

**PENGARUH PSIKOTERAPI POSITIF KELOMPOK
TERHADAP PENINGKATAN RESILIENSI PADA LELAKI
HOMOSEKSUAL PENYANDANG HIV/AIDS**

Taufik Akbar Rizqi Yunanto

Abstrak

Seorang penyandang HIV/AIDS dengan faktor risiko homoseksual harus menghadapi menghadapi dua stigma berbeda (sebagai homoseksual dan HIV/AIDS) yang melekat pada diri mereka. Kemampuan menyesuaikan diri terhadap perubahan kehidupan yang menekan ini disebut dengan resiliensi. Penelitian ini bertujuan untuk menguji efek berkelanjutan Psikoterapi Positif Kelompok dalam meningkatkan resiliensi pada lelaki homoseksual penyandang HIV/AIDS. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah Psikoterapi Positif Kelompok dapat meningkatkan resiliensi pada lelaki homoseksual penyandang HIV/AIDS. Penelitian ini merupakan suatu studi kuasi eksperimen dengan desain *untreated control group design with dependent pretest and posttest samples using switching replications*. Psikoterapi ini terdiri dari 6 sesi intervensi yang dilakukan dua sampai tiga kali seminggu. Sebanyak 18 lelaki homoseksual penyandang HIV/AIDS yang mengalami masalah resiliensi dibagi dua menjadi kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Skala Resiliensi, *Positive Psychotherapy Inventory* (PPTI), dan *The Day Reconstruction Method* (DRM). Analisis kuantitatif dilakukan melalui uji statistik *Mann-Whitney* serta menggunakan analisis kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Psikoterapi Positif Kelompok signifikan dalam meningkatkan resiliensi pada lelaki homoseksual penyandang HIV/AIDS ($U=0,000;p<0,01$) dan efek terapeutik intervensi ini bertahan paling tidak selama dua minggu. Di Amerika, penelitian sebelumnya telah menemukan bahwa Psikoterapi Positif terbukti efektif meningkatkan kesejahteraan pada mahasiswa. Di Indonesia, Psikoterapi Positif Kelompok sesi “menemukan tiga hal baik dalam hidup” dan “menikmati pengalaman dengan menyenangkan” terbukti paling efektif meningkatkan resiliensi pada penyandang HIV/AIDS. Psikoterapi Positif yang diadministrasikan secara kelompok semakin menguatkan bahwa kelompok efektif sebagai wadah untuk saling berbagi bagi lelaki homoseksual penyandang HIV/AIDS.

Kata kunci: Lelaki homoseksual, Penyandang HIV/AIDS, Psikoterapi Positif Kelompok, Resiliensi

Abstract

Gay living with HIV/AIDS have to face two stigmas as being gay and with HIV/AIDS, making their daily lives very complicated. In order to survive their live challenges, they need to possess strong resilience, i.e. the ability to adjust to pressing live changes. This study aims to examine the sustainability effects Group Positive Psychotherapy to improve the resilience of gay living with HIV/AIDS. The hypothesis of this study is the Group Positive Psychotherapy can improve the resilience of gay living with HIV/AIDS. Participants in this study consisted of 18 gay living with HIV/AIDS with resilience problems (9 to experiment group and 9 to control group). The design use in this study is quasi experimental design with untreated control group design with pretest and posttest dependent samples using switching replications. The program consists of 6 sessions intervention conducted twice until three times a week. The instruments used in this research are Resilience Scale, Positive Psychotherapy Inventory (PPTI), and The Day Reconstruction Method (DRM). Quantitative analysis was conducted through statistical test using Mann-Whitney and also use qualitative analysis. The results of this study showed that Group Positive Psychotherapy has significantly improved the resilience of gay living with HIV/AIDS ($U=0.000;p<0.01$) and the therapeutic intervention lasted at least for two weeks. Previous research in America have found that Positive Psychotherapy was effective to improve resilience in student population. In this study, Group Positive Psychotherapy sessions "three good things" and "savoring" proved most effectively improve the resilience of gay living with HIV/AIDS. Group Positive Psychotherapy effectively reinforce that group as a forum for sharing.

Keywords: Gay, Group Positive Psychotherapy, People Living with HIV/AIDS, Resilience