

**Keterampilan Gerak, Pengetahuan Gerak, Pengembangan Karakter,
dan Internalisasi Nilai-Nilai Gerak Melalui Pembelajaran Menghindari
Bahaya, Cara Penularan, dan Pencegahan HIV/AIDS**

Mata Pelajaran	: Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan
Kelas/Semester	: XI /
Pokok Bahasan	: Pola Perilaku Hidup Sehat
Sub Pokok Bahasan	: Menghindari Bahaya, Cara Penularan, dan Pencegahan HIV/AIDS
Profil Pelajar Pancasila	: Mandiri dan Gotong Royong
Alokasi Waktu	: 1 Kali Pertemuan (2 JP)

A. Tujuan Pembelajaran

Siswa dapat menunjukkan kemampuan dalam memahami dan dapat menerapkan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki serta mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai karakter seperti: berkolaborasi, kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

B. Deskripsi Materi

Pada unit pembelajaran 8 ini siswa dapat mempraktikkan dan menganalisis fakta, konsep, dan prosedur hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Kegiatan pembelajaran dengan menggunakan pendekatan teori dan praktik.

Selain kompetensi di atas, pada unit pembelajaran ini pembelajaran juga dilakukan untuk menstimulus kemampuan siswa agar dapat memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengekspresiannya dan menyusun langkah-langkah untuk mengelola



emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain.

Kegiatan guru melakukan perencanaan, melaksanakan, dan melakukan asesmen pembelajaran. Dalam tahap pendahuluan, guru bersama-sama siswa melakukan: doa, apersepsi, menyampaikan tujuan, menyampaikan asesmen yang akan dilakukan. Pada kegiatan inti menjelaskan materi aktivitas pembelajaran hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS, guru menutup pelajaran dengan pendinginan, dan menyampaikan simpulan serta berdoa.


Untuk menstimulus kemampuan siswa agar dapat memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengeksresiannya, pembelajaran dapat dilakukan dengan memahami dan dapat menerapkan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan menekankan pada nilai-nilai mandiri dan gotong royong.

Alternatif pembelajaran mempraktikkan aktivitas pembelajaran hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan memperkaya materi pembelajaran hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Rangkaian pembelajaran yang digunakan tidak terlalu sulit dan kompleks, melainkan sederhana.

Namun idealnya adalah menggunakan rangkaian gerakan yang standar agar siswa lebih tertarik mengikuti pembelajaran. Asesmen yang dilakukan guru meliputi: asesmen sikap dengan menggunakan jurnal, asesmen pengetahuan dengan melakukan tes tertulis yang dilakukan diakhir pertemuan, serta asesmen keterampilan dengan tes unjuk kerja.

C. Apersepsi

Kemampuan siswa untuk mempraktikkan dan menganalisis aktivitas pembelajaran hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS akan membantu siswa untuk memahami dan dapat menerapkan hakikat HIV/AIDS,



bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan lebih baik dan menyenangkan. Dengan demikian aktivitas pembelajaran hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS yang dilakukan dengan baik dapat menyumbang pada peningkatan pola perilaku hidup sehat siswa.

Kemampuan siswa untuk memahami dan memprediksi konsekuensi dari emosi dan pengekspresiannya serta menyusun langkah-langkah untuk mengelola emosinya dalam pelaksanaan belajar dan berinteraksi dengan orang lain dapat membantu siswa untuk memiliki kesehatan mental yang baik, memperkuat kesiapan dan kemampuan belajar siswa. Interaksi sosial yang positif mendukung terciptanya lingkungan belajar yang kondusif yang pada akhirnya mendukung peningkatan hasil belajar siswa.

Pertanyaan pemantik:

- Mengapa siswa perlu memahami dan menerapkan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat?

D. Prosedur Kegiatan Pembelajaran (Pertemuan 1)

1. Materi Pokok Pembelajaran


a. Materi Pembelajaran Reguler

Memahami fakta, konsep, dan prosedur, serta dapat menerapkan bahaya HIV/AIDS, diantaranya:

- 1) Hakikat HIV/AIDS.
- 2) Bahaya penyakit HIV/AIDS.
- 3) Dampak penyakit HIV/AIDS.
- 4) Pencegahan dan penanggulangan penyakit HIV/AIDS.

b. Materi Pembelajaran Remedial

Materi pembelajaran untuk remedial sama dengan materi reguler. Akan tetapi penekanan materinya hanya pada materi yang belum dikuasai (berdasarkan identifikasi) yang akan dipelajari siswa kembali. Materi dapat dengan menambah materi dari berbagai sumber bagi siswa. Setelah dilakukan identifikasi kelemahan siswa,



guru dapat mengubah strategi dengan memasang siswa dan belajar dalam kelompok agar bisa saling membantu, serta berbagai strategi lain sesuai kebutuhan siswa.

c. Materi Pembelajaran Remedial Pengayaan

Materi pembelajaran untuk pengayaan sama dengan regular. Materi dapat dikembangkan dengan meningkatkan kompleksitas materi, dan mengubah lingkungan pembelajaran di dalam materi yang lebih sederhana.

2. Langkah-langkah Kegiatan Pembelajaran (Alternatifnya)

a. Persiapan mengajar

Hal-hal yang harus dipersiapkan guru sebelum melakukan kegiatan pembelajaran antara lain sebagai berikut:


- 1) Membaca kembali Modul Ajar (MA) yang telah dipersiapkan guru sebelumnya.
- 2) Membaca kembali buku-buku sumber yang berkaitan dengan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat..
- 3) Menyiapkan alat pembelajaran, diantaranya:
 - a) Ruang kelas atau sejenisnya.
 - b) Alat peraga hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS.
 - c) Video pembelajaran tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS.
 - d) Lembar kerja siswa (*student work sheet*) yang berisi perintah dan indikator tugas.

b. Kegiatan pengajaran

Langkah-langkah kegiatan pengajaran antara lain sebagai berikut:

1) Kegiatan pendahuluan (10 menit)

- a) Guru menyiapkan siswa di dalam kelas dan mengucapkan salam atau selamat pagi kepada siswa.
- b) Guru memerintahkan salah seorang siswa untuk memimpin doa.
- c) Guru harus memastikan bahwa semua siswa dalam keadaan sehat.

- 
-
- d) Guru memotivasi siswa untuk mengondisikan suasana belajar yang menyenangkan dengan menjelaskan manfaat mempelajari dan memahami hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat.
 - e) Guru mengecek penguasaan kompetensi yang sudah dipelajari sebelumnya, dengan cara tanya jawab.
 - f) Guru menjelaskan kompetensi yang harus dikuasai siswa setelah proses pembelajaran (seperti yang tercantum dalam indikator ketercapaian kompetensi) disertai dengan penjelasan manfaat dari mempelajari tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat.
 - g) Guru menyampaikan cakupan materi yang akan dipelajari yaitu: hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat.
 - h) Guru menjelaskan tehnik asesmen untuk kompetensi hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat, baik kompetensi sikap dengan observasi dalam bentuk jurnal: yaitu nilai-nilai karakter profil Pelajar Pancasila: dimensi gotong royong dan mandiri, kompetensi pengetahuan: mengidentifikasi hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat menggunakan penugasan atau tes lisan dan tertulis, dan kompetensi terkait keterampilan yaitu: berdiskusi atau mempresentasikan di depan kelas materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat.
 - i) Dalam pembelajaran ini disamping dapat mengembangkan elemen pengetahuan gerak, siswa juga diharapkan dapat mengembangkan nilai-nilai Profil Pelajar Pancasila pada elemen gotong royong dan mandiri dengan meregulasi dan menginternalisasi nilai-nilai karakter seperti: berkolaborasi,

kepedulian, berbagai, pemahaman diri dan situasi yang dihadapi, dan meregulasi diri, serta dapat menerapkan pola perilaku hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

2) Kegiatan inti (70 menit)

Langkah-langkah kegiatan pembelajaran inti dengan prosedur sebagai berikut:

- a) Guru menyajikan/menyampaikan sebuah fenomena yaitu: sebuah kejadian di suatu tempat terhadap kasus penyakit HIV/AIDS. Masalah utamanya adalah penyebaran virus HIV/AIDS.
- b) Siswa dengan difasilitasi oleh guru menemukan dan mengklarifikasi masalah tersebut.
- c) Siswa mengidentifikasi masalah dan melakukan curah pendapat dengan difasilitasi oleh guru.
- d) Siswa dalam kelompok mengklasifikasi apa yang diketahui, apa yang perlu diketahui, apa yang perlu dilakukan untuk menyelesaikan masalah, dengan menyusun pertanyaan seperti:

Materi Pembelajaran 1


a) Aktivitas pembelajaran 1 : Fakta, konsep, dan prosedur, serta memahami hakikat HIV/AIDS

Siswa diminta untuk membaca dan menyimak teks berikut ini yang merupakan hakikat HIV/AIDS. Materi tersebut akan dibahas dengan lengkap sebagai berikut.

(1) Pengertian HIV

HIV (*Human Immunodeficiency Virus*) adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh yang selanjutnya melemahkan kemampuan tubuh melawan infeksi dan penyakit. Obat atau metode penanganan HIV belum ditemukan. Dengan menjalani pengobatan tertentu, pengidap HIV bisa memperlambat perkembangan penyakit ini, sehingga pengidap HIV bisa menjalani hidup dengan normal.

AIDS adalah singkatan dari *Acquired Immune Deficiency Syndrome*, yaitu: suatu penyakit yang disebabkan oleh virus HIV (*Human Immunodeficiency Virus*). Penyakit ini bukan merupakan keturunan atau diwarisi. Ia menyerang sistem kekebalan tubuh



(*Immune system*), yaitu: sistem pertahanan alami tubuh terhadap serangan organisme yang merupakan musuh.

HIV atau *Human Immunodeficiency Virus* adalah virus yang menyerang sistem imun tubuh manusia, khususnya sel CD4 atau biasa dikenal sebagai sel T (*T cell*). Virus ini bekerja secara agresif terhadap sistem imun tubuh. Padahal, kekuatan dan ketahanan tubuh sangat bergantung pada sistem imun tubuh.

Jika sistem imun tubuh terganggu, kekebalan tubuh terhadap bermacam penyakit akan melemah. Hasilnya, tubuh akan mudah diserang infeksi virus, bakteri jahat, dan sumber penyakit lainnya. Pada akhirnya, muncullah penyakit yang disebut AIDS.

(2) Pengertian AIDS


AIDS atau *Acquired Immune Deficiency Syndrome* adalah penyakit gangguan imunitas tubuh yang disebabkan oleh virus HIV. Pada penderita AIDS atau ODHA (Orang dengan HIV AIDS), tubuh mereka akan melemah seiring berjalannya waktu.

Virus HIV merusak sistem imun tubuh dengan cara menyerang dan membunuh sel-T yang terkandung di dalam sel darah putih. Sel-T maupun sel darah putih memiliki fungsi yang sangat penting bagi tubuh, karena sel tersebut berperan sebagai pelindung tubuh dari infeksi serta pemulihan tubuh (*self-healing*).

Sayangnya, sel tersebut tidak kuat melawan keagresifan virus HIV, sehingga tubuh tidak dapat melawan infeksi atau penyakit yang ada. Di samping itu, virus HIV yang agresif tersebut akan memakan sel-T untuk memperbanyak diri dan menyebar ke seluruh tubuh.

Tubuh ODHA yang mengalami pelemahan akan rentan diserang penyakit, seperti infeksi dan kanker. Akan tetapi, ada treatment atau perawatan terhadap orang-orang yang terjangkit virus HIV ini. Meskipun tidak ada obat untuk HIV atau AIDS, seseorang yang menjalani penanganan medis tertentu secara rutin memiliki potensi hidup yang dapat menjangkau masa hidup orang yang tidak terjangkit AIDS.

HIV atau *Human Immunodeficiency Virus* secara fisiologis adalah virus yang menyerang sistem kekebalan tubuh penderitanya. Dalam buku “Pers Meliput AIDS”, virus HIV adalah retrovirus yang termasuk



dalam family lentivirus, yaitu: virus yang dapat berkembang biak dalam darah manusia.

Pasien yang sudah terinfeksi HIV dan mengalami stres yang berkepanjangan, akan mempercepat menyebarnya AIDS. Replikasi virus yang terus-menerus mengakibatkan semakin berat kerusakan sistem kekebalan tubuh dan semakin rentan terhadap infeksi oportunistik (IO) sehingga akan berakhir dengan kematian.

Secara struktural morfologinya, virus HIV sangat kecil sama halnya dengan virus-virus lain. Bentuk virus HIV terdiri atas sebuah silinder yang dikelilingi pembungkus lemak yang melingkar-melebar. Dan pada pusat lingkaran terdapat untaian RNA atau ribonucleic acid.

Bedanya virus HIV dengan virus lain, HIV dapat memproduksi selnya sendiri dalam cairan darah manusia, yaitu: pada sel darah putih. Sel-sel darah putih yang biasanya dapat melawan segala virus, lain halnya dengan virus HIV, virus ini justru dapat memproduksi sel sendiri untuk merusak sel darah putih.


HIV dapat menyebabkan sistem imun mengalami beberapa kerusakan dan kehancuran, lambat laun sistem kekebalan tubuh manusia menjadi lemah atau tidak memiliki kekuatan pada tubuhnya, maka pada saat inilah berbagai penyakit yang dibawa virus, kuman dan bakteri sangat mudah menyerang seseorang yang sudah terinfeksi HIV.

Kemampuan HIV untuk tetap tersembunyi adalah yang menyebabkannya virus tetap ada seumur hidup, bahkan dengan pengobatan yang efektif. AIDS disebut sebagai sindrom yang merupakan kumpulan gejala-gejala berbagai penyakit dan infeksi akibat menurunnya sistem kekebalan tubuh oleh virus (HIV).

AIDS adalah tahap akhir dari HIV, dimana perjalanan HIV menuju AIDS membutuhkan waktu sekitar 10 - 13 tahun. Nama AIDS sendiri pertama kali digunakan oleh Don Amstrong, kepala bagian penyakit infeksi di New York.

(3) Asal-usul HIV/AIDS

Virus HIV diyakini pertama kali ditemukan di Kinshasa, Republik Demokratik Kongo pada tahun 1920, ketika dilaporkan adanya



penyebaran infeksi virus “*Simian Immunodeficiency Viruses*” (SIV) dari simpanse dan gorila kepada manusia. Semenjak itu kasus kematian mendadak dengan gejala-gejala khas hilang dan dianggap tidak menjadi ancaman..


Keresahan kembali terjadi pada awal tahun 80-an, dimana pada tahun 1981 ditemukan infeksi paru yang amat jarang yang disebut *Pneumocystis Carinii Pneumonia* (PCP) pada lima orang pemuda homoseksual yang sebelumnya tidak memiliki masalah kesehatan di Los Angeles.

Pada saat yang bersamaan, New York dan California turut melaporkan adanya jangkitan kanker ganas yang disebut dengan sarcoma kaposi. Penyakit ini juga menyerang sekelompok pria homoseksual. Penyakit-penyakit yang dilaporkan tersebut ternyata memiliki hubungan dengan adanya kerusakan berat pada sistem kekebalan tubuh.

Pada akhir tahun 1981, infeksi semakin meluas, dilaporkan 270 kasus pasien dengan kerusakan kekebalan tubuh yang parah pada pria homoseksual dan 121 orang diantaranya meninggal dunia. Pada akhir tahun ini pula pertama kali didapati kasus PCP pada orang yang menggunakan narkoba suntik.

Terkait cara penularan yang diketahui selama ini, pada awal tahun 1982 pakar menyebut penyakit ini dengan *Gay-Related Immune Deficiency* (GRID). Namun pada bulan september CDC menamakan penyakit tersebut dengan *Acquired Immune Deficiency Syndrome* (AIDS) karena diperkirakan penyebaran penyakit ini tidak semata-mata dapat ditularkan oleh perilaku seksual sesama jenis semata.

Penyebaran HIV/AIDS untuk pertama kalinya ditemukan di sub-Sahara Afrika pada abad kedua puluh tepatnya tahun 1959. Virus ini kemudian menyebar keluar Afrika, dan mulai memasuki Amerika Serikat antara pertengahan dan akhir tahun 70-an. Dari beberapa negara yang telah terinfeksi virus HIV/AIDS, secara umum diperkirakan bahwa 10% penduduk di Afrika Tengah mengidap HIV + dalam kurun waktu hanya 5 tahun sejak mulai menyebar.



Penyebaran virus HIV/AIDS di Afrika terjadi melalui perilaku homoseksual. Penyebaran melalui homoseksual, cukup mengejutkan karena angka-angka mengenai penyebaran virus HIV/AIDS berkembang dengan pesat. Pada tahun 1980 selain dikalangan homoseksual virus HIV/AIDS juga ditemukan melalui hubungan heteroseksual, baik yang disebabkan oleh perilaku biseksual maupun karena kebiasaan berganti-ganti pasangan.

Di Indonesia, permasalahan AIDS muncul pada tahun 1987 dari seorang turis asing berkebangsaan Belanda yang meninggal di Bali dengan tanda-tanda infeksi AIDS. Berita penyebaran virus HIV/AIDS yang terjadi di Indonesia menyebutkan bahwa AIDS masuk di Indonesia pada tahun 1987, sebenarnya AIDS sudah ada di Indonesia pada tahun 1983.

Berangsur-angsur penyebaran HIV/AIDS sangat cepat di dunia, sampai akhir 1993 di Indonesia virus HIV/AIDS sudah menjangkau 12 propinsi. Namun masih banyak orang Indonesia beranggapan bahwa angka atau jumlah penderita yang terinfeksi virus HIV/AIDS belum seberapa dibandingkan jumlah penduduk yang ada di Indonesia.


Berdasarkan hasil laporan epidemi HIV/AIDS, didapatkan dalam tahun 2007 terdapat 27 juta infeksi baru dan 2 juta kematian akibat HIV/AIDS. Secara estimasi diperkirakan terdapat 33 juta orang yang hidup dengan HIV/AIDS di dunia (Depkes, 2008). Kasus HIV/AIDS di Indonesia terjadi peningkatan setiap tahun.

Materi Pembelajaran 2

b) Aktivitas pembelajaran 2 : Fakta, konsep, dan prosedur, serta memahami bahaya penyakit HIV/AIDS

Setelah siswa membaca dan menyimak bahaya penyakit HIV/AIDS, siswa diminta untuk mengamati dan mengkaji materi tentang bahaya penyakit HIV/AIDS, seperti bacaan berikut ini atau siswa dapat juga memperkaya dengan bacaan-bacaan dari sumber-sumber yang lain.

Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk mengubah posisi dan arah secepat mungkin sesuai dengan situasi yang dihadapi dan



dikehendaki. Kelincahan sangat penting fungsinya untuk meningkatkan prestasi maksimal dalam cabang olahraga atau meningkatkan kebugaran jasmani seseorang.

Tak dipungkiri HIV/AIDS memiliki dampak yang cukup serius dan buruk pada anak-anak dari negara miskin dan berkembang. Dimana penyakit ini menyerang anak-anak secara langsung melalui infeksi. Meskipun HIV dapat berkembang lebih cepat pada anak-anak ketimbang pada orang dewasa, mereka masih mungkin menikmati kehidupan berkualitas bertahun-tahun, terutama jika mendapat perawatan yang mendukung.


Jumlah kasus HIV dan AIDS dari tahun ke tahun semakin meningkat di seluruh bagian dunia, meskipun berbagai upaya preventif terus dilaksanakan. Resiko tertinggi penularan HIV diketahui berasal dari perilaku, termasuk penggunaan jarum suntik (penasun), dan seks yang tidak terlindungi, dan dari ibu yang terjangkit ke anak mereka dan selama persalinan.

Jumlah perempuan yang terinfeksi saat ini cenderung meningkat HIV di Indonesia, membuat kemungkinan penularan seperti itu bahkan semakin besar. HIV tidak dapat disembuhkan, karena tidak ada obat yang dapat sepenuhnya menyembuhkan HIV/AIDS. Perkembangan penyakit dapat diperlambat. Akan tetapi, tidak dapat dihentikan sepenuhnya.

Kombinasi yang tepat antara berbagai obat-obatan anti revitriporal dapat memperlambat kerusakan yang diakibatkan oleh HIV pada sistem kekebalan tubuh dan menunda awal terjadinya AIDS.

(1) Masuknya virus AIDS

Darimana sebenarnya virus AIDS ini berasal? Dugaan sementara ini adalah virus AIDS berasal dari kerja yang mempunyai daya toleransi cukup tinggi terhadap jenis virus AIDS. Berpindahannya virus AIDS pada manusia terjadi karena gigitan binatang tersebut. Ada dugaan bahwa virus AIDS sudah berkembang lama pada beberapa komunitas penduduk yang terisolasi ternyata cukup mempunyai daya tahan terhadap virus ini. Sayangnya, data lengkap tentang penduduk yang terisolasi ini belum diperoleh.



Virus HIV tidak memiliki sifat seperti: virus *flu* yang dapat menular melalui udara. Proses penularan ini bisa melalui hubungan seksual dengan penderita (homo maupun hetero-seksual), transfusi darah yang mengandung virus HIV, jarum suntik atau alat tusuk lainnya yang baru saja dipakai oleh penderita (setelah pemakaian obat bius, apukuntur, tindik atau tato) atau dengan alat tertentu yang mana alat ini telah melukai penderita dan kemudian dipakai oleh orang lain hingga luka juga (pisau cukur, sikat gigi, dan lain-lain).

Virus HIV masuk ke dalam tubuh manusia melalui perantara darah, semen dan sekret vagina. Human Immunodeficiency Virus (HIV) tergolong retrovirus yang mempunyai materi genetik RNA yang mampu menginfeksi limfosit CD4 (Cluster Differential Four), dengan melakukan perubahan sesuai dengan DNA inangnya.

Virus HIV cenderung menyerang jenis sel tertentu, yaitu: sel-sel yang mempunyai antigen CD4 terutama limfosit T4 yang memegang peranan penting dalam mengatur dan memper-tahankan sistem kekebalan tubuh. Virus juga dapat menginfeksi sel monosit *makrofag*, sel *Langerhans* pada kulit, sel *dendrit* folikuler pada kelenjar *limfe*, *makrofag* pada alveoli paru, sel retina, sel *serviks uteri* dan sel-sel mikroglia otak.

Virus yang masuk ke dalam limfosit T4 selanjutnya mengadakan replikasi, sehingga menjadi banyak dan akhirnya menghancurkan sel limfosit itu sendiri. Kejadian awal yang timbul setelah infeksi HIV disebut sindrom retroviral akut atau *Acute Retroviral Syndrome*.

Sindrom ini diikuti oleh penurunan jumlah CD4 dan peningkatan kadar RNA HIV dalam plasma. CD4 secara perlahan akan menurun dalam beberapa tahun dengan laju penurunan CD4 yang lebih cepat pada 1,5 – 2,5 tahun sebelum pasien jatuh dalam keadaan AIDS.

Viral load (jumlah virus HIV dalam darah) akan cepat meningkat pada awal infeksi dan pada fase akhir penyakit akan ditemukan jumlah CD4 < 200/mm³ kemudian diikuti timbulnya infeksi oportunistik, berat badan turun secara cepat dan muncul komplikasi neurulogis. Pada pasien tanpa pengobatan ARV, rata-rata kemampuan bertahan setelah CD4 turun < 200/mm³ adalah 3,7 tahun.

(2) Masuknya virus AIDS

Infeksi HIV memiliki empat stadium sampai nantinya menjadi AIDS yaitu sebagai berikut:

- (a) Stadium I belum menunjukkan gejala dan dalam hal ini pasien dengan HIV tidak menunjukkan gejala klinis yang berarti, sehingga pasien akan tampak sehat seperti orang normal dan mampu melakukan aktifitasnya seperti biasanya.
- (b) Stadium II sudah mulai menunjukkan gejala yang ringan dan gejala ringan seperti: penurunan berat badan kurang dari 10%, infeksi yang berulang pada saluran nafas dan kulit.
- (c) Stadium III Pasien sudah tampak lemah, gejala dan infeksi sudah mulai bermunculan, penderita akan mengalami penurunan berat badan yang lebih berat, diare yang tidak kunjung sembuh, demam yang hilang timbul dan mulai mengalami infeksi jamur pada rongga mulut bahkan infeksi sudah menjalar ke paru-paru.
- (d) Stadium IV pasien akan menjadi AIDS, aktivitas pasien akan banyak dilakukan di tempat tidur karena kondisi dan keadaannya sudah mulai lemah dan infeksi mulai bermunculan dimana-mana dan cenderung berat.

(3) Cara Penularan HIV/AIDS

Menurut Prof. Luc Montagnier, hubungan seksual yang berupa homo-seksual, hete-seksual maupun oral seksual bisa menyebabkan AIDS. Kontaminasi dimulai jika ada virus yang ada terjadi kontak seksual tersebut, yang memungkinkan terjadinya kontak antara virus yang ada pada semen atau cairan vagina dengan darah.

Jelas, bahwa hubungan seksual yang menimbulkan luka atau peradangan mempunyai kans besar untuk terkontaminasi virus ini. Virus ini tidak memerlukan beberapa kali kontak seksual untuk memasuki aliran darah seseorang. Bila saja hanya sekali kontak ia sudah hinggap dialiran darah. Namun sampai saat ini belum ada data yang pasti tentang perbandingan frekuensi mutasi virus dari pria ke wanita atau sebaliknya. Satu yang perlu diingat adalah semuanya mungkin terjadi.

(4) Gejala-gejala yang Menunjukkan Orang Terinfeksi HIV/AIDS

Penularan penyakit AIDS baru bisa ditemukan gejalanya setelah 5 – 10 tahun, terhitung sejak terjadinya penularan. Jadi kalau sekarang tampak sehat belum tentu terlepas dari AIDS. Pada penderita yang baru saja terinfeksi oleh virus HIV dan sudah membentuk antibodi positif, belum kelihatan gejala maupun tanda-tanda penyakitnya. Akan tetapi bila kejadian ini sudah berlangsung lama, maka penderita ini akan mengalami full blown AIDS. Jika sudah terjadi demikian, maka gejala-gejala klinisnya muncul.

Gejala klinis itu antara lain: rasa lelah yang berkepanjangan, sering demam (lebih dari 38°C) yang disertai keringat malam tanpa sebab yang jelas, sesak napas dan batuk berkepanjangan, berat badan menurun secara mencolok, pembesaran kelenjar (di leher, ketiak dan lipatan paha) tanpa sebab yang jelas, diare yang hebat secara terus-menerus, bercak merah kebiruan pada kulit dan kalau terjadi infeksi, maka infeksinya akan semakin meluas dan semakin berat.

Disamping itu, para penderita AIDS sering mengalami infeksi yang seharusnya tidak lazim terjadi pada manusia dan bahkan kejadian ini justru semakin berat pada penderita AIDS, seperti: pada Pneumonia Carinii. Kemudian anak yang orang tuanya terinfeksi HIV, pernah menjalani transfusi serta menderita hemofili mempunyai kecenderungan terinfeksi virus HIV.

(a) Tahap pertama:

- Pengidap akan mengalami nyeri mirip, seperti flu, beberapa minggu setelah terinfeksi, selama satu hingga dua bulan.
- Dapat tidak menimbulkan gejala apapun selama beberapa tahun.
- Dapat timbul demam, nyeri tenggorokan, ruam, pembengkakan kelenjar getah bening, diare, kelelahan, nyeri otot, dan sendi.

(b) Tahap kedua:

- Umumnya, tidak menimbulkan gejala lebih lanjut selama bertahun-tahun.
- Virus terus menyebar dan merusak sistem kekebalan tubuh.

- Penularan infeksi sudah bisa dilakukan pengidap kepada orang lain.
- Berlangsung hingga 10 tahun atau lebih.

(c) **Tahap ketiga:**

- Daya tahan pengidap rentan, sehingga mudah sakit, dan akan berlanjut menjadi AIDS.
- Demam terus-menerus lebih dari sepuluh hari.
- Merasa lelah setiap saat.
- Sulit bernapas.
- Diare yang berat dan dalam jangka waktu yang lama.
- Terjadi infeksi jamur pada tenggorokan, mulut, dan vagina.
- Timbul bintik ungu pada kulit yang tidak akan hilang.
- Hilang nafsu makan, sehingga berat badan turun drastis.

Tanda-tanda anak terinfeksi ada yang muncul setelah dia dilahirkan. Namun umumnya muncul pada sekitar usia 6 bulan, gejala tersebut adalah tidak sesuai dengan usia, timbulnya berbagai benjolan, gangguan pada hati, otak, serta sering sakit akibat lemahnya daya kekebalan tubuh.

Tanda-tanda HIV/AIDS diantaranya sebagai berikut:

(a) **Ruam kulit**

Jika muncul ruam kulit tanpa sebab yang pasti, segeralah lakukan pemeriksaan medis ke dokter.

(b) **Sakit kepala**

Agaknya, sakit kepala sulit dikenali sebagai gejala awal kemunculan HIV AIDS, namun sakit kepala yang tidak kunjung membaik perlu diwaspadai.

(c) **Sakit tenggorokan**

Sore throat atau sakit tenggorokan amatlah dirasa mengganggu. Apalagi, tenggorokan yang terasa gatal dan panas ini merupakan salah satu ciri-ciri HIV AIDS.

(d) **Diare**

Pasalnya, virus HIV menyerang sistem imun tubuh. Tidak heran bahwa sistem pencernaan terkena imbasnya. Diare pun menjadi salah satu gejalanya yang perlu diwaspadai.

(e) **Nyeri otot**

Meskipun tidak melakukan aktivitas berat, seseorang yang baru saja terkena virus HIV akan merasa nyeri otot. Bukan hanya itu, terkadang rasa nyeri pun dapat terjadi diper-sendian tubuh.

(f) **Kelelahan berlebih**

Sama halnya dengan nyeri otot, kelelahan berlebih sering dirasakan oleh orang-orang yang memiliki indikasi kemunculan HIV AIDS. Intensitas kegiatan tidak melulu menjadi penyebab kelelahan. Barangkali, bermacam penyakit dan kondisi fisik yang memengaruhi kelelahan tubuh, terutama kelelahan secara berlebihan.

(g) **Demam**

Mulanya, demam yang muncul merupakan demam biasa. Lama-kelamaan demam tersebut semakin parah dan berlanjut pada demam panas tinggi.

(h) **Pembengkakan kelenjar getah bening**

Tubuh tidak akan berhenti untuk melawan keagresifan virus HIV, sehingga tubuh akan memperbanyak sel imun.

(i) **Keringatan malam hari**

Salah satu pragejala HIV AIDS adalah kondisi tubuh yang mengeluarkan keringat pada malam hari, meskipun tubuh tidak melakukan banyak aktivitas atau suhu ruangan tidak panas.


(j) **Ulkus kelamin**

Satu lagi yang jadi penanda tahap awal terinfeksi HIV, yaitu: munculnya tukak dibagian kemaluan. Bentuknya seperti: luka terbuka, mirip sariawan.

(5) **Masa Inkubasi HIV/AIDS**

Masa inkubasi HIV dalam tubuh penderita belum dapat dipastikan secara jelas namun pada umumnya berkisar dari 6 bulan hingga 5 tahun. Pada anak, masa inkubasi umumnya lebih pendek dari orang dewasa (2 sampai 24 bulan). Hal ini mungkin sistem kekebalan anak masih belum matur.

Dengan demikian, orang yang telah tertular virus HIV baru akan kelihatan kelihatan klinisnya, jika sudah 5 tahun kemudian. Berarti



sebelum masa inkubasinya habis, penderita masih tetap sehat dan merasa dirinya merupakan penular bagi yang lainnya.

(6) Penyebab Terjadinya HIV/AIDS

Penyebab terjadinya AIDS berasal dari infeksi virus HIV. Virus ini dahulu disebut virus limfotrofik sel T manusia tipe III (*Human T Lymphotropic Virus III/HTLVIII*) atau virus limfadenopati, adalah suatu retrovirus manusia dari famili lentivirus.

Terdapat dua tipe virus HIV yang sudah teridentifikasi berdasarkan susunan genom dan hubungan filogeniknya, yaitu HIV-1 dan HIV-2 yang keduanya memiliki penyebaran epidemiologis yang berbeda. Virus HIV-1 merupakan tipe yang paling umum dan virulen menginfeksi manusia dimana sebanyak 90% kejadian infeksi HIV yang terjadi di dunia berasal dari HIV-1.

Di negara Indonesia, penyebaran dan penularan HIV paling banyak disebabkan melalui hubungan intim yang tidak aman dan bergantian menggunakan jarum suntik yang tidak steril saat memakai narkoba. Seseorang yang terinfeksi HIV dapat menularkannya kepada orang lain, bahkan sejak beberapa minggu sejak tertular. Semua orang berisiko terinfeksi HIV.

(7) Diagnosis HIV/AIDS

Tes HIV harus dilakukan untuk memastikan seseorang mengidap HIV atau tidak. Pemeriksaan yang dilakukan sebagai langkah diagnosis adalah dengan mengambil sampel darah atau urine pengidap untuk diteliti di laboratorium. Jenis pemeriksaan untuk mendeteksi HIV, antara lain:

(a) Tes antibodi

Tes ini bertujuan mendeteksi antibodi yang dihasilkan tubuh untuk melawan infeksi HIV. Meski akurat, perlu waktu 3-12 minggu agar jumlah antibodi dalam tubuh cukup tinggi untuk terdeteksi saat pemeriksaan.

(b) Tes Antigen

Tes antigen bertujuan mendeteksi protein yang menjadi bagian dari virus HIV, yaitu: p24. Tes antigen tersebut dapat dilakukan 2-6 minggu setelah pengidap yang dicurigai terinfeksi HIV.

Materi Pembelajaran 3

c) Aktivitas pembelajaran 3 : Fakta, konsep, dan prosedur, serta memahami dampak penyakit HIV/AIDS

Setelah membaca dan menyimak dampak penyakit HIV/AIDS, siswa diminta untuk mengamati dan mengkaji materi tentang dampak penyakit HIV/AIDS, seperti bacaan berikut ini atau siswa diminta juga memperkaya dengan bacaan-bacaan dari sumber-sumber yang lain.

Dampak penyakit HIV/AIDS seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, AIDS adalah penyakit yang amat mengerikan, HIV/AIDS menimbulkan kepanikan di seluruh dunia, "*Mass Hysteria*". HIV/AIDS dalam kasus ini juga disebut penyakit terminal, yaitu: penyakit yang sudah tidak ada harapan sembuh terutama bagi mereka yang selalu dijatuhkan vonis mati. Penderita AIDS akan mengalami krisis afeksi pada diri, keluarga, dan orang yang dicintainya maupun pada masyarakat.

Permasalahan yang biasa muncul pada penderita HIV/AIDS selain masalah fisik juga adanya stigma bahwasanya penderita HIV/AIDS dianggap tidak bermoral. Kalau sudah demikian risiko bunuh diri para penderita HIV/AIDS pun cukup tinggi. Dan tidak jarang pula para dokter dan petugas kesehatan dihadapkan kepada dilema, konflik dalam pengambilan keputusan, risiko dalam permintaan penderita untuk bantuannya melakukan bunuh diri agar mempercepat kematian.

Seseorang yang mengalami AIDS pertama kali akan mengalami gejala-gejala umum seperti influenza. Namun perlu diperhatikan juga gejala-gejala non spesifik dari penyakit AIDS yaitu yang disebut ARC (*AIDS Related Complex*) yang berlangsung lebih dari 3 bulan, dengan ciri-ciri, berat badan turun lebih dari 10%, demam lebih dari 38 derajat celsius, berkeringat di malam hari tanpa sebab, diare kronis lebih dari 1 bulan, muncul bercak putih pada lidah, pembesaran kelenjar getah bening, serta ditemukan antigen HIV atau antibody terhadap HIV.

Dalam perawatannya atau penanganan penderita HIV/AIDS memerlukan perlakuan yang sama dengan penderita lainnya, hendaknya para penderita atau pasien tidak diperlakukan secara diskriminatif. Pasien hendaknya tidak dipandang sebagai individu



seorang diri, melainkan seseorang anggota dari sebuah keluarga, masyarakat, serta lingkungan sosial.

Kita bisa tertular, jika bertukar cairan tubuh seperti: darah, air mani, cairan vagina, dan air susu ibu dengan penderita HIV/AIDS. Berbagai penyebab pertukaran cairan tubuh tersebut antara lain: melakukan hubungan seksual dan memakai jarum suntik yang sama.

Bisa juga melalui peralatan tato yang tidak diperhatikan kebersihannya, atau transfusi darah. Akan tetapi, HIV tidak bisa ditularkan melalui kontak kulit atau air liur, asalkan tidak luka terbuka.

Sampai saat ini, belum ada obat untuk menyembuhkan secara penuh pasien terjangkit HIV/AIDS. Selain kesempatan sembuh yang rendah bagi penderita, penyakit ini juga bisa mengakibatkan pasien mengalami komplikasi penyakit karena kekebalan tubuh yang melemah. Komplikasi penyakit yang kerap ditemukan pada penderita HIV/AIDS, diantaranya sebagai berikut:

(1) Tuberkulosis (TBC)

TBC bisa dengan mudah menyerang penderita HIV yang punya daya tahan tubuh lemah, karena TBC bisa menular lewat udara. Jika penderita HIV/AIDS terbukti positif terjangkit virus TBC, maka harus segera diberi antibiotik untuk mematikan bakteri TBC tersebut.

Bakteri TBC yang berada dalam tubuh penderita HIV/AIDS harus segera ditangani dulu sampai tuntas, baru pasien boleh melanjutkan obat-obatan HIV lagi. Tuberkulosis dinobatkan sebagai penyebab kematian nomor satu bagi penderita HIV/AIDS.

(2) Toksoplasmosis

Toksoplasmosis adalah infeksi pada manusia yang ditimbulkan oleh parasit bersel satu *Toxoplasma gondii* (*T. gondii*). Parasit ini biasa ditemukan pada kotoran kucing atau daging yang belum matang.

Sebenarnya pada sistem kekebalan tubuh normal, infeksi parasit ini tidak membahayakan. Tapi bagi seseorang dengan sistem imunitas rendah seperti penderita HIV/AIDS, perlu penanganan medis serius untuk menghindari komplikasi yang lebih berat. Komplikasi yang dapat ditimbulkan toksoplasmosis terkhusus pada penderita HIV/AIDS adalah infeksi otak serius yang disebut ensefalitis.

(3) Kriptosporidiosis

Kriptosporidiosis adalah penyakit akibat infeksi *parasit cryptosporidium* yang ditandai dengan diare yang tak kunjung sembuh. Infeksi ini biasanya datang dari infeksi usus pada hewan.

Infeksi parasit ini masuk ke dalam tubuh lewat makanan atau minuman yang telah terkontaminasi. Gejalanya biasanya akan muncul seminggu setelah tubuh dimasuki parasit dan akan berlangsung selama dua minggu. Namun, pada orang dengan sistem kekebalan rendah atau anak-anak, gejala ini bisa bertahan 24-36 bulan, bahkan bisa sampai komplikasi fatal.

(4) Sitomegalovirus

Sitomegalovirus adalah virus yang berhubungan dengan virus herpes. Penularan virus ini melalui cairan tubuh seperti air liur, darah, air mani, urin dan air susu ibu. Sistem kekebalan sehat bisa mengontrol virus ini sehingga menjadi tidak aktif.

Namun, pada penderita HIV, CMV dapat menyebar ke seluruh tubuh jika tidak cepat diobati. Penderita HIV akan mengalami gangguan penglihatan, saluran pencernaan, paru-paru, atau lemah tulang sampai kesulitan berjalan. Kemungkinan pasien HIV terserang virus CMV akan lebih besar ketika jumlah CD4 kurang dari 100 sel/mikroliter.


(5) Kandidiasis

Infeksi yang satu ini disebabkan oleh infeksi jamur yang lagi-lagi menyerang seseorang dengan kekebalan tubuh lemah. Pada penderita HIV, jamur-jamur tersebut berkembangbiak secara berlebihan sehingga membuat lapisan ‘membran palsu’ pada mulut, lidah dan vagina

Area mulut akan terasa seperti terbakar dan jika membran putih tersebut coba dilepaskan akan mengakibatkan rasa perih dan pendarahan. Kandidiasis orofaring ditemukan pada 50-95% penderita HIV/AIDS.

(6) Kriptokokus meningitis

Meningitis adalah penyakit radang selaput cairan otak dan sumsum tulang belakang. Sementara kriptokokus meningitis adalah infeksi



pada sistem saraf umum pusat yang biasanya muncul pada pasien positif HIV/AIDS.

Jamur penyebab infeksi ini disebut *Cryptococcus neoformans* yang tersebar melalui udara. Itu berarti jamur ini sangat mudah terhirup jamur ini karena setelah itu jamur ini akan mengendap di paru-paru dan masuk ke aliran darah yang melalui otak dan sumsum tulang belakang. Penderita HIV dengan CD4 di bawah 50 akan lebih mudah terinfeksi jamur ini.

(7) Limfoma atau Kanker Kelenjar Getah Bening

Limfoma atau kanker kelenjar getah bening adalah kanker darah yang menyebabkan kelenjar getah bening membesar. Penyakit ini berawal dari sel kanker yang menyerah salah satu limfosit atau sel darah putih.

Selain di kelenjar getah bening, limfosit juga tersebar di limpa, timus, sumsum tulang dan saluran pencernaan. Limfosit yang terserang akan berubah, berkembang dan menyebar secara tidak normal.

Pengobatan kanker yang diterima penderita HIV/AIDS tidak berbeda dengan yang lainnya, seperti kemoterapi, radiasi bahkan operasi. Efek samping dari pengobatan kanker pada pasien HIV/AIDS adalah rentan terhadap berbagai penyakit infeksi.

Sistem imun pasien positif HIV yang sudah lemah akan semakin melemah selama pengobatan kanker ini. Makanya pasien HIV yang terkena kanker akan mendapat perawatan khusus.

(8) Pneumonia Kronis

Pneumonia adalah infeksi pada salah satu atau kedua paru-paru yang disebabkan oleh bakteri, virus dan jamur. Mungkin kamu pernah dengar paru-paru basah, ini dia penyakitnya.

Kantung udara di paru-paru yang terinfeksi akan meradang dan membesar. Infeksi ini sebenarnya bisa dilawan oleh siapapun berusia di atas 3 atau 4 tahun, jika memiliki sistem kekebalan tubuh yang bekerja dengan baik. Pada penderita HIV/AIDS dengan jumlah CD4 kurang dari 200 akan lebih mudah terinfeksi penyakit ini. Hampi 75% pasien positif HIV terinfeksi pneumonia kronis.

(9) Sindrom Wasting pada AIDS

Wasting syndrome dialami penderita stadium akhir AIDS, ditunjukkan pada pengurangan masa tubuh sampai 10% dalam waktu yang singkat. Ada lima penyebab terjadinya *sindrom wasting* ini.

Pertama, tubuh butuh lebih banyak nutrisi untuk melawan virus HIV/AIDS sementara penyerapan nutrisi tubuh sudah tidak sempurna lagi. Kedua, pasien HIV biasanya mengalami diare kronis yang bisa berlangsung selama 10 hari. Ketiga, dengan kondisi kesehatan seperti ini, nafsu makan pun pasti akan menurun.

Selanjutnya, akan muncul bintik pada mulut dan tenggorokan yang menyebabkan peradangan dan rasa sakit. Kalau sudah begini, bagaimana bisa meningkatkan nafsu makan?

Terakhir, obat-obatan yang dikonsumsi penderita HIV bisa mengurangi nafsu makan. Pada beberapa kejadian malah timbul efek samping mual, muntah dan gangguan fungsi indera pengecap.

(10) Herpes Simpleks dan Herpes Zoster


Walaupun sama-sama berawalan Herpes, tapi kedua jenis herpes ini berbeda. *Herpes Simpleks* adalah penyakit kelamin. Pasien yang terkena *Herpes Simpleks* dapat melihat gejalanya dengan memperhatikan apakah ada muncul bintil-bintil kecil berkelompok seperti anggur pada anus, kemaluan, mulut dan kulit

Penularan Herpes Simpleks terjadi melalui aktivitas seksual. Sedangkan *Herpes Zoster* adalah infeksi saraf dan kulit disekitarnya. Virus penyebab *Herpes Zoster* serupa dengan penyebab cacar air. Virus yang tidak sepenuhnya teratasi saat pengobatan cacar air berpotensi menyebabkan penyakit *Herpes Zoster* ini.

Materi Pembelajaran 4

d) Aktivitas pembelajaran 4 : Fakta, konsep, dan prosedur, serta memahami pencegahan dan penanggulangan penyakit HIV/AIDS

Setelah membaca dan menyimak pencegahan dan penanggulangan penyakit HIV/AIDS, siswa amati dan kaji materi tentang pencegahan dan penanggulangan penyakit HIV/AIDS, seperti bacaan berikut ini



atau siswa diminta juga memperkaya dengan bacaan-bacaan dari sumber-sumber yang lain.

Berbagai upaya program pencegahan sudah dilakukan, akan tetapi masih terdapat banyak remaja yang tidak mengetahui dan mengambil sikap pencegahan terhadap penyakit HIV, sedangkan penyakit ini merupakan penyakit yang mematikan. Kurangnya pengetahuan mengenai penyebab dan cara menularnya penyakit ini membuat remaja tidak tahu dan tidak dapat mengenali penyakit HIV. Sehingga upaya untuk menurunkan kejadian HIV dan AIDS diantara remaja membutuhkan penanganan yang lebih lanjut.

Beberapa kegiatan untuk mengurangi HIV dan AIDS diantaranya dengan pendidikan kesehatan, pemberian materi atau sosialisasi tentang bahayannya HIV. Karena dapat diketahui bahwa pengetahuan yang baik akan mendukung sikap remaja tentang HIV dan AIDS. Hal ini dikarenakan pengetahuan sikap yang didasari oleh pengetahuan akan bersifat lebih langgeng atau lebih lama.


Perilaku berkaitan dengan pengetahuan terhadap pencegahan HIV dan AIDS, dengan meningkatnya pengetahuan tentang HIV dan AIDS, maka menimbulkan perilaku/sikap terhadap pencegahan HIV akan meningkat. Sehingga akan mengakibatkan tindakan pencegahan berdasarkan pengetahuan yang dimiliki.

(1) Pencegahan HIV/AIDS

Faktor-Faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang adalah mencakup pengetahuan dan sikap masyarakat terhadap kesehatan, tradisi, dan kepercayaan masyarakat terhadap hal-hal yang berkaitan dengan kesehatan, sistem nilai yang dianut masyarakat, informasi, tingkat pendidikan dan tingkat sosial ekonomi, ketersediaan. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pencegahan HIV/AIDS, diantaranya sebagai berikut:

(a) Hubungan pengetahuan dengan pencegahan HIV/AIDS

Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting bagi terbentuknya tindakan seseorang, pengalaman dan penelitian membuktikan bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.



Remaja yang memiliki pengetahuan baik akan memiliki perilaku yang positif. Sedangkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hamdi (2016), tentang pencegahan penularan HIV/AIDS, diketahui bahwa rendahnya perilaku pencegahan remaja terhadap HIV/AIDS disebabkan karena kurangnya pengetahuan remaja tentang HIV/AIDS, sehingga remaja tidak termotivasi untuk melakukan pencegahan.

Kurangnya pengetahuan remaja juga disebabkan karena sebagian besar masyarakat Indonesia membicarakan seks adalah hal yang tabu dan bertentangan dengan budaya, sehingga remaja tidak mendapat informasinya dari teknologi dan semakin mudah mendapat informasi tentang hal yang berhubungan dengan seksualitas.


(b) Hubungan pengetahuan dengan pencegahan HIV/AIDS

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap stimulus atau objek. Sikap adalah predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, sehingga sikap bukan hanya kondisi internal psikologis yang murni dari individu, sikap merupakan kesadaran yang sifatnya individual..

Artinya proses ini terjadi secara subjektif dan unik pada diri setiap individu. Keunikan ini dapat terjadi oleh adanya perbedaan individual yang berasal dari nilai-nilai dan norma yang ingin dipertahankan dan dikelola oleh individu.

Sikap merupakan reaksi atau respon seseorang yang masih tertutup terhadap stimulus atau objek. Sikap adalah predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, sehingga sikap bukan hanya kondisi internal psikologis yang murni dari individu, sikap merupakan kesadaran yang sifatnya individual.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Liawati (2018), tentang faktor-faktor yang berhubungan terhadap perilaku pencegahan HIV/AIDS pada pekerja seks komersial, diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku pencegahan HIV/AIDS, dimana responden



yang baik dalam pencegahan HIV/AIDS cenderung memiliki sikap yang positif terhadap pencegahan HIV/AIDS dan sebaliknya responden yang perilaku pencegahan kurang baik cenderung memiliki sikap negatif terhadap pencegahan HIV/AIDS.

(c) Hubungan pengetahuan dengan pencegahan HIV/AIDS


Pendidikan adalah suatu kegiatan proses pembelajaran untuk mengembangkan atau meningkatkan kemampuan tertentu sehingga pendidikan itu dapat berdiri sendiri. Jadi pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan, sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki.

Sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting dalam kesehatan karena dengan pendidikan yang baik dapat menerima segala informasi dari luar terutama tentang menjaga kesehatan. Selain itu pendidikan merupakan faktor yang mempengaruhi perilaku seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki, sebaliknya jika pendidikan rendah maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi.

Sehingga terdapat hubungan antara pendidikan dengan pencegahan HIV/AIDS, remaja yang memiliki pendidikan yang tinggi cenderung melakukan pencegahan terhadap HIV/AIDS karena memiliki pengetahuan yang lebih luas tentang HIV/AIDS yang didapatkan dari berbagai sumber informasi.

(d) Hubungan Teman Sebaya dengan Pencegahan HIV/AIDS

Teman sebaya mempunyai pengaruh terhadap perilaku seksual remaja, dimana hasil penelitian ditemukan ada hubungan secara bermakna. Pengaruh negatif dari teman sebaya adalah gaya pergaulan bebas, perilaku teman sebaya dalam kelompok menjadi acuan atau norma tingkah laku yang diharapkan dalam kelompok.



Gaya berpacaran teman sebaya menjadi model atau acuan yang digunakan seseorang remaja dalam pacaran. Teman biasa melakukan ciuman dengan pacarnya, maka dibenarkan kalau dia juga berciuman. Remaja cenderung mengembang norma sendiri yang bertentangan dengan norma umum yang berlaku. Remaja sangat terbuka terhadap kelompok teman sebaya.

Perkembangan sosial pada remaja lebih melibatkan kelompok teman sebaya dibandingkan orang tua, remaja lebih banyak melakukan kegiatan diluar rumah dengan teman sebaya.


Pada diri remaja pengaruh lingkungan dalam menentukan perilaku diakui cukup kuat, walaupun remaja telah mencapai tahap perkembangan kognitif yang memadai untuk menentukan tindakannya sendiri, namun penentuan diri remaja dalam berperilaku banyak dipengaruhi oleh tekanan dari kelompok teman sebaya.

Kelompok teman sebaya diakui dapat mempengaruhi pertimbangan dan keputusan seorang remaja tentang perilakunya. Informasi mengenai kesehatan reproduksi dan hubungan seksual yang diperoleh dari teman sebaya sedikit banyak telah memberikan dorongan untuk menentukan sikap remaja dalam melakukan interkasi dengan pasangan.

Remaja cenderung memperoleh informasi kesehatan reproduksi melalui teman sebayanya, apabila pengetahuan teman sebaya tentang kesehatan reproduksi positif, maka informasi yang disampaikan kepada teman sebayanya juga berdampak positif. Sebaliknya apabila pengetahuan teman sebaya bersifat negatif maka akan memberikan dampak negatif pada teman sebayanya.

(e) Hubungan Informasi dengan Pencegahan HIV/AIDS

Kemudahan untuk memperoleh suatu informasi dapat mempercepat seseorang memperoleh pengetahuan yang baru. Informasi adalah suatu rekaman fenomena yang diamati



atau berupa putusan-putusan yang dibuat seseorang dan mempunyai potensi untuk dimanfaatkan oleh seseorang.

Jenis informasi sangat banyak dan jumlahnya terus bertambah karena setiap saat lahir informasi baru. Terdapat beberapa sumber informasi adalah sebagai berikut:

- Media cetak Media cetak berupa *booklet* (dalam bentuk buku), *leaflet* (dalam bentuk kalimat atau gambar), *flyer* (selebaran), *flip chart* (Lembar balik), rubrik (surat kabar atau majalah kesehatan), poster, foto yang mengungkapkan informasi kesehatan.
- Media elektronik (audio visual) media elektronik berupa televisi, radio, film dan iklan.
- Internet.
- Petugas kesehatan. Media promosi kesehatan adalah semua sarana atau upaya untuk menampilkan pesan atau informasi yang ingin disampaikan oleh komunikator, baik itu melalui media cetak, elektronik dan media luar ruang, sehingga sasaran dapat meningkatkan pengetahuannya yang akhirnya dapat merubah perilaku kearah positif terhadap kesehatan.


(2) Cara Melindungi Diri dari Infeksi HIV/AIDS

HIV bisa menular dari satu orang ke orang lainnya dengan banyak cara. Untuk melindungi diri sendiri dari infeksi HIV, pertama kita harus mengenali virus HIV dan bagaimana cara virus tersebut menular.

Hingga saat ini obat untuk mengobati HIV masih belum pasti dan tengah dalam perkembangan. Untuk itu, lebih baik mencegah agar tak tertular infeksi HIV daripada berusaha mengobatinya. HIV/AIDS akan mengubah hidup seseorang dan membuat kita tak bisa hidup dengan normal lagi. Cara melindungi diri dari infeksi HIV/AIDS, diantaranya sebagai berikut:

(a) Hindari seks bebas

Seks bebas memang dilarang secara moral, namun dari segi kesehatan, seks bebas juga bisa memberikan efek yang berbahaya bagi tubuh. Salah satunya adalah kemungkinan



terjangkit HIV/AIDS. Setia pada pasangan dan jangan suka 'jajan' sembarangan di luar atau berganti-ganti pasangan, terutama dengan orang yang tidak dikenal dengan baik.

(b) Jangan gunakan jarum bergantian

Jika kamu pengguna obat-obatan, jangan gunakan jarum secara bergantian dengan orang lain. Hanya gunakan jarum sekali pakai yang masih steril, setelahnya buang jarum yang sudah digunakan. Penggunaan jarum bergantian bisa meningkatkan risiko seseorang terinfeksi HIV/AIDS. Hal ini terutama jika kamu pengguna obat terlarang, tubuh akan semakin lemah dan mudah terjangkit virus HIV.

(c) Jika pasangan terkena HIV, lakukan perlindungan ekstra

Siswa harus ekstra hati-hati jika mengetahui bahwa pasangan memiliki HIV. HIV bisa menular lewat darah dan air liur yang masuk ke dalam tubuh, juga melalui hubungan seksual. Ketika berhubungan seksual, lindungi diri dengan kondom ekstra untuk mencegah kemungkinan terjadinya kondom yang robek dan lain sebagainya.

(d) Jika bekerja dengan orang yang terkena HIV


Jika bekerja dengan pasien HIV yang parah, pastikan kamu melindungi diri dengan sangat hati-hati. Gunakan pakaian yang diwajibkan oleh rumah sakit dan hati-hati dengan segala luka terbuka yang dimiliki. Terutama jika luka terbuka akan bersentuhan atau terkena kontak dengan pasien HIV. Virus tersebut bisa menular melalui luka yang terbuka.

(e) Lakukan vaksin

Melakukan vaksin hepatitis A dan hepatitis B, serta melakukan tes secara teratur sangat baik untuk melindungi diri dari HIV. Ini terutama berlaku pada orang yang menyukai sesama jenis atau homoseksual.

(2) Upaya Pencegahan dan Penularan HIV/AIDS

Upaya pencegahan suatu penyakit dan virus, termasuk pencegahan dan penanggulangan HIV/AIDS selama ini sudah banyak dilakukan oleh organisasi pemerintah maupun non pemerintah. Upaya




yang dilakukan antara lain dalam bentuk seminar, workshop, penyuluhan, pelatihan, penerbitan buku, bahkan pamlet atau stiker tentang bahaya HIV/AIDS dan cara-cara pencegahannya. Berbagai upaya pencegahan bertujuan untuk:

- (a) Menurunkan hingga meniadakan infeksi HIV baru.
- (b) Menurunkan hingga meniadakan kematian yang disebabkan oleh AIDS.
- (c) Menurunkan stigma diskriminasi terhadap ODHA.
- (d) Meningkatkan kualitas hidup ODHA, dan mengurangi dampak sosial ekonomi dari penyakit HIV dan AIDS pada individu, keluarga, dan masyarakat.


Berkaitan dengan pencapaian tujuan tersebut Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan mengeluarkan Peraturan Pemerintah Kesehatan (PERMENKES) No. 21 Tahun 2013 tentang penanggulangan HIV/AIDS. Dimana secara rinci tertuang pada bab 1 Ketentuan Umum Pasal 1, No.1 yang menjelaskan bahwasanya Penanggulangan adalah segala upaya yang meliputi beberapa pelayanan yaitu sebagai berikut:

- (a) Promotif (fungsi pemahaman), yaitu: fungsi bimbingan dan konseling yang membantu konseli atau klien agar memiliki pemahaman terhadap dirinya (potensinya), dan lingkungannya (pendidikan, pekerjaan, dan norma agama). Berdasarkan pemahaman ini, klien diharapkan mampu mengembangkan potensi dirinya secara optimal, dan menyesuaikan dirinya dengan lingkungan secara dinamis dan konstruktif.
- (b) Preventif (fungsi pencegahan), yaitu: membantu individu menjaga atau mencegah timbulnya masalah bagi dirinya.
- (c) Kuratif, yaitu: membantu individu memecahkan masalah yang sedang dihadapi atau dialami.
- (d) Rehabilitatif, layanan ini ditujukan untuk menurunkan angka kesakitan, angka kematian, mengatasi penularan serta penyebaran penyakit agar wabah tidak meluas ke daerah lain serta mengurangi dampak negative yang ditimbulkannya.



Mengacu pada Permenkes No. 21 tahun 2013 mengenai penanggulangan HIV/AIDS di atas, Kementerian Kesehatan (Kemenkes) saat ini juga tengah berupaya untuk menanggulangi kasus HIV/AIDS di Indonesia. Usaha yang dilakukan untuk mencegah penularan akan dimulai dari pengendalian populasi kunci, yaitu kelompok yang berisiko atau rentan terkena infeksi, lalu baru melangkah pada populasi jembatan, yaitu orang-orang yang berhubungan seksual dengan banyak pasangan, serta mencegah penularan pada masyarakat umum dan bayi. Selain itu untuk upaya mencegah penularan HIV/AIDS, Kementerian Kesehatan juga menerapkan beberapa strategi diantaranya sebagai berikut:

- (a) Meningkatkan pemberdayaan masyarakat dalam penanggulangan HIV dan AIDS melalui kerjasama nasional, regional, dan global dalam aspek legal, organisasi, pembiayaan, fasilitas pelayanan kesehatan dan sumber daya manusia.
- (b) Memprioritaskan komitmen nasional dan internasional.
- (c) Meningkatkan advokasi, sosialisasi, dan mengembangkan kapasitas.
- (d) Meningkatkan upaya penanggulangan HIV dan AIDS yang merata, terjangkau, bermutu, dan berkeadilan serta berbasis bukti, dengan mengutamakan pada upaya preventif dan promotif.
- (e) Meningkatkan jangkauan pelayanan pada kelompok masyarakat berisiko tinggi, daerah tertinggal, terpencil, perbatasan dan kepulauan serta bermasalah kesehatan.
- (f) Meningkatkan pembiayaan penanggulangan HIV dan AIDS.
- (g) Meningkatkan pengembangan dan pemberdayaan sumber daya manusia yang merata dan bermutu dalam penanggulangan HIV dan AIDS.
- (h) Meningkatkan ketersediaan, dan keterjangkauan pengobatan, pemeriksaan penunjang HIV dan AIDS serta menjamin keamanan, kemanfaatan, dan mutu sediaan obat dan bahan/alat yang diperlukan dalam penanggulangan HIV dan AIDS.
- (i) Meningkatkan manajemen penanggulangan HIV dan AIDS yang akuntabel, transparan, berdaya guna dan berhasil guna




Dengan demikian upaya pencegahan dan penularan HIV/AIDS adalah usaha yang dilakukan untuk mencegah yang dimulai dari pengendalian populasi kunci, kelompok yang berisiko atau rentan terkena infeksi, lalu melangkah pada orang-orang yang berhubungan seksual dengan banyak pasangan, dan mencegah penularan pada masyarakat umum dan bayi, serta member-dayakan sumber daya manusia yang merata dan bermutu dalam penanggulangan HIV dan AIDS.

Usaha-usaha penanggulangan terhadap penyakit AIDS, diantaranya sebagai berikut:

- (a) Hindarkan hubungan seksual dengan kelompok resiko tinggi tertular AIDS, seperti homo-seksual, kelompok pria/wanita yang aktif melakukan hubungan seksual dengan banyak mitra seksual (lelaki yang melakukan hubungan seksual dengan lelaki maupun wanita), muchikari dan penyalahgunaan narkotik suntik.
- (b) Harus menghindari hubungan seksual bila seorang mengalami luka pada alat kelamin atau mulut dan hindarkan pula penggunaan alat-alat tertentu saat berhubungan seksual yang memungkinkan timbulnya luka. Dan gunakan kondom secara tepat.
- (c) Jangan gunakan alat seperti: pisau cukur, sikat gigi dan pemotong kuku milik orang lain. Karena mungkin alat-alat tersebut mengandung butir-butir darah pengidap AIDS. Dan sebaliknya, alat-alat tersebut di atas milik sendiri diusahakan jangan dipakai oleh orang lain yang mungkin mengidap AIDS. Karena orang yang tampak sehat dan merasa sehat, masih mungkin mengidap virus AIDS.

(4) Upaya Pemberantasan HIV/AIDS

Penyakit kelamin bukan saja merupakan penyakit menular yang harus diberantas menurut garis-garis epidemiologis, tapi juga merupakan masalah sosial yang mempunyai sifat-sifat yang sangat kompleks. Dalam usaha pencegahan dan pemberantasannya perlu kerja sama yang baik dengan instansi-instansi lain seperti: pendidikan, sosial, agama, kepolisian, dan sebagainya.



Dalam garis besarnya, usaha-usaha pencegahan dan pemberantasannya dijalankan dengan cara sebagai berikut:

- (a) Usaha-usaha yang ditujukan terhadap penderita dengan pengobatan, untuk penyembuhan, dan menghilangkan sumber penularan. Untuk ini perlu:
- (b) Casefinding, yaitu untuk mencari penderita dalam masyarakat dengan jalan pemeriksaan.
- (c) Contacttracing, yaitu menanyakan kepada penderita kepada siapa saja ia telah menularkan, agar dapat diusut sehingga pengobatan dapat segera diberikan.
- (d) Pengawasan sumber penularan mengingat bahwa sebagian besar dari sumber penularan adalah wanita tuna-susila (WTS), maka perlu diusahakan registrasi dan lokalisasi WTS agar dapat diberikan pengobatan secara periodik.
- (e) Pendidikan dan penerangan kepada masyarakat. Masyarakat perlu mengetahui dan menyadari bahaya-bahaya penyakit kelamin untuk dirinya, keluarga, dan keturunannya, agar mereka menghindari penularan penyakit kelamin tersebut.

f. Kegiatan alternatif

Guru dapat mengembangkan lagi materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS, sesuai potensi dan kreativitas yang dimiliki.

Kegiatan pembelajaran dilakukan dengan demonstrasi dan komando. Jika penugasan dengan menggunakan lembar tugas tidak berjalan dengan baik, maka perlu didahului dengan demonstrasi/menggunakan lembar peraga/atau media lain yang sesuai.

• Refleksi:

Diskusikan dan presentasikan materi tentang konsep hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan melakukan gerakan (penilaian proses) dan ketepatan melakukan gerakan (penilaian produk).

Setelah melakukan diskusi dan mempresentasikan materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS; siswa diminta untuk menuliskan

kesulitan-kesulitan, kesalahan-kesalahan, dan bagaimana cara memperbaikinya dalam melakukan diskusi dan mempresentasikan materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Kemudian siswa diminta untuk melaporkan hasil capaian belajar yang diperoleh dalam buku catatan atau buku tugas kepada guru.

Catatan:

- Bagi siswa yang belum mampu mencapai batas kompetensi dalam memahami dan mengerti materi konsep hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS.
- Bagi siswa yang mampu mencapai atau melebihi batas kompetensi dalam memahami dan mengerti materi konsep hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS yang ditentukan oleh guru, maka lanjutkan pembelajaran pada materi yang lebih kompleks dan bervariasi.

Lembar Refleksi Diri (Sikap) Siswa

Sama dengan refleksi diri (sikap) pada aktivitas pembelajaran rancangan keterampilan gerak permainan bola basket.

**Lembar Refleksi Diri (Pengetahuan dan Keterampilan) Siswa
Cara Menyontreng**

1. Isikan identitas siswa.
2. Berikan tanda contreng (√) pada kolom “Ya” jika sikap yang ada dalam pernyataan sesuai dengan sikap Siswa, dan “Tidak” jika belum sesuai.
3. Isilah pernyataan tersebut dengan jujur.
4. Hitunglah jumlah jawaban “Ya”.
5. Lingkari kriteria Sangat Baik, Baik, atau Perlu Perbaikan sesuai jumlah “Ya” yang terisi.

Nama:

Kelas:

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1.	Saya telah dapat menjelaskan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan benar.		

2.	Saya telah dapat menyebutkan berbagai hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan lengkap.		
3.	Saya telah dapat merinci cara menerapkan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan lengkap dan benar.		
4.	Saya telah dapat mendiskusikan dan mendemonstrasikan hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS secara terkontrol.		
5.	Saya telah dapat menjelaskan kesalahan-kesalahan dalam melakukan diskusi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan benar.		
Sangat Baik		Baik	Perlu Perbaikan
Jika > dari 3 pernyataan terisi “Ya”		Jika 3 pernyataan terisi “Ya”	Jika < dari 3 pernyataan terisi “Ya”

3) Kegiatan penutup (10 menit)

- a) Salah satu siswa di bawah bimbingan guru menyimpulkan hasil diskusi, guru mempertanyakan apa manfaat hasil kesimpulan tersebut.
- b) Guru menyampaikan kemajuan yang diperoleh siswa secara umum dan kesalahan-kesalahan yang masih sering timbul saat berdiskusi.
- c) Guru menginformasikan kepada siswa kelompok yang paling baik penampilannya selama melakukan diskusi.
- d) Guru menugaskan siswa untuk membaca dan membuat catatan tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Hasilnya ditugaskan kepada siswa dijadikan sebagai tugas.
- e) Berdoa dipimpin oleh salah satu siswa dan menyampaikan salam.

E. Asesmen Kompetensi

1. Asesmen Pengembangan Karakter (Dimensi Mandiri dan Gotong Royong)

Asesmen sikap didasarkan pada hasil refleksi sikap siswa dan pengamatan guru dengan menggunakan lembar observasi yang telah dilakukan pada proses pembelajaran di setiap aktivitas pembelajaran.

2. Asesmen Pengetahuan

Teknik	Bentuk	Contoh Instrumen	Kriteria Asesmen
Tes Tulis	Pilihan ganda dengan 4 opsi	<p>1. Penyakit AIDS sampai kini masih menjadi ancaman terbesar bagi kesehatan penduduk dunia. Proses penularannya begitu cepat dan belum ada obat yang bisa menahan laju perkembangan AIDS dalam tubuh atau membunuhnya sama sekali. Virusnya adalah HIV (Human Immunodeficiency Virus), yaitu virus yang menyerang yang selanjutnya melemahkan kemampuan tubuh melawan infeksi dan penyakit.</p> <p>A. anti body tubuh B. ketahanan tubuh C. sistem pernapasan tubuh D. sistem ketahanan tubuh E. sistem kekebalan tubuh</p> <p>Kunci: E. sistem kekebalan tubuh</p>	Jawaban benar mendapatkan skor 1 dan salah 0.
	Uraian tertutup	Tuliskan gejala-gejala orang yang menunjukkan terinfeksi HIV/AIDS pada tahap pertama.	Mendapatkan skor; 4, jika seluruh urutan dituliskan dengan benar dan isi benar.

		<p>Kunci:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Pengidap akan mengalami nyeri mirip, seperti flu, beberapa minggu setelah terinfeksi, selama satu hingga dua bulan. 2) Dapat tidak menimbulkan gejala apapun selama beberapa tahun. 3) Dapat timbul demam, nyeri tenggorokan, ruam. 4) Dapat timbul pembengkakan kelenjar getah bening, diare, kelelahan, nyeri otot, dan sendi. 	<ol style="list-style-type: none"> 3, jika urutan dituliskan salah tetapi isi benar. 2, jika sebagian urutan dituliskan dengan benar dan sebagian isi benar. 1, jika urutan dituliskan salah dan sebagian besar isi salah.
--	--	--	---

3. Asesmen Keterampilan

a. Presentasi bersama teman materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS

1) Butir tes

Diskusi materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS bersama temanmu. Unsur-unsur yang dinilai adalah kesempurnaan mempresentasikan materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS (asesmen proses) dan ketepatan melakukan presentasi (asesmen produk).

2) Petunjuk asesmen

Berikan (angka) pada kolom yang sudah disediakan, setiap siswa menunjukkan atau menampilkan mempresentasikan materi hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS yang diharapkan.

3) Rubrik asesmen keterampilan gerak

Contoh lembar asesmen proses gerak untuk perorangan (setiap siswa satu lembar asesmen).

Nama : _____ Kelas: _____

Asesmen Presentasi/Diskusi			Asesmen Produk (Berdiskusi)	Skor Akhir	Keterangan
Asesmen Proses					
Persiapan awal menyiapkan materi diskusi (Skor 3)	Sikap pelaksanaan melakukan diskusi (Skor 4)	Menyimpulkan hasil diskusi (Skor 3)			

4) Pedoman penskoran

a) Penskoran

(1) Persiapan awal menyiapkan materi diskusi

Skor 3 jika:

- (a) mempersiapkan bahan diskusi.
- (b) melengkapi materi materi diskusi.
- (c) sistimatika penyusunan materi diskusi.

Skor 2 jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 1 jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(2) Pelaksanaan melakukan diskusi

Skor 4 Jika:

- (a) membuka diskusi
- (b) menyampaikan materi dengan sistimatis.
- (c) ketepatan menyampaikan materi dengan runtun.
- (d) ketepatan menjawab pertanyaan-pertanyaan dengan runtun.

Skor 3 jika: hanya tiga kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 2 jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 1 jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

(3) Menyimpulkan hasil diskusi

Skor 3 jika:

- (a) menyimpulkan hasil diskusi.
- (b) menyusun laporan secara sistimatis.
- (c) kelengkapan laporan hasil diskusi..

Skor 2 jika: hanya dua kriteria yang dilakukan secara benar.

Skor 1 jika: hanya satu kriteria yang dilakukan secara benar.

b) Pengolahan skor

Skor maksimum: 10

Skor perolehan siswa: SP

Nilai keterampilan yang diperoleh siswa: $SP/10$.

b. Lembar pengamatan asesmen hasil penyajian tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS

1) Tahap pelaksanaan pengukuran

Asesmen hasil/produk penyajian/diskusi materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS dengan cara:

- a) Siswa diminta untuk membuat makalah tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS.
- b) Kemudian makalah tersebut dipresentasikan oleh siswa di depan teman secara berkelompok.
- c) Petugas menilai kelengkapan materi, sistematika materi, dan kerapihan materi, dan ketepatan melakukan diskusi yang dilakukan oleh siswa.
- d) Ketepatan diskusi yang dilakukan dengan benar memenuhi persyaratan dihitung untuk diberikan skor.

2) Konversi jumlah ulangan dengan skor

No.	Jenis Materi	Kriteria Pengskoran
1.	Kelengkapan materi	3
2.	Sistematika penyusunan materi	3
3.	Ketepatan dalam penyusunan materi	3
4.	Ketepatan dalam menyampaikan materi	3
5.	Ketepatan dalam menyusun laporan diskusi	3
Jumlah Skor Maksimal		15

4. Umpan Balik

Umpan balik yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Guru harus memberikan penguatan, jika teridentifikasi ada pemahaman yang belum baik, ada hal yang perlu menjadi perhatian mengacu pada hasil refleksi.

F. Refleksi Guru

Refleksi yang dilakukan oleh guru terhadap proses pembelajaran yang dilakukan pada setiap aktivitas pembelajaran. Hasil refleksi bisa digunakan untuk menentukan perlakuan kepada siswa, apakah remedial atau pengayaan. Remedial dan pengayaannya di dalam pembelajaran, tidak terpisah setelah pembelajaran. Hal-hal yang perlu mendapat perhatian dalam refleksi guru antara lain:

1. Apakah kegiatan pembelajaran dapat berjalan dengan baik?
2. Kesulitan-kesulitan apa saja yang dialami/temukan dalam proses pembelajaran.
3. Apa yang harus diperbaiki dan bagaimana cara memperbaiki proses pembelajaran tersebut.

G. Remedial dan Pengayaan

1. Remedial

Sama dengan konsep remedial pada aktivitas pembelajaran permainan bola basket.

2. Pengayaan

Sama dengan konsep pengayaan pada aktivitas pembelajaran permainan bola basket.

H. Interaksi dengan Orang Tua

Sama dengan konsep interaksi dengan orang tua pada aktivitas pembelajaran permainan bola basket.

I. Lembar Kegiatan Siswa

Tanggal :

Lingkup/materi pembelajaran :

Nama Siswa :

Fase/Kelas : F / XI

1. Panduan umum

- a. Pastikan siswa dalam keadaan sehat dan siap untuk mengikuti aktivitas pembelajaran.

- b. Ikuti gerakan pemanasan dengan baik, sesuai dengan instruksi yang diberikan guru untuk menghindari cedera.
- c. Mulailah kegiatan dengan berdo'a.
- d. Selama kegiatan perhatikan selalu keselamatan diri dan keselamatan bersama.

2. Panduan aktivitas pembelajaran

- a. Bersama dengan teman, buatlah kelompok sejumlah maksimal 9 orang.
- b. Lakukan aktivitas pembelajaran atau diskusi dengan materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat secara berpasangan dengan temanmu satu kelompok.
- c. Perhatikan penjelasan berikut ini:
Cara melakukan aktivitas pembelajaran atau diskusi materi tentang hakikat HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS sesuai dengan pola perilaku hidup sehat antara lain:
 - 1) Hakikat HIV/AIDS.
 - 2) Bahaya penyakit HIV/AIDS.
 - 3) Dampak penyakit HIV/AIDS.
 - 4) Pencegahan dan penanggulangan penyakit HIV/AIDS.

J. Bahan Bacaan Siswa

- 1. HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.
- 2. Penyakit-penyakit akibat hubungan seksual. Untuk membantu dalam mencari sumber bacaan tersebut, dapat diperoleh melalui: buku, majalah, koran, internet, atau sumber lainnya.

K. Bahan Bacaan Guru

- 1. HIV/AIDS, bahaya HIV/AIDS, cara penularan HIV/AIDS, dan cara mencegah HIV/AIDS.
- 2. Penyakit-penyakit akibat hubungan seksual.