ADAPTASI KEBIASAAN BARU DI ERA PENDEMI COVID-19

Kebijakan Dalam Penanganan Covid-19 di Jawa Tengah

- **Pandemi Covid-19 Berdampak Pada Ancaman Krisis Multidimensi. Tidak Hanya Bermuara Di Sektor Kesehatan, Tetapi Juga Berdampak Pada Sektor Ekonomi Hingga Politik.**

- **Pemerintah Menyadari Dibutuhkan Kerja Bersama Untuk Keluar Dari Krisis Wabah Pandemi Dan Masuk Dalam Adaptasi Kebiasaan Baru**

- **Dukungan Multipihak Untuk Bersama Menghadapi Dampak Dan Beradaptasi Masuk Dalam Adaptasi Kebiasaan Baru**

SINERGITAS PENTAHELIX DALAM PENERAPAN ADAPTASI KEBIASAAN BARU

PEMERINTAH

MASYARAKAT

AKADEMISI



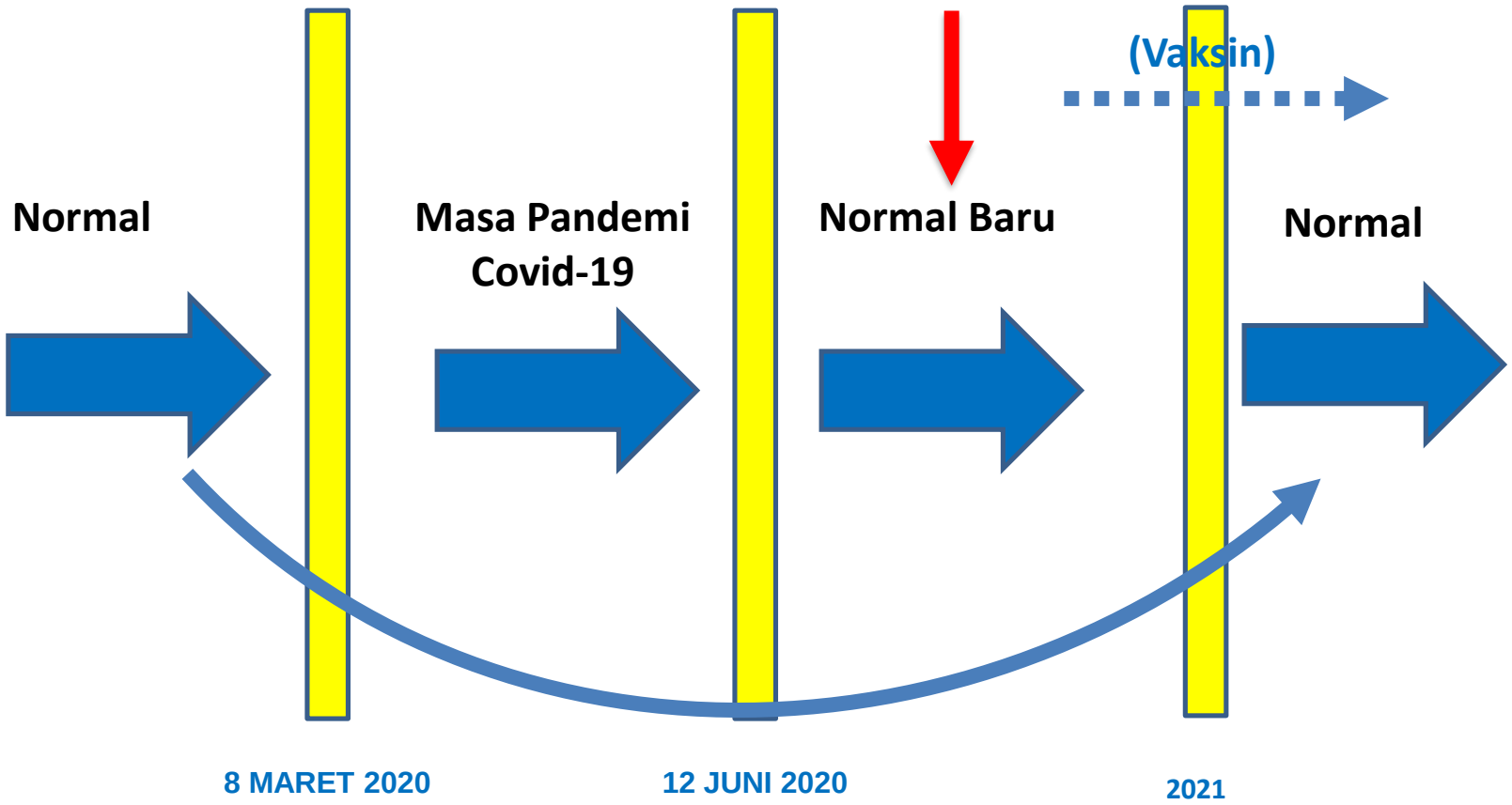
MEDIA

DUNIA USAHA

SEMUA ORANG PUNYA PERAN

- INGUB 1 TAHUN 2020
  TTG SATGAS JOGO TONGGO
- INGUB 2 TAHUN 2020
  PEDOMAN BG MASY DLM RANGKA PERSIAPAN MENUJU PEMULIHAN BENCANA PADA 7 BIDANG

KASUS PERTAMA
COVID-19
JATENG



PROTOKOL KESEHATAN COVID-19 DAN PENERAPANNYA

PROTOKOL KESEHATAN DAN CONTOHNYA

- PROTOKOL KESEHATAN UMUM
- PROTOKOL FASILITAS UMUM
- PROTOKOL KHUSUS ATAU PROTOKOL KOMPILASI

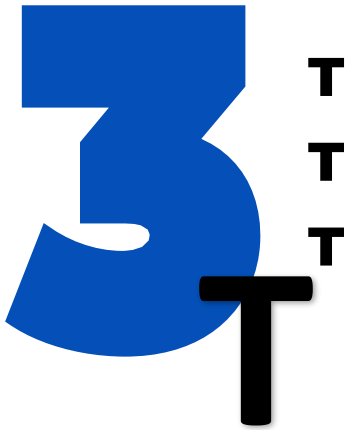
Protokol Kesehatan Umum

PERILAKU SEHAT DAN BERSIH :

1. Tidur dengan Cukup (min. 7 Jam)
2. Olahraga teratur (30 menit/hari) dan berjemur
3. Terapkan etika bersin dan batuk
4. Makan makanan bergizi
5. Rutin mandi, terutama setelah pergi
6. Hindari Penggunaan rokok dan alkohol
7. Jauhi Kerumunan
8. Hindari menyentuh area wajah sebelum cuci tangan



MENCUCI TANGAN
MENJAGA JARAK
MEMAKAI MASKER



TRACING
TESTING
TREATMENT

Etika Mencuci Tangan



Etika Menggunakan Masker



Masker Medis: Orang Sakit dan Tenaga Medis



Masker N95: Tenaga Medis



Masker Kain 3 Lapis: Masyarakat

- **masker digunakan selama 4 jam**
- **Sebelum menyentuh masker, harap mencuci tangan**
- **menggunakan masker hingga menutupi hidung, dagu dan mulut**
- **Jangan menyentuh masker pada saat memakainya**

Protokol Pasar

Penyelenggara

1. Memperhatikan informasi terkini tentang COVID-19 dari Sumber Terpercaya
2. Menyediakan Fasilitas Cuci Tangan
3. Menggunakan Marka untuk menerapkan jaga jarak
4. Disinfeksi Secara Berkala
5. Mengoptimalkan Sirkulasi Udara dan Sinar Matahari
6. Menyediakan Pos Kesehatan untuk Penanganan Pertama
7. Sosialisasi dan Edukasi bagi Pedagang dan Pekerja
8. Memasang Media Informasi tentang COVID-19 dan Pencegahannya

Pedagang

1. Memastikan diri sehat dan tidak mengalami gejala COVID-19
2. Menggunakan Masker dan Face Shield setiap saat dan menjaga jarak
3. Penggunaan Sistem Non-Tunai untuk pembayaran
4. Menerima Pesanan Secara Daring
5. Mencuci tangan dengan hand sanitizer setiap kali menerima uang tunai, menyentuh barang
6. Sediakan kotak pembayaran dan kotak kembalian
7. Menutup barang dagangan dengan plastik
8. Menyemprot disinfektan berkala

Pengunjung

1. Membawa dan menggunakan hand sanitizer di pasar
2. Menggunakan masker dan face shield saat berbelanja
3. Membayar secara non-tunai
4. Melakukan pembayaran dengan menggunakan sarung tangan
5. Tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain

Protokol Tempat Ibadah

Pengelola

1. Menyediakan Fasilitas Cuci Tangan
2. Menggunakan Marka untuk Menerapkan Jaga Jarak min. 1 meter
3. Mempersingkat waktu pelaksanaan ibadah
4. Membatasi jumlah pintu/jalur keluar masuk ibadah
5. Melakukan pembatasan dan pencatatan jumlah jamaah dalam tempat ibadah
6. Disinfeksi Secara Berkala
7. Mengoptimalkan Sirkulasi Udara dan Sinar Matahari dan kebersihan filter AC
8. Lantai rumah Ibadah agar tidak menggunakan karpet
9. Sosialisasi dan Edukasi bagi Jemaah
10. Larangan masuk ke rumah ibadah bagi orang dengan gejala COVID-19
11. Lakukan pemeriksaan suhu di pintu masuk
12. Memasang Media Informasi tentang COVID-19

Jamaah

1. Pastikan dalam kondisi sehat saat akan melaksanakan ibadah
2. Membawa semua peralatan ibadah sendiri termasuk sajadah
   dan kitab suci
3. Selalu menggunakan masker saat perjalan dan selama di dalam tempat ibadah
4. Menjaga kebersihan tangan dengan mencuci tangan
5. Hindari kontak fisik seperti salaman atau berpelukan
6. Hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung dan mulut
7. Tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter
8. Bagi jamaah anak-anak, usia lanjut, dan yang memiliki penyakit komorbid dianjurkan beribadah di rumah

Protokol Tempat Bekerja

Pengelola Tempat Kerja

1. Memperhatikan informasi terkini tentang COVID-19 serta himbauan dan instruksi Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah
2. Mewajibkan pekerja dan pengunjungmenggunakanmasker
3. Memeriksa suhu tubuhdi pintumasukgedung kantor
4. Menyediakan fasilitas untuk menerapkan protokol kesehatan, seperti fasilitas cuci tangandan hand sanitizer
5. Selalu memastikan seluruh area kerja bersih dan higienis dengan menggunakan pembersihdan disinfektan terutama handle pintu dan tangga,
   peralatankantor yangdigunakan bersama
6. Melakukan rekayasa tempat kerja untuk menerapkan "jaga jarak" dalam pengaturantempat bekerja(working station), toilet, Lift
7. Memberikan perlindungan lebih kepada pekerja dengan riwayat penyakit bawaan seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru, dan gangguan ginjal atau kondisi penyakit autoimun dan kehamilan.
8. Mengusahakan aliran udara dan sinar matahari masuk ke ruang kerja dan ruang rapat
9. Membatasi jumlah pengguna lift dan menjaga jarak di lift dengan posisi saling membelakangi
10. Mendorong metode pembayaran non tunai

Pekerja

1. Usahakan untuk tidak menggunakan transportasi umum saat pergi/kembali dari atau dari kantor
2. Bersihkan meja dan area kerja dengan hand sanitizer secara rutin
3. Rutin menerapkan protokol kesehatan (3M)
4. Menggunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol lift
5. Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area kerja
6. Jaga jarak kontak dengan rekan kerja minimal 1 meter untuk setiap aktivitas kerja
7. Jika ada keluhan batuk, pilek, demam, nyeri tenggorokan/penyakit ISPA demam agar tetap tinggal di rumah
8. Hindari makan bersama ketika makan siang dan pekerja diwajibkan membawa bekal masing-masing masing
9. Saat sampai di rumah, jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)
10. Pekerja untuk menerapkan penerapan pola hidup bersih dan sehat saat di rumah dalam perjalanan ke dan dari tempat kerja, dan di tempat bekerja

Protokol Transportasi Umum

Operator/Penyedia Jasa

1. Membersihkan moda transportasi secara berkala dengan disinfektan
2. Menyediakan hand sanitizer/tempat mencuci tangan bagipenumpang
3. Kapasitas penumpang tidak lebihdari separuh kapasitas yangtersedia
4. Menggunakan penanda jaga jarak antar penumpang
5. Memperhatikan sirkulasi udara
6. Mengecek suhu tubuh penumpang di pintu masuk

Penumpang

1. Menjaga jarak dengan penumpang lainnya
2. Selalu menggunakan masker dan faceshield
3. Tidak menyentuh/memegang apapun selama dalam kendaraan
4. Tidak meludah sembarangan
5. Mengikuti protokol kesehatan yang disiapkan penyedia jasa
6. Melaporkan kepada operator/penyedia jasa jika ada yang melanggar protokol kesehatan
7. Menggunakan hand sanitizer yang sudah disiapkan

Protokol Dalam Keluarga

1. Hindari kegiatan pertemuan massal di dalam ruang lingkup keluarga (misalkan acara keagamaan, pernikahan, dan acara kebudayaan)
2. Pastikan keluarga mendapatkan informasi akurat tentang COVID-19 sehingga dapat melawan berita bohong (Hoaks)
3. Pastikan seluruh anggota keluarga diingatkan untuk selalu menerapkan protokol 3M
4. Utamakan bekerja dan belajar dari rumah dan batasi mobilitas di luar rumah
5. Pastikan untuk selalu mencuci tangan dan melepas alas kaki sebelum masuk ke rumah
6. Pastikan untuk selalu mandi segera setelah pergi sebelum bertemu dengan anggota keluarga lain
7. Baju dan masker kain yang dipakai saat berpergian harus segera dicuci. Jika pakai masker sekali pakai, buang di tempat sampah tertutup
8. Letakan tas, dompet, kunci, hp, dan barang yang sering disentuh di satu tempat. Lap dengan disinfektan sebelum dipegang/digunakan kembali
9. Hindari pertemuan dengan anggota keluarga di luar rumah yang berusia rentan atau memiliki komorbid
10. Pastikan setiap anggota keluarga saling terhubung secara sosial dan saling memberikan dukungan psikologis

Setelah Anda di Vaksin, maka

Protokol kesehatan harus menjadi habitus dan budaya baru kehidupan sehari-hari.