
 **Phillipians 3 : 14**

**I can do everything through Him who gives me
strength**

begitu di dalam hatimu ada hal luar biasa yang disebut cinta dan kaurasakan kedalaman, kegembiraan, dan kebahagiaan cinta, kau akan menemukan bahwa dunia telah berubah.

J. Krishnamurni

kedua orang yang diciptakan Tuhan untuk menyayangiku,
untuk Bapak dan Mama tercinta..

dengan senyum untuk segalanya,

Patricia



Lampiran 1

Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres sebelum dilakukan Pengujian Validitas

No.	Pernyataan	Sering	Kadang kadang	Jarang	Sangat Jarang
1.	Saya memikirkan dengan cermat langkah yang akan dilakukan selanjutnya.				
2.	Saya mencoba menganalisis masalah agar dapat memahaminya lebih baik.				
3.	Saya berusaha menyibukkan diri dengan berbagai kegiatan, agar dapat mengalihkan perhatian dari situasi ini.				
4.	Saya merasa waktu akan mengubah segala sesuatu, satu hal yang dilakukan hanyalah menunggu.				
5.	Saya berkompromi untuk mendapat hal yang positif dari situasi ini.				
6.	Saya melakukan sesuatu yang mungkin tidak bermanfaat, namun setidaknya saya telah berbuat sesuatu.				
7.	Saya mencoba mencari orang yang tepat untuk mengubah pemikiran mereka.				
8.	Saya berbicara dengan seseorang untuk memperoleh jalan keluar dari situasi ini.				
9.	Saya mengkritik dan menasehati diri sendiri.				
10.	Saya berusaha tidak terlalu memikirkan masalah, tetapi membiarkan segala sesuatu berlalu begitu saja.				
11.	Saya berharap akan terjadi keajaiban.				
12.	Saya merasa, terkadang nasib tidak berpihak pada diri saya.				

No.	Pernyataan	Sering	Kadang kadang	Jarang	Sangat Jarang
13.	Saya tetap menjalani hidup, seperti tidak terjadi apa-apa.				
14.	Saya mencoba memendam perasaan sendiri.				
15.	Saya mencoba melihat keadaan dari sisi yang positif.				
16.	Saya tidur lebih banyak dari biasanya.				
17.	Saya mengungkapkan rasa marah pada orang yang menimbulkan masalah.				
18.	Saya berusaha mencari simpati dan pengertian dari orang lain.				
19.	Saya menghibur diri sendiri agar perasaan menjadi lebih baik.				
20.	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu yang belum pernah dilakukan sebelumnya.				
21.	Saya berusaha untuk melupakan masalah yang sedang dihadapi.				
22.	Saya mencari bantuan seorang profesional untuk mengatasi masalah.				
23.	Saya berubah sebagai pribadi dengan cara hidup yang lebih baik.				
24.	Saya menunggu keadaan apa yang akan terjadi sebelum melakukan tindakan.				
25.	Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan.				
26.	Saya membuat rencana kegiatan dan menaatinya dengan sungguh-sungguh.				
27.	Saya mengharapkan terjadinya keadaan terbaik di masa depan.				
28.	Saya mengungkapkan perasaan-perasaan.				
29.	Saya menyadari, diri sendirilah yang menjadi penyebab terjadinya masalah.				

No.	Pernyataan	Sering	Kadang kadang	Jarang	Sangat Jarang
30.	Pengalaman sebelumnya membuat saya dapat menangani masalah secara lebih baik.				
31.	Saya berbicara dengan seseorang yang dapat membantu menangani masalah ini.				
32.	Saya menghindar untuk sementara waktu, mencoba beristirahat atau berlibur.				
33.	Saya mencoba untuk membuat perasaan menjadi lebih baik dengan cara makan yang banyak, minum, merokok, meminum obat secara teratur.				
34.	Saya berani mengambil tindakan yang beresiko.				
35.	Saya berusaha untuk tidak bertindak tergesa-gesa atau terlalu mengikuti kata hati.				
36.	Saya menemukan harapan baru.				
37.	Saya mempertahankan harga diri dan tetap tabah.				
38.	Saya menemukan apa yang penting dalam hidup ini.				
39.	Saya mengubah sesuatu agar keadaan menjadi lebih baik.				
40.	Saya menghindar dari orang-orang untuk sementara waktu.				
41.	Jangan sampai hal tersebut terjadi pada diri saya; Saya tidak ingin berpikir lebih jauh tentang keadaan buruk yang akan menimpa saya.				
42.	Saya meminta nasehat dari teman atau kerabat yang dianggap dapat membantu.				
43.	Saya menjaga agar orang lain tidak mengetahui hal-hal buruk yang saya alami.				
44.	Saya meringankan keadaan dengan tidak terlalu serius memikirkan masalah.				

No.	Pernyataan	Sering	Kadang kadang	Jarang	Sangat Jarang
45.	Saya berbicara pada seseorang mengenai perasaan yang dialami.				
46.	Saya berpegang pada pendirian dan berjuang untuk meraih sesuatu yang dikehendaki.				
47.	Saya menceritakan kepada orang lain mengenai keadaan yang saya hadapi.				
48.	Saya belajar dari pengalaman sebelumnya bila menghadapi keadaan yang sama				
49.	Saya tahu apa yang harus dilakukan, oleh karena itu saya berusaha keras untuk dapat melakukannya.				
50.	Saya tidak percaya akan mengalami kejadian ini.				
51.	Saya berjanji pada diri sendiri bahwa keadaan akan lebih baik di waktu yang akan datang.				
52.	Saya membuat beberapa alternatif untuk dapat mengatasi masalah.				
53.	Saya menerima keadaan ini, karena merasa tidak ada lagi yang dapat dilakukan.				
54.	Saya mencoba menjaga pikiran agar tidak terganggu oleh masalah-masalah lain.				
55.	Saya berharap dapat mengubah segala hal yang telah terjadi atau apa yang dirasakan.				
56.	Saya mengubah sesuatu tentang diri saya.				
57.	Saya berkhayal atau membayangkan waktu atau tempat yang lebih baik dibandingkan keadaan saya sekarang ini.				
58.	Saya berharap keadaan ini dapat menghilang atau berakhir.				
59.	Saya berfantasi atau berharap keadaan dapat berubah.				
60.	Saya berdoa.				

No.	Pernyataan	Sering	Kadang kadang	Jarang	Sangat Jarang
61.	Saya mempersiapkan diri untuk menghadapi kemungkinan terburuk.				
62.	Saya mengkaji kembali apa yang akan diucapkan atau dilakukan.				
63.	Saya membayangkan tentang bagaimana orang yang saya kagumi mengatasi keadaan ini dan menjadikan itu sebagai contoh.				
64.	Saya mencoba untuk melihat keadaan dari sudut pandang orang lain.				
65.	Saya mengingatkan diri sendiri tentang keadaan buruk yang mungkin terjadi.				
66.	Saya melakukan jogging atau berolah raga.				
67.	Saya mencoba hal-hal baru dari segala hal yang selama ini telah saya lakukan. (Tolong jelaskan).				

Lampiran 2

Alat Ukur Derajat Stres sebelum dilakukan Pengujian Validitas

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat jarang
1.	Saya merasa takut akan masa depan saya.				
2.	Saya malu, bila orang-orang mengetahui status saya.				
3.	Saya merasa bahwa hidup saya sudah tidak berarti lagi.				
4.	Nafsu saya berkurang jika ada salah satu kenalan saya tiba-tiba menjauhi saya.				
5.	Saya menyesal dengan kondisi yang saya alami sekarang ini.				
6.	Saya marah pada penyakit HIV/AIDS yang saya derita.				
7.	Saya menjadi susah tidur ketika kondisi tubuh sedang melemah.				
8.	Saya malas menjalin relasi dengan orang baru.				
9.	Saya merasa cemas, kalau nantinya saya akan meninggalkan orang-orang terdekat saya.				
10.	Penyakit ini membuat saya sukar untuk mengolah suatu informasi tertentu.				
11.	Saya akan merasa sakit kepala jika memikirkan masa depan saya.				
12.	Saya tidak mengambil pusing atas reaksi orang-orang terdekat maupun keluarga terhadap diri saya.				
13.	Saya tidak peduli akan diskriminasi dari orang-orang yang mengetahui status saya.				
14.	Saya sulit berkonsentrasi pada pekerjaan yang sedang dilakukan.				
15.	Virus ini membuat rasa tidak nyaman pada diri saya, sehingga ruang lingkup saya menjadi terbatas untuk bergaul.				

16.	Penyakit ini menjadi penghambat bagi saya untuk mengaktualisasikan diri di lingkungan.				
17.	Saya sering berkeringat dingin, jika berada dalam masalah yang tidak terpecahkan.				
18.	Saya sulit untuk memberi perhatian pada tugas-tugas saya.				
19.	Saya sering lupa untuk mengingat suatu hal tertentu.				
20.	Saya sering mengeluh karena rasa sakit yang saya alami.				
21.	Saya takut tidak ada yang mau menikah dengan saya, sehingga tidak dapat memiliki keturunan.				
22.	Saya menjadi kurang peka terhadap keadaan di lingkungan sekitar saya.				

Lampiran 3

Hasil Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Strategi Penanggulangan Stres

A. Validitas Aspek Strategi Penanggulangan Stres yang Berpusat pada Emosi

a. *Distancing*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
3	0.659	Dipakai
4	0.251	<u>Direvisi</u>
21	0.677	Dipakai
24	0.651	Dipakai
29	0.215	<u>Direvisi</u>
41	0.629	Dipakai
53	0.502	Dipakai

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Distancing* = 0,7342

b. *Self Control*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
12	0.556	Dipakai
14	0.569	Dipakai
19	0.482	<u>Direvisi</u>
35	0.083	<i>Tidak Dipakai</i>
43	0.688	Dipakai
44	0.516	Dipakai
51	-0.038	<i>Tidak Dipakai</i>
61	0.679	Dipakai
62	0.695	Dipakai
63	0.548	Dipakai
64	0.640	Dipakai
65	0.525	Dipakai

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Self Control* = 0,7521

c. *Seeking Social Support*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
8	0.558	Dipakai
18	0.692	Dipakai
22	0.622	Dipakai
31	0.572	Dipakai
42	0.669	Dipakai
45	0.556	Dipakai
47	0.392	<u>Direvisi</u>

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Seeking Social Support* = 0,7134

d. *Accepting Responsibility*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
9	0.822	Dipakai
23	0.369	<u>Direvisi</u>
25	0.704	Dipakai
51	0.896	Dipakai
56	0.643	Dipakai

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Accepting Responsibility* = 0,7124

e. *Escape Avoidance*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
11	0.605	Dipakai
13	0.162	<i>Tidak dipakai</i>
16	0.451	Dipakai
32	0.571	Dipakai
33	-0.132	<i>Tidak dipakai</i>
40	0.763	Dipakai
50	0.548	Dipakai
55	0.307	<u>Direvisi</u>
57	0.667	Dipakai
58	0.393	<u>Direvisi</u>
59	0.759	Dipakai
66	0.703	Dipakai
67	0.192	<i>Tidak dipakai</i>

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Escape Avoidance* = 0,7020

f. *Positive Reappraisal*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
5	0.513	Dipakai
10	0.118	<i>Tidak dipakai</i>
15	0.726	Dipakai
36	0.723	Dipakai
38	0.689	Dipakai
60	0.769	Dipakai

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Positive Reappraisal* = 0,7058

B. Validitas Aspek Strategi Penanggulangan Stres yang Berpusat pada Masalah

a. *Planfull Problem Solving*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
1	0.862	Dipakai
2	0.432	Dipakai
20	0.681	Dipakai
26	-0.212	<u>Direvisi</u>
27	0.582	Dipakai
30	0.668	Dipakai
39	0.070	<i>Tidak dipakai</i>
48	0.558	Dipakai
49	0.353	<u>Direvisi</u>
52	0.153	<i>Tidak dipakai</i>

Reliabilitas aspek Masalah bentuk *Planfull Problem Solving* = 0,7247

b. *Confrontative Coping*

No item	Koefisien korelasi	Kesimpulan
6	0.711	Dipakai
7	0.628	Dipakai
17	-0.224	<u>Direvisi</u>
28	0.032	<i>Tidak dipakai</i>
34	0.595	Dipakai
37	-0.130	<i>Tidak dipakai</i>
46	0.305	<u>Direvisi</u>

Reliabilitas aspek Emosi bentuk *Confrontative Coping* = 0,6585

Derajat Reliabilitas

Alpha Cronbach = 0.910 (Reliabilitas Tinggi)

Lampiran 4

Hasil Perhitungan Validitas dan Reliabilitas Alat Ukur Derajat Stres

a. **Biologis**

No. Item	Koefisien Korelasi	Kesimpulan
4	-0.150	<i>Tidak Dipakai</i>
7	0.591	Dipakai
11	0.615	Dipakai
17	0.146	<i>Tidak Dipakai</i>
20	0.780	Dipakai

Reliabilitas : 0.5132

b. **Kognisi**

No. Item	Koefisien Korelasi	Kesimpulan
10	0.178	<i>Tidak Dipakai</i>
14	0.340	<u>Direvisi</u>
18	0.550	Dipakai
19	0.435	Dipakai

Reliabilitas : 0.3697

c. **Emosi**

No. Item	Koefisien Korelasi	Kesimpulan
1	0.023	<i>Tidak Dipakai</i>
2	0.267	<u>Direvisi</u>
3	0.785	Dipakai
5	0.522	Dipakai
6	0.643	Dipakai
9	0.135	<i>Tidak Dipakai</i>
21	0.690	Dipakai

Reliabilitas : 0.5327

d. **Perilaku Sosial**

No. Item	Koefisien Korelasi	Kesimpulan
8	0.553	Dipakai
12	0.165	<i>Tidak Dipakai</i>
13	0.505	Dipakai
15	0.385	<u>Direvisi</u>
16	0.674	Dipakai
22	0.197	<i>Tidak Dipakai</i>

Reliabilitas : 0.4692

Derajat Reliabilitas : Alpha Cronbach = 0.685 (Reliabilitas Sedang)

Lampiran 5

Alat Ukur Lengkap

KATA PENGANTAR

Kami dari Fakultas Psikologi Universitas Kristen Maranatha Bandung akan mengadakan penelitian mengenai strategi penanggulangan stres pada Orang dengan HIV/AIDS (Odha) di Yayasan “X” Bandung.

Kuesioner ini berisikan beberapa daftar pertanyaan yang berhubungan dengan penelitian yang akan kami lakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bentuk strategi penanggulangan stres yang digunakan oleh Orang dengan HIV/AIDS (Odha) di Yayasan “X” Bandung, dalam mengatasi tekanannya.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka kami mohon kesediaan Saudara untuk meluangkan sedikit waktu mengisi kuesioner ini. Data yang diperoleh nantinya akan sangat berguna bagi penelitian yang kami lakukan. Harapan kami, kuesioner ini diisi dengan sebenar-benarnya dan sejujurnya. Saudara tidak perlu khawatir atau takut karena kami akan menjamin kerahasiaan identitas ataupun jawaban Saudara.

Atas kesediaan Saudara, kami ucapkan terima kasih.

Hormat kami,

Peneliti

DATA PENUNJANG

Isilah pertanyaan di bawah ini dengan singkat dan jelas sesuai dengan keadaan Saudara.

1. Sudah berapa lama Saudara mengetahui status HIV+ ? _____
2. Penyakit / keadaan apa yang dialami saat Saudara dinyatakan positif HIV ?

3. Bagaimana kondisi psikis / perasaan Saudara setelah mengetahui status HIV+?

4. Apa yang Saudara cemas setelah mengetahui status HIV+ ?

5. Apa perubahan yang paling Saudara rasakan semenjak mengetahui status HIV+?

6. Bagaimana reaksi keluarga setelah mengetahui Saudara terinfeksi virus HIV ?

7. Apa yang Saudara harapkan dari keluarga setelah terinfeksi virus HIV ?

8. Bagaimana reaksi orang-orang di lingkungan sekitar yang signifikan (misalnya: tetangga, teman-teman, rekan sekerja, atasan, guru/dosen) saat mengetahui Saudara terinfeksi virus HIV ? _____

9. Bagaimana kondisi kesehatan Saudara saat ini ?

10. Akibat apa dari virus ini yang dirasa sangat mengganggu fisik Saudara ?

11. Cara apa yang telah Saudara lakukan untuk menanggulangi virus HIV ini ?

12. Dapatkah Saudara jelaskan, seberapa besar virus HIV mempengaruhi kehidupan Saudara ? _____

13. Harapan apa yang ada dalam diri Saudara dalam menghadapi penyakit ini ?

ANGKET STRATEGI PENANGGULANGAN STRES

Setiap orang memiliki reaksi yang berbeda dalam menghadapi masalah atau situasi yang tidak menyenangkan (stres). Dalam angket ini disajikan 67 pernyataan yang menggambarkan berbagai cara dalam menghadapi atau mengatasi stres yang berkaitan dengan penyakit HIV/AIDS.

Saudara diminta untuk memilih jawaban yang tersedia dengan memberi tanda silang (**X**) pada salah satu dari empat alternatif jawaban sebagai berikut:

- a. Beri tanda silang pada kolom **sering sekali** jika strategi tersebut seringkali digunakan dan diutamakan ketika Saudara menanggulangi stres.
- b. Beri tanda silang pada kolom **sering** jika strategi tersebut kadang digunakan dan bukan strategi utama.
- c. Beri tanda silang pada kolom **jarang** jika strategi tersebut jarang digunakan.
- d. Beri tanda silang pada kolom **sangat jarang** jika strategi tersebut sangat jarang digunakan.

Tidak ada jawaban yang salah. Jawaban yang diminta adalah sesuai dengan apa yang Saudara lakukan, pikirkan atau rasakan dalam situasi ketika Saudara berusaha menghadapi atau mengatasi masalah sehubungan dengan penyakit HIV/AIDS yang Saudara derita. Apabila jawaban yang tersedia kurang dapat menggambarkan cara Saudara dalam menghadapi atau mengatasi masalah dengan tepat, pilihlah yang paling mendekati.

Terima kasih atas kesediaan Saudara untuk mengisi angket ini dan selamat bekerja.

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat Jarang
1.	Saya memikirkan dengan cermat langkah yang akan dilakukan selanjutnya.				
2.	Saya mencoba menganalisis masalah agar dapat memahaminya lebih baik.				
3.	Saya berusaha menyibukkan diri dengan berbagai kegiatan, agar dapat mengalihkan perhatian dari situasi ini.				
4.	Saya merasa waktu bisa mengubah keadaan, sehingga yang bisa dilakukan hanyalah menunggu.				
5.	Saya berkompromi untuk mendapat hal yang positif dari situasi ini.				
6.	Saya melakukan sesuatu yang mungkin tidak bermanfaat, namun setidaknya saya telah berbuat sesuatu.				
7.	Saya mencoba mencari orang yang tepat untuk mengubah pemikiran mereka.				
8.	Saya berbicara dengan seseorang untuk memperoleh jalan keluar dari situasi ini.				
9.	Saya mengkritik dan menasehati diri sendiri.				
10.	Saya berharap akan terjadi keajaiban.				
11.	Saya merasa, terkadang nasib tidak berpihak pada diri saya.				
12.	Saya mencoba memendam perasaan sendiri.				
13.	Saya mencoba melihat keadaan dari sisi yang positif.				
14.	Saya tidur lebih banyak dari biasanya.				
15.	Saya mengungkapkan kekesalan apabila ada orang lain yang mengecewakan.				

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat Jarang
16.	Saya berusaha mencari simpati dan pengertian dari orang lain.				
17.	Saya menghibur diri sendiri untuk menjadikan perasaan lebih baik.				
18.	Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu yang belum pernah dilakukan sebelumnya.				
19.	Saya berusaha untuk melupakan masalah yang sedang dihadapi.				
20.	Saya mencari bantuan seorang profesional untuk mengatasi masalah.				
21.	Saya ingin menjadi seseorang dengan cara hidup yang lebih baik.				
22.	Saya menunggu keadaan apa yang akan terjadi sebelum melakukan tindakan.				
23.	Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan.				
24.	Saya merencanakan kegiatan dan melaksanakannya dengan sungguh-sungguh.				
25.	Saya mengharapkan terjadinya keadaan terbaik di masa depan.				
26.	Saya memandang, diri sendiri sebagai penyebab terjadinya keadaan ini.				
27.	Pengalaman sebelumnya membuat saya dapat menangani masalah secara lebih baik.				
28.	Saya berbicara dengan seseorang yang dapat membantu menangani masalah ini.				
29.	Saya menghindar untuk sementara waktu, mencoba beristirahat atau berlibur.				
30.	Saya berani mengambil tindakan yang beresiko.				
31.	Saya menemukan harapan baru.				
32.	Saya menemukan apa yang penting dalam hidup ini.				

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat Jarang
33.	Saya menghindar dari orang-orang untuk sementara waktu.				
34.	Jangan sampai hal tersebut terjadi pada diri saya; Saya tidak ingin berpikir lebih jauh tentang keadaan buruk yang akan menimpa saya.				
35.	Saya meminta nasehat dari teman atau kerabat yang dianggap dapat membantu.				
36.	Saya menjaga agar orang lain tidak mengetahui hal-hal buruk yang saya alami.				
37.	Saya meringankan keadaan dengan tidak terlalu serius memikirkan masalah.				
38.	Saya berbicara pada seseorang mengenai perasaan yang dialami.				
39.	Saya patuh pada pendirian dan berusaha meraih tujuan.				
40.	Saya menceritakan kepada orang lain tentang keadaan diri saya saat ini.				
41.	Saya belajar dari pengalaman sebelumnya bila menghadapi keadaan yang sama				
42.	Saya mengenal kemampuan sendiri untuk menjadi lebih baik.				
43.	Saya tidak percaya akan mengalami kejadian ini.				
44.	Saya menerima keadaan ini, karena merasa tidak ada lagi yang dapat dilakukan.				
45.	Saya mencoba menjaga pikiran agar tidak terganggu oleh masalah-masalah lain.				
46.	Saya berharap dapat mengubah keadaan yang dialami.				
47.	Saya mengubah sesuatu tentang diri saya.				
48.	Saya berkhayal memperoleh sesuatu yang lebih baik.				

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat Jarang
49.	Saya berharap keadaan ini dapat menghilang atau berakhir.				
50.	Saya berangan-angan atau berharap keadaan dapat berubah menjadi lebih baik.				
51.	Saya berdoa.				
52.	Saya mempersiapkan diri saya untuk menghadapi kemungkinan terburuk.				
53.	Saya mengkaji kembali apa yang akan diucapkan atau dilakukan.				
54.	Saya membayangkan tentang bagaimana orang yang saya kagumi mengatasi keadaan ini dan menjadikan itu sebagai contoh.				
55.	Saya mencoba untuk melihat keadaan dari sudut pandang orang lain.				
56.	Saya mengingatkan diri sendiri tentang keadaan buruk yang mungkin terjadi.				
57.	Saya melakukan jogging atau berolah raga.				

ANGKET DERAJAT STRES
PETUNJUK PENGISIAN

Di bawah ini terdapat pernyataan-pernyataan yang menggambarkan kondisi-kondisi tertentu. Saudara diminta untuk membaca dan memahami setiap pernyataan dengan sebaik-baiknya, kemudian Saudara diminta untuk memilih salah satu jawaban dari setiap pernyataan tersebut dengan cara memberi tanda silang (X) pada salah satu dari empat alternatif jawaban, sebagai berikut :

- a. Beri tanda silang pada kolom **sering sekali** jika strategi tersebut seringkali digunakan dan diutamakan ketika Saudara menanggulangi stres.
- b. Beri tanda silang pada kolom **sering** jika strategi tersebut kadang digunakan dan bukan strategi utama.
- c. Beri tanda silang pada kolom **jarang** jika strategi tersebut jarang digunakan.
- d. Beri tanda silang pada kolom **sangat jarang** jika strategi tersebut sangat jarang digunakan.

Tidak ada jawaban yang salah. Semua jawaban adalah benar jika sesuai dengan keadaan diri Saudara. Saudara dimohon untuk menjawab semua pernyataan yang ada.

Perhatikan:

Mohon memberikan jawaban sesuai dengan keadaan Saudara ketika memikirkan atau merasakan penyakit HIV/AIDS.

No.	Pernyataan	Sering sekali	Sering	Jarang	Sangat jarang
1.	Saya merasa malu bila orang lain mengetahui keada kesehatan saya yang sesungguhnya				
2.	Saya merasa bahwa hidup saya sudah tidak berarti lagi.				
3.	Saya menyesal dengan kondisi yang saya alami sekarang ini.				
4.	Saya marah pada penyakit HIV/AIDS yang saya derita.				
5.	Saya menjadi susah tidur ketika kondisi tubuh sedang melemah.				
6.	Saya malas menjalin relasi dengan orang baru.				
7.	Saya akan merasa sakit kepala jika memikirkan masa depan saya.				
8.	Saya tidak peduli akan diskriminasi dari orang-orang yang mengetahui status saya.				
9.	Saya merasa sulit untuk berkonsentrasi pada pekerjaan yang sedang dikerjakan.				
10.	Keadaan kesehatan diri saya membuat tidak nyaman dan membatasi ruang gerak pergaulan dengan orang-orang sekitar.				
11.	Penyakit ini menjadi penghambat bagi saya untuk mengaktualisasikan diri di lingkungan.				
12.	Saya sulit untuk memberi perhatian pada tugas-tugas saya.				
13.	Saya sering lupa untuk mengingat suatu hal tertentu.				
14.	Saya sering mengeluh karena rasa sakit yang saya alami.				
15.	Saya takut tidak ada yang mau menikah dengan saya, sehingga tidak dapat memiliki keturunan.				

Lampiran 5

Skoring Strategi Penanggulangan Stres Berdasarkan Item

S	<i>Distancing</i>								<i>Self Control</i>										<i>Seeking Social Support</i>							<i>Accepting Responsibility</i>							
	3	4	19	22	26	34	44	Σ	11	12	17	36	37	45	52	53	54	55	56	Σ	8	16	20	28	35	38	40	Σ	9	21	23	47	Σ
1	2	0	3	0	3	3	0	11	2	1	2	0	3	2	3	3	2	2	23	3	2	1	3	3	3	3	18	2	3	3	0	8	
2	2	0	1	1	2	2	2	10	1	2	2	0	1	2	2	2	3	3	20	2	0	3	2	3	2	2	14	3	3	2	2	10	
3	2	1	1	1	2	1	2	10	2	1	2	2	2	0	2	0	1	3	3	18	3	1	3	3	3	0	16	1	2	2	0	5	
4	3	3	2	2	3	1	3	17	2	2	2	2	1	3	3	3	2	2	3	25	3	1	2	2	2	2	2	14	2	3	2	1	8
5	2	0	1	2	3	2	2	12	1	2	3	3	1	2	2	2	3	3	24	2	1	1	2	3	2	3	14	3	3	2	2	10	
6	1	2	0	1	3	1	0	8	0	1	2	2	2	1	3	3	3	3	23	2	1	1	2	2	3	2	13	3	3	3	3	12	
7	3	0	3	1	3	3	3	16	3	0	3	3	3	3	2	3	3	2	28	3	1	3	3	3	3	3	19	3	3	3	2	11	
8	3	0	1	2	3	2	2	13	0	2	3	2	3	3	3	2	2	1	3	24	2	1	2	3	3	3	17	1	3	3	2	9	
9	3	3	2	2	2	1	2	15	3	3	2	2	2	1	2	2	1	2	3	23	1	2	1	2	2	1	11	3	2	2	2	9	
10	3	3	3	3	3	3	2	20	3	1	3	3	3	2	3	3	2	2	3	28	3	1	1	3	3	3	1	15	3	3	2	2	10
11	3	1	3	2	3	2	3	17	3	3	3	3	3	3	1	3	3	3	2	30	3	2	1	3	3	2	2	16	3	3	2	3	11
12	2	1	1	1	3	1	2	11	0	0	3	2	2	2	2	3	2	3	21	3	1	2	3	3	3	3	18	1	3	3	2	9	
13	3	3	2	3	3	3	3	20	2	2	3	3	3	2	3	3	3	3	30	1	3	2	3	2	3	3	17	2	3	2	3	10	
14	1	1	3	3	3	2	3	16	3	3	3	3	3	2	2	3	3	3	31	3	2	2	3	3	3	3	19	2	2	2	2	8	
15	3	2	2	1	3	0	2	13	3	3	3	3	2	2	2	1	3	2	26	2	3	3	3	3	3	3	20	2	2	2	2	8	
16	1	1	0	2	3	2	2	11	0	2	2	3	2	3	3	3	3	1	2	24	2	1	2	2	2	2	1	12	1	3	2	1	7
17	0	1	0	1	2	0	1	5	3	1	0	3	1	0	1	0	1	1	1	12	2	3	1	1	1	1	1	10	0	2	1	1	4
18	1	1	2	2	1	1	1	9	2	0	2	1	1	2	2	1	0	1	2	14	0	1	1	1	1	2	2	8	1	1	1	1	4
19	1	2	1	1	2	0	2	9	1	2	2	2	1	2	2	2	2	1	2	19	2	2	2	2	1	2	2	13	0	1	2	2	5

S	<i>Escape Avoidance</i>											<i>Positif Reappraisal</i>						<i>Planfull Problem</i>									<i>Confrontative Coping</i>					
	10	14	29	33	43	46	48	49	50	57	Σ	5	13	31	32	51	Σ	1	2	18	24	25	27	41	42	Σ	6	7	15	30	39	Σ
1	2	2	2	2	2	1	0	0	0	1	12	1	3	3	3	2	12	3	3	2	3	3	3	3	3	23	2	1	1	0	3	7
2	0	3	1	2	1	1	0	0	0	2	10	1	3	2	3	2	11	2	2	2	2	2	2	2	1	15	1	2	1	1	2	7
3	2	1	1	0	2	0	1	1	2	1	11	1	2	3	2	2	10	2	2	2	1	3	2	1	1	14	2	0	2	1	1	6
4	2	1	1	1	1	3	1	3	3	2	18	3	3	2	2	3	13	3	3	2	2	3	2	2	2	19	2	2	1	1	2	8
5	0	2	1	1	3	1	0	0	0	2	10	1	3	3	3	2	12	2	2	3	2	3	3	3	2	20	1	2	1	2	3	9
6	0	0	1	0	2	0	2	1	1	2	9	3	3	3	3	3	15	2	3	3	3	3	3	3	3	23	2	1	2	2	3	10
7	3	3	3	2	2	3	2	2	2	2	24	3	3	3	3	3	15	3	3	3	2	3	3	3	3	23	3	3	1	2	3	12
8	2	3	2	1	2	1	0	0	0	3	14	3	3	3	3	3	15	3	3	2	2	3	3	3	2	21	3	2	1	2	2	10
9	3	0	1	1	3	1	2	2	2	2	17	2	3	1	2	3	11	2	3	2	1	0	2	1	2	13	3	1	1	2	1	8
10	3	3	3	3	3	2	1	3	1	2	24	3	3	2	3	3	14	3	3	2	2	3	2	2	2	19	2	1	1	3	3	10
11	3	3	1	3	3	2	3	2	2	3	25	3	3	2	2	3	13	3	2	2	3	3	2	3	3	21	2	2	1	2	1	8
12	2	2	2	1	1	0	2	0	2	1	13	1	3	3	3	3	13	2	2	2	2	2	3	3	3	19	1	1	0	1	3	6
13	3	0	3	3	2	2	3	3	3	3	25	3	2	3	3	3	14	2	1	2	3	3	3	3	3	20	3	2	3	3	3	14
14	3	0	2	1	3	1	3	3	3	3	22	2	3	3	3	3	14	3	3	3	1	3	3	3	3	22	3	1	3	3	2	12
15	2	3	2	1	3	1	1	1	1	3	18	1	3	2	3	3	12	3	3	2	2	2	3	3	2	20	2	1	2	1	2	8
16	0	3	1	1	1	1	0	0	0	2	9	1	3	1	3	3	11	2	2	0	0	1	2	2	2	11	0	2	1	0	1	4
17	0	2	0	3	3	2	2	3	3	0	18	1	0	0	2	2	5	1	1	0	1	3	1	2	2	11	1	2	3	3	0	9
18	2	1	1	2	1	2	1	0	1	2	13	2	1	2	2	2	9	1	2	2	1	0	2	1	1	10	2	1	0	0	2	5
19	0	1	1	1	3	1	2	1	2	2	14	2	2	1	2	1	8	2	2	2	2	1	2	1	3	15	1	2	0	2	2	7

Lampiran 6

Data Aspek dan Dimensi dalam Strategi Penanggulangan Stres

Tabel 6.1. SPS Terfokus Emosi

S	Distancing		Self Control		Seeking Social Support		Accepting Responsibility		Escape Avoidance		Positif Reappraisal		Terfokus Emosi	
	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Rata-rata
1	11	Rendah	23	Rendah	18	Tinggi	8	Rendah	12	Rendah	12	Tinggi	84	1.90
2	10	Rendah	20	Rendah	14	Rendah	10	Tinggi	10	Rendah	11	Rendah	75	1.70
3	10	Rendah	18	Rendah	16	Tinggi	5	Rendah	11	Rendah	10	Rendah	70	1.59
4	17	Tinggi	25	Tinggi	14	Rendah	8	Rendah	18	Tinggi	13	Tinggi	95	2.15
5	12	Rendah	24	Tinggi	14	Rendah	10	Tinggi	10	Rendah	12	Tinggi	82	1.86
6	8	Rendah	23	Rendah	13	Rendah	12	Tinggi	9	Rendah	15	Tinggi	80	1.81
7	16	Tinggi	28	Tinggi	19	Tinggi	11	Tinggi	24	Tinggi	15	Tinggi	113	2.56
8	13	Tinggi	24	Tinggi	17	Tinggi	9	Tinggi	14	Tinggi	15	Tinggi	92	2.09
9	15	Tinggi	23	Rendah	11	Rendah	9	Tinggi	17	Tinggi	11	Rendah	86	1.95
10	20	Tinggi	28	Tinggi	15	Tinggi	10	Tinggi	24	Tinggi	14	Tinggi	111	2.52
11	17	Tinggi	30	Tinggi	16	Tinggi	11	Tinggi	25	Tinggi	13	Tinggi	112	2.54
12	11	Rendah	21	Rendah	18	Tinggi	9	Tinggi	13	Rendah	13	Tinggi	85	1.93
13	20	Tinggi	30	Tinggi	17	Tinggi	10	Tinggi	25	Tinggi	14	Tinggi	116	2.70
14	16	Tinggi	31	Tinggi	19	Tinggi	8	Rendah	22	Tinggi	14	Tinggi	110	2.50
15	13	Tinggi	26	Tinggi	20	Tinggi	8	Rendah	18	Tinggi	12	Tinggi	97	2.20
16	11	Rendah	24	Tinggi	12	Rendah	7	Rendah	9	Rendah	11	Rendah	74	1.68
17	5	Rendah	12	Rendah	10	Rendah	4	Rendah	18	Tinggi	5	Rendah	54	1.22
18	9	Rendah	14	Rendah	8	Rendah	4	Rendah	13	Rendah	9	Rendah	57	1.29
19	28	Tinggi	19	Rendah	13	Rendah	5	Rendah	14	Tinggi	8	Rendah	87	1.97

Tabel 6.2. SPS Terfokus Masalah

S	<i>Planfull Problem</i>		<i>Confrontative Coping</i>		Terfokus Emosi	
	Σ	Kategori	Σ	Kategori	Σ	Rata-rata
1	23	Tinggi	7	<i>Rendah</i>	30	2.30
2	15	<i>Rendah</i>	7	<i>Rendah</i>	22	1.69
3	14	<i>Rendah</i>	6	<i>Rendah</i>	20	1.54
4	19	Tinggi	8	Tinggi	27	2.07
5	20	Tinggi	9	Tinggi	29	2.23
6	23	Tinggi	10	Tinggi	33	2.53
7	23	Tinggi	12	Tinggi	35	2.69
8	21	Tinggi	10	Tinggi	31	2.38
9	13	<i>Rendah</i>	8	Tinggi	21	1.61
10	19	Tinggi	10	Tinggi	29	2.23
11	21	Tinggi	8	Tinggi	29	2.23
12	19	Tinggi	6	<i>Rendah</i>	25	1.92
13	20	Tinggi	14	Tinggi	34	2.61
14	22	Tinggi	12	Tinggi	34	2.61
15	20	Tinggi	8	Tinggi	28	2.15
16	11	<i>Rendah</i>	4	<i>Rendah</i>	15	1.15
17	11	<i>Rendah</i>	9	Tinggi	20	1.53
18	10	<i>Rendah</i>	5	<i>Rendah</i>	15	1.15
19	15	<i>Rendah</i>	7	<i>Rendah</i>	22	1.69

Lampiran 7

Strategi Penanggulangan Stres

S	Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Kategori
	Rata-rata	Rata-rata	
1	1.90	2.30	Terfokus Masalah
2	1.70	1.69	Seimbang Terfokus Masalah dan Emosi
3	1.59	1.54	Terfokus Emosi
4	2.15	2.07	Terfokus Emosi
5	1.86	2.23	Terfokus Masalah
6	1.81	2.53	Terfokus Masalah
7	2.56	2.69	Terfokus Masalah
8	2.09	2.38	Terfokus Masalah
9	1.95	1.61	Terfokus Emosi
10	2.52	2.23	Terfokus Emosi
11	2.54	2.23	Terfokus Emosi
12	1.93	1.92	Seimbang Terfokus Masalah dan Emosi
13	2.70	2.61	Terfokus Emosi
14	2.50	2.61	Terfokus Masalah
15	2.20	2.15	Seimbang Terfokus Masalah dan Emosi
16	1.68	1.15	Terfokus Emosi
17	1.22	1.53	Terfokus Masalah
18	1.29	1.15	Terfokus Emosi
19	1.97	1.69	Terfokus Emosi

Lampiran 9

Data Penunjang

Tabel 9.1. Tabulasi Silang SPS dengan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
Pria	Σ	6	7	3	16
	%	31.6 %	31.6 %	15.8 %	84.2%
Wanita	Σ	3	-	-	3
	%	15.8 %	-	-	15.8%

Tabel 9.2. Tabulasi Silang SPS dengan Usia Responden

Usia Responden (tahun)		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
20-25	Σ	2	3	3	8
	%	10.5%	15.8 %	15.8 %	42.1%
26-30	Σ	7	3	-	10
	%	36.8 %	15.8%	-	52.6%
> 30	Σ	-	1	-	1
	%	-	5.3 %	-	5.3 %

Tabel 9.3. Tabulasi Silang SPS dengan Lamanya Telah Mengetahui Status HIV+

Lamanya Mengetahui Status (tahun)		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
< 1	Σ	3	2	-	5
	%	15.8 %	10.5 %	-	26.2%
1 - 2	Σ	4	4	2	10
	%	21.1 %	21.1%	10.5 %	52.7%
> 2	Σ	2	1	1	4
	%	10.5 %	5.3 %	5.3 %	21.1%

Tabel 9.4. Tabulasi Silang SPS dengan Pendidikan Terakhir Responden

Pendidikan Terakhir		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
SMU	Σ	6	3	3	12
	%	31.6 %	15.8 %	15.8 %	63.2%
Sarjana	Σ	3	4	-	7
	%	15.8%	21.0 %	-	36.8%

Tabel 9.5. Tabulasi Silang SPS dengan Pekerjaan Responden

Pekerjaan Responden	Jenis Strategi			Total	
	Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi		
Pekerja Sosial	∑	4	3	1	8
	%	21.1%	15.7%	5.3%	
Menganggur	∑	4	2	-	6
	%	21.1%	10.5%	-	21%
Konselor	∑	-	2	-	2
	%	-	10.5%	-	10.5%
Pegawai	∑	1	-	2	3
	%	5.3%	-	10.5%	15.8%

Tabel 9.6. Tabulasi Silang SPS dengan Status Pernikahan

Status (tahun)	Jenis Strategi			Total	
	Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi		
Belum Menikah	∑	7	5	3	15
	%	36.8%	26.3 %	15.7%	78.9%
Menikah	∑	2	1	-	3
	%	10.5%	5.3%	-	15.8%
Duda	∑	-	1	-	1
	%	-	5.3%	-	5.3 %

Tabel 9.7. Tabulasi Silang SPS dengan Kondisi Kesehatan Responden Sekarang ini

Kondisi Kesehatan	Jenis Strategi			Total	
	Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi		
Sehat	∑	6	5	1	12
	%	31.5%	26.3%	5.3%	63.1%
Mudah terserang penyakit	∑	3	2	2	7
	%	15.7%	10.5%	10.5%	36.7%

Tabel 9.8. Tabulasi Silang SPS dengan Cara yang Dilakukan Untuk Menanggulangi Virus HIV

Cara yang Dilakukan	Jenis Strategi			Total	
	Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi		
Terapi obat ARV	∑	4	5	1	10
	%	21.1%	26.3%	5.3 %	52.6%
Pola hidup sehat	∑	3	1	1	5
	%	15.7%	5.3%	5.3%	26.3%
Konseling /konsultasi	∑	2	1	1	4
	%	10.5%	5.3%	5.3%	21.1%

Tabel 9.9. Tabulasi Silang SPS dengan Perubahan yang Dirasakan Semenjak mengetahui Status

Perubahan yang Paling Dirasa		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
Penurunan Daya Tahan Tubuh	∑	3	-	1	4
	%	15.8%	-	5.3 %	21.1%
Pola Hidup Menjadi Lebih Sehat	∑	3	3	1	10
	%	15.8 %	15.8 %	5.3%	52.5%
Sensitif (perasa)	∑	2	1	1	4
	%	10.5 %	5.3 %	5.3 %	21.1%
Hidup Tidak Bersemangat	∑	-	1	-	1
	%	-	5.3 %	-	5.3%

Tabel 9.10. Tabulasi Silang SPS dengan Kecemasan Setelah mengetahui Status HIV+

Kecemasan		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
Hubungan relasi sosial	∑	5	5	3	13
	%	26.3%	26.3%	15.8 %	68.4%
Kematian	∑	3	1	-	4
	%	15.8%	5.3 %	-	21.1%
Sakit	∑	1	-	-	1
	%	5.3%	-	-	5.3%
Tidak Cemas Sama Sekali	∑	-	1	-	1
	%	-	5.3%	-	5.3%

Tabel 9.11. Tabulasi Silang SPS dengan Reaksi Keluarga Saat mengetahui mengenai Status

Reaksi Keluarga		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
Menerima & mendukung	∑	4	5	3	12
	%	21.1%	26.3 %	15.8 %	63.2%
Terkejut	∑	3	1	-	4
	%	15.8 %	15.8%	-	21.1%
Biasa saja	∑	1	1	-	2
	%	5.3%	5.3%	-	10.5%
Menjauh	∑	1	-	-	1
	%	5.3%	-	-	5.3%

Tabel 9.12. Tabulasi Silang SPS dengan Reaksi Orang-orang di Sekitar Responden

Reaksi Orang-orang		Jenis Strategi			Total
		Terfokus Emosi	Terfokus Masalah	Seimbang terfokus Masalah dan Emosi	
Diskriminasi	∑	6	1	2	9
	%	31.6%	5.3%	10.5%	47.4%
Tidak terlalu signifikan	∑	1	4	1	6
	%	5.3%	21.1%	5.3%	31.6%
Memberi dukungan	∑	2	2	-	4
	%	10.5%	10.5%	-	21.1%

Lampiran 11

KISI-KISI ALAT UKUR STRATEGI PENANGGULANGAN STRES

Aspek Strategi Penanggulangan Stres	Dimensi	Indikator	Item
1. Emotion Focused Coping	- <i>Distancing</i>	- Menerima masalah dan menunggu masalah selesai dengan sendirinya - Tetap melakukan aktivitas dan mengabaikan masalah	4. Saya merasa waktu akan mengubah segala sesuatu, satu hal yang dilakukan hanyalah menunggu. 24. Saya menunggu keadaan apa yang akan terjadi sebelum melakukan tindakan. 3. Saya berusaha menyibukkan diri dengan berbagai kegiatan, agar dapat mengalihkan perhatian dari situasi ini. 21. Saya berusaha untuk melupakan masalah yang sedang dihadapi. 41. Jangan sampai hal tersebut terjadi pada diri saya; Saya tidak ingin berpikir lebih jauh tentang keadaan buruk yang akan menimpa saya.
	- <i>Self control</i>	- Menerima masalah sebagai kehendak Tuhan - Memendam perasaan sendiri - Mensugesti diri sendiri	29. Saya menyadari, diri sendirilah yang menjadi penyebab terjadinya masalah. 53. Saya menerima keadaan ini, karena merasa tidak ada lagi yang dapat dilakukan. 12. Saya merasa, terkadang nasib tidak berpihak pada diri saya. 14. Saya mencoba memendam perasaan sendiri. 43. Saya menjaga agar orang lain tidak mengetahui hal-hal buruk yang saya alami. 19. Saya menghibur diri sendiri agar perasaan menjadi

	<p>- <i>Seeking social support</i></p>	<p>- Menjaga pikiran dan tingkah laku</p> <p>- Melihat masalah dari sudut pandang orang lain</p> <p>- Mempersiapkan diri menerima hal buruk</p> <p>- Berbicara pada seseorang untuk mencari dukungan</p>	<p>lebih baik.</p> <p>35. Saya menghibur diri sendiri agar perasaan menjadi lebih baik.</p> <p>44. Saya meringankan keadaan dengan tidak terlalu serius memikirkan masalah.</p> <p>54. Saya mencoba menjaga pikiran agar tidak terganggu oleh masalah-masalah lain.</p> <p>62. Saya mengkaji kembali apa yang akan diucapkan atau dilakukan.</p> <p>63. Saya membayangkan tentang bagaimana orang yang saya kagumi mengatasi keadaan ini dan menjadikan itu sebagai contoh.</p> <p>64. Saya mencoba untuk melihat keadaan dari sudut pandang orang lain.</p> <p>61. Saya mempersiapkan diri untuk menghadapi kemungkinan terburuk.</p> <p>65. Saya mengingatkan diri sendiri tentang keadaan buruk yang mungkin terjadi</p> <p>8. Saya berbicara dengan seseorang untuk memperoleh jalan keluar dari situasi ini.</p> <p>18. Saya berusaha mencari simpati dan pengertian dari orang lain.</p> <p>22. Saya mencari bantuan seorang profesional untuk mengatasi masalah.</p> <p>31. Saya berbicara dengan seseorang yang dapat membantu menangani masalah ini</p> <p>42. Saya meminta nasehat dari teman atau kerabat yang dianggap dapat membantu.</p> <p>45. Saya berbicara pada seseorang mengenai perasaan</p>
--	--	--	---

	<p><i>-Accepting responsibility</i></p> <p><i>-Escape avoidance</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Mengkritik diri sendiri - Melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan - Sadar dan berjanji pada diri sendiri - Mengharapkan keajaiban - Berharap dapat mengubah kondisi yang terjadi - Usaha untuk melarikan diri dari masalah - Menolak mengalami tekanan - Harapan mengenai jalan keluar 	<p>yang dialami.</p> <p>47. Saya menceritakan kepada orang lain mengenai keadaan yang saya hadapi</p> <p>9. Saya mengkritik dan menasehati diri sendiri.</p> <p>25. Saya meminta maaf atau melakukan sesuatu untuk memperbaiki keadaan</p> <p>56. Saya mengubah sesuatu tentang diri saya.</p> <p>23. Saya berubah sebagai pribadi dengan cara hidup yang lebih baik.</p> <p>51. Saya berjanji pada diri sendiri bahwa keadaan akan lebih baik di waktu yang akan datang.</p> <p>11. Saya berharap akan terjadi keajaiban.</p> <p>55. Saya berharap dapat mengubah segala hal yang telah terjadi atau apa yang dirasakan.</p> <p>16. Saya tidur lebih banyak dari biasanya.</p> <p>32. Saya menghindari untuk sementara waktu, mencoba beristirahat atau berlibur.</p> <p>33. Saya mencoba untuk membuat perasaan menjadi lebih baik dengan cara makan yang banyak, minum, merokok, meminum obat secara teratur</p> <p>40. Saya menghindari dari orang-orang untuk sementara waktu.</p> <p>13. Saya tetap menjalani hidup, seperti tidak terjadi apa-apa.</p> <p>50. Saya tidak percaya akan mengalami kejadian ini.</p> <p>57. Saya berkhayal atau membayangkan waktu atau</p>
--	---	---	---

	<p>- <i>Confrontative coping</i></p>	<ul style="list-style-type: none"> - Membuat alternatif penyelesaian masalah - Belajar dari pengalaman masa lalu - Melakukan yang belum tentu bermanfaat dan beresiko - Mencari orang yang bertanggung jawab dan mengungkapkan rasa marah - Membuka diri - Berpegang pada pendirian 	<p>1. Saya memikirkan dengan cermat langkah yang akan dilakukan selanjutnya. 20. Saya terinspirasi untuk melakukan sesuatu yang belum pernah dilakukan sebelumnya</p> <p>27. Saya mengharapkan terjadinya keadaan terbaik di masa depan. 30. Pengalaman sebelumnya membuat saya dapat menangani masalah secara lebih baik. 48. Saya belajar dari pengalaman sebelumnya bila menghadapi keadaan yang sama</p> <p>6. Saya melakukan sesuatu yang mungkin tidak bermanfaat, namun setidaknya saya telah berbuat sesuatu. 34. Saya berani mengambil tindakan yang beresiko. 7. Saya mencoba mencari orang yang tepat untuk mengubah pemikiran mereka 17. Saya mengungkapkan rasa marah pada orang yang menimbulkan masalah.</p> <p>28. Saya mengungkapkan perasaan-perasaan.</p> <p>37. Saya mempertahankan harga diri dan tetap tabah. 46. Saya berpegang pada pendirian dan berjuang untuk meraih sesuatu yang dikehendaki.</p>
--	--------------------------------------	---	--

Lampiran 10. a

Gambaran Responden

S	J.K.	Usia (Tahun)	Lama Mengetahui Status	Pendidikan Terakhir	Pekerjaan	Penyebab Terkena HIV	Masalah Utama	Kondisi Saat ini	Keluhan	Harapan
1	Pria	28	3 tahun	Sarjana	Konselor	Rahasia	Tidak ada	Sehat	Tidak ada	Meninggal dengan damai dan tenang
2	Pria	23	3 tahun	SMA	Pegawai kesehatan	Jarum Suntik	Tidak ada	Sakit Mencret	Tidak ada	Tidak masuk tahap infeksi oportunistik
3	Pria	27	2 tahun	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Relasi dengan Masyarakat	Sehat	Kelelahan	Menjadi negatif HIV
4	Pria	24	4 tahun	Sarjana	Menganggur	Jarum Suntik	Relasi dengan Masyarakat	Baik	Penyakit	Hidup tenang
5	Pria	24	2 tahun	Sarjana	Menganggur	Jarum Suntik	Tidak ada	Turun naik	Tidak ada	Dapat menjaga kesehatan
6	Pria	30	1 tahun	Sarjana	Konselor	Rahasia	Tidak ada	Sehat	Sering masuk angin	Berbuat kebaikan sekali setiap hari
7	Pria	27	6 bulan	Sarjana	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Relasi dengan Masyarakat	Sehat	Tidak ada	Virus ini tidak berkembang terus
8	Pria	31	1 bulan	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Pekerjaan	Sehat	Tidak ada	Tetap hidup sehat
9	Wanita	27	7 bulan	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Aktivitas sehari-hari	Sehat	Tidak ada	Mujizat dari Tuhan

10	Pria	27	9 bulan	Sarjana	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Tidak ada	Sehat	Tidak ada	Berguna bagi masyarakat
11	Pria	30	1 tahun	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Relasi dengan Masyarakat	Sehat	Tidak ada	Sembuh
12	Pria	20	2 tahun	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Aktivitas sehari-hari	Sehat	Sakit Liver chronic	Dapat bertahan
13	Wanita	27	7 bulan	SMA	Menganggur	Jarum Suntik	Pekerjaan	Sehat	Kelelahan	Dapat bertahan
14	Pria	24	2 tahun	SMA	Pekerja sosial	Jarum Suntik	Relasi dengan Keluarga	Sehat	Tidak ada	Dapat bertahan
15	Pria	24	2 tahun	SMA	Pekerja Paruh Waktu	Jarum Suntik	Relasi dengan Masyarakat	Sering flu	Cepat lelah	Tidak ada stigmatisasi
16	Pria	27	3 tahun	SMA	Pegawai Swasta	Transfusi Darah	Relasi dengan Masyarakat	Mudah terserang penyakit	Kesehatan	Tetap kuat
17	Pria	25	6 bulan	SMA	Menganggur	Jarum Suntik	Aktivitas sehari-hari	Menurun	Mudah sakit	Tetap kuat
18	Pria	26	2 tahun	Sarjana	Menganggur	Hubungan Seksual	Relasi dengan Keluarga	Menurun	Mudah sakit	Tidak ada
19	Wanita	22	1 tahun	SMA	Menganggur	Hubungan Seksual	Relasi dengan Masyarakat	Menurun	Mudah sakit	Tidak ada

Lampiran 10. b

Gambaran Responden

Responden 1

Nama : R (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 28 tahun

Pendidikan : Sarjana

S adalah seorang duda dengan 2 orang anak, untuk menghidupi keluarganya S bekerja sebagai konselor. S merahasiakan penyebab ia terkena virus HIV, ia telah mengetahui statusnya selama 3 tahun. Awal mengetahui status ketika S diharuskan untuk *general check-up* di suatu tempat rehabilitasi, hasil pemeriksaan menyatakan bahwa S adalah HIV+. S merasa *down* selama 3 bulan pertama, tetapi setelah itu S sudah bisa menerimanya. Demikian juga dengan keluarganya, pertama kali mereka cukup terkejut, tetapi setelah itu mereka bisa menerima dan mendukung S dengan statusnya sebagai pengidap HIV+. Sampai sekarang tidak ada yang S cemas dalam menghadapi penyakit HIV ini. S memberitahukan perihal penyakitnya hanya kepada orang-orang terdekatnya, seperti keluarga dan komunitas S, dari situlah S mendapat kekuatan dan semangat untuk menjalani hidupnya.

Sekarang S mengubah pola hidupnya menjadi lebih sehat dan mengikuti terapi obat ARV, sehingga sampai pada saat ini S tidak mengalami gangguan fisik apapun dan kondisinya sehat. S merasa yakin bahwa semua ini ada hikmahnya, ia berusaha untuk selalu berpikiran positif untuk menjaga kesehatannya dan menjaga perasaannya jika sedang '*down*'. S memiliki harapan untuk meninggal dengan hati yang bersih dan damai tanpa mengalami rasa sakit yang luar biasa.

Responden 2

Nama : S (Derajat Stres Rendah)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 23 tahun

Pendidikan : SMA

S bekerja sebagai *clinical staff* untuk menghidupi kehidupannya sehari-hari dan status S belum menikah. S terkena virus akibat penggunaan jarum suntik dan telah mengetahui status selama 3 tahun. S merasa *drop* pertama kali mengetahuinya. Sekarang

S merasa daya tahan tubuhnya berubah menjadi lebih menurun, sedangkan sekarang S sedang mengalami sakit 'mencret'. S mencemaskan tidak dapat memiliki keturunan dan diskriminasi dari keluarga. Akan tetapi keluarga S sama sekali tidak menjauhinya, melainkan menerima layaknya seperti orang normal, karena sebelumnya telah mengetahui informasi dasar penyakit HIV/AIDS.

S mengaku beberapa orang ada yang mendiskriminasikannya, tetapi S dapat bersikap biasa saja. Untuk menanggulangi virus dalam tubuhnya, S menjalani terapi ARV dan menjaga kesehatan sebaik mungkin. S berharap agar dirinya tidak sampai masuk ke tahapan AIDS atau infeksi *opportunistik*.

Responden 3

Nama : A (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 27 tahun

Pendidikan : SMA

S terkena virus HIV melalui penggunaan jarum suntik secara bergantian. S mengetahui status semenjak 2 tahun yang lalu, ketika itu pacar S dalam kondisi mengandung, ia mengaku merasa sedih, marah, dan jelek. S merasa cemas memikirkan apakah pacarnya tertular virus ini atau tidak dari dirinya. Namun, saat ini S masih berstatus belum menikah. Keluarga S bersikap biasa-biasa saja ketika mendengar berita tentang penyakit S, S berharap agar keluarganya dapat mendukung dan menerima S dalam segala hal yang mana S kurang mendapatkannya selama ini.

S tidak memberitahu semua orang perihal penyakitnya, agar tidak mengalami masalah dalam berelasi di masyarakat sekitarnya. Kondisi S sekarang sehat, namun S terkadang mengalami kelelahan akibat kurang tidur. S menjalani therapy obat ARV dan menjalani pola hidup yang sehat untuk menanggulangi virus yang ada dalam tubuhnya. Harapan terbesar S adalah menjadi negatif HIV.

Responden 4

Nama : K (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 24 tahun

Pendidikan : Sarjana

S telah mengetahui status selama 4 tahun dan status S belum menikah. S terkena virus melalui penggunaan jarum suntik. Pertama kali mengetahui status, S merasa terkejut dan menjauhkan diri dari lingkungan sekitarnya. S berusaha untuk menyembunyikan perasaannya ketika pertama kali mengetahui status agar keluarganya tidak mengetahui hal tersebut. Namun akhirnya S memberitahu hal tersebut pada kakaknya dan kemudian seluruh keluarga mengetahui perihal penyakitnya. Keluarga S juga pada awalnya merasa terkejut dan prihatin, namun setelah itu dapat menerimanya. S mencemaskan kematian akibat dari penyakit ini. Akan tetapi kondisi S sekarang ini masih sehat, karena sehari-harinya S menjalani hidup sehat. Harapan S adalah bisa menjalani sisa hidupnya dengan tenang dan damai.

Responden 5

Nama : V (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 24 tahun

Pendidikan : Sarjana

S terkena virus HIV akibat dari penggunaan jarum secara bergantian, dan telah mengetahui statusnya kurang lebih selama 2 tahun, status S sekarang belum menikah. Pada awalnya S merasa stres tetapi S sadar harus memperbaiki dirinya agar menjadi lebih baik lagi kualitas hidupnya. S mencemaskan adanya stigma dan diskriminasi dari keluarga, akan tetapi keluarganya dapat berfikir terbuka sehingga bisa menerima S. Teman-teman telah S mengetahui status dan mereka bersikap wajar dan normal di depan S, tanpa menghakimi. S mengaku bahwa ia jarang menemukan masalah diskriminasi dalam kehidupannya. S menganggap bahwa semua itu terjadi biasa-biasa saja.

S menjalani *therapy ARV* selama ini. Kondisi kesehatan S terkadang baik dan buruk, tetapi S belum merasakan gangguan yang sangat besar akibat dari virus HIV ini. S mengaku bahwa dengan adanya virus ini, ia semakin bersyukur dalam kehidupan. S juga memiliki harapan yang besar untuk kuat menjaga kesehatan.

Responden 6

Nama : L (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 30 tahun

Pendidikan : Sarjana

S berkerja sebagai konselor untuk memenuhi kebutuhannya sehari-hari. S berstatus belum menikah. S mengetahui statusnya selama 1 tahun, dan merahasiakan bagaimana caranya ia bisa tertular virus itu, ketika itu S sering sekali masuk angin. S dapat menerima penyakitnya dengan membuat perubahan-perubahan. Setelah mengetahui statusnya S paling mencemaskan keluarganya akan menolaknya, akan tetapi ketika S berterus terang perihal keadaannya, keluarga S bisa menerima dan berfikiran terbuka. Akan tetapi, S merasa bahwa keluarganya telah memiliki kehidupan masing-masing, sehingga S tidak berharap terlalu besar terhadap keluarganya. S juga tidak memberitahukan perihal penyakitnya kepada semua orang, sehingga S tidak terlalu mengalami masalah dengan orang-orang di sekitarnya.

S menjalani terapi obat sehingga kondisi kesehatan S sekarang ini sehat, tetapi S sering mengalami masuk angin akibat virus ini. Penyakit ini telah berpengaruh besar untuk mengubah kehidupan S menjadi lebih baik ke depannya. S bertekad untuk berbuat kebaikan sekali setiap harinya.

Responden 7

Nama : B (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 27 tahun

Pendidikan : Sarjana

S telah mengetahui perihal penyakitnya semenjak 6 bulan yang lalu. S terkena virus melalui penggunaan jarum suntik secara bergantian. Pada awalnya S merasa biasa-biasa saja, akan tetapi sekarang S merasa menjadi lebih sensitif dan lebih menghargai hidup. Saat ini S berstatus belum menikah. Reaksi keluarga S juga biasa saja dan S berharap agar keluarganya dapat bersikap normal. Reaksi teman-teman S, pada awalnya kaget tapi tidak mendiskriminasi.

Setelah mengetahui statusnya, S merasa cemas sekali akan masa depannya dan kematian. Walaupun S bersikap biasa-biasa saja di depan lingkungannya, namun S hampir selalu memikirkan hal tersebut. Kondisi kesehatan S sekarang sehat dan ia mengaku tidak mengalami keluhan fisik yang mengganggu aktivitas S sebagai *social worker* di yayasan 'X'. S berusaha untuk hidup sehat dan tetap semangat setiap harinya. S juga banyak mencari tahu tentang informasi-informasi terkini mengenai AIDS dari teman-temannya sesama Odha. Harapan S supaya virus ini berhenti sampai di sini saja dan tidak ada diskriminasi terhadap Odha.

Responden 8

Nama : T (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 31 tahun

Pendidikan : SMA

S berstatus belum menikah dan bekerja sebagai *social worker* di Yayasan 'X'. S terkena akibat penggunaan jarum suntik, ia mengetahui statusnya baru selama 1 bulan dan ketika itu sedang mengalami flu berkepanjangan. Saat itu S takut untuk melakukan tes HIV, untuk menentukan apakah dirinya positif atau tidak. Namun, atas dukungan teman-temannya yang juga sesama Odha, ia memberanikan diri untuk mengikutinya. Setelah dinyatakan HIV+, S merasa baik-baik saja namun sedikit stres. S mendapat sarana konsultasi baik sebelum dan sesudah melakukan tes yang memang disediakan oleh yayasan tersebut. S mendapatkan informasi yang jelas dan harapan melalui konsultasi tersebut, sehingga sekarang S bekerja di yayasan tersebut.

Beberapa orang di sekitar S masih belum mengetahui status S, sedangkan keluarga S telah mengetahui dan dapat berfikir terbuka sehingga dapat memberikan dukungan moral kepada S. Perubahan yang dialami oleh S adalah kebiasaan hidup sehat yang diutamakan, S juga rajin melakukan konsultasi kesehatan untuk menjaga kondisi tubuhnya agar tetap sehat dan bebas dari keluhan-keluhan fisik. Harapan S ke depan adalah agar dapat tetap hidup sehat dan bertahan selama mungkin.

Responden 9

Nama : D (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Wanita

Usia : 27 tahun

Pendidikan : SMA

S mengetahui statusnya selama 7 bulan belakangan ini, ia tertular akibat pemakaian jarum suntik secara bergantian dengan teman-temannya. Perasaan S waktu itu bingung, takut dan marah. Kecemasan S yang terbesar adalah rasa sakit yang akan dideritanya. Perubahan yang S rasakan sekarang ini adalah badan cepat terasa letih, mudah lemas.

Saat ini S berstatus belum menikah Reaksi keluarga S pertama kali ketika mengetahui mengenai berita ini adalah kaget, antara percaya dan tidak percaya. S berharap agar keluarganya dapat menerima dirinya apa adanya dan bisa diterima kembali,

walaupun sedikit. Sedangkan teman-teman S dapat bersikap wajar-wajar saja kepada S, bahkan memberikan dukungan yang sangat besar.

Sekarang, S bekerja di Lembaga Sosial Masyarakat, dan berada dalam kondisi yang sehat. S berusaha untuk selalu hidup sehat dan berfikiran positif. Harapan S yang terbesar juga untuk mendapat kemujizatan dari Tuhan.

Responden 10

Nama : X (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 27 tahun

Pendidikan : Sarjana

S berstatus telah menikah dan memiliki satu anak. Penyebab S terkena virus ini adalah akibat penggunaan jarum suntik. S telah mengetahui status selama 9 bulan, ketika itu S sedang dalam keadaan sakit dan merasa bingung, tidak percaya, cemas, dan khawatir akan hal itu. Demikian juga dengan keluarga S, mereka kaget (*shock*) mendengar berita tersebut. S tidak mengharapkan apa-apa dari keluarganya, bahkan dukungan sekalipun.

Sekarang S bekerja sebagai pekerja sosial. Kondisi kesehatannya masih normal, ia menggunakan obat ARV, sampai sekarang S belum merasakan adanya keluhan fisik apapun. Harapan S ke depan adalah dapat berguna bagi masyarakat sekitarnya.

Responden 11

Nama : P (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 30 tahun

Pendidikan : SMA

S telah memiliki 2 orang anak dan bekerja sebagai pekerja sosial. S tertular penyakit ini melalui penggunaan jarum suntik secara bergantian. S telah mengetahui statusnya selama 1 tahun, keadaan S waktu itu sedang lemah karena sakit *Tuberculosis* (paru-paru). S pun merasa kaget (*shock*), jiwanya takut untuk menghadapi masa depan. Namun reaksi keluarga S baik-baik saja, S berharap agar keluarganya dapat terus mendoakannya, menjaga kerahasiaan serta kesehatannya.

Beberapa orang di sekitar S melakukan diskriminasi terhadap S, tetapi ada juga yang tidak mendiskriminasikan S. Kondisi S sekarang sehat, ia berusaha untuk terus hidup

sehat dan rajin meminum obat ARV. Harapan dalam diri S yang terbesar adalah untuk sembuh.

Responden 12

Nama : C (Derajat Stres Rendah)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 20 tahun

Pendidikan : SMA

S telah mengetahui statusnya selama dua tahun lebih. S mengaku mengalami depresi ketika dinyatakan HIV+, ketakutan S yang terbesar adalah hubungan dengan lawan jenis, yang akan memberikannya keturunan. Saat ini S berstatus belum menikah. S merasa bahwa keluarganya memberikan dukungan penuh terhadap dirinya, namun S tetap berharap agar keluarganya tidak melebih-lebihkan maupun mengurang-ngurangkan segala sesuatunya. Tidak banyak teman-teman atau saudara-saudara yang mengetahui penyakit S.

Sekarang S bekerja sebagai pekerja sosial dan berada dalam kondisi yang sehat. Namun S telah masuk dalam infeksi oportunistik (IO) dan cukup terganggu oleh penyakit liver chronic. S telah mengubah pola hidupnya menjadi lebih sehat, jauh dari alkohol, obat-obatan, tidak melakukan seks sembarangan dan therapy obat ARV. S merasa virus ini menjadi poin yang telah mengubah kehidupannya yang lama menjadi lebih baik. S berharap bahwa suatu saat nanti, ia dapat bertahan.

Responden 13

Nama : W (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Wanita

Usia : 27 tahun

Pendidikan : SMA

S telah mengetahui statusnya selama 7 bulan. S terkena virus HIV akibat penggunaan jarum suntik secara bergantian. Perasaan S saat pertama kali mengetahui status adalah *shock*, stres, semuanya bercampur aduk. Ketakutan S yang terbesar adalah tidak dapat bersosialisasi, menikah dan memiliki keturunan. Keluarga S pertama kali merasa kaget tapi pada akhirnya dapat menerima. S berharap agar keluarga yang lainnya masih menganggap bahwa dirinya masih ada.

Perubahan dalam diri S adalah ia merasa menjadi lebih tertutup dan pendiam. Kondisi kesehatan S sekarang ini masih normal dan S sangat bersyukur akan itu. Namun S sering merasa mudah letih. Harapan S ke depan adalah untuk dapat bertahan dan berguna bagi masyarakat.

Responden 14

Nama : A (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 24 tahun

Pendidikan : SMA

Anamnesa :

S berstatus telah menikah dan memiliki satu orang anak. S terkena virus HIV akibat penggunaan jarum suntik dan telah mengetahui status selama 2 tahun lamanya. Keadaan S waktu itu sedang sakit TB (*tuberculosis*) dan S merasa putus asa. S merasa takut semenjak saat itu, bahwa ia tidak akan bisa hidup wajar lagi. Reaksi keluarga pada saat itu juga kaget, S tidak berharap banyak dari keluarganya, hanya yang wajar-wajar saja seperti masih memberi makan dan uang saku. S merasa kurang mendapat dukungan dari lingkungan terutama dari keluarganya, sehingga S lebih banyak menghabiskan waktunya di luar, bekerja sebagai pekerja sosial, sehingga dapat membantu orang-orang yang senasib dengan dirinya dan memberantas diskriminasi masyarakat pada Odha. S berharap tidak ada diskriminasi terhadap Odha dari masyarakat sekitar.

Responden 15

Nama : N (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 24 tahun

Pendidikan : SMA

S bekerja sebagai pegawai paruh waktu dan berstatus belum menikah. S telah mengetahui status selama 2 tahun, ketika itu S sedang berada dalam kondisi sering buang air besar (BAB). S menyalahkan dirinya sendiri karena penyakit yang dideritanya. Keluarga S tetap memberikan dukungan terhadap S. Sedangkan orang-orang di sekitar S seperti teman-temannya menjadi mulai menjauhi dirinya. Perubahan yang paling dirasakan oleh diri S adalah menjadi orang yang perasa dan mudah pasrah pada kenyataan yang menimpa dirinya.

Kondisi kesehatan S sekarang ini sering terkena flu dan keluhan S adalah mudah letih atau capai. S merasa kurang semangat untuk menyiapkan masa depannya, ia juga mengikuti konseling untuk mengatasi masalahnya ini. Harapan dalam diri S, agar masyarakat tidak membeda-bedakan Odha.

Responden 16

Nama : D (Derajat Stres Rendah)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 27 tahun

Pendidikan : SMA

S berstatus telah menikah, namun belum memiliki seorang anak. S bekerja sebagai pegawai swasta. S terkena virus ini akibat berhubungan seksual. S telah mengetahui statusnya selama 3 tahun. Kondisi S pada saat itu sedang mengalami gangguan di kepala (toksoplasma). Sikap keluarga S waktu itu terkejut, akan tetapi sekarang mereka sudah bisa menerima S apa adanya. Mengenai orang-orang atau masyarakat di sekitar S, S merasa mereka bersikap wajar-wajar saja. Walaupun ada beberapa yang menjauhi S, tetapi itu tidak diambil pusing olehnya.

S khawatir jika nanti ia tidak ada, istrinya akan sendiri, tetapi untungnya istrinya bisa mandiri dan mendukung kesehatan S sehari-harinya. S berprinsip untuk menjalani hidup apa adanya, mensyukuri apa yang sudah ia dapatkan sekarang. Hal tersebut yang menjadi kekuatan S dalam menjalani hidup kesehariannya.

Responden 17

Nama : U (Derajat Stres Moderat)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 25 tahun

Pendidikan : SMA

S mengetahui status selama 6 bulan lamanya dan terkena virus akibat penggunaan jarum suntik secara bergantian. Pada saat itu, S berada dalam kondisi sakit Hepatitis dan fisiknya melemah. Saat ini S berstatus belum menikah. S takut akan hidupnya ke depan, sehingga hidupnya menjadi tidak semangat. Reaksi keluarga saat ini mendukung dan memberikan pengertian.

Namun reaksi orang-orang di sekitar S mulai menjauh. Kondisi kesehatan S sekarang ini mulai menurun dan mudah sakit. S mengikuti pengobatan untuk

menanggulangi virus ini. S tidak memiliki harapan apa-apa dalam menghadapi penyakitnya.

Responden 18

Nama : B (Derajat Stres Rendah)

Jenis Kelamin : Pria

Usia : 26 tahun

Pendidikan : Sarjana

S telah mengetahui status selama dua tahun dan terkena virus akibat berhubungan seksual. Pada saat itu S dalam kondisi tubuh yang lemas dan kejang-kejang. Saat ini S berstatus belum menikah. Reaksi keluarga S ketika mengetahui berita tersebut adalah menjauh, S berharap agar keluarganya dapat memberikan dukungan bagi dirinya dalam menghadapi penyakitnya. Demikian juga dengan orang-orang di sekitar S mulai menjauhi dirinya. Ketakutan S yang terbesar adalah kematian. Saat ini S mengalami perubahan kondisi kesehatan yang semakin menurun dan mudah sakit. S mengikuti konsultasi untuk menanggulangi virus yang berada dalam tubuhnya. S tidak memiliki harapan apapun dalam menghadapi penyakit ini.

Responden 19

Nama : C (Derajat Stres Tinggi)

Jenis Kelamin : Wanita

Usia : 22 tahun

Pendidikan : SMA

S mengetahui statusnya sebagai pengidap HIV+ selama satu tahun lamanya. Pertama kali mengetahui berita tersebut S berada dalam kondisi yang lemah. S tertular penyakit ini lewat hubungan seksual. S takut kesehatannya akan berangsur-angsur menurun, selain itu S takut relasinya dalam pergaulan sehari-hari maupun dengan lawan jenis akan terganggu karena saat ini S berstatus belum menikah. Keluarga S dapat menerima dan mendukung S dalam menghadapi penyakit ini. Menurut pengakuan S, beberapa orang di sekitarnya menjauhi diri S ketika mengetahui mengenai statusnya.

Kondisi kesehatan S sekarang ini menurun dan mudah sakit. Untuk menanggulangi hal tersebut S berobat ke dokter. S tidak memiliki harapan apa-apa dalam menghadapi penyakit yang dideritanya, S merasa biasa-biasa saja.