



KENALI HIV/AIDS: PANDUAN CERDAS UNTUK REMAJA



Salsabila 'Aulal Azmi
Bagas Biyanzah Drajad Pramukhti
Program Studi Sarjana Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Aisyiyah Surakarta

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat-Nya, sehingga booklet ini dapat tersusun dengan baik. Booklet ini merupakan hasil dari karya ilmiah berjudul “Upaya Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang HIV/AIDS melalui Media Booklet”, yang bertujuan sebagai media edukasi untuk meningkatkan pemahaman remaja tentang HIV/AIDS.

Remaja merupakan kelompok yang rentan terhadap HIV/AIDS karena kurangnya informasi dan kesadaran akan risiko perilaku berisiko. Diharapkan booklet ini dapat menjadi sumber informasi yang mudah dipahami dan membantu menumbuhkan kesadaran dalam mencegah penularan HIV serta mengurangi stigma terhadap ODHA.

Terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan. Kritik dan saran sangat penulis harapkan demi perbaikan ke depan. Semoga booklet ini bermanfaat bagi pembaca.

Surakarta, 09 Mei 2025

Salsabila ‘Aulal Azmi

DAFTAR ISI

Cover.....	1
Kata Pengantar.....	2
A. Konsep Remaja	
1. Definisi Remaja.....	4
2. Karakteristik Remaja.....	5
3. Perkembangan Fisik Remaja.....	5
B. Konsep HIV/AIDS	
1. Definisi HIV/AIDS.....	7
2. Etiologi HIV/AIDS.....	7
3. Gejala dan Tahapan HIV/AIDS.....	8
4. Cara Penularan HIV/AIDS.....	9
5. Cara Pencegahan HIV/AIDS.....	10
6. Penatalaksanaan HIV/AIDS.....	10
7. Pemeriksaan HIV/AIDS.....	11
8. Fase HIV/AIDS.....	11
Penutup.....	12

A. KONSEP REMAJA

1. DEFINISI REMAJA

Remaja adalah masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis, dan sosial. Usia remaja umumnya antara 13–16 tahun, di mana individu mulai membentuk identitas dan kemandirian (Natasya et al., 2025)



Remaja (usia 13–16 tahun) mengalami perubahan fisik, psikis, dan sosial. Mereka mulai mengembangkan hasrat seksual dan tertarik pada lawan atau sesama jenis. Perilaku seksual remaja bisa muncul dalam bentuk pacaran, sentuhan fisik, ciuman, imajinasi seksual, masturbasi, petting, hingga oral seks (Natasya et al., 2025).



2. KARAKTERISTIK REMAJA

Berikut ciri-ciri perilaku dan kepribadian remaja menurut Mahardika et al. (2024):

- Fisik dan Seksual: Percepatan pertumbuhan dan munculnya tanda kematangan seksual.



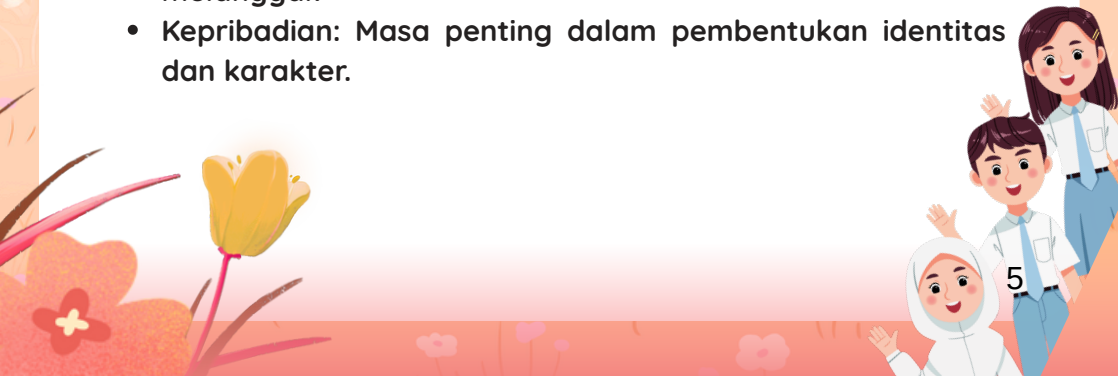
- Psikososial: Mulai menjauh dari orang tua dan mendekat ke teman sebaya.



- Kognitif: Mampu berpikir logis dan memahami konsep abstrak..
- Emosi: Emosi intens, muncul dorongan baru seperti rasa cinta dan ketertarikan.



- Moral: Mulai mengikuti norma sosial, namun masih rentan melanggar.
- Kepribadian: Masa penting dalam pembentukan identitas dan karakter.



3. PERKEMBANGAN FISIK REMAJA

Perubahan fisik menurut Cahyadi et al., 2024 :

- Pertumbuhan cepat pada tubuh (badan, kaki, tangan).
- Muncul jerawat akibat peningkatan hormon.
- Dorongan seksual meningkat karena kematangan kelenjar seks.



Perubahan psikis:

- Timbul ketertarikan pada lawan jenis (“merindu puja”).
- Mulai berpikir logis, analitis, dan abstrak (berpikir formal operasional).
- Suka bergaul dan membentuk kelompok sosial sebaya.
- Proses pencarian jati diri (self-concept) menguat.
- Seleksi terhadap nilai moral dan sosial.
- Sikap terhadap agama bisa berubah karena pencarian makna hidup.



B. KONSEP HIV/AIDS

1. DEFINISI HIV/AIDS

HIV (Human Immunodeficiency Virus) adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh, khususnya sel darah putih yang berfungsi melawan infeksi. Ketika sistem imun melemah secara signifikan, kondisi ini berkembang menjadi AIDS (Acquired Immune Deficiency Syndrome) – tahap lanjut dari infeksi HIV yang membuat tubuh sangat rentan terhadap penyakit serius (Oktafirnanda et al., 2024).

2. ETIOLOGI HIV/AIDS

HIV/AIDS disebabkan oleh masuknya virus melalui cairan kelamin atau darah (Sa'diyah Chalimatus, 2024). Faktor risiko utamanya meliputi:



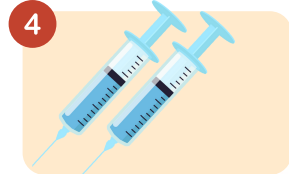
1 Lingkungan kerja berisiko (misalnya tenaga medis)



3 Riwayat infeksi menular seksual (IMS)



2 Seks bebas



4 Jarum suntik tidak steril

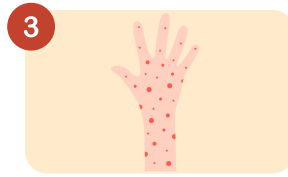


3. GEJALA DAN TAHAPAN HIV/AIDS

Tahap Awal (2-4 minggu setelah terpapar) :



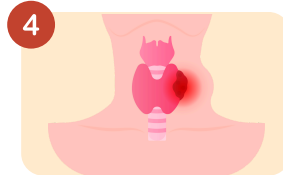
Demam



Ruam



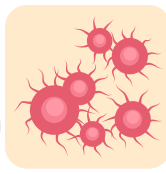
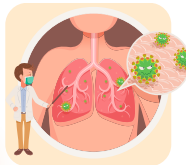
Sakit tenggorokan



Pembengkakan
kelenjar getah
bening

Tahap Lanjut (AIDS)

- Infeksi serius: tuberkulosis, pneumonia, infeksi jamur
- Penurunan berat badan, diare kronis, batuk lama, kelelahan ekstrem
- Rentan terhadap Infeksi Menular Seksual
- Masalah mental: kecemasan dan depresi
- Co-infeksi HIV-TB sering menyebabkan kematian, ditandai batuk kronis dan demam.

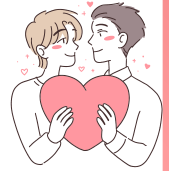


4. CARA PENULARAN HIV/AIDS

Menurut Natasya et al. 2025 HIV dapat menular melalui :

a. Hubungan Seksual Sesama Jenis

Penularan lebih tinggi pada pria homoseksual karena faktor biologis, gaya hidup, dan lingkungan sosial tertutup. Risiko meningkat jika sering berganti pasangan dalam komunitas yang sama.



b. Transfusi Darah

Penularan HIV/AIDS melalui transfusi darah terjadi jika darah atau produk darah yang ditransfusikan mengandung virus HIV.



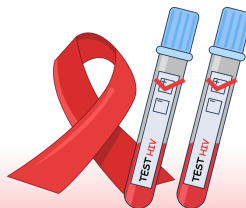
c. Menyusui oleh Ibu HIV-positif ke Anak

ASI dapat menjadi media penularan HIV dari ibu ke anak, terutama jika terdapat luka pada puting atau mulut bayi, serta daya tahan tubuh bayi yang rendah.



d. Peralatan Medis Tidak Steril

Penggunaan jarum atau alat medis yang tidak disterilkan dengan baik dapat menyebabkan penularan HIV. Standar sterilisasi wajib diterapkan untuk mencegah risiko ini.



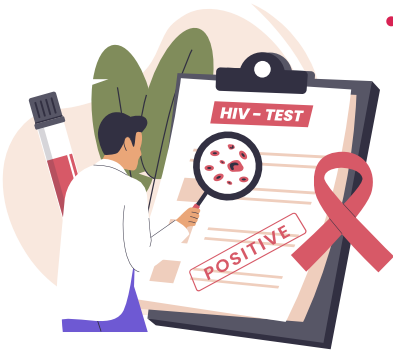
5. CARA PENCEGAHAN PENULARAN HIV/AIDS



- **A (Abstinence)** : Absen seks atau tidak melakukan hubungan seks bagi yang belum menikah.
- **B (Be Faithful)** : Bersikap saling setia kepada satu pasangan seks (tidak beganti-ganti pasangan).
- **C (Condom)** : Cegah penularan HIV melalui hubungan seksual dengan menggunakan kondom.
- **D (Drug No)** : Dilarang menggunakan narkoba.
- **E (Education)** : Pemberian edukasi dan informasi yang benar mengenai HIV, cara penularan, pencegahan dan pengobatannya. (Tanjung et al., 2022)



6. PENATALAKSANAAN HIV/AIDS



- **Tujuan pengobatan:**

Mencegah kerusakan sistem imun dan timbulnya infeksi.

- **Terapi utama:**

ARV (Antiretroviral) diberikan seumur hidup.

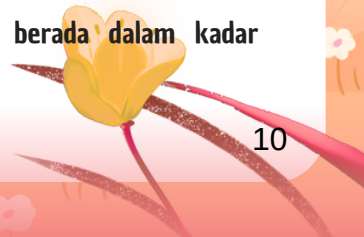
- **Prinsip terapi:**

Kombinasi 3 jenis obat ARV yang bekerja bersamaan, disebut HAART (Highly Active Antiretroviral Therapy) atau ART.

- **Dosis:**

Harus konsisten dan berada dalam kadar terapeutik di darah.

(Sasmito et al., 2023)



7. PEMERIKSAAN HIV/AIDS (BRILIAN DINI MA, 2025)



- **ELISA (Enzyme Linked Immunosorbent Assay)**

tes yang mendeteksi keberadaan antibodi dalam darah, termasuk antibodi terhadap HIV. Tes ini memiliki tingkat sensitivitas tinggi dalam mengidentifikasi kelainan darah.

- **Western Bolt**

mampu mendeteksi antibodi HIV dengan akurasi lebih tinggi dibandingkan ELISA, namun biayanya relatif lebih mahal

- **Rapid Test**

digunakan sebagai pemeriksaan awal untuk deteksi dini HIV. Metode ini mudah dilakukan, dan hasilnya dapat diperoleh dalam waktu singkat, mulai dari sekitar 10 menit hingga maksimal 2 jam.



8. FASE HIV/AIDS (NATASYA ET ALL., 2025)

- **Fase I Masa Jendela (Window Period)**

terjadi ketika tubuh sudah terinfeksi HIV namun virus belum dapat terdeteksi melalui pemeriksaan darah. Pada fase ini, risiko penularan sangat tinggi.



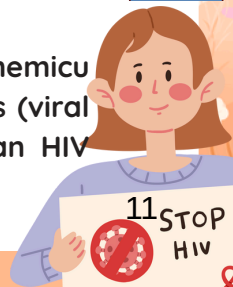
- **Fase 2 Latensi Klinis**

Pada fase ini, hasil tes darah menunjukkan HIV positif dan penularan tetap dapat terjadi. Masa tanpa gejala umumnya berlangsung 2-3 tahun



- **Fase 3 AIDS**

sistem kekebalan tubuh menurun drastis sehingga memicu berbagai infeksi. Penderita AIDS memiliki jumlah virus (viral load) yang tinggi dan sangat berpotensi menularkan HIV kepada orang lain



PENUTUP

HIV/AIDS bukan hanya masalah kesehatan, tapi juga soal pengetahuan dan sikap kita. Dengan memahami cara penularan dan pencegahannya, kamu sudah selangkah lebih maju untuk melindungi diri dan orang lain.

Jangan mudah percaya mitos. Jangan ragu cari tahu. Dan yang paling penting—jangan diam saja. Mulailah dari diri sendiri, sebarkan informasi yang benar, dan jadilah bagian dari generasi yang peduli dan berani.

“Kamu tidak perlu jadi ahli untuk peduli. Cukup mulai dari hal kecil: dengan tahu dan mau berbagi.”



@aiskauniversity



info@aiska-university.ac.id



<https://www.aisyahuniversity.ac.id/>



**“AYO LINDUNGI DIRI DAN ORANG
YANG KITA SAYANGI, CEGAH HIV
MULAI DARI SEKARANG!”**

DAFTAR PUSTAKA

- Ridwan, M., Syukri, A., & Badarussyamsi, B. (2021). Studi Analisis Tentang Makna Pengetahuan Dan Ilmu Pengetahuan Serta Jenis Dan Sumbernya. *Jurnal Geuthèè: Penelitian Multidisiplin*, 4(1), 31.
- Sukma Anggreini, I., Muhyi, M., & Ketut, I. (2023). Hakikat Ilmu Dan Pengetahuan Dalam Kajian Filsafat Ilmu. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 9(17), 396-402.
- Pariati, P., & Jumriani, J. (2021). Gambaran Pengetahuan Kesehatan Gigi Dengan Penyuluhan Metode Storytelling Pada Siswa Kelas III dan IV SD Inpres Mangasa Gowa. *Media Kesehatan Gigi: Politeknik Kesehatan Makassar*, 19(2), 7-13.
- Meliono, Irmayanti, D. (2022). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Disminorhoe terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal*, 3(2), 37-54.
- Hayati, I., Anwar, E. N., & Syukri, M. Y. (2021). Edukasi Kesehatan dalam Upaya Pencegahan Penyakit Skabies. *Abdihaz: Jurnal Ilmiah Pengabdian Pada Masyarakat*, 3(1), 23.
- Siti Aisah, Suhartini Ismail, A. M. (2021). Edukasi Kesehatan Dengan Media Video Animasi: Scoping Review. *Jurnal Perawat Indonesia*, 5(1). Muwakhidah et al. (2021).
- Tanjung, T. N. P., Nurzannah, S., Munawarah, V. R., Damayanti, D., & Sitorus, R. A. (2022). Pencegahan Penularan HIV/AIDS dengan Metode “ABCDE” di SMK Gelora Jaya Nusantara Medan Tahun 2022. *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 63-68. <https://doi.org/10.56211/pubhealth.v1i1.38>
- Brilian Dini Ma. Iballa, 2) Erva Julianis, 3)Rini Hariani Ratih. (2025). Hubungan pengetahuan dan sikap remaja terhadap pencegahan hiv aids di smait al-fikri pekanbaru 1). 4(1), 124-132.