

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Temuan studi menunjukkan bahwa sebagian besar pasien Orang Dengan HIV (ODHIV) mengalami representatif stres pada kategori rendah, meliputi 70,4% dari total responden. Sejumlah pasien menunjukkan tingkat stres sedang, mencapai 18,5%, yang memerlukan perhatian lebih lanjut. Hanya sebagian kecil responden, yakni 11,1%, yang melaporkan representatif stres dalam kategori tinggi, mengindikasikan adanya kebutuhan intervensi psikososial yang intensif. Gambaran ini memberikan pemahaman mengenai kondisi psikologis dominan pasien yang menjalani terapi HIV di fasilitas kesehatan tersebut.

5.2 Saran

Penelitian ini memberikan gambaran tentang representatif stres pasien Human Immunodeficiency Virus (HIV) dalam kepatuhan minum obat antiretroviral (ARV) di Layanan Perawatan, Dukungan, dan Pengobatan (PDP) UPT Puskesmas Wonorejo. Mayoritas pasien menunjukkan tingkat stres rendah, namun masih terdapat proporsi yang mengalami stres sedang hingga tinggi yang memerlukan perhatian lebih. Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi pengembangan intervensi yang lebih terarah dan personal dalam mendukung kepatuhan pengobatan pasien HIV. Saran-saran berikut diharapkan

dapat memberikan kontribusi positif bagi berbagai pihak terkait, guna meningkatkan kualitas hidup pasien ODHIV.

5.2.1 Bagi Pasien ODHIV

Pasien ODHIV perlu menyadari pentingnya pengelolaan stres sebagai bagian integral dari keberhasilan terapi ARV. Pengelolaan stres yang efektif dapat mencegah dampak negatif pada kepatuhan minum obat dan kualitas hidup secara keseluruhan. Pasien dapat mengembangkan strategi koping positif melalui aktivitas fisik, meditasi, atau berbagi pengalaman dengan kelompok dukungan sebaya. Kesadaran akan representasi stres pribadi membantu pasien mengidentifikasi pemicu stres dan mencari bantuan profesional secara proaktif jika diperlukan. Komunikasi terbuka dengan tenaga kesehatan mengenai kondisi stres merupakan langkah krusial dalam mendapatkan dukungan yang tepat dan berkelanjutan.

5.2.2 Bagi Perawat dan Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan, khususnya perawat di layanan PDP UPT Puskesmas Wonorejo, disarankan untuk mengintegrasikan skrining stres secara rutin dalam setiap kunjungan pasien ODHIV. Skrining ini memungkinkan identifikasi dini pasien yang mengalami tingkat stres sedang hingga tinggi, sehingga intervensi dapat diberikan lebih awal. Perawat dapat mengembangkan program edukasi dan konseling yang berfokus pada teknik manajemen stres, seperti relaksasi progresif, teknik pernapasan, atau terapi kognitif-perilaku sederhana yang disesuaikan dengan budaya pasien. Pelatihan berkelanjutan

bagi perawat mengenai strategi konseling psikososial akan sangat bermanfaat dalam meningkatkan kapasitas mereka dalam memberikan dukungan yang komprehensif. Pendekatan holistik yang mempertimbangkan aspek psikologis pasien dapat secara signifikan meningkatkan kepatuhan terhadap regimen ARV.

5.2.3 Bagi Institusi Puskesmas

UPT Puskesmas Wonorejo disarankan untuk mengembangkan dan mengimplementasikan program dukungan psikososial yang terstruktur bagi pasien ODHIV. Program tersebut dapat mencakup pembentukan kelompok dukungan sebaya yang difasilitasi oleh tenaga kesehatan atau konselor terlatih, di mana pasien dapat saling berbagi pengalaman dan strategi koping. Penyediaan akses terhadap layanan konseling psikolog atau psikiater secara berkala juga perlu dipertimbangkan, terutama bagi pasien dengan tingkat stres yang tinggi dan membutuhkan penanganan klinis lebih lanjut. Optimalisasi fasilitas dan sumber daya untuk menciptakan lingkungan layanan yang mendukung dan tidak menghakimi akan sangat membantu mengurangi beban psikologis pasien. Kebijakan yang mendukung pelatihan berkelanjutan bagi staf mengenai penanganan isu-isu kesehatan mental pada pasien HIV juga menjadi krusial.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian mendatang dapat memperluas cakupan dengan menginvestigasi faktor-faktor lain yang memengaruhi representatif stres pasien HIV, seperti dukungan sosial, status ekonomi, atau komorbiditas mental. Studi

selanjutnya juga dapat menggunakan desain penelitian longitudinal untuk mengamati perubahan tingkat stres dan kepatuhan minum obat ARV dari waktu ke waktu, memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika kedua variabel. Penggunaan metode kualitatif, seperti wawancara mendalam, dapat melengkapi temuan kuantitatif dengan menggali pengalaman subjektif pasien mengenai stres dan kepatuhan. Penelitian di berbagai populasi dan wilayah geografis yang berbeda juga akan memberikan generalisasi yang lebih luas terhadap temuan penelitian ini. Pengembangan instrumen pengukuran stres yang lebih spesifik dan sensitif terhadap konteks pasien HIV juga merupakan area penelitian yang menjanjikan.

peran vital dalam membentuk lingkungan suportif yang esensial bagi pasien ODHIV. Edukasi keluarga mengenai pentingnya dukungan emosional dan praktis, serta menghilangkan stigma terkait HIV/AIDS, dapat secara mengurangi beban stres pasien. Program edukasi komunitas yang inklusif perlu digalakkan untuk meningkatkan pemahaman publik, sehingga menciptakan lingkungan sosial yang lebih menerima dan mengurangi diskriminasi yang seringkali menjadi pemicu stres signifikan bagi ODHIV. Dukungan sosial yang kuat dari keluarga dan komunitas dapat berfungsi sebagai "buffer" psikologis terhadap dampak stres, seperti yang dijelaskan dalam teori dukungan sosial (Social Support Theory), yang menekankan peran jejaring sosial dalam memediasi stres dan meningkatkan kesejahteraan individu.

5.2.5 Bagi Pengambil Kebijakan Kesehatan

Pemerintah daerah dan pemangku kebijakan kesehatan perlu merumuskan regulasi yang memastikan integrasi layanan kesehatan mental dalam program pencegahan dan penanganan HIV/AIDS secara nasional. Kebijakan ini harus mencakup alokasi anggaran yang memadai untuk pelatihan tenaga kesehatan di bidang kesehatan mental, penyediaan akses layanan psikososial yang terjangkau, dan kampanye anti-stigma yang masif. Pengambil kebijakan juga dapat mempertimbangkan adopsi model "care continuum" HIV yang lebih komprehensif, di mana skrining dan intervensi kesehatan mental menjadi komponen wajib di setiap tahapan perawatan, mulai dari diagnosis hingga pemeliharaan terapi. Pendekatan holistik ini akan mendukung kepatuhan pengobatan jangka panjang dan meningkatkan kualitas hidup ODHIV secara berkelanjutan.