

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Secara bahasa, resiliensi merupakan istilah bahasa Inggris dari kata *resilience* yang artinya daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan (Echols, 1976). Beberapa ahli telah mendefinisikan resiliensi. Emmy E. Werner (2003) menyatakan bahwa istilah resiliensi telah digunakan oleh beberapa ahli tingkah laku untuk mendeskripsikan tiga keadaan, yaitu:

- a. Anak yang hidup dalam konteks beresiko tinggi seperti seorang anak yang hidup dalam keadaan yang sangat miskin atau seorang anak yang mendapat perlakuan kasar dari orang tua dapat berkembang secara positif.
- b. Dibawah tekanan-tekanan yang berkepanjangan seperti peristiwa-peristiwa disekitar perceraian orang tua mereka, individu tetap dimungkinkan memunculkan kompetensi yang dimiliki.
- c. Sembuh dari trauma yang pernah dialaminya, seperti ketakutan akan terjadinya perang saudara dan kamp konsentrasi (Desmita, 2005, hal. 227).

Janas (dalam Dewi) menyatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengatasi permasalahan dan rasa frustrasi yang pernah dialami (Dewi, 2004, hal. 104). Sedangkan Grotberg (1999) mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan yang

dimiliki oleh manusia untuk menghadapi, mengatasi, mempelajari kesulitan dalam hidup dan belajar dari pengalaman dari kondisi yang tidak menyenangkan yang pernah dialaminya (Desmita, 2005, hal. 227).

Luthar dkk juga mengungkapkan bahwa “*resilience refers to a dynamic process encompassing positive adaption within the context of significant adversity*”. Luthar dkk, menganggap bahwa resiliensi sebagai sebuah proses dinamis yang dapat menghasilkan adaptasi positif dari kemalangan yang pernah dialaminya (McCubbin, 2001, hal. 2).

Rutter menggambarkan resiliensi sebagai hasil positif dalam menghadapi kesulitan yang pernah datang seperti kemiskinan. Sedangkan Garnezy dkk menggambarkan resiliensi sebagai kapasitas yang dimiliki individu untuk mencapai kesuksesan beradaptasi dalam menghadapi kesulitan (McCubbin, 2001, hal. 4).

Resiliensi adalah kemampuan dari kapasitas individu untuk “bangkit kembali” dari pengalaman negatif atau merupakan hasil dari pembelajaran dan pengalaman (*Building resilience in rural communities*, 2008, hal. 3).

Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi merupakan kemampuan individu untuk mengatasi dan meningkatkan ketahanan diri terhadap situasi yang menekan seperti kehilangan pekerjaan, kegagalan dalam berhubungan sosial, dan bahkan trauma yang terjadi dalam hidupnya (Shatte, 2002, hal. 1).

Menurut Grotberg, setiap individu memiliki kualitas resiliensi yang berbeda. Kualitas tersebut ditentukan oleh tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas ketika berhadapan dengan situasi-situasi yang tidak menyenangkan serta besarnya dukungan sosial dalam membentuk resiliensi individu tersebut (Desmita, 2005, hal. 229).

Dari beberapa ahli diatas, penulis menyimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan yang dimiliki individu untuk menghadapi, mengatasi bahkan bangkit untuk menjadi lebih baik dari kondisi yang menekan atau mengancam.

2. Aspek-aspek Resiliensi

Grotberg (1994) menyebutkan tiga sumber dari resiliensi (*three sources of resilience*) untuk mengatasi konflik yang disebabkan dari keadaan yang tidak menyenangkan dan untuk mengembangkan resiliensi remaja. Sumber-sumber tersebut yaitu *I am* (Aku ini), *I have* (Aku punya), *I can* (Aku ini) (Desmita, 2005, hal. 229)

a. *I Am*

Sumber resiliensi pada faktor *I am* berasal dari dalam diri individu. Sumber-sumber tersebut meliputi perasaan, sikap dan keyakinan yang dimiliki oleh individu. Terdapat beberapa kualitas pribadi yang dapat mempengaruhi *I am*, yaitu (Desmita, 2005, hal. 229):

- 1) Mempunyai banyak orang yang menyayangi dan menyuikainya.

- 2) Mencintai, dapat ikut merasakan apa yang orang lain rasakan dan mempunyai rasa peduli terhadap apa yang terjadi pada orang lain.
- 3) Mempunyai rasa bangga terhadap dirinya sendiri.
- 4) Bersedia bertanggung jawab atas apa yang telah dilakukanya dan bersedia menerima konsekuensi dari perilakunya.
- 5) Mempunyai rasa percaya diri, keyakinan dan mempunyai banyak harapan (Desmita, 2005, hal. 230).

b. *I Have*

Faktor *I have* merupakan salah satu sumber pembentuk resiliensi yang berasal dari luar diri individu. Dalam hal ini besarnya dukungan sosial yang diberikan oleh orang lain sangat membantu dalam terbentuknya resiliensi. Beberapa kualitas yang dapat membangun *I have* dalam membentuk resiliensi yaitu:

- 1) Mempunyai kepercayaan penuh dalam menjalani sebuah hubungan.
- 2) Mempunyai struktur dan aturan yang diberlakukan dalam rumah tangga.
- 3) Mempunyai orang-orang yang dijadikan panutan.
- 4) Mempunyai dorongan untuk tidak menyusahkan orang lain (mandiri).
- 5) Mendapat layanan kesehatan, layanan pendidikan, layanan keamanan dan kesejahteraan individu (Desmita, 2005, hal. 229).

c. *I Can*

Sumber *I can* merupakan sumber pembentuk resiliensi yang berkaitan dengan keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam menjalin hubungan sosial dan interpersonal. Keterampilan-keterampilan dalam sumber *I can* yaitu:

- 1) Kemampuan untuk berkomunikasi dengan baik.
- 2) Kemampuan dalam memecahkan masalah.
- 3) Kemampuan untuk mengendalikan perasaan-perasaan dan dorongan-dorongan yang dimiliki oleh individu.
- 4) Dapat mengukur emosi diri sendiri dan orang lain.
- 5) Dapat membangun hubungan yang saling mempercayai dengan orang lain (Desmita, 2005, hal. 230).

Faktor-faktor *I am*, *I have* dan *I can* merupakan faktor-faktor yang dapat membentuk resiliensi. Individu yang hanya memiliki satu faktor dalam dirinya tidak dapat dikatakan sebagai individu yang resilien. Sehingga individu tersebut membutuhkan beberapa faktor lain yang mendukungnya untuk dapat dikatakan bahwa individu tersebut telah resilien, walaupun tidak berarti pula individu tersebut harus mempunyai semua faktor untuk dikatakan sebagai individu yang resilien. Misalkan, individu yang hanya memiliki kualitas harga diri tinggi pada dirinya (*I am*) akan tetapi tidak mempunyai keterampilan berkomunikasi yang baik dengan orang lain atau tidak mempunyai keterampilan dalam memecahkan masalahnya (*I can*) dan dalam hal ini individu tersebut tidak mempunyai

orang-orang yang dapat membantunya berkomunikasi atau memecahkan masalahnya (*I have*), maka individu tersebut tidak dapat dikatakan sebagai individu yang resilien karena hanya memiliki satu faktor dalam dirinya. Karena itulah ketiga faktor tersebut harus saling berhubungan untuk dapat membentuk sebuah resiliensi pada diri seseorang (Desmita, 2005, hal. 230).

3. Faktor-faktor Pembentuk Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan tujuh faktor yang dapat membentuk resiliensi, yaitu (Reivich, 2002, hal. 33)

a. *Emotion regulation*

Regulasi emosi merupakan kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu untuk tetap tenang walaupun berada dibawah kondisi yang menekan hidupnya. Hasil dari sebuah penelitian menyebutkan bahwa individu yang kurang memiliki kemampuan dalam mengatur emosi yang dimilikinya, maka cenderung akan mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungannya dengan orang lain. Emosi yang dirasakan oleh individu akan berpengaruh terhadap sikap yang ditunjukkan oleh individu tersebut kepada orang lain. Semakin dalam diri individu dipenuhi oleh kemarahan, maka individu tersebut akan menampilkan perilaku yang mudah marah (Reivich, 2002, hal. 36-37).

Menurut Revich dan Shatte (2002) terdapat dua buah keterampilan yang dimiliki individu untuk memudahkan mereka dalam melakukan regulasi emosi, yaitu menjaga kondisi untuk tetap tenang dan fokus. Keterampilan-keterampilan ini akan membantu individu untuk mengendalikan emosi, menjaga perasaan ketika individu merasakan kesedihan, serta mengurangi kecemasan (Reivich, 2002, hal. 38).

b. *Impulsive control*

Setiap individu memiliki kemampuan untuk mengendalikan dorongan ataupun keinginan yang muncul dalam dirinya. Pengendalian dorongan maupun keinginan ini biasa disebut dengan *Impulsive control*. Pengendalian impuls yang rendah dapat mempercepat perubahan emosi yang dimiliki oleh individu, hal tersebut akan berdampak pada pengendalian pikiran-pikiran dan perilaku mereka. Perubahan emosi tersebut dapat mengakibatkan individu menunjukkan perilaku yang mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif dan mudah melakukan kekerasan. Perilaku-perilaku yang diakibatkan oleh perubahan emosi tersebut dapat mengakibatkan ketidaknyamanan pada orang-orang sekitarnya dan akan berdampak pada hubungan individu dengan lingkungannya (Reivich, 2002, hal. 39).

Kemampuan individu untuk mengendalikan impuls sangat terkait dengan kemampuan regulasi emosi yang ia miliki. Seseorang individu yang memiliki skor *Resilience Quotient* yang tinggi pada

faktor regulasi emosi cenderung memiliki skor *Resilience Quotient* pada faktor pengendalian impuls (Reivich, 2002, hal. 39).

c. *Optimism*

Individu yang optimis dapat menjadikan individu tersebut menjadi individu yang resilien. Mereka mempunyai harapan dan percaya bahwa kehidupan mereka dapat berubah menjadi lebih baik. Individu yang optimis juga mempercayai bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi keadaan yang tidak menyenangkan yang akan terjadi dalam kehidupan. Tentunya hal ini akan merefleksikan *self efficacy* yang ada dalam diri individu, dimana individu mempunyai kepercayaan bahwa dirinya mampu menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya, mampu mengendalikan hidupnya dan kepercayaan merupakan hal yang penting dalam resiliensi (Reivich, 2002, hal. 40-41).

Optimis yang dibutuhkan dalam membentuk resiliensi adalah optimisme yang realistik. Optimis yang realistik merupakan sebuah kepercayaan individu akan terwujudnya kehidupan yang lebih baik, dimana kepercayaan tersebut diiringi dengan usaha-usaha untuk mewujudkan kehidupan yang lebih baik tersebut. Sedangkan *unrealistic optimism* merupakan kepercayaan yang dimiliki oleh individu bahwa individu tersebut mempunyai kehidupan yang lebih baik, akan tetapi kepercayaan tersebut tidak diiringi dengan usaha-usaha untuk mewujudkannya. Kunci kesuksesan dan resiliensi yang

dimiliki oleh individu tergantung pada *self efficacy* dan Optimisme yang realistis yang dimiliki setiap individu (Reivich, 2002, hal. 41).

d. *Causal analysis*

Individu mempunyai kemampuan untuk menerapkan *Causal analysis*, yaitu sebuah kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk mengidentifikasi secara lebih akurat tentang penyebab dari permasalahan yang sedang mereka hadapi dalam kehidupannya. Seligman dan rekan-rekannya (dalam Reivich & Shatte) mengidentifikasikan kemampuan gaya berpikir individu yang erat kaitannya dengan *causal analysis* yaitu gaya berpikir *explanatory*. Dalam gaya berpikir *explanatory* terdapat tiga dimensi yang dimiliki oleh individu, yaitu:

1. Personal (saya-bukan saya)

Individu yang mempunyai gaya berpikir saya percaya bahwa individu tersebut merupakan orang yang menyebabkan masalah yang sedang dihadapinya. Sedangkan individu dengan gaya berpikir bukan saya percaya bahwa keadaan yang sedang dihadapinya merupakan kesalahan yang disebabkan oleh orang lain.

2. Permanen (selalu-tidak selalu)

Individu yang mempunyai gaya berpikir selalu percaya bahwa hal yang sedang dihadapinya tidak akan pernah berubah, sedangkan individu dengan gaya berpikir tidak selalu percaya bahwa keadaan

yang sedang dialaminya akan segera berlalu dan berubah menjadi lebih baik.

3. Pervasive (semua-tidak semua)

Individu yang mempunyai gaya berpikir semua mempercayai bahwa kegagalan pada suatu aspek kehidupan akan menggagalkan semua aspek kehidupannya. Individu dengan gaya berpikir tidak semua berpikir bahwa kegagalan tersebut tidak akan berpengaruh banyak terhadap hidupnya (Reivich, 2002, hal. 41-42).

Individu yang resilien adalah mereka yang memiliki pemikiran fleksibel yang dapat mengidentifikasi secara *significant* semua penyebab dari kemalangan yang sedang mereka hadapi, tanpa terjebak dalam gaya berpikir tertentu. Mereka berpikiran realistis dalam arti mereka tidak mengabaikan faktor-faktor bersifat *permanent* atau *pervasive*. Mereka juga tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat untuk menjaga *self esteem* mereka atau membebaskan diri mereka dari kesalahan yang mereka perbuat. Mereka tidak terlalu berpikir akan hal-hal yang berada diluar kendali mereka. Mereka menyalurkan dan mengendalikan kemampuan mereka pada pemecahan masalah, meskipun perubahan yang terjadi masih secara bertahap, akan tetapi mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit kembali dan mencapai kehidupan yang lebih baik (Reivich, 2002, hal. 43).

e. *Empaty*

Empati merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mengetahui tanda/isyarat psikologis atau emosional yang diperlihatkan oleh orang lain. Individu yang memiliki kemampuan untuk menafsirkan bahasa-bahasa *nonverbal* yang diperlihatkan oleh orang lain melalui ekspresi wajah mereka, nada suara, bahasa tubuh dan mampu menangkap apa yang orang lain pikirkan dan rasakan dapat mengakibatkan hubungan sosial yang baik dengan orang lain. Sedangkan ketidakmampuan membaca tanda-tanda *nonverbal* dapat sangat merugikan dalam dunia kerja maupun dalam hubungan dengan orang lain. Dalam dunia kerja kemampuan berempati tersebut diperlukan untuk orang-orang yang akan naik pangkat. Untuk manager, kemampuan tersebut diperlukan untuk mengetahui bagaimana cara memotivasi karyawan mereka. Sedangkan dalam hubungan personal, kemampuan ini diperlukan untuk memahami dan menghargai orang lain. Individu yang mempunyai empati rendah cenderung mengulang perilaku *nonresilient* yang sama dan menyamaratakan semua emosi dan keinginan orang lain (Reivich, 2002, hal. 44).

f. *Self efficacy*

Efikasi diri adalah sebuah keberhasilan dalam memecahkan sebuah masalah yang sedang dihadapi. Dalam *self efficacy* terdapat sebuah keyakinan individu bahwa dirinya dapat menyelesaikan masalah yang sedang dihadapinya untuk mencapai sebuah kesuksesan. Kepercayaan

yang dimiliki oleh individu akan kemampuannya membantu individu tersebut untuk tetap berusaha dalam situasi yang penuh tantangan dan mempengaruhi kemampuan individu tersebut untuk tetap mempertahankan harapan akan keberhasilan yang akan dicapainya. *self efficacy* yang tinggi yang dimiliki oleh individu membuat individu tersebut mempunyai komitmen untuk memecahkan masalah yang sedang dihadapinya dan ketika individu tersebut mengetahui bahwa strategi yang digunakannya gagal/tidak berhasil, maka individu tersebut tidak akan menyerah untuk tetap berusaha menemukan jalan keluar yang lain. *Self efficacy* merupakan salah satu faktor yang sangat penting dalam membangun sebuah resiliensi. *Self efficacy* individu akan terus meningkat seiring dengan dengan kemampuan individu untuk membangun sebuah keberhasilan sedikit demi sedikit dalam memecahkan sebuah masalah, karena *self efficacy* merupakan hasil dari hasil pemecahan masalah yang telah berhasil (Reivich, 2002, hal. 45).

g. *Reaching out*

Reaching out merupakan salah satu sumber dari resiliensi, akan tetapi banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*. Ketidakmampuan individu untuk melakukan *reaching out* dikarenakan sejak kecil individu-individu tersebut diajarkan menghindari kegagalan dan menghindari kejadian yang memalukan dalam hidupnya. Dalam hal ini, mereka lebih memilih kehidupan yang biasa-biasa saja dari pada harus berusaha menjadi sukses akan tetapi berhadapan dengan kegagalan dan

hinaan masyarakat. Kejadian seperti ini menggambarkan kecenderungan untuk melebih-lebihkan kemungkinan hal buruk yang akan terjadi di masa depan (Reivich, 2002, hal. 46-47).

4. Faktor – faktor yang Mempengaruhi resiliensi

Terdapat dua faktor yang selalu dikaitkan dalam kajian resiliensi, yaitu faktor protektif (*protective factor*) dan faktor resiko (*risk factor*). Dyer & McGuinness (dalam Earvolino) mendefinisikan faktor protektif atau yang biasa disebut dengan faktor pelindung sebagai sifat (*attributes*) atau situasi tertentu dimana situasi tersebut diperlukan dalam proses terbentuknya resiliensi (Earvolino, 2007, hal. 75-76).

Faktor resiko dalam resiliensi merupakan kemungkinan terdapatnya keadaan yang tidak menyenangkan yang dirasakan oleh individu seperti anggota dari kelompok beresiko tinggi, yaitu anak-anak yang tumbuh pada keluarga yang memiliki status ekonomi rendah, besar pada lingkungan yang penuh kekerasan, lahir dalam keadaan cacat, cedera atau mempunyai penyakit, pengalaman stres dan trauma. Faktor resiko dapat berasal dari faktor biologis, faktor psikologis, lingkungan dan sosial-ekonomi yang mempengaruhi kemungkinan terdapatnya kerentanan terhadap stres (Schoon, 2006, hal. 9).

Berdasarkan kajian terhadap orang-orang yang mengalami faktor resiko akhirnya konsep tentang resiliensi dibangun. Werner telah mengadakan penelitian longitudinalnya pada penduduk Kauai di

kepulauan Hawai yang mempunyai dampak dari berbagai faktor risiko biologis dan psikososial, stres karena kehidupan dan faktor pelindung pada kohort multi-rasial dari anak-anak (Werner, 2005, hal. 5).

Werner menyatakan bahwa dalam terbentuknya resiliensi, banyak hal yang dapat menjadi *protective factor* ketika individu berhadapan dengan kondisi yang menekan dalam hidupnya (Werner, 2005, hal. 5). Berdasarkan penelitian yang telah dilakukannya tersebut, Werner menemukan kualitas-kualitas individu yang dapat menjadi faktor protektif ketika mereka berhadapan dengan kondisi-kondisi yang menekan dalam hidupnya. Kualitas-kualitas tersebut antara lain kesehatan, kemampuan untuk tetap tenang, kualitas keimanan, konsep diri yang positif, *internal locus of control*, kontrol emosi, kompetensi intelektual dan kemampuan untuk merencanakan sesuatu (Werner, 2005, hal. 5).

Terdapat dua kategori yang ada di dalam faktor protektif, yaitu *internal protective factor* dan *external protective factor*. *Internal protective factor* merupakan sumber faktor protektif yang berasal dari dalam diri individu untuk mencapai sebuah resiliensi. Sumber-sumber dalam *internal protective factor* meliputi harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi dan optimisme yang dimiliki oleh setiap individu di dalam dirinya. Sedangkan faktor protektif yang berasal dari luar diri individu disebut dengan *external protective factor*. Faktor ini berasal dari dukungan yang diberikan oleh keluarga maupun lingkungan tempat tinggal individu tersebut (McCubbin, 2001, hal. 9).

5. Level Resiliensi

Tahapan-tahapan yang dilalui oleh setiap individu yang mengalami ancaman atau kondisi yang menekan disebut dengan level resiliensi. O'Leary dan Ickoviks (dalam Coulson) membagi resiliensi menjadi empat level yang akan dialami oleh individu ketika mengalami situasi yang menekan, yaitu *succumbing*, *survival*, *recovery* dan *thriving* (Coulson, 2006, hal. 5).

- a. *Succumbing* (mengalah); Kondisi yang dialami oleh individu pada level ini yaitu kondisi menurun, disini individu mengalah atau menyerah setelah menghadapi suatu ancaman atau kondisi yang menekan dalam hidupnya. Pada level ini individu menemukan atau mengalami kemalangan yang terlalu berat bagi individu tersebut, sehingga *outcome* dari kondisi ini adalah individu berpotensi mengalami depresi, pemakaian narkoba sebagai pelarian, dan pada tataran yang lebih ekstrim dapat mengakibatkan bunuh diri (Coulson, 2006, hal. 5-6).
- b. *Survival* (bertahan); *Survival* merupakan kondisi yang menunjukkan ketidakmampuan individu untuk meraih kembali atau mengembalikan fungsi psikologis dan emosi yang mereka miliki setelah menghadapi kesulitan dalam hidupnya. Pengalaman yang sulit tersebut dapat melemahkan mereka, efek dari pengalaman tersebut dapat membuat mereka tidak mampu pulih kembali (*recovery*) dan bahkan berkurang pada beberapa hal. Individu yang

berada pada level ini dapat mengalami perasaan, pikiran dan perilaku negatif yang berkepanjangan. Perilaku negatif tersebut dapat mengakibatkan individu tersebut mengalami ketidakmampuan untuk melakukan hubungan sosial dengan orang lain, berkurangnya kepuasan kerja dalam diri individu serta mengalami depresi (Coulson, hal. 6).

- c. *Recovery* (pemulihan); Pada level ini individu telah mampu pulih kembali (*bounce back*) pada fungsi psikologis dan emosinya, individu telah dapat beradaptasi dengan kondisi yang menekan dalam hidupnya, meskipun masih terdapat beberapa efek negatif dari perasaan yang tersisa. Individu dapat beraktivitas seperti biasanya dalam kehidupan mereka sehari-hari dan mereka dapat hadir sebagai individu yang resilien (Coulson, 2006, hal 6).
- d. *Thriving* (berkembang dengan pesat); Level ini merupakan keadaan dimana individu tidak hanya mampu untuk pulih kembali pada level fungsi sebelumnya, akan tetapi individu telah menunjukkan bahwa dirinya mampu untuk melampaui pada beberapa aspek setelah mengalami kondisi yang menekan. Proses yang individu lewati untuk menghadapi tantangan pada kondisi yang menekan membawa individu tersebut pada fungsi dan tingkat yang lebih baik. Kehidupan yang lebih baik tersebut dapat dilihat dari perilaku, emosi dan kognitif seperti tujuan dalam hidup, kejelasan visi dalam hidup, lebih

menghargai hidup dan hubungan sosial yang lebih baik (Coulson, 2006, hal. 6).

B. *Human Immunodeficiency Virus* (HIV)

1. Sejarah Singkat dan Pengertian *Human Immunodeficiency Virus* (HIV)

Para dokter di San Francisco, Amerika Serikat pada tahun 1980 dikejutkan oleh penemuan penyakit yang belum pernah dikenal sebelumnya oleh para dokter tersebut, dimana penyalit tersebut hanya terdapat pada kaum homoseksual. Dalam penelitian selanjutnya, penyakit baru ini kemudian disebut dengan penyakit AIDS dengan HIV sebagai penyebab dari penyakit tersebut. Para dokter di San Francisco merekomendasikan untuk mengawasi perilaku organisasi kaum homoseksual termasuk hubungan seksualnya (sodomi) pada pemerintah Amerika Serikat. Namun protes yang dilakukan oleh kaum homoseksual dan warga Amerika Serikat lainnya dengan alasan pembatasan dan bertentangan dengan Hak Asasi Manusia (HAM) membuat rekomendasi yang diajukan oleh para dokter kepada pemerintahan Amerika Serikat tersebut gagal untuk dilakukan. Kaum homoseksual menyangkal bahwa perilaku sodomi yang biasa mereka lakukan dapat menjadi penyebab munculnya AIDS (Hawari, 2006, hal. 2-3).

AIDS yang mulanya hanya ada pada kaum homoseksual yang berfungsi ganda (bisexual), kemudian menularkan pada perempuan-

perempuan pelacur, pelacur-pelacur tersebut akan menularkan lagi pada pelanggan-pelanggannya yang normal, dari sini akan menularkan lagi pada laki-laki dan perempuan yang melakukan perzinahan (sex bebas, perselingkuhan dan pelacuran), dan kemudian akan menularkan lagi pada ibu-ibu rumah tangga dan bayi yang dikandungnya. Selama 1 menit 5 orang dapat tertular HIV/AIDS, dengan penularan yang begitu cepat akhirnya penyakit ini menyebar ke pantai timur Amerika dan keseluruhan dunia melalui pantai Barat dan sampai ke Indosnesia pada tahun 1987. Peristiwa AIDS diatas merupakan *global effect* dengan kematian yang mengenaskan (Hawari, 2006, hal. 3).

HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) adalah virus yang menyerang sel darah putih yang mengakibatkan kekebalan tubuh menurun dan dapat berdampak penyakit *opportunistik*. Penyakit-penyakit *opportunistik* seperti TBC, diare, kanker, penyakit kulit dan penyakit ganas lainnya yang dapat mengakibatkan kematiann (Hawari, 2006, 89).

HIV yang masuk ke dalam tubuh akan mencari sel-sel darah CD4 dan ketika menemukanya, maka HIV akan segera melekatkan dirinya pada sel dan memasukinya. HIV yang sudah berada di dalam akan menemukan DNA dalam nukleus sel dan membuat salinan dirinya dari DNA. Salinan-salinan HIV ini selanjutnya bersembunyi dalam DNA dan sel CD4. Selama dia bersembunyi dalam DNA dan CD4, dia dapat melakukan dua hal. Salinan ini dapat tinggal dalam DNA atau dia membuat salinan dirinya ketika mesin sel DNA sedang berjalan. Jika

dilihat dari mikroskop, DNA dan sel tampak normal, meskipun dia telah tercampur dengan HIV. HIV menggunakan protein untuk membuat salinan-salinan dirinya, atau yang biasa disebut dengan *reverse transcriptase*. Virus ini dapat membuat ribuan HIV baru jika dia mulai memproduksi. Dalam proses produksinya, ia akan meninggalkan sel yang lama dan memasuki sel-sel CD4 yang lain dan akan seperti itu seterusnya (Reuben, 2001, hal. 9-10).

Sel darah putih berukuran antara 8-20 mikron, sementara virus HIV berukuran 1/250 mikron. Sedangkan sel kuman *diplocous* atau *cocus* berukuran lebih kecil dari pada sel darah putih. Sel darah putih merupakan sel darah yang berfungsi menjaga daya tahan tubuh . Sel darah putih terdiri dari sel *limphosit*, *granulosit* dan *monosit* (Hawari, 2006, hal. 88).

Inklubasi yang dimiliki oleh HIV antara 5-10 tahun setelah terinfeksi. Individu yang terinfeksi HIV masih bisa terlihat sehat. Selama individu tersebut belum mengetahui bahwa dirinya terinfeksi HIV, individu tersebut dapat menularkan penyakit tersebut pada orang lain tanpa mereka menyadarinya. Pemeriksaan darah diperlukan untuk mengetahui apakah orang tersebut terinfeksi HIV atau tidak (Hawari, 2006, 89).

Untuk mengetahui terinfeksi ataupun tidak, maka diperlukan pemeriksaan minimal dua kali. Pemeriksaan dilakukan setiap 6 bulan sekali karena antibodi dalam tubuh terbentuk selama 6 bulan jika 6 bulan

berikutnya diperiksa lagi dan hasil pemeriksaanya tetap menunjukkan hasil yang negatif, maka individu tersebut dinyatakan bebas dari HIV/AIDS (Hawari, 2006, hal. 90).

Pada awalnya individu yang menderita AIDS akan mengalami gejala-gejala umum seperti influenza. Kemudian dalam kurun waktu 6-7 tahun atau 60 bulan pada orang dewasa dan 20 bulan pada anak-anak, penyakit AIDS akan menjadi lebih bervariasi. Selain itu, masih terdapat gejala-gejala nonspesifik dari penyakit AIDS yang perlu diperhatikan. Gejala-gejala tersebut biasanya disebut dengan ARC (*AIDS Related Complex*). Gejala ini berlangsung lebih dari 3 bulan dengan gejala-gejala sebagai berikut:

- a. Berat badan turun lebih dari 10% dari berat badan semula.
- b. Menderita demam diatas 38 derajat Celcius.
- c. Mengeluarkan keringat pada malam hari tanpa sebab.
- d. Menderita diare kronis tanpa sebab yang jelas selama 1 bulan.
- e. Cepat merasa lelah yang berkepanjangan.
- f. Terdapat bercak-bercak putih pada lidah.
- g. Menderita penyakit kulit dan penyakit jamur pada mulut.
- h. Terdapat pembesaran kelenjar getah bening, anemia, *leukopenia* (kurang darah putih), *limfopenia* (kurang sel-sel limphosit), dan kurang sel-sel trombosit.
- i. Pada penderita HIV telah ditemukan antigen HIV atau antibodi terhadap HIV.

- j. Timbul gejala-gejala klinis lainya antara lain kelainan pada rambut kepala, kulit muka dan kulit bagian tubuh lainya, mata, hidung, rongga mulut (langit-langit, gusi dan gigi), paru-paru, alat kelamin, dan gejala penyakit opportunistik lainya.
- k. Berat badan semakin turun sehingga penderita AIDS tampak kurus dan kering (Hawari, 2006, hal. 92-94).

2. Penularan HIV/AIDS

HIV dapat menular melalui cairan tubuh, yaitu cairan sexual dan darah. Walaupun HIV dapat hidup pada semua cairan yang ada dalam tubuh, akan tetapi berbeda dengan penularannya. Penularan HIV hanya dapat ditularkan melalui cairan tertentu, yaitu darah, air mani (cairan bukan sperma), cairan vagina dan air susu ibu (ASI) (Paputungan, tanpa tahun, hal. 6).

Cara penularan HIV melalui :

- a. Melakukan hubungan sexual dengan pengidap HIV tanpa menggunakan kondom baik secara heteroseksual (lain jenis) maupun homoseksual (sesama jenis).
- b. Melalui transfusi darah maupun transplantasi organ lain dengan orang yang terinfeksi HIV.
- c. Melalui jarum suntik atau jarum bekas orang yang terinfeksi HIV. Seperti jarum tindik, tatto, akupuntur dan lain sebagainya.

- d. Bayi yang terular dari ibu saat persalinan atau lewat air susu ibu yang dikonsumsi oleh bayinya (Jannah, 2014, hal. 6).

Golongan yang beresiko tinggi terinfeksi HIV adalah :

- a. Seseorang yang suka berganti-ganti pasangan seksual baik homoseksual maupun heteroseksual.
- b. Para penerima transfusi darah yang tidak memperhatikan asal usul darah tersebut. Biasa yang sering tertular adalah penderita *hemophilia*.
- c. Penyalahgunaan obat secara intravena.
- d. Bayi yang tertular dari ibu yang telah terinfeksi HIV. Pada bayi yang tertular dimungkinkan HIV menular melalui fetus melalui plasenta, air susu, tertular dari darah saat melahirkan (Paputungan, tanpa tahun, hal. 6).

C. Resiliensi Dalam Perspektif Islam

Resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk tetap bertahan dibawah kondisi yang menekan dalam hidupnya. Dalam surat At Taghaabun ayat 11, Allah berfirman:

مَا أَصَابَ مِنْ مُّصِيبَةٍ إِلَّا بِإِذْنِ اللَّهِ وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ اللَّهُ قَلْبَهُ وَاللَّهُ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ ﴿١١﴾

Artinya ” tidak ada suatu musibah pun yang menimpa seseorang kecuali dengan izin Allah; dan Barangsiapa yang beriman kepada Allah niscaya Dia akan memberi petunjuk

kepada hatinya. dan Allah Maha mengetahui segala sesuatu” (Qs. At Taghaabun: 11).

Dari ayat tersebut disebutkan bahwa tidak ada suatu musibah yang menimpa hambanya kecuali dengan izin Allah. Segala musibah yang menimpa manusia baik penyakit atau apapun masuk kedalam kajian resiliensi yang disebut dengan faktor resiko. Dan Allah akan berjanji akan memberikan petunjuk terhadap musibah yang sedang didapaknya jika dia beriman kepada Nya.

Dalam ayat lain juga dijelaskan bahwa penderitaan, ketakutan, kelaparan, kekurangan harta juga termasuk cobaan dari Allah dan kedalam faktor resiko dari resiliensi. Orang-orang yang sabar dan mengucapkan Inna lillaahi wa innaa ilahi raaji'uun, maka mereka akan mendapatkan petunjuk dari allah dan merupakan wujud dari resiliensi yang dimilikinya. sebagaimana yang telah dijelaskan Allah dalam firmanya: Al Baqarah 155-157.

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ
وَالثَّمَرَاتِ ۖ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٦﴾ الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا
إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ ﴿١٥٧﴾ أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ
وَرَحْمَةٌ ۖ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُفْتَخُونَ ﴿١٥٨﴾

Artinya: “ Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlan berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (Yaitu) orang-orang yang

apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: “Inna lillaahi wa innaa ilahi raaji’uun. Mereka itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk” (Al Baqarah 155-157)

Sabar bukan berarti hanya menerima dan diam, akan tetapi dalam hal ini sabar berarti sikap untuk terus berusaha agar menjadi lebih baik. Hal ini sesuai dengan firman Allah pada Ar Ra’d 11

لَهُ مُعَقِّبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِمَّا أَمَرَ اللَّهُ إِنَّ
 اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّى يُغَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ
 سُوءًا فَلَا مَرَدَّ لَهُ وَمَا لَهُم مِّنْ دُونِهِ مِن وَالٍ ﴿١١﴾

Artinya: “Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikuti bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap sesuatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia” (Ar Ra’d 11)

Dari ayat-ayat diatas dapat dipahami bahwa cobaan dari Allah merupakan faktor resiko dalam resiliensi, dan Allah memberikan cobaan kepada kita agar kita senantiasa bersabar dan menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalani hidup.