

***Empathic Love Therapy* untuk Menurunkan Depresi pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA)**

Afrina E.S.Br. Sagala

Depresi kerap kali terjadi pada Orang dengan HIV/AIDS (ODHA). Hidup dengan HIV menyebabkan individu mengalami kerentanan secara biologis akibat perkembangan HIV sendiri di dalam tubuh, guncangan psikologis, penolakan, ketakutan, marah, putus asa, disertai dengan stigma buruk dan diskriminasi dari lingkungan sekitar. Apabila tidak diatasi, kondisi tersebut akan berdampak buruk pada penurunan daya tahan tubuh bahkan kematian pada ODHA. Kekurangan cinta menyebabkan terjadinya berbagai gangguan pada manusia seperti halnya depresi. Cinta mendorong individu untuk memiliki perhatian, penghargaan, pengertian dan tanggungjawab pada yang dicintai. Penelitian ini menggunakan *Empathic Love Therapy* (ELT) yang dikembangkan dari pendekatan psikosintesis yang menekankan pada pengenalan, penerimaan, integrasi dan sintesa pada seluruh aspek diri secara utuh. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ELT dapat menurunkan depresi pada ODHA. Penelitian ini dilakukan dalam kelompok dengan menggunakan rancangan *small N experiment* dengan desain ABA. ELT diberikan dalam 8 sesi selama 1,5-2 jam kepada 4 orang ODHA yang mengalami depresi. Pengaruh intervensi sebelum dan setelah diberikan intervensi diukur dengan menggunakan HSCL-25 dan BDI. Hasil analisis dengan *visual inspection* baik dengan HSCL-25 maupun BDI menunjukkan adanya penurunan skor depresi setelah diberikan intervensi. Dengan demikian hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ELT dapat menurunkan depresi pada ODHA.

Kata Kunci: *Empathic Love*, Orang dengan HIV/AIDS (ODHA), Depresi

Depression often occurs in people living with HIV/AIDS (PLWHA). Living with HIV causes biological vulnerability as a result of HIV itself, the psychological shock, denial, fear, anger, despair, and living with negative stigma and discrimination from the surrounding environment. Those conditions, will have a negative impact on the decrease in endurance even death. Lack of love causes various disorders in humans as well as depression. Love encourages people to have attention, respect, understanding and responsibility to a loved one. This research study used Empathic Love Therapy (ELT) which developed from psychosynthesis that emphasizes the recognition, acceptance, integration and synthesis in all aspects of self as a whole. The purpose of this study is to determine whether the ELT can reduce depression in PLWHA. This research was conducted in a group therapy using small N experiment by using ABA design. ELT was given in 8 sessions during 1.5-2 hours to 4 PLWHA who are depressed. Effect of intervention before and after the therapy was measured by using HSCL-25 and BDI. The results analysed by visual inspection and showed that the scores of depression were decrease after the intervention was given. Therefore the result of this research showed that empathic love therapy can reduce depression in PLWHA.

Key Word: *Empathic Love*, People living with HIV/AIDS (PLWHA), Depression