

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah yang Pertama untuk mendeskripsikan penyesuaian diri orang dengan HIV AIDS di Yayasan Sriwijaya Plus Palembang. Kedua untuk mendeskripsikan bagaimana penerapan *Teknik Self Management* untuk meningkatkan penyesuaian diri bagi orang dengan HIV AIDS di Yayasan Sriwijaya Plus Palembang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian studi kasus. Teknik pengumpulan data, wawancara, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu reduksi data, display data, dan kesimpulan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa yang Pertama Penyesuaian diri orang dengan HIV AIDS sesuai dengan aspek-aspek penyesuaian diri yang pertama yaitu kesadaran selektif dimana individu mampu melaksanakan seleksi terhadap berbagai tekanan yang ada dan bisa merespon secara tepat permasalahan yang ada tanpa membahayakan dirinya sendiri. kedua kemampuan toleransi dimana bisa menerima dan menganggap orang lain itu ada dan bisa menerima peraturan yang ada pada lingkungannya. Ketiga otonomi mempunyai kemampuan melakukan hubungan emosional secara bebas dengan orang lain dan bisa mengambil keputusan secara bebas dan otonomi nilai-nilai. Keempat integritas pribadi penyesuaian sosial yang ada rasa cemas ataupun takut dalam menghadapi hal-hal yang baru, tidak panik dalam menghadapi kesulitan atau hambatan dan bisa menyelesaikannya secara tenang dan pikir yang positif. Kedua penerapan teknik *self management* pada tahap ini “F” “R” ”Y” diberikan waktu untuk mengintropeksi diri dan membuatnya jadi pelajaran, pada tahap ini konseli berperan untuk membantu “F” “R” “Y” ke hal-hal yang lebih baik lagi. Untuk meningkatkan penyesuaian diri orang dengan HIV AIDS keluarga atau orang terdekatnya selalu mensupport mereka dan meyakinkan mereka bahwa mereka bisa diterima oleh masyarakat dengan baik. Karena penularan HIV AIDS ini tidak semudah itu ada beberapa cara penularannya, dengan mereka rajin mengkonsumsi obat dan menjaga kebersihan mereka tetap bisa hidup.

Kata Kunci: *Self Management, Penyesuaian diri, HIV/AIDS (ODHA)*