

## Kesulitan Regulasi Emosi pada Anak dengan HIV/AIDS: Tinjauan Literatur tentang Agresi, Tantrum, dan Dukungan Psikososial

Princes Orinta Oktavia\*<sup>1</sup>, Talitha Aufia Muthi<sup>2</sup>, Onik Kurnidayanti<sup>3</sup>, Inesya Galuh Gamila Putri<sup>4</sup>, Muti'ah Diniyati<sup>5</sup>, Endang Setyaningsih<sup>6</sup>

Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Muhamadiyah Surakarta<sup>1</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Muhamadiyah Surakarta<sup>2</sup>

Fakultas Pendidikan dan Ilmu Keguruan, Universitas Muhamadiyah Surakarta<sup>3</sup>

Fakultas Farmasi, Universitas Muhamadiyah Surakarta<sup>4</sup>

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhamadiyah Surakarta<sup>5</sup>

\*e-mail: [a420230031@student.ums.ac.id](mailto:a420230031@student.ums.ac.id)

### ABSTRAK

HIV/AIDS merupakan penyakit kronis yang berdampak multidimensi, tidak hanya pada aspek fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. Anak-anak yang hidup dengan HIV/AIDS sering menghadapi tantangan serius dalam regulasi emosi, yang dapat termanifestasi dalam bentuk agresi, tantrum, dan ledakan emosi lainnya. Faktor biologis dan psikososial, seperti stigma, diskriminasi, serta kehilangan orang tua, turut memperburuk kondisi ini. Artikel ini bertujuan untuk meninjau literatur terkait kesulitan regulasi emosi pada anak dengan HIV/AIDS, dengan fokus pada manifestasi agresi dan tantrum serta pentingnya dukungan psikososial. Metode yang digunakan adalah Systematic Literature Review (SLR) dengan menganalisis sejumlah penelitian terdahulu. Hasil kajian menunjukkan bahwa dukungan psikososial yang menyeluruh dari keluarga, sekolah, tenaga kesehatan, dan komunitas sangat penting dalam membantu anak mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif

**Kata kunci :** Agresi, Dukungan psikososial, Tantrum, HIV/AIDS Anak

### ABSTRACT

*HIV/AIDS is a chronic disease with multidimensional impacts, affecting not only physical health but also psychological and social well-being. Children living with HIV/AIDS often struggle with emotional regulation, which may manifest as aggression, tantrums, and other emotional outbursts. Biological and psychosocial factors—such as stigma, discrimination, and parental loss—further exacerbate these challenges. This article aims to review existing literature on emotional regulation difficulties in children with HIV/AIDS, focusing on manifestations such as aggression and tantrums, as well as the critical role of psychosocial support. A Systematic Literature Review (SLR) method was employed to analyze relevant previous studies. The findings highlight the importance of comprehensive psychosocial support from families, schools, healthcare providers, and communities in fostering more adaptive emotional regulation in affected children.*

**Keywords :** Pediatric HIV/AIDS; Emotional regulation; Aggression; Tantrums; Psychosocial support

### PENDAHULUAN

HIV/AIDS merupakan salah satu penyakit infeksi dengan angka kematian yang tinggi dan masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang serius. Indonesia menempati urutan pertama dalam penularan HIV/AIDS di Asia Tenggara, sehingga menunjukkan bahwa penanggulangan HIV/AIDS masih menghadapi tantangan besar (Nuwa, Kiik, & Vanchapo, 2019). Bagi individu yang positif terinfeksi HIV, menjalani kehidupan sehari-hari terasa sulit karena perubahan fisik yang berkaitan dengan perkembangan penyakit, kewajiban menjalani terapi antiretroviral (ARV) seumur hidup, serta risiko komplikasi medis yang dapat mengganggu aktivitas harian yang diderita tidak hanya orang dewasa melainkan juga anak-anak.

Menurut Kurniati (2024), anak dengan HIV menghadapi tantangan yang sangat kompleks, baik dari aspek fisik, psikologis, maupun sosial. Secara fisik, mereka harus beradaptasi dengan kondisi kesehatan kronis, patuh terhadap pengobatan seumur hidup, dan menghadapi risiko komplikasi medis. Secara psikologis, anak dengan HIV sering mengalami tekanan emosional akibat sakit berkepanjangan. Secara sosial, mereka menghadapi risiko diskriminasi yang tidak hanya menimpa diri mereka sendiri, tetapi juga berdampak pada keluarga, terutama dalam hal perhatian dan kasih sayang yang dibutuhkan.

Kasus HIV pada anak di Indonesia masih menjadi masalah serius yang memerlukan perhatian khusus. Data Kementerian Kesehatan menunjukkan bahwa hingga tahun 2022 terdapat 12.553 anak usia di bawah 14 tahun yang terinfeksi HIV, dengan sekitar 4.764 kasus di antaranya terjadi pada anak berusia di bawah 4 tahun yang sebagian besar

tertular melalui transmisi dari ibu ke anak (Kemenkes RI, 2022; Kompas, 2022). Angka ini meningkat pada 2023, di mana 14.150 anak berusia 1–14 tahun tercatat hidup dengan HIV (Komnas HAM, 2024). Dari jumlah tersebut, hanya sekitar 7.781 anak yang menjalani terapi antiretroviral (ARV), sehingga terlihat adanya kesenjangan besar antara jumlah anak yang terdeteksi HIV dengan yang mendapatkan pengobatan optimal (Antara, 2022). Rendahnya cakupan ARV anak ini menimbulkan konsekuensi serius terhadap tumbuh kembang, kualitas hidup, dan ketahanan psikologis mereka. Selain itu, penularan dari ibu ke anak masih menjadi sumber utama kasus HIV anak di Indonesia, dengan estimasi kontribusi sekitar 20–45% dari total kasus baru (Kemenkes RI, 2023). Fakta ini menegaskan bahwa skrining HIV pada ibu hamil dan tindak lanjut bagi ibu yang terdeteksi positif HIV perlu diperkuat agar dapat menekan penularan pada anak di masa mendatang.

Salah satu contoh nyata diskriminasi terjadi di Kota Solo, di mana 14 anak sekolah dasar yang hidup dengan HIV mendapat penolakan dari orang tua siswa lain. Mereka menuntut agar anak-anak tersebut dikeluarkan dari sekolah dengan alasan khawatir menularkan penyakit. Padahal, secara medis penularan HIV tidak mungkin terjadi melalui interaksi sosial biasa. Kasus ini menunjukkan betapa kuatnya stigma dan ketidaktahuan masyarakat yang pada akhirnya membatasi hak-hak anak dengan HIV/AIDS (Balatif, 2020).

Dalam konteks perkembangan psikologis, regulasi emosi merupakan aspek penting yang menentukan kemampuan individu dalam beradaptasi. Regulasi emosi diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengendalikan, mengekspresikan, serta menyesuaikan emosi sesuai situasi (Stifter & Agustinus, 2019; Annisa, 2023). Kemampuan regulasi emosi terbukti berhubungan dengan kesejahteraan subjektif; semakin baik regulasi emosi, semakin sehat kondisi psikologis seseorang (Siampa & Budiyan, 2024).

Sayangnya, anak dengan HIV/AIDS sering menunjukkan kesulitan dalam regulasi emosi. Hal ini dapat bermanifestasi dalam bentuk perilaku agresif, tantrum, maupun ledakan emosi. Faktor biologis, seperti pengaruh neurologis HIV, serta faktor psikososial, seperti kehilangan orang tua atau perasaan ditolak, memperburuk kondisi ini (Noya, Kiriweno, & Asmin, 2020). Anak dengan HIV juga kerap mengalami hambatan belajar, gangguan konsentrasi, defisit kognitif, serta masalah perilaku lain yang berhubungan dengan kondisi emosional yang tidak stabil.

Ketidakmampuan dalam mengelola emosi dapat memperburuk kondisi fisik dan mental anak. Perilaku agresif dan tantrum sering menjadi bentuk ekspresi tekanan emosional yang tidak tersalurkan secara sehat. Karena itu, dukungan psikososial memegang peranan penting. Dukungan yang diberikan keluarga, tenaga kesehatan, guru, maupun komunitas, mampu membantu anak membangun strategi regulasi emosi yang adaptif. Penelitian menunjukkan bahwa perhatian, penghargaan, serta validasi emosional dari keluarga dapat memperkuat ketahanan psikologis anak dan meminimalisasi dampak stigma (Natsir, Esterilita, & Muhammad, 2023).

Dengan demikian, anak dengan HIV/AIDS tidak hanya berjuang melawan penyakit kronis, tetapi juga tekanan psikologis dan sosial yang kompleks. Kesulitan regulasi emosi seperti agresi dan tantrum sering kali menjadi bentuk ekspresi tekanan tersebut. Artikel ini bertujuan meninjau literatur terkait kesulitan regulasi emosi pada anak dengan HIV/AIDS, dengan fokus pada agresi, tantrum, serta peran dukungan psikososial dalam membangun strategi adaptif dan memperbaiki kesejahteraan psikologis anak.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode studi literatur, yang sering disebut sebagai SLR (systematic literature review). Metode penelitian studi literatur merupakan metode penelitian kualitatif (Tasyari et al, 2021). Metode studi literatur merupakan penelitian yang mengumpulkan serta menganalisis data sekunder yang diperoleh dari rujukan kepustakaan dan hasil penelitian terdahulu (Jayawardana & Gita, dalam Amalia et al, 2022). Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa data deskriptif yang merupakan data yang berisi perilaku dan perkataan dari hasil wawancara, observasi dan survei. Kedalam hasil analisisnya sampai pada analisis isi. Metode pengambilan data yang digunakan adalah wawancara, dan survei. Metode keterpercayaan yang digunakan dalam penelitian ini untuk melihat validitas dari data yang diperoleh yaitu menggunakan triangulasi. Teknik triangulasi yang sering digunakan adalah triangulasi metode dan triangulasi sumber.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil penelusuran dan analisis terhadap berbagai studi terdahulu, ditemukan bahwa anak dengan HIV/AIDS memiliki kerentanan yang tinggi terhadap gangguan dalam regulasi emosi. Kerentanan ini muncul sebagai hasil interaksi antara faktor biologis, psikologis, dan sosial yang kompleks dan saling memengaruhi. Salah satu manifestasi utama dari kesulitan regulasi emosi pada anak dengan HIV/AIDS adalah munculnya perilaku agresif dan tantrum. Agresi sering muncul sebagai bentuk luapan emosi yang tidak dapat dikendalikan, terutama saat anak merasa tertekan, ditolak, atau tidak dimengerti oleh lingkungan sekitarnya. Tantrum, yang pada umumnya lazim terjadi pada usia dini, pada anak dengan HIV/AIDS bisa berlangsung lebih lama dan intens karena tidak adanya strategi pengelolaan emosi yang memadai.

### Faktor Biologis dan Psikologis

Beberapa studi menunjukkan bahwa infeksi HIV dapat memengaruhi sistem saraf pusat anak dan menyebabkan gangguan pada fungsi kognitif serta pengolahan emosi (Noya, Kiriweno, & Asmin, 2020). Anak-anak dengan HIV sering kali mengalami gangguan atensi, kesulitan konsentrasi, serta defisit dalam kontrol impuls. Kondisi ini berkontribusi pada ketidakmampuan anak untuk menahan atau memodifikasi reaksi emosionalnya, sehingga emosi seperti marah, frustrasi, atau takut lebih mudah meledak dan tidak terkontrol.

Selain itu, anak-anak ini sering mengalami trauma psikologis, terutama apabila mereka kehilangan orang tua akibat penyakit yang sama, mengalami penelantaran, atau harus berpindah-pindah tempat tinggal karena penolakan dari lingkungan (Safarina & Melanie, 2018). Trauma masa kecil ini memperkuat risiko munculnya respons emosional yang maladaptif.

**Tabel 1.** Faktor Penyebab Kesulitan Regulasi Emosi pada Anak dengan HIV/AIDS

| Aspek      | Faktor                                                                 | Dampak terhadap Regulasi Emosi                       |
|------------|------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|
| Biologis   | Infeksi HIV yang memengaruhi sistem saraf pusat                        | Gangguan fungsi kognitif, kesulitan kontrol impuls   |
| Psikologis | Trauma kehilangan orang tua, kecemasan akan kematian                   | Perasaan tidak aman, ledakan emosi, agresi           |
| Sosial     | Stigma, diskriminasi di sekolah dan masyarakat                         | Penolakan sosial, kesulitan menjalin hubungan sosial |
| Keluarga   | Kurangnya perhatian, konflik dalam keluarga akibat tekanan psikososial | Emosi tidak tervalidasi, rasa tidak berharga         |

### Faktor Sosial: Stigma dan Diskriminasi

Lingkungan sosial juga menjadi faktor penentu penting. Stigma dan diskriminasi yang masih melekat kuat di masyarakat, termasuk dalam konteks sekolah dan komunitas, turut memperburuk kondisi psikologis anak. Kasus penolakan terhadap anak dengan HIV di lingkungan pendidikan, seperti yang terjadi di Kota Solo (Balatif, 2020), menunjukkan bahwa ketidaktahuan dan ketakutan yang tidak berdasar dapat melukai harga diri anak dan menciptakan perasaan dikucilkan. Dalam situasi seperti ini, anak kerap merasa tidak aman dan mengalami kesulitan untuk menjalin hubungan sosial yang sehat, yang berimbas pada ketidakstabilan emosional.

### Pentingnya Dukungan Psikososial

Dukungan psikososial yang diberikan secara berkelanjutan terbukti memiliki dampak signifikan dalam membantu anak mengembangkan strategi regulasi emosi yang lebih sehat dan adaptif. Dukungan dari keluarga, terutama dalam bentuk validasi emosi, komunikasi terbuka, dan penerimaan tanpa syarat, menjadi fondasi utama bagi kestabilan emosional anak (Natsir, Esterilita, & Muhammad, 2023). Ketika anak merasa didengar dan dihargai, mereka cenderung lebih mampu mengidentifikasi serta mengatur emosinya.

Di sisi lain, sekolah sebagai lingkungan kedua anak juga memiliki peran penting. Guru dan tenaga pendidik yang terlatih dalam memahami kebutuhan psikologis anak dengan HIV/AIDS dapat menciptakan suasana yang inklusif dan suportif. Intervensi seperti pelatihan regulasi emosi, konseling kelompok, dan program dukungan sebaya juga terbukti efektif dalam meningkatkan kapasitas adaptif anak terhadap stres dan tekanan sosial (Siampa & Budiyan, 2024).

**Tabel 2.** Bentuk Dukungan Psikososial dan Dampaknya terhadap Regulasi Emosi Anak

| Sumber Dukungan  | Bentuk Dukungan                                            | Dampak Terhadap Anak                                          |
|------------------|------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Keluarga         | Validasi emosi, kasih sayang, kehadiran emosional          | Meningkatkan ketahanan psikologis, mengurangi ledakan emosi   |
| Sekolah          | Lingkungan inklusif, konseling sekolah, pelatihan emosi    | Anak merasa diterima, mampu mengelola emosi dengan lebih baik |
| Tenaga Kesehatan | Edukasi keluarga, konseling psikologis                     | Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan regulasi emosi      |
| Komunitas        | Dukungan sebaya, aktivitas bersama anak dengan HIV lainnya | Mengurangi isolasi sosial, meningkatkan rasa percaya diri     |

Komunitas dan lembaga pendamping, seperti yayasan atau LSM yang fokus pada isu HIV/AIDS, turut berperan dalam menyediakan ruang aman bagi anak untuk berekspresi, belajar keterampilan sosial, serta membangun rasa percaya

diri. Pendekatan berbasis komunitas ini penting untuk mengurangi isolasi sosial dan memperluas jaringan dukungan anak di luar lingkungan inti keluarga.

### Analisis Kritis dan Keterbatasan Studi

Sebagian besar literatur yang dianalisis memang menggarisbawahi pentingnya dukungan psikososial, namun belum banyak studi yang membahas secara mendalam tentang intervensi spesifik untuk meningkatkan regulasi emosi anak dengan HIV/AIDS di Indonesia. Sebagian penelitian juga masih bersifat kualitatif dan terbatas pada studi kasus, sehingga generalisasi hasil menjadi terbatas. Diperlukan penelitian lanjutan dengan pendekatan kuantitatif dan campuran untuk mengukur efektivitas program intervensi secara lebih objektif dan komprehensif.

Hasil dan pembahasan dapat menampilkan data-data berupa tabel maupun gambar. Hasil harus didukung oleh referensi terkait ataupun dapat membandingkan dengan penelitian sebelumnya.

### SIMPULAN

Anak-anak dengan HIV/AIDS menghadapi tantangan yang tidak hanya terbatas pada aspek fisik akibat penyakit kronis, tetapi juga tekanan psikologis dan sosial yang kompleks. Kesulitan dalam regulasi emosi, yang sering termanifestasi melalui perilaku agresif dan tantrum, merupakan dampak nyata dari tekanan internal maupun eksternal yang mereka alami. Faktor biologis seperti gangguan neurologis akibat HIV, serta faktor psikososial seperti stigma, diskriminasi, dan kehilangan orang tua, menjadi penyebab utama dari ketidakstabilan emosi pada anak-anak ini.

Hasil tinjauan literatur menunjukkan bahwa dukungan psikososial yang komprehensif sangat penting dalam membantu anak dengan HIV/AIDS mengembangkan kemampuan regulasi emosi yang lebih adaptif. Dukungan ini mencakup peran keluarga dalam memberikan penerimaan emosional, keterlibatan sekolah dalam menciptakan lingkungan inklusif, serta partisipasi tenaga kesehatan dan komunitas dalam menyediakan ruang aman dan akses terhadap layanan pendampingan psikologis. Oleh karena itu, pendekatan multidisipliner dan kolaboratif sangat dibutuhkan untuk memastikan bahwa anak-anak dengan HIV/AIDS tidak hanya bertahan secara medis, tetapi juga tumbuh dan berkembang secara emosional dan sosial. Upaya penguatan kapasitas keluarga, edukasi masyarakat untuk mengurangi stigma, serta pengembangan program intervensi berbasis komunitas perlu terus didorong sebagai bagian dari strategi jangka panjang untuk meningkatkan kualitas hidup anak dengan HIV/AIDS di Indonesia.

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustini, D. (2025). MANAJEMEN TANTRUM SEUMUR HIDUP: INTEGRASI PSIKOLOGI MODERN DAN PENDIDIKAN ISLAM DALAM REGULASI EMOSI ANAK HINGGA DEWASA. Lisyabab: Jurnal Studi Islam dan Sosial, 6(1), 125-143.
- Alamsyah, A., & Chaerizanisasi, C. (2023). STRATEGI COPING STRES PADA PENDERITA HIV/AIDS DENGAN LATAR BELAKANG PEKERJA SEKS KOMERSIAL DI MAKASSAR. KHIDMAT SOSIAL: Journal of Social Work and Social Services, 4(2), 93-103.
- Armiyati, Y., Rahayu, D. A., & Aisah, S. (2015). Manajemen masalah psikososiospiritual pasien hiv/aids di kota semarang. In Prosiding Seminar Nasional & Internasional.
- Hartadi, S. T., Kaligis, F., Ismail, R. I., Damping, C. E., & Kurniati, N. (2018). Mental Disorders in Children and Adolescents with HIV and Various Factors Related. eJournal Kedokteran Indonesia, 5(3), 75-169.
- Jayawardana, H. B. A., & Gita, R. S. D. (2020, August). Inovasi pembelajaran biologi di era revolusi industri 4.0. In Prosiding Seminar Nasional Biologi (Vol. 6, No. 1, pp. 58-66). :<https://doi.org/10.24252/psb.v6i1.15544>
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). Kasus HIV dan Sifilis Meningkat, Penularan Didominasi Ibu Rumah Tangga. Diakses dari: [kemkes.go.id](http://kemkes.go.id)
- Komnas HAM. (2024). Kasus Anak dengan HIV/AIDS Tinggi, Perlu Edukasi Berbasis HAM. Diakses dari: [komnasham.go.id](http://komnasham.go.id)
- Kurniati, Y. (2024). Literature Riview: Analisis Risiko Gangguan Perilaku Pada Anak HIV Positif dan HIV Negatif. Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat, 3(1), 1-17.
- Monika, S., Andarini, D., Idris, H., & Anggreini, R. (2024). Hubungan Tingkat Kesehatan Emosional Mental Pada ADHA dan NON ADHA: Literature Review. Jurnal Lentera Kesehatan Masyarakat, 3(1), 18-34.
- Nuwa, M. S., Kiik, S. M., & Vanchapo, A. R. (2019). Penanganan Terhadap Stigma Masyarakat tentang Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) di Komunitas. Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice"), 10(1), 49-54. <http://dx.doi.org/10.33846/sf.v10i1.310>

- Pratiwi, R. D., Kurniawan, R., & Suyono, S. P. (2022). *Sebatas Hidup Anak dengan HIV/AIDS*. Penerbit Adab.
- Ramdhania, G. G. (2019). Perawatan Paliatif Pada Anak Dengan Hiv/Aids Sebagai Korban Transmisi Infeksi Vertikal: Literature Review. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Jurnal Ilmu-ilmu Keperawatan, Analis Kesehatan dan Farmasi*, 19(2), 285-292.
- Safarina, L., & Melanie, R. (2018). Stressor Perempuan Yang Terinfeksi HIV Dalam Merawat Anak Dengan HIV/AIDS Di Kota Bandung Dan Cimahi (Study Fenomenologi). *Jurnal Kesehatan STIKes Muhammadiyah Ciamis*, 5(2), 91-101.
- Tasyari, S., Putri, F. N. A., Aurora, A. A., Nabilah, S., Syahrani, Y., & Suryanda, A. (2021). Identifikasi media pembelajaran pada materi biologi dalam meningkatkan pemahaman konsep peserta didik di masa pandemi covid-19. *BIO-EDU: Jurnal Pendidikan Biologi*, 6(1), 1-8. <https://doi.org/10.32938/jbe.v6i1.905>.
- Triyani, A. D., Sari, F. S., & Aji, P. T. (2020). Pengaruh Expressive Writing Therapy terhadap Stres Anak dengan HIV/AIDS. *Jurnal Keperawatan*, 12(4), 701-710.
- Siampa, D. R., & Budiyan, K. (2024). Hubungan antara regulasi emosi dengan subjective well-being pada penderita HIV/AIDS. *Prosiding Seminar Nasional Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta*, 3(1), 41–53. <https://ejurnal.mercubuana-yogya.ac.id/index.php/SEMNASPSI/article/view/4153> (doi nya ga nemu)
- Savitri, A. D., & Purwaningtyastuti, P. (2019). Resiliensi pada Remaja yang terinfeksi HIV/AIDS (ODHA). *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(2), 137-151.