

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan hasil penelitian yang dilakukan terhadap Orang Dengan HIV/AIDS (Odha) di Yayasan 'X', maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan derajat stresnya, maka Odha yang menghayati derajat stres tinggi, menggunakan SPS terfokus emosi. Bentuk SPS emosi yang dominan adalah *Distancing* dan *Escape Avoidance*. Selain itu, menurut data penunjang Odha pada kategori ini mengalami diskriminasi dari orang-orang di sekitarnya.
2. Berdasarkan derajat stresnya, maka Odha yang menghayati derajat stres moderat, menggunakan SPS terfokus masalah. Bentuk SPS masalah yang dominan adalah *Confrontative Coping* dan *Planfull Problem Solving*, misalnya dengan cara terapi obat ARV dan menerapkan perilaku hidup sehat sehari-harinya.
3. Berdasarkan derajat stresnya, maka Odha yang menghayati derajat stres rendah, menggunakan SPS terfokus emosi dan masalah yang seimbang. Bentuk SPS emosi yang dominan adalah *Accepting Responsibility*. Sedangkan bentuk SPS masalah yang dominan adalah *Planfull Problem Solving*. Berdasarkan data penunjang, seluruh Odha dalam kategori ini mendapat dukungan sosial dari orang-orang terdekatnya.

5. 2. Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas maka peneliti perlu mengajukan beberapa saran, yaitu :

5. 2. 1. Bagi Kegunaan Praktis

1. Bagi Orang Dengan HIV/AIDS (Odha) di Yayasan ‘X’ Bandung dapat dijadikan informasi mengenai strategi penanggulangan stres yang dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan kualitas hidupnya.
2. Dapat menjadi masukan atau informasi bagi para konselor, psikolog, pekerja sosial maupun petugas medis yang bekerja menangani Odha, mengenai strategi penanggulangan stres yang dapat dimanfaatkan dalam memberi konsultasi atau terapi psikologis, serta dukungan dan bimbingan sesuai kebutuhan Odha.
3. Disarankan bagi para ahli kedokteran dan pekerja sosial atau psikolog untuk lebih aktif memberikan penjelasan melalui seminar atau penyuluhan ke masyarakat luas mengenai strategi penanggulangan stres yang dilakukan Odha dalam mengatasi tekanan yang dihadapinya, agar mereka dapat memperlakukan Odha dengan sewajarnya dan menghormati hak asasinya sebagai manusia.

5.2.2. Bagi Penelitian Lanjutan

1. Disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai strategi penanggulangan stres pada Orang Dengan HIV/AIDS (Odha) di Yayasan lainnya dengan menggunakan metode wawancara agar dapat mengetahui

lebih dalam mengenai keefektifan strategi penanggulangan stres yang digunakan oleh Odha.

2. Disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan strategi penanggulangan stres dengan dukungan dari keluarga, dari sesama Odha, maupun dari masyarakat.
3. Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa 66.7% Odha mengalami diskriminasi dari masyarakat di sekitarnya menggunakan SPS terfokus emosi. Maka disarankan untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan strategi penanggulangan stres dengan perlakuan (penerimaan / penolakan) masyarakat, agar dapat diketahui lebih jelas bagaimana perlakuan masyarakat terhadap dirinya.