



KEMENTERIAN ENERGI DAN SUMBER DAYA MINERAL  
REPUBLIK INDONESIA

DIREKTORAT JENDERAL MINYAK DAN GAS BUMI  
GEDUNG IBNU SUTOWO, JALAN H.R. RASUNA SAID KAV B - 5, JAKARTA 12910

KOTAK POS : 1296/JKT 100.12 TELEPON : (021) 5268910 (Hunting) FAKSIMILE : (021) 5269114 e-mail : migas@migas.esdm.go.id

Nomor : 4825/18/DMT/2020 10 Juni 2020  
Lampiran : Satu Berkas  
Hal : Kegiatan Operasi Migas pada Tataan Normal Baru (*New Normal*)

Yang terhormat,

1. Kepala Teknik pada Kegiatan Usaha Migas
2. Direksi Badan Usaha pada Kegiatan Usaha Migas di Tempat

Dalam rangka beradaptasi dengan tataan *New Normal* produktif dan aman *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) serta sebagai upaya melaksanakan kegiatan operasi minyak dan gas bumi yang aman, andal dan ramah lingkungan serta mengacu pada Keputusan Menteri Kesehatan RI No. HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian COVID-19 di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha dalam Situasi Pandemi dan surat Edaran Menteri ESDM No. 14.E/70/SJN.P/2020 tentang Sistem Kerja Pegawai Aparatur Sipil Negara dalam Tataan Normal Baru di Lingkungan Kementerian Energi dan Sumber Daya Mineral, bersama ini kami menghimbau Saudara dalam penerapan tataan *New Normal* agar melakukan upaya-upaya sebagai berikut:

1. Tetap membuat dan menerapkan protokol pencegahan COVID-19 di tempat kerja.
2. Melakukan upaya mitigasi dan kesiapan tempat kerja secara optimal sehingga dapat beradaptasi melalui perubahan pola hidup pada situasi COVID-19 (*New Normal*).
3. Memastikan kapasitas sistem kesehatan yang ada sudah mencukupi, mulai dari rumah sakit sampai peralatan medis sudah mampu melakukan identifikasi, isolasi, pengujian, pelacakan kontak, hingga melakukan karantina orang yang terinfeksi.
4. Mendata pekerja (termasuk pihak ketiga yang bekerja di bawah koordinasi Kepala Teknik) terkait COVID-19 dan upaya pencegahan dan penanganan serta menyampaikan laporan kepada kami dengan menggunakan format yang dapat diunduh di alamat [http://tiny.cc/migas\\_cov](http://tiny.cc/migas_cov) dan segera mengirimkan kepada Ditjen Migas melalui e-mail sebagaimana tercantum di dalam form tersebut.
5. Kepala Teknik agar meneruskan himbauan ini dan menyebarluaskan informasi pencegahan COVID-19 di saluran/media internal kepada seluruh pekerja.

Demikian kami sampaikan untuk dapat ditindaklanjuti.

Atas perhatian dan kerja sama Saudara, kami ucapkan terima kasih.

Direktur Teknik dan Lingkungan Migas  
Selaku Kepala Inspeksi



Ditandatangani secara elektronik  
Adhi Wibowo

Tembusan:

1. Plt. Direktur Jenderal Minyak dan Gas Bumi
2. Sekretaris Ditjen Migas
3. Direktur Pembinaan Program Migas
4. Direktur Pembinaan Usaha Hulu Migas
5. Direktur Pembinaan Usaha Hilir Migas
6. Direktur Perencanaan dan Pembangunan Infrastruktur Migas



**MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA**

KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR HK.01.07/MENKES/328/2020  
TENTANG  
PANDUAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE*  
2019 (COVID-19) DI TEMPAT KERJA PERKANTORAN DAN INDUSTRI  
DALAM MENDUKUNG KEBERLANGSUNGAN USAHA  
PADA SITUASI PANDEMI

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA,

- Menimbang : a. bahwa untuk memutus mata rantai penularan *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19), dilakukan upaya di berbagai aspek baik kesehatan, sosial, maupun ekonomi;
- b. bahwa berbagai kebijakan percepatan penanganan *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) harus tetap mendukung keberlangsungan perekonomian masyarakat, sehingga dari aspek kesehatan perlu dilakukan upaya pencegahan dan pengendalian pada tempat kerja perkantoran dan industri;
- c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan huruf b, perlu menetapkan Keputusan Menteri Kesehatan tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi;
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1970 Nomor 1, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 2918);

2. Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1984 tentang Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1984 Nomor 20, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3273);
3. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 14, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5063);
4. Peraturan Pemerintah Nomor 40 Tahun 1991 tentang Penanggulangan Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1991 Nomor 49, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3447);
5. Peraturan Pemerintah Nomor 50 Tahun 2012 tentang Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2012 Nomor 100, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5309);
6. Peraturan Pemerintah Nomor 88 Tahun 2019 tentang Kesehatan Kerja (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2019 Nomor 251, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6444);
7. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 64 Tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Kesehatan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2015 Nomor 1508), sebagaimana telah diubah dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 30 Tahun 2018 tentang Perubahan atas Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 64 Tahun 2015 tentang Organisasi dan Tata Kerja Kementerian Kesehatan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2018 Nomor 945);

MEMUTUSKAN:

Menetapkan : KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN TENTANG PANDUAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN CORONA VIRUS DISEASE 2019 (COVID-19) DI TEMPAT KERJA

PERKANTORAN DAN INDUSTRI DALAM MENDUKUNG  
KEBERLANGSUNGAN USAHA PADA SITUASI PANDEMI.

- KESATU : Panduan Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi sebagaimana tercantum dalam Lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Keputusan Menteri ini.
- KEDUA : Panduan Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi, ditujukan untuk memberikan acuan bagi pengelola/pengurus tempat kerja di instansi pemerintahan, perusahaan swasta, Badan Usaha Milik Negara (BUMN), Dinas Kesehatan Provinsi dan Kabupaten/Kota.
- KETIGA : Pemerintah Pusat, Pemerintah Daerah Provinsi, dan Pemerintah Daerah Kabupaten/Kota melakukan pembinaan dan pengawasan terhadap pelaksanaan Panduan Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi, sesuai dengan kewenangan masing-masing, dan dapat melibatkan masyarakat.
- KEEMPAT : Keputusan Menteri ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan.

Ditetapkan di Jakarta  
Pada tanggal 20 Mei 2020

MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA,

ttd.

TERAWAN AGUS PUTRANTO

LAMPIRAN  
KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR HK.01.07/MENKES/ /2020  
TENTANG PANDUAN PENCEGAHAN DAN  
PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE*  
2019 (COVID-19) DI TEMPAT KERJA  
PERKANTORAN DAN INDUSTRI DALAM  
MENDUKUNG KEBERLANGSUNGAN USAHA  
PADA SITUASI PANDEMI

PANDUAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE*  
2019 (COVID-19) DI TEMPAT KERJA PERKANTORAN DAN INDUSTRI  
DALAM MENDUKUNG KEBERLANGSUNGAN USAHA  
PADA SITUASI PANDEMI

BAB I  
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

WHO telah menyatakan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) sebagai sebuah pandemi. Penyebaran COVID-19 di Indonesia saat ini sudah semakin meluas lintas wilayah dan lintas negara yang diiringi dengan peningkatan jumlah kasus dan/atau jumlah kematian. Situasi ini kian berdampak pada aspek politik, ekonomi, sosial, budaya, pertahanan, dan keamanan, serta kesejahteraan masyarakat di Indonesia, sehingga diperlukan strategi dan upaya yang komprehensif dalam percepatan penanganan COVID-19. Mencermati penyebaran dan penularan COVID-19 di Indonesia yang semakin memprihatinkan, Pemerintah melalui Keputusan Presiden Nomor 11 Tahun 2020 telah menetapkan Kedaruratan Kesehatan Masyarakat *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di Indonesia yang wajib dilakukan upaya penanggulangan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

Selain itu Presiden juga telah menetapkan Keputusan Presiden Nomor 12 Tahun 2020 tentang Penetapan Bencana Nonalam Penyebaran

Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) Sebagai Bencana Nasional, yang menyatakan bahwa penanggulangan bencana nasional yang diakibatkan oleh penyebaran Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) dilaksanakan oleh Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) dan Gubernur, bupati, dan walikota sebagai Ketua Gugus Tugas Percepatan Penanganan Corona Virus Disease 2019 (COVID-19) di daerah dan dalam menetapkan kebijakan di daerah masing-masing harus memperhatikan kebijakan Pemerintah Pusat.

Penanggulangan pandemi COVID-19 ini membutuhkan peran serta dari semua pihak baik Pemerintah Pusat, Pemerintah daerah, pihak swasta dan seluruh elemen masyarakat di wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia. Dunia usaha dan masyarakat pekerja memiliki kontribusi besar dalam memutus mata rantai penularan karena besarnya jumlah populasi pekerja dan besarnya mobilitas serta interaksi penduduk umumnya disebabkan aktifitas bekerja. Tempat kerja sebagai lokus interaksi dan berkumpulnya orang merupakan faktor risiko yang perlu diantisipasi penularannya. Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) telah menyatakan bahwa Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) dilakukan salah satunya dengan meliburkan tempat kerja. Namun demikian dunia kerja tidak mungkin selamanya dilakukan pembatasan, roda perekonomian harus tetap berjalan, untuk itu pasca pemberlakuan PSBB dengan kondisi pandemi COVID-19 yang masih berlangsung, perlu dilakukan upaya mitigasi dan kesiapan tempat kerja seoptimal mungkin sehingga dapat beradaptasi melalui perubahan pola hidup pada situasi COVID-19 (*New Normal*). Dengan menerapkan panduan ini diharapkan dapat meminimalisir risiko dan dampak pandemi COVID-19 pada tempat kerja khususnya perkantoran dan industri, dimana terdapat potensi penularan COVID-19 akibat berkumpulnya sejumlah/banyak orang dalam satu lokasi.

## B. Tujuan

Meningkatkan upaya tempat kerja khususnya perkantoran dan industri dalam pencegahan penularan COVID-19 bagi pekerja selama masa pandemi.

### C. Sasaran

Sasaran panduan ini ditujukan untuk Tempat Kerja Instansi Pemerintah, Perusahaan Swasta, BUMN, Dinas Kesehatan Provinsi dan Kabupaten/Kota.

### D. Pengertian

1. Kontak erat adalah seseorang yang melakukan kontak fisik atau berada dalam ruangan atau berkunjung (dalam radius 1 meter dengan kasus pasien dalam pengawasan atau konfirmasi) dalam 2 hari sebelum kasus timbul gejala dan hingga 14 hari setelah kasus timbul gejala.
2. Mitigasi adalah tindakan-tindakan untuk mengurangi atau meminimalkan dampak dari suatu bencana terhadap masyarakat.
3. Orang Tanpa Gejala yang selanjutnya disingkat OTG adalah orang yang memiliki riwayat kontak erat dengan kasus konfirmasi COVID-19 (dengan PCR) tetapi tidak memiliki gejala.
4. Orang Dalam Pemantauan yang selanjutnya disingkat ODP adalah orang yang mengalami demam ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ) atau riwayat demam; atau gejala gangguan sistem pernapasan seperti pilek/sakit tenggorokan/batuk **dan** tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan **dan** pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah yang melaporkan transmisi lokal\* atau memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi COVID-19.
5. Pasien Dalam Pengawasan yang selanjutnya disingkat PDP adalah orang yang mengalami demam ( $\geq 38^{\circ}\text{C}$ ) atau riwayat demam; disertai batuk/sesak nafas/sakit tenggorokan/pilek/pneumonia ringan hingga berat **dan** tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan DAN pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah yang melaporkan transmisi lokal\* atau memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi COVID-19.
6. Probabel adalah PDP yang sedang diperiksa RT PCR namun masih inkonklusif (belum dapat disimpulkan).
7. Kasus konfirmasi adalah pasien yang terinfeksi COVID-19 dengan hasil pemeriksaan tes positif melalui pemeriksaan PCR.

8. Karantina mandiri adalah Pembatasan kegiatan/pemisahan orang yang tidak sakit, tetapi mungkin terpapar agen infeksi atau penyakit menular dengan tujuan memantau gejala dan mendeteksi kasus sejak tinggi yang dilakukan di rumah atau di tempat lain yang disediakan sebagai tempat karantina.
9. Isolasi mandiri adalah Pemisahan orang yang tidak sakit atau terinfeksi dari orang lain sehingga mencegah penyebaran infeksi atau kontaminasi yang dilakukan di rumah atau di tempat lain yang disediakan sebagai tempat karantina.



## BAB II

### PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN COVID-19 DI LINGKUNGAN KERJA PERKANTORAN DAN INDUSTRI

Diperlukan langkah-langkah untuk mencegah dan mengendalikan potensi penularan COVID-19 di lingkungan kerja yang dilaksanakan oleh seluruh komponen yang ada di tempat kerja mulai dari pekerja hingga tingkat pimpinan serta memberdayakan semua sumber daya yang ada. Penentuan langkah ini disesuaikan dengan tingkat risiko berdasarkan jenis pekerjaan dan besarnya sektor usaha dengan pertimbangan termasuk :

#### 1. Faktor pekerjaan

Identifikasi jenis pekerjaan dan hubungannya dengan potensi bahaya paparan penularan penyakit perlu dilakukan dalam rangka membuat upaya yang lebih efektif. Penilaian risiko ini dilakukan berdasarkan potensi terpapar dari lingkungan umum selama perjalanan, rekan kerja dan hubungan dengan pelanggan serta potensi terpapar dengan riwayat perjalanan dari dan ke daerah terinfeksi penyakit COVID-19. Adapun pengelompokan pekerja berisiko adalah sebagai berikut ;

- Risiko paparan rendah - pekerjaan yang aktifitas kerjanya tidak sering berhubungan/kontak dengan publik (pelanggan, klien atau masyarakat umum) dan rekan kerja lainnya.
- Risiko paparan sedang - pekerjaan yang sering berhubungan/kontak dengan masyarakat umum, atau rekan kerja lainnya, pengunjung, klien atau pelanggan, atau kontraktor.
- Risiko paparan tinggi - pekerjaan atau tugas kerja yang berpotensi tinggi untuk kontak dekat dengan orang-orang yang diketahui atau diduga terinfeksi COVID-19, serta kontak dengan benda dan permukaan yang mungkin terkontaminasi oleh virus.

#### 2. Faktor di luar pekerjaan

Faktor yang dapat terjadi di rumah maupun komunitas.

#### 3. Faktor komorbiditas

Potensi pada usia yang lebih tua, adanya penyakit penyerta seperti Diabetes, hipertensi, gangguan paru dan gangguan ginjal, adanya kondisi immunocompromised/penyakit autoimun dan kehamilan.

A. SELAMA MASA PEMBATASAN SOSIAL BERSKALA BESAR (PSBB)

1. Bagi Tempat Kerja

a. Kebijakan Manajemen dalam Pencegahan Penularan COVID-19

- 1) Pihak manajemen agar senantiasa memantau dan memperbaharui perkembangan informasi tentang COVID-19 di wilayahnya. (Secara berkala dapat diakses di <http://infeksiemerging.kemkes.go.id>. dan kebijakan Pemerintah Daerah setempat).
- 2) Pembentukan Tim Penanganan COVID-19 di tempat kerja yang terdiri dari Pimpinan, bagian kepegawaian, bagian K3 dan petugas Kesehatan yang diperkuat dengan Surat Keputusan dari Pimpinan Tempat Kerja.
- 3) Pimpinan atau pemberi kerja memberikan kebijakan dan prosedur untuk pekerja melaporkan setiap ada kasus dicurigai COVID-19 (gejala demam atau batuk/pilek/nyeri tenggorokan/sesak nafas) untuk dilakukan pemantauan oleh petugas kesehatan.
- 4) Tidak memperlakukan kasus positif sebagai suatu stigma.
- 5) Pengaturan bekerja dari rumah (*work from home*).  
Menentukan pekerja esensial yang perlu tetap bekerja/datang ke tempat kerja dan pekerja yang dapat melakukan pekerjaan dari rumah.

b. Jika ada pekerja esensial yang harus tetap bekerja selama PSBB berlangsung :

- 1) Di pintu masuk tempat kerja lakukan pengukuran suhu dengan menggunakan *thermogun*, dan sebelum masuk kerja terapkan *Self Assessment* Risiko COVID-19 untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit COVID-19. (Form 1)
- 2) Pengaturan waktu kerja tidak terlalu panjang (lembur) yang akan mengakibatkan pekerja kekurangan waktu untuk beristirahat yang dapat menyebabkan penurunan sistem kekebalan/imunitas tubuh.
- 3) Untuk pekerja shift :
  - a) Jika memungkinkan tiadakan shift 3 (waktu kerja yang dimulai pada malam hingga pagi hari)

- b) Bagi pekerja shift 3 atur agar yang bekerja terutama pekerja berusia kurang dari 50 tahun.
- 4) Mewajibkan pekerja menggunakan masker sejak perjalanan dari/ke rumah, dan selama di tempat kerja.
- 5) Mengatur asupan nutrisi makanan yang diberikan oleh tempat kerja, pilih buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C seperti jeruk, jambu, dan sebagainya untuk membantu mempertahankan daya tahan tubuh. Jika memungkinkan pekerja dapat diberikan suplemen vitamin C.
- 6) Memfasilitasi tempat kerja yang aman dan sehat,
  - a) Higiene dan sanitasi lingkungan kerja
    - Memastikan seluruh area kerja bersih dan higienis dengan melakukan pembersihan secara berkala menggunakan pembersih dan desinfektan yang sesuai (setiap 4 jam sekali). Terutama pegangan pintu dan tangga, tombol lift, peralatan kantor yang digunakan bersama, area dan fasilitas umum lainnya.
    - Menjaga kualitas udara tempat kerja dengan mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan kerja, pembersihan filter AC.
  - b) Sarana cuci tangan
    - Menyediakan lebih banyak sarana cuci tangan (sabun dan air mengalir).
    - Memberikan petunjuk lokasi sarana cuci tangan
    - Memasang poster edukasi cara mencuci tangan yang benar.
    - Menyediakan *handsanitizer* dengan konsentrasi alkohol minimal 70% di tempat-tempat yang diperlukan (seperti pintu masuk, ruang meeting, pintu lift, dll)
  - c) *Physical Distancing* dalam semua aktifitas kerja.  
Pengaturan jarak antar pekerja minimal 1 meter pada setiap aktifitas kerja (pengaturan meja

kerja/*workstation*, pengaturan kursi saat di kantin, dll)

d) Mengkampanyekan Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) melalui Pola Hidup Sehat dan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tempat kerja sebagai berikut:

- Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)

Mendorong pekerja mencuci tangan saat tiba di tempat kerja, sebelum makan, setelah kontak dengan pelanggan/pertemuan dengan orang lain, setelah dari kamar mandi, setelah memegang benda yang kemungkinan terkontaminasi.

- Etika batuk

Membudayakan etika batuk (tutup mulut dan hidung dengan lengan atas bagian dalam) dan jika menggunakan tisu untuk menutup batuk dan pilek, buang tisu bekas ke tempat sampah yang tertutup dan cuci tangan dengan sabun dan air mengalir setelahnya.

- Olahraga bersama sebelum kerja dengan tetap menjaga jarak aman, dan anjuran berjemur matahari saat jam istirahat.

- Makan makanan dengan gizi seimbang

- Hindari penggunaan alat pribadi secara bersama seperti alat sholat, alat makan, dan lain lain.

c. Sosialisasi dan Edukasi pekerja mengenai COVID-19

1) Edukasi dilakukan secara intensif kepada seluruh pekerja dan keluarga agar memberikan pemahaman yang benar terkait masalah pandemi COVID-19, sehingga pekerja mendapatkan pengetahuan untuk secara mandiri melakukan tindakan preventif dan promotif guna mencegah penularan penyakit, serta mengurangi kecemasan berlebihan akibat informasi tidak benar.

2) Materi edukasi yang dapat diberikan:

a) Penyebab COVID-19 dan cara pencegahannya

- b) Mengenali gejala awal penyakit dan tindakan yang harus dilakukan saat gejala timbul.
- c) Praktek PHBS seperti praktek mencuci tangan yang benar, etika batuk
- d) Alur pelaporan dan pemeriksaan bila didapatkan kecurigaan
- e) Metode edukasi yang dapat dilakukan: pemasangan banner, pamphlet, majalah dinding, dll di area strategis yang mudah dilihat setiap pekerja seperti di pintu masuk, area makan/kantin, area istirahat, tangga serta media audio & video yang disiarkan secara berulang. SMS/whats up blast ke semua pekerja secara berkala untuk mengingatkan.
- f) Materi edukasi dapat diakses pada [www.covid19.go.id](http://www.covid19.go.id).

## 2. Bagi Pekerja

- a. Tetap tinggal di rumah  
jika tidak ada keperluan mendesak jangan keluar rumah. Jika terpaksa harus keluar rumah, gunakan masker, hindari ke tempat-tempat dengan kerumunan orang banyak, selalu menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter, segera selesaikan keperluan lalu pulang. Patuhi petunjuk dari pemuka agama.
- b. Jaga kebersihan rumah  
Dibersihkan dan dipel 2 x sehari.
- c. Optimalkan sirkulasi udara dan cahaya matahari di rumah  
Biarkan udara pagi dan sinar matahari masuk dalam rumah
- d. Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir  
Setiap kali tangan kotor, setelah buang air besar, setelah menceboki bayi dan anak, sebelum dan sesudah makan, sebelum menyuapi.
- e. Biasakan etika batuk/bersin dengan menutup mulut dan hidung dengan lengan atas bagian dalam.
- f. Gunakan masker bila batuk/pilek/demam.
- g. Pisahkan jika ada anggota keluarga yang sakit.  
Jaga jarak atau pisahkan ruangan apabila ada yang sakit, gunakan masker.

- h. Apabila mengalami keluhan kesehatan yang dicurigai COVID-19 segera konsultasikan dengan tenaga kesehatan melalui telemedicine seperti sehatpedia, halodoc, good doctor, call center COVID-19 setempat, dan lain lain.
- i. Jika tidak ada keluhan yang mendesak dan darurat, hindari mendatangi fasilitas pelayanan kesehatan selama masa pandemi, jika terpaksa maka datanglah dengan menggunakan masker.
- j. Mencari sumber informasi COVID-19 hanya dari sumber terpercaya seperti [www.covid19.go.id](http://www.covid19.go.id).

## B. SAAT KEMBALI BEKERJA PASCA PEMBATAAN SOSIAL BERSKALA BESAR (PSBB)

### 1. Bagi Tempat Kerja

- a. Pihak manajemen/Tim Penanganan COVID-19 di tempat kerja selalu memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi Pemerintah Pusat dan Daerah terkait COVID-19 di wilayahnya, serta memperbaharui kebijakan dan prosedur terkait COVID-19 di tempat kerja sesuai dengan perkembangan terbaru. (Secara berkala dapat diakses <http://infeksiemerging.kemkes.go.id> dan kebijakan Pemerintah Daerah setempat)
- b. Mewajibkan semua pekerja menggunakan masker selama di tempat kerja, selama perjalanan dari dan ke tempat kerja serta setiap keluar rumah.
- c. Larangan masuk kerja bagi pekerja, tamu/pengunjung yang memiliki gejala demam/nyeri tenggorokan/batuk/pilek/sesak nafas. Berikan kelonggaran aturan perusahaan tentang kewajiban menunjukkan surat keterangan sakit.
- d. Jika pekerja harus menjalankan karantina/isolasi mandiri agar hak-haknya tetap diberikan.
- e. Menyediakan area/ruangan tersendiri untuk observasi pekerja yang ditemukan gejala saat dilakukan skrining.
- f. Pada kondisi tertentu jika diperlukan, tempat kerja yang memiliki sumber daya dapat memfasilitasi tempat karantina/isolasi mandiri. Standar penyelenggaraan

karantina/isolasi mandiri merujuk pada pedoman dalam [www.covid19.go.id](http://www.covid19.go.id).

- g. Penerapan higiene dan sanitasi lingkungan kerja
  - 1) Selalu memastikan seluruh area kerja bersih dan higienis dengan melakukan pembersihan secara berkala menggunakan pembersih dan desinfektan yang sesuai (setiap 4 jam sekali). Terutama *handle* pintu dan tangga, tombol lift, peralatan kantor yang digunakan bersama, area dan fasilitas umum lainnya.
  - 2) Menjaga kualitas udara tempat kerja dengan mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan kerja, pembersihan filter AC.
- h. Melakukan rekayasa *engineering* pencegahan penularan seperti pemasangan pembatas atau tabir kaca bagi pekerja yang melayani pelanggan, dan lain lain.
- i. Satu hari sebelum masuk bekerja dilakukan *Self Assessment* Risiko COVID-19 pada seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit COVID-19. Tamu diminta mengisi Self Assessment. (Form 1)
- j. Melakukan pengukuran suhu tubuh (skrining) di setiap titik masuk tempat kerja :
  - 1) Petugas yang melakukan pengukuran suhu tubuh harus mendapatkan pelatihan dan memakai alat pelindung diri (masker dan *faceshield*) karena berhadapan dengan orang banyak yang mungkin berisiko membawa virus.
  - 2) Pengukuran suhu tubuh jangan dilakukan di pintu masuk dengan tirai AC karena dapat mengakibatkan pembacaan hasil yang salah.
  - 3) Interpretasi dan tindak lanjut hasil pengukuran suhu tubuh di pintu masuk terdapat pada Form 2 dan Form 3.
- k. Terapkan *physical distancing* / jaga jarak ;
  - 1) Pengaturan jumlah pekerja yang masuk agar memudahkan penerapan *physical distancing*.
  - 2) Pada pintu masuk, agar pekerja tidak berkerumun dengan mengatur jarak antrian. Beri penanda di lantai atau poster/banner untuk mengingatkan.

- 3) Jika tempat kerja merupakan gedung bertingkat maka untuk mobilisasi vertical lakukan pengaturan sebagai berikut:
  - a) Penggunaan lift: batasi jumlah orang yang masuk dalam lift, buat penanda pada lantai lift dimana penumpang lift harus berdiri dan posisi saling membelakangi.
  - b) Penggunaan tangga: jika hanya terdapat 1 jalur tangga, bagi lajur untuk naik dan untuk turun, usahakan agar tidak ada pekerja yang berpapasan ketika naik dan turun tangga. Jika terdapat 2 jalur tangga, pisahkan jalur tangga untuk naik dan jalur tangga untuk turun.
  - c) Lakukan pengaturan tempat duduk agar berjarak 1 meter pada meja/area kerja, saat melakukan meeting, di kantin, saat istirahat, dan lain lain.
1. Jika memungkinkan, menyediakan transportasi khusus pekerja untuk perjalanan pulang pergi dari mess/perumahan ke tempat kerja sehingga pekerja tidak menggunakan transportasi publik.
- m. Petugas kesehatan/petugas K3/bagian kepegawaian melakukan pemantauan kesehatan pekerja secara proaktif:
  - 1) Sebelum masuk kerja, terapkan *Self Assessment* Risiko COVID-19 pada seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi tidak terjangkit COVID-19. (Form 1)
  - 2) Selama bekerja, masing-masing satuan kerja/bagian/divisi melakukan pemantauan pada semua pekerja jika ada yang mengalami demam/batuk/pilek.
  - 3) Mendorong pekerja untuk mampu deteksi diri sendiri (*self monitoring*) dan melaporkan apabila mengalami demam/sakit tengorokan/batuk/pilek selama bekerja.
  - 4) Bagi pekerja yang baru kembali dari perjalanan dinas ke negara/daerah terjangkit COVID-19 pekerja diwajibkan melakukan karantina mandiri di rumah dan pemantauan mandiri selama 14 hari terhadap gejala yang timbul dan mengukur suhu 2 kali sehari. (Form 9)



2. Bagi Pekerja

a. Selalu menerapkan Germas melalui Pola Hidup Bersih dan Sehat saat di rumah, dalam perjalanan ke dan dari tempat kerja dan selama di tempat kerja;

1) Saat perjalanan ke/dari tempat kerja

- a) Pastikan anda dalam kondisi sehat, jika ada keluhan batuk, pilek, demam agar tetap tinggal di rumah.
- b) Gunakan masker
- c) Upayakan tidak menggunakan transportasi umum, jika terpaksa menggunakan transportasi umum,
  - Tetap menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter,
  - Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas umum, gunakan *handsanitizer*
  - Gunakan helm sendiri
  - Upayakan membayar secara non tunai, jika terpaksa memegang uang gunakan *handsanitizer* sesudahnya.
  - Tidak menyentuh wajah atau mengucek mata dengan tangan, gunakan tissue bersih jika terpaksa.

2) Selama di tempat kerja

- a) Saat tiba, segera mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir.
- b) Gunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol lift.
- c) Tidak berkerumun dan menjaga jarak di lift dengan posisi saling membelakangi.
- d) Bersihkan meja/area kerja dengan desinfektan.
- e) Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area kerja, gunakan *handsanitizer*.
- f) Tetap menjaga jarak dengan rekan kerja minimal 1 meter.
- g) Usahakan aliran udara dan sinar matahari masuk ke ruang kerja.
- h) Biasakan tidak berjabat tangan.

- i) Masker tetap digunakan.
- 3) Saat tiba di rumah
  - a) Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)
  - b) Cuci pakaian dan masker dengan deterjen. Masker sekali pakai, sebelum dibuang robek dan basahi dengan desinfektan agar tidak mencemari petugas pengelola sampah.
  - c) Jika dirasa perlu bersihkan handphone, kaca mata, tas dengan desinfektan
- b. Tingkatkan daya tahan tubuh dengan konsumsi gizi seimbang, aktifitas fisik minimal 30 menit perhari, istirahat cukup (tidur minimal 7 jam), berjemur di pagi hari.
- c. Lebih berhati-hati apabila memiliki penyakit degeneratif seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru dan gangguan ginjal atau kondisi *immunocompromised*/penyakit autoimun dan kehamilan. Upayakan penyakit degeneratif selalu dalam kondisi terkontrol.

#### C. APABILA MENEMUKAN PEKERJA TERKENA OTG, ODP, PDP ATAU KONFIRMASI COVID-19

Bila tempat kerja menemukan/mendapat informasi pekerja memenuhi kriteria sebagai OTG, ODP, PDP atau Konfirmasi COVID-19, maka :

1. Segera melaporkan dan berkoordinasi dengan Puskesmas atau Dinas Kesehatan setempat. (Form 4)
2. Pekerja yang memenuhi kriteria OTG,
  - a. Dilakukan pengambilan spesimen/swab untuk pemeriksaan *Rapid Tes Polymerase Chain Reaction* (RT PCR) oleh petugas kesehatan yang terlatih/kompeten.
  - b. Apabila tidak tersedia fasilitas pemeriksaan RT PCR, dapat dilakukan pemeriksaan Rapid Tes (RT) dengan tidak lanjut hasil pemeriksaan RT dapat dilihat pada tabel berikut :

No.	Hasil Rapid Tes	Tindak Lanjut	Pemeriksaan Lanjutan
1	NEGATIF (tidak reaktif)	Lakukan karantina mandiri dengan penerapan PHBS dan <i>Physical distancing</i> (Form 5)	Kemudian pemeriksaan ulang pada hari ke 10. Jika hasil pemeriksaan ulang hari ke 10 positif maka dilakukan pemeriksaan RT PCR sebanyak 2 kali selama 2 hari berturut turut di fasyankes/laboratorium yang ditunjuk Pemerintah.
2	POSITIF (reaktif)	Lakukan karantina mandiri dengan penerapan PHBS dan <i>Physical distancing</i> . (Form 5)  Apabila OTG yang terkonfirmasi positif menunjukkan gejala demam (>38°C) atau batuk/ pilek/nyeri tenggorokan selama masa karantina, maka ; a. Jika gejala ringan dilakukan isolasi diri di rumah selama 14 hari. b. Jika gejala sedang dilakukan isolasi di RS darurat, c. Jika gejala berat dilakukan isolasi di RS rujukan	Dan segera lakukan pemeriksaan konfirmasi dengan RT PCR sebanyak 2 kali selama 2 hari berturut turut di fasyankes/laboratorium yang ditunjuk Pemerintah.

3. Pekerja yang memenuhi kriteria ODP,
  - a. Dilakukan pengambilan spesimen/swab untuk pemeriksaan *Rapid Tes Polymerase Chain Reaction* (RT PCR) pada hari 1 dan 2 oleh petugas kesehatan yang terlatih/kompeten.
  - b. Apabila tidak tersedia fasilitas pemeriksaan RT PCR, dapat dilakukan pemeriksaan Rapid Tes (RT). Tidak lanjut hasil pemeriksaan RT dapat dilihat pada tabel berikut :

No.	Hasil Rapid Tes	Tindak Lanjut	Pemeriksaan Lanjutan
1	NEGATIF	Lakukan karantina mandiri dengan penerapan PHBS dan <i>Physical distancing</i> (Form 5)	Kemudian pemeriksaan ulang pada hari ke 10. Jika hasil pemeriksaan ulang hari ke 10 positif maka dilakukan pemeriksaan RT PCR sebanyak 2 kali selama 2 hari berturut turut di fasyankes/laboratorium yang ditunjuk Pemerintah.
2	POSITIF	Lakukan karantina mandiri dengan penerapan PHBS dan <i>Physical distancing</i> (Form 5)	Dan segera lakukan pemeriksaan konfirmasi dengan RT PCR sebanyak 2 kali selama 2 hari berturut turut di fasyankes/laboratorium yang ditunjuk Pemerintah.
		Apabila ODP yang terkonfirmasi positif menunjukkan gejala perburukan, maka : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jika gejala sedang dilakukan isolasi di RS darurat. (Demam &gt;38°C, Sesak napas ringan, batuk menetap</li> </ul>	

No.	Hasil Rapid Tes	Tindak Lanjut	Pemeriksaan Lanjutan
		dan sakit tenggorokan. • Jika gejala berat dilakukan isolasi di RS rujukan (Demam > 38°C yang menetap ISPA berat/ pneumonia berat)	

4. Pekerja yang memenuhi kriteria PDP harus segera dirujuk ke Rumah Sakit rujukan yang ditunjuk (dapat dilihat pada [www.covid19.kemkes.go.id](http://www.covid19.kemkes.go.id))
5. Setiap pekerja dengan status PDP dan kasus konfirmasi positif harus dilakukan Penyelidikan Epidemiologi (Form 6). Kegiatan ini dilakukan untuk menemukan kontak erat /OTG (Form 7).
6. Selanjutnya harus dilakukan :
  - a. Identifikasi kontak di lingkungan tempat kerja yaitu mengidentifikasi orang-orang/pekerja lain yang memiliki riwayat berinteraksi dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif dalam radius 1 meter sesuai pedoman pencegahan dan pengendalian COVID-19 ([www.covid19.kemkes.go.id](http://www.covid19.kemkes.go.id)), menggunakan formulir identifikasi kontak erat di lingkungan kerja (Form 8).
  - b. Pekerja yang kontak dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif dikelompokkan menjadi 2 kelompok (Ring) berdasarkan di 14 hari terakhir pekerja tersebut berkegiatan:
    - 1) Ring 1 : Pekerja dan orang lain yang pernah berinteraksi langsung dalam radius 1 meter dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif.
    - 2) Ring 2 : Pekerja dan orang lain yang berada dalam 1 (satu) ruangan dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif.
  - c. Terhadap pekerja yang telah teridentifikasi masuk dalam Ring 1 dan Ring 2 dilakukan pemeriksaan *Rapid Tes* dan karantina/isolasi mandiri (bekerja dari rumah) dengan

menerapkan PHBS dan *Physical Distancing* (prosedur sesuai dengan kriteria OTG di atas). Bila ada gejala segera melaporkan ke petugas kesehatan.

- d. Karantina mandiri dilakukan dapat di rumah pekerja atau tempat karantina/isolasi yang disediakan oleh tempat kerja/Pemerintah. Untuk masuk ke tempat karantina Pemerintah dilakukan sesuai ketentuan yang berlaku. Pelaksanaan karantina mandiri dapat dilihat pada [www.covid19.kemkes.go.id](http://www.covid19.kemkes.go.id). (Form 9 dan Form 10)
- e. Segera lakukan pembersihan dan desinfeksi pada ruangan/area kerja yang terkontaminasi pekerja sakit **ODP**, PDP atau konfirmasi positif COVID-19). (Panduan desinfeksi dilihat pada [www.covid19.kemkes.go.id](http://www.covid19.kemkes.go.id).)
  - 1) Tutup ruangan/area kerja yang pernah digunakan oleh pekerja sakit selama minimal 1 x 24 jam sebelum proses pembersihan dan disinfeksi dilakukan untuk meminimalkan potensi terpajan droplet saluran pernafasan.
  - 2) Pembersihan dilakukan dengan melap semua area kerja pada permukaan-permukaan yang sering disentuh pekerja sakit dengan cairan disinfektan (misalnya meja/area kerja, gagang pintu, pegangan tangga, lift, kran air, dan lain sebagainya)
  - 3) Melakukan penyemprotan dengan cairan disinfeksi pada ruangan yang terkontaminasi pekerja sakit (seperti ruang kerja, ruang rapat, toilet, ruang ibadah, dan lain sebagainya).
  - 4) Buka pintu dan jendela ke arah ruang terbuka untuk meningkatkan sirkulasi udara di dalam tempat tersebut. Jika memungkinkan tunggu lagi selama 1 x 24 jam setelah proses pembersihan dan disinfeksi dilakukan.

BAB III  
KOORDINASI ANTARA TEMPAT KERJA DENGAN PEMERINTAH DAERAH  
DALAM PENANGANAN COVID-19

Dalam penanganan pandemi COVID-19 Pemerintah Daerah berkoordinasi dengan instansi terkait dalam Gugus Tugas Percepatan Penanganan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Pemerintah, swasta dan masyarakat harus saling bekerjasama dan berkolaborasi dalam upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 di wilayahnya. Tempat kerja dan dunia usaha merupakan bagian dari masyarakat yang memiliki peran penting dalam memutus mata rantai penularan COVID-19. Adapun peran masing-masing pihak adalah sebagai berikut:

1. Dinas Kesehatan
  - a. Melakukan penilaian risiko penularan COVID-19 di wilayahnya.
  - b. Melakukan sosialisasi, pemantauan dan pembinaan serta pendampingan bagi tempat kerja dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19.
  - c. Memonitor pelaksanaan suveilans COVID-19 yang dilakukan tempat kerja.
  - d. Membangun dan memperkuat jejaring dengan lintas program, lintas sektor terkait surveilans COVID-19 di tempat kerja.
  - e. Melakukan komunikasi risiko tentang pasien yang berstatus konfirmasi positif COVID-19 kepada tempat kerjanya untuk dilakukan pelacakan kontak di lingkungan tempat kerja.
  - f. Mengkoordinasikan sarana tempat karantina/isolasi dan fasilitas pelayanan kesehatan COVID-19 bagi masyarakat.
2. Dinas Ketenagakerjaan

Bersama Dinas Kesehatan melakukan sosialisasi, pembinaan dan pengawasan dalam upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 dan tempat kerja.
3. Puskesmas
  - a. Melakukan komunikasi risiko termasuk penyebarluasan informasi tentang COVID-19 kepada tempat kerja.
  - b. Mengkomunikasikan tentang pasien yang berstatus konfirmasi positif COVID-19 kepada tempat kerjanya untuk dilakukan pelacakan kontak di lingkungan tempat kerja

- c. Membangun dan memperkuat jejaring dengan lintas program, lintas sektor terkait surveilans COVID-19 di tempat kerja.
4. Rumah Sakit/Fasyankes
  - a. Memberikan pelayanan kesehatan bagi pasien terkena COVID-19.
  - b. Melakukan komunikasi risiko termasuk penyebarluasan informasi tentang COVID-19.
5. Tempat Kerja Perkantoran dan Industri
  - a. Menyediakan lingkungan kerja yang aman dan sehat bagi pekerja melalui berbagai upaya pencegahan dan pengendalian COVID-19 di tempat kerja terintegrasi dengan keselamatan dan kesehatan kerja.
  - b. Berkoordinasi dengan Dinas Kesehatan dalam pencegahan penularan COVID-19 di tempat kerja.
  - c. Wajib melaporkan kepada Dinas Kesehatan apabila terdapat pekerja terkena COVID-19.
  - d. Jika diperlukan memfasilitasi sarana karantina /isolasi mandiri bagi pekerja terindikasi OTG, ODP, PDP.
6. Pekerja : wajib menerapkan Germas dalam rangka melindungi diri dan keluarganya dari penularan COVID-19.



BAB IV  
PENUTUP

Panduan pencegahan dan pengendalian COVID-19 di tempat kerja perkantoran dan industri disusun secara umum untuk membantu dunia kerja dalam meningkatkan peran dan kewaspadaannya untuk mengantisipasi penularan COVID-19 di lingkungan kerja serta memberikan perlindungan seoptimal mungkin bagi kesehatan pekerja. Panduan ini dapat dikembangkan oleh masing-masing tempat kerja sesuai dengan kebutuhannya. Diharapkan dengan keterlibatan semua pihak, baik pemerintah, dunia usaha dan masyarakat dalam pencegahan dan pengendalian COVID-19 di tatanan tempat kerja dapat membantu meminimalkan dampak yang ditimbulkan oleh COVID-19 terhadap keberlangsungan dunia kerja, dan secara makro dapat berkontribusi menekan COVID-19 pada masyarakat, sehingga penyebaran COVID-19 dapat dicegah dan dikendalikan dengan baik.

MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA,

ttd.

TERAWAN AGUS PUTRANTO

Form 1

**INSTRUMEN SELF ASSESSMENT  
RISIKO COVID-19**

Nama : .....  
NIK (No.KTP) : .....  
ID Kepegawaian : .....  
Satuan kerja / Bagian / Divisi : .....  
Tanggal : .....

Demi kesehatan dan keselamatan bersama di tempat kerja, anda harus **JUJUR** dalam menjawab pertanyaan di bawah ini.

Dalam 14 hari terakhir, apakah anda pernah mengalami hal hal berikut:

No.	PERTANYAAN	YA	TIDAK	JIKA YA, SKOR	JIKA TIDAK, SKOR
1	Apakah pernah keluar rumah/ tempat umum (pasar, fasyankes, kerumunan orang, dan lain lain ) ?			1	0
2	Apakah pernah menggunakan transportasi umum ?			1	0
3	Apakah pernah melakukan perjalanan ke luar kota/internasional ? (wilayah yang terjangkau/zona merah)			1	0
4	Apakah anda mengikuti kegiatan yang melibatkan orang banyak ?			1	0
5	Apakah memiliki riwayat kontak erat dengan orang yang dinyatakan ODP,PDP atau konfirm COVID-19 (berjabat tangan, berbicara, berada dalam satu ruangan/ satu rumah) ?			5	0
6	Apakah pernah mengalami demam/ batuk/pilek/ sakit tenggorokan/sesak dalam 14 hari terakhir.			5	0
JUMLAH TOTAL					

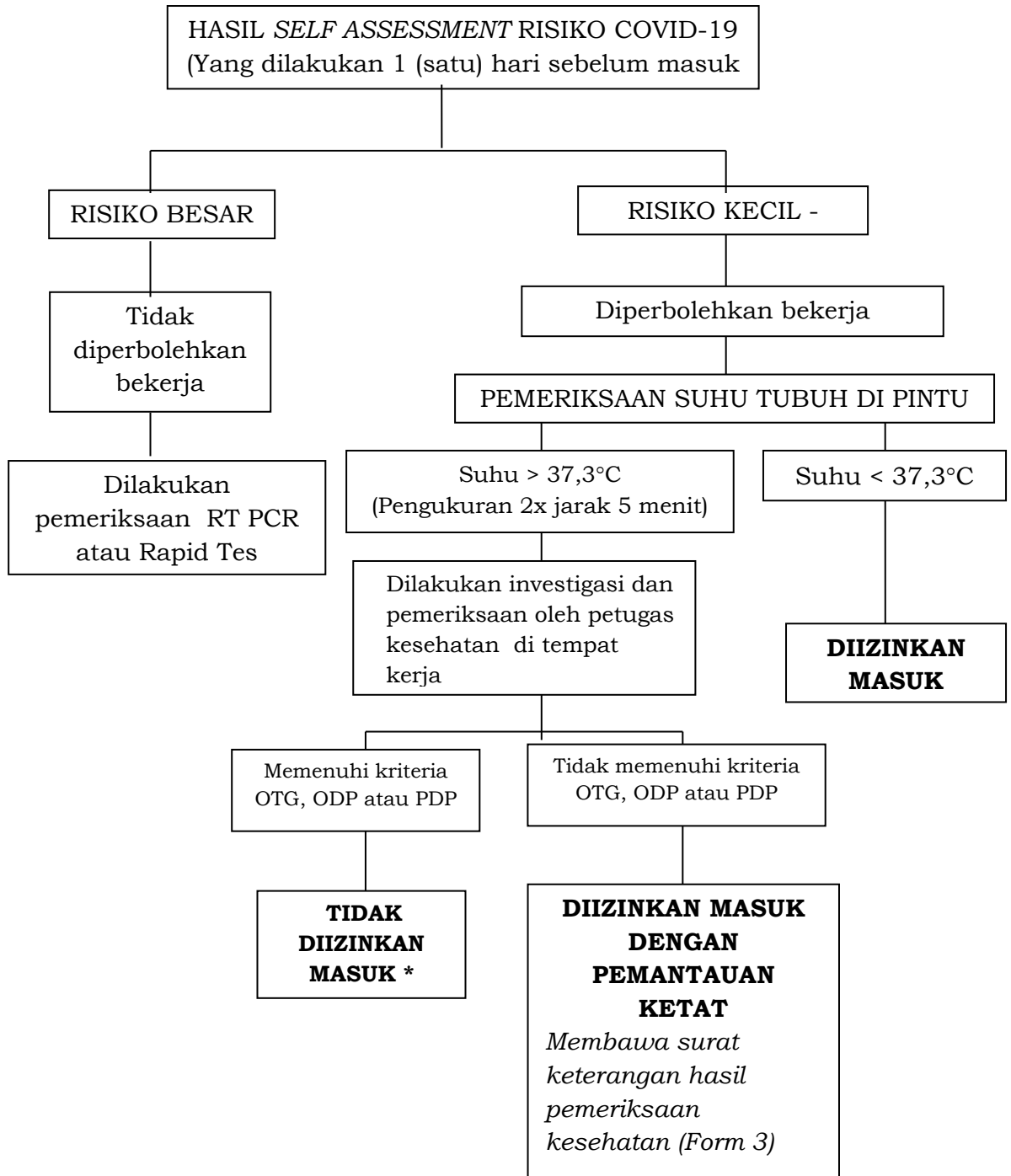
- 0 = Risiko Kecil
- 1 - 4 = Risiko Sedang
- ≥ 5 = Risiko Besar

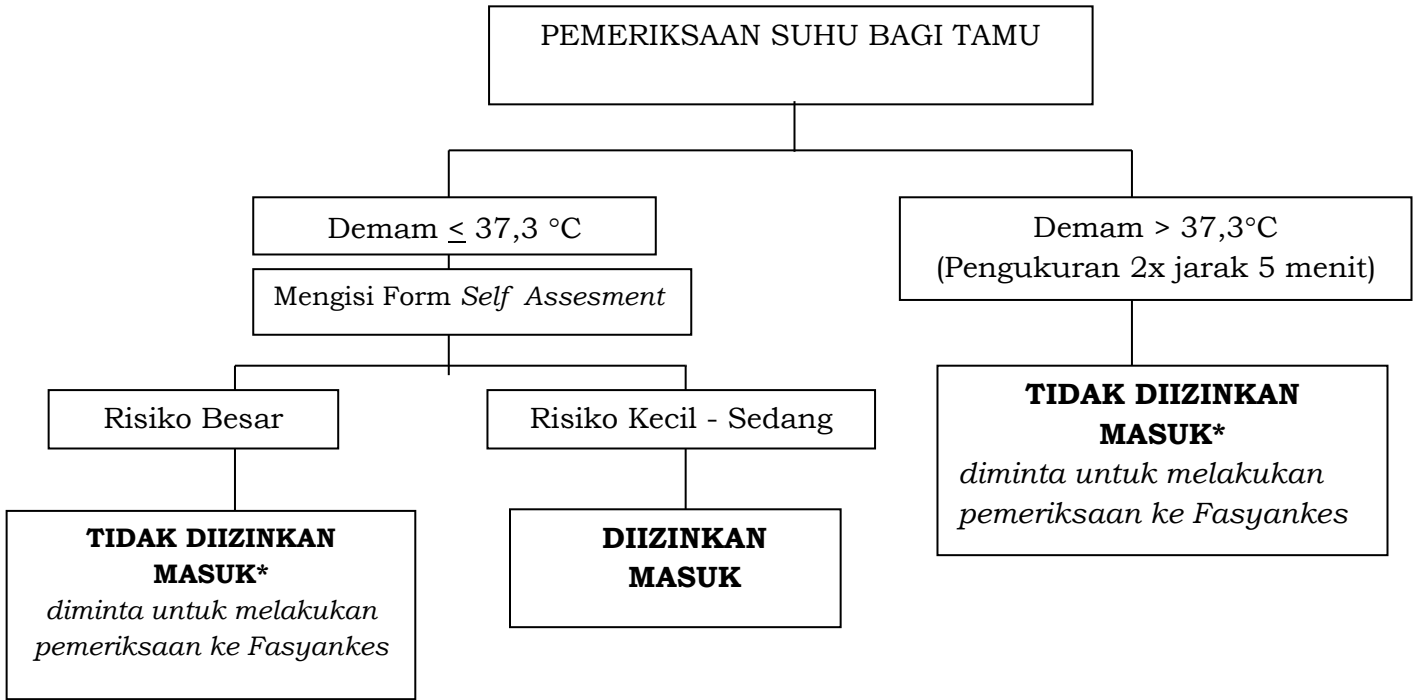
TINDAK LANJUT :

- Risiko besar, agar dilakukan investigasi dan tidak diperkenankan masuk bekerja. Pekerja dilakukan pemeriksaan RT-PCR, jika tidak tersedia dapat dilakukan Rapid Tes oleh petugas kesehatan / fasyankes setempat.
- Risiko kecil - sedang, diperbolehkan masuk bekerja namun dilakukan pemeriksaan suhu di pintu masuk tempat kerja. Apabila didapatkan suhu  $\geq 37,3^{\circ}\text{C}$  agar dilakukan investigasi dan pemeriksaan petugas kesehatan. Jika dipastikan pekerja tidak memenuhi kriteria OTG, ODP atau PDP. Pekerja dapat masuk bekerja.

Form 2

**ALUR TINDAK LANJUT HASIL SELF ASSESSMENT RISIKO COVID-19**





\*) Keterangan :

- Pekerja : tidak diizinkan untuk bekerja, istirahat di rumah untuk karantina mandiri.
- Tamu : tidak diijinkan masuk tempat kerja lebih dalam lagi.
- Pengantar barang : barang ditinggalkan di ruangan depan, dilakukan desinfeksi pada barang baru diteruskan ke penerima.

Form 3

**SURAT KETERANGAN PEMERIKSAAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini, dokter menerangkan bahwa:

- Nama :
- Usia :
- Alamat :
- Status : pegawai / tamu\* (\*pilih salah satu)
- Bagian/Divisi :

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada tanggal ....., jam,..... tidak ditemukan gejala dan tanda yang mengarah pada infeksi COVID- 19 (OTG, ODP, PDP), dan selanjutnya DIIZINKAN / DIIZINKAN DENGAN CATATAN / TIDAK DIIZINKAN\* masuk ke area/tempat kerja.

Catatan :

Demikian surat keterangan ini dibuat dengan sebenarnya dan mohon dipergunakan sebagaimana mestinya.

....., ..... 20.....  
Dokter Pemeriksa

Nama  
SIP.

*\*Pilih salah satu*

Form 4

**FORMULIR NOTIFIKASI PENEMUAN KASUS COVID-19 DI TEMPAT KERJA**

Kepada Yth  
Dinas Kesehatan .....  
di Tempat

Bersama ini kami,  
Nama : Instansi/Kantor/BUMN/Perusahaan\*  
Alamat :  
Tanggal :

Melaporkan;

No.	Nama	No. NIK (KTP)	Umur	Alamat Rumah	Status (OTG/ODP/PDP/Konfirm)

Mengetahui,

Petugas Kesehatan

Pimpinan Instansi/Kantor/BUMN/Perusahaan

Nama \_\_\_\_\_ Nama \_\_\_\_\_

Keterangan : Form ini diisi oleh petugas kesehatan/petugas K3/Kepegawaian dan dikirimkan pada Dinas Kesehatan serta ditembuskan ke *Public Health Emergency Operation Centre* (PHEOC)

PHEOC : (021) 5210411  
081212123119  
HOTLINE COVID-19 : 119 – ext 9

(\*pilih salah satu)

Form 5

**LEMBAR KESEDIAAN KARANTINA/ ISOLASI MANDIRI  
(PERAWATAN DI RUMAH)**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :  
Umur :  
JenisKelamin :  
Nomor HP :  
Alamat :

Menyatakan bersedia untuk dilakukan tindakan karantina/isolasi mandiri (perawatan di rumah) selama 14 hari dan akan mematuhi segala aturan/protokol yang ditetapkan oleh Pemerintah sampai tindakan ini dinyatakan berakhir.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

....., ..... 2020

Petugas kesehatan,

Yang membuat pernyataan

( )

( )

Mengetahui,  
Pimpinan Instansi/Kantor/BUMN/Perusahaan

( )

\*Ditembuskan kepada Dinas Kesehatan

Form 6

**FORMULIR PENYELIDIKAN EPIDEMIOLOGI PADA ODP, PDP  
DAN KONFIRMASI COVID-19**

Nama Fasyankes :  
 Nama Pewawancara : Tgl Wawancara :  
 Tempat Tugas : HP Pewawancara :

A. IDENTITAS PASIEN			
Nama pasien : ...		Kriteria* : <input type="checkbox"/> Pasien dalam pengawasan <input type="checkbox"/> Orang dalam pemantauan <input type="checkbox"/> Kasus probabel <input type="checkbox"/> Kasus konfirmasi	
Nomor ID : ... **)			
Nama orang tua/ KK : ...			
Tgl Lahir : ..... / ..... / .....	Umur : ... tahun, .... bulan	<input type="checkbox"/> Laki-laki <input type="checkbox"/> Perempuan	Pekerjaan :
Alamat Jalan/Blok : ...	Kecamatan : ...		
RT/RW : ...	Kabupaten/Kota : ...		
Desa/Kelurahan : ...	Telepon/HP : ...		
B. INFORMASI KLINIS			
Tanggal pertama kali timbul gejala (onset) : ...		Lemah (malaise) : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	
Demam _____ °C <input type="checkbox"/> Riwayat Demam		Nyeri otot : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	
Batuk : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	Mual atau muntah : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu		
Pilek : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	Nyeri abdomen : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu		
Sakit tenggorokan : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	Diare : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu		
Sesak napas : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu	Lainnya, sebutkan.....		
Sakit kepala : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu			
Kondisi Penyerta :			
Hamil : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk	Gangguan imunologi : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk		
Diabetes : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk	Gagal ginjal Kronis : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk		
Penyakit jantung : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk	Gagal Hati Kronis : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk		
Hipertensi : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk	PPOK : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk		
Keganasan : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk	Lainnya (sebutkan) : ...		
Apakah pasien dirawat di rumah sakit : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk			
Bila Ya, Nama RS terakhir : ... tanggal masuk RS terakhir : ... Ruang rawat : ... Tindakan perawatan : <ul style="list-style-type: none"> <li>- dirawat di ICU : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk</li> <li>- Intubasi : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk</li> <li>- penggunaan EMCO ***) : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk</li> </ul>			
Jika ada, nama-nama RS sebelumnya : ...			
Status pasien terakhir : <input type="checkbox"/> Sembuh <input type="checkbox"/> Masih Sakit <input type="checkbox"/> Meninggal, tgl : ...			

\*) Diisi sesuai dengan definisi operasional (lihat pedoman)

\*\*\*) Nomor ID (pasien) : (kode kota/kab permendagri <3 digit nomoturut>)

\*\*\*\*) oksigenasi membran ekstrakorporea



<b>Diagnosis</b>	
Pneumonia (Klinis atau Radiologi)	: <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu
ARDS (Acute Respiratory Distress Syndrome)	: <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu
Diagnosis Lainnya, sebutkan !	: ...
Apakah pasien mempunyai diagnosis atau etiologi lain untuk penyakit pernafasannya?	: <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu
Jika Ya, sebutkan :	.....

<b>C. INFORMASI PEMERIKSAAN PENUNJANG</b>				
No.	Jenis Pemeriksaan/Spesimen	Tanggal Pengambilan Spesimen	Tempat Pemeriksaan	Hasil
<b>Laboratorium konfirmasi</b>				
1.	Nasopharyngeal (NP) Swab			
2.	Oropharyngeal (NP) Swab			
3.	Sputum			
4.	Serum			
<b>Pemeriksaan lain</b>				
1.	Darah			
2.	Serum			
3.	Lain, sebutkan			

<b>D. FAKTOR KONTAK/PAPARAN</b>			
Dalam 14 hari sebelum sakit, apakah memiliki riwayat perjalanan keluar negeri ? <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu			
Negara	Kota	Tgl Perjalanan	Tgl tiba di Indonesia
Dalam 14 hari sebelum sakit, apakah memiliki riwayat perjalanan ke area transmisi lokal ? <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu			
Provinsi	Kota	Tgl Perjalanan	Tgl tiba di tempat sekarang
Dalam 14 hari sebelum sakit, apakah pasien memiliki riwayat berkunjung ke fasilitas kesehatan, baik sebagai pasien, pekerja atau berkunjung ? <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu			
Nama RS	Kota	Provinsi/Negara	Tgl Kunjungan
Dalam 14 hari sebelum sakit, mengunjungi pasar hewan? <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu			
Nama Lokasi	Kota	Provinsi/Negara	Tgl Kunjungan

D. FAKTOR KONTAK/PAPARAN (lanjutan)				
Dalam 14 hari sebelum sakit, apakah memiliki kontak erat dengan kasus pasien dalam pengawasan COVID-19 : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu				
Nama	Alamat	Hubungan	Tgl Kontak Pertama	Tgl Kontak Terakhir
Dalam 14 hari sebelum sakit, apakah memiliki kontak erat dengan kasus konfirmasi COVID-19 : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu				
Nama	Alamat	Hubungan	Tgl Kontak Pertama	Tgl Kontak Terakhir
Apakah pasien termasuk cluster ISPA berat (demam dan pneumonia membutuhkan perawatan Rumah Sakit) yang tidak diketahui penyebabnya dimana kasus COVID-19 diperiksa? : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu				
Apakah pasien seorang petugas kesehatan? : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk <input type="checkbox"/> Tdk Tahu				
Jika Ya, alat pelindung diri (APD) apa yang dipakai? <input type="checkbox"/> Gown <input type="checkbox"/> Masker medis <input type="checkbox"/> Sarung tangan <input type="checkbox"/> Masker NIOSH- N95, AN EU STANDARD FFP2 <input type="checkbox"/> FFP3 <input type="checkbox"/> Kacamata pelindung (goggle) <input type="checkbox"/> Tidak memakai APD				
Apakah melakukan prosedur yang menimbulkan aerosol? : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tdk , sebutkan ....				
Lain-lain, sebutkan				

E. DAFTAR KONTAK ERAT KASUS						
Nama	Umur	JK	Hub. dg Kasus	Alamat rumah	No HP/telp yang dapat dihubungi	Aktifitas kontak yang dilakukan

F. CATATAN PASIEN		
NIK (KTP) pasien	: ...	
Lokasi rumah pasien	Latidu	Longitude

**KETERANGAN:**

- \* Diisi sesuai dengan definisi operasional (lihat pedoman)

**INSTRUKSI:**

- Semua pertanyaan dalam formulir ini harus diisi, tidak boleh ada pertanyaan apapun yang kosong/tidak terjawab.
- Untuk pertanyaan dengan pilihan jawaban "Ya/Tidak/Tdk Tahu", pilih salah satu jawaban saja.

Form 7

**FORMULIR PELACAKAN KONTAK ERAT/OTG DI TEMPAT KERJA**

ID Kasus Primer/ No Pelacakan Kontak	
<b>1. Data Petugas Pengumpul Data</b>	
Nama :	
Institusi :	Telp / Email
Tanggal Pengisian Formulir (Hari/ Tanggal/ Tahun)____/____/____	
Tanggal Pelacakan Kontak/ Interview (Hari/ Tanggal/ Tahun) :	
<b>2. Informasi Kontak Erat</b>	
Nama	No Identitas / KTP :
Jenis Kelamin <input type="checkbox"/> Laki-laki <input type="checkbox"/> Perempuan	Kebangsaan / Etnik (Suku
Tanggal lahir (Hari/ Tanggal/ Tahun)____/____/____	Usia (Tahun, bulan)
Hubungan dengan kasus Konfirmasi/ kasus pasien dalam pengawasan :	
Alamat tempat tinggal :	
Puskesmas terdekat :	
Alamat Tempat Bekerja :	
<b>3.1 Kontak Erat *)</b>	
*) Apabila Ya kotak disilang, apabila tidak kotak dikosongkan, apabila tidak tahu, kotak dilingkari	
<input type="checkbox"/> Mempunyai riwayat perjalanan Internasional dalam 14 hari Riwayat Perjalanan..... Tanggal perjalanan____/____/____ sampai /____/____	
<input type="checkbox"/> Mempunyai riwayat perjalanan domestic / dalam negeri dalam 14 hari Riwayat Perjalanan..... Tanggal perjalanan____/____/____ sampai /____/____ <u>Lampirkan Daftar nama orang, alamat dan no telp orang yang pernah kontak dengan kontak erat.</u>	
<input type="checkbox"/> dalam 14 hari ini kontak dengan orang terkonfirmasi 2019-nCoV 2019 atau pasien dalam pengawasan 2019- nCoV 2019 ; Apabila Ya, kontak terakhir____/____/____	
Unit kerja / bagian/divisi : .....	
Untuk setiap pekerjaan, sebutkan lokasi, fasilitas dan alamat :	
Transportasi yang digunakan sehari-hari dalam 14 hari terakhir <input type="checkbox"/> kereta <input type="checkbox"/> mobil pribadi <input type="checkbox"/> angkot <input type="checkbox"/> transportasi online <input type="checkbox"/> bus <input type="checkbox"/> taxi <input type="checkbox"/> lain-lain, sebutkan.....	
<b>3.2 Informasi Kontak Erat di Tempat Kerja *)</b>	
Lokasi rumah/ alamat kontak apabila berbeda dengan kontak primer	
Tanggal terakhir kontak dengan kasus primer (Tanggal/bulan/tahun)	

<input type="checkbox"/> kontak satu ruangan / beraktifitas diruangan yang sama dengan kasus primer (pekerja terindikasi COVID-19) di tempat kerja. Jumlah hari kontak beraktifitas di ruangan yang sama dengan kasus primer sejak kasus primer tersebut sakit ..... Apakah kontak pernah melakukan aktifitas dibawah ini dengan kasus primer pada saat kasus primer sakit di rumah sebelum ke rumah sakit? <input type="checkbox"/> merawat kasus primer pada saat kasus primer sakit/ mengantar ke rumah sakit <input type="checkbox"/> memeluk kasus primer <input type="checkbox"/> mencium kasus primer <input type="checkbox"/> berjabat tangan kasus primer <input type="checkbox"/> tidur diruangan yang sama/ dinas luar bersama <input type="checkbox"/> berbagi makanan dengan kasus primer <input type="checkbox"/> makan memakai tempat yang sama	
<b>4. Informasi Paparan*)</b>	
Jenis kontak	<input type="checkbox"/> Kontak serumah <input type="checkbox"/> Petugas Kesehatan <input type="checkbox"/> Lainnya : _____
Sebutkan tanggal kontak dan durasi kontak dengan kasus konfirmasi/pasien dalam pengawasan dari sejak kontak pertama ketika kasus primer bergejala	Tanggal (dd/mm/yyyy)
	Durasi (Menit/ Hari)
	Lokasi : <input type="checkbox"/> Ruang ..... <input type="checkbox"/> Ruang ..... <input type="checkbox"/> Ruang ..... <input type="checkbox"/> Ruang ..... <input type="checkbox"/> Lainnya: _____
<b>5. Informasi Paparan (Petugas Kesehatan) , Diisi apabila Kontak adalah petugas kesehatan di tempat kerja*)</b>	
Posisi pekerjaan :	Tempat bekerja :
Kontak fisik dengan kasus konfirmasi <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak	
Alat Pelindung Diri apa yang dipakai : <input type="checkbox"/> Gown <input type="checkbox"/> masker medis <input type="checkbox"/> Sarung tangan <input type="checkbox"/> Masker NIOSH- N95, AN EU STANDARD FFP2 <input type="checkbox"/> FFP3 <input type="checkbox"/> Kacamata pelindung (goggle) <input type="checkbox"/> Tidak memakai APD	
Apakah melakukan prosedur yang menimbulkan aerosol : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak ; Sebutkan .....	
APD yang dipakai untuk melakukan prosedur tersebut : <input type="checkbox"/> Gown <input type="checkbox"/> masker medis <input type="checkbox"/> Sarung tangan <input type="checkbox"/> Masker NIOSH- N95, AN EU STANDARD FFP2 <input type="checkbox"/> FFP3 <input type="checkbox"/> Kacamata pelindung (goggle) <input type="checkbox"/> Tidak memakai APD	
<b>5a. Gejala Kontak*)</b>	
<input type="checkbox"/> Kontak mengalami sakit <input type="checkbox"/> Demam ( $\geq 38$ °C) atau riwayat demam; Apabila ya, sebutkan suhunya: _ <input type="checkbox"/> mengalami gejala batuk, sakit tenggorokan, pilek, kesulitan bernafas dalam 14 hari ini sebelum kasus Konfirmasi/pasien dalam pengawasan menimbulkan gejala sampai hari ini ?	
Tanggal onset timbulnya gejala (Tanggal/bulan/tahun)	_____/____/____ <input type="checkbox"/> Asymptomatic <input type="checkbox"/> Tidak tahu
<b>5b. Gejala pernafasan*)</b>	
<input type="checkbox"/> Sakit tenggorokan Sejak tanggal..... tanggal.....	<input type="checkbox"/> batuk Sejak tanggal..... <input type="checkbox"/> Pilek Sejak tanggal..... <input type="checkbox"/> Sesak nafas Sejak
<b>5c. Gejala lainnya*)</b>	

<input type="checkbox"/> Menggigil <input type="checkbox"/> Mual <input type="checkbox"/> Kejang <input type="checkbox"/> Kelelahan <input type="checkbox"/> Sakit kepala <input type="checkbox"/> Sakit persendian <input type="checkbox"/> Sakit otot
<input type="checkbox"/> Muntah <input type="checkbox"/> Diare <input type="checkbox"/> Ruam <input type="checkbox"/> Lemah <input type="checkbox"/> Konjungtivitis <input type="checkbox"/> Hidung berdarah <input type="checkbox"/> Penurunan kesadaran
<input type="checkbox"/> Kehilangan nafsu makan <input type="checkbox"/> Gejala neurologis Apabila Ya, sebutkan _____
<input type="checkbox"/> Gejala lainnya Apabila Ya, sebutkan _____

**6. Kondisi Komorbid/Penyerta \*)**

<input type="checkbox"/> Kanker <input type="checkbox"/> Diabetes <input type="checkbox"/> PPOK (non-asma) <input type="checkbox"/> HIV/Defisiensi imun <input type="checkbox"/> Penyakit hati yang kronik
<input type="checkbox"/> Obesitas <input type="checkbox"/> Asma <input type="checkbox"/> Kelainan darah <input type="checkbox"/> Sakit Jantung <input type="checkbox"/> Gangguan ginjal kronik
<input type="checkbox"/> Gangguan syaraf/ neurologi <input type="checkbox"/> Penerima donor organ
<input type="checkbox"/> Kehamilan , Apabila Ya, sebutkan semester berapa : <input type="checkbox"/> Pertama <input type="checkbox"/> Kedua <input type="checkbox"/> Ketiga Estimasi kelahiran ...../...../.....

<input type="checkbox"/> Kontak telah divaksinasi influenza dalam waktu 12 bulan sebelum kontak dengan kasus primer Apabila ya, tanggal vaksinasi .....Vaksinasi di negara mana.....
<input type="checkbox"/> Kontak telah divaksinasi PVC , Apabila ya, tanggal vaksinasi .....

**7. Status Kontak, Diisi apabila kontak menderita sakit\*)**

Status : <input type="checkbox"/> Sembuh (sebutkan tanggal hilangnya gejala ) : _____/_____/_____ <input type="checkbox"/> Masih sakit <input type="checkbox"/> Tidak pernah sakit <input type="checkbox"/> Meninggal dunia , tanggal_____/_____/_____
--

Pernah dirawat : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak. Tanggal dirawat....., tanggal keluar dari rumah sakit : .....
--

Apabila Meninggal, apakah dilakukan Autopsi : : <input type="checkbox"/> Ya <input type="checkbox"/> Tidak Hasil Autopsi : .....
---

**8. Pengambilan spesimen kontak dan pemeriksaan laboratorium\*)**

Jenis spesimen : <input type="checkbox"/> Nasal swab <input type="checkbox"/> Swab tenggorok <input type="checkbox"/> Nasopharyngeal swab <input type="checkbox"/> Orofaringeal swab <input type="checkbox"/> Serum Tanggal pengambilan specimen .....
---

Hasil pemeriksaan laboratorium :
----------------------------------

Form 8

**FORMULIR IDENTIFIKASI KONTAK ERAT / OTG (CONTACT IDENTIFICATION)  
DI LINGKUNGAN KERJA**

TANGGAL	HARI ..		HARI ...		HARI ..		HARI ..		HARI .. dst		HARI .. ONSET TIMBUL GEJALA		HARI .. HARI TERAKHIR BERKEGIATAN DI TEMPAT KERJA	
	Ring 1	Ring 2	Ring 1	Ring 1	Ring 1	Ring 1	Ring 2	Ring 2	Ring 1	Ring 2	Ring 1	Ring 2	Ring 1	Ring 2
<b>Tempat/Ruangan /Area Kerja Yang Dikunjungi</b>					Ruang Meeting	Ruang Kerja								
<b>Orang/Kontak</b>					Budi ...	Joko ..						Kiki ..		
					...	Sita ..						Tono ..		
					Gina ..	Budi ..						-		

Ring 1 : Pekerja dan orang lain yang pernah berinteraksi dalam radius 1 meter dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif.

Ring 2 : Pekerja dan orang lain yang berada dalam 1 ruangan dengan pekerja ODP, PDP atau konfirmasi positif

Form 9

**FORM PEMANTAUAN MANDIRI PADA KARANTINA/ISOLASI MANDIRI  
(Self Monitoring)**

Nama :  
Tanggal Pemeriksaan Pertama :  
Status COVID – 19 :  
Riwayat Kontak :

NO.	KELUHAN/GEJALA		HARI													
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	Demam	Suhu Pagi														
		Suhu Sore														
2	Batuk															
3	Pilek															
4	Nyeri Tenggorokan															
5	Sesak / sulit bernafas															

**YANG HARUS DILAKUKAN PEKERJA SAAT MELAKUKAN KARANTINA  
/ISOLASI MANDIRI**

1. Tinggal di rumah, dan jangan keluar rumah. .
2. Gunakan kamar terpisah di rumah dari anggota keluarga lainnya jika memungkinkan, upayakan menjaga jarak setidaknya 1 meter dari anggota keluarga lain.
3. Gunakan selalu masker selama masa karantina/isolasi mandiri.
4. Lakukan pengukuran suhu harian dan observasi gejala klinis seperti batuk atau kesulitan bernapas.
5. Hindari pemakaian bersama peralatan makan (piring, sendok, garpu, gelas), dan perlengkapan mandi (handuk, sikat gigi, gayung) dan linen/seprai.
6. Terapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dengan mengonsumsi makanan bergizi melakukan kebersihan tangan rutin, mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir serta keringkan, lakukan etika batuk/bersin.
7. Berada di ruang terbuka dan berjemur di bawah sinar matahari setiap pagi.
8. Jaga kebersihan rumah dengan cairan desinfektan.
9. Jika timbul gejala atau mengalami perburukan segera laporkan pada petugas kesehatan di tempat kerja dan menghubungi fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

Jika tidak dimungkinkan melakukan karantina/isolasi mandiri di rumah, laporkan kepada petugas kesehatan tempat kerja /Puskesmas/Klinik atau Dinkes setempat atau melalui *Call Centre* setempat.