



# BERAPA TINGKAT RISIKO?

## Apa Saya Berisiko Terinfeksi HIV?

Kebanyakan kita mengetahui bagaimana HIV menular. Kita juga tahu mengenai usulan untuk seks yang lebih aman. Namun kita tetap dapat terpajan pada (berisiko terinfeksi) HIV. Hal ini dapat terjadi akibat kecelakaan atau karena kita melakukan perilaku berisiko. Waktu hal ini terjadi, kita selalu ingin tahu tingkat kemungkinan (kans) kita terinfeksi HIV.

### Tidak Ada Jaminan!

Kita hanya dapat yakin kita tidak terinfeksi HIV bila kita yakin 100% kita belum pernah melakukan perilaku berisiko apa pun, dan kita belum pernah terpajan pada cairan terinfeksi HIV apa pun.

Satu-satunya cara untuk memastikan apakah kita terinfeksi atau tidak adalah dengan tes HIV – lihat Lembaran Informasi (LI) 102. Kita harus menunggu tiga bulan setelah pajanan mungkin. Baru setelah jangka waktu itu (yang disebut masa jendela) kita dapat yakin bahwa hasil tes non-reaktif berarti kita tidak terinfeksi HIV. Namun hasil reaktif lebih dini berarti kita pasti terinfeksi HIV.

Kita mungkin merasa bahwa kita baru saja terpajan pada HIV melalui penggunaan jarum suntik bergantian, atau melalui hubungan seks yang tidak aman (tanpa memakai kondom). Bila hal ini terjadi, sebaiknya kita *segera* periksa ke dokter. Mungkin kita dapat diberi obat untuk mencegah infeksi – lihat LI 156 mengenai Profilaksis Pascapajanan.

### Apa Artinya Angka?

Pada akhir 1980-an dan awal 1990-an, beberapa penelitian dilakukan untuk menilai risiko infeksi HIV akibat jenis pajanan tertentu pada HIV. Hitungan ini hanya memberi gambaran yang umum mengenai tingkat risiko. Angka dapat menggambarkan kegiatan apa yang membawa risiko yang lebih tinggi atau lebih rendah. Angka ini tidak dapat menebak apakah kita terinfeksi atau tidak.

Contohnya, risiko (kans) 1 dari 100 tidak berarti kita dapat melakukan kegiatan tersebut 99 kali tanpa risiko. ***Kita dapat tertular HIV akibat hanya satu kali terpajan. Kita dapat tertular pertama kali kita melakukan perilaku berisiko.***

Lagi pula penelitian ini melibatkan kelompok orang yang tertentu. Tidak ada alasan untuk menganggap bahwa hasilnya akan berlaku pada kelompok lain, atau pada masyarakat umum.

## Kegiatan Apa yang Paling Berisiko?

Risiko tertinggi terinfeksi HIV adalah **penggunaan jarum suntik bergantian untuk menyuntik narkoba** bersama dengan seseorang yang terinfeksi HIV. Bila kita memakai jarum suntik bergantian, ada kemungkinan yang sangat tinggi bahwa darah orang lain akan dimasukkan pada aliran darah kita. Virus hepatitis juga dapat tertular dengan penggunaan jarum suntik bergantian.

Risiko tertinggi terinfeksi HIV yang berikutnya adalah dengan hubungan seks tanpa kondom. **Hubungan seks anal** (melalui dubur) paling berisiko. Lapisan dubur adalah sangat tipis. Lapisan tersebut sangat mudah dirusak saat berhubungan seks. Kerusakan tersebut memudahkan HIV masuk ke tubuh. Pasangan atas (“top” atau yang memasukkan) dalam hubungan seks anal tampaknya kurang berisiko, tetapi risikonya lebih tinggi dibandingkan dengan pasangan yang memasukkan pada hubungan seks vagina.

**Hubungan seks vagina** menimbulkan risiko tertinggi yang berikutnya. Lapisan vagina lebih kuat dibandingkan lapisan dubur, tetapi tetap rentan terhadap infeksi. Juga lapisan ini dapat dirusak oleh kegiatan seks; hanya dibutuhkan luka yang tidak kasatmata. Risiko penularan meningkat bila adanya radang atau infeksi pada vagina.

Pasangan yang dimasukkan paling berisiko. Namun tetap ada risiko pada pasangan yang memasukkan pada seks anal atau vagina. Ada kemungkinan HIV dapat memasuki penis melalui luka terbuka, melalui lapisan yang lembab pada lubang penis, atau melalui sel di selaput mukosa pada kulup atau kepala penis.

### Bagaimana dengan Seks Oral?

Pernah dilakukan banyak penelitian mengenai penularan HIV melalui seks oral (mulut ke kelamin). Penelitian tersebut tidak mengambil kesimpulan yang jelas. Namun yang berikut adalah jelas:

- Penularan HIV melalui seks oral adalah mungkin. Risiko **bukan nol**.
- Risiko penularan HIV melalui seks oral sangat rendah, jauh lebih rendah dibandingkan jenis hubungan seks lain tanpa kondom. Namun infeksi lain misalnya sifilis dapat menular melalui seks oral.

### Apa yang Meningkatkan Risiko Penularan HIV?

Sifilis dapat meningkatkan risiko menularkan HIV. Kemungkinan orang tertular HIV lebih tinggi kalau dia juga terinfeksi sifilis. Sifilis juga menyebabkan luka besar

dan tidak sakit. Sangat mudah kita terinfeksi HIV melalui luka sifilis. Infeksi herpes simpleks (LI 519) juga menyebabkan luka yang dapat memudahkan penularan dengan HIV.

Kasus sifilis atau herpes simpleks yang aktif meningkatkan jumlah HIV pada darah kita, dan dapat meningkatkan kemungkinan orang lain tertular.

Beberapa faktor lain meningkatkan risiko menularkan HIV, atau menjadi terinfeksi:

- **Waktu orang terinfeksi HIV pada fase akut atau primer** (lihat LI 103), jumlah virus dalam darahnya sangat tinggi. Hal ini meningkatkan kemungkinan orang tersebut dapat menularkan infeksi. Sayangnya, hampir tidak seorang pun mengetahui dirinya terinfeksi pada fase tersebut. Orang tersebut tidak menunjukkan tanda atau gejala terinfeksi HIV.
- **Bila orang yang tidak terinfeksi mempunyai sistem kekebalan tubuh yang lemah**. Hal ini dapat terjadi akibat penyakit lanjutan atau karena infeksi aktif misalnya peristiwa herpes, sifilis atau flu.
- **Bila salah satu atau kedua orang mempunyai luka terbuka** yang terpajan pada cairan terinfeksi. Luka tersebut dapat luka selesma, herpes kelamin, luka pada mulut (seriawan), luka sifilis, atau luka atau goresan lain pada kulit.
- **Bila ada pajanan pada darah yang terinfeksi.**
- **Bila pasangan laki-laki tidak terinfeksi yang memasukkan belum disunat.**

LI 161 menyediakan informasi lebih lanjut mengenai daya menular HIV.

### Garis Dasar

Para peneliti mengembangkan perkiraan mengenai risiko tertular HIV. Perkiraan tersebut dapat memberi gambaran umum mengenai kegiatan apa yang lebih berisiko atau kurang berisiko. Angka ini **tidak** dapat memberi tahu kita apakah kegiatan tertentu aman, atau beberapa kali kita dapat melakukannya tanpa kita menjadi terinfeksi. Cara terbaik untuk mencegah infeksi HIV adalah dengan memakai kondom secara benar dan konsisten setiap kali berhubungan seks, dan menghindari penggunaan jarum suntik bergantian. Bila kita merasa kita terpajan, menunggu tiga bulan, lalu melakukan tes HIV. Tes HIV adalah satu-satunya cara untuk mengetahui apakah kita terinfeksi HIV atau tidak.

Diperbarui 7 Januari 2012 berdasarkan FS 152 The AIDS Infonet 3 Agustus 2011