

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan tentang regulasi emosi pada (ODHA) Orang Dengan HIV/AIDS dengan perilaku seksual LSL (Lelaki Seks Lelaki) di kota Kediri, antara lain sebagai berikut:

1. Proses regulasi emosi ODHA LSL

Regulasi emosi merupakan cara individu atau seseorang untuk mengolah emosi, ada 5 proses dalam regulasi emosi yaitu *situation selection* (pemilihan situasi), *situation modification* (modifikasi situasi), *attentional deployment* (terbukanya perhatian), *cognitive change* (perubahan kognitif), serta *modulation of respons* (penyesuaian respons) yang dilakukan oleh subyek ODHA LSL. Ada persamaan dalam proses *attentional deployment* (terbukanya perhatian) yaitu keempat subyek mempunyai kesamaan untuk bersikap tenang atau santai dalam menghadapi kondisinya dan proses *cognitive change* (perubahan kognitif) yang berusaha berdamai atau menerima keadaan yang mereka alami. Perbedaan pertama terjadi pada proses *situation selection* (pemilihan situasi) ketika mencari dukungan mereka memilih situasi yang berbeda yaitu ada yang bertemu dengan komunitas, ada yang memilih terbuka dengan keluarga dan ada juga yang mencoba untuk

memulihkan kondisi dengan mencari obat. Perbedaan selanjutnya terjadi pada proses *situasion modification* (modifikasi situasi) bahwa ada subyek yang berusaha untuk terlihat tidak lemah, terlihat baik-baik saja supaya terlihat tidak menakutkan dengan adanya kondisi mereka. Kemudian ada juga yang berusaha untuk meninggalkan perilaku LSL-nya dengan tujuan memperbaiki masa lalunya. Pada proses *modulation of respon* (penyesuaian respon) untuk mencari ketenangan dalam diri masing-masing ada subyek yang memahami bagaimana karakter mereka dalam menghadapi masalah. Kemudian ada yang terbuka dengan keluarganya dan ada juga yang mendekatkan diri kepada Tuhan. Dalam hal religiusitas, subyek S4 mengatakan bahwa mengaji dan beribadah merupakan upaya untuk mencari ketenangan batinnya. Tetapi proses dalam perbaikan diri juga dilakukan oleh para subyek dalam membenahi pribadi masing-masing. Meskipun terjadi persamaan atau perbedaan dalam proses regulasi emosi, proses-proses tersebut merupakan upaya yang dilakukan oleh para subyek ketika menghadapi kondisi atau status yang sedang dihadapinya. Sehingga dapat membuat mereka bersemangat lagi dalam menjalani kehidupannya.

2. Faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi ODHA LSL

Faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi terdiri dari hubungan antara anak dan orang tua, usia dan jenis kelamin serta hubungan interpersonal. Ada faktor yang mereka sepakati adanya keterkaitannya, ada juga yang mereka tidak sepakati. Pada faktor

hubungan antara anak dan orang tua, keluarga merupakan faktor utama yang dapat menunjang kesehatan karena adanya kedekatan secara emosional sehingga dapat memberikan dukungan secara mental dan fisik. Kemudian faktor yang kedua adalah hubungan interpersonal yang berkaitan dengan teman dekat, pasangan, atau lingkungan sekitar. Subyek merasa bahwa hal tersebut kurang lebih memberikan pengaruh terhadap regulasi emosinya karena lingkungan terdekat merupakan tempat yang nyaman untuk bertukar pikiran. Sedangkan dalam faktor usia dan jenis kelamin, ada perbedaan pendapat dalam hal ini. Subyek merasa usia memang memengaruhi dalam mengolah emosi, sedangkan untuk jenis kelamin merupakan faktor yang masih ragu di ungkapkan untuk mendukung regulasi emosinya. Jadi, faktor yang sangat mempengaruhi subyek terhadap regulasi emosinya adalah hubungan antara anak dan orang tua karena keluarga mempunyai kedekatan emosional dalam memberikan dukungan secara mental dan fisik.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian mengenai regulasi emosi pada (ODHA) Orang Dengan HIV/AIDS dengan perilaku seksual LSL (Lelaki Seks Lelaki) di kota Kediri., maka peneliti dapat memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Subyek ODHA LSL

Bagi subyek yang mempunyai dua status yaitu sebagai HIV positif dan sebagai LSL diharapkan mampu berdamai dengan status

keduanya. Stigma dan diskriminasi memang masih kental di lingkungan sekitar, namun menjadi manusia yang bebas berekspresi tanpa ketakutan akan hal itu merupakan suatu upaya untuk membahagiakan diri sendiri. Karena menjadi berbeda bukan suatu kejahatan yang perlu untuk dihindari keberadaannya.

2. Bagi LSM KDS “Friendship Plus”

Bagi LSM KDS “Friendship Plus” diharapkan tetap mengupayakan dukungan antar sebaya supaya dapat menolong atau memberi wadah bagi teman-teman yang ingin bertukar pikiran tanpa takut statusnya diketahui oleh publik. Keberadaan LSM ini mampu menjadi faktor yang memengaruhi regulasi emosi para subyek. Selain itu, dengan adanya LSM ini dapat memberikan informasi terkait HIV/AIDS sehingga dapat mengurangi adanya stigma dan diskriminasi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat menggunakan tinjauan teoritis dari ahli lain yang belum terdapat dalam penelitian ini. Peneliti yang mempunyai topik yang sama diharapkan dapat lebih menganalisa proses regulasi emosi dan faktor-faktor yang memengaruhi regulasi emosi sehingga mendapatkan indikator mana yang lebih baik untuk diterapkan pada (ODHA) Orang Dengan HIV/AIDS dengan perilaku seksual LSL (Lelaki Seks Lelaki) di kota Kediri.