

CARA PENCEGAHAN PENYEBARAN COVID-19

Ari Gustiawan¹, Rini Berliana Nehe²

Mahasiswa Prodi D-III Sekretari Universitas Pamulang

Email:berliananehe02@gmail.com

ABSTRAK

Saat ini dunia sedang mengalami pandemi yang disebabkan oleh virus covid-19, virus ini sangatlah berbahaya dan sudah memakan banyak korban meninggal dunia, hingga saat ini data terakhir pada tanggal 9 Februari 2020 tercatat sudah terjadi sebanyak 106 juta kasus, dengan jumlah korban meninggal dunia sebanyak 2,32 juta. Covid-19 dapat menyebar dengan sangat cepat karena dapat ditransmisikan dengan mudah, yaitu melalui *droplet* (percikan air liur) yang dihasilkan saat orang yang terinfeksi batuk, bersin, atau mengembuskan nafas. Oleh karena itu perlu dilakukan langkah-langkah pencegahan untuk meminimalisir jumlah korban positif hingga meninggal dunia. Untuk mengetahui Langkah pencegahan yang efektif dilakukan observasi pengumpulan data dari pihak-pihak yang ahli dalam bidangnya.

Kata Kunci: Pencegahan, Covid-19

HOW TO PREVENT THE SPREAD OF COVID-19

ABSTRACT

Currently the world is experiencing a pandemic caused by the Covid-19 virus, this virus is very dangerous and has taken many lives, until now the latest data on February 9, 2020, recorded 106 million cases, with the number of victims who died. 2.32 million. Covid-19 can spread very quickly because it can be transmitted easily, namely through the droplets that are produced when an infected person coughs, sneezes, or exhales. Therefore it is necessary to take preventive measures to minimize the number of positive victims to death. To find out the effective preventive measures, observations of data collection from parties who are experts in their fields are carried out.

Keywords: Prevention, Covid-19

PENDAHULUAN

China tercatat sebagai negara yang pertama kali melaporkan kasus Covid-19 di dunia. Untuk pertama kalinya, China melaporkan adanya penyakit baru ini pada 31 Desember 2019. Covid-19 merupakan nama penyakit yang disebabkan oleh virus corona,

nama ini diberikan oleh WHO (*World Health Organization*) sebagai nama resmi penyakit ini. Covid-19 sendiri merupakan singkatan dari Corona Virus Disease-2019. Covid-19 yaitu penyakit yang disebabkan oleh virus corona yang menyerang saluran pernafasan sehingga menyebabkan demam tinggi, batuk, flu, sesak nafas serta nyeri tenggorokan.

Menurut situs WHO, virus corona adalah keluarga besar virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Pada manusia corona diketahui menyebabkan infeksi pernafasan mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah seperti *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)*, dan *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)*. Virus ini mampu mengakibatkan orang kehilangan nyawa sehingga WHO telah menjadikan status virus corona ini menjadi pandemi dan meminta Presiden Joko Widodo menetapkan status darurat nasional corona.

Menurut WHO, COVID-19 menular dari orang ke orang. Caranya dari orang yang terinfeksi virus corona ke orang yang sehat. Covid-19 menyebar melalui tetesan kecil cairan yang keluar dari hidung atau mulut ketika mereka yang terinfeksi virus bersin atau batuk.

Covid-19 menyebar dengan sangat cepat sehingga membuat dunia menjadi resah, termasuk di Indonesia. Covid-19 merupakan jenis virus yang baru sehingga banyak pihak yang tidak tahu dan tidak mengerti cara penanggulangan virus tersebut. Pemerintah dituntut untuk sesegera

mungkin menangani ancaman nyata Covid-19. Jawaban sementara terkait dengan persoalan tersebut ternyata telah ada dalam Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan. Dimana dalam undang-undang tersebut telah memuat banyak hal terkait dengan keekarantinaan kesehatan, pihak yang berwenang menetapkan kedaruratan kesehatan masyarakat, dan lain sebagainya.

Seiring mewabahnya virus Corona atau Covid-19 ke berbagai negara, Pemerintah Republik Indonesia menerbitkan protokol kesehatan. Protokol tersebut akan dilaksanakan di seluruh Indonesia oleh pemerintah dengan dipandu secara terpusat oleh Kementerian Kesehatan.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian adalah menggunakan metode pengamatan atau observasi di mana data yang digunakan adalah data primer dan sekunder. Data primer diambil dari pengumpulan data dengan cara melakukan pengamatan tentang keadaan yang ada di lapangan. Sedangkan data sekunder pada penulisan ini adalah studi pustaka, yaitu merupakan metode pengumpulan data yang diarahkan kepada pencarian data dan informasi melalui buku, jurnal dan internet.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Seluruh dunia saat ini sedang mengalami

pandemi, untuk mengurangi tingkat kasus covid-19, tiap negara di berbagai belahan dunia memberlakukan berbagai macam kebijakan dari karantina wilayah hingga *total lockdown*. Sedangkan di Indonesia diberlakukan PSBB (Pembatasan Sosial Berskala Besar), pemberlakuan pembatasan tersebut dilaksanakan oleh pemerintah daerah dengan persetujuan Kementerian Kesehatan, dan paling sedikit meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan/atau pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum.

Pada tanggal 31 Maret 2020, Presiden Indonesia, Joko Widodo menandatangani Peraturan Pemerintah Nomor 21 Tahun 2020, yang mengatur pembatasan sosial berskala besar sebagai respons terhadap COVID-19, yang memungkinkan pemerintah daerah untuk membatasi pergerakan orang dan barang masuk dan keluar dari daerah masing-masing asalkan mereka telah mendapat izin dari kementerian terkait (dalam hal ini Kementerian Kesehatan, di bawah Menteri Kesehatan, Terawan Agus Putranto). Peraturan tersebut juga

menyebutkan bahwa pembatasan kegiatan yang dilakukan paling sedikit meliputi peliburan sekolah dan tempat kerja, pembatasan kegiatan keagamaan, dan/atau pembatasan kegiatan di tempat atau fasilitas umum. Pada saat yang sama, Keputusan Presiden Nomor 11 Tahun 2020 juga ditandatangani, yang menyatakan pandemi koronavirus sebagai bencana nasional. Pembuatan kedua peraturan tersebut didasarkan pada Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan, yang mengatur ketentuan mendasar untuk PSBB.

Tidak hanya dari pemerintah, warga atau masyarakat di seluruh daerah di Indonesia juga perlu melakukan tindakan pencegahan dari virus covid-19, berikut langkah-langkah pencegahan yang perlu dilakukan menurut WHO : (1) Menjaga jarak dengan orang lain minimal sebesar 1 meter; (2) Menggunakan masker; (3) Menjaga sirkulasi udara tetap lancar; (4) Menghindari kerumunan; (5) Mencuci tangan; (6) Menerapkan pola hidup sehat.

SIMPULAN

Covid-19 merupakan penyakit yang disebabkan oleh virus corona. Virus ini menyerang saluran pernafasan. Gejala Covid-19 yang paling umum adalah demam, kelelahan, dan batuk. Beberapa orang mungkin mengalami sakit dan nyeri, hidung tersumbat, pilek, sakit

tenggorokan atau diare. Untuk proses penularan terjadi dari orang ke orang sehingga perlu adanya pencegahan yang harus dilakukan.

Saran yang dapat penulis berikan antara lain yaitu dengan mematuhi protokol kesehatan yang didapatkan dari pemerintah dan juga selalu menjaga gaya hidup sehat (makan, tidur, olahraga) untuk imunitas tubuh, rajin mencuci tangan, menghindari kerumunan, menghindari menyentuh mata, mulut dan hidung, mengurangi interaksi dengan orang lain, dan lain sebagainya.

DAFTAR PUSTAKA

Peraturan Pemerintah. 2020. PP Nomor 21 Tahun 2020 tentang Pembatasan Sosial Berskala Besar Dalam Rangka Percepatan Penanganan Corona Virus Disease (Covid-19). Jakarta: Sekretariat Negara.

Undang-Undang RI. 2018. Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang *Karantina Kesehatan*. Jakarta: Sekretariat Negara.

<https://www.researchgate.net/deref/https%3A%2F%2Fwww.c>

[nbcindonesia.com%2Ftech%2F20200316135138-37-145175%2Fapa-itu-virus-corona-dan-cirinya-menurut-situs-who](https://www.researchgate.net/deref/https%3A%2F%2Fwww.cnbciindonesia.com%2Ftech%2F20200316135138-37-145175%2Fapa-itu-virus-corona-dan-cirinya-menurut-situs-who). Diakses tanggal 01 Februari 2021.

<https://www.researchgate.net/deref/https%3A%2F%2Fwww.cnbciindonesia.com%2Ftech%2F20200317193707-37-145644%2Fbiar-paham-begini-cara-penyebaran-virus-corona-versi-who>. Diakses tanggal 01 Februari 2021.

<https://www.researchgate.net/deref/https%3A%2F%2Fsehatnegeriku.kemkes.go.id%2Fbaca%2Frilis-media%2F20200316%2F4033408%2Flakukan-protokol-kesehatan-jika-mengalami-gejala-covid-19%2F>. Diakses tanggal 20 Januari 2021.

<https://www.hukumonline.com/berita/baca/lt5e847795ecc2f/kebijakan-psbb-harus-mendapat-restu-pemerintah-pusat/> Diakses tanggal 20 Januari 2021.

<https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/advice-for-public#:~:text=Protect%20yourself%20and%20others%20from,a%20bent%20elbow%20or%20tissue>. Diakses tanggal 01 Januari 2021.