

HUBUNGAN ANTARA EFIKASI DIRI DAN DUKUNGAN SOSIAL DENGAN KEBERMAKNAAN HIDUP PADA ODHA

Diah Prasetyawati

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
dtprasetyawati@gmail.com

Sri Weni Utami

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
sri.weni.fppi@um.ac.id

Ika Andriani Farida

Fakultas Pendidikan Psikologi, Universitas Negeri Malang
Ika.andriani.fppi@um.ac.id

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui (1) gambaran efikasi diri pada ODHA, (2) gambaran dukungan sosial pada ODHA, (3) gambaran kebermaknaan hidup pada ODHA, (4) hubungan antara efikasi diri dengan kebermaknaan hidup pada ODHA, hubungan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada ODHA, (6) hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup pada ODHA. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, menggunakan rancangan penelitian deskriptif korelasional dan analisis regresi linier berganda. Subjek penelitian berjumlah 30 orang dengan memiliki karakteristik sebagai berikut, yaitu telah terdiagnosa sebagai penderita HIV/AIDS, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan, merupakan pasien dewasa (berusia 25-35 tahun), lama terdiagnosa HIV/AIDS ≤ 5 tahun, dan merupakan pasien rawat jalan di RSSA Malang. Instrument yang digunakan berupa Skala Efikasi Diri, Dukungan Sosial, dan Kebermaknaan Hidup (pengembangan dari *PIL Test*). Berdasarkan hasil analisis data tersebut diperoleh kesimpulan, (1) efikasi diri ODHA berada pada kategori tinggi, (2) dukungan sosial yang diterima ODHA berada pada kategori tinggi, (3) kebermaknaan hidup ODHA berada pada kategori hidup bermakna, (4) terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan kebermaknaan hidup, (5) terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup, (6) terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dan dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup.

Kata Kunci: efikasi diri, dukungan sosial, kebermaknaan hidup, ODHA

Abstract

The purposes of this study are to determine (1) description of self-efficacy in people living with HIV/AIDS, (2) description of social support in people living with HIV/AIDS, (3) description of the meaningfulness of life in people living with HIV/AIDS, (4) the relationship between self-efficacy and the meaningfulness of life in people living with HIV/AIDS (5) the relationship between social support and the meaningfulness of life in people living with HIV/AIDS, (6) the relationship between self-efficacy, social support, and meaningfulness of life in people living with HIV/AIDS. This study uses a quantitative approach, using a descriptive correlational research design and multiple linear regression analysis. Research subjects were 30 which have been diagnosed as suffering from HIV / AIDS, men and women, an adult patients (aged 25-35 years), duration of diagnosed HIV / AIDS ≤ 5 years, and were RSSA outpatients in Malang. Instruments used are Skala Efikasi Diri, Dukungan Sosial, and Kebermaknaan Hidup (development of *PIL Test*). Based on the results of the data analysis, the conclusions are (1) self-efficacy people living with HIV/AIDS are at high categories, (2) social support received by people living with HIV/AIDS are in the high category, (3) the meaningfulness of life in people living with HIV/AIDS are living meaningful categories, (4) there is a positive relationship significant between self-efficacy and the meaningfulness of life, (5) there is a significant positive relationship between social support and the meaningfulness of life, (6) there is a significant positive relationship between self-efficacy and social support with meaningfulness of life.

Keywords: self-efficacy, social support, meaningfulness of life, and people living with HIV/AIDS.

Kesehatan masyarakat merupakan hal yang penting untuk diperbincangkan, tidak hanya di Indonesia namun juga di seluruh dunia. Permasalahan kesehatan tersebut akan ada di sepanjang masa dan tidak akan pernah putus rantainya karena manusia akan selalu berkembang biak. Kesejahteraan masyarakat merupakan alasan utama ketika dikaitkan dengan masalah-masalah mengenai kesehatan.

Dari berbagai masalah kesehatan masyarakat yang ada di Indonesia, HIV/AIDS merupakan permasalahan yang penting karena penderitanya meningkat setiap tahun. AIDS atau *Acquired Immune Deficiency Syndrome* merupakan kumpulan gejala penyakit yang disebabkan oleh *Human Immunodeficiency Virus* (HIV). Departemen Kesehatan RI (2006: 1) mengungkapkan bahwa virus HIV ditemukan

dalam darah, cairan sperma, cairan vagina, dan air susu ibu, dengan cara penularannya dapat melalui beberapa jalur, diantaranya melalui hubungan seksual, transfusi darah dan pemakaian alat-alat yang sudah tercemar HIV seperti jarum suntik, atau pisau cukur dan melalui ibu yang hidup dengan HIV kepada janin dikandungannya atau bayi yang disusunya.

Penularan tersebut akan sangat beresiko ketika ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS) dan masyarakat pada umumnya tidak mengetahui tentang cara meminimalkan penularan tersebut atau yang lebih dikenal dengan penanggulangan HIV/AIDS. Apalagi ketika HIV/AIDS merupakan penyakit yang sampai sekarang belum diketemukan obatnya. Di dunia hanya terdapat obat yang mampu meminimalkan perkembangan virus di dalam darah tanpa mampu mematikan virus tersebut, yaitu obat antiretroviral. Hal tersebut yang kemudian menjadi ketakutan tersendiri bagi sebagian besar ODHA terhadap penyakit HIV/AIDS, hingga menganggap penyakit tersebut merupakan penyakit kutukan. Anggapan tersebut yang kemudian menuntut penyembuhan ODHA tidak hanya dari segi fisiknya saja, namun juga penyembuhan dari segi psikologis.

Kebermaknaan hidup merupakan salah satu sisi psikologis yang sedikit banyak akan mempengaruhi kehidupan ODHA. Kebermaknaan hidup merupakan keadaan yang menunjukkan sejauh mana telah mengalami dan menghayati kepentingan keberadaan hidupnya menurut sudut pandang masing-masing individu (Frankl dalam Satyaningtyas & Abdullah, 2010: 4). Ketakutan dan ketidaktahuan terhadap penyakit HIV/AIDS akan berimbas pada kebermaknaan hidup yang merupakan tujuan yang harus dicapai oleh setiap manusia, tidak terkecuali pada ODHA. Ketidakmampuan ODHA dalam mencapai makna dalam hidupnya akan menimbulkan dampak psikologis yang negatif, yaitu sulit merasakan kebahagiaan, merasa hidupnya hampa dan kosong, depresi bahkan menuju tindakan bunuh diri. Depresi dan bunuh diri merupakan sindrom psikiatrik yang sering ditemukan pada sebagian besar ODHA (Kaplan, Sadock & Grebb, 2010: 210).

Fakta-fakta mengenai ketidakbermaknaan hidup pada ODHA ditunjukkan melalui adanya data mengenai tingginya angka depresi pada ODHA hingga tidak jarang sampai menyebabkan kematian. Menurut hasil penelitian Welly (dalam Setyoadi & Triyanto, 2012:5) dalam studi

kualitatif, ditemukan tema depresi pada pasien yang pertama kali terdiagnosa HIV/AIDS. Kemudian, ditemukan juga bahwa di daerah Temanggung, 80% ODHA meninggal karena depresi (BKKBN, 2011). Selain itu, dalam berita yang dimuat pada Komunitas Aids Indonesia (2012) mengungkapkan bahwa terdapat kasus percobaan bunuh diri seperti pada kasus JK yang melakukan percobaan bunuh diri karena merasa frustrasi telah menularkan virus HIV ke istrinya. Begitu pula dengan Lulu yang mencoba bunuh diri beberapa kali karena tidak sanggup lagi dengan kondisi hidupnya. Hal tersebut mengindikasikan bahwa sebagian besar ODHA memiliki hidup yang tidak bermakna, dengan depresi sebagai indikator yang paling utama dalam mengungkapkan ketidakbermaknaan hidup pada ODHA.

Sejalan dengan hasil penelitian Vitriawan, Sitorus & Afyanti (2007:8) mengungkapkan bahwa pada saat pertama kali ODHA terdiagnosis HIV/AIDS, akan mengalami stress dan berduka. Menurut Schultz (dalam Astuti & Budiyan, 2010: 2) apabila kondisi tersebut berlangsung dalam jangka waktu lama, maka dapat menimbulkan depresi yang mengarah pada kehampaan hidup serta mengembangkan hidup tidak bermakna. Menurut Bastaman (2007: 38), hidup tetap memiliki makna (arti) dalam setiap situasi, bahkan dalam penderitaan dan kepedihan sekalipun. Untuk itu, terinfeksi HIV/AIDS bukanlah akhir dari perjalanan hidup ini. Dibutuhkan upaya-upaya untuk menemukan dan memenuhi makna hidup yang akan menyebabkan kehidupan ini berarti dan apabila berhasil menemukan dan mengembangkannya akan merasakan kebahagiaan serta terhindar dari keputusan.

Kepemilikan semangat, gairah hidup, tujuan hidup, penyesuaian diri yang baik, dan rasa cinta kasih akan menjadikan hidup yang bermakna yang dapat dicapai dengan mengembangkan keyakinan akan kemampuannya serta adanya dukungan dari orang-orang yang signifikan. Keyakinan tersebut tercakup dalam teori efikasi diri yang berhubungan dengan keyakinan dalam diri memiliki kemampuan melakukan tindakan yang diharapkan. Efikasi diri yang merupakan keyakinan individu mengenai kemampuan dirinya dalam melakukan tugas atau tindakan yang diperlukan untuk mencapai hasil tertentu (Bandura dalam Ghufroon & Risnawita, 2010:47). Bandura (dalam Ghufroon & Risnawita, 2010: 75) mengatakan bahwa efikasi diri pada dasarnya adalah hasil dari proses kognitif berupa keputusan, keyakinan, atau

pengharapan tentang sejauh mana individu memperkirakan kemampuan dirinya dalam melaksanakan tugas atau tindakan tertentu yang diperlukan untuk mencapai hasil yang diinginkan. Dengan efikasi diri yang tinggi diharapkan ODHA mampu menilai kemampuannya sehingga dapat melaksanakan tugas dan kewajibannya sehari-hari sesuai dengan tahap perkembangannya.

Selain itu, dengan dukungan sosial yang tinggi pula diharapkan ODHA akan merasa dicintai dan diterima sehingga lebih termotivasi untuk berjuang melawan penyakitnya dan melaksanakan kehidupan dengan baik. Dukungan sosial adalah dukungan yang terdiri dari informasi atau nasehat verbal dan/atau non verbal, bantuan nyata, atau tindakan yang diberikan oleh keakraban sosial atau didapat karena kehadiran mereka dan mempunyai manfaat emosional atau efek perilaku bagi pihak penerima (Gotlieb, 1983:23). Menurut Sarafino (1994: 103), dukungan sosial dapat berasal dari berbagai sumber seperti pasangan yaitu istri/suami atau kekasih, keluarga, teman, rekan kerja, petugas kesehatan, dan organisasi masyarakat. Sehingga tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui (1) gambaran efikasi diri pada ODHA, (2) gambaran dukungan sosial pada ODHA, (3) gambaran kebermaknaan hidup pada ODHA, (4) hubungan antara efikasi diri dengan kebermaknaan hidup pada ODHA, (5) hubungan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada ODHA, (6) hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup pada ODHA.

METODE

Subjek penelitian ini adalah ODHA (Orang Dengan HIV/AIDS), berusia 25-35 tahun, lama terdiagnosa HIV/AIDS ≤ 5 tahun, dan merupakan pasien rawat jalan di RSUD Dr. Saiful Anwar Malang. Peneliti menentukan kuota subjek dalam penelitian sebanyak 32 subjek untuk uji coba dan 30 subjek untuk pengambilan data. Desain Penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dan metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif korelasional.

Penelitian ini menggunakan skala yang dibuat oleh peneliti, yaitu Skala Efikasi Diri (SED) dan Skala Dukungan Sosial (SDS), sedangkan Skala Kebermaknaan Hidup (SKH) merupakan adaptasi dari *The Purpose of Life (PIL Test)* yang disusun oleh Crumbaugh and Maholick berdasarkan teori Frankl mengenai makna hidup.

Validitas dihitung dengan menggunakan SPSS 16.0. Untuk reliabilitas dihitung dengan menggunakan Alpha Cronbach. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan efikasi diri, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup pada ODHA. Teknik analisis data yang dipakai adalah teknik statistik korelasi *Product-Moment*. Untuk menganalisis hubungan antara ketiga variabel secara bersamaan, maka digunakan teknik analisis regresi linear berganda (*Multiple Linear Regression*).

Pada proses pengumpulan data, instrumen yang telah disusun diberikan kepada subjek penelitian, yaitu ODHA. Dalam proses pengambilan data, peneliti terlebih dahulu melakukan wawancara singkat terhadap ODHA mengenai identitas yang terkait dengan karakteristik subjek (umur dan lama terdiagnosa). Kemudian subjek diminta untuk mengisi informed consent, setelah itu subjek diminta untuk mengisi instrument penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 30 subyek penelitian ditemukan bahwa ODHA dengan kategori efikasi diri tinggi sebanyak 17 orang (56,7%) dan rendah sebanyak 13 orang (43,3%). Dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan norma skor T, efikasi diri sebagian besar ODHA berada pada tingkat tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 30 subyek penelitian ditemukan bahwa dukungan sosial yang diterima ODHA yang berada pada kategori tinggi sebanyak 16 orang (53,3%) dan rendah sebanyak 14 orang (46,7%). Dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan norma skor T ODHA mendapatkan dukungan sosial yang tinggi.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 30 subyek penelitian ditemukan bahwa kebermaknaan hidup ODHA yang berada pada kategori hidup bermakna sebanyak 16 orang (53,3%) dan hidup tidak bermakna sebanyak 14 orang (46,7%). Dengan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa berdasarkan norma skor T, kebermaknaan hidup ODHA sebagian besar berada pada kategori hidup yang bermakna.

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda untuk mengetahui hubungan antar variabel dependen dan independen diketahui bahwa $R = 0.691$ dengan nilai $(p) = 0.000 (< 0.05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel efikasi diri, dukungan

sosial secara bersama-sama (simultan) mempengaruhi variabel kebermaknaan hidup pada ODHA. Pada perhitungan tersebut, ditemukan R square sebesar 0,478, berarti sebesar 47,8% dari total secara bersama-sama (simultan) variabel efikasi diri dan dukungan sosial memberikan sumbangan atau kontribusi terhadap variabel kebermaknaan hidup. Artinya ketika terjadi suatu proses kognitif, sikap, maupun perilaku pada variabel efikasi diri dan dukungan sosial pada diri seseorang maka hal tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidupnya. Dengan demikian, masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kebermaknaan hidup sebesar 52,2% yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini.

DISKUSI

Berdasarkan hipotesis penelitian pertama (H_{a1}) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara efikasi diri dengan kebermaknaan hidup didapatkan hasil r_{xy} sebesar 0,638 dengan signifikansi 0,000 ($\text{sig} < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara variabel efikasi diri dengan kebermaknaan hidup, sehingga semakin tinggi efikasi diri maka hidupnya akan semakin bermakna.

Hal ini berarti ketika ODHA memiliki efikasi diri yang tinggi maka ia akan berusaha lebih keras dalam menghadapi tantangan atau cobaan yang muncul dan tidak mudah berputus asa saat menghadapi situasi yang sulit. Efikasi diri yang tinggi mampu memimpin seseorang untuk menentukan tujuan hidup yang jelas dan tetap bertahan dalam mengatasi kesulitan-kesulitan sehingga menjadikan pribadi yang memiliki hidup yang bermakna.

ODHA dengan efikasi diri yang tinggi sudah mampu memperkirakan kemampuannya dalam mengatasi masalah yang ada sehingga dapat menyelesaikan masalah-masalah tersebut dengan baik dan bertanggung jawab. Selain itu, dengan efikasi diri yang tinggi maka akan membuat ODHA akan menghadapi masalahnya dengan sikap tabah serta sadar bahwa senantiasa akan ada hikmah dibalik kesusahannya tersebut.

Sumber-sumber efikasi diri seperti pengalaman vikarius dan persuasi verbal juga memberikan kontribusi terhadap tingginya kepemilikan efikasi diri pada ODHA. Berdasarkan pengamatan peneliti, pengalaman vikarius didapatkan dari pengamatan keberhasilan banyak pasien yang mampu bertahan dengan rajin kontrol dan mengkonsumsi obat secara rutin. Kemudian,

dengan adanya persuasi verbal yang diarahkan dengan pemberian saran, nasehat, dan bimbingan sehingga dapat meningkatkan keyakinannya tentang kemampuan yang dimiliki yang dapat membantu mencapai tujuan yang diinginkan. Persuasi verbal ini selain didapatkan dari sesama pasien, juga diperoleh dari petugas kesehatan yaitu dokter, perawat, psikolog, serta kelompok dukungan sebaya.

Berdasarkan penelitian Baumeister & Vohs (2002: 629) menunjukkan bahwa efikasi diri merupakan salah satu kebutuhan untuk menemukan kebermaknaan hidup. Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa seseorang dapat membuat perbedaan. Sebuah kehidupan yang memiliki tujuan dan nilai-nilai, tetapi tidak ada keberhasilan akan menjadikan hal tersebut sia-sia. Seseorang mungkin tahu apa yang diinginkan tetapi tidak bisa melakukan apa-apa dengan pengetahuan itu. Hal ini relatif jelas bahwa orang mencari kontrol atas lingkungan mereka dan kurangnya kontrol yang mendalam dapat memicu krisis pribadi yang serius yang dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental.

Penelitian lain mengungkapkan bahwa mekanisme coping seperti mengembangkan makna atau tujuan hidup dan menciptakan rasa efikasi diri dapat memungkinkan orang untuk pulih. Efikasi diri dan kebermaknaan hidup lebih prediktif mengenai kepuasan dengan kehidupan, dengan kebermaknaan dalam kehidupan sebagai prediktor yang paling penting (Drescher, Baczwaski, Walters, Aiena, Schulenberg, & Johnson, 2012).

Efikasi diri rendah diperoleh sebanyak 13 orang yaitu 43,3% dari sejumlah 30 subyek penelitian. Hal ini menyatakan bahwa masih ada sejumlah ODHA yang kurang meyakini kemampuannya dalam menghadapi tantangan atau cobaan yang muncul, sehingga akan merasa kebosanan dalam menjalani kehidupan atau bahkan bisa mengalami apatis. Kebosanan adalah ketidakmampuan untuk membangkitkan minat, sedangkan apatis merupakan ketidakmampuan untuk mengambil prakarsa. Rasa bosan dan apatis ini jika berlangsung terus menerus dan tidak segera diatasi dapat berubah menjadi neurosis noogenik yang bisa menampilkan diri antara lain seperti depresi, hiperseksualitas, alkoholisme, obsesionalisme, dan kejahatan.

Hipotesis penelitian kedua (H_{a2}) yang menyebutkan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup didapatkan hasil r_{xy} sebesar 0,528 dengan

signifikansi 0,003 ($\text{sig} < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara variabel dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup, sehingga semakin tinggi dukungan sosial yang diterima ODHA maka hidupnya akan semakin bermakna.

Berdasarkan hasil penelitian, dari 30 subyek, dukungan sosial yang diterima ODHA ditemukan sebanyak 16 orang (53,3%) berada pada klasifikasi tinggi. Hal ini berarti ketika ODHA menerima dukungan sosial yang tinggi maka ia akan merasa disayangi, dihargai, diakui, dan diterima oleh lingkungan. Dengan demikian, maka ODHA akan menghayati hidupnya dengan menunjukkan semangat dan gairah hidup dalam menjalani kehidupan sehari-hari.

Berdasarkan pengamatan peneliti selama proses pengambilan data, selain mendapatkan dukungan sosial dari pasangan yaitu istri/suami atau kekasih, keluarga, teman, rekan kerja, petugas kesehatan, dan organisasi masyarakat, sebagian besar ODHA juga mendapatkan dukungan sosial dari kelompok dukungan sebaya. Dalam hal ini adalah LSM yang menangani permasalahan mengenai HIV/AIDS. Terdapat beberapa macam kelompok dukungan sebaya, diantaranya yaitu kelompok penderita HIV/AIDS secara umum, kelompok pekerja tuna susila, dan kelompok homoseksual. Namun, tidak semua ODHA mengikuti kelompok dukungan sosial tersebut. Dengan dukungan sosial yang tinggi maka akan banyak mendapatkan pengetahuan dan pengalaman, sehingga mampu dijadikan bahan pertimbangan ketika akan melakukan suatu keputusan dalam hidupnya.

Berdasarkan hasil penelitian Kamath dan Mohanan (dalam Setyoadi & Triyanto, 2012:11) bahwa dukungan sosial dapat mencegah kematian secara dini pada ODHA. Penelitian Astuti & Budiyani (2010: 7) mengungkapkan bahwa pemberian dukungan sosial kepada ODHA akan memberikan pengaruh pada kebermaknaan hidupnya. Johnson dan Johnson (dalam Astuti & Budiyani, 2010: 8) mengungkapkan bahwa dukungan sosial berfungsi untuk meningkatkan harga diri, mengurangi stres, dan memberikan rasa aman pada seseorang, sehingga dapat dikatakan bahwa dukungan sosial mempunyai pengaruh positif terhadap kesehatan mental, memberikan perasaan bermakna ketika seseorang sedang mengalami stres.

Dukungan Sosial yang diterima ODHA dengan klasifikasi rendah sebanyak 14 orang

(46,7%) dari sejumlah 30 orang. Hal tersebut mengindikasikan bahwa kurang tersedianya dukungan sosial akan menjadikan individu merasa tidak berharga dan terisolasi yang menyebabkan hidup tak bermakna.

Berdasarkan hasil analisis regresi berganda untuk mengetahui hubungan antar variabel dependen dan independen diketahui bahwa $R = 0,691$ dengan nilai ($p = 0.000 < 0.05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara variabel efikasi diri, dukungan sosial secara bersama-sama (simultan) mempengaruhi variabel kebermaknaan hidup pada ODHA. Dengan R square sebesar 0,478, berarti sebesar 47,8% dari total secara bersama-sama (simultan) variabel efikasi diri dan dukungan sosial memberikan sumbangan atau kontribusi terhadap variabel kebermaknaan hidup. Artinya ketika terjadi suatu proses kognitif, sikap, maupun perilaku pada variabel efikasi diri dan dukungan sosial pada diri seseorang maka hal tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidupnya pada dirinya.

Menurut Frankl (Bastaman, 2007:48), makna hidup tidak saja dapat ditemukan dalam keadaan-keadaan yang menyenangkan, tetapi juga dapat ditemukan dalam penderitaan sekalipun. Penderitaan ini dapat berupa keadaan saat terdiagnosa HIV/AIDS. Pada saat itu dapat muncul gangguan kejiwaan seperti cemas, depresi, perasaan putus asa, ketakutan atau muncul keinginan untuk bunuh diri. Depresi ditandai emosi sedih, perasaan putus asa, perasaan berdosa, harga diri menurun, kehilangan minat dan perhatian terhadap aktifitas sehari-hari, sulit berkonsentrasi dan menarik diri dari lingkungan sosialnya.

Dalam kehidupan ini terdapat tiga bidang kegiatan yang secara potensial mengandung nilai-nilai yang memungkinkan seseorang menemukan makna hidup didalamnya apabila nilai-nilai itu diterapkan dan dipenuhi (Frankl dalam Bastaman, 2007: 48). Ketiga nilai itu adalah:

- a. nilai-nilai kreatif (*creative values*) yaitu kegiatan berkarya, bekerja, menciptakan serta melaksanakan tugas dan kewajiban sebaik-baiknya dengan penuh tanggungjawab.
- b. nilai-nilai penghayatan (*experiential values*) yaitu keyakinan dan penghayatan akan nilai-nilai kebenaran, kebajikan, keindahan, keimanan dan keagamaan serta cinta kasih.
- c. nilai-nilai bersikap (*attitudinal values*) yaitu menerima dengan penuh ketabahan, kesabaran dan keberanian segala bentuk penderitaan

yang tidak mungkin dielakkan lagi, seperti sakit yang tidak disembuhkan, kematian dan menjelang kematian, setelah segala upaya dan iktiar dilakukan secara maksimal.

Nilai-nilai tersebut hanya dapat direalisasikan ketika ODHA memiliki keyakinan atas kemampuan yang dimilikinya. Efikasi diri yang tinggi membuat ODHA merasa yakin akan kemampuannya sehingga rencana dan kegiatan dalam kehidupan sehari-hari dapat berjalan dengan lancar. Selain itu, efikasi diri yang tinggi mampu membuat ODHA merasa yakin dapat mengatasi masalah atau rintangan yang dihadapi dalam memperoleh keinginannya sehingga rasa sedih berkepanjangan, keputusan, pesimistis akan berkurang. Orang dengan efikasi diri tinggi mampu menikmati hidup karena dapat menghadapi stres sehingga mampu mengelola situasi untuk dimanfaatkan yang memungkinkan menjadi percaya diri (Singh & Udainiya, 2009:2). Sehingga efikasi diri yang tinggi mampu memberikan kebermaknaan hidup yang berarti pada ODHA.

Selain itu, dukungan sosial yang tinggi juga dapat menyumbang kepemilikan hidup bermakna sehingga ODHA lebih mampu menghadapi hidupnya dengan penyakit yang dideritanya dengan baik. Dukungan sosial yang diterima selain memunculkan rasa disayangi, dihargai, dan diterima juga memunculkan rasa kepatuhan terhadap proses pengobatan ARV yang harus dilakukan seumur hidup (Power & Koopman dalam Setyoadi & Triyanto, 2012:7). Perasaan-perasaan tersebut nantinya dapat menjadikan hidup semakin bermakna.

Variabel efikasi diri dan dukungan sosial sebanyak 47.8% dari total secara bersama-sama (simultan) memberikan sumbangan atau kontribusi terhadap variabel kebermaknaan hidup. Ketika ODHA meyakini kemampuannya dan mendapat dukungan sosial dari orang-orang yang signifikan, maka hidupnya akan semakin bermakna.

Berdasarkan hasil R square, masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kebermaknaan hidup sebesar 52,2% yang tidak dilibatkan dalam penelitian ini. Menurut Crumbaugh dan Maholick (dalam Asuti & Budiyan, 2010:8), faktor lain yang dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup antara lain: kualitas-kualitas insani (kepribadian), tingkat religiusitas atau hubungan transendental dengan Tuhan yaitu bagaimana pemahaman seseorang terhadap ajaran keTuhanan berdasarkan keyakinannya untuk dijadikan petunjuk dan pegangan dalam hidupnya. Selain itu, menurut

Frankl, kehidupan keagamaan, filsafat sekuler, sikap menerima dan menyerahkan diri pada kehidupan, dan pengalaman juga dapat berpengaruh terhadap kebermaknaan hidup. Bastaman (2007:155) mengungkapkan bahwa pemahaman diri, bertindak positif, pengakraban hubungan, pendalaman catur-nilai (nilai kreatif, nilai penghayatan, nilai bersikap, dan nilai pengharapan), dan ibadah juga dapat mempengaruhi seseorang dalam menemukan makna hidupnya.

Kelebihan dalam penelitian ini adalah mampu mengungkap hubungan antara efikasi diri, dukungan sosial dengan kebermaknaan hidup pada ODHA. Hubungan tersebut dapat dijelaskan melalui kerangka kerja dan hipotesis yang jelas dan pengukuran yang sistematis. Sehingga mampu memberikan kesimpulan yang jelas. Adapun kesimpulan tersebut adalah efikasi diri sebagian besar ODHA berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa secara umum ODHA memiliki keyakinan yang baik terhadap kemampuannya. Dukungan Sosial sebagian besar ODHA berada pada kategori tinggi. Dengan hasil dukungan sosial yang mayoritas berada pada kategori tinggi dapat disimpulkan bahwa banyaknya bantuan yang diterima ODHA dari orang-orang terdekat. Bantuan tersebut dapat berupa dukungan emosional, dukungan penghargaan, dukungan instrumental, dan dukungan informasi. Sehingga terdapat hubungan yang signifikan sehingga variabel efikasi diri dan dukungan sosial secara bersama-sama (simultan) mempengaruhi variabel kebermaknaan hidup pada ODHA. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa ada sumbangan sebesar 47.8% secara bersama-sama variabel efikasi diri dan dukungan sosial mempengaruhi kebermaknaan hidup. Artinya ketika terjadi suatu proses kognitif, sikap, maupun perilaku pada variabel efikasi diri dan dukungan sosial pada diri seseorang maka hal tersebut dapat mempengaruhi kebermaknaan hidup pada dirinya, baik kecil maupun besar.

Dalam penelitian ini juga terdapat kelemahan, yaitu kurang mendalami hasil analisis itu sendiri. Hasil dalam penelitian ini terbatas pada angka-angka yang ditunjukkan oleh pengukuran statistik, sehingga hal-hal yang menyebabkan dan mempengaruhi hubungan efikasi diri, dukungan sosial, dan kebermaknaan hidup menjadi kurang tergali. Untuk itu terdapat saran bagi peneliti selanjutnya jika ingin meneruskan penelitian ini, yaitu untuk menambah metode pengambilan data

dengan memadukan antara *self-report*, observasi, wawancara, dan dapat diperkaya dengan desain eksperimental, serta memperluas subyek penelitian. Selain itu diperlukan memperbanyak item penelitian dalam skala untuk memperluas bidang cakupan tingkah laku serta memperhatikan faktor-faktor lain dalam diri ODHA yaitu religiusitas dan kepribadian. Dengan begitu diharapkan hasil penelitian akan lebih kaya dan mencapai hasil yang maksimal dan representatif.

DAFTAR RUJUKAN

- Astuti, A. & Budiyani, K. 2010. Hubungan Antara Dukungan Sosial Yang Diterima Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Odha (Orang Dengan HIV/AIDS). *Jurnal Insight*, (Online), Agustus 2010, (http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Agustus_2010_Kondang-Budiyani.pdf), diakses 13 September 2012
- Bastaman, H.D. 2007. *Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup dan Meraih Hidup Bermakna*. Jakarta PT. RajaGrafindo Persada
- Baumeister & Vohs. 2002. The Pursuit of Meaningfulness in Life. Dalam C. R. Snyder & Shane J. Lopez (Eds), *Handbook of Positive Psychology* (hlm 608). New York: Oxford University Press.
- BKKBN. 2011. *80 Persen Pengidap HIV AIDS Meninggal karena Depresi*. (Online), (<http://www.bkkbn.go.id/beritadaerah/Pages/80-persen-Pengidap-HIV-AIDS-Meninggal-karena-Depresi.aspx>), diakses 29 Oktober 2012
- Departemen Kesehatan RI. 2006. *Pedoman Nasional Perawatan, Dukungan, dan Pengobatan Bagi ODHA*. Jakarta: Departemen kesehatan RI.
- Gottlieb, Benjamin H. 1983. *Social Support Strategies: Guidelines for Mental Health Practice*. USA: Sage Publications Inc.
- Kaplan, Harold I., Sadock, Benjamin J. & Grebb, Jack A. 2010. *Sinopsis Psikiatri, Jilid 1* (I Made Wiguna S, Ed). Tangerang: Binarupa Aksara Publisher.
- Komunitas Aids Indonesia. 2012. *Frustasi Kena HIV, JK Coba Gantung Diri*. (Online), (<http://www.aids-ina.org/modules.php?name=News&file=print&sid=5882>), diakses 29 Oktober 2012.
- Komunitas Aids Indonesia. 2012. *Kisah Lulu, Perjuangan Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Gagal Bunuh Diri dan Terusir*. (Online), (<http://www.aids-ina.org/modules.php?name=News&file=print&sid=7016>), diakses 29 Oktober 2012
- Laporan Perkembangan HIV-AIDS, Triwulan II, Tahun 2012. Kementerian Kesehatan RI, Direktorat jenderal Pengendalian Penyakit dan Penyehatan Lingkungan. (Online), <http://www.aidsindonesia.or.id/laporan-kementerian-kesehatan-triwulan-ii-tahun-2012.html>), diakses 13 September 2012.
- Sarafino, Edward. P. 1994. *Health Psychology : Biopsychosocial Mechanism 5th edition*. USA : John Wiley & Sons, Inc.
- Satyaningtyas, R. & Abdullah S.M. 2010. Penerimaan Diri dan Kebermaknaan Hidup Penyandang Cacat Fisik. *Jurnal Insight*, (Online), Agustus 2010, (http://fpsi.mercubuana-yogya.ac.id/wp-content/uploads/2012/06/Februari_2010_Sri-Muliati-A.pdf), diakses 5 Oktober 2012
- Setyoadi & Triyanto, E. 2012. *Strategi Pelayanan Keperawatan Bagi Penderita Aids*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Singh & Udainiya. 2009. Self-Efficacy and Well-Being of Adolescents. *Journal of the Indian of Applied Psychology*, (Online), 35 (2): 227-232, (<http://medind.nic.in/jak/t09/i2/jakt09i2p227.pdf>), diakses 30 Oktober 2012.
- Shohib, Muhammad. 2005. *Pengaruh Self Efficacy Terhadap Kecemasan Dalam menghadapi Lingkungan Baru pada Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Malang Angkatan 2005-2006*. Penelitian Bidang Ilmu. Lembaga Penelitian Universitas Muhammadiyah Malang.
- Sugiyono. 2009. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Vitriawan, W., Sitorus, R. & Afiyanti, Y. 2007. Pengalaman Pasien Pertama Kali Terdiagnosis HIV/AIDS: Studi Fenomenologi Dalam Perspektif Keperawatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, (Online), 11 (1): 6-12, (<http://jurnal.pdii.lipi.go.id/admin/jurnal/11107612.pdf>), diakses 5 Oktober 2012.