah dan punya keturunan, meskipun mengakui keterbatasan dalam hubungan seksual, namun mereka berusaha menjaga penghormatan terhadap istrinya dengan melakukan pencegahan secara hati-hati.

Percaya pada kemampuan diri menjadi landasan kuat dalam menghadapi situasi serodiskordan ini. W.S1 mengekspresikan tekad dan ketekunan dalam mencari solusi efektif untuk mengatasi tantangan ini. W.S2 menyatakan keyakinan bahwa niat untuk sembuh dari istri

dan ketaatan pada pengobatan dapat mengurangi reaktivitas virus HIV. Sementara W.S3 merasa aman melalui informasi dan edukasi yang diperoleh dari acara KDS, dan berharap untuk tetap selalu sehat. W.S4 sama seperti S2 dimana dirinya yakin bahwa kepatuhan istri terhadap pengobatan dan pola makan yang teratur dapat mengurangi risiko penularan.

Konsep bertanggung jawab tergambar dalam tindakan nyata para subjek. W.S1 berani mengambil tantangan dan sudah membuka diri kepada keluarga tentang kondisi serodiskordan yang dialaminya, meskipun masih berhati-hati untuk terbuka kepada masyarakat umum. W.S2 menunjukkan tanggung jawab terhadap hubungan karena telah menikah dan memiliki anak, mengutamakan kestabilan keluarga. W.S3 terlibat aktif dalam acara KDS dan menjalani pemeriksaan rutin untuk memantau kondisinya, menunjukkan kesadaran akan tanggung jawab terhadap kesehatan diri. W.S4 meskipun dirinya terkadang masih merasa takut terhadap konsekuensi negatif, namun tetap bertanggung jawab dengan memastikan istri patuh pada pengobatan.

Subjek menunjukkan keterlibatan aktif dalam mendukung pasangan mereka. W.S1 terlibat secara komunikatif dengan pasangannya, membantu mengingatkan untuk minum obat ARV. W.S2 ikut andil dalam memenuhi kebutuhan istri dan memberikan dukungan, walaupun seringkali ada kekhawatiran yang muncul. W.S3 terlibat aktif dalam mendukung pasangan, berbagi kekhawatiran, dan menjaga kesehatan bersama. W.S4 mengingatkan istri untuk minum obat dan mencoba untuk tidak terlalu sering mengingat masalah yang mungkin timbul, lebih fokus pada kondisi saat ini.

Pendirian subjek menyoroti komitmen mereka terhadap hubungan. W.S1 menunjukkan ketidaktakutan terhadap komentar orang lain dan siap menghadapi tantangan, termasuk permintaan istri meminta subjek untuk menikah lagi. W.S2 bertahan dalam hubungannya karena sudah menikah dan memiliki anak, menekankan pentingnya menjalani kehidupan berkeluarga. W.S3 merasa harmonis dalam hubungannya saat ini dan tidak melihat alasan untuk mencari pasangan baru. W.S4 mempertahankan hubungannya karena anak-anaknya dan merasa bertanggung jawab untuk memberikan stabilitas bagi mereka.

Keterlibatan subjek dalam menerima sifat kemanusiaan pasangan tercermin dalam dukungan dan empati yang mereka tunjukkan. W.S1 memberikan semangat kepada pasangannya dan fokus pada sisi positif dari setiap tahapan yang dilalui. W.S2 menekankan pentingnya niat sembuh dan mematuhi pengobatan sebagai bentuk penerimaan ketergantungan pada bantuan medis. W.S3 memberikan semangat untuk istri dan merasa bersyukur atas kemajuan yang dicapai. W.S4 memperhatikan aspek kesehatan fisik pasangannya dan berusaha

untuk memastikan pasangan mereka mendapatkan asupan makanan yang cukup, menunjukkan kepedulian terhadap kesejahteraan fisik.

Pemahaman dan penerimaan keterbatasan merupakan langkah awal untuk pertumbuhan pribadi. W.S1 mencoba melihat sisi positif dari setiap situasi untuk mengatasi ketakutan. W.S2 menyadari bahwa semua orang mengalami sakit dan mengajak untuk selalu menjaga kesehatan. W.S3 menemukan hikmah dalam mengetahui perkembangan istri dan menghubungkannya dengan penerimaan dan dukungan. W.S4 menekankan pentingnya menjaga kesehatan sebagai langkah pertama untuk mengatasi keterbatasan.

Temuan ini mendapat dukungan dari penelitian sebelumnya yang mengemukakan bahwa penerimaan diri mencerminkan sejauh mana seseorang menerima dan memanfaatkan karakteristik pribadinya untuk menjalani kehidupan. Kepribadian yang sehat mencakup karakteristik penerimaan, seperti penerimaan terhadap kenyataan, tanggung jawab, aspek sosial, dan pengendalian emosi (Mufidatu, 2015, p. 15, mengutip Hurlock, 1992).

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan juga menggambarkan bahwasanya keempat pasangan serodiskordan HIV negatif memiliki bentuk perilaku penerimaan diri yang sesuai dengan konsep penerimaan diri dalam Islam. Keempat subjek menunjukkan tingkat kesabaran dan tawakal yang tinggi dalam menghadapi kenyataan bahwa pasangan mereka terinfeksi HIV. Meskipun mengalami rasa sedih, cemas, atau bahkan marah, mereka tetap tenang dan berkomitmen untuk menjaga diri dari penularan virus. Sabar ini tercermin dalam kesediaan mereka untuk terus mendukung pasangan, melakukan tes HIV secara rutin, dan menjalani kehidupan sehari-hari dengan kestabilan emosional.

Kesabaran dan tawakal mereka juga disertai dengan sikap ikhlas dan ridho terhadap takdir yang telah diberikan oleh Allah. Meskipun awalnya mereka terkejut atau bingung dengan diagnosis HIV pada pasangan, terlebih pada S3 yang dari awal tidak mengetahui informasi mengenai HIV, namun akhirnya keempat subjek menerima kondisi ini sebagai ujian yang harus dijalani. Sikap ikhlas ini tercermin dalam usaha mereka untuk menjaga hubungan dengan pasangan, memberikan dukungan, dan berusaha menjalani hidup dengan penuh kesabaran dan ketenangan. Keempat subjek juga menunjukkan bahwa mereka telah menerima takdir Allah dalam kondisi serodiskordan yang dihadapi dan tugas mereka hanya menghadapi ujian ini dengan ketabahan dan kepasrahan pada Allah. Sikap ini mendorong keempat subjek untuk terus berdoa berharap kesembuhan pasangan, mencari dukungan dari kelompok dukungan sebaya (KDS), dan melakukan upaya positif untuk menjaga kesehatan dan kebahagiaan keluarga.

Dengan adanya kesabaran dan tawakal terhadap takdir Allah, keempat pasangan serodiskordan ini menunjukkan keteguhan hati dan kebijaksanaan dalam menghadapi cobaan kehidupan. Sikap ini tidak hanya mempengaruhi keempat subjek secara individu tetapi juga memperkuat hubungan dan kesejahteraan keluarga mereka dalam menghadapi realitas yang kompleks dan penuh tantangan serta dapat mengambil hikmah positif dari kondisi yang mereka alami. Meskipun masing-masing dari mereka memiliki strategi dan mekanisme adaptasi yang berbeda, namun hasil akhirnya adalah penerimaan diri yang positif. Hal ini menggambarkan betapa beragamnya cara individu menanggapi dan beradaptasi dengan tantangan serodiskordan HIV.

D. Simpulan

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa pasangan serodiskordan HIV negatif di Semarang, dengan membangun kemampuan penerimaan diri yang kokoh berbasis konsep kesabaran dan tawakal, mampu mengelola beragam tahapan emosional dengan bijak. Dari keterkejutan dan sedih hingga kekhawatiran dan tanggung jawab, mereka mampu menghadapi perubahan tersebut dengan kesabaran dan kepercayaan kepada takdir. Kemampuan ini berdampak positif pada kesejahteraan emosional, komunikasi terbuka, dan hubungan yang sehat dengan pasangan.

Temuan penelitian ini menegaskan bahwa tidak ada pendekatan atau strategi yang universal dalam mengatasi kondisi serodiskordan HIV. Setiap individu menemukan cara adaptasi yang unik, namun pada akhirnya, mereka dapat mencapai tingkat penerimaan diri yang positif. Hal ini memberikan harapan dan inspirasi bagi individu dalam kondisi serupa di Semarang untuk menemukan jalannya sendiri menuju kehidupan yang penuh semangat dan bahagia, dengan dukungan penuh dari pasangan dan lingkungan sekitarnya serta didasari oleh kesabaran dan tawakal kepada Tuhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarini, T. (2021). Gambaran proses penerimaan diri pada pria usia dewasa awal dengan hiv/aids. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (Brpkm)*, 1(1), 715-722. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.26858>
- Asmaul Asrofi. 2022. Skripsi *Konsep Tawakkal Dalam Tasawuf Sebagai Psikoterapi Quarter Life Crisis*. www.aging-us.com.
- Astuti, Widia, and Rayasari Fitriani. 2017. "Pengalaman Seksual Pasangan Penderita HIV Dalam Mempertahankan Status HIV Negatif." *Nursing Practices* 1(2): 41. <https://journal.umy.ac.id/index.php/ijnp/article/view/3436/2986>.
- Indonesia, kementerian Kesehatan Republik. 2015. *Pedoman Managemen Program Pencegahan Penularan HIV Dan Sifilis Dari Ibu Ke Anak*.
- Kensanovanto, Ardan, and Dyah Aryani Perwitasari. 2022. "Tingkat Kepatuhan Dan Keberhasilan Terapi Pada Orang Dengan Penderita HIV/AIDS." *Borobudur Pharmacy Review*2(2): 32.
- Komarudin, Komarudin et al. 2022. "Examining Social Support , Spirituality , Gratitude , and Their Associations with Happiness through Self-Acceptance." 7(2): 264.
- Kristianus, Stella Gracia, and Hedi Pudjo Santosa. 2018. "Keterbukaan Diri ODHA (Orang Dengan HIV / AIDS) Terhadap Pasangannya Dalam Menghadapi Stigma Masyarakat." *Interaksi Online*7(1): 2.
- Maisyah, Riva. 2022. "Hubungan Penerimaan Diri Dengan Kebahagiaan Pada Orang Tua Yang Memiliki Anak Berkebutuhan Khusus Di SLB Kota Medan." : 25. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/17830>.
- Marga, Ahmad Mufazzal et al. 2022. "Jurnal Pendidikan Dan Konseling Serodiskordan : A Systematic Review." 4: 847.
- Maula, Ni'matul. 2023. *Analisis Penerimaan Diri Pasangan Serodiskordan HIV Negatif Di Semarang*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK558907/>.
- Nasution, Evi Syafrida. 2019. "Penyesuaian Diri Dalam Pekawinan Pada Remaja Putri Yang Menikah Di Usia Muda." *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Pengembangan SDM* (8(2)): 69. [https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download/600/575#:~:text=Penyesuaian perkawinan adalah dua individu,mengakomodasi kebutuhan%2C keinginan dan harapan.&text=Menurut Hurlock \(2002\) penyesuaian diri,dan penyesuaian dengan keluarga](https://ejournal.borobudur.ac.id/index.php/psikologi/article/download/600/575#:~:text=Penyesuaian perkawinan adalah dua individu,mengakomodasi kebutuhan%2C keinginan dan harapan.&text=Menurut Hurlock (2002) penyesuaian diri,dan penyesuaian dengan keluarga).
- Ni'matutstania, Lu'luk, and Muhammad Azinar. 2021. "Perilaku Pencegahan Penularan HIV/AIDS Pada Wanita Pekerja Seks (WPS) Usia Remaja." *Higeia Journal of Public*

- Health Research and Development* 1(3): 64.
- Pudjiati, Angela S. R., Hajar Imtihani, Mochammad Rifky Luthfiandi, and Devi Artami Susetiati. 2019. "Association Between Sexual Orientation and Sexual Contact With the Incidence of Human Immunodeficiency Virus (HIV) Infection in Dr . Sardjito General Hospital , Yogyakarta." *Journal of the Medical Sciences* 51(1): 36–43.
- Pusat data dan informasi, kementerian kesehatan. 2019. "Aids/Hiv Kementerian Kesehatan." *Infodatin*.
- Putri, Ravinka Ayundra, and Rita Damayanti. 2020. "Gambaran Perilaku Pencegahan HIV Pada Pasangan Serodiskordan Dan Serokonkordan Di Yayasan Grapiks Bekasi Tahun 2020." *Perilaku dan Promosi Kesehatan: Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior* 2(2): 14.
- Rahakbauw, Nancy. 2016. "Dukungan Keluarga Terhadap Kelangsungan Hidup ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS)." *Insani* 3(2): 64–81.
- Saputra, Anri. 2020. "Pengaruh Sabar Dan Tawakkal Terhadap Stres Guru Sekolah Luar Biasa Di Kota Pekanbaru." *Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru*. 30. <https://repository.uin-suska.ac.id/30011/>.
- Sari, Elisa, and Rina Dwiarti. 2018. "Pendekatan Hierarki Abraham Maslow Pada Prestasi Kerja Karyawan PT. Madubaru (PG Madukismo) Yogyakarta." *Jurnal Perilaku dan Strategi Bisnis* 6(1): 58.
- Selvi Yusnitasari, Andi, Suci Rahmadani, Viky Mahendra, and Ana Sofiah Fitrianih. 2022. "Kualitas Hidup Pasien Hiv Pasangan Serodiskordan Dan Serokonkordan." *Jurnal Publikasi Kesehatan Masyarakat Indonesia* 8(2): 1–6. <https://ppjp.ulm.ac.id/journal/index.php/JPKMI/article/view/11514>.
- Simamora, Dian Pertiwi. 2019. "Penerimaan Diri Pada Ibu Dengan Anak Tunagrahita." *Acta Psychologia* 1(2): 135–36.

Halaman ini sengaja dikosongkan