

Srikandi Sejati sebagai Alternatif Program Peningkatan Kepercayaan Diri dan Penguatan *Growth Mindset* Perempuan Penyandang HIV di Bogor

Annisa Nurul Fadilla¹, Atina Aulia Hasanah², Nopi Isnaini³, Arrasyid Putra Rafi⁴,
Alif Nur Hidayah⁵, Nur Islamiah^{*6}

^{1,2,6}Ilmu Keluarga dan Konsumen, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor, Indonesia

^{3,4}Ekonomi Syariah, Fakultas Ekonomi dan Manajemen, Institut Pertanian Bogor, Indonesia

⁵Manajemen Hutan, Fakultas Kehutanan dan Lingkungan, Institut Pertanian Bogor, Indonesia

*e-mail: nurislamiah@apps.ipb.ac.id¹

Abstrak

Bagi orang dengan Human Immunodeficiency Virus (ODHIV), menjalani hidup dapat menjadi tantangan besar, baik secara fisik maupun mental. Secara psikologis, ODHIV menghadapi stres disebabkan salah satunya akibat stigma negatif masyarakat terhadap mereka. Untuk itu diperlukan program penguatan pola pikir perempuan penyandang HIV untuk menghadapi tantangan sosial. Program Srikandi Sejati dengan menggunakan metode ACTORS bertujuan meningkatkan kepercayaan diri dan menguatkan pola pikir growth mindset. Nama Srikandi Sejati bermakna perempuan penyandang HIV yang berani dan kuat untuk menghadapi tantangan sepanjang hidupnya. Program ACTORS terdiri dari Authority, Confidence, Competence, Trust, Opportunity, Responsibility, dan Support. Program ini dimulai dengan persiapan, pre-event: sosialisasi program dan pretest, dilanjutkan dengan sesi utama dan ditutup dengan post-event: closing dan post-test, serta monitoring dan Evaluasi. Program ini berhasil memberikan dampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri dari 5 ODHIV sebesar 50%. Selain itu, terdapat juga penguatan pola pikir growth mindset sasaran, yaitu sebanyak 4 ODHIV mengalami peningkatan dan 4 lainnya mendapatkan skor maksimal setelah mengikuti program.

Kata Kunci: Growth Mindset, HIV, Kepercayaan Diri, ODHIV, Perempuan

Abstract

For people who live with HIV (PLHIV), living life can be a big challenge, both physically and mentally. Psychologically, PLHIV faces stress due to one of the negative stigmas of society towards them. For this reason, a program is needed to strengthen the mindset of women with HIV to face social challenges. The Srikandi Sejati program uses the ACTORS method to increase self-confidence and enhance the growth mindset. The term "Srikandi Sejati" symbolizes women living with HIV who exhibit courage and resilience in facing life's challenges. ACTORS comprises Authority, Confidence and Competence, Trust, Opportunity, Responsibility, and Support. This program began with preparation, pre-event: program socialization and Pretest, continued with the main session, and closed with post-event: closing and post-test, as well as monitoring and Evaluation. This program has a positive impact on increasing self-confidence and strengthening the target mindset, as seen from changes in the results of pretest and post-test measurements. In addition, this program also strengthened the target growth mindset. The program successfully resulted in a 50% increase in self-confidence among 5 PLHIV participants. Furthermore, the targeted growth mindset was strengthened, with 4 participants showing notable improvement and 4 others achieving the highest scores after completing the program.

Keywords: Growth Mindset, HIV, PLHIV, Self-Confidence, Women

1. PENDAHULUAN

Human Immunodeficiency Virus (HIV) adalah infeksi yang menyerang sistem kekebalan tubuh sehingga membuat penderitanya menjadi rentan terhadap berbagai penyakit dan infeksi (WHO, 2023). Virus HIV menyerang sistem kekebalan tubuh dan menyebar melalui cairan tubuh seperti darah, air susu ibu, air mani, dan cairan vagina. Data Dinas Kesehatan Kota Bogor menunjukkan bahwa jumlah penderita HIV di Kota Bogor hingga bulan Mei 2024 terdapat 7266 kasus HIV dan 10 persen diantaranya merupakan perempuan.

Bagi orang dengan HIV (ODHIV) menjalani hidupnya dapat menjadi tantangan besar secara fisik dan psikologis. Terkait dengan psikologis, ODHIV tersebut rentan mengalami stres akibat stigma negatif dari masyarakat (Dyo et al. 2024). Tidak jarang ODHIV mengalami

diskriminasi dari lingkungan sekitar seperti dijauhi keluarga, dikucilkan, dan mendapatkan penolakan dari lingkungan sekitar yang disebabkan oleh ketakutan masyarakat terhadap penularan HIV. ODHIV pun biasanya mengalami kesulitan mengatur dirinya sendiri karena tekanan lingkungan tersebut, misalnya menjadikan mereka sulit menjalin hubungan dengan orang lain, sulit menerima kondisi penyakitnya, dan sulit memahami potensi yang ada dalam dirinya (Hattu et al., 2021). Sebanyak 85 persen dari ODHIV mengungkapkan bahwa mereka merasa tidak percaya diri (Lindner, 2023). Kepercayaan diri yang rendah dapat memperkuat *fixed mindset* karena individu cenderung percaya bahwa mereka tidak mampu mengubah situasi atau mengatasi hambatan yang ada (Prasetyo dan Asbari, 2023).

Dengan berbagai masalah yang dihadapinya, ODHIV juga memiliki konsep diri yang negatif, seperti merasa tidak berharga, tidak berguna, tidak berdaya, serta mengalami penurunan motivasi untuk menjalani kehidupan dan menarik diri dari lingkungan sosial (Lestari et al. 2023). Mereka cenderung memiliki perasaan putus asa, depresi, dan tertekan. Beban-beban mental berat yang sering mereka alami membuat ODHIV dapat berpikir untuk mengakhiri hidupnya dan merasa terdorong untuk bunuh diri (Katerina dan Abidin, 2024). Percobaan bunuh diri adalah perilaku yang timbul akibat rasa putus asa dalam menjalani hidup yang muncul karena individu merasa tidak mampu mencapai harapan yang telah ditetapkan sebelumnya.

Yayasan Sahira Bogor, merupakan Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) yang bergerak dengan fokus pendampingan dan edukasi HIV pada ibu, remaja, dan anak. Perempuan dengan HIV dari kalangan ekonomi menengah ke bawah memiliki masalah yang kompleks dan multifaset. Status HIV yang dimiliki menyebabkan menurunnya tingkat kepercayaan diri perempuan penyandang HIV sehingga mengakibatkan perilaku menutup diri. Menurunnya gairah hidup perempuan penyandang HIV menyebabkan rasa jenuh, termasuk juga ketidakpedulian pada kesehatan mereka, misalnya tidak telaten untuk minum obat. Selain itu, perempuan penyandang HIV mudah mengalami stres terhadap hal-hal yang terjadi dalam hidup. Disisi lain, mitra kekurangan program penguatan pola pikir dan peningkatan kepercayaan diri untuk mendukung dan meningkatkan kecakapan hidup perempuan penyandang HIV. Kecakapan hidup adalah kemampuan seseorang untuk dengan berani dan mau menghadapi tantangan dalam kehidupan dengan sikap yang tenang, tanpa merasa terbebani. Selanjutnya, individu tersebut mencari serta menemukan solusi untuk mengatasi setiap masalah yang muncul dengan cara yang proaktif dan kreatif (Ifnaldi, 2021). ODHIV perlu mempelajari dan mengembangkan kemampuan tangguh sebagai cara bertahan di tengah situasi dan masa sulit yang dihadapi (Oktapia dan Huwae, 2023).

Permasalahan lain yang dihadapi oleh ODHIV adalah kurangnya kepercayaan diri yang berdampak pada perilaku tertutup yang membentuk *fixed mindset*, lemahnya pola pikir *growth mindset* menyebabkan perempuan penyandang HIV tidak dapat berpikir jernih dalam menghadapi penyakit dan masalah sehari-hari serta kurangnya program yang berfokus pada pendampingan psikologis, khususnya penguatan pola pikir yang menyebabkan perempuan penyandang HIV kesulitan dalam menghadapi tantangan sosial. Untuk itu, diperlukannya program penguatan kepercayaan diri dan *growth mindset* guna meningkatkan kecakapan hidup perempuan penyandang HIV di Yayasan Sahira Bogor. Menurut Prasetyo dan Asbari (2023), individu dengan *growth mindset* cenderung melihat tantangan sebagai peluang dan ingin terus belajar. Program penguatan *growth mindset* ini menggunakan metode ACTORS. Melalui metode ACTORS (Sarah dan Steve Macaulay), hasil perubahan merupakan hasil yang direncanakan karena input yang digunakan telah dipertimbangkan dengan baik sejak awal, sehingga hasil yang diperoleh dapat memberikan manfaat secara optimal (Maani, 2011). Sarah Cook dan Steve Macaulay dalam Maani, (2011) menyatakan bahwa pemberdayaan berfokus pada masyarakat adalah subjek perubahan sehingga menekankan pentingnya melepaskan individu dari kontrol yang ketat, serta memberikan mereka kebebasan untuk bertanggung jawab atas ide, keputusan, dan tindakan mereka sendiri. Srikandi sejati terdiri dari dua kata "Srikandi" dan "Sejati". Srikandi berasal dari bahasa Sanskerta yang merupakan sosok perempuan berani. Srikandi Sejati melambangkan perempuan penyandang HIV selalu berani menghadapi tantangan hidup yang berat dan menjalani hidup bermakna. Program ini diharapkan menjadi landasan untuk perempuan penyandang HIV dapat menghadapi tantangan sosial.

Tujuan program adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri untuk mengurangi perilaku tertutup yang membentuk *fixed mindset*, menguatkan pola pikir *growth mindset* agar dapat berpikir jernih dalam menghadapi penyakit dan masalah sehari-hari, serta alternatif program penguatan pola pikir perempuan penyandang HIV untuk menghadapi tantangan sosial..

2. METODE

Dengan tujuan mencapai solusi optimal bagi permasalahan mitra, program ini dirancang melalui tiga tahap utama, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi. Persiapan dilaksanakan melalui diskusi bersama mitra, *in-depth interview* dan observasi terhadap ODHIV dan Yayasan Sahira Melalui diskusi yang intensif dengan dosen pembimbing dan tim, telah disusun berbagai panduan, instrumen, dan bahan pendukung yang akan menunjang keberhasilan program. Proses perumusan masalah telah dilaksanakan pada Februari 2024. Hasil survei pertama menjadi sumber data untuk proses diskusi bersama mitra berikutnya dalam menghasilkan program Srikandi Sejati. Selama program, proses pengumpulan data menggunakan metode *pretest*, *post-test*, *indepth-interview* atau testimoni, serta observasi. Data berikutnya diolah menggunakan metode skoring (*scoring*), verifikasi (*verification*), dan penyajian data (*data display*).

Implementasi program dilakukan berdasarkan masalah yang dihadapi oleh mitra, solusi yang dilakukan adalah membuat sebuah program yang dapat menguatkan *growth mindset* sebagai landasan untuk meningkatkan kecakapan hidup. Maka dari itu, dilaksanakan program penguatan *growth mindset* perempuan penyandang HIV di Yayasan Sahira Bogor dengan metode ACTORS. Melalui metode ACTORS (Sarah dan Steve Macaulay, 1997) hasil perubahan merupakan hasil yang direncanakan (Maani, 2011). Berdasarkan rumusan masalah, metode ACTORS fokus pada peningkatan kepercayaan diri dan juga perubahan pola pikir *fixed mindset* menjadi *growth mindset* yang diperlukan pada perempuan penyandang HIV. Komponen *authority*, *confidence and competence*, dan *trust* berkontribusi dalam peningkatan kepercayaan diri sasaran. Sedangkan, komponen *opportunity*, *responsibility*, dan *support* berkontribusi dalam menguatkan *growth mindset* sasaran. Dengan demikian, kepercayaan diri dan *growth mindset* yang dimiliki sasaran dapat meningkatkan kecakapan hidup sasaran. Konsep ditunjukkan ada gambar 1.



Gambar 1. Metode ACTORS

Implementasi program dimulai dengan *pre-event* untuk memperkenalkan dan mengidentifikasi karakteristik sasaran program. Dilaksanakan sosialisasi, internalisasi kelompok, dan *pretest*. Adapun 6 program utama meliputi *Authority: Truth or False*, *Confidence and Competence: Circle Talk*, *Trust: Home Sweet Home*, *Opportunities: Batik Day*, *Responsibility: Journaling Time*, *Support: Dear my Beloved One*, dan pengetahuan yang didapat dari setiap program akan dituangkan dalam bentuk tulisan kedalam buku *Growth Jurnal* masing-masing sasaran. Setiap kegiatan yang terdiri dari 6 rangkaian utama bertujuan meningkatkan kepercayaan diri dan merubah pola pikir dari *fixed mindset* menuju *growth mindset* yang dibutuhkan oleh ODHIV secara bertahap.

Basis program mengacu pada metode refleksi untuk menstimulasi ODHIV menyadari tingkat kepercayaan diri yang tinggi penting bagi dirinya sebagai seorang ODHIV. ODHIV diajak menyelami pengalaman, mengidentifikasinya, dan menjadikannya pelajaran untuk menjadi lebih baik. Berikutnya diterapkan berbagai metode interaktif, meliputi: *journaling*, melukis, menonton

film, *sharing session*, hingga membuat untuk memberikan pengalaman baru serta merangsang kreativitas ODHIV. Monitoring dilaksanakan melalui pemantauan di setiap kegiatan, juga melalui kegiatan *journaling*. Sasaran mengisi buku *Growth Jurnal* secara rutin setelah melaksanakan program setiap minggunya, sehingga dapat diamati perubahan kondisi psikologisnya selama mengikuti program. Adapun evaluasi dilakukan di setiap kegiatan melalui capaian Indikator Kinerja Umum (IKU), serta di akhir program melalui *post-test* dan testimoni. Alat ukur *pretest* dan *post-test* yang digunakan, yaitu Rosenberg (1965) dan Dweck dalam Rammstedth (2024).

Tabel 1. Kegiatan dan capaian indikator

No	Kegiatan	Indikator Ketercapaian
1	<i>Pre-event: Sosialisasi program dan Pretest</i>	80% sasaran mengetahui seluruh rangkaian program dan mengisi <i>pretest</i> dengan baik
2	<i>Authority: Truth or False</i>	Minimal 80% sasaran mampu memperkenalkan diri dan mulai terbuka tentang dirinya
3	<i>Confidence & Competence: Circle Talk</i>	80% sasaran percaya diri dengan mampu memotivasi sesama
4	<i>Trust: Home Sweet Home</i>	80% sasaran mengetahui dan melukiskan tujuan hidupnya
5	<i>Opportunity: Batik Day</i>	80% sasaran berani mencoba hal baru dan menyelesaikan tantangan yang diberikan
6	<i>Responsibility: Journaling Time</i>	80% sasaran mengetahui kelebihan dan kekurangan serta merancang strategi cara mengatasinya
7	<i>Support: Dear My Beloved One</i>	80% sasaran mampu menulis surat untuk <i>support-systemnya</i> .
8	<i>Post-event: Awarding dan Post-test</i>	80% sasaran menerima sertifikat program dan mengisi <i>post-test</i> dengan baik.

Implementasi program Srikandi Sejati dilaksanakan secara luring mulai pada tanggal 18 Mei hingga 13 Juli 2024, dengan total 5 pertemuan luring, 1 kunjungan rumah, dan 1 kunjungan rumah sakit. Lokasi pelaksanaan berada di Yayasan SAHIRA di Bogor Gedung Graha Pool, Jl. Merdeka No.110, RT.03/RW.03, Ciwaringin, Kecamatan Bogor Tengah, Kota Bogor, Jawa Barat 16111, Indonesia. Program diikuti 10 orang perempuan penyandang HIV dibawah naungan Yayasan LEKAS dan Yayasan Sahira Bogor. Kriteria dari sasaran yang mengikuti program ini yaitu: (1) reaktif HIV, (2) perempuan, (3) berusia rentang 25 tahun hingga 45 tahun, dan (4) berkomitmen mengikuti program.

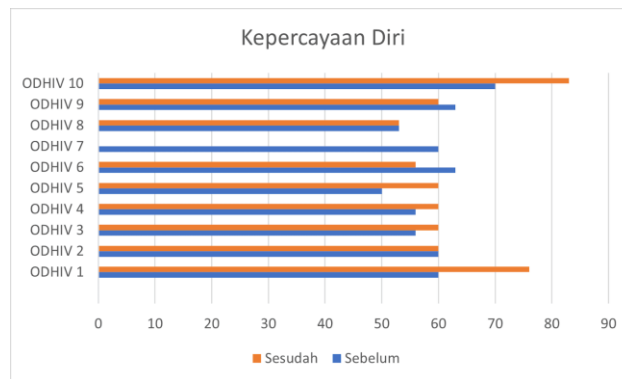
Alat dan media yang digunakan selama pelaksanaan program disesuaikan dengan setiap kegiatan, yakni *Pre-event: Sosialisasi dan Pretest* terdiri dari materi *power point* dan lembar *pretest*; *Authority: Truth or False* terdiri dari *Growth Journal* bagian 1, pulpen, dan papan permainan; *Confidence and Competence: Circle Talk* terdiri dari *Growth Journal* bagian 2, pulpen, spidol, film HIV, dan kertas karton; *Trust: Home Sweet Home* terdiri dari *Growth Journal* bagian 3, pulpen, dan seperangkat alat Lukis; *Opportunities: Batik Day* terdiri dari *Growth Journal* bagian 4, pulpen, alat membuat batik, papan jalan, dan *sound system*; *Responsibility: Journaling Time* terdiri dari *Growth Journal*, pulpen, dan pengeras suara; *Support: Dear My Beloved One* terdiri dari *Growth Journal*, pulpen, pengeras suara, kertas surat; serta *Post-event: Closing dan Post-test* terdiri dari sertifikat dan lembar *post-test*. Proyektor turut digunakan dalam setiap proses penyampaian pengetahuan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh mencakup tiga aspek utama yang menjadi fokus penelitian, yaitu peningkatan kepercayaan diri, penguatan *growth mindset*, dan tersedianya alternatif program pengembangan diri bagi perempuan penyandang HIV. Aspek kepercayaan diri diperoleh dari program yang didasari komponen *authority, confidence, and competence*, dan *trust* pada teori ACTORS. Aspek *growth mindset* diperoleh dari program yang didasari komponen *opportunity, responsibility, dan support* pada teori ACTORS. Dan, aspek alternatif program diperoleh dari survey kepuasan dan testimoni peserta program. Berikut adalah hasil penelitian.

3.1. Hasil 1: Peningkatan Kepercayaan Diri

Untuk mencapai kesejahteraan psikologis, ODHIV setidaknya harus memiliki tingkat kepercayaan diri yang cukup karena kepercayaan diri berhubungan positif terhadap kesejahteraan psikologis (Dana *et al.* 2022). Program Srikandi Sejati berdampak positif terhadap peningkatan kepercayaan diri sasaran. Hal ini dibuktikan melalui perubahan hasil pengukuran *pretest* dan *post-test* dengan menggunakan Skala Rosenberg (1965) yang terdiri dari 10 soal. Berdasarkan hasil instrumen, terdapat 5 ODHIV yang mengalami peningkatan indeks kepercayaan diri (meningkat 50%). Grafik hasil dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Grafik Kepercayaan Diri Sasaran

Hasil dapat tercapai melalui rangkaian kegiatan yang dirancang berdasarkan metode ACTORS, mulai dari *Authority* untuk membangun otoritas diri sebagai bibit tumbuhnya percaya diri, *Confidence and Competence* untuk menguatkan kepercayaan dan keyakinan diri, dan *Trust* untuk meningkatkan kepercayaan akan potensi diri.

Authority adalah program pertama dengan tujuan membangun otoritas diri ODHIV. Otoritas diri yang dibangun berupa kepercayaan dalam memperkenalkan diri di depan orang dan keterbukaan dalam menerima kondisi yang sekarang. Dengan kegiatan bermain *Truth or False* berupa sasaran bermain permainan menebak 2 fakta dan 1 kebohongan dan mengisi biografi, 90% sasaran mampu memperkenalkan diri dengan baik dan terbuka tentang dirinya.



Gambar 3. Dokumentasi kegiatan *Truth or False*

Confidence and Competence adalah program kedua dengan tujuan membangun kepercayaan diri dan keyakinan akan kemampuan ODHIV. Kepercayaan diri yang dibangun berupa keyakinan dalam mengelola kondisi, dukungan emosional, dan rasa pencapaian. Dengan kegiatan *circle talk* berupa menonton film tentang HIV, *sharing session* tentang titik terendah dan cara mereka bangkit, serta menulis pesan motivasi bagi orang lain yang hidup dengan HIV, 90% sasaran percaya diri dan mampu memberi motivasi pada sesama.

Trust adalah program ketiga dengan tujuan meningkatkan keyakinan dalam diri ODHIV. Kegiatan *home sweet home* berupa merefleksikan, menyusun, dan melukis tujuan hidup di atas kanvas. Dengan kegiatan ini, 70% ODHIV mampu mengidentifikasi dan menggambarkan tujuan hidup mereka dengan jelas. Program ini membantu peserta merasa lebih terarah dan percaya diri dalam menghadapi masa depan.



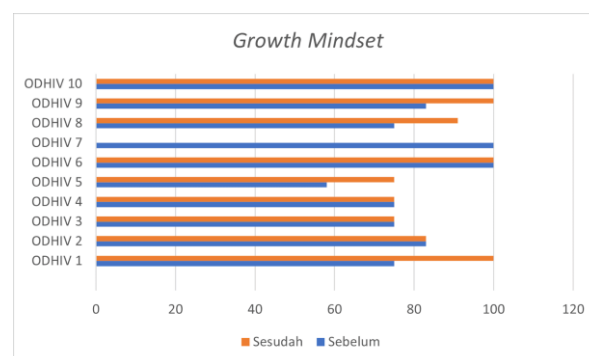
Gambar 4. Dokumentasi kegiatan *Circle Talk*



Gambar 5. Dokumentasi kegiatan *Home Sweet Home*

3.2. Hasil 2: Penguatan *Growth Mindset*

Motivasi hidup untuk menghadapi memerlukan pola pikir *growth mindset*. Sebagaimana ODHIV harus menguatkan pola pikir *growth mindset* untuk menumbuhkan motivasi internal dalam menghadapi penyakitnya Program Srikandi Sejati terbukti menguatkan *growth mindset* ODHIV (Ng 2018). Penguatan diamati melalui hasil pengukuran *pretest* dan *post-test* menggunakan Dweck *Growth Mindset Scale* (1997) yang terdiri dari 3 soal yang dimodifikasi. Berdasarkan instrumen, terdapat 4 ODHIV yang mengalami peningkatan indeks *growth mindset* dan 4 ODHIV memiliki skor maksimum setelah mengikuti program. Grafik hasil dapat dilihat pada gambar.



Gambar 6. Grafik Penguatan *Growth Mindset*

Upaya penguatan *growth mindset* turut dilaksanakan secara intensif melalui rangkaian program yang dirancang berdasarkan metode ACTORS berlanjut dari *opportunity* untuk membangun keberanian ODHIV mengambil peluang di depan, *responsibility* untuk membangun pengelolaan diri yang bertanggung jawab, dan *support* untuk membangun dukungan eksternal bagi ODHIV.

Opportunity adalah program keempat dengan tujuan ODHIV berani mengambil peluang. Kegiatan Batik *Day* berupa membuat batik. Dengan kegiatan ini, 90% sasaran berani untuk mencoba hal baru dan menyelesaikan tantangan yang diberikan. Program ini membantu peserta merasa lebih berdaya dan siap menghadapi tantangan, serta membuka peluang untuk keterlibatan lebih aktif dalam kegiatan ekonomi dan sosial.



Gambar 7. Dokumentasi kegiatan Batik Day

Responsibility adalah program kelima dengan tujuan untuk membantu ODHIV mengelola perubahan diri dengan bertanggung jawab. Kegiatan *journaling time* berupa relaksasi pernapasan dan menulis *journaling* tentang kelebihan dan kekurangan diri. Melalui kegiatan ini, 90% sasaran mampu mengetahui kelebihan dan kekurangan serta merancang strategi cara mengatasinya. Program ini membantu ODHIV untuk lebih menerima diri sendiri, mengidentifikasi area untuk perbaikan, dan mengambil tanggung jawab penuh atas perubahan positif dalam hidup mereka.



Gambar 8. Dokumentasi kegiatan Journaling Time

Program keenam, *support* bertujuan untuk memperkuat hubungan antara ODHIV dan sistem pendukung mereka. Kegiatan *dear my beloved one* berupa penulisan surat sebagai ungkapan rasa terima kasih kepada sistem pendukung serta pemberian hadiah batik yang dibuat sendiri. Melalui kegiatan ini, 80% peserta berhasil mengekspresikan apresiasi dan rasa terima kasih mereka, yang berdampak positif pada penguatan hubungan emosional dan dukungan sosial. Program ini berkontribusi pada perasaan keterhubungan dan dukungan yang lebih kuat bagi ODHIV, yang sangat penting untuk kesehatan fisik dan emosional mereka dalam menghadapi tantangan hidup dengan HIV.



Gambar 9. Dokumentasi kegiatan Dear My Beloved One

3.3. Hasil 3: Tersedianya Alternatif Program Pemberdayaan Perempuan Penyandang HIV

Program Srikandi Sejati telah berhasil menyediakan alternatif coping sikap tertutup ODHIV untuk diterapkan pada mitra melalui 2 aspek *self-development* yang ditunjang luaran

komprehensif: (1) buku pedoman mitra, berisi kurikulum dan panduan pelaksanaan program; (2) *Growth Journal*, buku saku peserta program dan wadah jurnal yang efektif menyalurkan perasaan ODHIV. Program Srikandi Sejati juga berhasil mencapai kepuasan program 90% yang menunjukkan program dibutuhkan, menyenangkan, dan mampu menyelesaikan permasalahan sasaran.

4. KESIMPULAN

Program Srikandi Sejati yang didukung oleh metode ACTORS berhasil meningkatkan kepercayaan diri, menguatkan *growth mindset* sasaran dan menyediakan alternatif program penguatan aspek psikologis ODHIV. Hasil program tersebut didukung juga dengan beberapa luaran wajib dan tambahan. Program ini mendapatkan umpan balik positif dari sasaran berdasarkan testimoni pada pohon harapan. Maka dari itu, ada beberapa keberlanjutan program yang dilaksanakan mitra, seperti penyerahan buku pedoman pelaksanaan program kepada mitra dan pendampingan dari Kader *Care* Kota Bogor. Dengan penyerahan tersebut, diharapkan instansi manapun dapat melaksanakan program tersebut secara mandiri di kemudian hari.

Selama ini, pemberdayaan ODHIV terlalu berfokus pada kesehatan fisiknya, padahal kesehatan mental dan kondisi psikologis juga berpengaruh terhadap kesehatan fisiknya. Oleh karena itu, pemerintah dan LSM yang bergerak di bidang HIV/AIDS perlu memperhatikan kondisi psikologis ODHIV salah satunya melalui program peningkatan kepercayaan diri dan pola pikir menuju *growth mindset* dapat diterapkan kepada ODHIV lainnya untuk mengurangi beban psikologis dan mendukung kualitas hidup mereka. Program Srikandi Sejati menyasar pada perempuan dengan ODHIV. Namun, dengan semakin meningkatnya angka HIV, kedepan program ini juga dapat dilakukan kepada ODHIV laki-laki dengan beberapa penyesuaian pada mata kegiatan.

Kemudian, bagi pelaksana program serupa, dikarenakan membina ODHIV adalah berarti bersinggungan dengan kelompok rentan, maka sebaiknya lebih diperhatikan lagi pendekatan yang lebih baik kepada mereka, misalnya dengan pendekatan humanis, tidak menghakimi, menghormati dan menjaga privacy ODHIV. Hal ini dikarenakan mereka cenderung tertutup serta memiliki kondisi kesehatan fisik dan mental psikologis yang kurang stabil sehingga membutuhkan kesabaran, keuletan, dan kegigihan dalam berinteraksi dengan mereka. Selain itu, tantangan bagi pelaksana program adalah agar bisa memberikan penguatan pada sasaran agar mereka dapat hadir dan fokus memusatkan pikiran pada saat program berlangsung dan mengisi *growth journal* sesuai instruksi pelaksana program agar mendapat manfaat yang utuh dari program. Terakhir, untuk pelaksana program serupa, akan lebih baik jika program diperluas tidak hanya menyasar ODHIV, tapi lebih holistik dengan melibatkan kader HIV yang tersebar di seluruh Kota Bogor, dengan koordinasi bersama Dinas Kesehatan dan Komisi Penanggulangan AIDS (KPA), serta praktisi di bidang psikologis setempat, dengan harapan dapat diterapkan juga oleh kader HIV di daerahnya masing masing.

UCAPAN TERIMA KASIH

Para penulis mengucapkan terima kasih kepada Direktorat Jenderal Pembelajaran dan Kemahasiswaan Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi Republik Indonesia yang telah memberikan dukungan finansial terhadap pelaksanaan pengabdian ini. Selain itu, ucapan terima kasih diberikan kepada Yayasan Lekas dan Sahira sebagai mitra dan seluruh ODHIV yang bersedia mengikuti seluruh rangkaian program ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kota Bogor. (2024). *Analisis situasi HIV/AIDS tahun 2024*.
- Dyo, D. R., Esterilita, M., & Muhammad, M. (2024). Strategi Coping Orang Dengan HIV/Aids Dalam Menghadapi Stigma Masyarakat Di Wilayah Jakarta Timur Case Study Yayasan Tegak Tegar. *Jurnal Pendidikan*, 33(3), 651-658.
- Hattu, S. D., Desi, dan Lahade, J. (2021). Konsep diri dan *well-being* penderita HIV/AIDS di Kota Ambon. *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa*, 4(1), 117-128.
- Ifnaldi. (2021). Pendidikan kecakapan hidup. *Dar El-Ilmi: Jurnal Studi Keagamaan, Pendidikan Dan Humaniora*, 8(2), 170-188.
- Katerina, S., & Abidin, Z. (2024). Pengalaman hidup orang dengan HIV dalam menghadapi diagnosis positif HIV: Studi fenomenologi. *Journal of Syntax Literate*, 9(8).
- Lestari, D. I., Yunita, R., & Rahmat, N. N. (2023). Hubungan Konsep Diri Dengan Kesejahteraan Psikologis Pada Pasien HIV/AIDS Di Lembaga Cahaya Prolink Kabupaten Poboilinggo. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 268-278.
- Lindner, J. (2023). *Must-Know Self-Confidence Statistics*. Must-Know Self-Confidence Statistics [Latest Report] • Gitnux.
- Maani, K. Dt. (2011). Teori ACTORS dalam pemberdayaan masyarakat. *Demokrasi*, 10(1), 53-66.
- Oktapia, A., Huwae, A. (2023). Description of resilience in adolescents with HIV/AIDS. *Journal of Psychology*, 4(1), 1-10.
- Prasetyo, D. dan Asbari, M. (2023). *Fixed mindset versus growth mindset: Model pengembangan sumber daya manusia*. *Literaksi: Jurnal Manajemen Pendidikan*, 1(1), 215-221.
- Rammstedt, B., Grüning, D. J., Lechner, C. M. (2024). Measuring growth mindset: Validation of a three-item and a single-item scale in adolescents and adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 40(1), 84-95.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and The Adolescent Self-Image*. Princeton University Press. Princeton. NJ
- Yayasan KNCV Indonesia. (2023). *Mengenal HIV dan Aids serta tanda-tanda gejalanya*. Mengenal HIV dan AIDS serta Tanda-tanda Gejalanya (kemkes.go.id).
- World Health Organization. (2023). *HIV and AIDS*. HIV and AIDS (who.int).

Halaman Ini Dikosongkan