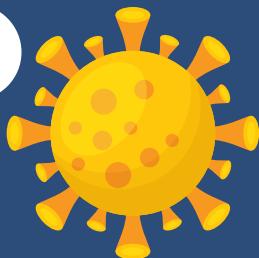




MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER



# PANDUAN COVID-19



Diterbitkan oleh MCCC PP Muhammadiyah  
Edisi Revisi III  
Call Center :  
0815-7721-912

# DAFTAR ISI

|                                                        |           |
|--------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Panduan Umum</b>                                    | <b>1</b>  |
| Pengertian Corona Virus Disease-2019 (COVID-19)        | 2         |
| Istilah Covid-19                                       | 3         |
| <b>Panduan Pribadi</b>                                 | <b>4</b>  |
| 6 Langkah cuci tangan pakai sabun                      | 5         |
| Panduan pemakaian masker                               | 6         |
| Panduan menjaga jarak fisik                            | 7         |
| <b>Panduan Kelompok Khusus</b>                         | <b>8</b>  |
| Panduan Bagi Ibu Hamil                                 | 9         |
| Panduan Bagi Ibu Bersalin                              | 10        |
| Panduan Menyusui                                       | 11        |
| Panduan Imunisasi Anak                                 | 12        |
| Panduan Kesehatan Bagi Lansia                          | 13        |
| <b>Panduan Komunitas</b>                               | <b>14</b> |
| Panduan Pencegahan di Lingkungan Kantor/Kampus/Sekolah | 15        |
| Panduan Berbelanja Selama Pandemi COVID-19             | 16        |
| Panduan Pergi ke Pasar dan Mall                        | 17        |
| <b>Panduan Perawatan</b>                               | <b>19</b> |
| Panduan Bagi Kasus Konfirmasi Tanpa Gejala             | 20        |
| Panduan Bagi Kasus Konfirmasi Gejala Berat             | 21        |
| Panduan Bagi Kasus Suspek                              | 22        |
| Panduan Bagi Kasus Probable                            | 23        |
| Panduan Bagi Kontak Erat                               | 24        |
| Panduan Bagi Pelaku Perjalanan                         | 25        |



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

# PANDUAN UMUM





# COVID-19

## Apa itu COVID-19?

Penyakit menular disebabkan oleh jenis virus corona baru (SARS-COV2) yang menyerang pernapasan manusia.

## Gejala Umum



Demam



Batuk Kering



Rasa Lelah

Sebagian orang alami sakit parah bahkan sampai meninggal (umumnya: orang lansia – lanjut usia, orang dengan penyakit bawaan seperti penyakit jantung, tekanan darah tinggi, diabetes)

**Sebagian lain tidak mengalami gejala apapun.**

## Cara Menular

COVID-19 mudah menular dari orang sakit ke orang lain. Virusnya berpindah melalui percikan saat orang batuk, bersin atau bernapas.



## Cara Pencegahan

Agar tidak menghirup virus:

- Tetap di rumah saja
- Kalau terpaksa keluar rumah, selalu jaga jarak lebih dari 1-2 meter dengan siapapun
- Pakai masker

Agar virus di tangan tidak masuk mulut, hidung atau mata (pintu masuk virus):

- Sering cuci tangan pakai sabun minimal 20 detik
- Jangan sentuh mulut, hidung atau mata sebelum cuci tangan pakai sabun

Agar virus yang terlanjur masuk tubuh dapat dikalahkan, tingkatkan imun tubuh dengan:

- Perbanyak makan sayur dan buah
- Cukup istirahat dan hindari stress
- Olah raga teratur serta tidak merokok
- Berjemur pagi hari

Agar orang sakit tidak menularkan pada orang lain:

- Isolasi diri atau rawat di rumah sakit



# Istilah - Istilah Dalam Covid-19

## Suspek



-Orang dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah Indonesia dengan transmisi lokal, atau memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi/probable COVID-19.  
-Orang dengan ISPA berat/pneumonia berat yang membutuhkan perawatan di rumah sakit dan tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan.  
-Gejala ISPA adalah: demam atau riwayat demam, batuk, sesak nafas, sakit tenggorokan, pilek, dan pneumonia.

## Probable



Kasus suspek dengan ISPA berat/gagal nafas akut/meninggal dengan gambaran klinis yang meyakinkan COVID-19 dan belum ada hasil pemeriksaan laboratorium RT-PCR.

## Konfirmasi



Seseorang yang dinyatakan positif terinfeksi virus COVID-19 yang dibuktikan dengan pemeriksaan laboratorium RT-PCR dapat dikategorikan dalam konfirmasi dengan gejala (simptomatik) dan tanpa gejala (asimtomatik)

## Kontak Erat



-Orang yang bersentuhan langsung atau tatap muka/berdekatan dengan kasus probable atau kasus konfirmasi dalam radius 1 meter dan dalam jangka waktu 15 menit atau lebih.  
-Orang yang memberikan perawatan langsung terhadap kasus probable atau konfirmasi tanpa menggunakan APD yang sesuai standar.  
-Pada kasus yang bergejala, kontak erat dihitung dari 2 hari sebelum sampai dengan 14 hari kasus timbul gejala  
-Pada kasus yang tidak bergejala, kontak erat dihitung dari 2 hari sebelum dan 14 hari setelah tanggal pengambilan swab

## Pelaku Perjalanan



Seseorang yang melakukan perjalanan dari dalam negeri (domestik) maupun luar negeri pada 14 hari terakhir

## Kematian COVID-19



Pasien dengan kasus konfirmasi /probable COVID-19 yang meninggal

## Isolasi



Proses mengurangi risiko penularan melalui upaya memisahkan individu sakit baik yang sudah dikonfirmasi COVID-19 atau memiliki gejala COVID-19 dengan masyarakat luas

## Discarded



-Seseorang dengan status suspek dengan hasil pemeriksaan RT-PCR 2 kali negatif selama 2 hari berturut-turut dengan selang waktu >24 jam  
-Seseorang dengan status kontak erat yang telah menyelesaikan karantina selama 14 hari

## Karantina



Proses mengurangi risiko penularan dan identifikasi dini COVID-19 melalui upaya memisahkan individu yang sehat/belum memiliki gejala COVID-19 tetapi memiliki riwayat kontak dengan pasien konfirmasi COVID-19 atau memiliki riwayat berpergian ke wilayah yang telah ditemukan kasus penularan



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

# PANDUAN PRIBADI





# 6 LANGKAH MENCUCI TANGAN PAKAI SABUN

Minimal dilakukan selama 20 detik



1

Basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dan memutar



2

Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian



3

Gosok sela-sela jari hingga bersih



4

Bersihkan ujung jari dengan bergantian dengan posisi saling mengunci



5

Gosok dan putar ibu jari secara bergantian



6

Letakkan ujung jari pada telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan



Sering-sering cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir

# TEKNIK PEMAKAIAN MASKER KAIN DENGAN AMAN



## Harus Dilakukan



Cuci tangan dengan sabun  
air mengalir



Gunakan masker yang bersih.  
Pilih masker yang sesuai  
dengan wajah



Pastikan mulut dan hidung  
tertutup sempurna, tidak  
ada celah



Pasang dan lepas masker  
melalui tali yang ada pada  
masker



Jika masker basah, segera  
ganti dan langsung dicuci atau  
ditaruh di kantong plastik.  
Jangan langsung dipakai ulang.

## Tidak Boleh Dilakukan



Hindari menyentuh bagian sekitar  
wajah yang tertutup masker



Hindari penggunaan masker  
di bawah hidung atau masker  
yang longgar



Hindari penggunaan masker  
yang kotor atau basah



Hindari penggunaan masker  
yang ketat karena akan membuat  
sulit bernafas



Masker yang tidak dianjurkan :  
Scuba dan buff





# PANDUAN MENJAGA JARAK FISIK

lebih dari 1 meter

Yuk, lindungi diri Anda dan orang lain  
dengan **MENJAGA JARAK FISIK!**



**Hindari acara berkumpul**  
berkumpul dalam jumlah  
berapapun tetap beresiko



**Tetap berada di rumah**  
batasi interaksi dengan  
orang lain



**Tetap bersilaturahmi**  
melalui handphone atau  
media sosial\*



**Jika terpaksa harus  
berolahraga di luar**  
tetap jaga jarak fisik, hindari  
memegang fasilitas umum  
dan tetap gunakan masker  
(jangan pakai masker bila  
olahraga berat)



**Jika terpaksa harus membeli  
kebutuhan pokok di luar**  
usahakan jangan mengunjungi  
banyak tempat yang berbeda  
dan tetap patuhi protokol 3 M\*\*



**Hindari menyapa orang lain  
dengan bersalaman**  
gunakan cara melambai,  
menjura, mengangguk, dll\*\*\*

\* Bila harus bertemu, jaga jarak lebih dari 1 meter, pakai masker, bertemu kurang dari 15 menit,  
dan hindari bertemu di dalam ruangan

\*\* 3M (Menggunakan Masker, Mencuci Tangan, Menjaga Jarak)

\*\*\*



Melambai



Mengangguk



Menjura



Hormat



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

# PANDUAN KELOMPOK KHUSUS



# PANDUAN BAGI IBU HAMIL PADA MASA PANDEMI COVID-19

## Jaga Kesehatan

- ✓ Konsumsi makanan bergizi seimbang
- ✓ Bagi ibu hamil sehat tetap konsumsi tablet tambah darah (TTD) sesuai dosis (bagi ibu hamil konfirmasi COVID-19 tidak diberikan TTD)
- ✓ Lakukan aktivitas fisik ringan sesuai anjuran tenaga kesehatan (di rumah)
- ✓ Jaga kebersihan diri dan lingkungan
- ✓ Bersihkan dan desinfeksi secara rutin permukaan benda yang sering disentuh
- ✓ Terapkan protokol kesehatan COVID-19 (3M: memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak)



## Jika Sakit Batuk/ Pilek/ Demam

- ✓ Gunakan masker saat terpaksa harus keluar rumah
- ✓ Terapkan etika bersin dan batuk yang benar
- ✓ Hindari beraktivitas diluar (tetap tinggal di rumah)
- ✓ Segera ke sarana kesehatan apabila ditemukan tanda bahaya kehamilan

## Lakukan Pemeriksaan Kehamilan

- ✓ Lakukan pemeriksaan kehamilan minimal sebanyak 6 kali pada ibu yang berisiko rendah dan bagi ibu yang berisiko tinggi lakukan pemeriksaan sesuai anjuran dokter (pastikan sudah membuat janji sebelum datang untuk mengurangi kerumuman akibat antrean)
- ✓ Lakukan pemeriksaan USG dengan ketentuan sebagai berikut:
  - a. Pada trimester pertama untuk memastikan kehamilan di dalam Rahim dan mendapatkan HPL yang akurat
  - b. Pada trimester kedua sebanyak 2 kali untuk skrining adanya kelainan pada janin dan memantau pertumbuhan janin
  - c. Pada trimester ketiga untuk mempersiapkan persalinan
- ✓ Lakukan pengisian stiker P4K (Perencanaan Persalinan dan Pencegahan Komplikasi) dipandu oleh tenaga kesehatan secara daring
- ✓ Pelajari buku KIA dan terapkan pada kehidupan sehari-hari
- ✓ Hindari mengikuti kelas hamil secara langsung, lakukan secara daring
- ✓ Segera ke sarana kesehatan jika ada tanda bahaya kehamilan



# PANDUAN BAGI IBU BERSALIN PADA MASA PANDEMI COVID-19



**Terapkan protokol kesehatan COVID-19**  
(3M: memakai masker, mencuci tangan  
dan menjaga jarak)



Ibu dengan status **suspek/konfirmasi COVID-19 bersalin di RS rujukan COVID-19**,  
ibu lainnya bersalin di sarana kesehatan  
sesuai kondisi kehamilan



Segera ke sarana kesehatan apabila  
telah terdapat **tanda – tanda persalinan**



Upayakan untuk **melakukan pelayanan KB**  
**pasca persalinan** sesuai prosedur, dianjurkan  
menggunakan metode kontrasepsi  
jangka panjang



Pastikan tetap bersalin di sarana kesehatan



Jangan takut dengan **pemeriksaan skrining COVID-19** (cek gejala, Rapid Tes, foto dada, RT-PCR). Pemeriksaan ini penting untuk  
menentukan perawatan yang tepat bagi  
ibu dan bayi.

# PANDUAN MENYUSUI SAAT PANDEMI COVID-19

Menyusui melindungi bayi, mendukung tumbuh kembangnya agar tetap sehat dan efektif melawan infeksi



## Jika merasa tidak sehat



Gunakan masker saat berada di dekat bayi



Cuci tangan menggunakan air bersih mengalir dan sabun atau cairan antiseptik



Rutin membersihkan dan mendisinfeksi setiap permukaan benda yang sering Anda sentuh

## Jika menderita COVID-19

- ✓ Hindari untuk merawat dan menyusui bayi secara langsung
- ✓ Pompa ASI Anda untuk tetap memberikan ASI yang aman bagi bayi

## Jika merasa tidak sehat dan tidak mampu menyusui atau memompa ASI:

- ✓ Jangan paksaan untuk menyusui atau memompa ASI, lakukan kembali jika Anda telah sehat
- ✓ Cari ibu susuan (orang lain membantu menyusui atau merawat bayi Anda)
- ✓ Cari donor ASI



Jika Anda dan bayi anda diduga atau terkonfirmasi COVID-19 dan Anda merasa stress atau khawatir, segera konsultasikan dengan tenaga kesehatan profesional



# PANDUAN IMUNISASI ANAK SAAT PANDEMI COVID-19

Tetap berikan imunisasi dasar dan lanjutan agar anak terhindar dari penyakit-penyakit berbahaya

## Persiapan sebelum ke sarana kesehatan

- ✓ Pastikan anak dalam kondisi sehat. Jika anak tidak dalam kondisi sehat segera hubungi petugas kesehatan untuk menunda
- ✓ Siapkan buku KIA atau catatan imunisasi
- ✓ Orang tua atau pengantar dalam keadaan sehat dan tidak ada riwayat kontak dengan suspek/konfirmasi COVID-19
- ✓ Orang tua atau pengantar harus pakai masker kain (anak di bawah usia 2 tahun tidak perlu menggunakan masker)

## Saat pelayanan di sarana kesehatan



01

Pakai masker kain bagi orang tua atau pengantar dan siapkan buku KIA catatan imunisasi anak



02

Datang sesuai jadwal imunisasi yang telah ditentukan oleh petugas kesehatan



2m

03

Bila harus menunggu untuk pemanggilan atau pendaftaran, duduklah di ruang tunggu dengan prinsip menjaga jarak aman lebih dari 1 meter. Segera pulang ke rumah jika pelayanan telah selesai



04

Upayakan untuk cuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau menggunakan handsanitizer



05

Segera bersihkan diri/ mandi dan ganti semua pakaian yang digunakan anak dan pengantar dari sarana kesehatan



Apabila anak konfirmasi COVID-19 maka imunisasi ditunda sampai anak tidak memiliki gejala demam, gangguan pernapasan, dan telah ditetapkan sembuh oleh dokter di sarana kesehatan

# PANDUAN KESEHATAN LANSIA SELAMA PANDEMI COVID-19



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

- Pastikan lansia paham tentang kondisi COVID-19 dan cara pencegahannya
- Anjurkan lansia untuk tetap berada di rumah
- Pastikan tidur cukup dan konsumsi makan-makanan dengan gizi seimbang
- Bila perlu minum multivitamin
- Tunda pemeriksaan kesehatan rutin dan pastikan obat-obatan rutin cukup persediannya

- Tunda pemeriksaan kesehatan rutin dan pastikan obat-obatan rutin cukup persediannya (jika habis hubungi dokter melalui telepon terlebih dahulu)
- Ajak dan anjurkan lansia untuk melakukan kegiatan yang menyenangkan di rumah
- Pastikan hanya orang yang sehat dan tidak ada riwayat terpapar dengan lingkungan yang beresiko yang merawat lansia

## TUNDA LANSIA KE RUMAH SAKIT

Kecuali terdapat kondisi gawat darurat seperti:



Perubahan kesadaran



Nyeri dada yang semakin memberat



Demam tinggi  $>38^{\circ}\text{C}$



Diare, muntah-muntah, tidak mau makan, lemas yang memberat



Jatuh yang menyebabkan nyeri hebat/curiga patah tulang



Pendarahan yang sukar berhenti



Sesak napas yang memberat



Gangguan saraf mendadak (bicara pelo, kelemahan anggota badan mendadak, kejang)



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

# PANDUAN KOMUNITAS







# Panduan Pencegahan di Lingkungan Kantor/ Kampus/ Sekolah

Jika diharuskan untuk melaksanakan pekerjaan diperkantoran, maka perhatikan:

## ● Bagi tempat kerja

1. Selalu perhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi pemerintah pusat / daerah terkait COVID-19
2. Perbarui kebijakan dan prosedur terkait COVID-19 sesuai dengan perkembangan terbaru
3. Wajibkan seluruh pekerja untuk menggunakan masker
4. Berikan larangan bekerja bagi pekerja yang memiliki gejala demam/nyeri tenggorokan/ batuk/pilek/sesak nafas
5. Tetap berikan hak sebagai pekerja bagi pekerja yang memiliki kewajiban melakukan isolasi mandiri
6. Sediakan area tersendiri untuk observasi peker/ pengunjung yang ditemukan gejala saat skrining
7. Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat
8. Lakukan pengukuran suhu tubuh di setiap titik pintu masuk
9. Terapkan protokol 3 M (Mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak)

## ● Bagi Pekerja

Konsisten terapkan protokol Kesehatan pencegahan COVID-19 (3M)

### -saat perjalanan ke/dari tempat kerja

1. pastikan dalam kondisi sehat
2. upayakan tidak menggunakan transportasi umum
3. jika terpaksa menggunakan transportasi umum (gunakan helm sendiri, lakukan pembayaran non tunai dan hindari banyak menyentuh fasilitas umum)

### -saat tiba di rumah

1. upayakan langsung bersihkan diri (mandi)
2. Jika dirasa penting bersihkan benda pribadi yang sering tersentuh (handphone, kacamata, tas, dll) dengan disinfektan
3. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan konsumsi gizi seimbang
4. Terapkan pola hidup sehat

# Panduan Berbelanja Selama Pandemi COVID-19



## Bagi Penjual

- ✓ Pastikan pedagang dan pengelola negatif COVID-19
- ✓ Periksa suhu tubuh pengunjung dan pedagang
- ✓ Berikan batasan waktu kunjungan berbelanja
- ✓ Upayakan pedagang dan pengelola untuk memakai masker, face shield, dan sarung tangan
- ✓ Siapkan tempat cuci tangan, sabun, dan hand sanitizer
- ✓ Lakukan penyemprotan disinfektan secara berkala
- ✓ Lakukan pembatasan dan tetapkan jaga jarak antrean pembayaran
- ✓ Pastikan untuk tetap mematuhi protokol 3M secara ketat (mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak)
- ✓ Upayakan untuk memberikan fasilitas belanja online atau layanan pesan antar
- ✓ Ikuti imbauan dan kebijakan terbaru pemerintah tentang peraturan pembatasan pelanggan di pusat perbelanjaan

## Bagi Pembeli

- ✓ Pastikan untuk tetap mematuhi protokol 3M (mencuci tangan, memakai masker dan menjaga jarak) secara ketat
- ✓ Hindari menyentuh area wajah (mata, hidung, dan mulut)
- ✓ Upayakan lakukan pembayaran secara nontunai
- ✓ Tidak berlama-lama di pasar/pusat perbelanjaan
- ✓ Upayakan untuk berbelanja bulanan/hindari berbelanja sedikit-sedikit sehingga harus terus menerus ke pusat perbelanjaan
- ✓ Upayakan untuk berbelanja di warung tetangga/toko perbelanjaan terdekat dari rumah Anda
- ✓ Segera mandi, bersihkan diri dan mencuci barang-barang belanjaan Anda



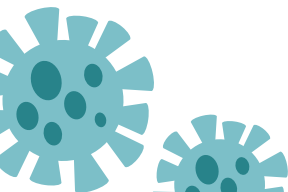


# PANDUAN PERGI KE PASAR DAN MALL

**Pergi berbelanja ke pasar dan mall yang di maksud adalah untuk memenuhi kebutuhan pokok sehari – hari, maka berikut beberapa hal yang perlu diperhatikan jika harus pergi berbelanja ke pasar dan mall:**

Sumber:

Center for Disease Control and Prevention (CDC)



## Sebelum Belanja



### Buat Daftar Belanja Sedetail Mungkin

Untuk menghindari *panic buying* dan meminimalisir belanja yang tidak perlu.



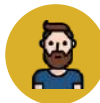
### Maksimalkan Layanan Antar (*Delivery*)

Gunakan aplikasi belanja sembako daring yang punya layanan antar agar belanja lebih aman.



### Pilih Waktu Belanja di Jam Sepi

Cari tahu kapan toko atau toserba agak sepi dan belanja di jam tersebut.



### Belanja Sendiri

Usahakan untuk tidak mengajak anggota keluarga lain saat belanja. Untuk saat ini sebaiknya usahakan anak-anak tetap di rumah saja.



### Tidak Belanja Bila Punya Gejala COVID-19

Tetap di rumah jika anda merasa kurang sehat dan minta tolong kerabat atau orang lain untuk belanja.

## Saat Belanja



### Cuci Tangan Sebelum Berbelanja

Cuci dengan sabun atau *Hand Sanitizer*, bila perlu gunakan sarung tangan.



### Kurangi Sentuhan Barang

Sentuh barang yang akan dibeli saja.



### Bersihkan Pegangan Keranjang

Bersihkan pegangan keranjang, troli atau alat gesek kartu menggunakan tisu pembersih.



### Hindari Sentuhan di Area Muka

Hindari sentuhan di wajah, mata, hidung, dan mulut bila belum mencuci tangan.



### Pakai Masker

Masker untuk meminimalisir risiko penularan.



### Beli Bahan Makanan Yang Tahan Lama



### Jaga Jarak Aman (*Physical Distancing*)

Upayakan jarak aman 2 meter dengan orang lain baik saat memilih barang atau di kasir.



### Tetap Waspada Saat Belanja & Jaga Kesehatan

## Setelah Belanja



### Lepas Masker dan Segera Bersihkan Badan

Lepas masker dan sarung tangan bila telah sampai rumah. Segerakan mandi dan mengganti pakaian. Jauhkan pakaian dan masker yang digunakan belanja dari anggota keluarga.



### Bersihkan Belanjaan Dengan Baik

Jika memungkinkan lap produk yang dikemas dan cuci buah dan sayuran yang anda beli.



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

# PANDUAN PERAWATAN





# PANDUAN ISOLASI MANDIRI BAGI KASUS KONFIRMASI COVID-19 TANPA GEJALA



MUHAMMADIYAH  
**COVID-19**  
COMMAND CENTER

## • Yang perlu diperhatikan saat isolasi mandiri



Tempatkan pasien di ruang tersendiri dan memiliki ventilasi cukup



Terapkan jaga jarak fisik lebih dari 1 meter



Batasi pergerakan dan minimalkan ruangan bersama



Usahakan anggota keluarga tidur di tempat berbeda\*

\*Jika tidak memungkinkan jaga jarak 1 meter dari tempat pasien tidur



Selalu cuci tangan dengan sabun dan air mengalir



Usahakan agar pasien menggunakan masker bedah



Pisahkan alat makan pasien\*

\*Cuci dengan air hangat dan sabun bila tempat makan digunakan kembali



Hindari kontak dengan barang pasien yang terkontaminasi dan lakukan disinfeksi pada permukaan benda yang sering disentuh

## • Hal – hal yang harus dilakukan selama isolasi mandiri



Konsisten untuk menerapkan protokol kesehatan



Pastikan terdapat petugas kesehatan yang melakukan pemantauan secara berkala (harian), baik melalui daring maupun langsung.



Dilakukan pemantauan berupa: pemeriksaan suhu tubuh dan skrining gejala (demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak napas)



Perbanyak berdoa dan beribadah

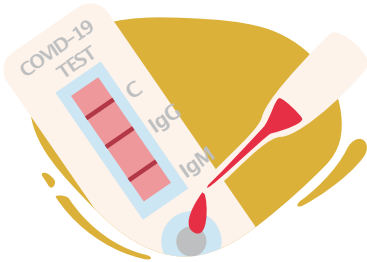
## • Kriteria pasien selesai isolasi mandiri

- Pasien konfirmasi tanpa gejala tidak perlu menjalani tes tindak lanjut dengan RT-PCR, isolasi dinyatakan selesai apabila telah menjalani isolasi selama 10 hari semenjak pengambilan tes yang dinyatakan konfirmasi COVID-19.
- Pasien konfirmasi dengan gejala ringan dan sedang tidak perlu menjalani tes tindak lanjut dengan RT-PCR, isolasi dinyatakan selesai apabila telah menjalani isolasi selama 10 hari sejak pengambilan tes yang dinyatakan konfirmasi ditambah minimal 3 hari setelah tidak menunjukkan gejala demam dan gangguan pernapasan.
- Pasien konfirmasi tanpa gejala dinyatakan sembuh apabila telah memenuhi kriteria selesai isolasi dan telah dikeluarkan surat pernyataan selesai pemantauan oleh dokter di sarana kesehatan yang melakukan pemantauan

# PANDUAN BAGI KASUS KONFIRMASI GEJALA BERAT

## Yang harus dilakukan:

- ✓ Lakukan isolasi di rumah sakit
- ✓ Ikuti prosedurtindakan medis yang telah ditentukan oleh petugas kesehatan di sarana kesehatan



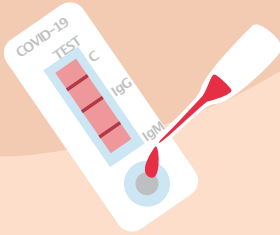
## Kriteria selesai isolasi:

- ✓ Didapatkan hasil tindak lanjut RT-PCR (dilakukan di RS) satu kali negatif ditambah minimal 3 hari lagi tidak menunjukkan gejala demam dan gangguan pernapasan
- ✓ Jika pemeriksaan tindak lanjut RT-PCR tidak dapat dilakukan, maka kasus konfirmasi dengan gejala berat yang dirawat di rumah sakit dan sudah menjalani isolasi 10 hari sejak pemeriksaan awal yang dinyatakan positif ditambah minimal 3 hari tidak lagi menunjukkan demam dan gangguan pernapasan
- ✓ Kasus konfirmasi gejala berat setelah dinyatakan selesai isolasi dapat dialihrawat non isolasi atau dipulangkan

## Kriteria Sembuh:

Penentuan sembuh kasus konfirmasi gejala berat berdasarkan hasil pengkajian dan observasi oleh dokter penanggungjawab





# PANDUAN BAGI KASUS SUSPEK



## Suspek dengan gejala ringan

- ✓ Selang waktu kurang dari 24 jam
- ✓ Koordinasi dengan petugas medis untuk melakukan pemantauan gejala secara harian baik melalui daring atau kunjungan berkala
- ✓ Lakukan prinsip protokol Kesehatan COVID-19 secara konsisten selama isolasi mandiri (3M)
- ✓ Makanlah makanan bergizi dan minum multivitamin
- ✓ Minum obat-obatan pengilang gejala sesuai anjuran dokter
- ✓ Lakukan pemantauan berkala selama menunggu hasil pemeriksaan laboratorium

## Suspek dengan gejala sedang dan berat

- ✓ Lakukan Isolasi di rumah sakit darurat jika gejala sedang, dan isolasi di rumah sakit rujukan COVID-19 jika gejala berat
- ✓ Lakukan pemantauan gejala dan pengobatan yang dilakukan oleh petugas kesehatan
- ✓ Lakukan pemantauan berkala selama menunggu hasil pemeriksaan laboratorium kriteria selesai isolasi

## Kriteria selesai isolasi:

- ✓ Hasil RT-PCR menunjukkan negatif selama 2 hari berturut turut dengan selang waktu lebih dari 24 jam
- ✓ Jika ternyata dinyatakan konfirmasi COVID-19 akan dilakukan tatalaksana sesuai kasus konfirmasi







## PANDUAN ISOLASI BAGI KASUS PROBABLE

### ● Yang harus dilakukan:



Lakukan isolasi di rumah sakit rujukan COVID-19 hingga kriteria sembuh terpenuhi



Pemantauan selama isolasi dilakukan oleh petugas kesehatan

### ● Kriteria selesai isolasi:

- Apabila tidak dilakukan pemeriksaan tindak lanjut RT-PCR dihitung 10 hari sejak pengambilan tes yang dinyatakan konfirmasi ditambah minimal 3 hari setelah tidak menunjukkan gejala demam dan gangguan pernapasan.
- Apabila dilakukan pemeriksaan tindak lanjut RT-PCR yang mendapatkan hasil satu kali negatif maka ditambah minimal 3 hari setelah tidak menunjukkan gejala demam dan gangguan pernapasan.
- Setelah isolasi/pemantauan dinyatakan selesai akan diberikan surat pernyataan dari petugas kesehatan.

### ● Apabila Meninggal

Apabila pasien dengan kasus probable meninggal, tatalaksana pemulasaran jenazah sesuai protokol pemulasaran jenazah kasus konfirmasi COVID-19.



# Panduan Bagi Kasus Kontak Erat



## Yang harus dilakukan:

- Lakukan karantina sejak dinyatakan sebagai kontak erat selama 14 hari sejak kontak terakhir dengan kasus probable/konfirmasi COVID-19
- Lakukan karantina mandiri selama 14 hari
- Lakukan pemantauan gejala berkala seperti: demam , batuk, sesak nafas dan diare
- Pemantauan dilakukan oleh petugas kesehatan baik melalui daring maupun kunjungan berkala



## Kriteria selesai karantina:

- Karantina mandiri dinyatakan selesai setelah dilakukan selama 14 hari dan tidak didapati gejala demam dan gangguan pernapasan
- Jika telah dinyatakan selesai karantina/pemantauan akan diberikan surat pernyataan dari petugas kesehatan



## **Panduan Bagi Pelaku Perjalanan**



**Pastikan Anda dalam  
kondisi sehat**

**Konsisten terapkan  
protokol kesehatan  
COVID-19 (3M)**



**Siapkan persyaratan  
sesuai peraturan  
kekarantinaan  
yang berlaku**





## MUHAMMADIYAH COVID-19 COMMAND CENTER

  Mucovid19

 Covid19.muhammadiyah.id

  
lazismu  
memberi untuk negeri



### Menunaikan Zakat dan Infak Semakin Mudah Melalui LAZISMU

#### Zakat

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| BNI Syariah     | 0091 539 400     |
| BCA             | 87 800 400 77    |
| Mandiri         | 123 0005 117 405 |
| Syariah Mandiri | 700 1318 408     |
| Mega Syariah    | 1000 006 764     |
| Permata         | 181 189 1912     |

#### Kemanusiaan

|             |                  |
|-------------|------------------|
| BNI Syariah | 0091 539 444     |
| BCA         | 87 80 171 171    |
| Mandiri     | 123 0099 008 999 |

#### Infak

|                 |                  |
|-----------------|------------------|
| BNI Syariah     | 0091 539 411     |
| BCA             | 87 800 400 51    |
| Mandiri         | 123 0005 117 371 |
| Syariah Mandiri | 700 1329 655     |
| Mega Syariah    | 1000 014 800     |

Rekening afir: Lazis Muhammadiyah (LAZISMU)  
Konfirmasi zakat dan infak melalui  
**WA: 0856 1626 222**