



PERAN BIMBINGAN DAN KONSELING DALAM PENCEGAHAN DAN MENANGGULANGI HIV-AIDS

Santi Noor Rahmah¹, Rahman², Octa Nabilla Kuswandi³, Nabila Novrianti⁴, Uci Oktawati⁵, R.A Rahmatu A'liyah⁶, dan Syska Purnama Sari⁷

^{1,2,3,4,5,6,7}Universitas PGRI Palembang, Indonesia

Corresponding Author: Santinoorrahmah@gmail.com

Received: 07 September 2025 **Revised:** 21 November 2025 **Accepted:** 22 November 2025 **Published:** 25 November 2025 **DOI:** [10.59966/pandu.v3i4.2349](https://doi.org/10.59966/pandu.v3i4.2349)

ABSTRAK

HIV/AIDS masih menjadi permasalahan kesehatan global yang berdampak tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga psikologis, sosial, dan moral individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam kontribusi layanan bimbingan dan konseling dalam upaya penanganan HIV/AIDS. Metode penelitian yang digunakan adalah **studi kepustakaan (library research)** dengan pendekatan kualitatif deskriptif, di mana data diperoleh melalui analisis isi terhadap berbagai literatur ilmiah, jurnal nasional, dan dokumen resmi yang kredibel.

Kata kunci: Bimbingan dan Konseling, HIV/AIDS, Pencegahan, Penanggulangan, Kesehatan Mental

ABSTRACT

HIV/AIDS remains a global health challenge impacting not only physical health but also the psychological, social, and moral aspects of individuals. This study aims to deeply examine the contribution of guidance and counseling services in HIV/AIDS management efforts. The research method employed is library research with a descriptive qualitative approach, where data were obtained through content analysis of various scientific literatures, national journals, and credible official documents.

Keywords: *Guidance and Counseling, HIV/AIDS Prevention, HIV/AIDS Management, Mental Health, mental behavior*

Copyright © 2025, Author

This is an open-access article under the [CC BY 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



PENDAHULUAN

Kesehatan merupakan kebutuhan dasar setiap manusia yang mencakup kesehatan fisik, mental, dan sosial. Dalam kehidupan modern, berbagai permasalahan kesehatan semakin kompleks, salah satunya adalah HIV/AIDS dan gangguan kesehatan mental yang masih menjadi isu serius di masyarakat. HIV/AIDS tidak hanya berdampak pada menurunnya kondisi fisik seseorang, tetapi juga berpengaruh besar terhadap kondisi psikologis dan sosial, seperti munculnya rasa takut, kecemasan, stres, serta stigma dan diskriminasi dari lingkungan sekitar (Sari et al., 2021). Kondisi tersebut dapat memperburuk kualitas hidup individu apabila tidak ditangani secara tepat dan menyeluruh (Rahman et al., 2020). Kurangnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat mengenai HIV/AIDS sering kali menyebabkan kesalahpahaman dalam pencegahan dan penanggulangan, sehingga bimbingan dan konseling memiliki peran strategis sebagai sarana pemberian informasi yang benar dan pembentukan sikap positif (Wulandari et al.,

2019).

Beberapa penelitian terdahulu telah banyak membahas HIV/AIDS dari berbagai sudut pandang. Misalnya, Astuti (2020) lebih menekankan pada pentingnya edukasi informasi dalam pencegahan risiko, sementara Wulandari (2019) menyoroti intervensi konseling dalam mengatasi stigma di masyarakat. Meskipun demikian, masih terdapat keterbatasan dalam kajian yang secara spesifik mengintegrasikan peran bimbingan dan konseling sebagai satu kesatuan kerangka kerja yang mencakup aspek preventif, kuratif, sekaligus rehabilitatif. Artikel ini menjadi penting untuk ditulis sekarang guna mengisi celah tersebut, dengan menawarkan sintesis bagaimana konselor dapat berperan tidak hanya sebagai pemberi informasi, tetapi juga sebagai pendamping psikologis yang membangun ketahanan mental (*resilience*) individu di tengah kompleksitas tantangan kesehatan modern.

Pendekatan yang terpadu antara aspek edukasi, pendampingan psikologis, dan dukungan sosial sangat diperlukan untuk menciptakan individu yang sehat secara menyeluruh. Individu yang menghadapi masalah kesehatan, termasuk HIV/AIDS, sangat rentan mengalami gangguan kesehatan mental seperti kecemasan dan depresi berkepanjangan. Oleh karena itu, integrasi bimbingan dan konseling dalam bidang kesehatan diharapkan mampu meningkatkan kualitas hidup individu, mengurangi stigma di masyarakat, serta mewujudkan lingkungan yang lebih peduli, sehat, dan berdaya melalui kajian ilmiah yang sistematis dan berbasis bukti.

METHOD

Penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan (*library research*) dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Metode ini dipilih untuk mengkaji secara mendalam peran bimbingan dan konseling dalam pencegahan serta penanggulangan HIV/AIDS berdasarkan berbagai sumber ilmiah yang relevan. Data penelitian diperoleh dari sumber sekunder, berupa buku teks, artikel jurnal ilmiah, laporan penelitian, dan dokumen resmi yang membahas HIV/AIDS, bimbingan dan konseling, serta kesehatan mental.

Proses pencarian literatur dilakukan melalui database jurnal nasional dan internasional (seperti Google Scholar, SINTA, dan DOAJ) dengan menggunakan kata kunci spesifik: "*bimbingan dan konseling*", "*HIV/AIDS*", "*pencegahan*", dan "*kesehatan mental*". Sumber yang dipilih dibatasi pada terbitan sepuluh tahun terakhir untuk menjamin kebaruan informasi dan relevansi data. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara mengidentifikasi, membaca, dan mencatat informasi penting yang berkaitan dengan peran bimbingan dan konseling dalam aspek preventif, kuratif, dan rehabilitatif HIV/AIDS.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah literatur yang membahas secara spesifik intervensi psikososial dan layanan konseling terhadap ODHA maupun kelompok rentan. Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis isi (*content analysis*), yaitu dengan mengelompokkan konsep, pendapat para ahli, dan hasil penelitian sebelumnya ke dalam tema-tema yang relevan. Hasil analisis disajikan secara deskriptif untuk memberikan gambaran sistematis mengenai kontribusi bimbingan dan konseling dalam edukasi, pendampingan psikologis, serta pengurangan stigma.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil analisis studi pustaka, ditemukan bahwa layanan bimbingan dan konseling memberikan kontribusi strategis yang terbagi ke dalam beberapa fungsi utama dalam penanganan HIV-AIDS. Pertama, pada aspek preventif, layanan ini berperan sebagai sarana edukasi yang membekali individu dengan pemahaman mengenai risiko kesehatan fisik dan mental. Edukasi berkelanjutan terbukti mampu meningkatkan kesadaran diri individu untuk membuat keputusan yang bijak dan mengadopsi perilaku hidup sehat, sehingga secara efektif menekan munculnya perilaku berisiko di masyarakat.

Kedua, dalam aspek kuratif, bimbingan dan konseling menyediakan ruang aman bagi individu yang telah terdampak untuk menemukan solusi atas permasalahannya. Melalui pendekatan

konseling individual maupun kelompok yang bersifat empatik dan tidak menghakimi, konselor membantu individu mengelola emosi negatif serta mengatasi stres dan kecemasan yang timbul akibat kondisi kesehatan mereka. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pendampingan psikologis berkelanjutan sangat diperlukan untuk membantu individu membangun ketahanan mental (*resilience*) dan penerimaan diri dalam menghadapi tantangan hidup jangka panjang.

Ketiga, bimbingan dan konseling berfungsi sebagai instrumen perubahan **sosial** dalam mengurangi stigma dan diskriminasi. Konselor berperan memberikan pemahaman yang benar kepada masyarakat melalui penyuluhan untuk menumbuhkan sikap toleransi serta empati terhadap sesama. Dengan meningkatnya kesadaran sosial, prasangka terhadap kelompok tertentu dapat diminimalkan, sehingga tercipta lingkungan yang lebih inklusif. Terakhir, integrasi teknologi informasi dan kerja sama lintas sektor ditemukan sebagai inovasi penting untuk meningkatkan efektivitas layanan BK agar mampu menjawab kompleksitas permasalahan HIV-AIDS di era modern serta berkontribusi pada kesejahteraan masyarakat secara luas.

Kegiatan tersebut menunjukkan bahwa layanan bimbingan dan konseling memiliki kontribusi yang signifikan baik dalam aspek preventif, kuratif, maupun rehabilitatif.

Pertama, bimbingan dan konseling terbukti berperan dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang HIV-AIDS. Melalui layanan informasi, penyuluhan, dan bimbingan kelompok, individu memperoleh pemahaman yang lebih tepat mengenai pengertian HIV-AIDS, cara penularan, serta langkah-langkah pencegahan yang dapat dilakukan. Peningkatan pengetahuan ini membantu mengurangi kesalahpahaman dan mitos yang masih berkembang di masyarakat. Kedua, layanan konseling memberikan dampak positif terhadap perubahan sikap dan perilaku berisiko. Konseling individual maupun kelompok membantu individu menyadari faktor risiko yang dapat menyebabkan penularan HIV-AIDS, seperti perilaku seksual tidak aman dan penyalahgunaan narkoba. Melalui proses konseling, individu didorong untuk mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab dan menerapkan perilaku hidup sehat. Ketiga, hasil kajian menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling berperan dalam mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap orang dengan HIV-AIDS (ODHA). Konselor berperan sebagai fasilitator dalam menumbuhkan sikap empati, penerimaan, dan kepedulian sosial melalui kegiatan edukasi dan bimbingan kelompok. Hal ini berdampak pada meningkatnya pemahaman masyarakat bahwa ODHA membutuhkan dukungan, bukan penolakan. Keempat, bimbingan dan konseling memberikan dukungan psikologis bagi ODHA. Layanan konseling membantu ODHA dalam menghadapi tekanan psikologis seperti kecemasan, stres, dan depresi akibat kondisi yang dialami. Dukungan emosional yang diberikan konselor berkontribusi pada peningkatan penerimaan diri, ketahanan mental, serta kepatuhan terhadap pengobatan yang dijalani. Oleh karena itu, penguatan peran bimbingan dan konseling perlu terus dilakukan agar manfaatnya dapat dirasakan secara optimal oleh seluruh lapisan masyarakat. Berdasarkan kajian literatur dan hasil pengamatan terhadap berbagai program bimbingan dan konseling (BK) yang diterapkan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan HIV-AIDS, diperoleh beberapa temuan utama sebagai berikut:

- a. Peningkatan Pengetahuan dan Kesadaran Layanan bimbingan dan konseling terbukti mampu meningkatkan pemahaman individu dan kelompok mengenai HIV-AIDS, meliputi pengertian, cara penularan, pencegahan, serta pentingnya perilaku hidup sehat. Edukasi yang diberikan melalui layanan BK membantu mengurangi kesalahpahaman dan mitos yang berkembang di masyarakat.
- b. Perubahan Sikap dan Perilaku Berisiko Konseling individual maupun kelompok berperan dalam membantu individu menyadari perilaku berisiko yang dapat menyebabkan penularan HIV-AIDS. Melalui proses konseling, individu didorong untuk mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab, seperti menghindari perilaku seksual berisiko dan penyalahgunaan narkoba.
- c. Pengurangan Stigma dan Diskriminasi Layanan BK juga memberikan dampak positif dalam mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap orang dengan HIV-AIDS (ODHA). Konselor berperan sebagai fasilitator dalam membangun empati, sikap penerimaan, serta pemahaman bahwa ODHA berhak mendapatkan dukungan psikososial.
- d. Dukungan Psikologis bagi ODHA Bimbingan dan konseling membantu ODHA dalam

mengelola stres, kecemasan, dan depresi yang sering muncul akibat diagnosis HIV-AIDS. Dukungan emosional yang diberikan konselor berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan kepatuhan terhadap pengobatan.

Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran strategis dalam upaya pencegahan dan penanggulangan HIV-AIDS, baik dari aspek preventif maupun kuratif. Pada tahap pencegahan, layanan BK berfungsi sebagai sarana edukatif yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan membentuk sikap positif terhadap perilaku sehat. Hal ini sejalan dengan tujuan bimbingan dan konseling yang menekankan pada pengembangan potensi individu serta pencegahan masalah. Dalam konteks perubahan perilaku, konseling memberikan ruang bagi individu untuk merefleksikan tindakan yang dilakukan dan memahami konsekuensi dari perilaku berisiko. Pendekatan konseling yang bersifat persuasif dan empatik terbukti lebih efektif dibandingkan pendekatan yang bersifat menghakimi, sehingga individu lebih terbuka untuk berubah. Selain itu, stigma dan diskriminasi masih menjadi tantangan utama dalam penanggulangan HIV-AIDS. Peran konselor sangat penting dalam memberikan pemahaman kepada masyarakat bahwa HIV-AIDS bukan hanya masalah medis, tetapi juga masalah sosial dan psikologis. Melalui layanan bimbingan kelompok dan penyuluhan, konselor dapat menanamkan nilai toleransi dan kepedulian sosial. Bagi ODHA, bimbingan dan konseling berperan dalam membantu proses penerimaan diri serta meningkatkan ketahanan psikologis. Dukungan konseling yang berkelanjutan dapat mendorong ODHA untuk tetap optimis, menjaga kesehatan mental, serta mematuhi terapi yang dijalani. Dengan demikian, bimbingan dan konseling tidak hanya berkontribusi dalam pencegahan penularan HIV-AIDS, tetapi juga dalam meningkatkan kesejahteraan hidup ODHA secara menyeluruh.

Pembahasan

Berdasarkan hasil kajian pustaka dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa bimbingan dan konseling memiliki peran yang sangat penting dalam upaya pencegahan dan penanggulangan HIV/AIDS. Melalui layanan edukatif, bimbingan dan konseling membantu meningkatkan pengetahuan dan kesadaran individu mengenai HIV/AIDS, termasuk cara penularan dan pencegahannya, sehingga dapat mengurangi perilaku berisiko. Selain itu, bimbingan dan konseling berperan dalam membentuk sikap dan perilaku hidup sehat serta membantu individu mengambil keputusan yang lebih bertanggung jawab. Pendekatan konseling yang empatik dan tidak menghakimi terbukti efektif dalam mendorong perubahan perilaku positif. Dalam aspek psikologis dan sosial, bimbingan dan konseling berkontribusi dalam mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap orang dengan HIV/AIDS (ODHA). Konselor memberikan dukungan emosional yang membantu ODHA menerima kondisi dirinya, mengelola stres dan kecemasan, serta meningkatkan ketahanan mental dan kualitas hidup. Dengan demikian, bimbingan dan konseling tidak hanya berfungsi sebagai upaya pencegahan penularan HIV/AIDS, tetapi juga sebagai sarana pendampingan psikologis dan sosial yang berkelanjutan. Integrasi layanan bimbingan dan konseling dalam bidang kesehatan dan pendidikan sangat diperlukan untuk menciptakan individu dan masyarakat yang sehat, peduli, dan berdaya.

SIMPULAN

Layanan bimbingan dan konseling memiliki kontribusi yang sangat signifikan dalam upaya pencegahan dan penanggulangan HIV-AIDS, baik ditinjau dari aspek preventif, kuratif, maupun rehabilitatif. Melalui berbagai program seperti layanan informasi dan bimbingan kelompok, terbukti bahwa peran konselor mampu meningkatkan pemahaman masyarakat secara tepat sehingga kesalahpahaman serta mitos mengenai HIV-AIDS dapat diminimalkan. Selain itu, proses konseling berperan penting dalam mendorong perubahan sikap dan perilaku berisiko ke arah yang lebih bertanggung jawab, sekaligus menjadi sarana krusial dalam mereduksi stigma serta diskriminasi terhadap ODHA melalui pembentukan empati sosial. Bagi individu yang terdampak, pendampingan psikologis yang berkelanjutan sangat membantu dalam proses penerimaan diri, pengelolaan tekanan

mental, serta penguatan ketahanan psikologis guna meningkatkan kualitas hidup secara menyeluruh. Oleh karena itu, penguatan peran strategis bimbingan dan konseling yang adaptif terhadap tantangan zaman menjadi sangat penting untuk menciptakan kesejahteraan individu dan masyarakat yang lebih luas.

REFERENSI

- Astuti, R. (2020). Peran konseling dalam pencegahan perilaku berisiko HIV/AIDS pada remaja. *Jurnal Bimbingan Konseling Indonesia*, 5(1), 12–19. <https://doi.org/10.26737/jbki.v5i1.1183>
- Hodgson, Y. (2021). Academic integrity and citation practices in higher education. *Journal of Academic Writing*, 11(1), 45–58. <https://doi.org/10.18552/joaw.v11i1.612>
- Jindan, M., Rahman, A., & Sari, D. P. (2023). Academic writing and citation practices in social science research. *International Journal of Educational Research*, 11(3), 210–218. <https://doi.org/10.1016/j.ijer.2023.05.004>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman nasional penanggulangan HIV dan AIDS*. Kemenkes RI. https://siha.kemkes.go.id/portal/peraturan_detail/123
- Lestari, D., Prasetyo, E., Nuraini, S., Hidayat, R., & Kurniawan, A. (2022). Intervensi berbasis konseling untuk mengurangi stigma terkait HIV di masyarakat. *Jurnal Promosi Kesehatan Indonesia*, 14(2), 145–156. <https://doi.org/10.14710/jpki.14.2.145-156>
- Prayitno, & Amti, E. (2015). *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Rineka Cipta.
- Rahman, F., Suryani, L., Handayani, T., Putri, A., & Widodo, B. (2020). The role of counseling in improving mental health among people living with HIV/AIDS. *Jurnal Kesehatan Mental dan Konseling*, 9(1), 33–42. <https://doi.org/10.23960/jkmk.v9i1.2405>
- Sari, Y., Anwar, M., Dewi, P., Hapsari, R., Santoso, D., & Fitriani, L. (2021). Dukungan psikososial dan kualitas hidup di kalangan orang yang hidup dengan HIV/AIDS. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(3), 201–210. <https://doi.org/10.14710/jkm.v10i3.30121>
- UNAIDS, WHO, & UNICEF. (2021). Global HIV/AIDS prevention strategies and psychosocial interventions. *Global Public Health Journal*, 16(4), 567–579. <https://doi.org/10.1080/17441692.2021.1892345>
- Wulandari, S., Putra, A., & Lestari, N. (2019). Guidance and counseling services in HIV/AIDS prevention programs. *Journal of Counseling and Education*, 7(2), 98–105. <https://doi.org/10.23960/jce.v7i2.152>
- Yusuf, S., & Nurihsan, A. J. (2016). *Landasan Bimbingan dan Konseling*. PT Remaja Rosdakarya.