



Living a Positive Life

Hidup dalam keadaan positif (HIV)

L: Kami mengajak anda untuk mendengarkan kisah nyata dari beberapa pengalaman hidup yang telah dirubah sedemikian rupa untuk menjaga kerahasiaan pribadi.

P: Anda dapat melihat bahwa kita semua mempunyai cara yang berbeda-beda untuk menanggulangi kesulitan-kesulitan yang kita hadapi.

L: Belajar hidup dengan HIV/AIDS merupakan sebuah perjalanan panjang bagi kami, dan kami telah menjalani tahap demi tahap untuk mencapai keadaan seperti sekarang ini.

P: Kami harap anda dapat melihat adanya persamaan dengan pengalaman anda sendiri

L: Semoga anda tidak akan merasa sendirian, karena kita semua mempunyai kebutuhan yang sama.

P: Demi cinta, kehormatan dan perhatian...serta untuk kehidupan sehat.

L: Selamat mendengarkan !

<<musik>>

(suara): Jika anda memerlukan keterangan lebih lanjut mengenai HIV/AIDS, mintalah brosur Living a Positive Life dari petugas kesehatan anda.

Script A:

Pembicara : Seorang pria homoseksual berusia dua puluhan, yang tinggal di Ibu kota.

Aku baru menyadari bahwa aku mengidap HIV, setelah pacarku menyarankan agar kami berdua mengikuti test di klinik kesehatan. Aku nggak pernah menyangka akan terjangkit. Sukar untuk dipercaya. Aku merasa terpukul!

Kenapa terjadi pada diriku...? Dosa apa yang telah kulakukan hingga terkena HIV?

Aku marah sekali dan ketakutan. Kupikir aku akan mati. Nggak bisa kerja... mau ketemu orangpun segan. Hubungan dengan pacarku jadi berantakan. Mulanya aku menyalahkan dia, terus yang lainnya, sampai-sampai saudaraku yang tinggal di luar negripun kusalahkan. Akhirnya aku nyalahin diri sendiri, aku merasa depresi dan kesepian. Tadinya kupikir kalau bersentuhan dengan orang lain, aku akan mencelakakan orang itu. Aku merasa diriku kotor dan nista serta tidak berharga lagi.

Lebih parah lagi aku nggak bisa berbahasa Inggris, jadi sulit mau menjelaskan ke dokter mengenai perasaanku. Untung dokternya sabar sekali, dia menjelaskan tentang pengobatan dan grup pendukung.

Sebenarnya aku malas pergi ke grup pendukung tersebut. Aku enggan untuk bertemu orang lain yang juga positif HIV... selain itu malu nggak bisa berbahasa Inggris. Aku juga nggak mau mendengar cerita sedih mereka, karena seperti melihat diriku sendiri di kaca.

Akhirnya aku menerima kenyataan dan ini merupakan juru penolong. Mulanya aku menganggap musuh pada virus yang telah bercokol dalam tubuhku. Seolah dalam suasana perang dimana aku harus membasmi virus ini. Aku membenci HIV dan pada semua orang, juga terhadap diriku sendiri.

Lama kelamaan aku menyadari, bahwa virus bukanlah musuh, aku menjadi terbiasa untuk menerimanya sehingga telah membantuku untuk mencintai diriku kembali yang

mengakibatkan ketentraman dalam hidupku. Kurubah cara pandangku untuk membunuh virus-virus itu dengan cara yang lebih bersahabat, dengan membayangkan seolah obat-obatan itulah yang membersihkan virus-virus.

Dengan menerima kenyataan ini, aku pun dapat menerima keadaan orang lain. Aku mulai bisa meminta pelayanan yang diperlukan dengan bantuan juru bahasa atau memberanikan menanyakan sendiri hal-hal yang sederhana dalam bahasa Inggris, biasanya orang-orang akan membantu. Dan aku bisa bercurah rasa dengan orang positif lainnya, dan para petugas kesehatan. Sekarang aku banyak teman baru yang mau mengerti dan menerima keadaanku.

Perjalanan hidupku unik. HIV telah mengajarkan banyak hal-hal yang bermanfaat. Dokter menerangkan bagaimana cara-cara meminum obat, aku juga belajar untuk memasak dan makan makanan sehat. Aku belajar merawat dan menjaga diri sendiri, serta belajar untuk melakukan hubungan seks yang aman. Aku bahagia sekali karena cukup kuat untuk bertahan, bukan hanya terhadap HIV saja, juga kekuatan dalam menghadapi diskriminasi dan suasana ketakutan yang ditimbulkan.

HIV bukan musuhku. Ketidak perdulian, diskriminasi dan ketakutan itulah musuh utamaku. HIV telah menimbulkan keinginanku untuk mengurangi diskriminasi dengan cara menceritakan pengalaman hidupku. Aku memutuskan mengikuti kursus untuk bisa berbicara di sekolah-sekolah, di tempat kerja dan dikelompok-kelompok komunitas tentang pengalamanku. Aku rasanya ingin memberikan sesuatu yang berguna bagi komunitas dengan meningkatkan pengertian akan HIV/AIDS serta perbedaan seksualitas.

Aku jatuh cinta lagi...Belum pasti sih dia bakal jadi pacarku, soalnya masih tahap awal... Sekarang aku menilai kehidupanku dari dalamnya, bukan dari panjangnya. (tertawa genit).

Script B

Pembicara: Pria berusia empat puluhan, berumah tangga (dengan satu anak) dan tinggal di kota kecil.

Sulit untuk dipercaya bahwa saya terkena HIV, tidak tahu apa yang harus saya lakukan. Sampai lama saya tidak bisa berbuat apa-apa. Saya merasa sangat tertekan dan khawatir sekali apakah istri dan putra saya dapat bertahan hidup tanpa saya. Kesehatan saya menjadi beban berat. Walaupun mengalami akibat sampingan yang cukup buruk, namun pengobatan dan perawatan telah berhasil dengan baik. Sekarang saya merasa lebih sehat,

Selama saya dirumah sakit, banyak orang bertanya kepada istri saya tentang kesehatan saya. Mereka tahu ada sesuatu yang kurang beres dan badan saya kurus sekali. Saya merasa malu dan sedih serta kasihan terhadap istri saya. Daripada menanggung malu saya pernah berpikir untuk bunuh diri.

Saya merasa tersiksa dalam menantikan hasil pemeriksaan istri dan putra saya. Saya tidak ingin hal ini terjadi pada siapapun. Malangnya istri saya juga terkena positif HIV. Tetapi syukurlah bahwa putra kami hasilnya negatif – tanpa HIV. Kami mendoakan keselamatan dan kesehatannya. Istri saya selalu lebih sehat dibandingkan dengan saya. Walaupun virusnya ada tetapi istri saya belum memulai pengobatan.

Seharusnya saya tidak menceritakan pada orang lain tentang keadaan kami. Walaupun sudah diberi tahu bahwa anak kami tidak terkena HIV, masih ada saja temannya yang tidak mau datang ke rumah kami. Di kota kecil semacam ini, dimana semua orang saling kenal, maka berita semacam ini cepat sekali tersebar dan akhirnya semua orang tahu.

Suatu kali putraku bertanya, kenapa beberapa teman menghindar dari dia. Saya hanya bisa menangis...dan pergi kekamar. Saya tidak tega melihatnya. Dia masih terlalu muda untuk mengerti.

Akhirnya saya menemukan bantuan di kota lain. Saya mengetahui adanya pelayanan semacam ini ketika mendengarkan siaran

radio komunitas dalam bahasa Indonesia. Saya menelpon pelayanan ini dengan bantuan seorang juru bahasa, yang menjamin kerahasiaan pribadi saya.

Saya menelpon Dewan AIDS untuk mendapatkan informasi mengenai hak-hak saya sebagai penderita dan juga keterangan lebih lanjut tentang HIV. Mereka mengirimkan berbagai informasi yang saya perlukan dalam bahasa Indonesia dengan amplop tertutup.

Orang tua saya tidak mengetahui keadaan kami. Mereka tinggal di Indonesia dan dua tahun yang lalu saya pulang untuk berlibur. Saya menceritakan keadaan kami pada salah seorang adik perempuan. Dia sedih sekali, namun bisa mengerti. Sampai sekarang kita saling kontak lewat email.

Sekarang saya lebih mengerti dan akan lebih berhati-hati untuk menceritakan keadaan kami. Saya lebih banyak mendengarkan pendapat mereka tentang masalah HIV di negara ini.

Saya mengutuk diri saya sendiri atas nasib malang yang menimpa istri. Saya sangat menghargainya karena dia setia dan memaafkan saya. Rasa cinta diantara kami dan rasa kasih yang besar terhadap anak memberikan kekuatan kepada kami untuk menjalani kehidupan.

Kami belajar menjalani kehidupan ini dari hari ke hari, tanpa terlalu mengkhawatirkan masa depan. Karena tidak seorangpun yang tahu apa yang akan terjadi di kemudian hari. Kami hanya mengharapkan yang terbaik bagi putra kami.

Script C

Pembicara: wanita berusia dua puluhan, berkeluarga dan tinggal dikota kecil.

Pernikahanku ditentukan oleh keluargaku, bukanlah pilihanku sendiri. Kawin adalah satu-satunya jalan untuk membantu masalah keuangan keluarga.

Sebagai salah satu syarat untuk menjadi permanen residen aku harus memeriksakan kesehatan. Disanalah ketahuannya setelah mendapatkan hasil. Aku menjadi sedih sekali karena HIV di negaraku berarti

kematian. Aku takut akan dipulangkan, karena aku belum menjadi permanen residen.

Kurasa, suamiku tidak tahu kalau dia positif HIV sebelum kami menikah. Kami tidak pernah membicarakan hal ini, karena aku takut bila ada perbedaan fakta.

Kuterima semuanya ini karena aku percaya bahwa ini adalah hukuman atas dosaku dimasa lampau. Sebenarnya ada beberapa pria baik dinegaraku yang berminat untuk menikah denganku Memang sudah nasib keluargaku memilih suamiku, Tak kuceritakan hal ini pada ibuku. Keluargaku yakin bahwa perkawinan ini adalah yang terbaik buatku.

Masalah HIV dan keadaanku tidak pernah kupikirkan sebelumnya, Aku selalu sibuk dengan berkerja keras agar bisa mengirimkan uang untuk ibuku. Dulunya didalam surat selalu kutuliskan kehidupanku yang bahagia tinggal di kota yang indah walaupun sering kali harus kuulangi karena aku tak mau ibuku melihat bekas airmata di kertas suratku.

Di kotaku tak seorangpun mengetahui keadaan kami. Aku khawatir mereka berpikir bahwa kami bukan orang baik-baik.

Aku bersyukur bisa menyadari bahwa terkena HIV bukanlah hal yang memalukan, tetapi menjadi sebuah pelajaran yang berguna buatku. Kalau dipikirkan, kepindahanku ke Australia sangat menguntungkan, karena aku bisa mendapatkan perawatan yang tidak akan kudapatkan di Indonesia.

Nasib mujur bertemu dengan dokter yang baik dan menunjukkan tempat pelayanan di kota, dengan petugas kesehatan yang bisa bahasa Indonesia. Semenjak itu hidupku lebih tenteram karena aku bisa bertukar rasa dengan seseorang yang kupercaya dan mengerti kebudayaanku. Rasanya lega sekali bebanku lebih ringan

Tidak banyak orang yang mengetahui aku positif HIV, hal yang tidak mudah bagi kota kecil. Aku jaga rahasia pribadiku, dan aku merasa pasti bahwa para petugas di klinik tidak akan membocorkan dataku kecuali aku izinkan.

Aku belajar hidup bersama dengan HIV. Berbagi rasa dengan petugas pelayanan telah

menimbulkan rasa senang. Aku mengerti bahwa HIV bukanlah hukuman mati dan pernah kubaca ada yang hidup dengan HIV lebih dari dua puluh tahun. Aku cinta kehidupan, aku ingin berumur panjang agar bisa bertemu lagi dengan keluargaku. Bahasa Inggrisku semakin bagus, dan akupun tengah mempelajari budaya Australia. Orang-orang Australi sangat ramah dan mau membantuku.

Script D:

Pembicara: wanita berusia tiga puluhan, mempunyai anak dan tinggal di sebuah kota besar dengan anak-anaknya.

Aku takut sekali ketika mengetahui bahwa aku positif HIV. Pengertianku tentang HIV dan AIDS sangat terbatas. Siapa yang akan merawat putraku? Aku menyembunyikan diri dan menghindari dari telepon serta orang yang berkunjung kerumahku. Aku menyesali diriku untuk semuanya.

Aku berkerja kembali dan terasa sangat berat. Aku sangat emosional sehingga tidak mampu mengerjakan apapun, jadi aku harus berhenti. Di kantor tidak ada yang kuberitahu keadaanku. Kepada kepala kantor kukatakan bahwa aku memerlukan liburan secepatnya. Oleh karena aku dalam proses perceraian, jadi mereka tidak banyak bertanya.

Aku punya beberapa teman baik, tetapi siapakah yang mau membantu dan mau mengerti keadaanku? Hanya aku sajakah yang seperti ini?

Aku memaksakan diri untuk ke dokter karena aku terlanjur hamil. Aku ingin tahu apakah aku masih bisa hidup jika bayiku

lahir dengan selamat. Mungkinkah aku bisa bertemu dengan wanita positif HIV lainnya yang mempunyai anak dan apakah ada masa depan buat kami serta kehidupan yang normal dengan anak?

Masih kuingat saat pertemuan pertama kali. Air mataku menetes ketika mendengar wanita-wanita positif HIV lainnya bercerita...Aku dapat melihat ada beberapa persamaan dengan keadaan diriku pada setiap cerita mereka. Walaupun tidak seluruhnya dapat kumengerti, namun hatiku dapat merasakan apa yang mereka rasakan. Hubungan batin telah terjalin walau aku tidak mengenal mereka sebelumnya. Kami semua seperti saudara, dengan nasib, rasa ketakutan dan harapan yang sama.

Ketika giliranku bercerita tiba, aku dibantu seorang juru bahasa yang berasal dari komunitasku. Aku pernah melihat dia. Mulanya aku agak ragu, tetapi dia meyakinkan bahwa rahasia akan terjamin secara hukum. Tak seorangpun dari komunitas akan tahu keadaanku. Jika kami bertemu pada acara-acara komunitas, kami bersikap seolah tidak saling kenal.

Pada salah satu pertemuan, aku menanyakan pada wanita lain bagaimana caranya menyampaikan HIV kepada anak-anaknya. Diantaranya mengatakan untuk menunggu sampai berumur sekitar delapan atau sepuluh tahun.

Sekarang aku dapat menanggulangi masalah ini dengan baik.

Tak seorangpun dapat mengatakan bahwa aku seorang positif hanya dengan memandangkanku. Aku yakin bahwa aku akan punya anak kedua yang sehat, sesehat anakku yang pertama.