

Studi Fenomenologi : Pengalaman Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) Laki-Laki Yang Berhubungan Seks Dengan Laki-Laki (LSL) Dalam Menghadapi *Double Stigma* Dari Masyarakat Di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Arjuna Plus Semarang

Regina Lanny Kirana Insani¹, Nila Titis Asrining Tyas², Niken Setyaningrum²

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Elisabeth Semarang

²Dosen Tetap STIKes Elisabeth Semarang

nikensetyaningrum81@gmail.com

ABSTRAK

Laporan Kemenkes RI pada triwulan I tahun 2022 sebanyak 30,2% kasus baru HIV/AIDS tertinggi ditemukan pada kelompok homoseksual. ODHA LSL rentan mendapatkan *double stigma* yang menyebabkan penurunan kualitas hidup. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengalaman ODHA LSL dalam menghadapi *double stigma* dari masyarakat di KDS Arjuna Plus Semarang. Desain penelitian ini adalah kualitatif fenomenologis dengan metode wawancara mendalam. Pengambilan partisipan menggunakan *purposive sampling*. Data dianalisis dengan metode Milles & Huberman dan divalidasi dengan triangulasi waktu dan sumber wawancara, observasi, dan dokumentasi. Penelitian ini ditemukan 8 tema: "*Time is Healing*" menggambarkan proses penerimaan identitas seksual bagi para gay; *Coming out* adalah pilihan pribadi, bukan paksaan bagi para gay; Masa terkelam membuat ODHA LSL merasa takut, cemas, putus asa, hingga ingin bunuh diri; Penerimaan secara utuh dari keluarga merupakan bentuk dukungan terkuat bagi ODHA LSL; *Double stigma* adalah lawan yang harus dihadapi ODHA LSL hingga saat ini; Pribadi positif menghasilkan sikap dan suasana hati positif di tengah pengalaman pahit yang pernah dialami; Bebas dari *double stigma*, bahagia, dan berguna adalah impian ODHA LSL; Cara pemenuhan bio-psiko-sosio-spiritual ODHA LSL di tengah *double stigma* yang mereka alami.

Kata Kunci

Double stigma, ODHA LSL, Pengalaman

ABSTRACT

The Indonesian Ministry of Health reported that in the first quarter of 2022, 30.2% of the highest new cases of HIV/AIDS were found in the homosexual group. MSM PLWHA are vulnerable to double stigma which causes a decrease in quality of life. This research aims to determine the experiences of MSM PLWHA in facing double stigma from the community at KDS Arjuna Plus Semarang. The design of this research is a qualitative-phenomenological in-depth interview method. Participants were taken using purposive sampling. Data were analyzed using the Milles & Huberman method and validated by triangulation of time and sources: interviews, observation and documentation. This research found 8 themes: "Time is Healing" describes the process of accepting sexual identity for gay people; Coming out is a personal choice, not a compulsion for gay people; The darkest period makes MSM PLWHA feel afraid, anxious, hopeless, and even want to commit suicide; Complete acceptance from the family is the strongest form of support for MSM PLWHA; Double stigma is an opponent that MSM PLWHA have to face to this day; A positive personality produces a positive attitude and mood amidst the bitter experiences that have been experienced; Being free from double stigma, being happy and useful is the dream of MSM PLWHA; How to fulfill the bio-psycho-socio-spiritual needs of MSM PLWHA amidst the double stigma they experience.

Keywords

Double stigma, ODHA LSL, Experience

Pendahuluan

Dewasa ini, salah satu masalah kesehatan global yang masih menjadi perhatian khusus dunia adalah *Human Immunodeficiency Virus* (HIV), yaitu retrovirus yang menginfeksi sel darah putih sehingga menyebabkan penurunan kekebalan tubuh manusia, terutama CD4⁺, sel T dan makrofag yang merupakan komponen utama sistem kekebalan tubuh. Infeksi HIV apabila tidak segera diobati maka dapat menyebabkan *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) dalam kurun waktu 8-10 tahun.² AIDS merupakan sekumpulan gejala yang timbul karena turunnya kekebalan tubuh yang disebabkan oleh HIV.² Seseorang yang telah terinfeksi HIV/AIDS dikenal dengan sebutan Orang dengan HIV/AIDS (ODHA), dimana jumlah mereka hingga saat ini terus bertambah setiap tahunnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengalaman Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA) laki-laki yang berhubungan seks dengan laki-laki dalam menghadapi *double stigma* dari masyarakat di Kelompok Dukungan Sebaya (KDS) Arjuna Plus Semarang.

Metode

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan ditentukan menggunakan teknik *purposive sampling*, dengan dibantu oleh tokoh kunci yaitu koordinator KDS Arjuna Plus Semarang. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu ODHA LSL yang bersedia menjadi partisipan dengan menandatangani lembar *informed consent* dan partisipan sudah *open status*, sementara kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu partisipan mengalami gangguan demensia, gangguan kognitif, dan/atau afasia.

Data dikumpulkan dengan teknik wawancara mendalam (*indepth interview*) kepada 8 partisipan, dianalisis dengan metode Milles dan Huberman. Triangulasi waktu dan sumber digunakan untuk menjamin validitas penelitian. Proses pengambilan data dan validasi data dilakukan pada 22 Juli 2023-6 September 2023 yang sebelumnya telah dilakukan BHSP pada 16 Mei 2023-20 Juli 2023.

Hasil

Penelitian dilakukan di KDS Arjuna Plus Semarang. Rata-rata partisipan berusia 27-52 tahun, bekerja sebagai karyawan swasta, dan sudah berstatus ODHA LSL baru 1 tahun yang lalu hingga sudah 9 tahun yang lalu. Karakteristik partisipan dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1. Karakteristik Responden (n = 8)

Inisial	Usia	Tahun Terinfeksi HIV/AIDS	Faktor Risiko	Open Status	Pekerjaan
P1	35	2022	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P2	41	2017	LSL	Ya	Wiraswasta
P3	28	2016	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P4	29	2017	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P5	35	2016	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P6	52	2014	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P7	35	2015	LSL	Ya	Karyawan Swasta
P8	27	2020	LSL	Ya	Karyawan Swasta

Penelitian ini menghasilkan delapan tema, yaitu “*time is healing*” menggambarkan proses penerimaan identitas seksual bagi para gay, *coming out* adalah pilihan pribadi, bukan paksaan bagi para gay, masa terkelam membuat ODHA LSL merasa takut, cemas, putus asa, hingga ingin bunuh diri, penerimaan secara utuh dari keluarga merupakan bentuk dukungan terkuat bagi ODHA LSL, *double stigma* adalah lawan yang harus terus dihadapi ODHA LSL hingga saat ini, pribadi positif menghasilkan sikap dan suasana hati positif di tengah pengalaman pahit yang pernah dialami, bebas dari *double stigma*, bahagia, dan berguna adalah impian ODHA LSL, dan cara pemenuhan bio-psiko-sosio-spiritual ODHA LSL di tengah *double stigma* yang mereka alami.

Pembahasan

“*Time is Healing*” menggambarkan proses penerimaan identitas seksual bagi para gay.

Hasil wawancara kepada partisipan mengungkapkan bahwa penerimaan identitas seksual sebagai gay dipengaruhi oleh waktu. “*Time is healing*” atau waktu yang menyembuhkan ini berhubungan dengan sejak awal mereka merasa diri sebagai homoseksual, hingga menyadari dan mulai menemukan identitas seksualnya sebagai gay, dengan mulai mencari tahu terkait orientasi seksualnya sebagai homoseksual, seperti bergabung dalam komunitas, dimana sebagian besar dari mereka mulai menyadari orientasi seksual dan identitas seksualnya ketika mengalami masa pubertas, karena seseorang mulai merasakan perasaan suka atau ketertarikan terhadap orang lain, yang umumnya berbeda jenis dengan dirinya.

Partisipan yang mulai mencari hal-hal terkait orientasi seksualnya, biasanya dimulai dengan memanfaatkan internet dan media sosial untuk mencari

komunitas penyuka sesama jenis dan aplikasi- aplikasi pendukung untuk mencari bagian dari mereka dan memulailkomunikasi satu sama lain. Hal ini dilakukan karena sebenarnya mereka memiliki kebingungan atas identitas seksual mereka, sehingga perlu mencari tahu lebih lanjut. Istilah dalam identitas seksual yaitu ada lesbian (penyuka sesama perempuan), gay (penyuka sesama laki-laki), dan *straight* (penyuka beda jenis kelamin)³

Orientasi seksual sebagai homoseksual dan identitas seksual sebagai gay bisa dipicu oleh adanya pengalaman buruk seperti *bullying* atau pelecehan seksual. Riwayat menjadi korban pelecehan seksual secara tidak langsung dapat mengubah cara berpikir, bersikap, dan berperilaku seseorang.^{4,5} Laki- laki cenderung menyukai sesama jenis karena adanya pengaruh genetik, variasi anatomis otak, dan faktor lain yang belum diketahui pasti hingga kini, meskipun penyimpangan orientasi seksual tidak termasuk dalam gangguan kejiwaan, namun hal ini dapat dipicu oleh adanya gangguan kejiwaan seperti *Post Traumatic Syndrome Disorder* (PTSD), depresi, gangguan kepribadian, skizofrenia, dan sebagainya.⁴

Adanya pengalaman yang kurang menyenangkan seperti ini tentu membuat penerimaan diri para gay menjadi lebih lama, karena mereka pasti akan mengalami penolakan atau pergolakan batin, kemudian ada keinginan untuk mencari tahu lebih lanjut atau penasaran, mencoba lagi dengan keinginan sendiri, hingga akhirnya merasa nyaman dengan dunia tersebut. Berbeda dengan partisipan yang merasa menyimpang sejak kecil, mereka lebih mudah untuk menerima dirinya sebagai homoseksual dan gay sejak pertama kali menyadari hal tersebut. Hal ini bisa disebabkan karena adanya faktor pemicu seperti pengalaman buruk, sehingga mereka yang menyadari penyimpangan orientasi seksual mereka saat remaja, memunculkan penolakan terlebih dahulu. Penolakan yang mereka rasakan ini bisa jadi juga merupakan penolakan terhadap kejadian tersebut, sehingga memerlukan waktu yang lebih lama untuk menerima diri mereka sebagai gay, karena harus “menyembuhkan” psikis mereka dari pengalaman buruk tersebut, yang kemudian diikuti dengan perasaan penolakan terhadap kemungkinan penyimpangan orientasi seksual mereka, sehingga waktu mereka untuk mulai menerima diri mereka sebagai gay membutuhkan waktu yang lebih lama dibandingkan dengan mereka yang sudah merasakan ketertarikan kepadasesama jenis sejak kecil.

Coming out adalah pilihan pribadi, bukan paksaan bagi para gay.

Kelompok gay atau yang termasuk dalam kelompok LGBT, rentan untuk mendapatkan stigma bahwa mereka berisiko untuk terinfeksi HIV/AIDS, padahal kelompok gay mereka bukan termasuk

kelompok berisiko, karena yang berisiko adalah mereka yang melakukan perilaku berisiko, seperti perilaku LSL, namun hingga saat ini, stigma seperti itu masih muncul, sehingga menyebabkan para partisipan yang termasuk dalam kelompok gay memilih untuk menutup diri, terutama dari keluarga sebagai cara mereka untuk menghindari respon negatif dari lingkungan eksternal seperti keluarga dan teman-teman. ODHA LSL biasanya akan memilih orang-orang yang mereka percaya untuk *coming out* agar mendapatkan respon yang positif. Berdasarkan hal tersebut, *coming out* diartikan sebagai hal yang bukan merupakan keharusan atau paksaan bagi para gay, mereka bebas untuk menentukan siapa yang mereka percayai untuk *coming out* agar terhindar dari stigma. *Coming out* sebenarnya merupakan proses yang paling sulit dan memberatkan mereka, karena proses ini menunjukkan penegasan identitas seksual mereka sebagai gay, baik terhadap diri sendiri maupun kepada orang lain, dimana setelah mereka mengungkapkan diri sebagai gay, mereka harus siap untuk berhadapan dengan berbagai pengalaman negatif dalam kehidupannya, seperti ditolak atau dikucilkan oleh orang disekitarnya, sehingga kepercayaan kepada orang yang akan diberitahu merupakan kunci atau dasar bagi mereka untuk melakukan *coming out*, untuk meminimalisir terjadinya hal- hal negatif yang akan diterima dari orang tersebut.⁶

Masa terkelam membuat ODHA LSL merasa takut, cemas, putus asa, hingga ingin bunuh diri

Masa terkelam yang dialami oleh ODHA LSL adalah ketika pertama kali mereka terdiagnosis positif HIV/AIDS. Awalnya mereka akan mengalami tanda gejala seperti penurunan berat badan, gatal-gatal, batuk tidak berhenti, dan sebagainya, hingga akhirnya mereka berani untuk melakukan VCT. Pertama kali positif HIV/AIDS, perasaan mereka didominasi oleh perasaan takut, cemas, putus asa, dan ingin bunuh diri, karena mereka sedang mengalami fase berduka yaitu fase penyangkalan (*denial*), marah (*anger*), dan depresi.

Perasaan yang dirasakan oleh ODHA LSL diantaranya disebabkan karena adanya penyesalan akan perilaku seksual berisikonya sebagai LSL. Saat seseorang terkonfirmasi positif HIV/AIDS, mereka sebenarnya sudah memiliki permasalahan kompleks dari bio-psiko-sosio-spiritual, namun masalah psiko-sosial merupakan hal yang paling sering dialami oleh ODHA, karena perasaan negatif yang muncul seperti depresi, putus asa, tidak percaya diri, ketakutan karena ketidaktauhan kalau penyakit ini tidak ada obatnya, ketakutan karena penyakit ini tidak dapat disembuhkan, ketakutan akan efek samping obat, dan kekhawatiran bahwa statusnya akan diketahui oleh orang lain dimana nanti mereka akan dikucilkan, direndahkan, atau dihakimi, karena adanya anggapan buruk atau stigma yang dimiliki masyarakat terhadap ODHA apalagi

dengan faktor risiko LSL.⁷

Penerimaan secara utuh dari keluarga merupakan bentuk dukungan terkuat bagi ODHA LSL

Open status yang dilakukan ke keluarga, biasanya dibantu oleh koordinator KDS supaya keluarga mendapatkan penjelasan yang lengkap dan terpercaya, sehingga tidak ada kesalahan informasi dan tidak menimbulkan stigma, meskipun tetap tidak dapat dipungkiri bahwa beberapa respon keluarga terutama orang tua dan teman-teman yang mengetahui hal tersebut diawalidengan penolakan, kesedihan, maupun kekhawatiran.

Kesedihan dan kekhawatiran yang dirasakan oleh keluarga dan teman-teman partisipan mengubah cara perilaku mereka terhadap partisipan menjadi ke arah yang lebih baik atau positif. Mereka tidak memberikan stigma terhadap para partisipan, justru keluarga dan teman-teman memilih untuk bersikap menerima partisipan dengan menjadi lebih perhatian dan lebih sering melakukan komunikasi. *Caring* dan sering berkomunikasi yang dilakukan oleh keluarga dan teman-teman terbukti dari salah satu contoh bentuk dukungan yang dialami oleh ODHA LSL yaitu diingatkan minum obat oleh keluarga dan atau teman-teman. Dukungan-dukkungan ini yang membuat ODHA LSL terbantu dalam menjalani pengobatan, untuk tetap rutin konsumsi ARV, untuk tetap semangat minum obat meskipun mungkin bosan, namun dengan dukungan dari orang-orang sekitar justru akan membuat semangatnya kembali, agar dirinya tetap sehat dan semangat, serta dapat memiliki usia harapan hidup yang lebih panjang, karena dukungan yang diberikan dapat diartikan sebagai suatu kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang dirasakan oleh ODHA LSL dari orang lain, sehingga mereka akan merasa dihargai, dicintai, dan merasa menjadi bagian dari masyarakat, sehingga ODHA LSL tidak merasa didiskriminasi yang nantinya dapat berdampak positif bagi kesehatannya.⁸

Double stigma adalah lawan yang harus terus dihadapi ODHA LSL hingga saat ini

Kelompok gay dianggap sebagai kelompok yang menyimpang secara sosial, karena orientasi dan identitas seksual mereka yang berbeda daripada laki-laki pada umumnya, di mana tentu akan rentan terhadap stigma sosial, padahal gay bukan merupakan kelompok berisiko karena mereka belum tentu melakukan perilaku seksual, sementara kelompok gay yang sudah melakukan perilaku seksual, dinamakan kelompok LSL. Tidak hanya masyarakat, *double stigma* juga datang dari tenaga kesehatan, padahal layanan kesehatan menjadi faktor penting bagi keberhasilan pengobatan ODHA LSL agar mereka mendapatkan pelayanan yang baik, pengalaman berobat yang baik, sehingga meminimalisir terjadinya putus obat di mana

hal tersebut dapat menurunkan kualitas hidup ODHA LSL yang bahkan dapat berujung ke kematian.

Double stigma dari petugas kesehatan membuat pasien ODHA LSL merasa tidak nyaman berada di pelayanan kesehatan, dimana hal ini nantinya akan berkaitan dengan mekanisme coping mereka, jika coping mereka negatif, maka akan berdampak pada peningkatan isolasi sosial dan depresi atau hambatan bagi ODHA LSL untuk mengakses pelayanan kesehatan, yang secara langsung maupun tidak langsung dapat berakibat pada penurunan cakupan terapi HIV/AIDS, yang mengakibatkan penurunan kualitas layanan kesehatan kepada pasien ODHA LSL dan program pencegahan penularan HIV/AIDS, serta meningkatkan angka ODHA bahkan kematian pada ODHA LSL.⁹

Pribadi positif menghasilkan sikap dan suasana hati positif di tengah pengalaman pahit yang pernah dialami

Proses penerimaan dan adaptasi yang bahkan mereka mulai sejak kecil, menghasilkan pribadi yang lebih positif dalam diri mereka. Berbagai pengalaman buruk yang mereka alami, tidak membuat mereka kemudian terjatuh ke dalam hal-hal yang buruk juga, namun dapat membawa perubahan positif bagi kepribadian mereka. Kebahagiaan yang saat ini dirasakan oleh ODHA LSL merupakan salah satu buah dari sikap dan cara berpikir mereka yang positif, meskipun membutuhkan waktu untuk beradaptasi dan berproses dalam menerima diri sebagai ODHA dan LSL. Pengalaman pahit yang mereka alami tidak menjadi penghalang bagi mereka untuk tetap bisa menjalani hidup hingga saat ini.

Bebas dari double stigma, bahagia, dan berguna adalah impian ODHA LSL

Impian yang disampaikan oleh ODHA LSL menandakan mereka masih memiliki keinginan untuk tetap hidup, seperti harapan untuk tidak merepotkan keluarga, bahagia, sehat, dan berumur panjang, menunjukkan keinginan mereka untuk tetap hidup di tengah status yang mereka miliki, *double stigma* dan pengalaman buruk yang mereka alami, serta perubahan-perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya. ODHA LSL juga memiliki keinginan yang besar untuk terus hidup, dan memiliki harapan bahwa kehidupan mereka lebih baik daripada kehidupan mereka sebelumnya, hal ini disebabkan karena adanya emosi positif yang saat ini tengah dirasakan. Seligman (2004) menyebutkan bahwa contoh emosi positif yang ditunjukkan pada masa depan yaitu, optimisme, harapan, kepastian, kepercayaan, dan keyakinan.¹⁰

Cara pemenuhan bio-psiko-sosio-spiritual ODHA LSL di tengah double stigma yang mereka alami

Kehidupan ODHA LSL tidak berbeda seperti

orang-orang pada umumnya, mereka membutuhkan pemenuhan baik secara biologis, psikologis, sosiologis, dan spiritual. Secara biologis, ODHA LSL tetap memilih untuk bekerja untuk mencukupi kebutuhan hidup, namun dengan tidak melakukan *coming out* di lingkungan kerja. Secara psikologis, ODHA LSL memilih untuk berdoa, bercerita, olahraga, dan *healing* untuk mengatasi permasalahan psikologis yang dialami. Hal positif yang dipilih oleh ODHA LSL menandakan bahwa mereka memiliki kualitas hidup yang tinggi karena dapat berpikir positif. Selanjutnya dari segi sosiologis, mereka *open status* ke masyarakat sekitar namun memilih untuk bergabung ke komunitas. Pilihan ini dibuat untuk mengurangi terjadinya *double stigma* dan diskriminasi dari lingkungan sekitar dan adanya perasaan lebih diterima karena berada di satu komunitas yang sama. Terakhir, dari segi spiritual, ODHA LSL memilih untuk tetap beribadah dan mendapatkan *support* dari keluarga. Beribadah dan mendekatkan diri dengan Tuhan dan mendapatkan dukungan dari keluarga dapat menurunkan stigma, sehingga ODHA LSL mempunyai kemungkinan 4 kali lebih besar memiliki kualitas hidup yang lebih baik.¹¹

Kesimpulan

Penelitian ini melibatkan 8 partisipan yang berusia 27-52 tahun yang merupakan ODHA LSL dan sudah *open status*, dan ditemukan 8 tema, antara lain: “*Time is Healing*” menggambarkan proses penerimaan identitas seksual bagi para gay, *coming out* adalah pilihan pribadi, bukan paksaan bagi para gay, masa terkelam membuat ODHA LSL merasa takut, cemas, putus asa, hingga ingin bunuh diri, penerimaan secara utuh dari keluarga merupakan bentuk dukungan terkuat bagi ODHA LSL, *double stigma* adalah lawan yang harus terus dihadapi ODHA LSL hingga saat ini, pribadi positif menghasilkan sikap dan suasana hati positif di tengah pengalaman pahit yang pernah dialami, bebas dari *double stigma*, bahagia, dan berguna adalah impian ODHA LSL, cara pemenuhan bio-psiko-sosio-spiritual ODHA LSL di tengah *double stigma* yang mereka alami.

Daftar Pustaka

1. UNAIDS. HIV and AIDS – Basic Facts [Internet]. 2023. Available: <https://www.unaids.org/en/frequently-asked-questions-about-hiv-and-aids>
2. Kementerian Kesehatan RI. Infodatin (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI). 2020.
3. UNAIDS. Report on the Global HIV/AIDS Epidemic June 2000. 2000.
4. American Psychological Association. Understanding Sexual Orientation and Homosexuality [Internet]. 2008 [cited 2023 Sep 22]. Available: <https://www.apa.org/topics/lgbtq/orientation>.
5. Andler M. The Sexual Orientation/Identity Distinction. *Hypatia*. 2021;36(2):259–75.
6. Azhari NK, Susanti H, Wardani IY. Persepsi Gay Terhadap Penyebab Homoseksual. *J Keperawatan Jiwa*. 2019;7(1):1.
7. Ananda S. Proses Penerimaan Diri Gay di Organisasi Cangkang Queer terhadap Identitas Seksualnya. *J Komunika*. 2021.
8. Yusmi H. Coming Out Pada Gay. *Psikoborneo J Ilm Psikol*. 2021;9(1):214.
9. Ghoni A, Khotima K, Andayani SA. Hubungan Dukungan Sosial dan Spiritual Penderita HIV/AIDS dengan Kualitas Hidup Penderita HIV/AIDS. *Citra Delima J Ilm STIKES Citra Delima Bangka Belitung*. 2019;3(2):118–26.
10. Hasibuan EK, Aryani N, Simanjuntak GV. Stigma dan Diskriminasi serta Strategi Koping pada Orang dengan HIV dan AIDS (ODHA) di Kota Medan, Sumatera Utara. *Holistik J Kesehat*. 2020;13(4):396–401.
11. Rahmah A. Penerimaan Diri pada ODHA melalui Kelompok Persahabatan ODHA di Yayasan Pelita Ilmu Jakarta. *Institutional Repos UIN Hidayatullah Jakarta* [Internet]. 2020;21(1):1–9 Available from: <http://journal.surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203%0Ahttp://mpoc.org.my/malaysian-palm-oil-industry/>