

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian mengenai *Coping Stress* yang dilakukan kepada 40 pasien HIV positif klinik “X” Bandung, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Mayoritas Pasien HIV positif klinik “X” Bandung, sebagian besar mengatur respon emosional terhadap masalah/stressor, yang terdiri atas proses-proses kognitif yang ditujukan pada pengurangan tekanan emosional, termasuk strategi-strategi seperti penghindaran, meminimalan, membuat jarak, perhatian selektif, perbandingan yang positif terhadap stressor. Sebagian kecil mengatur dan mengatasi masalah penyebab stress melalui perubahan relasi yang menyulitkan dengan lingkungan. Sisanya yang menggunakan *emotion focus form of coping* dan *problem focus form of coping* dengan seimbang.
2. Mayoritas pasien HIV positif klinik “X” Bandung yang mencari dukungan dari pihak luar, baik berupa informasi, bantuan nyata, maupun dukungan social. Sisanya pasien HIV positif klinik “X” Bandung yang mencari cara untuk mengatasi keadaan yang menekan dirinya. individu berpegang teguh pada pendiriannya dan memperjuangkan apa yang diinginkan.
3. Berdasarkan faktor-faktor yang mempengaruhi, 81,6% pasien HIV positif klinik “X” dipengaruhi oleh faktor keyakinan diri dalam menggunakan *emotion*

focus form of coping yaitu *positive focus form of coping*. Kemudian 85% pasien HIV positif klinik “X” Bandung dipengaruhi oleh faktor kesehatan dalam menggunakan *emotion focus form of coping* yaitu *acceptance responsibility*.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

5.2.1.Saran Teoritis

1. Disarankan untuk meneliti lebih lanjut mengenai *Coping Stress* pada pasien HIV positif klinik “X” Bandung dengan menggunakan metode studi kasus sehingga didapatkan data yang lebih mendalam terutama melalui wawancara dengan orang terdekat dari responden dan observasi terhadap responden.
2. Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan pada pasien HIV positif klinik “X” Bandung yang membahas *coping stress* dihubungkan dengan faktor-faktor yang mempengaruhi seperti kesehatan, kemampuan *problem solving*, dukungan sosial, serta sumber materi dari individu.

5.2.2.Saran Praktis

1. Bagi klinik “X” Bandung dan staf Yayasan Rumah Cemara yang mendukung klinik “X” Bandung, dapat memanfaatkan penelitian ini guna mengetahui jenis *coping stress* yang digunakan pasien HIV positif klinik “X” kota

Bandung, sehingga dapat memberikan penyuluhan atau forum diskusi tentang penggunaan jenis *coping stress* yang tepat dalam mengatasi *stressor*.

2. Bagi klinik “X” Bandung dan staf Yayasan Rumah Cemara yang mendukung klinik “X” Bandung diharapkan untuk mengadakan pertemuan atau penyuluhan yang mengajarkan pasien pentingnya berobat secara teratur ke dokter demi peningkatan kesehatan, sehingga masalah kesehatan yang diakibatkan virus HIV dapat langsung dicegah. Selain itu mengadakan kunjungan atau menghubungi langsung pasien HIV positif yang sudah tidak berobat secara teratur ke klinik agar dapat dihibau untuk kembali menjalani pengobatan teratur.
3. Bagi pasien HIV positif klinik “X” dapat mengikuti seminar-seminar kesehatan yang berhubungan dengan HIV/AIDS agar menambah wawasan mengenai perkembangan pengobatan penyakit HIV/AIDS.
4. Bagi pasien HIV positif klinik “X” agar selalu mengingat harapan-harapan yang ingin dicapai dimasa depan, sehingga dapat membangun sub aspek *self control* dan *positive focus form of coping*, serta mengurangi perasaan tertekan yang sewaktu-waktu dapat muncul.
5. Bagi pasien HIV positif klinik “X” dapat mengevaluasi ulang jadwal kegiatan dan kebiasaan apa saja yang kurang mendukung kesehatan tubuh, sehingga kegiatan atau kebiasaan tersebut tidak dilakukan lagi atau mulai dikurangi, demi kondisi tubuh yang tidak mudah diserang penyakit.