



PANDUAN PELAKSANAAN PROTOKOL KESEHATAN



**SATUAN TUGAS PENANGANAN COVID-19
2021**

PANDUAN PELAKSANAAN PROTOKOL KESEHATAN

**SATUAN TUGAS PENANGANAN COVID-19
2021**

Panduan Pelaksanaan Protokol Kesehatan

ISBN: 978-623-96783-5-7

**Ukuran Buku:
148 x 210 mm**

**Jumlah Halaman:
xi + 95 halaman**

**Naskah:
Bidang Perubahan Perilaku Satgas Penanganan COVID-19**

**Editor:
Tim Ahli Bidang Perubahan Perilaku Satgas Penanganan COVID-19**

**Desain:
Satgas Penanganan COVID-19**

**Penerbit:
Satgas Penanganan COVID-19**

**Sumber Ilustrasi:
Freepik, Canva.**

**Boleh mengumumkan, mendistribusikan, mengkomunikasikan,
dan/atau menggandakan sebagian atau seluruh isi buku ini sepanjang
bukan untuk kepentingan komersial dan menuliskan sumbernya.**

PENGARAH

Letnan Jenderal TNI Ganip Warsito, S.E., M.M
Ketua Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Nasional

PENANGGUNG JAWAB

Dr. Sonny Harry B. Harmadi
Ketua Bidang Perubahan Perilaku
Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Nasional

PENYUSUN

Ir. Anggraeni Irawati H. – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Dwi Tyas Wijayanti, S.I.Kom - Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Syamira Nurjannah Ramadhani, S.KM – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Ratna Dwicahyaningtyas, S.KM – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Evi Nurfitriani, S. Kel. – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Olga Putri Sholicha, S.T – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Septia Ratna Sari, S.T – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Thariq Alfian S. Sos – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Fimela Apriany, S.H., MAPS. – Bidang Perubahan Perilaku STPC-19
Nur Fitriana, M.A - Sub-Bidang Edukasi Bidang Perubahan Perilaku

PENELAAH AHLI

Prof. dr. Tjandra Yoga Aditama, Sp.P(K), DTM&H, DTCE, FISR-UI
Prof. Dr. Keri Lestari, M.Si. Apt – UNPAD
Prof. Dr. dr. Agus Purwadianto, DFM., SH., M.Si., Sp.FM(K) - UI
Prof. Dr. Kusnandi Rusmil, dr., Sp.A(K), M.M. - UNPAD
dr. Mohammad Subuh, MPPM - Staf Ahli Kementerian Kesehatan RI
drg. Kartini Rustandi, M.Kes – Ditjen Kesmas Kemenkes
Dicky Budiman, dr., M. Sc.PH - Griffith University
Dr. Andik Matulesy, M.Si., Psikolog – UNTAG Surabaya
Dewi Nur Aisyah, SKM, MSc, PhD, DIC - Bidang Data & IT STPC-19
dr. R. Koesmedi Priharto, Sp.OT, FICS, FAPOA, M.Kes – Bidang Penanganan Kesehatan STPC-19

SAMBUTAN

Pandemi COVID-19 mendorong kita untuk melakukan perubahan perilaku, beradaptasi dengan kebiasaan baru. Tujuannya agar kita dapat tetap beraktifitas namun dengan menekan serendah mungkin risiko penularan. Aktifitas di ruang publik harus dilakukan dengan penerapan protokol kesehatan yang ketat dan spesifik.

Penerbitan Buku Protokol Kesehatan ini merupakan salah satu upaya Satuan Tugas Penanganan COVID-19 dalam mendorong perubahan perilaku. Masyarakat diharapkan dapat semakin disiplin dalam menerapkan protokol kesehatan. Karena dengan menerapkan kedisiplinan kolektif maka penyebaran virus COVID-19 dapat kita dihentikan.

Panduan ini bersifat umum. Dalam pelaksanaannya harus memperhatikan level PPKM di masing-masing wilayah, serta mengacu pada aturan yang ditetapkan Pemerintah dan atau Pemerintah Daerah.

Saya ucapkan terima kasih kepada seluruh tim penyusun, atas dedikasi dan kerja kerasnya. Semoga buku protokol kesehatan ini dapat memberikan manfaat bagi masyarakat Indonesia dan Allah SWT senantiasa memberikan perlindungan-Nya kepada Bangsa Indonesia.

Jakarta, Agustus 2021

Ketua Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Nasional

ttd.

Letnan Jenderal TNI Ganip Warsito, S.E., M.M.

KATA PENGANTAR

Perubahan perilaku merupakan kunci dalam penanganan pandemi COVID-19. Perubahan yang mengharuskan setiap individu untuk menerapkan protokol kesehatan 3M (memakai masker, menjaga jarak dan menghindari kerumunan, serta mencuci tangan pakai sabun) sebagai kebiasaan yang dilakukan setiap hari. Di samping itu, masyarakat harus mampu beradaptasi dengan peraturan protokol kesehatan saat melakukan aktifitas khususnya di ruang publik. Pengaturan protokol kesehatan ini dimaksudkan untuk melindungi masyarakat, sehingga semua aktifitas dapat berjalan dengan risiko penularan serendah mungkin.

Buku Protokol Kesehatan ini disusun oleh Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Bidang Perubahan Perilaku berdasarkan referensi ahli dan implementasi kebijakan yang ada. Sebagai bahan informasi masyarakat dalam menerapkan protokol kesehatan sesuai dengan aktifitas yang dilakukan.

Panduan ini masih dapat terus disempurnakan sesuai perkembangan kajian para ahli dan evaluasi pelaksanaan kebijakan penanganan COVID-19.

Kami menyampaikan terima kasih atas arahan Letnan Jenderal TNI Ganip Warsito, S.E., M.M selaku Ketua Satgas Penanganan COVID-19 Nasional. Apresiasi dan penghargaan kami atas kerja keras tim penyusun dan penelaah ahli. Semoga Tuhan Yang Maha Esa, senantiasa melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya serta memberikan kekuatan bagi kita semua dalam upaya mengakhiri pandemi COVID-19 dan dampaknya.

Jakarta, Agustus 2021
Ketua Bidang Perubahan Perilaku
Satuan Tugas Penanganan COVID-19

ttd.

Dr. Sonny Harry B Harmadi

DAFTAR ISI

VI **SAMBUTAN**
Ketua Satuan Tugas Penanganan
COVID-19 Nasional

VIII **KATA PENGANTAR**
Ketua Bidang Perubahan Perilaku
Satuan Tugas Penanganan COVID-19

X **DAFTAR ISI**

PROTOKOL KESEHATAN 3M **01**

SKRINING MANDIRI **04**
Skrining Mandiri Saat Sebelum Bepergian

PROTOKOL KESEHATAN

Rumah **06**

Tempat Kerja **13**

Tempat Ibadah **17**

Pemakaman **20**

Transportasi Publik **22**

Tempat Pendidikan **26**

Pesantren **34**

Saat Pertemuan **37**

DAFTAR ISI

PROTOKOL KESEHATAN

Mall	46
Pasar	50
Pedagang Kaki Lima	53
Fasilitas Pelayanan Kesehatan	55
Tempat Wisata	64
Restoran	66
Olahraga	70
Tempat Pertunjukan	85
Tempat Penyiaran	90

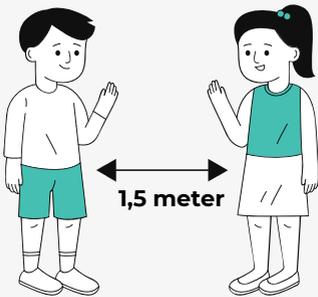
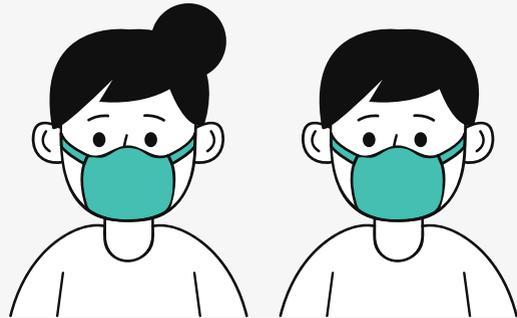
DAFTAR PUSTAKA

92

PROTOKOL KESEHATAN 3M

M emakai Masker

- Memakai masker dengan benar dan dapat menerapkan penggunaan masker ganda di tempat yang memiliki risiko penularan cukup tinggi
- Pastikan masker yang digunakan terjaga kebersihannya



M encuci Tangan pakai Sabun

Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir dilakukan selama 20 detik. Hal ini dapat menurunkan risiko tertular hingga 35% atau dengan menggunakan *hand sanitizer* dengan kandungan alkohol minimal 70%



M enjaga Jarak & menghindari kerumunan

Jaga jarak aman minimal 1,5 meter (disarankan 2 meter) untuk mengurangi risiko tertular dan menularkan

Cara Memakai Masker yang Benar

1



Cuci tangan pakai sabun/ *hand sanitizer* sebelum pakai masker

2



Pakai masker bersih yang tidak rusak/ kotor

4



Hindari menyentuh bagian depan masker saat digunakan

3



Pastikan masker menutup ketat area hidung, mulut dan dagu

5



Pakai masker ganda lebih baik, dengan kombinasi masker medis + masker kain

6



Tekan bagian atas masker sehingga menutup mengikuti bentuk hidung

8



Kembali cuci tangan pakai sabun/ *hand sanitizer* setelah lepas masker

7



Lepas masker dari tali belakang

Enam Langkah Mencuci Tangan



Kapan dan Seberapa Sering Kita Harus Cuci Tangan?

Mencuci tangan dengan sabun pada air mengalir selama 20 detik. Hendaknya dilakukan sesering mungkin, terutama sebelum menyentuh bagian wajah dan memegang makanan/minuman

SKRINING MANDIRI PROTOKOL KESEHATAN

Sebelum memutuskan untuk bepergian,
sebaiknya melakukan skrining mandiri terlebih dahulu



USIA

Anak-anak (di bawah 5 tahun) & lansia (di atas 60 tahun) disarankan tidak bepergian ke kerumunan (tempat publik).

GEJALA

Orang-orang dengan gejala berikut tidak diperbolehkan bepergian ke kerumunan (tempat publik):

- Batuk (kering)
- Demam
- Sakit tenggorokan
- Lemas
- Nyeri sendi seluruh tubuh
- Pilek/flu
- Sesak napas
- Bersin-bersin
- Diare



PENYAKIT LAIN

Untuk menghindari penularan virus yang dapat menyebar cepat, pengidap penyakit berikut disarankan untuk membatasi bepergian ke kerumunan (tempat publik) jika tidak penting:

- Tekanan darah tinggi
- Penyakit jantung
- Kencing manis/diabetes
- Penyakit asma
- Penyakit ginjal
- Penyakit lain dengan/ menyebabkan imunitas rendah



Sebelum bepergian, diharapkan setiap orang sudah memiliki aplikasi **Peduli Lindungi**.



Cara Mengukur Suhu Tubuh dengan Termometer

Suhu tubuh normal manusia berada pada kisaran **36,5 - 37,2 derajat Celcius**. Ketika suhu tubuh berada di atas normal, itu berarti tubuh sedang berjuang melawan penyakit atau infeksi yang menyerang.

Termometer Arteri Temporal

Cara penggunaan:

1. Arahkan termometer pada dahi tanpa menyentuh.
2. Tekan tombol hingga berbunyi. Diamkan sejenak, suhu tubuh akan terdeteksi.



Terdapat beberapa jenis thermometer lain yang dapat digunakan di rumah seperti:



Termometer Digital



Termometer Air Raksa

Dalam mengukur suhu, termometer ini menggunakan pemindai inframerah untuk mengukur suhu arteri temporal pada dahi. Termometer jenis inilah yang sering kamu jumpai di ruang-ruang publik saat ini



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI RUMAH



PROTOKOL KESEHATAN SAAT TIBA DI RUMAH

Lakukan hal berikut setiap tiba di rumah setelah melakukan aktivitas/bepergian dari luar



Buang masker sekali pakai, sebelum dibuang robek dan basahi dengan disinfektan agar tidak mencemari petugas pengelola sampah



Bersihkan *handphone*, kacamata, tas dengan disinfektan



Cuci pakaian dan masker (kain) dengan detergen



Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi & mengganti pakaian kerja)



PROTOKOL KESEHATAN SAAT MENERIMA PAKET

1 Manfaatkan mekanisme pembayaran lewat transfer

4 Semprot paket dengan disinfektan

2 Jika harus kontak, jaga jarak aman minimal 1,5 meter

5 Sediakan lap khusus untuk membersihkan paket

3 Minta pengantar mengantarkan paket di teras rumah

6 Cuci tangan usai membuka paket



PROTOKOL KESEHATAN PESAN MAKANAN ONLINE



1
Gunakan transaksi non-tunai (cashless)



2
Pakai masker saat berinteraksi dengan kurir



3
Jaga jarak aman minimal 1,5 meter saat terima pesanan



4
Cuci tangan pakai sabun setelah mengambil makanan dari kurir



5
Pindahkan makanan ke tempat makan milik sendiri



6
Bila memakai tas belanja, cuci tas setelah makanan dikeluarkan. Jika memakai kantong belanja sekali pakai, segera buang kantong



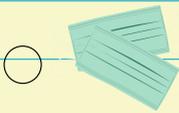
7
Panaskan kembali makanan sebelum dimakan



PROTOKOL KESEHATAN **ISOLASI MANDIRI DI RUMAH**

Pasien terinfeksi sebaiknya dipantau di isolasi terpusat, kecuali dapat melakukan isomantau (isolasi mandiri yang terpantau) dan benar pelaksanaannya.

Hal yang Dibutuhkan saat Melakukan Isolasi Mandiri:



Masker



Disinfektan



Obat-obatan



Vitamin



Oxymeter



Thermometer

- Lakukan pemeriksaan rutin untuk suhu dan saturasi oksigen setiap hari
- Gunakan layanan telemedicine untuk kebutuhan obat-obatan dan vitamin
- Miliki nomor kontak darurat seperti ambulans, Fasilitas Pelayanan Kesehatan terdekat untuk mengantar apabila terjadi perburukan

PROTOKOL KESEHATAN **ISOLASI MANDIRI DI RUMAH**

Selama melakukan isolasi mandiri, **pasien tidak boleh melakukan aktivitas bersama anggota rumah yang lain**, seperti menonton TV, makan bersama, ngobrol di ruang tamu, dan sebagainya.



Pasien **makan** di dalam kamar

Sirkulasi udara di kamar terjaga dengan baik (adanya kipas angin)

Terdapat **ventilasi** udara di kamar (buka jendela)

Pintu kamar pasien selalu **tertutup**

Terdapat **tempat sampah terpisah** yang dilapisi dengan kantong plastik

Pasien dapat berjemur di bawah sinar matahari selama 15-30 menit

TETAP MENJAGA JARAK



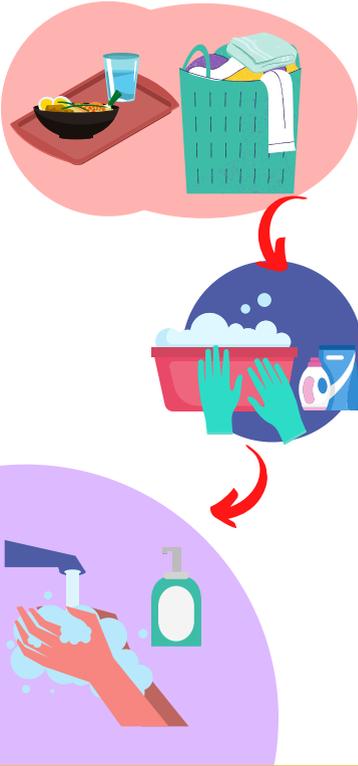
Makanan, minuman dan barang lainnya diletakkan **di luar kamar**

Anggota keluarga lain **tidak ada yang masuk** ke kamar orang terinfeksi COVID-19

Jika sangat **mendesak**, orang yang masuk pada kamar tersebut **memakai masker dan sarung tangan sekali pakai**, serta pasien yang di dalam kamar menggunakan masker



BENDA SEKITAR



Peralatan makan, piring, gelas, handuk terpisah untuk yang terinfeksi COVID-19

Cuci peralatan dengan sabun dan air mengalir, disarankan tetap memakai masker saat mencuci. Setelah mencuci peralatan, cuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 20 detik

Pakaian, sprei, selimut yang sudah dipakai oleh orang yang terinfeksi COVID-19, rendam dalam air sabun baru dibawa keluar kamar. Saat memegangnya gunakan sarung tangan sekali pakai lalu cuci tangan selama 20 detik

Menjemur dan menyetryika pakaian secara terpisah

KAMAR MANDI

Kamar mandi idealnya **terpisah**

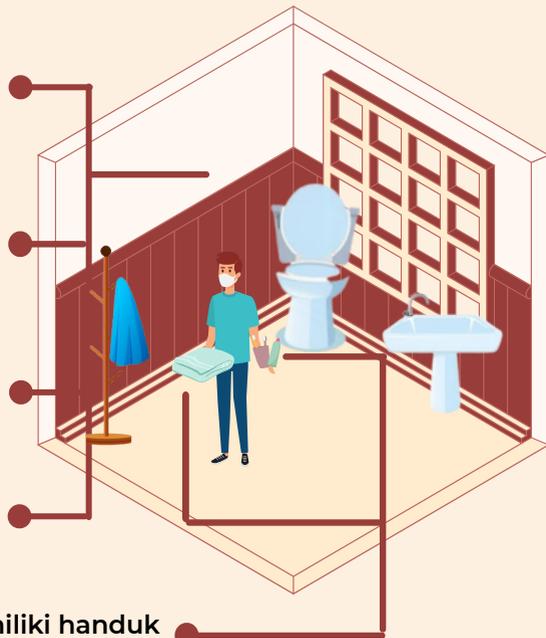
Jika tidak memungkinkan, orang yang terinfeksi COVID-19 menggunakan kamar mandi **setelah** yang lain menggunakan.

Lalu **bersihkan dan disinfeksi kamar mandi** tersebut dengan sarung tangan sekali pakai

Hendaknya membersihkan mandiri wastafel dan sikat gigi bekas

Setelah digunakan, **beri jeda** untuk sirkulasi udara sebelum digunakan oleh anggota keluarga lainnya

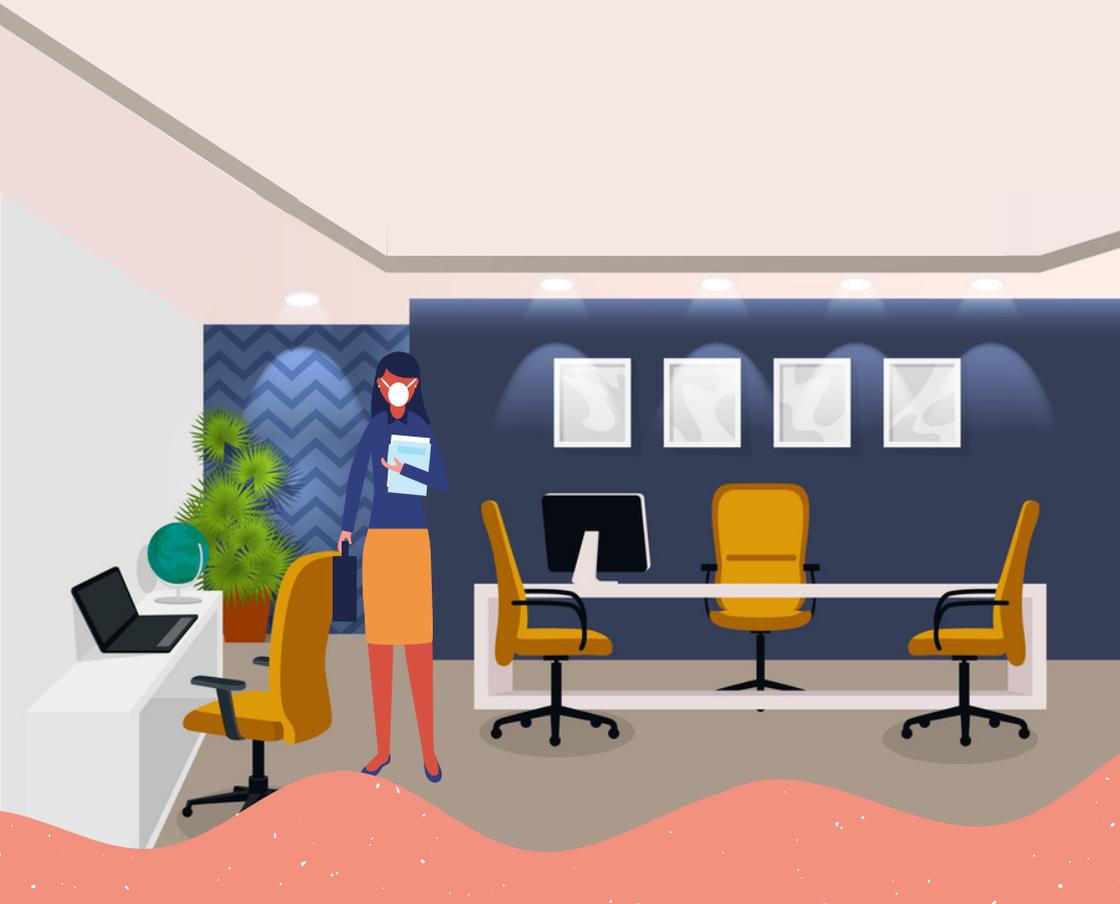
Orang yang terinfeksi COVID-19 memiliki handuk dan alat mandi sendiri dan **tidak berbagi**





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT KERJA



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT KERJA

1. Mendata pegawai dengan komorbid dan risiko tinggi
2. Pembentukan Satgas Perusahaan
3. Penyiapan fasilitas & sarana prasarana pendukung seperti:



Tempat Cuci Tangan



Menyediakan masker cadangan



Membuat tanda-tanda jaga jarak



Ruang Isolasi

4. Pengaturan jadwal kerja secara bergantian (WFH/WFO)
5. Mendorong dan memfasilitasi agar pekerja untuk divaksin



6. Memasang media sosialisasi (*flyer/poster*) di lokasi strategis agar pekerja patuh protokol kesehatan 3M
7. Melakukan tes secara acak dan berkala
8. Menyiapkan isolasi terpadu/ sistem rujukan yang berkoordinasi dengan fasyankes lokal
9. Melakukan disinfeksi ruangan apabila ditemukan kasus
10. Mendata karyawan penyintas COVID-19
11. Memantau dan membantu penyintas yang mengalami fenomena *long COVID*
12. Menyediakan tempat untuk pelaporan bagi penyintas melalui Satgas Perusahaan

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT KERJA

- Pastikan tubuh dalam kondisi sehat, jika ada keluhan batuk, pilek, demam agar tetap tinggal di rumah
- Jika harus menggunakan transportasi umum, tetap menerapkan protokol kesehatan ketat melalui:



1. Selalu memakai masker saat berada di tempat umum
2. Tetap menjaga jarak dengan orang lain minimal 1,5 meter
3. Tidak menyentuh wajah (mata, hidung, mulut) dengan tangan. Gunakan tisu bersih jika terpaksa
4. Tidak sering menyentuh fasilitas umum dan sering gunakan *hand sanitizer*
5. Upayakan membayar secara non tunai, jika terpaksa memegang uang, gunakan *hand sanitizer* sesudahnya
6. Gunakan helm pribadi jika naik motor

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT KERJA



- Saat tiba di kantor, segera mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir
- Gunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol lift
- Tidak berkerumun dan menjaga jarak di lift dengan posisi saling membelakangi



Bersihkan meja/area kerja dengan disinfektan



Aliran udara baik dan sinar matahari masuk ke ruang kerja



Tidak sering menyentuh fasilitas/ peralatan yang dipakai bersama di area kerja, gunakan *hand sanitizer*



Tidak saling berjabat tangan



Tetap menjaga jarak dengan rekan kerja minimal 1,5 meter



Memakai masker setiap saat



Membatasi bicara secara lisan

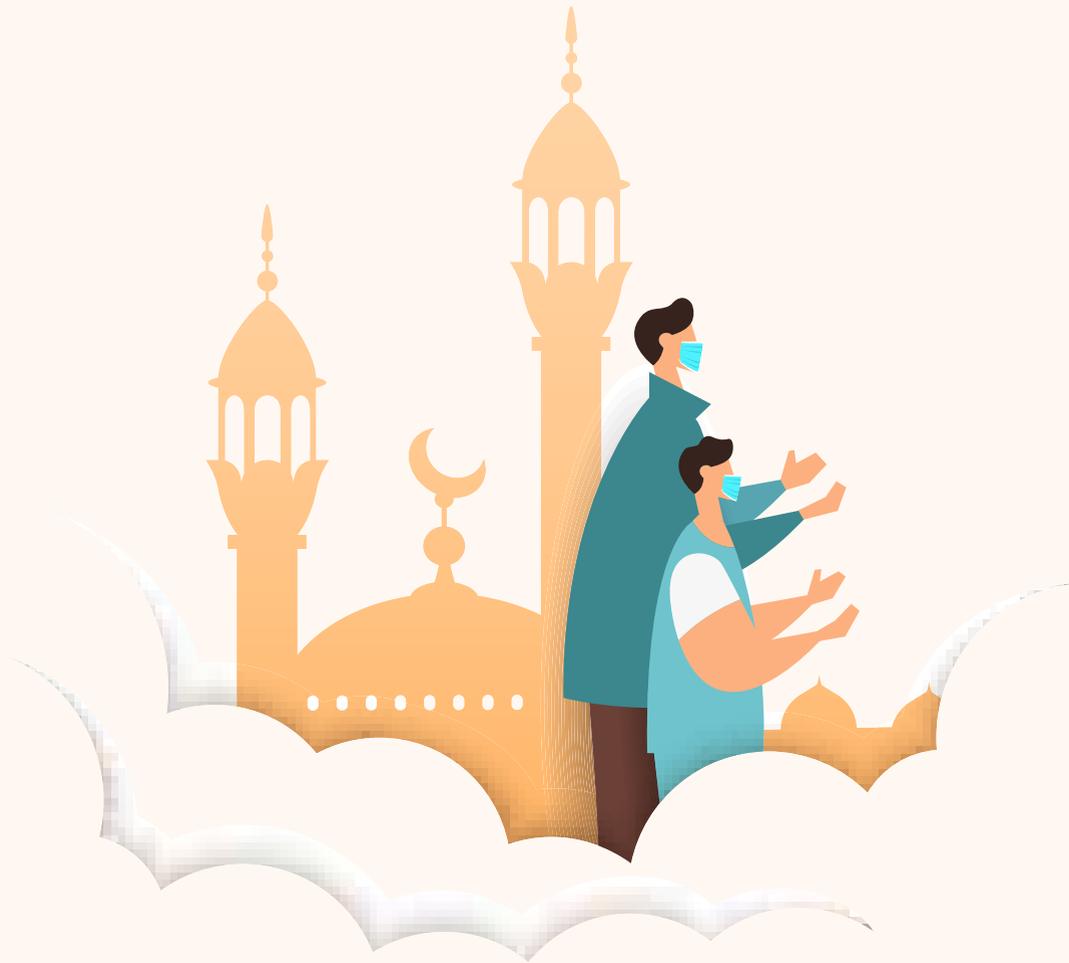


Ketika jam makan siang tidak makan bersama (secara bergantian)



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT IBADAH



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT IBADAH

1



Pastikan kondisi sehat saat melaksanakan ibadah

Membawa peralatan ibadah pribadi

2



3



Menjaga jarak antar jemaah minimal 1,5 meter

Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir/ gunakan *hand sanitizer*

4



5



Wajib memakai masker dan saling mengingatkan kepada jemaah lain

Hindari menyentuh wajah, mata, hidung dan mulut

6



7



Hindari kontak fisik seperti bersalaman/berpelukan

Jemaah kelompok rentan* disarankan beribadah di rumah
*(anak-anak, lansia, pemilik komorbid)

8



9



Bagi jemaah muslim, agar berwudhu di rumah masing-masing



PROTOKOL KESEHATAN **DI TEMPAT IBADAH**

- Memantau dan memperbaharui informasi tentang COVID-19
- Bersihkan dan disinfeksi ruang ibadah secara berkala
- Sediakan fasilitas cuci dengan sabun dan/atau *hand sanitizer* yang mudah diakses oleh Jemaah
- Mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk rumah ibadah
- Tidak menggunakan karpet di lantai rumah ibadah
- Memberikan tanda khusus pengaturan jarak minimal 1,5 meter
- Atur jumlah jemaah di ruang ibadah
- Jemaah membawa peralatan ibadah sendiri
- Sosialisasi dan edukasi jemaah tentang pencegahan penularan COVID-19
- Pasang media informasi di lokasi strategis
- Larangan masuk ke rumah ibadah bagi jemaah dengan gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas
- Pemeriksaan suhu di pintu masuk. Apabila suhu di atas 37,3°C tidak diperkenankan masuk
- Mempersingkat waktu pelaksanaan ibadah tanpa mengurangi ketentuan kesempurnaan ibadah



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI PEMAKAMAN



PROTOKOL KESEHATAN **DI PEMAKAMAN**

- 1** Pastikan pelayat yang hadir dalam kondisi sehat
- 2** Pembatasan jumlah pelayat yang hadir
- 3** Selalu memakai masker selama prosesi pemakaman berlangsung
- 4** Menjaga jarak minimal 1,5 meter dengan pelayat lain
- 5** Pastikan terdapat fasilitas masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak
- 6** Mencuci tangan pakai sabun sebelum dan setelah pemakaman





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TRANSPORTASI PUBLIK



PROTOKOL KESEHATAN DI TRANSPORTASI PUBLIK



Membentuk Tim/Pokja Pencegahan COVID-19 untuk membantu penyelenggara/ pengelola dalam penanganan COVID-19 dan masalah kesehatan lainnya



Larangan masuk ke area stasiun/terminal/pelabuhan/bandar udara bagi yang memiliki gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas



Penerapan cegah tangkal penyakit bagi keberangkatan penumpang dan kedatangan penumpang WNI/WNA/luar daerah di pelabuhan dan bandara mengikuti ketentuan peraturan yang berlaku



Petugas yang terlatih dengan menggunakan alat pelindung diri seperti masker dan pelindung wajah melakukan pemeriksaan suhu tubuh di setiap titik masuk stasiun/terminal/pelabuhan/bandar udara

Menyediakan area yang aman dan sehat di stasiun/terminal/pelabuhan/bandar udara yang terdiri atas:



Higienitas dan sanitasi di sekitar area lingkungan



Lakukan pengaturan pada semua tempat duduk berjarak min. 1,5 m



Melakukan pemantauan kesehatan kepada pekerja secara berkala



Dilengkapi dengan alat mobilisasi vertikal



Menyediakan sarana cuci tangan dengan sabun



Melakukan upaya untuk meminimalkan kontak dengan penumpang



Menyediakan layanan kesehatan untuk pengguna layanan bila mengalami sakit



Memasang media informasi untuk mengingatkan kepatuhan proses 3M

PROTOKOL KESEHATAN DI TRANSPORTASI PUBLIK



Memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berangkat bekerja. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas tetap di rumah dan periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila berlanjut dan melaporkan pada pimpinan tempat kerja



Melakukan pembersihan dan disinfeksi area kerja yang digunakan di stasiun/terminal/pelabuhan/bandar udara sebelum dan sesudah bekerja

Selama bekerja selalu memakai masker, jaga jarak minimal 1,5 meter, hindari menyentuh area wajah, jika terpaksa akan menyentuh area wajah pastikan tangan bersih dengan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*

Berpartisipasi aktif saling mengingatkan untuk melakukan pencegahan penularan COVID-19 seperti memakai masker, menjaga jarak dan mencuci tangan pakai sabun



Saat tiba di rumah, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah



Bersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan



Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti mengonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 - 45 menit sehari dan istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam, serta menghindari faktor risiko penyakit

PROTOKOL KESEHATAN **DI TRANSPORTASI PUBLIK**



Memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum melakukan perjalanan. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas tetap di rumah dan periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila berlanjut



Mengikuti ketentuan persyaratan berpergian terkait seperti syarat vaksinasi dan hasil tes Antigen/PCR



Selalu memakai masker selama berada di stasiun/terminal/pelabuhan/bandar udara. Disarankan menggunakan masker ganda



Menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*



Tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1,5 meter antar pengunjung



Hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut



Saat tiba di rumah, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah



Bersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan



Penumpang dengan moda transportasi udara/laut, mengisi **Kartu Kewaspadaan Kesehatan (Health Alert Card/HAC)** sesuai ketentuan yang berlaku



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN

Saat Memasuki/
Keluar Tempat pendidikan



MENGATUR JALUR

Menentukan pintu masuk dan pintu keluar yang berbeda

FASILITAS

- Menyediakan fasilitas cuci tangan dengan air dan sabun (*wastafel/wastafel portable*) atau *hand sanitizer* berbasis alkohol minimal 70%
- Menyediakan cadangan masker bagi siswa/tendik yang tidak membawa masker cadangan ke lingkungan pendidikan

PERALATAN WAJIB

Sebelum berangkat, siswa/tendik sudah sarapan, sehat, pakai masker, membawa *hand sanitizer*, alat ibadah dan membawa bekal serta alat makan sendiri

MENGUKUR SUHU

- Pengukuran dilakukan pada tempat masuk. Diperbolehkan masuk jika suhu $<37.3^{\circ}\text{C}$ yang dilakukan berdasarkan jadwal
- Pemeriksa suhu tubuh berjumlah lebih dari 1 orang

SAAT PULANG

Lakukan disinfeksi barang-barang yang digunakan seperti *handphone*, kacamata, dompet dan segera mandi



TRANSPORTASI

- Siswa/tendik diimbau tidak menggunakan transportasi umum
- Apabila menggunakan transportasi umum, tetap mematuhi protokol kesehatan selama perjalanan
- Jika dimungkinkan sekolah bersama Pemda dapat memfasilitasi transportasi yang aman bagi siswa yang rumahnya jauh

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN

DURASI

- Mempersingkat durasi jadwal Kegiatan Belajar Mengajar (KBM) sesuai dengan pedoman atau panduan yang sudah ditetapkan*
*berdasarkan level wilayah dan tingkat pendidikan sesuai dengan peraturan yang berlaku dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik dan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 setempat
- Tidak di dalam ruangan lebih dari 2 jam. Setelah 2 jam, dapat keluar ruangan untuk beristirahat selama 10 hingga 15 menit lalu kembali

FREKUENSI

- Mengurangi frekuensi Kegiatan Belajar Mengajar yang berpotensi menimbulkan kerumunan
- Menggunakan sistem bergiliran rombongan belajar (*shifting*) yang ditentukan oleh masing-masing satuan pendidikan dengan memperhatikan kapasitas ruang belajar dan berjarak minimal 1,5 m antar peserta didik



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN

SIRKULASI UDARA

- Memastikan ventilasi dan sirkulasi udara baik
- Hindari ruangan tertutup (aula)

JARAK

Jarak antar siswa (depan belakang, samping kiri kanan) minimal 1,5 m*

*Bila kursi permanen, dapat mengosongkan 1 baris

KAPASITAS < 50%

Mengurangi kapasitas ruang kelas, tenaga kependidikan, laboratorium minimal 50%*

*berdasarkan level wilayah dan tingkat pendidikan sesuai dengan peraturan yang berlaku dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik dan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 setempat



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN

SISTEM BELAJAR

- Satuan pendidikan tetap menyediakan fasilitas untuk mengikuti pembelajaran dari rumah (*online*) bagi siswa yang tidak mengikuti belajar tatap muka
- Menerapkan kombinasi sistem belajar tatap muka dan Belajar Dari Rumah (BDR) secara bergantian (bagi yang memang mampu), tidak perlu dipaksakan hanya tatap muka

PAPERLESS

- Beralih dari media cetak ke digital (*paperless*) untuk materi pembelajaran atau informasi seputar jadwal KBM dan lainnya
- Tidak diperbolehkan saling meminjamkan/bertukar alat tulis atau barang pribadi



**JAGA JARAK AMAN
MINIMAL 1,5 METER**



PROTOKOL KESEHATAN **DI TEMPAT PENDIDIKAN**

PENGAJAR DAN PENDIDIK **DI LINGKUNGAN PENDIDIKAN**

Semua tenaga kependidikan dan petugas pendukung pendidikan* menjadi teladan mematuhi protokol kesehatan dalam kondisi sehat dan memakai masker

*Petugas berusia <45 tahun, tidak bergejala COVID-19, serta tanpa penyakit komorbid

SURAT PERNYATAAN **DAN VERIFIKASI**

Membuat surat pernyataan bahwa lingkungan pendidikan telah menerapkan protokol kesehatan sesuai ketentuan dan mendapat verifikasi kelayakan dari Satuan Tugas Penanganan COVID-19 daerah setempat serta sesuai dengan koordinasi Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik Indonesia



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENDIDIKAN



MAKANAN/MINUMAN

DI LINGKUNGAN PENDIDIKAN*

Kantin dilarang untuk buka. Diupayakan sekolah selesai sebelum jam makan siang namun apabila tetap makan siang di sekolah maka perlu dilakukan:

- Membawa bekal makanan dan minuman dari rumah
- Saat makan dan minum, tetap menjaga jarak minimal 1,5 meter, dilarang berbicara dan segera menggunakan masker kembali setelah selesai

*berdasarkan level wilayah dan tingkat pendidikan sesuai dengan peraturan yang berlaku dari Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi Republik dan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 setempat

DISINFEKSI

Lakukan disinfeksi sarana prasarana dan lingkungan satuan pendidikan secara rutin saat sebelum dan sesudah proses pembelajaran tatap muka. Terutama pada benda yang sering disentuh.

CARA DISINFEKSI

- Tidak dikenakan langsung ke kulit tubuh, makanan, dan minuman tanpa penutup
- Pilihan disinfeksi: Disinfeksi kimia (klorin 0.5%, larutan pembersih, alkohol 70%), Disinfektan fisik (Sinar UV)

MITIGASI PROTOKOL KESEHATAN DI SEKOLAH



MELARANG KERUMUNAN

Mewajibkan siswa untuk langsung pulang setelah Kegiatan Belajar Mengajar usai dilarang berkerumun



SIMULASI KEGIATAN

Perlunya simulasi termasuk pengawasannya, dapat melibatkan orang tua siswa secara bergiliran



ISOLASI MANDIRI

Isolasi mandiri selama 7-14 hari bagi peserta didik dan tendik sebelum mulai pembelajaran tatap muka dapat menjadi pilihan kebijakan



FASILITAS KESEHATAN

Mendapat supervisi Puskesmas setempat. Unit Kesehatan Sekolah terhubung dengan Puskesmas terdekat



MITIGASI RISIKO

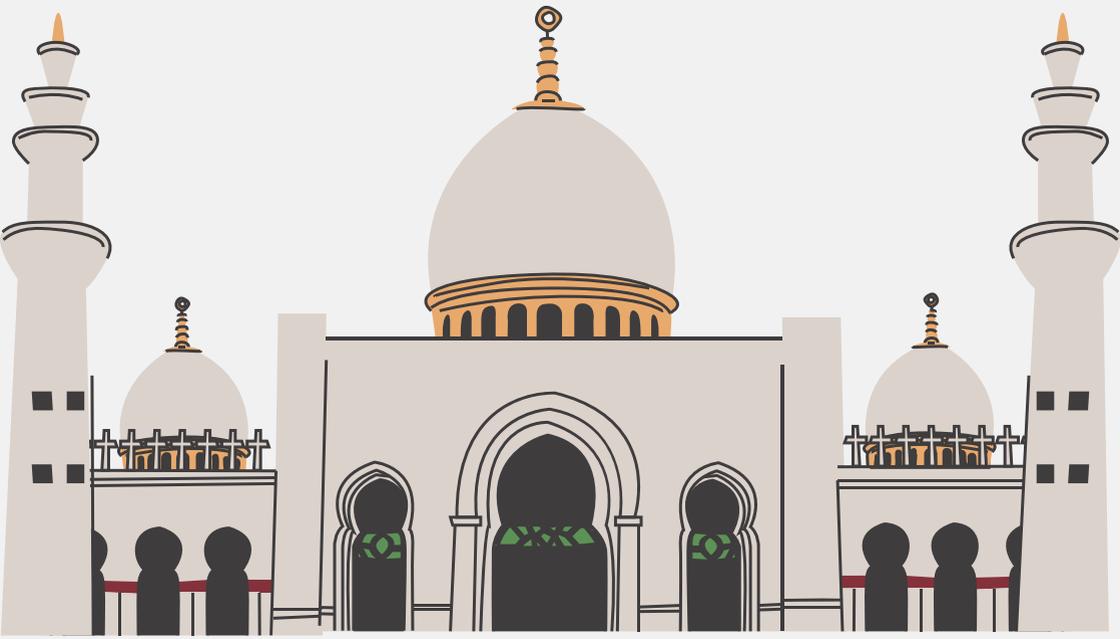
Mitigasi risiko selama perjalanan siswa dan guru dari dan ke sekolah. Pastikan aman dan dapat difasilitasi jika perlu





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI PESANTREN



PROTOKOL KESEHATAN DI PESANTREN



Ketentuan protokol kesehatan yang berlaku pada sekolah/ pendidikan keagamaan yang tidak berasrama berlaku juga untuk pesantren dan pendidikan keagamaan yang berasrama



Membudayakan pemakaian masker, jaga jarak minimal 1,5 m dan tidak membuat kerumunan, mencuci tangan, dan menerapkan etika batuk/ bersin yang benar



Melakukan pemeriksaan kondisi kesehatan warga satuan pendidikan, melakukan tes secara berkala dan mengamati kondisi umum secara berkala:

- Apabila suhu $\geq 37,3^{\circ}\text{C}$, maka tidak diizinkan untuk memasuki ruang kelas dan/atau ruang asrama, dan melakukan isolasi di ruang khusus yang telah disediakan oleh pesantren/pendidikan keagamaan
- Apabila disertai dengan gejala batuk, pilek, sakit tenggorokan, dan/atau sesak napas disarankan untuk segera menghubungi petugas kesehatan pada fasilitas pelayanan kesehatan setempat



PROTOKOL KESEHATAN DI PESANTREN

Bagi yang tidak sehat atau memiliki riwayat berkunjung ke negara atau daerah terjangkit dalam 14 hari terakhir untuk segera melaporkan diri kepada pengelola pesantren/ pendidikan keagamaan

Menyediakan ruang isolasi yang berada terpisah dengan kegiatan pembelajaran atau kegiatan lainnya

Menyediakan sarana CTPS (cuci tangan pakai sabun) dengan air mengalir atau pembersih tangan (*hand sanitizer*)

Memasang media sosialisasi pesan 3M, cara mencegah penularan COVID-19, etika batuk/bersin di tempat strategis

Membuat surat pernyataan bahwa lingkungan pesantren/pendidikan keagamaan telah menerapkan protokol kesehatan sesuai ketentuan dan mendapat verifikasi kelayakan dari Satuan Tugas Penanganan COVID-19 daerah setempat serta sesuai dengan koordinasi Kementerian Agama

Membersihkan ruangan dan lingkungan secara berkala dengan disinfektan, khususnya fasilitas yang sering terpegang oleh tangan

Menyediakan makanan gizi seimbang yang dimasak sampai matang dan disajikan dengan menggunakan sarung tangan dan masker





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN



PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN



Memperhatikan informasi terkini serta imbauan dan instruksi Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah terkait COVID-19 di wilayahnya



Memastikan seluruh panitia/peserta yang terlibat memahami tentang pencegahan penularan COVID-19



Larangan masuk bagi panitia/peserta yang memiliki gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas



Melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala (paling sedikit tiga kali sehari) terutama pada pegangan pintu dan tangga, kursi, meja, mikrofon, tombol *lift*, pintu toilet dan fasilitas umum lainnya

PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN

Diusahakan pertemuan berlangsung maksimal hingga 2 jam. Apabila kegiatan/rapat lebih dari 2 jam, hendaknya keluar ruangan selama 10 - 15 menit setiap 2 jam kemudian melanjutkan kembali

Mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari, serta melakukan pembersihan filter AC

Menyediakan *hand sanitizer* di area pertemuan/kegiatan seperti pintu masuk, lobi, meja resepsionis/registrasi, pintu lift dan area publik lainnya

Menyediakan fasilitas cuci tangan pakai sabun

Memasang media sosialisasi di lokasi-lokasi strategis untuk mengingatkan pengunjung/peserta agar selalu mengikuti protokol kesehatan 3M

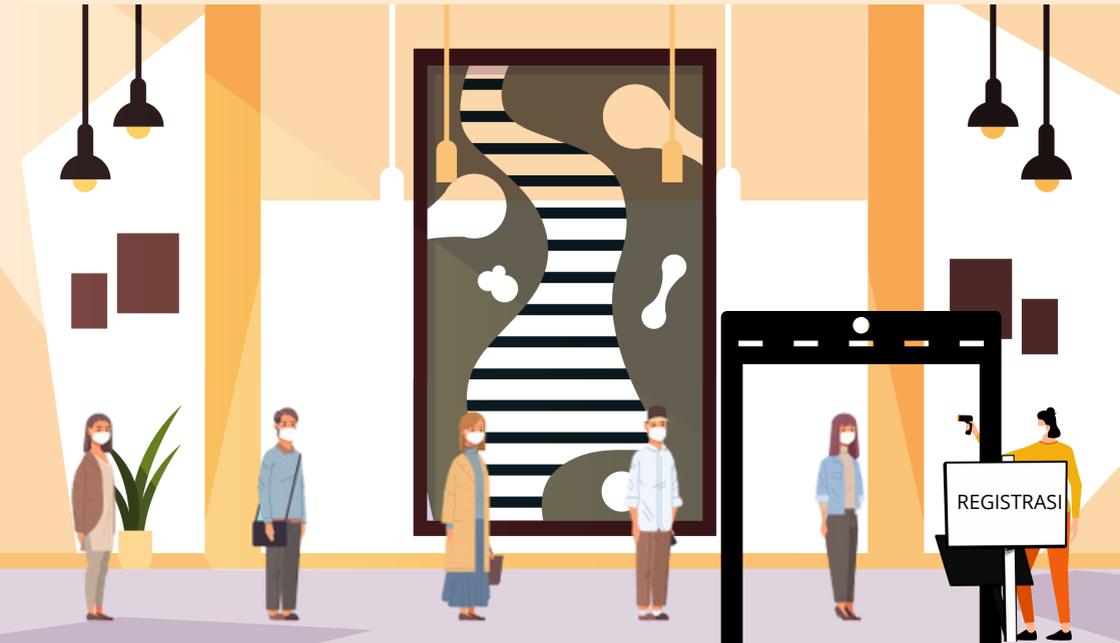
Tidak makan dan minum selama rapat



PROTOKOL KESEHATAN **SAAT PERTEMUAN**

Beberapa hal yang perlu diperhatikan saat registrasi peserta

- 1 Untuk panitia/peserta dari luar kota, mengikuti protokol kesehatan peraturan yang berlaku (menyertakan hasil tes COVID-19 negatif)
- 2 Menginformasikan kepada peserta untuk membawa peralatan pribadi seperti alat salat, alat tulis dan lain sebagainya
- 3 Menyediakan alat pengecekan suhu di pintu masuk bagi seluruh panitia/peserta/pihak lain yang terlibat
- 4 Menyiapkan rencana/prosedur kesehatan, mitigasi paparan dan evakuasi darurat yang sesuai dengan pertemuan/event yang direncanakan



PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN

Hal yang perlu dilakukan saat di lokasi pertemuan

Tetapkan batas jumlah panitia/peserta yang dapat menghadiri langsung pertemuan/event sesuai kapasitas *venue*

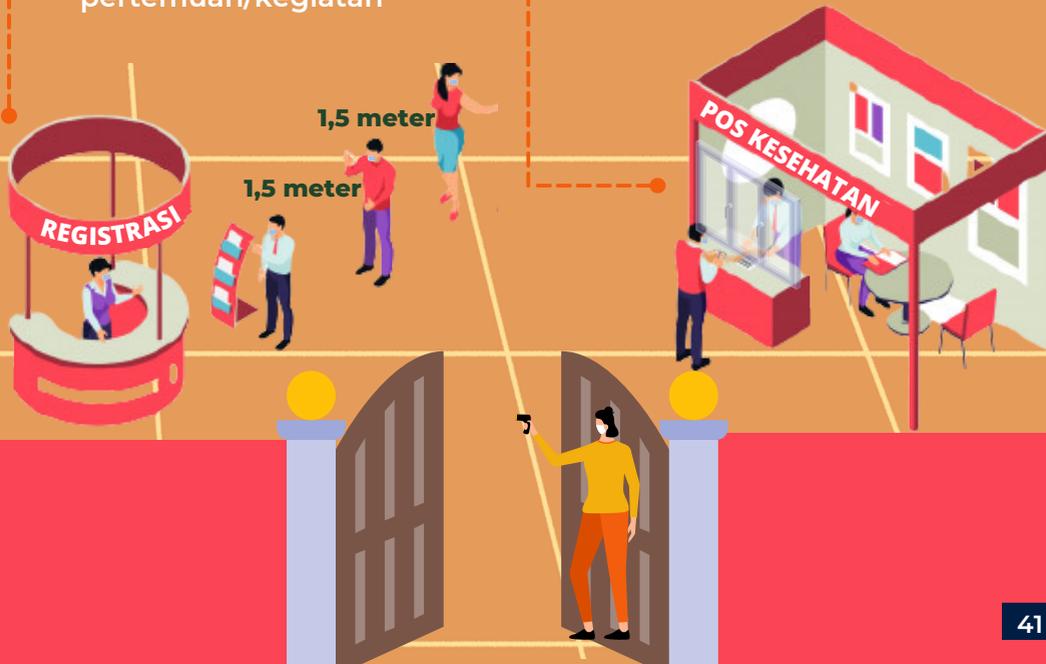
Pemasangan pembatas/tabir kaca untuk pegawai yang berkaitan dengan pelayanan

Reservasi/pendaftaran assessment dan mengisi *form self assessment* risiko COVID-19 secara *online*, jika hasil *self assessment* terdapat risiko besar maka tidak diperkenankan mengikuti acara pertemuan/kegiatan

Mengatur tata letak (*layout*) tempat pertemuan/event (kursi, meja, *booth*, lorong) untuk memenuhi aturan jarak aman minimal 1,5 meter

Sediakan ruang khusus di luar tempat pertemuan/event sebagai pos kesehatan dengan tim kesehatan

Apabila terdapat proses transaksi pembayaran, dapat dilakukan secara daring (*online*)/*cashless*



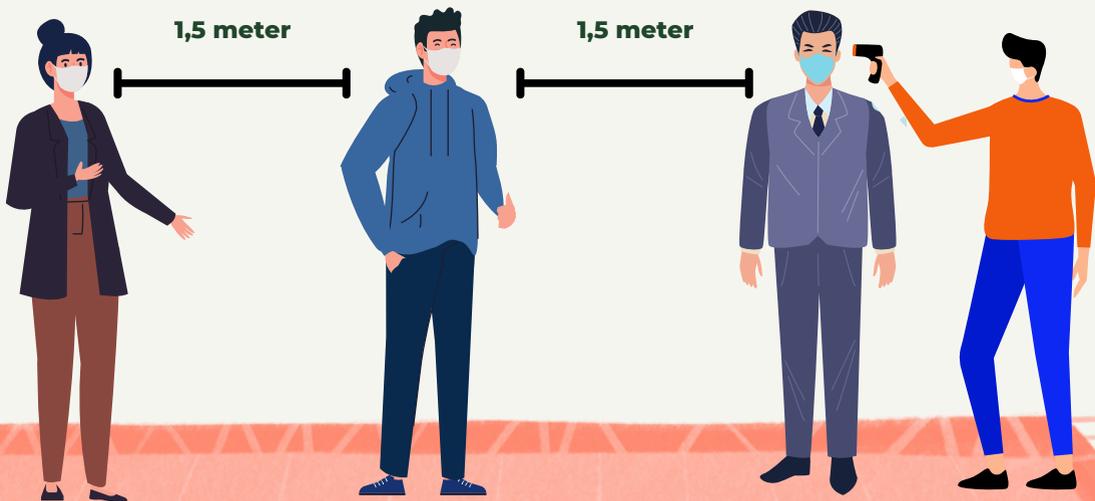
PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN

Hal yang perlu diperhatikan saat cek kesehatan:

Memastikan semua yang terlibat menjaga jarak aman minimal 1,5 meter dengan penerapan prosedur antrian

Menyiapkan petugas untuk memberikan informasi dan mengawasi protokol kesehatan

Memastikan semua yang terlibat dalam kegiatan tersebut dalam kondisi sehat dengan melakukan pengukuran suhu tubuh di pintu masuk. Apabila ditemukan suhu $> 37,3^{\circ}\text{C}$ (2 kali pemeriksaan dengan jarak 5 menit), maka tidak diperkenankan masuk ke acara pertemuan/kegiatan



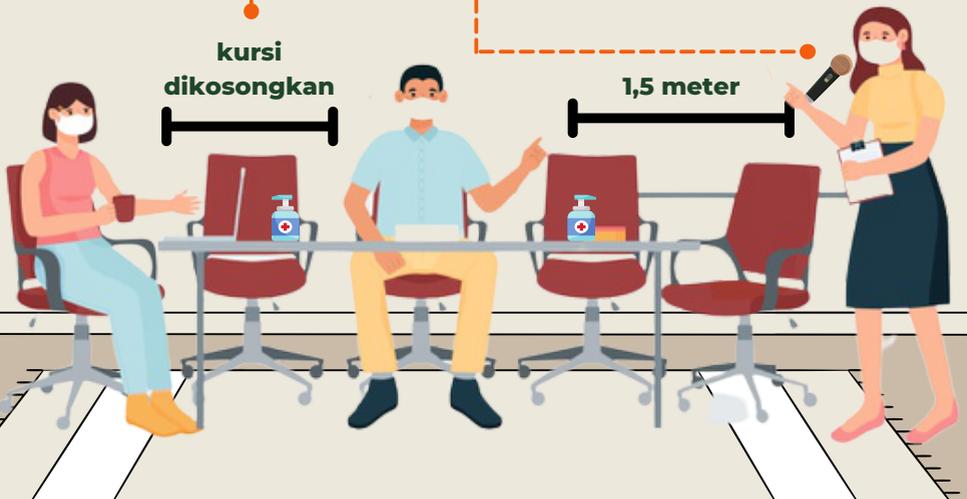
PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN

- Jika menggunakan tempat duduk, kursi diatur berjarak minimal 1,5 meter atau diberikan sekat transparan
- Apabila kursi permanen, dapat dikosongkan beberapa kursi
- Dapat dilakukan dengan memberi tanda di lantai

Tidak meletakkan barang yang ada di meja tamu/ peserta dan menyediakan barang yang dikemas secara tunggal jika memungkinkan seperti alat tulis, gelas minum dan lain-lain

Jika menggunakan *microphone* harus dipastikan tersedia dalam jumlah yang cukup, menggunakan *cover* penutup *microphone* yang dapat diganti, serta menyediakan *hand sanitizer*

Tidak dianjurkan untuk menyelenggarakan kegiatan dengan model peserta berdiri (tidak disediakan tempat duduk) seperti kelas festival dikarenakan sulit menerapkan prinsip jaga jarak



PROTOKOL KESEHATAN SAAT PERTEMUAN



Tidak boleh berbicara selama makan/
minum



- Jika menyediakan makan/minum, makan/minum disediakan diolah dan disajikan secara higienis
- Anjurkan panitia/peserta untuk membawa botol minum sendiri,
- Disediakan dengan sistem konter/ *stall* dan menyediakan pelayan yang mengambilkan makanan/minuman. Atau menyiapkan makanan box, tidak disarankan prasmanan



Bila memungkinkan, agar membawa alat
makan sendiri (sendok, garpu, sumpit)

PROTOKOL KESEHATAN **SAAT PERTEMUAN**

Pengaturan jalur keluar yang berbeda dengan jalur masuk bagi panitia/peserta agar tidak terjadi kerumunan

Memastikan proses disinfeksi meja dan kursi serta peralatan yang telah digunakan panitia/peserta dilakukan dengan tingkat kebersihan yang lebih tinggi

Memastikan untuk memakai sarung tangan dan masker saat melakukan pekerjaan pembersihan dan saat menangani limbah dan sampah di tempat pertemuan

Melakukan pemantauan kesehatan panitia/peserta





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI MALL



PROTOKOL KESEHATAN SAAT DI MALL

Atur toko/gerai sesuai ketentuan Pemda dan bentuk Tim pencegahan COVID-19

Sosialisasi pencegahan COVID-19 kepada seluruh pekerja dan pengunjung tentang wajib pakai masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, jaga jarak minimal 1,5 meter

Lakukan tes COVID-19 secara berkala. Lakukan skrining *self assessment* COVID-19 sebelum tes

Tidak menyentuh wajah terutama setelah menyentuh barang-barang

Bersihkan dan beri disinfektan semua area/peralatan yang digunakan bersama

Batasi jumlah pengunjung masuk dan pedagang yang beroperasi



Sediakan informasi larangan masuk bagi pekerja pengunjung yang sakit atau pernah kontak dengan orang terkena COVID-19

- Periksa suhu tubuh di pintu masuk
- Petugas memeriksa suhu pakai masker, pelindung wajah, didampingi satpam



PROTOKOL KESEHATAN SAAT DI MALL



Batasi jumlah orang yang masuk lift menggunakan tanda di lantai, saat berdiri di lift saling membelakangi



Atur jarak saat antri, di lift dan tangga, beri penanda di lantai minimal 1,5 meter



Menyediakan fasilitas cuci tangan dan *hand sanitizer* di lokasi strategis



Sediakan ruangan kesehatan untuk pekerja/pengunjung yang mengalami gangguan kesehatan untuk mendapatkan pertolongan pertama

PROTOKOL KESEHATAN **SAAT DI MALL**



Pastikan tetap sehat sebelum berdagang. Tetap di rumah jika sakit dan periksa kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan jika gejala berlanjut dan laporkan pada pimpinan

Selalu pakai masker di perjalanan dan di mall yang akan dituju. Pakai pelindung wajah serta sarung tangan jika kondisi pengunjung padat

Jaga jarak dan hindari menyentuh area wajah. Pastikan tangan bersih bila menyentuh wajah

Ingatkan pengunjung/pembeli untuk jaga jarak jika kondisi pengunjung padat. Tetap jaga jarak minimal 1,5 meter



Sering cuci tangan pakai sabun dan air mengalir atau *hand sanitizer*. Selalu sediakan *hand sanitizer* untuk diri sendiri dan untuk pembeli di toko masing-masing



Minimalisir kontak dengan pelanggan seperti beri partisi di kasir pakai bayar nontunai



Bersihkan dan lakukan disinfeksi toko/gerai sebelum dan sesudah buka



Mandi dan ganti pakaian segera sesampainya di rumah



Konsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik, istirahat cukup, dan tingkatkan daya tahan tubuh

PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI PASAR



PROTOKOL KESEHATAN SAAT DI PASAR



Bentuk tim Pencegahan COVID-19



Mengatur pedagang mengikuti ketentuan pemerintah daerah setempat



Beri tanda larangan masuk ke area pasar bila ada yang memiliki gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas



Sosialisasi edukasi pekerja Pasar tentang pencegahan dan penularan COVID-19



Optimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk area pasar



Menyediakan fasilitas cuci tangan dan hand sanitizer di lokasi strategis



Sediakan ruangan khusus/pos kesehatan untuk penanganan bagi warga pasar yang mengalami gangguan kesehatan



Memastikan sarana prasarana tersedia dan terjaga kebersihannya



Bersihkan/disinfect 3 kali sehari pada area umum



Tidak menyentuh wajah terutama setelah menyentuh barang-barang



PROTOKOL KESEHATAN SAAT DI PASAR

1

Pastikan tetap sehat sebelum berdagang. Tetap di rumah jika sakit dan periksa kesehatan di fasilitas pelayanan kesehatan jika gejala berlanjut

Selalu pakai masker di perjalanan dan di pasar yang akan dituju. Pakai pelindung wajah jika kondisi pengunjung padat

2

3

Jaga jarak dan hindari menyentuh area wajah. Pastikan tangan bersih bila menyentuh wajah

Ingatkan pengunjung/pembeli untuk jaga jarak jika kondisi pengunjung padat. Tetap jaga jarak minimal 1,5 meter

4

5

Sering cuci tangan pakai sabun dan air mengalir atau *hand sanitizer*

Minimalisir kontak dengan pelanggan, gunakan sarung tangan ketika melakukan transaksi pembayaran

6

7

Bersihkan dan lakukan disinfeksi lapak sebelum dan sesudah buka

Mandi dan ganti pakaian segera ketika tiba di rumah

8

9

Konsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik, istirahat cukup, dan tingkatkan daya tahan tubuh





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN PEDAGANG KAKI LIMA



BAGI PEMBELI



Jaga jarak minimal
1,5 m dengan penjual



Siapkan wadah khusus
untuk serah terima uang



Wajib pakai masker
yang terjaga
kebersihannya



Membeli makanan
untuk makan di rumah



Membawa
hand sanitizer

Bang, beli dong.
Aku bawa wadah
sendiri ya!

Oke, neng

Batagor
Bandung
Cihuyyyy

BAGI PENJUAL



Cuci tangan pakai
sabun sesering
mungkin



Wajib pakai masker dan
penutup muka (*face
shield*)



Mengganti masker
bila kotor/ basah
4 jam sekali



Siapkan wadah khusus
untuk serah terima uang



Memakai sarung
tangan dan penjepit
makanan saat berjualan



Jaga jarak minimal
1,5 m dengan pembeli



Lindungi makanan yang terbuka dengan plastik/kaca yang
memungkinkan pembeli tidak dapat menyentuh langsung



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI FASILITAS PELAYANAN KESEHATAN



PROTOKOL KESEHATAN **SAAT DI FASILITAS** **PELAYANAN KESEHATAN**

SEBELUM BERANGKAT



Lakukan pendaftaran/ registrasi melalui telepon atau daring (bila tersedia fasilitas tersebut)



Laporkan kondisi gejala dan keluhan



Konsultasi dengan dokter /perawat melalui fasilitas *telemedicine* (bila memungkinkan)



PROTOKOL KESEHATAN **SAAT DI FASILITAS** **PELAYANAN KESEHATAN**

SAAT MENUJU FASYANKES



Selalu memakai masker



Jangan menyentuh muka terutama bagian mulut, hidung dan mata



Jaga jarak dengan orang lain minimal 1,5 m termasuk dalam transportasi umum dan akses lift



Siapkan *hand sanitizer* sendiri



Mendatangi bagian pelayanan fasyankes sesuai jadwal yang disepakati /perjanjian



SAAT BERADA DI FASYANKES

PATUH 3M

Jangan menyentuh muka terutama bagian mulut, hidung dan mata

- Selalu memakai masker
- Jaga jarak dengan pasien lain minimal 1,5 m termasuk dalam menaiki tangga dan akses *lift*
- Diwajibkan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 40 s/d 60 detik atau dengan *hand sanitizer* selama 20 s/d 30 detik

TIDAK BERPINDAH-PINDAH RUANG

Tidak keluar masuk ruangan agar tidak tertular /menularkan penyakit kepada pasien yang lainnya

LAPORKAN KONDISI DIRI

Laporkan kondisi atau gejala sakit yang diderita dengan sejujurnya kepada petugas



SAAT KELUAR DARI FASYANKES

Selalu pakai masker

Tetap menjaga jarak minimal 1,5 m

Diwajibkan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 40 s/d 60 detik atau dengan *hand sanitizer* selama 20 s/d 30 detik

1

3

2

1,5 meter



KONDISI TUBUH

Memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berangkat

SAAT PULANG

Saat tiba di rumah dan sebelum kontak dengan anggota keluarga, segera mandi dan berganti pakaian serta membersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan



FASILITAS

Selama di lingkungan fasilitas pelayanan kesehatan selalu masker atau APD lengkap apabila dibutuhkan

Selalu membawa masker pengganti, *hand sanitizer*, dan kebutuhan pribadi



PATUH 3M

Jangan menyentuh muka terutama bagian mulut, hidung dan mata

Jaga jarak dengan pasien lain minimal 1,5 meter termasuk dalam menaiki tangga dan akses lift

Menghindari kontak fisik langsung dengan orang lain, seperti bersalaman

Diwajibkan mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama 40 s/d 60 detik atau dengan *hand sanitizer* selama 20 s/d 30 detik



FASILITAS

Selalu membawa masker pengganti, *hand sanitizer*, dan kebutuhan pribadi

Mematuhi peraturan yang berlaku di fasilitas pelayanan kesehatan

Selama di lingkungan fasilitas pelayanan kesehatan selalu menerapkan protokol kesehatan antara lain memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak (3M)

Saat tiba di rumah dan sebelum kontak dengan anggota keluarga, segera mandi dan berganti pakaian serta membersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan



HINDARI KONTAK FISIK

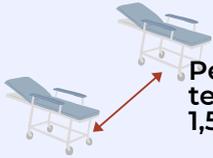
Menghindari kontak fisik langsung dengan orang lain, seperti bersalaman, berpelukan, dan sebagainya

KONDISI TUBUH

Jika sakit, tidak boleh melakukan kunjungan ke fasilitas pelayanan kesehatan baik sebagai penunggu maupun pembesuk pasien

Pengunjung tidak boleh menunggu atau membesuk pasien COVID-19

REKOMENDASI UNTUK RUANG PERAWATAN



Pengaturan jarak tempat tidur minimal 1,5 meter



Tempat pakaian kotor di dalam ruangan isolasi

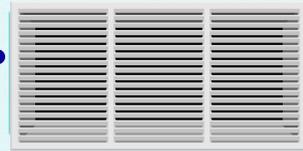


Kamar mandi terpisah antara pasien COVID-19 dengan non COVID-19



Dilakukan pemilahan sampah infeksius dan menyediakan tempat sampah beda warna sesuai jenis sampah

Sistem ventilasi dan sirkulasi udara yang baik



Batas pemisah antar zona COVID-19 dan Non COVID-19

BATAS AREA PEMERIKSAAN NON-COVID-19

Pengunjung / pengantar dilarang masuk

1,5 meter

Fasilitas cuci tangan menggunakan sabun dengan air mengalir/*hand sanitizer* yang tersedia di setiap pintu masuk ruangan

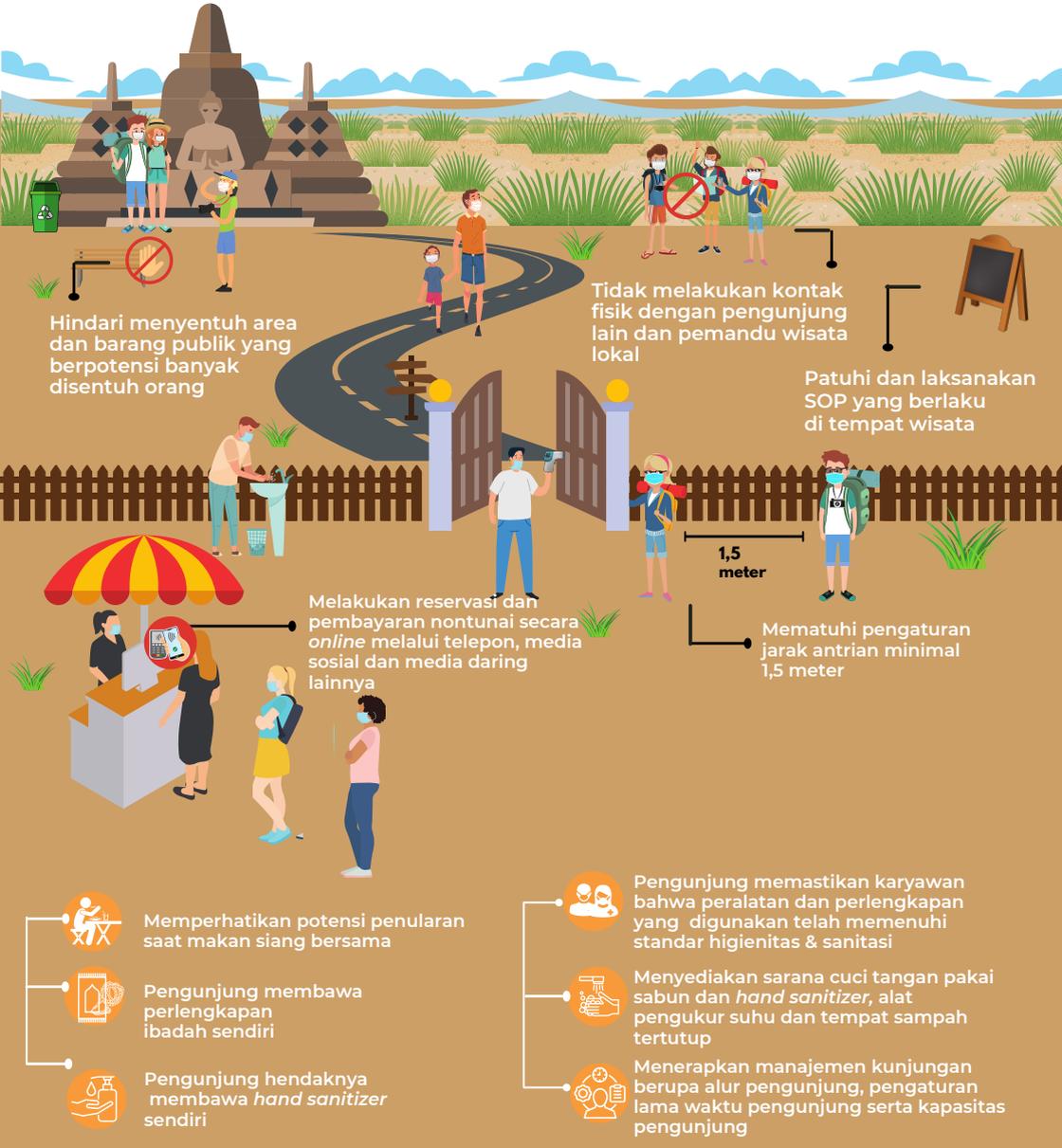


PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT WISATA



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT WISATA



Memastikan destinasi wisata sudah menerapkan protokol kesehatan sesuai Panduan Pelaksanaan Kebersihan, Kesehatan, Keselamatan dan Kelestarian Lingkungan di Daya Tarik Wisata, kepada karyawan, pemandu wisata, pengunjung dan masyarakat di sekitar tempat wisata



PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI RESTORAN



PROTOKOL KESEHATAN AREA PINTU MASUK RESTORAN

Seluruh pihak yang terlibat dalam kegiatan di restoran, mulai dari pengelola, karyawan hingga tamu, wajib memakai masker

- Karyawan dalam kondisi sehat saat bekerja (tidak mengalami gejala batuk/flu/sesak nafas atau demam $>37.3^{\circ}\text{C}$)
- Memakai alat pelindung diri tambahan seperti *faceshield* dan sarung tangan



Memberikan tanda khusus di lantai untuk menjaga jarak aman minimal 1,5 m di tempat antri pintu masuk

Melakukan pemeriksaan suhu kepada tamu dan menggunakan *hand sanitizer* sebelum masuk. Apabila suhu $>37.3^{\circ}\text{C}$ atau mengalami batuk/flu/sesak nafas, tamu dilarang masuk.

Barang publik yang harus selalu dibersihkan:



Gagang pintu



Sakelar



Alat ukur suhu tubuh

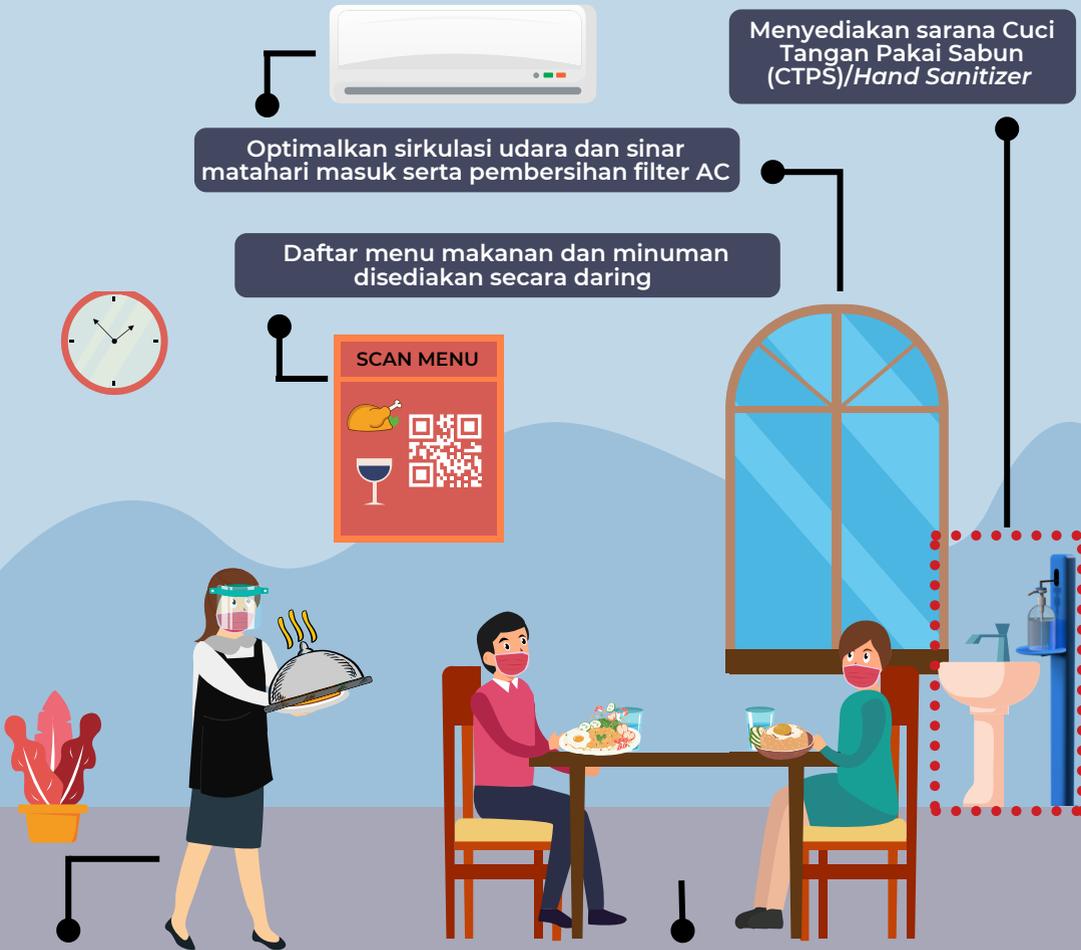


Kaca etalase



Stop kontak

PROTOKOL KESEHATAN AREA PELAYANAN MAKAN DAN MINUM



Barang publik yang harus selalu dibersihkan:



Botol saus/
kotak tisu/
tusuk gigi



Lantai



Meja dan kursi



Peralatan makan



Kemasan
makanan



Gagang pintu

PROTOKOL KESEHATAN AREA PEMBAYARAN DAN PINTU KELUAR

Mengatur jalan keluar dan masuk tamu restoran agar tidak berpapasan dengan tetap menjaga jarak

- Mengutamakan pembayaran nontunai
- Sediakan pelindung (kaca/plastik) untuk membatasi kontak petugas kasir dan tamu
- Membersihkan semua alat yang digunakan dalam proses pembayaran secara rutin

Menyediakan *hand sanitizer* dan tisu di kasir

KASIR

1,5 m

- Memberikan tanda khusus di lantai untuk menjaga jarak minimal 1,5 m di tempat antri
- Pelanggan membersihkan tangan dengan *hand sanitizer* setelah transaksi

- Pegawai secara rutin membersihkan area yang dilewati banyak orang dan bersihkan barang yang banyak disentuh dengan disinfektan
- Pembersihan dan disinfeksi lokasi restoran minimal 3 kali sehari (sebelum buka dan tutup)

Barang publik yang harus selalu dibersihkan:



Lantai



Alat pembayaran elektronik



Mesin kasir



Meja kasir



Gagang pintu

PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA



PROTOKOL KESEHATAN **OLAHRAGA**

Penentuan langkah protokol kesehatan disesuaikan dengan tingkat risiko olahraga dan jumlah individu yang terlibat dalam kegiatan olahraga dengan mempertimbangkan:

- **Risiko rendah terpapar COVID-19:**
Dilakukan di rumah, dilakukan sendiri atau dengan anggota keluarga, menggunakan peralatan sendiri.
- **Risiko sedang terpapar COVID-19:**
Dilakukan di tempat umum sendiri, olahraga di tempat umum dengan keluarga (< 5 orang), menggunakan peralatan sendiri.
- **Risiko tinggi terpapar COVID-19:**
Kegiatan olahraga di tempat umum dan berkelompok, olahraga di tempat umum bersama orang lain yang bukan keluarga, menggunakan peralatan bergantian.

Selain itu, berolahraga di tempat tertutup memiliki risiko yang lebih besar. Oleh karena itu, disarankan berolahraga di tempat terbuka.

Adanya penyakit komorbid seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru dan gangguan ginjal, kondisi *immunocompromised*/penyakit autoimun **dan kehamilan** agar menjadi pertimbangan dalam melakukan kegiatan keolahragaan

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA INDIVIDU DI LUAR RUMAH

Memperhatikan jaga jarak:

Olahraga yang dilakukan tanpa berpindah tempat atau olahraga yang dilanjutkan dengan posisi sejajar minimal 1,5 meter dengan orang lain

Jalan kaki dengan jarak ± 5 meter dengan orang di depannya

Bersepeda dengan jarak ± 20 meter dengan orang di depannya

Berlari dengan jarak ± 10 meter dengan orang di depannya



Masyarakat memantau dan memperbaharui informasi tentang COVID-19 di wilayahnya



Memastikan kondisi tubuh sehat sebelum olahraga. Jika ada gejala COVID-19, olahraga dilakukan di dalam rumah



Menghindari olahraga yang membutuhkan kontak fisik



Selalu pakai masker selama olahraga diluar rumah



Mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau *hand sanitizer* sebelum dan sesudah olahraga



Hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung atau mulut



Setelah berolahraga, bersihkan alat olahraga, *handphone*, kacamata, tas dan barang lainnya dengan cairan disinfektan



Setelah berolahraga dan tiba di rumah, segera cuci tangan, mandi, dan berganti pakaian

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA BERSAMA DI LUAR RUMAH

1

Memantau dan memperbaharui perkembangan informasi tentang COVID-19 di wilayahnya

3

Menjaga jarak sesuai jumlah peserta dengan luas lokasi, jarak minimal 1,5 meter antar peserta



2

Menyediakan sarana cuci tangan pakai sabun atau *hand sanitizer* di lokasi kegiatan

4

Memastikan tidak terdapat penggunaan alat olahraga yang dipakai bersama

5

Penyelenggara harus dapat memastikan tidak terjadi kerumunan

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA BERSAMA DI LUAR RUMAH



Memastikan kondisi tubuh sehat sebelum berolahraga, jika ada keluhan demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas tetap tinggal di rumah dan olahraga dilakukan di dalam rumah



Menghindari olahraga yang membutuhkan kontak fisik



Menerapkan prinsip jaga jarak saat berolahraga



Memakai masker saat berolahraga. Olahraga yang menggunakan masker dilakukan dengan intensitas ringan sampai sedang (masih dapat berbicara ketika berolahraga)



Jaga kebersihan tangan dengan mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer* sebelum dan sesudah olahraga



Hindari tangan menyentuh area wajah seperti mata, hidung, atau mulut



Secara cuci tangan, mandi, dan berganti pakaian setelah berolahraga



Setelah tiba di rumah, bersihkan alat olahraga, *handphone*, kacamata, tas dan barang lainnya dengan cairan disinfektan

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA DI PUSAT KEBUGARAN



Memperhatikan perkembangan terbaru informasi terkait COVID-19 di wilayahnya



Sebelum pekerja dan anggota datang ke pusat kebugaran, dilakukan *self assessment* risiko COVID-19. Jika hasilnya terdapat risiko besar, tidak diperkenankan masuk di pusat kebugaran



Menyediakan informasi tentang COVID-19 dan upaya pencegahannya



Melakukan pengukuran suhu di pintu masuk, jika ditemukan suhu $> 37,3^{\circ}\text{C}$ tidak diizinkan masuk



Menyediakan tempat cuci tangan pakai sabun dan/atau *hand sanitizer* pada pintu masuk, ruang administrasi/pendaftaran, ruang latihan, dan ruang ganti



Membuat alur masuk dan keluar yang jelas bagi anggota, serta membuat penandaan jarak minimal 1,5 meter

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA DI PUSAT KEBUGARAN

Sedapat mungkin menghindari pemakaian AC, sebaiknya sirkulasi udara lewat pintu jendela terbuka

Membatasi jumlah anggota yang masuk ke dalam ruang ganti/ruang loker

Jika tetap memakai AC maka perlu mengatur sirkulasi udara sebaik mungkin. Disarankan menggunakan alat pembersih udara/*airpurifier*

Memberikan sekat pembatas untuk alat-alat kardio (*treadmill, bicycle, elliptical machine*) yang letaknya berdekatan atau kurang dari 1,5 meter



Memberikan jarak antar alat berbeban minimal 1,5 meter

Membatasi kapasitas anggota yang melakukan latihan disesuaikan dengan jumlah alat dengan memperhatikan jarak antar anggota minimal 1,5 meter

Mewajibkan semua anggota dan pekerja memakai masker di lingkungan pusat kebugaran. Ganti masker yang dipakai dari luar

Disinfeksi alat olahraga dilakukan sebelum dan setelah digunakan. Melakukan pembersihan dan disinfeksi ruangan dan permukaan benda yang sering disentuh secara berkala paling sedikit tiga kali sehari

Memberikan penanda pada lantai untuk mempermudah jaga jarak setiap anggota

Mewajibkan anggota untuk membawa handuk, matras, dan alat pribadi lainnya sendiri

Merancang jadwal latihan bagi anggota

Lansia dan kelompok berisiko tidak dianjurkan berlatih di pusat kebugaran

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA DI PUSAT KEBUGARAN

1

Memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berangkat. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas tetap di rumah dan periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan.

2

Saat perjalanan dan selama bekerja selalu memakai masker, menjaga jarak dengan orang lain, dan rajin cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*.



3

Melakukan pembersihan area kerja masing-masing sebelum dan sesudah bekerja

5

Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti mengonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam, serta menghindari faktor risiko penyakit

4

Saat tiba di rumah, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah, serta membersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan

PROTOKOL KESEHATAN OLAHRAGA DI PUSAT KEBUGARAN

1

Memastikan kondisi tubuh sehat sebelum berolahraga, jika ada gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan dan/atau sesak nafas, olahraga dilakukan di rumah

2

Disarankan mandi terlebih dahulu sebelum berlatih di pusat kebugaran

3

Tidak melakukan olahraga kontak, yaitu olahraga yang bersentuhan langsung dengan orang lain

4

Disarankan melakukan latihan intensitas sedang (masih dapat berbicara ketika berolahraga)

5

Wajib memakai masker di area pusat kebugaran. Mengganti masker yang dipakai dari luar

6

Masker dapat dilepas saat melakukan latihan intensitas berat dengan memperhatikan jarak antar anggota dan dikenakan kembali ketika selesai berlatih

7

Mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau *hand sanitizer* sebelum dan setelah selesai berlatih

8

Mandi dan berganti pakaian setelah selesai berlatih

9

Tidak menggunakan alat olahraga secara bersama dan bersihkan dengan disinfektan sebelum dan sesudah digunakan

10

Tidak memaksakan diri untuk berolahraga apabila merasa kurang sehat



PROTOKOL KESEHATAN PENYELENGGARAAN PERTANDINGAN KEOLAHRAGAAN



Memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi pemerintah pusat dan pemerintah daerah terkait COVID-19 di wilayahnya



Menyediakan area/ruangan tersendiri untuk observasi olahragawan dan pelaku olahraga yang ditemukan gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas saat berada di *event* pertandingan keolahragaan



Merancang jadwal pertandingan yang memungkinkan pembatasan jumlah orang di lokasi *event* olahraga



Melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala (paling sedikit tiga kali sehari) pada area atau sarana yang sering digunakan bersama dan di sentuh



Olahragawan dan seluruh anggota penyelenggara dalam kondisi sehat sebelum bertanding dengan melakukan pemeriksaan kesehatan dan pemeriksaan RT-PCR atau Swab Antigen sebelum bertanding



Melakukan pengukuran suhu tubuh di pintu masuk. Jika ditemukan suhu tubuh $>37,3$ °C dan/atau terdapat gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan dan/atau sesak napas, maka tidak diperkenankan masuk ke *venue* kegiatan



Menyediakan sarana cuci tangan pakai sabun atau *hand sanitizer* yang mudah diakses



Mewajibkan pemakaian masker bagi semua orang di lokasi *venue* dan bagi olahragawan saat tidak bertanding



Menyediakan media sosialisasi di tempat strategis di lokasi *venue* tentang pencegahan penularan COVID-19 seperti wajib memakai masker, jaga jarak, cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*, etika batuk, dan lain lain



Tidak memperbolehkan adanya penonton



Tidak melibatkan kelompok rentan (anak-anak, lansia, dan orang yang memiliki penyakit komorbid) pada *event* olahraga

PROTOKOL KESEHATAN **PENYELENGGARAAN PERTANDINGAN KEOLAHRAGAAN**



1 Selalu menerapkan PHBS, sebagai berikut:

- Mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*
- Gunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol *lift*
- Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area tempat pelatihan
- Tetap menjaga jarak minimal 1,5 meter
- Tidak melakukan kontak seperti jabat tangan atau memeluk (*victory celebration*)

2 Melakukan Swab Test Antigen atau Rapid Test PCR 3 hari sebelum pertandingan dan sehari sebelum pertandingan

3 Masker selalu dipakai di lingkungan *venue* dan dilepas saat melakukan pertandingan dan digunakan kembali setelah selesai bertanding



4 Tidak berbagi peralatan pribadi seperti tempat makan/minum, handuk, dan lain lain

5 Cuci tangan, mandi, dan berganti pakaian sebelum dan setelah selesai melakukan pertandingan

PROTOKOL KESEHATAN **PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA (1)**

1

Memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi pemerintah pusat dan pemerintah daerah terkait COVID-19 di wilayahnya

4

Melakukan rekayasa teknis pencegahan penularan seperti pemasangan pembatas atau tabir kaca pada alat olahraga, pembatas ruang pelatihan, dan lain lain

2

Memastikan seluruh area pusat pelatihan bersih dan higienis dengan melakukan pembersihan secara berkala menggunakan pembersih dan disinfektan yang sesuai (paling sedikit tiga kali sehari)

5

Penyiapan makanan bagi olahragawan dan pelaku olahraga memperhatikan kebutuhan gizi olahragawan dan mengikuti standar keamanan pangan yang berlaku

3

Menjaga kualitas udara tempat pelatihan dengan pembersihan filter AC, mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan

6

Melakukan penerapan jaga jarak pada setiap aktivitas di pusat pelatihan



PROTOKOL KESEHATAN **PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA**



7

Mewajibkan seluruh olahragawan dan pelaku olahraga untuk membawa surat keterangan sehat (hasil negatif tes pemeriksaan RT-PCR atau Swab Antigen)

10

Jika olahragawan dan pelaku olahraga sedang menjalankan isolasi mandiri, haknya harus tetap diberikan

8

Mendorong olahragawan dan pelaku olahraga untuk melakukan pemantauan kesehatan mandiri (*self monitoring*) dan melaporkan apabila mengalami demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas

11

Melakukan pengukuran suhu tubuh di pintu masuk. Jika suhu tubuh $>37,3$ °C dan/atau terdapat gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas maka tidak diperkenankan masuk ke pusat pelatihan

9

Menyediakan area/ruangan tersendiri untuk observasi olahragawan dan pelaku olahraga yang ditemukan gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas saat berada di pusat pelatihan

12

Pada kondisi tertentu, tempat pelatihan yang memiliki sumber daya dapat memfasilitasi tempat isolasi mandiri

PROTOKOL KESEHATAN PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA

Masker tetap digunakan di lingkungan tempat pelatihan. Masker dapat dilepas saat melakukan latihan dan dikenakan kembali setelah selesai berlatih

Menjaga jarak minimal 1,5 meter

Mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*



Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area tempat pelatihan

Tidak berjabat tangan

Pastikan kondisi badan sehat sebelum melakukan latihan, jika ada keluhan demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas agar tidak melakukan latihan dan segera melapor kepada pelatih

Cuci tangan, mandi dan berganti pakaian setiap kali setelah melakukan latihan

Tidak berbagi peralatan pribadi seperti makanan, minuman, peralatan olahraga (*handuk, gloves gym, gym belt, matras olahraga*), dan lain-lain

PROTOKOL KESEHATAN PUSAT PELATIHAN OLAHRAGA (1)



1

Pastikan Anda dalam kondisi sehat, jika ada keluhan demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak napas agar tetap tinggal di rumah

2

Selalu memakai masker

3

Selalu menjaga jarak minimal 1,5 meter dengan orang lain

4

Saat tiba di pusat pelatihan, segera mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*

5

Upayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area kerja

Saat tiba di rumah, tidak bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum membersihkan diri (mandi dan mengganti pakaian kerja)

6

Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti:

- Mengonsumsi gizi seimbang
- Aktivitas fisik minimal 30 menit sehari
- Istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam
- Menghindari faktor risiko penyakit

7

Lebih berhati-hati apabila memiliki penyakit degeneratif seperti

- diabetes
- hipertensi
- gangguan paru dan gangguan ginjal
- kondisi *immunocompromised*/penyakit auto imun
- kehamilan

Upayakan penyakit degeneratif selalu dalam kondisi terkontrol

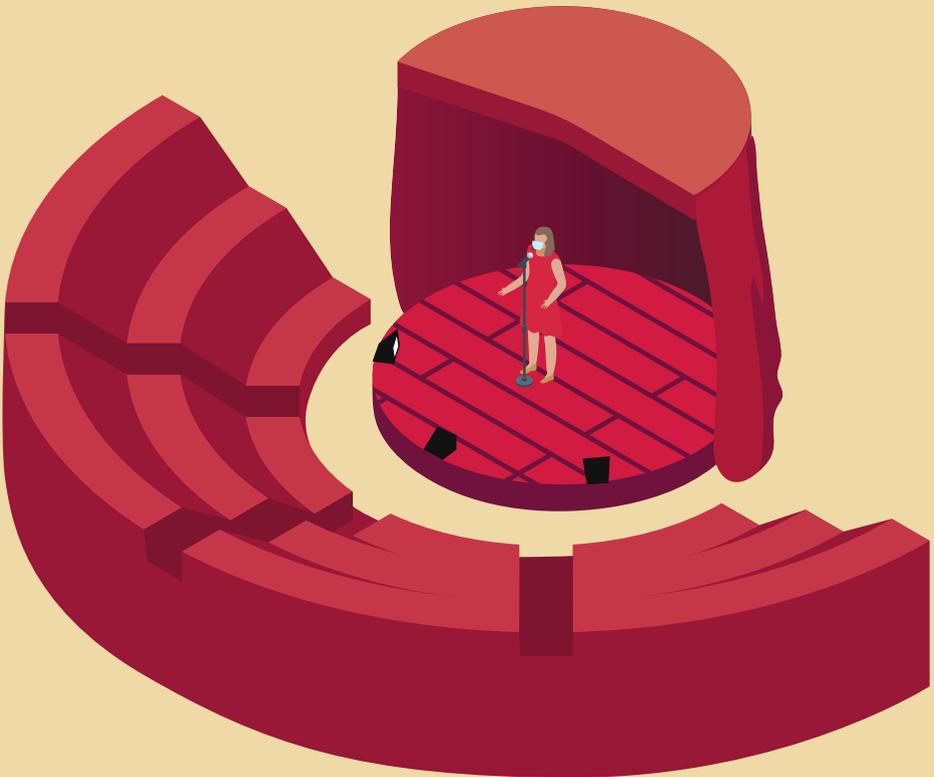
8





PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PERTUNJUKAN



PROTOKOL KESEHATAN TEMPAT PERTUNJUKAN

- 
- 1 **Venue** disarankan di ruang terbuka dan luas, apabila sudah dilengkapi tempat duduk dengan memenuhi aturan jaga jarak
 - 2 Apabila indoor, pihak pengelola (*venue*) wajib optimalisasi sirkulasi udara
 - 3 Pemilihan tempat pelaksanaan acara (*venue*) dan kapasitas daya tampung agar disesuaikan dengan kebijakan pemerintah daerah setempat
 - 4 Menyediakan rambu antrian di lantai dan menyediakan petugas untuk mencegah terjadinya kerumunan
 - 5 Pengaturan jarak tempat duduk antar kursi minimal 1,5 m atau apabila kursi permanen, mengosongkan beberapa kursi
 - 6 Tidak disarankan untuk tipe pengunjung yang berdiri, untuk mempermudah pengaturan jaga jarak
 - 7 Tempat pelaksanaan acara (*venue*) memiliki fasilitas pendukung yang cukup dan memadai, seperti:
 - Menyediakan parkir dalam jumlah cukup sehingga dapat meminimalisir terjadinya penumpukan kendaraan saat masuk/keluar dan kerumunan pengunjung
 - Area ruang tunggu yang cukup sebagai tempat transit pengunjung sehingga tidak menimbulkan kerumunan
 - Area *loading* dan *unloading* barang
 - Area *backstage* (tempat persiapan pengisi acara) dengan dapat memenuhi jaga jarak minimal 1,5 m
 - 8 Kapasitas *tenant/booth* disesuaikan dengan penerapan aturan jaga jarak minimal 1,5 m
 - 9 Melakukan disinfeksi di seluruh area dan ruangan yang dipergunakan sebelum dan sesudah acara
 - 10 Melakukan disinfeksi secara berkala pada peralatan tempat acara (*venue*) yang sering dipergunakan terutama pada pegangan pintu, pintu toilet, dan fasilitas umum lainnya

PROTOKOL KESEHATAN TEMPAT PERTUNJUKAN



Pengisi acara dalam kondisi sehat, tidak mengalami gejala demam, batuk, dll



Jaga jarak di belakang panggung, pintu masuk & keluar



Tata koreografi menerapkan jaga jarak



Peralatan rias milik pribadi



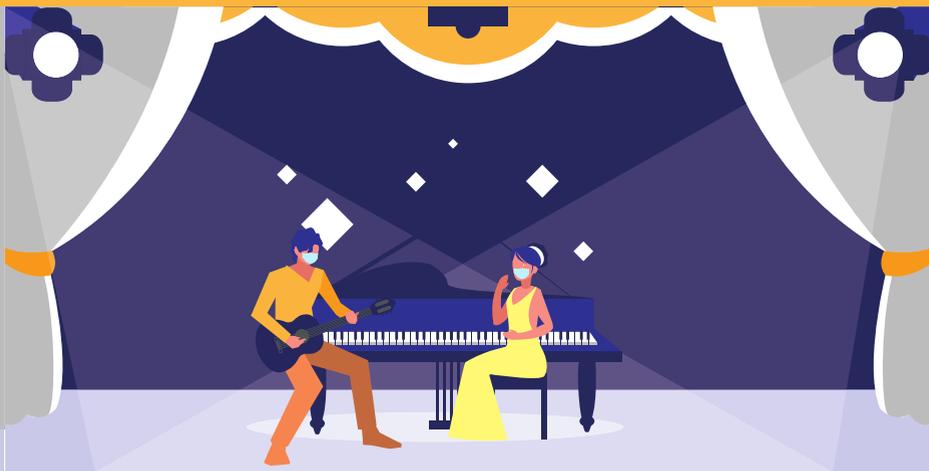
Penampil sudah di tes dengan hasil negatif



Properti dan kostum wajib didisinfeksi



Tidak mengajak penonton ke panggung



Pemilihan penampil, kru, dan kontrak dilakukan daring



Melakukan pengukuran suhu tubuh di akses/pintu masuk



Memakai masker dan menjaga jarak sesuai aturan yang ditetapkan



Pengisi acara memasuki tempat acara (venue) melalui akses pintu yang telah ditentukan



Mencuci tangan/ menggunakan hand sanitizer sebelum memasuki area acara

PROTOKOL KESEHATAN **TEMPAT PERTUNJUKAN**



1 Pengunjung memasuki tempat acara (*venue*) melalui akses pintu masuk yang telah ditentukan oleh penyelenggara kegiatan (*event*)



2 Pengunjung menjaga jarak aman minimal 1,5 meter, dengan mengikuti jalur antrian



3 Melakukan pengukuran suhu tubuh di akses/pintu masuk untuk seluruh pengunjung



4 Pengunjung yang akan memasuki area pertunjukan harus mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*



5 Mematuhi dan melaksanakan SOP/Panduan COVID-19 yang berlaku selama pelaksanaan kegiatan (*event*)



6 Menyiapkan perlengkapan kesehatan diri semenjak dari rumah sekurang-kurangnya masker dan *hand sanitizer*



7 Menerapkan etika bersin dan batuk



8 Menghindari kontak fisik



9 Membawa alat pribadi termasuk peralatan ibadah sendiri seperti alat salat



10 Memakai masker dan disarankan menggunakan sarung tangan dan *face shield*



11 Segera membersihkan diri dan disinfeksi barang bawaan setelah tiba di rumah



PROTOKOL KESEHATAN TEMPAT PERTUNJUKAN

FASILITAS

-  1 Alat pengukur suhu tubuh dengan jumlah yang cukup
-  2 Tempat sampah dengan penutup dalam jumlah cukup di titik-titik strategis
-  3 Menyiapkan perlengkapan keselamatan diri khususnya untuk pekerja yang bertugas
-  4 Menyiapkan tempat cuci tangan yang dilengkapi dengan sabun dan air/ *hand sanitizer* dengan jumlah yang cukup dan mudah diakses



-  5 Mempersiapkan ruangan kesehatan yang terdiri dari:
 - Ruang pengecekan kesehatan umum
 - Ruang isolasi untuk orang-orang yang terindikasi COVID-19
-  6 Mempersiapkan alat pemadam kebakaran dan meletakkannya pada lokasi yang mudah dijangkau, serta dilengkapi dengan petunjuk cara menggunakannya



-  7 Menyiapkan kendaraan ambulans dalam jumlah yang cukup serta mempersiapkan sekurangnya 1 (satu) kendaraan ambulans khusus untuk penanganan pasien yang terindikasi COVID-19

PANDUAN PELAKSANAAN

PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENYIARAN



PROTOKOL KESEHATAN DI TEMPAT PENYIARAN



- 1 Melakukan pemeriksaan suhu kepada kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber sebelum masuk. Apabila suhu $>37.3^{\circ}\text{C}$ atau mengalami batuk/flu/sesak nafas, dilarang masuk.
- 2 Kru, talen, dan pembawa acara melakukan tes COVID-19 secara rutin
- 3 Kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber wajib memakai masker dan pelindung wajah saat beraktivitas. Sediakan masker cadangan. Ganti masker setiap 4 jam sekali atau ketika masker basah.
- 4 Tidak saling meminjamkan alat dengan orang lain. Sebisa mungkin, talen, pembawa acara maupun narasumber memiliki alat perekam/*microphone* sendiri. Apabila menggunakan alat bersama, alat harus disinfeksi sebelum dan sesudah digunakan.
- 5 Disinfeksi studio sebelum dan setelah digunakan serta rajin membersihkan barang yang sering digunakan/barang yang digunakan bersama.

5 Terdapat fasilitas pelayanan kesehatan terdekat untuk mengarahkan kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber yang sakit ketika proses syuting.

6 Segera mandi setelah tiba di rumah dan disinfeksi barang yang sering digunakan atau disentuh seperti kacamata, dompet, *handphone*, tas dan sebagainya.

Barang publik yang harus selalu dibersihkan:



Lantai



Tempat Duduk



Meja



Alat Elektronik



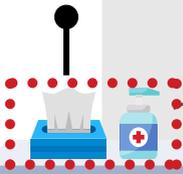
Gagang pintu

PROTOKOL KESEHATAN PENYIARAN DALAM RUANGAN



Host, talent, narasumber, dan seluruh kru yang terlibat dalam kondisi sehat dan tidak memiliki gejala COVID-19

Menyediakan *hand sanitizer* dan tisu



Host, *talent* dan/atau narasumber serta kru yang ditayangkan dalam program siaran

- Menjaga jarak minimal 1,5 meter
- Memakai masker dan pelindung wajah
- Tidak melakukan jabat tangan atau kontak fisik lainnya

Visualisasi adegan *news anchor* membuka masker pada saat memulai membaca berita dan mengakhirinya dengan menutup masker



Menayangkan *Video Tapping* (rekaman) atau penyematan informasi bahwa sebelum siaran dimulai lembaga penyiaran telah melakukan sterilisasi ruangan, peralatan dan perlengkapan *shooting* serta protokol kesehatan bagi para kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber.



1,5 meter

PROTOKOL KESEHATAN PENYIARAN LUAR RUANGAN

Melakukan pemeriksaan suhu kepada kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber sebelum memulai syuting. Apabila suhu $>37.3^{\circ}\text{C}$ atau mengalami batuk/flu/sesak nafas, tidak diijinkan melakukan syuting.

Seluruh kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber menjalankan protokol kesehatan dengan:

- Memakai masker selama proses syuting
- Tidak menimbulkan atau membuat kerumunan dan tetap menjaga jarak 1,5 meter
- Sering mencuci tangan pakai sabun atau gunakan *hand sanitizer*

Melakukan pemeriksaan suhu kepada kru, talen, pembawa acara, maupun narasumber sebelum masuk. Apabila suhu $>37.3^{\circ}\text{C}$ atau mengalami batuk/flu/sesak nafas, dilarang masuk.

Selalu siapkan masker cadangan untuk diganti setiap 4 jam sekali atau basah. Selain itu, sediakan pula pakaian cadangan.

Segera mandi atau ganti pakaian setelah beraktivitas. Bersihkan alat pribadi yang sering disentuh seperti kamera, alat rekam, *handphone*, kacamata, tas dengan disinfektan

DAFTAR PUSTAKA

Center for Disease Control and Prevention. (2020). *Considerations for Youth Sports Administrators*. Diakses pada 13 Agustus 2021, dari <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/schools-childcare/youth-sports.html>.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/382/2020 tentang Protokol Kesehatan bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Keputusan Menteri Kesehatan RI No. HK.01.07/MENKES/328/2020 tentang Panduan Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) di Tempat Kerja Perkantoran dan Industri Dalam Mendukung Keberlangsungan Usaha Pada Situasi Pandemi*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Adaptasi Kebiasaan Baru di Rumah Makan/Restoran*.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Protokol Kesehatan bagi Pedagang Kaki Lima*.

Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2020). *Panduan Pelaksanaan Kebersihan, Kesehatan, Keselamatan, dan Kelestarian Lingkungan di Daya Tarik Wisata Dalam Rangka Melaksanakan Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Produktif Untuk Pencegahan dan Pengendalian Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*.

Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2020). *Panduan Pelaksanaan Kebersihan, Kesehatan, Keselamatan, dan Kelestarian Lingkungan di Restoran/Rumah Makan (Dalam Rangka Melaksanakan Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Produktif Untuk Pencegahan dan Penganlian COVID-19*.

Kementerian Pariwisata dan Ekonomi Kreatif Republik Indonesia. (2020). *Panduan Pelaksanaan Kebersihan, Kesehatan, Keselamatan, dan Kelestarian Lingkungan di Penyelenggaraan Kegiatan (Event) (Dalam Rangka Melaksanakan Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat Produktif Untuk Pencegahan dan Pengendalian COVID-19.*

Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi dan Kementerian Agama Republik Indonesia. (2021). *Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran PAUDDIKASMAN di Masa Pandemi COVID-19.*

Komisi Penyiaran Indonesia. (2021). *Evaluasi Kepatuhan Televisi Atas Protokol Kesehatan Dalam Penyelenggaraan Penyiaran Di Masa Pandemi Covid-19.* Diakses pada 13 Agustus 2021, dari <http://kpi.go.id/index.php/id/umum/38-dalam-negeri/36110-siaran-pers-evaluasi-kepatuhan-televisi-atas-protokol-kesehatan-dalam-penyelenggaraan-penyiaran-di-masa-pandemi-covid-19-januari-2021>.

Kementerian Kepemudaan dan Keolahragaan Republik Indonesia. (2020). *Surat Edaran Menteri Pemuda dan Olahraga No. 6.11.1/Menpora/VI/2020 tentang Protokol Pencegahan Penularan COVID-19 Pada Kegiatan Kepemudaan dan Keolahragaan dalam Mendukung Keberlangsungan Pemulihan Kegiatan Melalui Adaptasi Perubahan Pola Hidup dalam Tatanan Normal Baru.*



SATUAN TUGAS PENANGANAN COVID-19



ISBN 978-623-96783-5-7



9 786239 678357

2021