

BAB II

LANDASAN TEORI

A. *Meaningfulness* (Makna Dalam Kehidupan)

1. Pengertian Makna Hidup (*Meaninfulness*)

Secara bahasa, makna hidup dapat diartikan sebagai tujuan atau tujuan yang memberikan arti dan jalan hidup seseorang. Semua orang menemukan makna dalam hidup mereka melalui berbagai cara, seperti agama, hubungan sosial, kemajuan profesional, atau pengembangan pribadi. Makna hidup adalah hal-hal yang dianggap penting dan berharga serta dapat memberikan nilai khusus bagi seseorang, sehingga layak layak dijadikan tujuan dalam kehidupan.¹ Meskipun makna hidup sangat subjektif, berbagai perspektif dapat mencakup pencarian kebahagiaan, pemenuhan tujuan pribadi atau spiritual, pelayanan kepada orang lain, atau pencapaian kebijaksanaan dan pengetahuan.

Dalam Islam, makna hidup mengarah pada ketaatan kepada Allah dan memenuhi tujuan penciptaan manusia sesuai dengan ajaran agama. Ini melibatkan taqwa, yaitu kesadaran dan ketaatan kepada Allah, serta melakukan ibadah seperti shalat, puasa, zakat, dan haji untuk mendekatkan diri kepada-Nya. Manusia dianggap

¹ Bastaman, H.D. logo terapi. "Psikologi untuk menemukan makna hidup dan meraih hidup bermakna" vol 04 no 6 (2007) hal 43

sebagai khalifah Allah di bumi, dengan tujuan utama untuk beribadah kepada-Nya, membangun masyarakat yang adil, dan menjaga apa yang telah Dia ciptakan. Konsep akhirat juga menjadi bagian penting, di mana kehidupan dunia adalah ujian untuk memperoleh balasan atau pahala berdasarkan amal perbuatan, sementara tindakan baik, keadilan, dan kontribusi positif kepada masyarakat juga ditekankan sebagai bagian dari makna hidup yang sejalan dengan ajaran agama Islam.

2. Konsep Makna Hidup

Viktor Frankl, seorang ahli logoterapi, mengemukakan konsep makna hidup dalam bukunya *Man's Search for Meaning*, yang pertama kali diterbitkan pada tahun 1946. Ia berpendapat bahwa makna hidup dapat ditemukan dalam berbagai keadaan, baik saat mengalami kebahagiaan maupun penderitaan. Namun, makna tersebut tidak diberikan oleh orang lain, melainkan harus ditemukan secara personal oleh setiap individu.² Dalam buku ini, Frankl mengemukakan bahwa meskipun manusia tidak selalu dapat mengendalikan situasi eksternal mereka, mereka memiliki kebebasan untuk memilih respons mereka terhadap situasi tersebut.

² Haiza Sri Qori'ah, Yuninda Tria Ningsih. "Gambaran makna hidup pada beberapa kalangan masyarakat di Indonesia" *Jurnal riset psikologi* Vol2020 No 03 (september 2020) Hal 2

Konsep logoterapi yang dikembangkan oleh Frankl menekankan pentingnya menemukan tujuan dan makna hidup, bahkan dalam penderitaan. Dengan menemukan makna, seseorang dapat menemukan kekuatan untuk bertahan dan menjalani kehidupan dengan lebih bermakna.

Menurut pandangan Buya Hamka kehidupan manusia di dunia akan terus berlanjut selama ada manusia yang hidup, dengan segala kesusahan dan ujian yang menyertainya sebagai bagian dari pengujian keimanan terhadap berbagai aspek kehidupan. Dalam pandangan Buya Hamka, terdapat seruan kepada umat manusia untuk merayakan kehidupan dengan penuh kebahagiaan, dengan tujuan menciptakan kehidupan yang damai dan harmonis. Lebih lanjut, Buya Hamka menekankan pentingnya saling menjaga jiwa sesama manusia, dengan keyakinan bahwa menjaga satu jiwa seakan-akan menjaga ribuan jiwa lainnya. Dalam tafsir Al Azhar, Buya Hamka mendorong agar ayat-ayat Al-Quran menjadi sumber inspirasi kehidupan, memberikan keberanian kepada manusia untuk menghadapi realitas kehidupan yang sulit dengan tekad yang kuat. Untuk mewujudkan kebermaknaan hidup yang jelas.³

³ Ilmu Sosial et al., "Seri Konferensi Global : Kebermaknaan Hidup Pensiunan Pegawai Negeri Sipil Di Kota Bengkulu" 5 (2020).

Kruger menyatakan bahwa makna hidup merupakan cara atau gaya yang digunakan seseorang dalam menghadapi kehidupan, untuk mengekspresikan eksistensinya, dan pendekatan setiap individu terhadap kehidupannya bersifat berbeda dan unik. Ketika seseorang mencapai tingkat kesadaran yang lebih tinggi, yang berfokus pada pencarian makna-makna, maka dapat dipastikan bahwa pemaknaan hidup seseorang akan berbeda dengan orang lain.

Pentingnya makna hidup menurut pandangan Filsafat hidup (*philosophy of life*) Filsafat hidup mengundang orang untuk merenungkan nilai-nilai fundamental yang membimbing kehidupan mereka dan memahami konteks filosofis yang melingkupinya. Ini dapat memberikan arahan dan kerangka pemikiran bagi individu untuk menjalani kehidupan mereka secara lebih reflektif dan bermakna. Dalam "*Being and Time*" karya Martin Heidegger, filsuf ini menjelajahi konsep eksistensialisme dengan memfokuskan perhatiannya pada hubungan manusia dengan waktu. Karya ini membahas bagaimana individu terkait dengan waktu, merenungkan makna hidup sebagai suatu eksistensi dalam dunia. Heidegger menggunakan konsep "*Dasein*" untuk merujuk pada eksistensi manusia, menekankan pertanyaan tentang apa artinya menjadi manusia dan bagaimana individu memberikan makna kepada keberadaannya melalui pengalaman uniknya. Karya monumental ini menandai kontribusi

penting Heidegger dalam membentuk pemahaman tentang eksistensi manusia dan menyajikan pertanyaan filosofis yang mendalam mengenai keberadaan dan waktu.⁴

Makna hidup adalah konsep yang mendalam dan kompleks dalam kehidupan manusia. makna hidup mencakup pemahaman individu tentang tujuan, nilai, dan orientasi hidup mereka. Sepanjang hidupnya individu menginginkan kehidupan yang baik, nyaman, dan lebih berarti untuk dirinya sendiri maupun orang di sekitarnya. Maka tak heran jika dalam menyikapi kondisi yang sedang dijalani individu memiliki persepsi yang berbeda-beda, sehingga individu perlu menghayati pikirannya tentang apa arti makna hidup. Makna hidup sangat penting bagi seseorang untuk memahami bagaimana hakikat dan tujuan hidup di dunia, Menjalani hidup sebagai manusia sebaiknya diiringi dengan sikap yang bermanfaat bagi orang lain, berbagi dengan sesama, menghargai setiap individu tanpa merendahkan, serta mengutamakan rasa solidaritas dalam kehidupan bermasyarakat.

3. Aspek – Aspek *Meaningfulness*

Aspek yang membentuk kebermaknaan hidup, termasuk tujuan hidup sebagai pilihan individu untuk memberikan nilai

⁴ Armada Riyanto “Berfilsafat : *Being And Time*” Martin Heidegger: Catatan Sketsa” Hal 05 (2017)

khusus pada eksistensi mereka, kepuasan hidup sebagai perasaan individu terhadap kesenangan dan kepuasan dalam mengevaluasi hidup mereka, kebebasan sebagai tanggung jawab individu dalam mengendalikan kebebasan yang dimiliki, sikap terhadap kematian sebagai pandangan individu terhadap akhir kehidupan dan persiapan mereka terhadapnya, pikiran tentang bunuh diri sebagai reaksi terhadap perasaan kehilangan makna dalam hidup, dan kepatutan hidup sebagai evaluasi individu terhadap nilai dan arti hidup mereka. Pemahaman dan penerapan aspek-aspek ini tidak hanya membantu individu menemukan arah dan makna yang mendalam dalam hidup mereka, tetapi juga memberikan landasan yang kokoh bagi peningkatan kesejahteraan psikologis, yang pada gilirannya memperkuat fondasi untuk menjalani kehidupan yang bermakna.⁵

Aspek-aspek yang terkandung dalam *Meaningfulness* pada ODHA antara lain :

1. *Self-understanding* (pemahaman diri)

Proses pemahaman seseorang memperoleh wawasan mendalam tentang dirinya sendiri, termasuk kepribadian, emosi, motivasi, kekuatan, kelemahan, nilai-nilai, dan tujuan hidup.

⁵ Viqri Novielza Putri, "Profil Kebermaknaan Hidup Siswa Membolos" *jurnal aplikasi iptek indonesia*, Vol 4 No 2 (2020) hal 6

2. *Purpose of life* (tujuan hidup)

Proses perjalanan individu dengan HIV/AIDS dalam mencari dan memahami makna serta tujuan yang mendasari kehidupan mereka.

3. *Changing attitudes* (mengubah sikap)

Serangkaian langkah yang melibatkan perubahan dalam sikap atau pandangan seseorang yang hidup dengan HIV/AIDS terhadap suatu topik, situasi, atau orang lain.

4. *Self-reliance* (kemandirian)

Kemampuan dan keyakinan seseorang yang hidup dengan HIV/AIDS untuk mengandalkan diri sendiri dalam memenuhi kebutuhan dan menyelesaikan masalah disebut kemandirian (*self-reliance*).

5. *Directional activities* (terarah)

Keadaan yang terarah atau jelas dan mampu terfokuskan pada tujuan tertentu, sering kali melibatkan panduan, petunjuk, atau strategi yang membantu individu yang hidup dengan HIV/AIDS mencapai hasil yang diinginkan.

6. *Social Support* (dukungan sosial)

Dukungan sosial dari orang lain termasuk keluarga, teman, kolega, dan komunitas sangat penting bagi kesejahteraan

individu yang hidup dengan HIV/AIDS, memberikan kenyamanan emosional, saran, bantuan praktis, dan sumber daya lainnya.

Kebermaknaan hidup orang dengan HIV/AIDS juga dipengaruhi oleh aspek spiritualitas dan merupakan peran penting dalam meningkatkan kesejahteraan mereka. Sebagian besar ODHA memandang spiritualitas sebagai pilihan pribadi dengan kekuatan pribadi. Ketika ODHA menghadapi stigma negatif, mereka menanganinya dengan praktik spiritual seperti doa dan meditasi, serta dengan bantuan penasihat kesehatan mental untuk menangani masa-masa sulit tersebut.

Pemahaman dan penerapan aspek-aspek ini dapat membantu individu menemukan makna yang mendalam dalam hidup mereka, memberikan arah dan tujuan yang berarti, serta memberikan kesejahteraan dan kepuasan psikologis yang lebih besar. yang meliputi, Tujuan Hidup Sebagai pilihan individu untuk memberikan nilai khusus pada hidup mereka. Kepuasan Hidup Perasaan individu terhadap kepuasan dalam menilai dan menikmati hidup mereka. Kebebasan Tanggung jawab individu dalam mengendalikan kebebasan yang dimiliki.

Sikap terhadap Kematian Pandangan individu terhadap kematian dan bagaimana mereka mempersiapkan diri menghadapinya. Pikiran tentang Bunuh Diri Reaksi individu terhadap perasaan kehilangan makna dalam hidup, dan kecenderungan untuk menghindari pikiran bunuh diri. Kepantasan Hidup Evaluasi individu terhadap perjalanan hidup mereka, menentukan apakah hidup mereka masih layak untuk diperjuangkan. Oleh karena itu, penting bagi kita yang peduli terhadap individu yang hidup dengan HIV/AIDS untuk memberikan dukungan dan berjuang bersama mereka dalam perjalanan kehidupan mereka.

4. Tujuan *Meaningfulness*

Tujuan dari kebermaknaan hidup pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) adalah untuk menemukan makna yang penting dalam kehidupan mereka, yang melibatkan sejumlah aspek penting. Ini termasuk mengalami perubahan persepsi terhadap makna hidup setelah menerima diagnosis HIV/AIDS, memperlihatkan ketahanan mental dan emosional, memiliki tujuan dan harapan yang memotivasi, serta menerima dukungan sosial yang kuat. Individu yang memiliki pemahaman mendalam tentang hidupnya adalah mereka yang memiliki tujuan hidup yang jelas, yang diperoleh dari

nilai-nilai yang diperoleh melalui pengalaman hidup. Melalui proses refleksi atas pengalaman tersebut, individu dapat memahami sejauh mana kehidupan yang dijalannya memiliki makna, yang pada gilirannya menumbuhkan rasa optimisme dalam menjalani hidup.

Bagi ODHA, tujuan kebermaknaan hidup mereka adalah untuk menemukan sesuatu yang sangat berarti dan penting bagi mereka secara pribadi, dengan pengakuan bahwa setiap individu memiliki keunikan dalam perjalanannya. Penelitian yang ada menunjukkan bahwa tingkat dukungan dari keluarga, tingkat stigma yang dihadapi, dan tingkat depresi dapat signifikan mempengaruhi kualitas hidup ODHA.⁶

5. Fator Kebermaknaan Hidup

Faktor-faktor yang memengaruhi kebermaknaan hidup pada orang dengan HIV/AIDS (ODHA) sangatlah kompleks dan beragam.

Perubahan persepsi terhadap makna hidup setelah menerima diagnosis HIV/AIDS merupakan hal yang signifikan, membutuhkan penyesuaian terhadap kondisi baru yang dihadapi. Selain itu, tingkat ketahanan mental dan emosional ODHA memainkan peran

⁶ rman Nuryadin Siddik et al., "Hubungan Antara Ikhlas Dan Dukungan Sosial Dengan Kebermaknaan Hidup Pada Orang Dengan HIV/AIDS," *Psikoislamedia Jurnal Psikologi* 3, no. 1 (2018): 98-114.

penting dalam mengatasi stres dan tekanan yang dihadapi serta menemukan makna dalam pengalaman hidup mereka. Faktor eksternal seperti tujuan dan harapan yang dimiliki ODHA, bersama dengan dukungan sosial yang mereka terima dari keluarga, teman, dan komunitas, juga berdampak pada kebermaknaan hidup mereka. Namun, stigma dan diskriminasi dapat menjadi hambatan besar dalam pencarian makna hidup ODHA, memengaruhi kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Oleh karena itu, upaya untuk memahami dan mengatasi faktor-faktor ini penting dalam mendukung kesejahteraan ODHA.⁷

B. Pengertian ODHA

ODHA (Orang dengan HIV/AIDS) adalah istilah yang digunakan untuk menggantikan kata "penderita," yang cenderung memiliki konotasi negatif. Istilah ini menekankan bahwa seseorang yang terdiagnosis positif HIV tetap memiliki hak dan

⁷ Vindi elok latifatul Kolbi, "Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Orang Dengan Hiv/Aids (ODHA)," *Media Gizi Kesmas* 11, no. 2 (2022): 643–53, <https://doi.org/10.20473/mgk.v11i2.2022.643-653>.

kesempatan untuk menjalani kehidupan yang bermakna, produktif, dan sehat dengan dukungan medis serta sosial yang tepat. Penggunaan istilah ODHA bertujuan untuk mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap individu yang hidup dengan HIV/AIDS, serta mendorong pendekatan yang lebih inklusif dan manusiawi dalam masyarakat. Mereka yang terinfeksi HIV, atau ODHA, umumnya tetap tampak sehat selama bertahun-tahun meskipun dapat menularkan virus tersebut. Penting untuk dicatat bahwa menjadi positif HIV tidak berarti seseorang memiliki AIDS. AIDS (Acquired Immunodeficiency Syndrome) adalah sekumpulan gejala yang muncul akibat kerusakan sistem kekebalan tubuh yang disebabkan oleh infeksi HIV. HIV adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh, yang sangat penting untuk melindungi tubuh dari penyakit. Jika sistem kekebalan tubuh terganggu atau dihancurkan oleh virus, hal itu dapat mengarah pada kematian. Secara bertahap, HIV melemahkan sistem kekebalan tubuh dengan menyerang dan merusak sel-sel darah putih tertentu, yaitu

sel *T-helper*, yang bertanggung jawab untuk menghasilkan zat anti dalam tubuh.⁸

C. HIV/AIDS

1. Pengertian HIV /AIDS

HIV, yang merupakan singkatan dari *Human Immunodeficiency Virus*, adalah virus yang menyerang dan merusak sistem kekebalan tubuh manusia. Sementara itu, AIDS (*Acquired Immunodeficiency Syndrome*) adalah sekumpulan gejala dan tanda penyakit yang muncul akibat ketidakmampuan sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi atau penyakit. HIV hanya dapat ditemukan dalam sel darah putih tertentu yang ada dalam cairan tubuh, seperti darah, air liur, air mata, cairan otak, keringat, dan air susu ibu, meskipun jumlahnya relatif kecil dalam cairan tersebut.⁹ HIV hanya ditemukan pada sel darah putih tertentu, yang terdapat dalam berbagai cairan tubuh. Selain itu, virus ini juga dapat ditemukan dalam jumlah kecil pada air mata, air liur, cairan otak, keringat, dan air susu ibu. Secara kumulatif, penderita

⁸ Iqbal Putra, Moch Zaenal Hakim, and Wawan Heryana, "Keinginan Bunuh Diri Orang Dengan HIV Dan AIDS (ODHA) Dampingan Yayasan PKBI DKI Jakarta," *Jurnal Ilmiah Rehabilitasi Sosial* 01, no. 1 (2019): 93–110.

⁹ Susanti, R. W. D. "Gambaran pengetahuan mahasiswa tentang hiv/aids di Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu". *Jurnal Martenity and Neonatal*, vol2 no6, 2019 Hal341-349.

HIV/AIDS di Indonesia paling banyak terdapat pada kelompok umur 20-49 tahun, yang merupakan kelompok usia yang aktif dalam kegiatan seksual.¹⁰

2. Faktor HIV/AIDS

Penularan *Human Immunodeficiency Virus* (HIV) merupakan proses dimana virus ini dipindahkan dari satu orang ke orang lainnya. Proses ini bisa terjadi melalui berbagai cara, umumnya melibatkan interaksi langsung antara cairan tubuh yang terinfeksi HIV dengan membran mukosa atau aliran darah individu lain. Kontak dengan darah yang terinfeksi merupakan cara penularan yang signifikan. Selain itu, transmisi dari ibu ke bayi dapat terjadi selama kehamilan, persalinan, atau menyusui.

Upaya pencegahan dan edukasi yang tepat sangat penting untuk mengurangi risiko penularan HIV dan membatasi penyebarannya dalam masyarakat. Faktor penyebab terjadinya HIV/AIDS sebagian besar disebabkan oleh tertular melalui hubungan seksual dengan suami. Faktor penyebab HIV/AIDS yang kedua adalah perilaku seks bebas. Secara umum, faktor-faktor risiko penularan HIV/AIDS sangat beragam, namun yang

¹⁰ Festy Mahanani Mulyaningrum, Dewi Saptawati."Hubungan antara tingkat pengetahuan tentang HIV/AIDS dengan perilaku seks bebas remaja di sma PGRI porwodadi gerobongan", *jurnal the sun cahayya dunia kebidanan* vol 5 no 1 (20220) Hal 4

paling utama adalah perilaku seksual. Penggunaan narkoba suntik dan praktik tato juga menjadi faktor penyebab penularan HIV/AIDS.¹¹

3. Siklus HIV menjadi AIDS

Setelah terinfeksi HIV, seseorang dapat mengalami fase akut, yang terjadi dalam beberapa minggu setelah terpapar virus. Pada tahap ini, sistem kekebalan tubuh bereaksi terhadap infeksi dengan HIV. Meskipun gejalanya dapat ringan atau tidak ada sama sekali pada beberapa individu, fase akut ini penting karena tingkat virus dalam tubuh bisa sangat tinggi, dan virus dapat menyebar lebih mudah ke orang lain.

Selanjutnya masuk ke fase akut, infeksi HIV memasuki fase kronis atau laten. Pada tahap ini, virus tetap aktif dalam tubuh, tetapi tingkat replikasinya menurun dan gejala infeksi HIV mungkin tidak terlalu nyata. Namun, sistem kekebalan tubuh terus berjuang melawan virus, dan terjadi penurunan bertahap dalam jumlah sel CD4, yang merupakan komponen penting dari sistem kekebalan tubuh.

¹¹ Maria Ulfah Ashar, "Pengaruh Dukungan Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Odha Di Puskesmas Jumpandang Baru Kota Makassar," *Jurnal Keperawatan*, 2023, <https://doi.org/10.35790/jkp.v1i1.46362>.

Jika infeksi HIV tidak diobati, HIV berkembang menjadi AIDS, tahap lanjutan dari infeksi HIV. Diagnosis AIDS ditegakkan ketika jumlah sel CD4 telah turun drastis dan/atau seseorang mengalami kondisi yang langka dan serius yang hanya terjadi pada orang dengan sistem kekebalan tubuh yang sangat lemah. Infeksi *oportunistik* ini dapat mencakup tuberkulosis, kandidiasis mulut atau esofagus, sitomegalovirus (CMV), *pneumonia Pneumocystis jirovecii* (PCP), dan banyak lagi.¹²

