

PEMETAAN KASUS COVID-19, PENYULUHAN SERTA BANTUAN MASKER DAN SOSIAL PANGAN DI RW 08, KELURAH BAMBU APUS, KECAMATAN PAMULANG, TANGERANG SELATAN, TAHUN 2021

**Toni Wandra<sup>1</sup>, Wisnu Hidayat<sup>2</sup>, Lukman Hakim<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Dosen Pascasarjana Universitas Sari Mutiara Indonesia

Email : [tony\\_wdr2009@yahoo.com](mailto:tony_wdr2009@yahoo.com) , [hidayatwisnu5426@gmail.com](mailto:hidayatwisnu5426@gmail.com),  
[hakim0325@gmail.com](mailto:hakim0325@gmail.com)

**ABSTRAK**

*Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)* merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*). Penyebaran COVID-19 di Indonesia sudah semakin meluas dengan peningkatan jumlah kasus dan/atau jumlah kematian yang tinggi. Pada bulan Juli 2021, Kota Tangerang Selatan, Provinsi Banten merupakan salah kota yang wajib menerapkan PPKM Darurat, karena termasuk zona merah COVID-19. Berdasarkan hasil pengamatan pendahuluan di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang, Tangerang Selatan, terjadi peningkatan kasus yang luar biasa tinggi terutama pada bulan Oktober s/d November 2021, namun belum tersedia data lengkap besaran serta distribusi kasus dan kematian. Cara pencegahan COVID-19 yang paling efektif yang dapat dilakukan oleh masyarakat adalah dengan melaksanakan protokol kesehatan (5M), seperti selalu menggunakan masker bila bepergian atau keluar rumah. Selain itu diharapkan seluruh masyarakat ikut berpartisipasi dalam program vaksinasi COVID-19 sesuai dengan kebijakan pemerintah. Untuk lebih meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan COVID-19 dan mendorong agar selalu menggunakan masker, maka perlu dilakukan penyuluhan yang terus menerus antara lain melalui media cetak (*leaflet*). Untuk mengatasi dampak ekonomi pandemi COVID-19 membutuhkan peran serta dari semua pihak baik Pemerintah Pusat, Pemerintah daerah, pihak swasta dan seluruh elemen masyarakat. Untuk itu kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang diperkirakan bermanfaat di RW 08 adalah: 1) Pemetaan kasus COVID-19, agar dapat dijadikan sebagai informasi/masukan bagi Ketua RT dan RW, Satgas COVID-19 RW 08, Puskesmas setempat, dan pihak terkait lainnya sebagai bahan perencanaan lebih lanjut dalam penanggulangan COVID-19; 2) Pendistribusian *leaflet* COVID-19 yang dirancang sendiri untuk lebih meningkatkan pengetahuan warga RW 08 tentang pencegahan dan pengendalian COVID-19. *Leaflet* merupakan salah satu pilihan media penyuluhan yang tepat pada masa pandemi, untuk menghindari risiko penularan COVID-19 antara pelaksana kegiatan pengabdian dan warga RW 08; 3) Pendistribusian masker untuk lebih mendorong (*enabling factor*) warga RW 08 untuk selalu menggunakan masker; dan 4) Penyaluran bantuan sosial pangan untuk membantu keluarga terdampak pandemi COVID-19 atau kebijakan PPKM Darurat, dan diharapkan sebagai contoh atau dorongan bagi elemen masyarakat lainnya untuk berbuat hal yang sama. Sasaran kegiatan adalah: 1) Seluruh penderita COVID-19 bulan Desember sampai Agustus 2021 di RW 08; 2) Seluruh anggota keluarga dari 200 KK di RW 08 ( $\pm 750$  anggota keluarga); dan 3) Keluarga yang rentan terdampak ekonomi Pandemi COVID-19 atau PPKM Darurat (40 keluarga).

Kata Kunci: **Covid-19, pemetaan, penyuluhan kesehatan, masker, bantuan sosial pangan, Tangerang Selatan**

## PENDAHULUAN

### 1. Analisa Situasi

*Coronavirus Disease 2019* (COVID-19) merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*). SARS-CoV-2 merupakan coronavirus jenis baru yang belum pernah diidentifikasi pada manusia. Pada awalnya (31 Desember 2019), kantor perwakilan WHO di China melaporkan adanya kasus pneumonia di Kota Wuhan, Provinsi Hubei yang belum diketahui penyebabnya.

Beberapa minggu kemudian (7 Januari 2020), kasus tersebut telah teridentifikasi sebagai jenis baru coronavirus. Pada tanggal 30 Januari 2020, WHO menetapkan kejadian tersebut sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (*Public Health Emergency of International Concern* atau PHEIC), dan 11 Maret 2020, WHO menetapkan COVID-19 sebagai pandemi. Hingga 26 Agustus 2021, COVID-19 telah dilaporkan di 224 negara di dunia dengan 213,752,662 kasus dan 4,459,381 kematian (CFR=2,1%) (<https://covid19.go.id/>). Kasus tertinggi di Amerika Serikat (4,488,946 kasus dan 651,956 kematian), sedangkan terendah di Micronesia dengan (1 kasus dan tanpa kematian) ([worldometers.info](http://worldometers.info)).

Di Indonesia kasus pertama kali dilaporkan pada tanggal 2 Maret 2020 di Kota Depok, Jawa Barat (2 kasus), kemudian jumlah kasus meningkat dengan cepat. Saat ini (26 Agustus 2021) menempati urutan ke-13 tertinggi di dunia dengan jumlah kasus sebanyak 4.043.736 dan 130.182 kematian (CFR=3,2%). Kasus tersebar di seluruh (34) provinsi dan 510 kabupaten/kota (99,2%) dari 514 kabupaten/kota yang ada di Indonesia.

Dalam perkembangannya, penyebaran COVID-19 di Indonesia sudah semakin meluas dengan peningkatan jumlah kasus dan/atau jumlah kematian yang tinggi. Hal ini berdampak antara lain pada aspek ekonomi dan kesejahteraan masyarakat. Untuk itu pemerintah melalui Keputusan Presiden Nomor 11 Tahun 2020 telah menetapkan Kedaruratan Kesehatan

Masyarakat COVID-19 di Indonesia. Selain itu Presiden juga telah menetapkan Keputusan Presiden Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Non-alam Penyebaran COVID-19 Sebagai Bencana Nasional. Penanggulangan bencana nasional dilaksanakan oleh Gugus Tugas Percepatan Penanganan COVID-19 dan Gubernur, bupati, dan walikota sebagai Ketua Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) di daerah.

Kemudian diterbitkan Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB), dan Peraturan Menteri Kesehatan No. 9 Tahun 2020 tentang Pedoman PSBB dalam rangka Percepatan Penanganan COVID-19 ditetapkan pada 3 April 2020. Kebijakan PSBB antara lain: 1) Peliburan sekolah dan tempat kerja; 2) Pembatasan kegiatan keagamaan; 3) Pembatasan kegiatan di tempat/fasilitas umum; 4) Pembatasan kegiatan sosial budaya; 5) Pembatasan moda transportasi; dan 6) Pembatasan kegiatan lainnya terkait aspek pertahanan dan keamanan

Dengan semakin meningkatnya jumlah kasus COVID-19 dan kematian di Indonesia yang berlangsung dengan sangat cepat, pemerintah memberlakukan kebijakan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Darurat di wilayah Jawa dan Bali sesuai dengan kriteria level situasi pandemi pada tanggal 3 Juli sampai dengan 29 Juli. Namun dalam perkembangannya masih perlu dilakukan pemantauan dan evaluasi jangka waktu pemberlakuan PPKM Darurat tersebut.

Di Provinsi Banten sampai dengan 26 Agustus 2021, jumlah kasus COVID-19 yang dilaporkan sebanyak 105.441 kasus, sedangkan jumlah kematian 1.683 (CFR=1,6%). Banten terdiri dari 8 kabupaten/Kota, yaitu Kota Tangerang, Tangerang Selatan, Kabupaten Tangerang, Kota Cilegon, Kota Serang, Kabupaten Serang, Kabupaten Lebak, Kabupaten Pandeglang. Berdasarkan Instruksi Menteri Dalam Negeri No.15/2021, wilayah kabupaten/kota dengan kriteria level 3 yaitu Kabupaten Tangerang, Kabupaten Serang, Kabupaten Lebak, dan Kota Cilegon, sedangkan dengan level 4 yaitu Kota Tangerang Selatan, Kota Tangerang, dan Kota

Serang.

Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan merupakan salah kota yang wajib menerapkan PPKM Darurat, karena termasuk zona merah COVID-19 atau level 4. Khusus di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, berdasarkan hasil pengamatan pendahuluan dan informasi Satgas COVID-19 RW 08 terjadi peningkatan kasus terutama pada Juni 2021. Setiap keluarga yang anggota keluarganya positif COVID-19 berdasarkan hasil peneriksaan antigen atau PCR diminta melaporkannya ke Satgas COVID-19 RW 08 yang bekerjasama dengan Puskesmas Bambu Apus. Namun hingga saat belum tersedia data lengkap tentang besaran dan distribusi kasus COVID-19 dan kematian di RW 08.

## **1.2. Tujuan**

Tujuan kegiatan pemberdayaan kepada masyarakat ini adalah:

1. Mengetahui gambaran epidemiologi kasus COVID-19 periode Desember 2020 sampai dengan Agustus 2021 di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang.
2. Memperoleh pemetaan (*mapping*) kasus COVID-19 periode bulan Desember 2020-Agustus 2021 di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang.
3. Meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pencegahan dan pengendalian COVID-19 di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang.
4. Tersalurnya bantuan masker dan sosial pangan pada keluarga terdampak pandemi COVID-19, terutama dengan adanya kebijakan PPKM Darurat di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang.

## **1.3. Manfaat**

Diharapkan kegiatan pengabdian masyarakat ini bermanfaat bagi:

### **1.3.1. Masyarakat**

- 1.3.2. Meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang pencegahan COVID-19

1.3.3. Meringankan biaya pembelian masker dan pemenuhan kebutuhan sadang keluarga terdampak ekonomi terkait pandemi COVID-19 atau kebijakan PPKM darurat

1.4. Ketua RW dan RT di lingkuan RW 08, Satgas COVID-19 RW 08, Puskesmas dan pihak terkait lainnya

Diperolehnya pemetaan (*mapping*) kasus COVID-19 di RW 08, agar dapat dijadikan sebagai informasi/masukan bagi Ketua RT dan RW, Satgas COVID-19 RW 08 Puskesmas, dan pihak terkait lainnya untuk perencanaan lebih lanjut dalam penanggulangan COVID-19

#### 1. Tim pengabdian dan mahasiswa

- a. Terlaksananya kewajiban melaksanakan pengabdian kepada masyarakat
- b. Meningkatnya pengalaman, kepedulian dan tanggungjawab sosial terhadap masyarakat sesuai dengan bidang keilmuannya.

#### SOLUSI PERMASALAHAN MITRA

Cara pencegahan COVID-19 yang paling efektif yang dapat dilakukan oleh masyarakat adalah dengan melaksanakan protokol kesehatan dengan cara 5M, yaitu:

##### 1. Menjaga jarak

Minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena droplet dari orang yang bicara, batuk, atau bersin.

##### 2. Menggunakan alat pelindung diri bila keluar rumah

Berupa masker yang menutupi hidung dan mulut hingga dagu.

##### 3. Membersihkan tangan secara teratur

Dengan mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol/*handsanitizer*. Selalu menghindari menyentuh mata, hidung, dan mulut dengan tangan yang tidak bersih (yang mungkin terkontaminasi droplet yang mengandung virus).

4. Menghindari kerumuman

Semakin banyak dan sering bertemu orang, maka kemungkinan terinfeksi virus Corona semakin tinggi.

5. Mengurangi mobilitas

Virus corona penyebab COVID-19 bisa berada di mana saja. Jadi, semakin sering berada di luar rumah, maka semakin tinggi kemungkinan terpapar virus. Oleh sebab itu, bila tidak ada keperluan yang mendesak, dianjurkan agar berada di rumah.

Protokol kesehatan adalah aturan dan ketentuan yang perlu diikuti oleh segala pihak agar dapat beraktivitas secara aman pada saat pandemi COVID-19, dengan tujuan agar masyarakat tetap dapat beraktivitas secara aman dan tidak membahayakan keamanan atau kesehatan orang lain. Jika masyarakat dapat mengikuti segala aturan yang tertera di dalam protokol kesehatan, maka penularan COVID-19 dapat diminimalisir.

Selain itu diharapkan seluruh masyarakat ikut mendukung program vaksinasi dengan mengikuti vaksinasi yang ada. Vaksinasi berfungsi untuk membentuk imunitas tubuh, sehingga mencegah terjadinya infeksi atau mengurangi keparahan penyakit bila terinfeksi. Sehingga menurunkan angka kematian. Yang terpenting lagi adalah agar terbentuk kekebalan kelompok (*herd immunity*). Untuk pencegahan dan pengendalian pandemi COVID-19 serta dampak ekonomi pandemi COVID-19 membutuhkan peran serta dari semua pihak baik Pemerintah Pusat, Pemerintah daerah, pihak swasta dan seluruh elemen masyarakat. Berdasarkan informasi dari RW 08, sampai saat ini belum ada bantuan masker dan bantuan sosial pangan yang diterima oleh masyarakat yang berdomisili di RW 08.

Berdasarkan uraian tersebut di atas, maka dapat dirumuskan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat yang diperkirakan bermanfaat di RW 08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang adalah: 1) Pemetaan kasus COVID-19, agar dapat dijadikan sebagai informasi/masukan bagi Ketua RT dan RW, Satgas COVID-19 RW 08 Puskesmas, dan pihak

terkait lainnya untuk perencanaan lebih lanjut dalam penanggulangan COVID-19; 2) Pendistribusian *leaflet* COVID-19 untuk lebih meningkatkan pengetahuan warga RW 08 tentang pencegahan dan pengendalian COVID-19. *Leaflet* merupakan salah satu pilihan media penyuluhan yang tepat pada masa pandemi, untuk menghindari risiko penularan COVID-19 antara pelaksana kegiatan pengabdian dan warga RW 08 serendah mungkin; 3) Pendistribusian masker untuk lebih mendorong (*enabling factor*) warga RW 008 untuk selalu menggunakan masker bila keluar rumah; 4) Penyaluran bantuan sosial pangan untuk membantu keluar terdampak pandemi COVID-19 atau kebijakan PPKM Darurat, dan diharapkan sebagai contoh atau dorongan bagi elemen masyarakat lainnya untuk berbuat hal yang sama.

**METODE PELAKSANAAN**

**1. Sasaran Kegiatan**

- 2. Seluruh penyintas COVID-19 bulan Oktober s/d November 2021 di RW 08
- 3. Seluruh anggota keluarga dari 200 KK di RW 08
- 4. Keluarga yang rentan terkena dampak ekonomi Pandemi COVID-19 atau kebijakan PPKM Darurat (40 keluarga)

**2. Persiapan dan Jadwal Kegiatan**

Persiapan dan jadwal kegiatan sebagaimana terlihat pada matriks berikut ini (Table 1):

Table 1. Jadwal kegiatan (*time schedule*)

| No. | Kegiatan   | Oktober 2021 |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|-----|--|--------------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
|     |  | Tanggal      |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
|     |  | 11           | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 | 21 | 22 | 23 | 24 |
| 1.  | Persiapan dan perizinan                            |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 2.  | Desain dan cetak <i>leaflet</i> COVID-19           |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 3.  | Koordinasi dengan anggota Tim                      |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 4.  | Koordinasi dengan RT dan RW 08                     |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 5.  | Pemetaan kasus COVID-19                            |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 6.  | Pendistribusian <i>leaflet</i> ke 40 rumah         |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 7.  | Penyaluran masker ke 40 rumah                      |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 8.  | Penyebaran <i>leaflet</i> ke media sosial          |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 9.  | Penyaluran paket bantuan sosial pangan ke 40 rumah |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 10. | Analisis data                                      |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |
| 11. | Perumusan hasil dan kesimpulan                     |              |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |    |

|    |                   |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|----|-------------------|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 12 | Evaluasi kegiatan |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| 13 | Pelaporan         |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |

### 3. Pelaksanaan

Dilaksanakan sesuai tahapan kegiatan dan melibatkan semua pihak terkait sesuai kebutuhan di lapangan.

### 4. Tempat dan Waktu Kegiatan

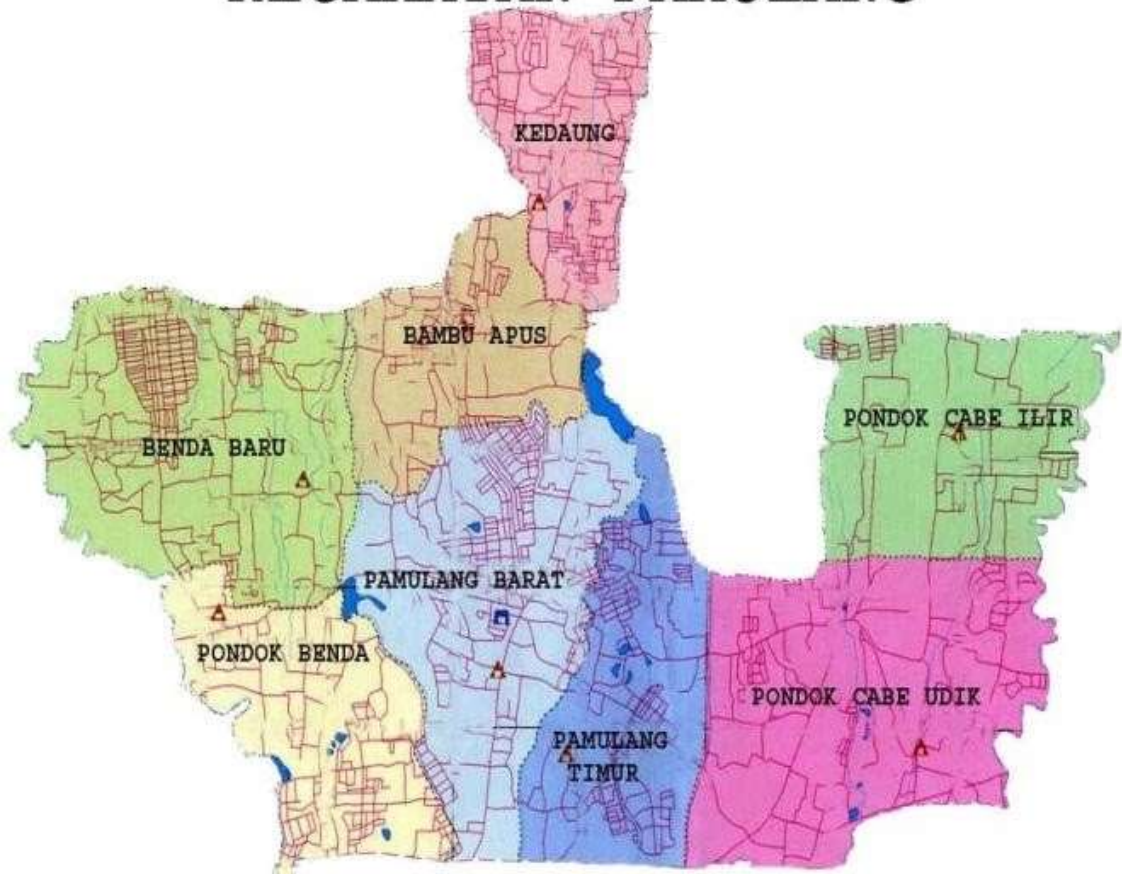
Tepat kegiatan adalah di RW08, Kelurahan Bambu Apus, Kecamatan Pamulang, Kota Tangerang Selatan, Banten. Kota Tangerang Selatan terletak di bagian timur Provinsi Banten yang secara administratif terdiri dari 7 kecamatan dan dan 54 kelurahan (Gambar 1). Salah satu kecamatannya adalah Pamulang yang terdiri dari 8 kelurahan yaitu Pamulang Barat, Pamulang Timur, Pondok Benda, Benda Baru, Kedaung, Bambu Apus, Pondok Cabe Ilir (Gambar 2) . Kelurahan Bambu Apus terdiri dari 9 RW dengan jumlah penduduk sebanyak **19.705** jiwa. Salah satu RW di Kelurahan Bambu Apus yaitu RW 08 yang terdiri dar 4 RT. Jumlah keluarga di RW 08 tercatat sebanyak 200 KK dengan jumlah penduduk 700 jiwa.



Gambar 1. Peta wilayah Kota Tangerang Selatan



## KECAMATAN PAMULANG



Gambar 2. Peta wilayah Kecamatan Pamulang

### 5. Metode

1. Pemetaan kasus COVID-19
2. Mengumpulkan/melengkapi data seluruh kasus COVID-19 yang dilaporkan oleh anggota keluarga penderita ke Satgas COVID-19 RW 08 dan Puskesmas Bambu Apus, Kecamatan Pamulang periode Desember 2020-Agustus 2021
3. Melakukan wawancara *online* dengan penderita COVID-19 (anggota keluarga penderita) periode Desember 2021-Agustus 2021 bila diperlukan untuk kelengkapan data.

### 6. Penyuluhan

1. Mendistribusikan *leaflet* COVID-19 yang dirancang sendiri dari rumah ke rumah (40 rumah).
2. Menyebarkan *leaflet* COVID-19 di media sosial (Grup WA Satgas COVID-19 RW 08

serta grup WA lainnya di lingkungan RW 08 dan facebook)

3. Bantuan masker dan sosial pangan
4. Menyalurkan bantuan masker dari rumah ke rumah (40 rumah)
5. Menyalurkan paket bantuan sosial pangan dari rumah ke rumah (40 rumah)

#### **7. Evaluasi**

Dilaksanakan setelah selesai kegiatan dengan melakukan wawancara terhadap Ketua RW dan RT di lingkungan RW 08, serta 25% KK yang menjadi sasaran kegiatan pendistribusian *leaflet*, masker dan bantuan sosial pangan secara online atau kontak langsung via WA.

**DAFTAR PUSTAKA**

Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 15 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Darurat *Corona Virus Disease* 2019 di Wilayah Jawa dan Bali.

Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 22 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Level 4 *Corona Virus Disease* 2019 di Wilayah Jawa dan Bali

Instruksi Menteri Dalam Negeri Nomor 37 Tahun 2021 tentang Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat Level 3, Level 2 dan Level 1 serta Mengoptimalkan Posko Penanganan *Corona Virus Disease* 2019 di Tingkat Desa dan Kelurahan untuk Pengendalian Penyebaran *Corona Virus Disease* 2019

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/382/2020 tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (Covid-19)

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Coronavirus Disease* 2019 (Covid-19)

Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2021 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 10 Tahun 2021 tentang Pelaksanaan Vaksinasi Dalam Rangka Penanggulangan Pandemi *Corona Virus Disease* 2019 (Covid-19)

Keputusan Menteri Sosial Republik Indonesia Nomor 54/Huk/2020 tentang Pelaksanaan Bantuan Sosial Sembako dan Bantuan Sosial Tunai Dalam Penanganan Dampak *Corona Virus Disease* 2019 (Covid-19)

Profil Kota Tangerang Selatan, 2018. Rencana Program Investasi Jangka Menengah Bidang Cipta Karya Tahun 2019-2023.

## **PENYAKIT VIRUS CORONA (COVID-19)**

Adalah penyakit menular yang disebabkan oleh Virus Corona (*Coronavirus*). Penyakit ini mudah menular, mematikan serta menimbulkan dampak sosial dan ekonomi yang buruk.

## **CARA PENULARAN**

Penyakit ini ditularkan secara langsung dari orang ke orang.

## **GEJALA COVID-19**

(PAPDI, Kepmenkes No. 4641/2021)

### **Tanpa Gejala**

Hasil pemeriksaan (SWAB) Antigen atau PCR positif tanpa ada gejala. **Frekuensi napas normal: 12-20 kali/menit, saturasi oksigen  $\geq 95\%$ .** Walaupun tanpa gejala, namun dapat menularkan penyakit tsb kepada orang lain (sumber penularan).

### **Gejala Ringan**

Biasanya demam, batuk (umumnya batuk kering ringan), pilek dan bersin, nyeri tenggorokan, sakit kepala, anosmia (kehilangan indra penciuman), ageusia (kehilangan indra pengecap), anoreksia (tidak nafsu makan), *fatigue* (kelelahan ringan), mialgia (nyeri otot), nyeri tulang, konjungtivitis (mata merah). Dapat disertai mual, muntah, nyeri perut, diare, kemerahan pada kulit (perubahan warna pada jari-jari kaki). **Frekuensi napas: 12-20 kali/menit, saturasi  $\geq 95\%$ .**

### **Gejala Sedang**

Sama seperti gejala ringan, tetapi **frekuensi napas: 20-30 kali/menit, saturasi  $< 95\%$ .**

### **Gejala Berat**

Sama seperti gejala ringan, tetapi **frekuensi napas:  $> 30$  kali/menit, saturasi  $< 95\%$ , sesak napas** (dengan *distres* pernapasan).

### **Kritis**

Merupakan kelanjutan dari gejala berat, seperti: Gagal napas, sepsis (komplikasi berbahaya dari infeksi/peradangan), syok sepsis, gagal multiorgan (berbagai organ tubuh).

## **PEMERIKSAAN LABORATORIUM**

(Kepmenkes No. 446/2021; Kepmenkes No. 4642/2021)

Tes Swab untuk konfirmasi (memastikan penyakit):

Pemeriksaan Antigen (RDT-Antigen): Lima hari setelah terpapar atau 1-5 hari setelah muncul gejala. Atau Pemeriksaan PCR: Delapan hari setelah terpapar atau 3-5 hari setelah muncul gejala.

- Bila tidak bergejala, tes dihitung dari kapan waktu terpapar.
- Hasil tes negatif diulang bila: masih bergejala, muncul gejala setelah hasil tes keluar, punya kecurigaan kuat terinfeksi COVID-19.
- Lakukan pemeriksaan di laboratorium yang sudah direkomendasikan oleh Kemenkes ([Kepmenkes No. 4642/2021](#))
- Tes Antigen/PCR tidak perlu diulang. Dinyatakan sembuh bila sudah selesai menjalani isolasi mandiri (biasanya tes antigen sudah negatif). Kecuali untuk gejala berat/kritis, sesuai prosedur penanganan kasus di rumah sakit. Tes PCR masih dapat mendeteksi virus yang sudah mati, dan dapat tetap positif hingga 8 minggu atau lebih.

## **Isolasi Mandiri (Isoman) dan Perawatan** (PAPDI, Kepmenkes No. 4641/2021)

### **Tanpa Gejala**

- Laporkan segera ke Satgas COVID-19 RW dan/atau puskesmas setempat (terdekat)
- Isolasi mandiri di rumah atau fasilitas publik yang disediakan oleh pemerintah
- Jangka waktu isolasi: selama 10 hari sejak dinyatakan positif (konfirmasi laboratorium)
- Pasien akan dipantau oleh petugas puskesmas setempat (terdekat).

### **Gejala Ringan**

- Isolasi mandiri di rumah/fasilitas publik selama maksimal 10 hari sejak muncul gejala ditambah 3 hari bebas gejala demam dan gangguan pernapasan.
- Jika gejala lebih dari 10 hari, maka isolasi dilanjutkan hingga gejala hilang ditambah dengan 3 hari bebas gejala.
- Petugas puskesmas akan melakukan pemantauan kondisi pasien.
- Setelah melewati masa isolasi pasien akan dikontrol lagi oleh puskesmas setempat.

Hanya minum obat-obatan yang dianjurkan/diberikan oleh dokter/puskesmas/rumah sakit.

### **Gejala Sedang**

- Rujuk ke rumah sakit yang mempunyai ruang perawatan COVID-19.
- Isolasi di ruang perawatan COVID-19 rumah sakit

### **Gejala Berat atau Kritis**

Rawat di ruang isolasi/ICU rumah sakit rujukan.

## CARA MENCEGAH COVID-19

### Mematuhi Protokol Kesehatan (5M)



**M1: Menjaga jarak aman ( $\geq 1\text{m}$ )**



**M2: Menggunakan masker bila bepergian (keluar rumah)**



**M3: Mencuci tangan dengan sabun & air mengalir sesering mungkin/menggunakan hand sanitizer**



**M4: Menghindari /menjauhi kerumunan**



**M5: Membatasi mobilitas/interaksi**

## Vaksinasi

Selain melaksanakan 5M, diharapkan seluruh masyarakat turut berpartisipasi dalam program vaksinasi COVID-19 dengan mengikuti kegiatan vaksinasi sesuai ketentuan pemerintah di tempat yang telah disediakan. Vaksinasi berfungsi untuk membentuk kekebalan tubuh supaya tidak terinfeksi atau mengurangi keparahan penyakit. Dan yang lebih penting lagi terbentuknya kekebalan kelompok, sehingga pandemi segera berakhir.



### Vaksinasi untuk anak usia 12-17 tahun

(IDAI, Surat Edaran Kemenkes No. HK.02.02/1/1727/2021)

- Di fasilitas pelayanan kesehatan atau di sekolah/madrasah/pesantren/dll
- Membawa kartu keluarga atau dokumen lain yang mencantumkan NIK anak
- Menggunakan vaksin yang telah ditentukan oleh Kementerian Kesehatan RI (Kemenkes), dua kali pemberian dengan interval minimal 28 hari.

### Vaksinasi untuk Ibu Hamil

(POGI, Surat Edaran Kemnekes No. HK.02.01/1/2007/2021)

- Menggunakan vaksin yang telah ditentukan oleh Kemenkes
- Pemberian dosis pertama: trimester kedua kehamilan, dan ke-2 sesuai dengan interval dari jenis vaksin .

### Efek Samping Vaksin COVID-19

Seperti imunisasi pada umumnya, vaksinasi Covid-19 biasanya bersifat ringan, seperti demam, dan nyeri atau kemerahan di sekitar tempat suntikan.



## PENYAKIT VIRUS CORONA (COVID-19)

Informasi untuk masyarakat



dr. Toni Wandra, Ph.D  
Tahun 2021

COVID-19: <https://covid19.go.id/daftar-rumah-sakit-rujukan>; Paket obat-obatan COVID-19 di Kimia Farma : <https://farmaplus.kemkes.go.id>; Info lokasi Vaksinasi: <https://vaksincovid.carrd.co>