

KESEHATAN MENTAL
HUBUNGAN KESEHATAN MENTAL DENGAN HIV/AIDS



SUGIYANTO

BIMBINGAN DAN KONSELING

FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

Jl. Colombo, Karang Malang, Yogyakarta 55281

Website: www.uny.ac.id telp (0274) 586168

2.1. Pengertian HIV/AIDS

HIV merupakan singkatan dari *Human Immunodeficiency Virus*. HIV merupakan retrovirus yang menjangkiti sel-sel sistem kekebalan tubuh manusia (terutama CD4 positive T-sel dan macrophages— komponen-komponen utama sistem kekebalan sel), dan menghancurkan atau mengganggu fungsinya. Infeksi virus ini mengakibatkan terjadinya penurunan sistem kekebalan yang terus-menerus, yang akan mengakibatkan defisiensi kekebalan tubuh.

Sistem kekebalan dianggap defisien ketika sistem tersebut tidak dapat lagi menjalankan fungsinya memerangi infeksi dan penyakit- penyakit. Orang yang kekebalan tubuhnya defisien (Immunodeficient) menjadi lebih rentan terhadap berbagai ragam infeksi, yang sebagian besar jarang menjangkiti orang yang tidak mengalami defisiensi kekebalan. Penyakit-penyakit yang berkaitan dengan defisiensi kekebalan yang parah dikenal sebagai “infeksi oportunistik” karena infeksi-infeksi tersebut memanfaatkan sistem kekebalan tubuh yang melemah.

HIV dapat menyebabkan rusaknya system kekebalan tubuh karena Virus HIV membutuhkan sel-sel kekebalan kita untuk berkembang biak. Secara alamiah sel kekebalan kita akan dimanfaatkan, bisa diibaratkan seperti mesin fotocopy. Namun virus ini akan merusak mesin fotocopynya setelah mendapatkan hasil copy virus baru dalam jumlah yang cukup banyak. Sehingga lama-kelamaan sel kekebalan kita habis dan jumlah virus menjadi sangat banyak.

HIV berada terutama dalam cairan tubuh manusia. Cairan yang berpotensi mengandung virus HIV adalah darah, cairan sperma, cairan vagina dan air susu ibu. Sedangkan cairan yang tidak berpotensi untuk menularkan virus HIV adalah cairan keringat, air liur, air mata dan lain-lain.

AIDS adalah singkatan dari *Acquired Immunodeficiency Syndrome* dan menggambarkan berbagai gejala dan infeksi yang terkait dengan menurunnya sistem kekebalan tubuh. Infeksi HIV telah ditahbiskan sebagai penyebab AIDS. Tingkat HIV dalam tubuh dan timbulnya berbagai infeksi tertentu merupakan indikator bahwa infeksi HIV telah berkembang menjadi AIDS.

2.2. Sejarah HIV/AIDS di Indonesia

Istilah AIDS secara resmi diterima dan digunakan oleh Disease Control (CDC) Amerika Serikat (AS) mulai tanggal 14 September 1982. AIDS disebabkan oleh HIV atau Human Immunodeficiency Virus. HIV menyerang sel-sel darah putih yaitu suatu sistem kekebalan tubuh manusia yang berfungsi menangkal infeksi dan pada akhirnya dapat menimbulkan AIDS.

AIDS pertama kali dijumpai di Indonesia pada bulan April 1987, saat seorang wisatawan Belanda seorang homoseksual yang sedang berlibur di Bali meninggal di RSUP Denpasar Tahun 1988 seorang pria warga negara Indonesia asal Manado meninggal di Bali dengan indikasi AIDS. Menurut Asmarandani, N (dalam Zubairi, 2000) lebih dari 75% Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di Indonesia berusia kurang dari 39 tahun, artinya usia produktif.

2.3. Cara penyebaran HIV/AIDS

- 1) Melalui jarum suntik bekas orang yang terinfeksi HIV/AIDS
- 2) Melalui donor darah. Orang yang menerima donor darah dari penderita HIV/AIDS, maka dia otomatis akan tertular penyakit itu
- 3) Melakukan hubungan sex dengan orang yang terinfeksi HIV/AIDS
- 4) Bayi yang lahir dari ibu penderita HIV/AIDS otomatis akan mengidap penyakit tersebut

2.4. Gejala-gejala orang yang terinfeksi HIV/AIDS

Sebagian besar orang yang terinfeksi HIV tidak menyadarinya karena tidak ada gejala yang tampak segera setelah terjadi infeksi awal. Beberapa orang mengalami gangguan kelenjar yang menimbulkan efek seperti demam (demam tinggi, gatal-gatal, nyeri sendi, dan pembengkakan pada limpa), yang dapat terjadi pada saat seroconversion. Seroconversion adalah pembentukan antibodi akibat HIV biasanya terjadi antara enam minggu dan tiga bulan setelah terjadinya infeksi.

Kendatipun infeksi HIV tidak disertai gejala awal, seseorang yang terinfeksi HIV sangat mudah menularkan virus tersebut kepada orang lain. Satu-satunya cara untuk menentukan apakah HIV ada di dalam tubuh seseorang adalah melalui tes HIV.

Infeksi HIV menyebabkan penurunan dan melemahnya sistem kekebalan tubuh. Hal ini menyebabkan tubuh rentan terhadap infeksi penyakit dan dapat menyebabkan berkembangnya AIDS.

Bisa dilihat dari 2 gejala yaitu gejala Mayor (umum terjadi) dan gejala Minor (tidak umum terjadi):

Gejala Mayor:

- Berat badan menurun lebih dari 10% dalam 1 bulan
- Diare kronis yang berlangsung lebih dari 1 bulan
- Demam berkepanjangan lebih dari 1 bulan
- Penurunan kesadaran dan gangguan neurologis
- **Demensia/ HIV ensefalopati**

Gejala Minor:

- Batuk menetap lebih dari 1 bulan
- **Dermatitis generalisata**
- Adanya **herpes zoster multisegmental** dan **herpes zoster** berulang

- **Kandidias orofaringeal**
- **Herpes simpleks kronis progresif**
- **Limfadenopati generalisata**
- Infeksi jamur berulang pada alat kelamin wanita
- **Retinitis virus sitomegalo**

Ada beberapa Tahapan ketika mulai terinfeksi virus HIV sampai timbul gejala AIDS:

1. Tahap 1: Periode Jendela

- HIV masuk ke dalam tubuh, sampai terbentuknya antibody terhadap HIV dalam darah
- Tidak ada tanda2 khusus, penderita HIV tampak sehat dan merasa sehat
- Test HIV belum bisa mendeteksi keberadaan virus ini
- Tahap ini disebut periode jendela, umumnya berkisar 2 minggu - 6 bulan

2. Tahap 2: HIV Positif (tanpa gejala) rata-rata selama 5-10 tahun:

- HIV berkembang biak dalam tubuh
- Tidak ada tanda-tanda khusus, penderita HIV tampak sehat dan merasa sehat
- Test HIV sudah dapat mendeteksi status HIV seseorang, karena telah terbentuk antibody terhadap HIV
- Umumnya tetap tampak sehat selama 5-10 tahun, tergantung daya tahan tubuhnya (rata-rata 8 tahun (di negara berkembang lebih pendek)

3. Tahap 3: HIV Positif (muncul gejala)

- Sistem kekebalan tubuh semakin turun
- Mulai muncul gejala infeksi oportunistik, misalnya: pembengkakan kelenjar limfa di seluruh tubuh, diare terus menerus, flu, dll
- Umumnya berlangsung selama lebih dari 1 bulan, tergantung daya tahan tubuhnya

4. Tahap 4: AIDS

- Kondisi sistem kekebalan tubuh sangat lemah
- berbagai penyakit lain (infeksi oportunistik) semakin parah

Seberapa lama HIV dapat berkembang menjadi AIDS, dapat bervariasi dari satu individu dengan individu yang lain. Dengan gaya hidup sehat, jarak waktu antara infeksi HIV dan menjadi sakit karena AIDS dapat berkisar antara 10-15 tahun, kadang-kadang bahkan lebih lama. Terapi antiretroviral dapat memperlambat perkembangan AIDS dengan menurunkan jumlah virus (viral load) dalam tubuh yang terinfeksi

2.5. Hubungan Kesehatan Mental dengan HIV/AIDS

Sebuah laporan oleh sekretariat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menarik perhatian pada dampak HIV & AIDS sebagai penyebab utama kematian dan cacat - salah satu yang terkait erat dengan kesehatan mental. WHO mendefinisikan kesehatan mental tidak hanya tidak adanya gangguan mental, tetapi juga kesejahteraan di mana setiap individu dapat bekerja secara produktif, hidup yang bermanfaat, memberikan kontribusi kepada masyarakatnya agar menyadari potensi diri, dan merasa mampu mengatasi tekanan normal dari kehidupan. Hal ini penting untuk dicatat bahwa definisi ini konsisten dengan pemahaman yang lebih luas diadopsi kesehatan di tingkat internasional mengandung di dalamnya konseptualisasi multi-faceted kesehatan - aspek-aspek pribadi, sosial dan komunal yang jelas terkandung dalam definisi ini.

Studi kesehatan mental harus mengambil tanggung jawab gangguan atau perilaku gangguan yang timbul sebagai akibat dari kondisi psikologis atau kejiwaan. Penilaian prevalensi seumur hidup kondisi kejiwaan dalam sampel Afrika Selatan misalnya, menunjukkan bahwa prevalensi gangguan psikologis yang signifikan, dengan 15,8% dari sampel memiliki gangguan kecemasan, 13,4% memiliki gangguan penyalahgunaan zat dan 9,8% mengalami gangguan mood. Sebuah 30,3% lanjut menu gejala dari sejumlah gangguan lain. Kesehatan mental dan substansi masalah penyalahgunaan telah terbukti sangat marak di daerah historis yang kurang beruntung.

Dengan menganalisa berbagai teori, Ryff (1989) kemudian menetapkan dimensi-dimensi psikologi kesehatan mental yaitu: otonomi, penguasaan kungan, pertumbuhan pribadi,

hubungan positif dengan orang lain, tujuan hidup, dan penerimaan diri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana keadaan kesehatan mental pada penderita HIV dan faktor-faktor apa saja yang menyebabkan kesehatan mental penderita HIV, bagaimana proses perkembangan kesehatan mental penderita HIV? Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif, ini dikarenakan untuk memperoleh gambaran permasalahan subjek penelitian secara mendalam. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik wawancara dengan pedoman umum, agar wawancara dapat berjalan secara efektif dan efisien dan mengantisipasi kemungkinan terlupanya pokok-pokok permasalahan yang diteliti. Sedangkan metode observasi yang digunakan adalah metode observasi non partisipan. Orang yang melakukan pengamatan tidak berperan serta atau tidak ikut ambil bagian didalam kehidupan orang yang diamati. Karakteristik orang yang digunakan adalah penderita HIV tingkat 2.

Awalnya subjek tidak menerima keadaannya sebagai Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Saat mengetahui dirinya mengidap HIV/AIDS subjek menjadi pendiam, menutup diri dari keluarga dan lingkungannya dan pernah mencoba untuk bu h diri, namun subjek sudah bisa menerima keadaan dirinya dengan banyak melakukan iatan positif untuk mengendalikan emosi dan membangkitkan semangatnya seperti mengikuti seminar-seminar, tentang HIV/AIDS dan berdiskusi dengan sesama Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA). Yang menyebabkan penderita HIV/AIDS mengalami gangguan kesehatan mental adalah tidak adanya criteria kesehatan mental seperti efesiensi mental yaitu kepribadian yang mengalami gangguan emosional, pengendalian dan integrasi pikiran dan tingkah laku adalah melemahnya hubungan pikiran dan kenyataan, sikap-sikap yang sehat yaitu kepribadian yang tidak dapat menyesuaikan diri atau kalut. Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental subjek adalah faktor-faktor demografis dan klasifikasi sosial adalah adanya perbendaan usia, jenis kelamin, status perkawinan dikalangan penderita/pengidap HIV/AIDS, dukungan sosial adalah adanya dukungan moril dari lingkungan terhadap pengidap HIV/AIDS di masyarakat, daur hidup keluarga adalah dukungan dari keluarga supaya tidak merasa dikucilkan dalam keluarga, evaluasi terhadap bidang-bidang kehidupan tertentu adalah tidak menuntut kemungkinan penderita HIV/AIDS bisa lebih dalam segi

pendidikan ataupun dalam dunia kerja dalam berprestasi, dan ideologi peran jenis kelamin adalah adanya hubungan peran dalam berumah tangga, seperti bertukar tugas dalam rumah tangga.

2.6. Solusi Terbaik untuk Mengatasi Masalah Penderita yang Mengalami Gangguan Kesehatan Mental Karena HIV/AIDS

- a. Menyediakan layanan kesehatan mental bagi penderita HIV/AIDS dan memberikan mereka pelatihan- pelatihan, agar penderita HIV/AIDS lebih mempunyai semangat untuk hidup.
- b. Penderita HIV/AIDS harus mendapat kasih sayang dari orang-orang disekitarnya, agar ia tidak merasa dikucilkan.
- c. Penderita HIV/AIDS harus mendapatkan dukungan moril dan materil.
- d. Kita tidak boleh membeda-bedakan orang normal dengan penderita HIV/AIDS, jadi kita memperlakukan mereka selayaknya sama seperti orang normal.
- e. Kita harus mengingatkan kepada penderita HIV/AIDS agar mereka lebih mendekatkan diri kepada Sang Pencipta, karena tidak di lagi bahwa terapi terbaik bagi keresahan adalah mendekatkan diri kepada Sang Pencipta.

BAB III

PENUTUP

I. Kesimpulan

Saat ini penderita HIV/AIDS semakin meningkat dan karena hal itu telah diupayakan beberapa cara agar penderita tidak merasa terasingkan di lingkungan masyarakat.

Kasih sayang adalah perlu tetapi tidak cukup; penyedia kesehatan mental harus multifaset dalam keterampilan mereka, kreatif dalam pengembangan program mereka, sadar politik, dan terlibat dalam pemerintahan proses pembuatan kebijakan yang menentukan, melalui isu-isu seperti pembiayaan dan penerimaan penderita oleh masyarakat

II. Saran

Kita sebagai manusia yang sehat hendaknya selalu bersyukur. Dan kita jangan sesekali melakukan hal-hal yang bisa berdampak terinfeksi HIV/AIDS, seperti free sex. Hiduplah wajar dan selalu mendekatkan diri pada sang pencipta, karena sesungguhnya jika kita tidak berbuat yang macam-macam maka kita insya Allah akan terhindar dari semua itu.

DAFTAR PUSTAKA

www.hiv&aidsdankesehatanmental.com

www.wikipedia.com

Yusuf, Syamsu dan Nurihsan, A. Juntika. (2009). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya Offset.