

Konseling Kelompok Sebagai Upaya Peningkatan Efikasi Diri Penderita Hiv Di Surakarta

¹⁾Endah Sri Wahyuni*, ²⁾Tri Hastuti, ³⁾Syafira Rizqi Ramadhani

^{1,2,3)}Program Studi DIII Keperawatan, akultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, Indonesia

Email: ¹⁾endah@aiska-university.ac.id, ²⁾trihastuti@gmail.com, ³⁾syafira@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: endah@aiska-university.ac.id

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Konseling Kelompok Efikasi diri HIV LSL	Kasus HIV di Indonesia masih tinggi. Tahun 2022 kasus HIV di Indonesia mencapai 329.581 kasus, Sebagian besar pada jenis kelamin laki-laki dan usia produktif, yakni usia 25-49 tahun. Adanya gangguan yang kompleks pada penderita HIV mempengaruhi produktivitas mereka. Gangguan fisik akibat penurunan system kekebalan tubuh menyebabkan rentan terkena infeksi. Perasaan cemas, takut dan tingginya stigma menyebabkan ODHIV (Orang Dengan HIV) enggan mengungkapkan status dan membatasi akses layanan Kesehatan. Hal ini menghambat penanganan dan pencegahan HIV dan meningkatkan penularan kasus HIV. Mitra kegiatan pengabdian Masyarakat ini adalah KDS Sahabat di Surakarta. Salah satu permasalahan dalam komunitas ini adalah masih rendahnya efikasi diri pada anggota di KDS Sahabat. Hal tersebut mempengaruhi kepatuhan terapi ODHIV yang dapat menurunkan kualitas hidup mereka. Salah satu upaya peningkatan efikasi diri adalah konseling kelompok. Konseling ini dilakukan dalam 2 sesi, yakni sesi pelatihan konselor/coordinator kelompok dan sesi implementasi konseling kelompok. Materi yang diberikan tentang konsep diri, persepsi terhadap diri, sikap mental, keyakinan mental dan semangat hidup. Hasil pengabdian Masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dari coordinator kelompok/ konselor dan anggota KDS mampu melakukan role play konseling kelompok sesuai pedoman. Harapannya kegiatan konseling kelompok ini dapat dilakukan secara rutin dan ada proses kaderisasi dalam KDS Sahabat sehingga efikasi diri anggota baik.
Keywords: Counseling Group Self-efficacy HIV MSM	ABSTRACT HIV cases in Indonesia are still high. In 2022, HIV cases in Indonesia will reach 329,581 cases, most of which are men and of productive age, namely 25-49 years old. The presence of complex disorders in HIV sufferers affects their productivity. Physical disorders due to a decrease in the immune system make it susceptible to infections. Feelings of anxiety, fear and high levels of stigma cause PLHIV (People with HIV) to be reluctant to reveal their status and limit access to health services. This hampers the treatment and prevention of HIV and increases the transmission of HIV cases. The partner for this community service activity is KDS Friends in Surakarta. One of the problems in this community is the low self-efficacy of members in KDS Sahabat. This affects PLHIV's therapy compliance which can reduce their quality of life. One effort to increase self-efficacy is group counseling. This counseling is carried out in 2 sessions, namely a group counselor/coordinator training session and a group counseling implementation session. The material provided is about self-concept, self-perception, mental attitude, mental beliefs and enthusiasm for life. The results of this community service show an increase in understanding of the group coordinator/counselor and KDS members who are able to carry out group counseling role plays according to the guidelines. It is hoped that this group counseling activity can be carried out regularly and that there is a cadre formation process in the Friends' KDS so that the members' self-efficacy is good. This is an open access article under the CC-BY-SA license. 

I. PENDAHULUAN

HIV/AIDS telah menjadi pandemik dan masalah kesehatan diseluruh dunia. Prevalensi HIV/AIDS di seluruh dunia terus mengalami peningkatan. Akhir tahun 2022 kasus HIV di dunia mencapai 37,6 juta kasus

(UNAIDS, 2020). Prevalensi kasus HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) masih tinggi di Indonesia dengan berbagai dampak, baik fisik, psikologis, social dan emosional. HIV merupakan virus yang menginfeksi sel darah putih yang menyebabkan system kekebalan tubuh menjadi menurun, sehingga seseorang menjadi rentan terhadap penyakit (Price, S & Wilson, 2006). Kasus HIV tahun 2022 di Indonesia mencapai 329.581 kasus, sedangkan kasus AIDS sejumlah 137.397 kasus (Indonesia & Kesehatan, 2020). Mayoritas jenis kelamin laki-laki pada usia produktif, yakni 25-49 tahun. Salah satu dampak psikososial pada ODHIV (Orang Dengan HIV) adalah gangguan pada kesehatan mental, yakni stress dan depresi (Hadiyih, 2021). HIV dan AIDS menimbulkan citra negative, baik bagi penderita dan Masyarakat sekitar. Infeksi HIV dinilai sebagai hukuman, sehingga menimbulkan reaksi berupa penolakan, penghindaran dan pengasingan (Rosmalina & Kurnaedi, 2020). Masih tingginya stigma dan diskriminasi pada ODHIV memperburuk kesehatan mental penderitanya. Hal tersebut dapat menurunkan kepatuhan dan kualitas hidup penderita HIV.

KDS (Kelompok Dukungan Sebaya) Sahabat merupakan salah satu kelompok komunitas penderita HIV di Surakarta. KDS ini dibentuk secara mandiri atas inisiatif ODHIV yang biasa mengambil ARV (*Anti Retro Viral*) yang ada di Puskesmas Manahan Surakarta. Beberapa kegiatan dalam KDS ini adalah pertemuan setiap bulan sekali untuk sharing informasi, berbagi pengalaman dan pemberian motivasi dalam menjalani hidup. Focus dalam pertemuan adalah kiat untuk patuh terhadap terapi, semangat dan berusaha agar tetap sehat. Beberapa kali ada kegiatan update pengetahuan tentang Kesehatan pada ODHIV dengan narasumber dari dokter yang ada di puskesmas Manahan. Namun hambatan dalam pelaksanaan program KDS adalah masih kurangnya motivasi anggota untuk aktif dalam kegiatan. Beberapa faktor yang mempengaruhi adalah mereka masih belum menerima status HIV, belum berani bergabung pada komunitas yang lebih luas, takut semakin terpuruk dan hampir sepertiga anggota memiliki efikasi diri yang masih rendah. Selain itu, KDS belum memiliki kompetensi cukup dalam melakukan konseling kelompok, kegiatan lebih mengedepankan adanya pertemuan bersama untuk saling memberikan semangat. Materi dalam pertemuan belum terjadwal secara terstruktur.

Salah satu upaya meminimalkan dampak psikologis pada penderita HIV adalah dengan meningkatkan efikasi diri. Efikasi diri mengacu pada keyakinan individu dalam mengatur dan menjalankan tindakan untuk mencapai keberhasilan (Bandura, 1997). Penderita HIV sebaiknya memiliki efikasi diri yang baik untuk menunjang kepatuhan minum ARV dan keberhasilan terapi. Apabila penderita HIV tidak memiliki keyakinan terhadap keberhasilan terapi, maka akan menurunkan khasiat obat yang diminum. Sehingga ODHIV yang memiliki efikasi diri rendah akan mengalami kegagalan dalam terapi (Hendiani et al., 2013). Efikasi diri sejalan dengan keyakinan dalam menjalani kehidupan. *Dalam Hadist Riwayat Tabrani dan Ibnu Hibbah, bahwa Rasulullah SAW bersabda yang artinya "Allah berfirman, Aku sesuai prasangka hamba-Ku. Apabila ia berprasangka baik, maka ia akan mendapatkan kebaikan. Apabila ia berprasangka buruk kepada-Ku, maka ia akan mendapatkan keburukan"*.

Beberapa faktor yang mempengaruhi efikasi diri antara lain usia, Tingkat Pendidikan, lama terdiagnosis HIV, dukungan social dan Tingkat pengetahuan tentang HIV (Dewi Purnamawati et al., 2023). Salah satu upaya untuk meningkatkan efikasi diri adalah konseling kelompok. Konseling kelompok merupakan salah satu bentuk konseling yang diberikan kepada individu dengan suasana kelompok yang bersifat pencegahan dan pengembangan untuk memberikan kemudahan dalam pemecahan masalah (Dewi Purnamawati et al., 2023). Konseling kelompok memanfaatkan kelompok untuk membantu, memberikan umpan balik dan pengalaman belajar. Hal ini menggunakan prinsip dinamika kelompok. Konseling kelompok memiliki kelebihan, yakni para anggota bisa mendapatkan masukan dari anggota lain dan anggota belajar untuk mendengarkan orang lain, sehingga tidak selalu menjadi orang yang dominan berbicara (Rasimin & Muhammad H, 2018). Berbagai upaya peningkatan efikasi diri melalui : a) Pengalaman keberhasilan, b) Pengalaman orang lain, c) Persuasi verbal dan d) Kondisi psikologis. Persuasi verbal berupa saran, nasehat atau bimbingan untuk meningkatkan keyakinan bahwa seseorang memiliki kemampuan dalam mewujudkan tujuan (Bandura, 1997). Kegiatan konseling kelompok dilakukan dalam 5 (lima) kali pertemuan. Setiap pertemuan membahas materi tertentu, yakni a) Konsep diri, b) Persepsi terhadap diri, c) Sikap mental, d) Keyakinan diri dan e) Semangat hidup (Nopriani et al., 2017). Hasil penelitian pada laki-laki seropositive HIV di Yogyakarta menunjukkan bahwa ada hubungan antara efikasi diri dan kepatuhan minum obat (vincenkogopa et al., 2022). Hal ini sejalan dengan penelitian sistematik review dari Rahmawati (2022) bahwa konseling kelompok efektif dalam meningkatkan efikasi diri pada siswa SMA/SMK (Rahmawati et

al., 2022). Konseling kelompok juga memberikan pengaruh positif dalam meningkatkan *self esteem* pada narapidana wanita penderita HIV/AIDS di lapas Pekanbaru (Nopriani et al., 2017).

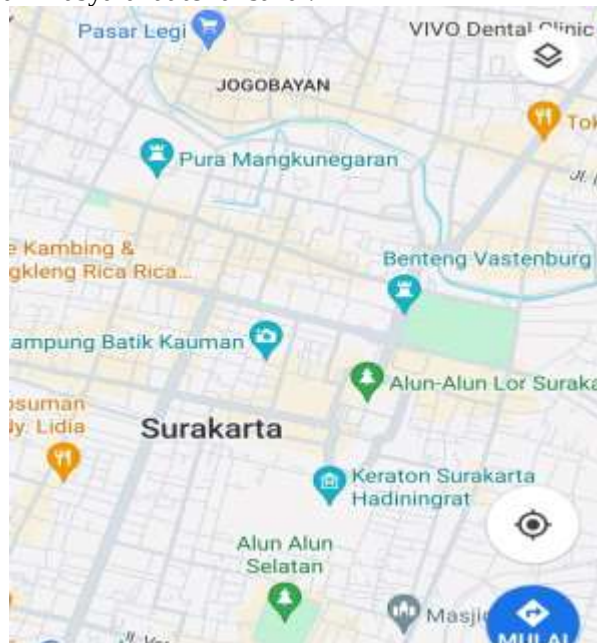
Tujuan kegiatan PKM ini meliputi :

- Meningkatkan kompetensi koordinator kelompok atau konselor dalam melakukan konseling kelompok.
- Terlaksananya program konseling kelompok di KDS Sahabat Surakarta secara terstruktur.
- Meningkatkan efikasi diri anggota yakni penderita HIV yang tergabung dalam KDS Sahabat di Surakarta
- Adanyaa peningkatan terhadap kepatuhan ARV dan kualitas hidup penderita HIV.

II. MASALAH

Hambatan dalam pelaksanaan program KDS adalah masih kurangnya motivasi anggota untuk aktif dalam kegiatan. Beebrapa faktor yang mempengaruhi adalah mereka masih belum menerima status HIV, belum berani bergabung pada komunitas yang lebih luas, takut semakin terpuruk dan hampir sepertiga anggota memiliki efikasi diri yang masih rendah. Selain itu, KDS belum memiliki kompetensi cukup dalam melakukan konseling kelompok, kegiatan lebih mengedepankan adanya pertemuan bersama untuk saling memberikan semangat. Materi dalam pertemuan belum terjadwal secara terstruktur.

Berikut lokasi pengabdian Masyarakat terlaksana :



Gambar 1. Lokasi Pelaksanaan Pengabdian

III. METODE

Tahap pelaksanaan dilakukan dengan kolaborasi tim pelaksana dengan mitra. Ketua KDS dan pelaksana melakukan pemilihan coordinator kelompok atau calon konselor, yakni sebanyak 5 orang. Pemilihan coordinator dengan kriteria :

- Usia di atas 18 tahun
- Minimal 1 tahun bergabung dalam KDS Sahabat
- Minimal 1 tahun terdiagnosis HIV
- Mampu berkomunikasi dengan baik

Setelah ada penetapan coordinator, maka dilakukan pelatihan konselor untuk menunjang kegiatan konseling kelompok. Pelatihan konselor dilakukan 1 hari dengan materi tentang konsep diri, persepsi terhadap diri, sikap mental, keyakinan diri dan semangat hidup. Materi-materi tersebut diberikan oleh narasumber menggunakan media PPT. diakhir sesi materi dilakukan *post test* bersama.

Selanjutnya simulasi implementasi kegiatan konseling kelompok. Simulasi ini dilakukan dengan kelompok kecil, yakni 1 konselor dengan 5 anggota. Penilaian terhadap penampilan, isi materi, teknis

konseling kelompok dan kemampuan menguasai anggota diperhatikan selama konseling. Di akhir simulasi konseling kelompok dilakukan evaluasi dari masing-masing anggota terhadap pelaksanaan kegiatan.

Evaluasi bersama dilakukan setelah kegiatan. Masukan dan saran dari tim pelaksana dan mitra menjadi acuan dalam peningkatan program-program selanjutnya. Evaluasi ini dilakukan secara FGD (*Focus Group Discussion*) oleh tim pelaksana, ketua KDS, koordinator kelompok atau konselor dan perwakilan anggota dari kelompok. Indikator keberhasilan program PKM ini adalah kegiatan konseling kelompok menjadi salah satu program KDS Sahabat yang bisa dilakukan secara rutin dan terstruktur. Sehingga mampu meningkatkan efikasi diri anggota KDS dalam menjalani hidup sebagai penderita HIV. Efikasi diri yang baik mampu meningkatkan kepatuhan terhadap terapi serta meningkatkan kualitas hidup ODHIV.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan PKM dilakukan pada hari Sabtu, 27 April 2024 dan diikuti oleh 30 peserta. Kegiatan mencakup 2 sesi, yakni sesi pemilihan koordinator atau konselor dan sesi implementasi konseling kelompok.

- 1) Sesi awal adalah memilih 5 peserta sebagai koordinator kelompok/konselor sesuai kriteria yang telah ditetapkan. Kemudian melakukan ceramah dan diskusi tentang peningkatan aspek psikososial (konsep diri dan motivasi diri). Dilakukan *pre post test* dalam pemaparan materi oleh tim PKM. Adapun hasil *pre post* menunjukkan adanya peningkatan nilai tentang materi yang disampaikan.

Berikut karakteristik peserta sebagai koordinator kelompok dalam kegiatan PKM ini.

Tabel 1. Karakteristik peserta koordinator kelompok

Karakteristik	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
Jenis kelamin		
Laki-laki	3	60%
Perempuan	2	40%
Status pernikahan		
Menikah	2	40%
Belum menikah	3	60%
Usia		
<30 tahun	1	20%
31-40 tahun	2	40%
>40 tahun	2	40%
Pekerjaan		
Tidak bekerja	1	20%
Swasta	2	40%
Wiraswasta	2	40%
Pendidikan		
SMA	4	80%
Perguruan tinggi	1	20%
Lama terdiagnosis HIV		
1-3 tahun	1	20%
>3-5 tahun	1	20%
>5 tahun	3	60%
Pelatihan Psikososial		
Pernah	1	20%
Tidak pernah	4	80%

Berikut hasil *pre post* yang dilakukan terhadap koordinator kelompok:

Tabel 2 Nilai *pre post* koordinator kelompok

No	Nilai pre test	Nilai post test	Selisih nilai pre post test
1	60	70	10
2	65	70	5
3	70	85	15
4	65	80	15
5	60	90	30
Rata-rata	64	79	15

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan nilai setelah mengikuti pemaparan materi tentang aspek psikososial. Rata-rata peningkatan nilai setelah pemaparan materi sebanyak 15 poin. Hal ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pengetahuan dan pemahaman tentang aspek psikososial pada penderita HIV.

- 2) Sesi 2 adalah implementasi kegiatan konseling kelompok. Yakni melakukan simulasi 1 koordinator dengan 5 anggota lain. Dalam konseling kelompok ini berlangsung kurang lebih 1 jam. Adanya sharing informasi, pengalaman, problem solving serta diskusi terkait isu-isu kesehatan.

Teknik konseling menurut Huda *et al* (2019) menekankan pada hal-hal sebagai berikut :

a) Keterbukaan

Sikap jujur dan saling percaya antar koordinator dan anggota menjadi penting dalam konseling. Meskipun masing-masing memiliki privacy yang tidak harus diungkapkan. Terbuka dan jujur dalam menyampaikan informasi, pendapat dan pengalaman menjadi landasan terbentuknya komunikasi interpersonal dalam kegiatan konseling.

b) Empati

Perasaan peduli dan keinginan untuk saling menolong sesama penderita HIV terenteng dalam kelompok. Hal ini didorong oleh rasa senasib dan sepenanggungan dalam menjalani kehidupan sebagai penderita HIV.

c) Dukungan

Dukungan koordinator kelompok dalam bentuk pemberian motivasi, informasi dan pendampingan dalam akses layanan kesehatan sangat berarti bagi anggota. Hal ini meningkatkan motivasi untuk bisa menjalani kehidupan secara optimal meskipun dengan status HIV.

d) Rasa positif

Adanya suasana yang kondusif, nyaman dan komunikasi efektif antar anggota berkaitan dengan keefektifan interaksi. Seorang koordinator yang secara umum memiliki aspek pengetahuan dan psikososial yang lebih baik mampu memposisikan diri sebagai teman sebaya dalam kehidupan.

e) Keseimbangan

Adanya simbiosis mutualisme dalam interaksi antara koordinator kelompok dengan anggotanya. Komunikasi yang terjalin terjadi secara seimbang. Anggota mendapatkan dukungan, informasi, penguatan motivasi dan psikologis dalam kegiatan konseling. Adapun koordinator memperoleh kepuasan karena bermanfaat bagi sesama penderita HIV.

Evaluasi kegiatan evaluasi bertujuan untuk mendapatkan saran dan masukan terhadap kegiatan yang telah dilakukan. Evaluasi dari ketua KDS adalah perlu adanya refresh rutin dalam konseling kelompok dengan ratio anggota yang lebih banyak, tidak hanya 5 anggota, bisa dimaksimalkan sampai 10 anggota. Sedangkan evaluasi dari koordinator sendiri adalah perlu adanya kaderisasi koordinator sehingga bisa lebih memfasilitasi anggota di KDS.

V. KESIMPULAN

Kegiatan PKM sudah terlaksana dengan baik dan dapat meningkatkan pengetahuan, pemahaman serta kompetensi koordinator kelompok dalam pendampingan terhadap penderita HIV. Implementasi komunikasi efektif memiliki peran penting dalam keberhasilan konseling. Rasa senasib sepenanggungan menjadi dasar dalam memberikan pendampingan. Harapannya ada kontinuitas dalam kaderisasi dan peningkatan kapasitas dalam program konseling kelompok bagi penderita HIV

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih penulis ucapkan kepada KDS Sahabat Kota Surakarta atas Kerjasama yang baik dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini. Terimakasih juga penulis sampaikan kepada Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (P3M) Universitas 'Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dalam pendanaan pengabdian kepada Masyarakat sesuai dengan Surat Kontrak No. 046/PKM/III/2024. Terakhir penulis menyampaikan terimakasih kepada mahasiswa DIII Keperawatan yang telah membantu dalam persiapan dan pelaksanaan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

Bandura. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. W. H. Freeman and Company.

- Dewi Purnamawati, N., Zamzam, R., & Amalia, K. (2023). *SELF-EFFICACY AMONG PEOPLE LIVING WITH HIV AIDS AFTER COVID-19 PANDEMIC*. 14(1), 49–57.
- Hadiyah, S. N. (2021). Pengaruh Efikasi Diri Terhadap Resiliensi Pada Orang Dengan Hiv/Aids. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2). <https://doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.269>
- Hendiani, N., Sakti, H., & Widiyanti, C. G. (2013). Hubungan Antara Persepsi Dukungan Keluarga Sebagai Pengawas Minum Obat Dan Efikasi Diri Penderita Tuberkulosis Di Bkpm Semarang. *Jurnal Psikologi*, 12(1), 1–10. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/8340>
- Indonesia, R., & Kesehatan, K. (2020). *Pusat Data dan Informasi HIV/AIDS*.
- Nopriani, A., Umari, T., & Saam, Z. (2017). Self Esteem Increased of Female Inmates With HIV/AIDS Through Counseling in Group in Pekanbaru Prison. *Jurnal Online Mahasiswa Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 4(2), 1–12.
- Price, S & Wilson, L. (2006). *Pathofysiology Clinical Concepts of Desease Processes (6th Ed)*. St. Louis.
- Rahmawati, A. D., Wibowo, F. D., Habibullah, H., Nurrochmah, H., Baity, H. F. N., & Makhmudah, U. (2022). Efektivitas Konseling Kelompok Dalam Meningkatkan Efikasi Diri Siswa Sma/Smk: Systematic Literature Review. *Counsnesia Indonesian Journal Of Guidance and Counseling*, 3(2), 63–71. <https://doi.org/10.36728/cijgc.v3i2.2223>
- Rasimin & Muhammad H. (2018). *Bimbingan dan Konseling Kelompok* (B. S. Fatmawati (ed.)). PT Bumi Aksara.
- Rosmalina, A., & Kurnaedi, D. (2020). Pendampingan Terhadap Orang Dengan HIV/AIDS Oleh Kelompok Dukungan Sebaya Pakungwati Kota Cirebon. *Dimasejati: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 35. <https://doi.org/10.24235/dimasejati.v2i1.6650>
- UNAIDS. (2020). Geneva, Switzerland: Joint United Nations Programme on HIV/AIDS (UNAIDS); 2020. http://www.unaids.org/sites/default/files/media_asset/20200720_Data_book_2020_en.pdf.
- Vincenkogopa, Priyantari, W., & Rosyad, Y. S. (2022). Hubungan efikasi diri dengan tingkat kepatuhan pengobatan antiretroviral terapi pada laki-laki seropositif HIV. *Informasi Dan Promosi Kesehatan*, 1(1), 1–8. <https://doi.org/10.58439/ipk.v1i1.2>