

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, hipotesis yang diajukan telah terbukti bahwa konseling kelompok dapat meningkatkan resiliensi pada orang dengan HIV/AIDS. Melalui tahapan dalam konseling kelompok terjadi dinamika kelompok dimana subjek berinteraksi dan berbagi pengalaman. Subjek belajar mengidentifikasi masalah, mencari penyebab, mencari solusi guna mengatasi permasalahannya. Dengan terpecahkan permasalahan yang dihadapi maka resiliensi pada subjek akan meningkat. Hal ini dikarena dalam proses konseling yang terjadi. Subjek belajar tentang meregulasi emosi, mengontrol dorongan-dorongan dari dalam diri maupun luar dirinya, bersikap optimis dalam menjalani hidupnya meskipun dengan keterbatasannya sebagai orang yang terinfeksi HIV/AIDS. ODHA dapat berpikir lebih kritis, mengidentifikasi dan memecahkan masalah dengan cara berpikir yang lebih positif (berpikir kausal). Selain itu dengan konseling kelompok, ODHA lebih terbuka dan dapat lebih berempati serta percaya diri. ODHA merasa yakin dan terus berusaha untuk mencapai kehidupan yang lebih baik walaupun berstatus sebagai orang yang terinfeksi virus HIV/AIDS. Oleh karena itu, dengan konseling kelompok resiliensi diri pada ODHA dapat ditingkatkan.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

- a. Bagi subjek penelitian diharapkan terus mampu menerapkan hal-hal yang telah dipelajari dari proses konseling kelompok tentang bagaimana melihat permasalahan dan mencari solusi sesuai dengan potensi diri
- b. Menjadikan kelompok yang telah terbentuk sebagai wadah untuk sharing dan saling menguatkan serta saling memberi dukungan antar anggota. Membangun komunikasi yang efektif dengan sering berkumpul.

2. Bagi Lembaga tempat penelitian

- a. Menjadikan konseling kelompok sebagai salah satu alternatif/cara untuk menguatkan anggota KDS Spirit Borneo
- b. Memfasilitasi kelompok dengan menjadwalkan agenda pertemuan rutin bagi anggota kelompok
- c. Membentuk group WA (*WhatsApp*) bagi anggota-anggota kelompok sehingga masing-masing anggota dapat lebih aktif berkomunikasi.
- d. Menjadi KDS Spirit Borneo sebagai koordinator kelompok atau kelompok pendukung bagi kelompok-kelompok kecil / kelompok konseling, sehingga masing-masing anggota dapat saling berinteraksi, mengingatkan tentang kelompoknya, dan memberi support kepada anggota kelompok sebagai bentuk penguatan bagi anggota kelompok.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai resiliensi pada ODHA dan jenis intervensi yang digunakan yaitu konseling kelompok.
- b. Peneliti selanjutnya dapat lebih banyak menggali permasalahan-permasalahan yang dihadapi oleh ODHA sehingga lebih banyak memperoleh gambaran tentang permasalahan yang dihadapi ODHA dan solusi yang lebih bervariasi.
- c. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperhatikan waktu pelaksanaan sehingga lebih dapat membangun rasa memiliki yang kuat bagi masing-masing anggota kelompok. Begitu pula waktu untuk *follow up* dimana dalam penelitian waktu yang diberikan dirasa terlalu pendek yaitu 10 hari, sehingga tidak begitu terlihat perbedaan yang khas setelah perlakuan selesai diberikan.