

KENALI DAN HINDARI HIV/AIDS

Oleh :

Zumrotul Ula, SST.,M.Kes

Dosen Kebidanan Stikes Surabaya

Seringkali masyarakat mendengar tentang HIV/AIDS, namun apakah masyarakat sudah mengenal apa itu HIV? Apa itu AIDS? Penderita HIV/AIDS sering diasosiasikan sebagai seseorang yang memiliki lingkup pergaulan seks bebas dan tidak sehat. Padahal tidak semua penderita HIV/AIDS merupakan seseorang yang memiliki citra negatif, karena siapapun bisa terjangkit HIV/AIDS. HIV/AIDS merupakan salah satu masalah kesehatan dan sosial yang besar dan penting karena frekuensi dan tingkat kematian yang tinggi. Permasalahan HIV/AIDS menjadi tantangan kesehatan hampir di seluruh Negara, termasuk Indonesia. Sejak pertama kali ditemukan sampai dengan Juni 2018, HIV/AIDS telah dilaporkan keberadaannya oleh 433 (84,2%) dari 514 kabupaten/kota di provinsi Indonesia.

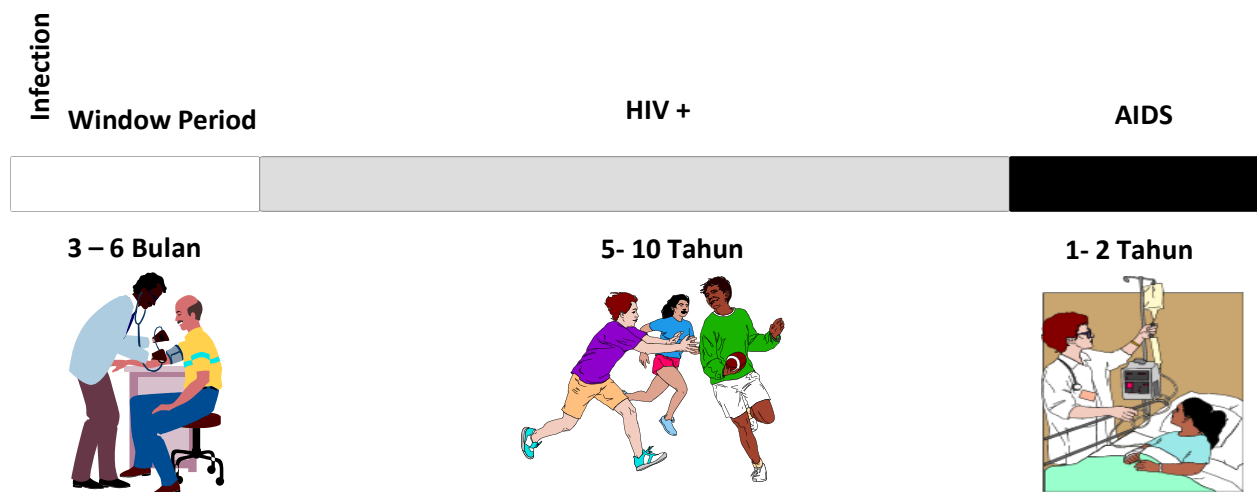
HIV (Human Immunodeficiency Virus)

Adalah virus yang menyerang system kekebalan tubuh dengan meninfeksi dan menghancurkan sel CD4. Infeksi HIV yang tidak segera ditangani akan berkembang menjadi kondisi serius yang disebut AIDS.

AIDS (Acquired Immuno Deficiency Syndrome)

adalah kumpulan gejala dan infeksi karena berkurangnya kekebalan tubuh yang dirusak oleh HIV.

Perjalanan infeksi HIV/AIDS



Apa saja gejala- gejala HIV ?

Terdapat beberapa tahap gejala HIV, Tahap pertama adalah tahap infeksi akut, dimana system kekebalan tubuh seseorang yang terinfeksi membentk antibody untuk melawan virus HIV. Pada banyak kasus, gejala pada tahap ini muncul 1-2 bulan setelah terinfeksi HIV. Beberapa orang mengalami gejala seperti demam hingga menggigil, muncul ruam di kulit, muntah, nyeri sendi, sakit kepala, sakit perut, sakit tenggorokan dan sariawan, dan pembengkakan kelenjar getah bening. Tahap kedua adalah tahap laten, yang dapat berlangsung beberapa tahun, pada tahap ini virus HIV semakin berkembang dan merusak kekebalan tubuh. Beberapa penderita tidak mengalami gejala pada tahap ini, tetapi sebagian penderita lainnya mengalami beberapa gejala, seperti : berat badan turun, demam, diare, mual dan muntah, berkeringat dimalam hari, sakit kepala, pembengkakan kelenjar getah bening, tubuh terasa lemas. Pada tahap laten yang tidak segera ditangani maka virus HIV akan semakin berkembang dan memasuki tahap ketiga, yaitu AIDS. Seseorang yang terinfeksi HIV sangat mudah menularkan virus tersebut kepada orang lain. Satu – satunya cara untuk menentukan apakah seseorang terserang virus HIV atau tidak yaitu dengan melakukan **Tes HIV** sedini mungkin.

Apa saja gejala – gejala AIDS ?

Pada tahap AIDS, seorang penderita akan mengalami banyak gejala, diantaranya : berkeringat dimalam hari, demam yang berlangsung lebih dari 10 hari, diare kronis, ruam atau bintik-bintik di kulit, sesak nafas, tubuh selalu merasa lemas, mudah marah dan cepat depresi, berat badan turun secara drastis, bercak putih di lidah / mulut / kelamin / anus, bintik berwarna ungu pada kulit yang tidak bisa hilang, sesak nafas.

Bagaimana HIV dapat ditularkan ?

1. Penularan secara seksual : HIV dapat ditularkan melalui seks penetrative yang tidak terlindungi
2. Penularan melalui jarum suntik secara bergantian
3. Penularan dari ibu ke anak : HIV dapat ditularkan ke anak selama masa kehamilan, proses persalinan dan saat menyusui.
4. Penularan melalui transfusi darah

Cegah HIV dengan cara ?

Pemerintah sudah melakukan upaya preventif dengan melakukan edukasi program ABCDE sejak tahun 2012, untuk pencegahan terhadap penularan HIV/AIDS.:

Adapun ABCDE tersebut adalah :

A = Abstinancy, maksudnya absen untuk berhubungan seks yang beresiko bila diketahui pasangan memiliki potensi penyakit menular seksual. Antisipasinya dengan melakukan seks yang aman.

B = Be Faithfull, yaitu saling setia pada pasangan, jangan berganti-ganti pasangan seks.

C = Condom, kalau sudah tahu seks yang dilakukan akan beresiko menua penyakit, maka gunakanlah kondom. Ini merupakan cara aman dan sehat berhubungan seks.

D = Drugs, jauhi drugs sebab drugs baik yang diminum atau disuntik dapat berpotensi menyebabkan HIV. Drugs yang ditelan seperti ekstasi dapat menyebabkan gairah seks meningkat, hilang sadar dan akal sehat, sehingga seks yang dilakukan cenderung tidak aman. Demikian juga drugs suntik, jarum yang tidak steril dapat meningkatkan risiko.

E = Equipment, Equipment yang dimaksud merupakan perlengkapan secara umum.

Dengan mengenal HIV/AIDS, diharapkan masyarakat bisa terhindar dari HIV/AIDS, sehingga bisa menurunkan angka kejadian HIV/AIDS. Siapapun bisa berisiko terkena HIV/AIDS, tergantung dari perilaku dan mau untuk hidup sehat.

Sumber :

David, et al.(2006). HIV/AIDS Epidemiology, Pathogenesis, Prevention, and Treatment. Lancet, 368 (9534), pp.489-504.

Ketut AP, Hendra S. Hubungan Tingkat pengetahuan tentang HIV/AIDS dengan sikap pencegahan HIV/AIDS pada remaja. IJHR. *Vol 1 No 1 (2018)*. Published 2018 Aug 28. doi:10.32805/ijhr.2018.1.1.3

World Health Organization (2018). HIV/AIDS.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2018). Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit. Laporan Perkembangan HIV-AIDS dan Penyakit Infeksi Menular Seksual (PIMS) Triwulan II Tahun 2018.

