

Seks Bebas?



➤ Tren seks bebas yang mulai memasuki anak muda sekarang merupakan peringkat pertama dalam penyebaran HIV di kota-kota besar, tak terkecuali di Indonesia. 51.3% penyebaran HIV di Indonesia terjadi akibat hubungan seks bebas, dan angka tersebut semakin menanjak di kalangan anak muda dan pekerja.

Penularan HIV melalui seks bebas mungkin telah menjadi pengetahuan umum, dan berita mengenai penularan itu sudah sering kita dengar banyak terjadi pada kalangan biasa kita sebut "kelompok tertentu" dalam masyarakat... Sedangkan warga masyarakat lainnya berbeda dengan mereka. Sebagai warga masyarakat yang baik-baik yang bergaul dengan sesama warga yang baik-baik, terlihat sehat dan normal, waspada dan mengikuti perkembangan hal-hal baru, dan pastinya jauh dari kemungkinan tertular HIV. Apakah benar begitu?

Hasil Riset Kesehatan Dasar terakhir Kementerian Kesehatan menunjukkan pengidap HIV terutama pada kaum muda melonjak drastis. Bagaimana hal itu bisa terjadi? Sebelum mengetahui jawabannya, mari kita simak pertanyaan di bawah ini.

Apakah Pengidap HIV Bisa Dibedakan dengan Orang Normal?

Sebagian besar orang yang baru terinfeksi HIV tidak merasakan gejala yang jelas.

Gejala awal yang muncul bisa berupa flu ringan, sakit kepala, demam, lelah ataupun tidak ada gejala sama sekali.

➤ Gejala tersebut merupakan gejala yang umum muncul pada setiap orang, baik yang terinfeksi HIV, maupun yang tidak. Selanjutnya seseorang tinggal minum obat sakit kepala, obat flu, banyak minum air putih, dan istirahat yang cukup, dan merasa sehat kembali. Namun siapa sangka bahwa virus mematikan itu telah masuk ke dalam tubuh? Padahal dia terlihat baik-baik saja seperti orang sehat lainnya.

Saat tertular HIV sampai pada munculnya gejala yang sebenarnya bisa memakan waktu berbulan-bulan, ataupun bertahun-tahun, bahkan sampai 10 tahun! Nah, apakah seseorang dengan perilaku seks bebas bisa yakin bahwa dia atau pasangannya tidak mengidap HIV? Atau coba bayangkan

bagaimana jika orang yang bersamanya ternyata mengidap HIV padahal dia terlihat sangat sehat?

Apakah mereka bisa memastikan mereka bersih dari HIV jika pengidap HIV ternyata terlihat tidak berbeda dengan orang sehat lainnya? Bagaimana dengan kehidupan seks bebasnya yang terdahulu, bagaimana cara memastikan hal yang sudah lewat sekian lama? Jawabannya adalah tidak bisa. Seorang yang terinfeksi HIV tidak bisa dibedakan hanya dengan melihat saja.

Kembali ke pertanyaan sebelumnya – Mengapa pengidap HIV terutama pada kaum muda di kota meningkat? Bagaimana hal seperti itu bisa terjadi?

Jawabannya adalah perilakunya yang membuat seorang terkena HIV, yaitu perilaku seks bebas, BUKAN penampilannya!

Oleh karena itu, katakan TIDAK pada seks bebas. Gunakanlah keteguhan hati, moral dan iman anda, sebab penyesalan memang selalu datang belakangan, tetapi pilihan selalu tersedia sebelumnya. Jangan memilih perbuatan yang membawa anda pada penyesalan yang tidak ingin anda hadapi.

"Setiap pengidap HIV positif bisa terlihat persis sama dengan orang sehat dan normal dalam jangka waktu yang panjang bahkan bisa sampai 10 tahun"

Hal yang Perlu Diwaspadai



Selain dari pemakaian narkoba dan seks bebas, HIV juga bisa menular melalui:

- Transfusi darah yang tidak steril. Pastikan bahwa saat anda mendonorkan darah ataupun berada dalam kondisi memerlukan transfusi darah bahwa darah tersebut sudah dipastikan steril.
- Tattoo dan piercing/tindik juga bisa menjadi media penyebar HIV. Pastikan bahwa tiap jarum yang digunakan sudah steril atau baru.
- Wanita hamil penderita AIDS memiliki kemungkinan untuk menularkan HIV kepada janin yang dikandungnya, terdapat bermacam pencegahan asalkan sudah mengetahui dari awal kondisi HIV-nya. Sesudah bayi tersebut lahir, ASI dari ibu tersebut adalah hal yang tidak boleh diberikan karena cairan ASI juga bisa menjadi media penyebaran HIV.



digigit nyamuk



berenang bareng



makan bareng



keringat / sentuhan



batuk / bersin

Anggapan yang Salah Mengenai HIV

Banyak anggapan yang salah di masyarakat mengenai penyebaran HIV pada manusia. Walaupun HIV menyebar melalui cairan tubuh yaitu: darah, cairan kelamin dan ASI, tetapi tidak semua cairan tubuh dapat membawa HIV.

- **Keringat** Menempelnnya keringat pengidap HIV positif pada kulit orang sehat tidak akan menularkan virus tersebut. HIV tidak terdapat pada keringat, tapi pada darah, cairan kelamin dan ASI
- **Saliva/liur** tidak dapat menularkan HIV.
- **Bersin dan batuk** merupakan kasus yang sama dengan air liur, dimana cairan hidung bukanlah media penularan HIV, selama tidak mengandung darah.
- **Menggunakan WC** yang sama tidak menyebabkan tertular HIV sebab kotoran dan air seni tidak dapat membawa HIV.
- **Makan dengan alat makan yang sama** tidak akan menularkan HIV karena sekali lagi air liur tidak dapat membawa virus ini
- **Gigitan nyamuk dan serangga lainnya** tidak akan menularkan HIV. Nyamuk hanya menghisap darah yang digigitnya dan hanya memasukkan liurnya dalam tubuh yang berupa bentol, nyamuk tidak menginjektikan darah yang sudah dihisap ke tubuh lain.
- **Berenang bersama** tidak menularkan HIV

HIV bukan virus yang hidup di udara, air, kotoran/tinja, ataupun air seni. HIV tidak dapat bertahan lama diluar badan manusia. Oleh karena itu, hubungan sosial yang normal dengan pengidap HIV tidak membuat kita tertular HIV. Dengan mengetahui bahwa cairan tubuh yang rawan HIV adalah darah, cairan kelamin, dan ASI, maka kita dapat menjaga tindakan dan perilaku kita agar tidak berisiko terkena HIV.

Terapi untuk pengidap HIV

Sampai saat ini belum ditemukan obat untuk mengatasi HIV, terapi obat yang ada hanya dapat memperlambat kerja virus ini, namun tidak dapat menghilangkan HIV dari tubuh. Khasiat atau kinerja dari terapi ini sangat dipengaruhi seberapa awal terapi mulai digunakan oleh pengidap HIV. Tetapi terapi ini juga memancing banyak efek samping seperti tidak berfungsinya organ-organ dalam.

Jelas Sudah.. Agar Tidak Terkena HIV-AIDS, Mencegah Adalah Satu-Satunya Pilihan

Kini kita dapat berbesar hati karena kita sudah tahu persis bagaimana caranya agar diri kita tidak terkena HIV-AIDS. Jiwa yang tegar menolak menggunakan narkoba, hati yang murni menolak melakukan seks bebas. Aku bangga aku tahu..!



Bagaimana Mencegah Kalau Tidak Tahu?

Betul sekali..!, kalau mau mencegah agar tidak kena HIV-AIDS, yah harus tahu apa itu HIV-AIDS, barulah tahu pencegahannya.

> Mengapa harus mencegah? Karena sampai sekarang belum ditemukan obat yang dapat melawan HIV, obat-obat yang ada hanya menolong penderita AIDS mengurangi kesakitannya, tetapi tidak dapat menyembuhkannya. Kenapa sih penyebaran HIV sekarang banyak ditemukan diantara anak muda, pekerja dan eksekutif muda? Kok penyebaran di kota-kota besar malah meningkat?

Setelah membaca dan mengerti isi dari leaflet ini sampai akhir, kita akan dapat menjawab pertanyaan tersebut dan sadar bahwa kita juga bisa turut ambil bagian untuk mengurangi angka-angka tersebut, dengan menjaga diri kita agar tidak tertular! Pengetahuan mengenai seluk beluk HIV dan AIDS ini diolah dalam bentuk pertanyaan-pertanyaan dasar untuk mengerti dan mewaspadai HIV di kehidupan kita. Selamat membaca.

Apa itu HIV?

Di sini kita jabarkan kata per kata :

- H** **uman** = manusia, virus ini cuma menyebar dan bekerja pada tubuh manusia
- I** **mmunodeficiency** - immune = sistem kekebalan, deficiency = kekurangan / penurunan. HIV tubuh dengan menghancurkan sel-sel penting yang bertugas melawan penyakit. Tubuh yang kekurangan sistem kekebalan tidak dapat terlindung dari penyakit.
- V** **irus** - Virus bereproduksi dengan cara mengambil alih sel tubuh yang diinfeksi

Pada dasarnya HIV tidak jauh berbeda dengan virus lainnya, termasuk virus influenza atau virus campak, polio, dll. Namun perbedaannya adalah - seiring dengan berjalannya waktu, sistem kekebalan yang ada di dalam tubuh akan mampu mengusir semua virus tersebut.

Pada HIV - sistem kekebalan manusia tidak bisa membebaskan diri dari HIV. Kenapa sistem kekebalan kita bisa kalah dari HIV?

Karena yang diserang HIV justru adalah sel kekebalan tubuh manusia.

"HIV bukan penyebab kematian pada pengidap HIV. Virus tersebut menghancurkan kekebalan tubuh manusia sehingga rentan terhadap infeksi bakteri & virus penyakit yang tidak dapat dilawan oleh tubuh tanpa sistem kekebalan yang normal dan akhirnya mengakibatkan kematian"

Semakin lama HIV berada dalam tubuh, semakin banyak tubuh kehilangan daya tahannya, sampai tubuh menjadi sangat lemah dan mudah diserang segala penyakit. Kondisi kritis ini disebut **AIDS**.



Kementerian Kesehatan RI
Pusat Promosi Kesehatan
2012

Apa itu HIV?

Di sini kita jabarkan kata per kata :

- Acquired** - dalam bahasa Inggris berarti 'diperoleh'. AIDS bukanlah penyakit yang diwariskan, seperti layaknya penyakit yang terbawa secara genetis seperti penyakit jantung, thalassemia, dll. AIDS penyakit yang diperoleh karena tertular/terinfeksi
- Immuno** = sistem kekebalan tubuh manusia, termasuk semua organ & sel yang bekerja melawan infeksi dan penyakit
- Deficiency** = kurang - Seseorang pengidap HIV mencapai kondisi AIDS saat sistem kekebalan tubuhnya berkurang / defisiensi jauh dari semestinya.
- Syndrome** = adalah kumpulan gejala dari sebuah penyakit

Jadi, AIDS = Acquired Immuno Deficiency Syndrome adalah kondisi kritis dari seseorang yang terinfeksi HIV. Dalam kondisi ini, sistem kekebalan tubuh manusia sudah rusak parah yang membuat penderita sangat rentan terhadap semua jenis infeksi dan beberapa jenis kanker.

Infeksi yang paling sering ditemukan pada pengidap HIV dan penderita AIDS:
Tuberculosis (TB) yang merusak paru-paru;
Salmonellosis yang menyebabkan diare yang parah, rasa sakit yang sangat pada bagian perut, sering dengan muntah-muntah;
Cytomegalovirus (CMV) sejenis virus herpes yang merusak mata, saluran pencernaan, paru-paru dan organ lainnya;
Candidiasis sejenis jamur yang khas ditemukan pada pengidap HIV yang

mengakibatkan bercak pada kulit yang terasa membara, jika terdapat di mulut akan sangat menyakitkan dan sulit untuk makan;
Cryptococcal meningitis, rasa terbakar pada selaput dan cairan sekeliling otak dan spinal cord;
Toxoplasmosis - parasit yang mematikan ditularkan khususnya oleh kucing lewat kotorannya;
Cryptosporidiosis yang berasal dari usus binatang ini tumbuh pada usus penderita AIDS mengakibatkan diare yang parah dan kronis;
Kaposi's sarcoma - tumor pada dinding saluran darah mengakibatkan kerusakan organ dalam termasuk paru-paru;
Lymphomas yakni kanker yang dimulai dari sel darah putih atau kelenjar sehingga menyebar berupa benjolan-benjolan di seujur tubuh.

Jadi, HIV adalah virus yang masuk ke dalam tubuh & melemahkan sistem kekebalan yang jika terus memburuk akan membawa pengidap HIV pada kondisi AIDS yakni kondisi hilangnya sistem pertahanan tubuh sehingga semua jenis infeksi dapat masuk dan akhirnya mengakibatkan kematian.

Bagaimana Cara Penularan HIV?

- HIV menyebar pada cairan tubuh manusia, dan hanya ada tiga cairan tubuh yang rawan membawa HIV:
 - Darah
 - Cairan Kelamin
 - ASI (Air Susu Ibu)



Di seluruh dunia termasuk di Indonesia saat ini, cairan kelamin adalah media penyebab penyebaran HIV terbesar akibat perilaku seks bebas, dan darah merupakan media kedua terbesar penyebaran HIV diantara pengguna narkoba.

JIWA YANG TEGAR
NO NARKOBA
HATI YANG MURNI
NO SEKS BEBAS

Bagaimana Cara Kerja HIV di Dalam Tubuh Manusia?



Tubuh manusia mempunyai sistem kekebalan yang sering kita sebagai sel darah putih. Sistem kekebalan tubuh kita ini memiliki 2 sel utama yang mempunyai tugas yang berbeda-beda: sebagai sel yang mengenali dan memberi informasi jika ada benda asing yang masuk ke dalam tubuh, sedangkan yang lainnya bertugas untuk menyerang dan melumpuhkan sel asing tersebut setelah menerima informasi dari sel CD4 positif. Sedangkan HIV adalah virus yang secara khusus menjadikan sel CD4 positif sebagai target dari serangannya.

Proses HIV melumpuhkan sistem kekebalan tubuh manusia:

- HIV masuk ke tubuh dan mencari sel-sel CD4 positif, kemudian virus ini masuk ke sel CD4 positif, melumpuhkan dan menguasainya dengan cara memperbanyak dirinya di dalam sel CD4 positif ini.
- Kemudian sel-sel HIV yang baru yang telah menjadi banyak ini keluar dan mencari sel-sel CD4 positif lainnya dan mengulangi proses yang sama.
- Sel-sel penyerang datang dan menghancurkan sel CD4 positif yang baru telah menjadi banyak dengan cepat mencari sel-sel CD4 positif.
- Setelah melewati beberapa waktu semakin banyak tubuh kehilangan sel-sel CD4 positif dan sistem kekebalan tubuh menjadi lemah, karena tugas sel-sel CD4 positif adalah mengenali sel-sel asing yang masuk ke dalam tubuh dan mengirim informasi agar tubuh membentuk dan mengirim sel-sel penyerang untuk melumpuhkan sel-sel tersebut, maka dengan sangat berkurangnya sel-sel CD4 positif di dalam tubuh, tubuh tidak menerima informasi yang cukup untuk dapat membentuk sel-sel penyerang yang dibutuhkan.
- Dalam keadaan seperti inilah berbagai jenis penyakit dapat masuk ke tubuh tanpa dapat dikenali dan dilawan, sehingga akhirnya membawa kematian.

Sistem kekebalan tubuh kita ini memiliki 2 sel utama yang mempunyai tugas yang berbeda-beda: sebagai sel yang mengenali dan memberi informasi jika ada benda asing yang masuk ke dalam tubuh, sedangkan yang lainnya bertugas untuk menyerang dan melumpuhkan sel asing tersebut setelah menerima informasi dari sel CD4 positif. Sedangkan HIV adalah virus yang secara khusus menjadikan sel CD4 positif sebagai target dari serangannya.

Narkoba

Pemakai narkoba sangat berisiko tertular HIV yang disebabkan oleh penggunaan jarum suntik yang berulang-ulang dengan sesama pemakai. Dalam kondisi sakawu, pemakai narkoba tidak dapat berpikir panjang dan jernih untuk hal apapun, termasuk masalah sterilisasi ataupun mengganti jarum suntikan, sehingga tiap orang dalam lingkaran pemakai narkoba berada dalam kondisi pasrah dalam penyebaran HIV.

Hal ini makin didukung dengan pandangan solidaritas sesama pemakai dengan menggunakan jarum yang sama. Tidak ada yang tahu betul kondisi bersih tidaknya sesama pemakai, atau apakah memiliki HIV dalam tubuhnya atau tidak. Setiap pemakai narkoba bukan hanya merusak tubuhnya dengan zat adiktif, tetapi juga menjadi sarana penyebaran penyakit-penyakit berbahaya, terutama HIV.

"Orang yang bersih dari HIV dan memakai jarum suntik bersama dengan pengidap HIV positif akan langsung tertular HIV, jika ditek lab mungkin masih belum terdeteksi bahkan sampai dengan 6 bulan ke depan, namun selama kurun waktu tersebut ia sudah dapat menularkan HIV ke orang lainnya tanpa ada gejala yang kelihatan"