



FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG

KOPIID PEDIA

Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (COVID-19)



Editor
Titik Respati
Hilmi Sulaiman Rathomi

KOIPEDIA

Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (COVID-19)

Editor:

Titik Respati
Hilmi Sulaiman Rathomi



KOIPEDIA

Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (COVID-19)

Editor:

Titik Respati

Hilmi Sulaiman Rathomi

Diterbitkan oleh Pusat Penerbitan Universitas (P2U) Unisba © 2020
Jl.Purnawarman no.63 Bandung 40116 Jawa Barat
Telp. (022) 420.3368 ext.6733
lppmunisbamdy@gmail.com

ISBN: 978-602-5917-42-4



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Dilarang memperbanyak, mencetak, dan menerbitkan sebagian atau seluruh isi buku ini dengan acara dan dalam bentuk apapun juga tanpa seizin penulis dan penerbit.

Diterbitkan pertama kali oleh:

P2U Unisba

Bandung, 2020

Penerbitan Buku ini dikelola oleh:

P2U Unisba

Koordinator Penerbitan: Dadi Achmadi

Penulis:

Tim Dosen Fakultas Kedokteran Unisba

Editor:

Titik Respati dan Hilmi Sulaiman Rathomi

Desain Cover dan Tata Letak:

Hilmi Sulaiman Rathomi

ISBN NO: 978-602-5917-42-4



KATA PENGANTAR

Pandemi Global Corona Virus Disease (COVID-19) mengubah kehidupan seluruh masyarakat dunia. Tingkat penularan yang amat tinggi menyebabkan penyakit ini memiliki dampak yang jauh lebih besar dibandingkan penyakit akibat virus korona sebelumnya, seperti SARS dan MERS. Cerita perjalanan virus ini sejak awal ditemukan hingga menimbulkan wabah di seluruh belahan dunia sangat singkat, terhitung hanya satu bulan sejak awal kemunculannya. Berbagai informasi membanjiri masyarakat dan seringkali membuat gagap para pembaca untuk memilih informasi yang tepat. Pencegahan yang paling utama memerlukan kerja sama semua pihak. Edukasi yang tepat tentang COVID-19 ini menjadi sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat agar mampu bekerjasama berperan dalam upaya menekan jumlah kasus COVID-19 yang saat ini terus bertambah secara signifikan.

Di tengah peperangan melawan COVID-19 di seluruh dunia, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (Unisba) turut berkontribusi dengan mengurai segala hal mengenai penyakit ini. Uraian tersebut tertuang dalam buku ini, **KOPIDPEDIA “Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (COVID-19)”**. Buku ini diharapkan dapat memberikan pemahaman kepada para tenaga medis baik di rumah sakit maupun klinik, para mahasiswa kedokteran, dan juga masyarakat. Selain mengupas tuntas aspek klinis dan kesehatan dari COVID-19, buku ini juga menyajikan perspektif kedokteran islam yang menjadi keunggulan FK UNISBA, seperti panduan islam dalam menghadapi wabah penyakit dan pemulasaraan jenazah pasien.



Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah berperan membantu penulisan buku ini. Kami menyadari masih banyak kekurangan yang harus kami perbaiki, sumbang kritik dan saran sangat kami harapkan untuk meningkatkan kualitas penulisan di waktu yang akan datang..

Bandung, April 2020

Tim Penyusun



Tim Penyusun

1. Alya Tursina
2. Budiman
3. Cice Tresnasari
4. Dony Septriana Rosady
5. Eka Nurhayati
6. Fajar Awalia Yulianto
7. Heni Muflihah
8. Julia Hartati
9. Lelly Yuniarti
10. Lisa Adhia Garina
11. Maya Tejasari
12. Meike Rachmawati
13. Mia Kusmiati
14. Miranti Kania Dewi
15. Noormartany
16. Poernomo
17. R. Anita Indriyanti
18. Ratna Damailia
19. Rika Nilapsari
20. Rizky Suganda Prawiradilaga
21. Santun Bhukti Rahimah
22. Siska Nia Irasanti
23. Siti Annisa Devi Trusda
24. Susanti Dharmmika
25. Wida Purbaningsih
26. Widhy Yudhistira Nalapraya
27. Yani Triyani
28. Yudi Feriandi
29. Yuke Andriane
30. Yuli Susanti



DAFTAR ISI

Kata Pengantar	v
Tim Penyusun	vii
Kata Pengantar Dekan Fakultas Kedokteran UNISBA	x
PRAKATA	xii
COVID DAN ILMU KEDOKTERAN DASAR	
COVID-19 dalam Angka	2
<i>Eka Nuhayati, Fajar Awalia Yulianto</i>	
COVID-19 dan Karakteristik serta Patogenesis	13
<i>Julia Hartati, Ratna Damailia, Siti Annisa Devi Trusda</i>	
COVID-19 dan Tinjauan Molekuler	24
<i>Lelly Yuniarti, Maya Tejasari, Wida Purbaningsih</i>	
COVID DAN ILMU KEDOKTERAN KLINIS	
COVID-19 dan Gambaran Klinis serta Diagnosis Banding	37
<i>Widhy Yudistira Nalapraya , Siti Annisa Devi Trusda</i>	
COVID-19 dan Peran Pemeriksaan Laboratorium	45
<i>Yani Triyani, Noormartany dan Rika Nilapsari</i>	
COVID-19 dan Tatalaksana Gizi	63
<i>Rizky Suganda Prawiradilaga</i>	
COVID-19 dan Alternatif Penggunaan Vitamin dan Herbal	76
<i>R.Anita Indriyanti, Yuke Andriane</i>	
COVID-19 dan Tatalaksana Kedokteran Fisik serta Rehabilitasi Pasien	93
<i>Cice Tresnasari, Susanti Dharmmika</i>	
COVID-19 dan Tatalaksana Farmakoterapi	106
<i>Santun Bhukti Rahimah, Miranti Kania Dewi, Heni Muflihah</i>	
COVID-19 dan Tatalaksana pada Anak	131
<i>Lisa Adhia Garina</i>	



COVID-19 dan Lansia	143
<i>Alya Tursina</i>	
COVID-19 dan Kesehatan Industri	152
<i>Poernomo</i>	
COVID-19 dan Alat Pelindung Diri (APD).....	164
<i>Yuli Susanti</i>	
COVID-19 dan Pencegahan Transmisi Infeksi di Tempat-tempat Umum	187
<i>Budiman</i>	
COVID-19 dan Pencegahan Transmisi Infeksi Di Tingkat Individu	193
<i>Siska Nia Irasanti, Ratna Damailia</i>	
COVID-19 dan Manajemen Bencana	203
<i>Yudi Feriandi</i>	
COVID DAN HUMANIORA	
COVID-19 dan Perspektif Sosiologis serta Yuridis Kesehatan	216
<i>Dony Septriana Rosady</i>	
COVID-19 dalam Perspektif Islam.....	224
<i>Mia Kusmiati</i>	
COVID-19 dan Pemulasaraan Jenazah Penyakit Menular dalam Perspektif Islam	238
<i>Meike Rachmawati</i>	
PENUTUP	243



Kata Pengantar Dekan Fakultas Kedokteran UNISBA

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
السَّلَامُ عَلَيْكُمْ وَرَحْمَةُ اللَّهِ وَبَرَكَاتُهُ

Puji syukur ke hadirat Allah Subhanahu Wata'ala yang telah memberi kenikmatan dan kesehatan dalam kondisi saat ini dimana kita sedang menghadapi wabah COVID-19. Salam dan Sholawat semoga tercurah kepada junjungan kita nabi besar Muhammad SAW.

Sejak pertengahan januari 2020 wabah yang berasal dari Wuhan-China mulai menyebar dan menjangkiti ribuan orang di berbagai negara. Indonesia termasuk salah satu Negara yang telah dijangkiti wabah COVID-19. Sejumlah langkah dan upaya untuk mengatasi wabah ini telah dilaksanakan oleh berbagai pihak: pemerintah, tenaga medis, akademisi, dan masyarakat sendiri.

Selama kondisi melalui COVID-19 Fakultas Kedokteran Unisba melaksanakan pendidikan on line untuk tahap sarjana dan menunda kegiatan di rumah sakit untuk program profesi/kepaniteraan. Untuk mahasiswa program profesi melaksanakan tugas-tugas yang diberikan oleh Fakultas yaitu membuat laporan-laporan kasus sesuai dengan SKDI dan menyusun artikel mengenai COVID-19 mereka juga melaksanakan penyuluhan dalam bentuk KIE terhadap masyarakat secara online sebagai relawan sesuai arahan kemendikbud.

Selain mahasiswa tingkat profesi, dosen juga membuat artikel mengenai COVID-19. Tim Editor Fakultas Kedokteran menghimpun



artikel yang dibuat mahasiswa program profesi dan dosen menjadi buku yang nanti dapat disebarakan kepada masyarakat.

Kami mengucapkan terima kasih kepada tim editor, mahasiswa dan dosen yang telah memberikan sumbangannya untuk mengurangi atau menghapuskan COVID-19, semoga buku yang akan diterbitkan akan berguna bagi akademisi dan untuk masyarakat luas.

والسلام عليكم ورحمة الله وبركاته

Prof.Dr.Ieva B.Akbar,dr.,AIF



PRAKATA

Bunga rampai ini ditulis ketika dunia sedang menghadapi wabah virus COVID-19. Pada tanggal 15 Mei 2020, WHO menyatakan sebanyak 213 negara sudah melaporkan ditemukannya kasus COVID-19 di Negara mereka. Data tercatat sebanyak 4.417.903 kasus dengan 297.382 kematian dan tingkat pertumbuhan kasus baru sebesar 7% per hari di seluruh dunia. Indonesia mencatat sejumlah 15.483 kasus dengan 1.028 kematian pada saat yang sama.

Beberapa negara telah berhasil mengendalikan penyebaran COVID-19 ini dengan baik. Cina sebagai negara yang paling awal melaporkan kasus ini berhasil mengendalikan keadaan kurang lebih hanya setelah 30 hari sejak 100 confirmed cases pertama terjadi sedangkan Korea Selatan berhasil mengendalikan dalam waktu 20 hari sejak 100 kasus pertamanya dilaporkan. Sedangkan negara-negara yang terkenal dengan kehebatan sistem kesehatan mereka ternyata tidak berdaya berhadapan dengan COVID-19 ini. Termasuk di dalamnya antara lain negara Amerika Serikat, Jerman, Inggris, Denmark, Italy, dan masih sederet negara lain yang biasanya kita sebut sebagai negara maju.

Indonesia sampai saat ini masih berjuang untuk dapat mengalahkan virus ini. Beberapa program baik di bidang Kesehatan maupun di bidang lain telah digulirkan agar kehidupan masyarakat masih dapat terlaksana dengan aman.

COVID-19 telah menjadi angsa hitam pada seluruh sektor dalam kehidupan manusia pada saat ini. Angsa hitam adalah sebuah metafora untuk menggambarkan suatu kejadian tidak terduga yang menimbulkan konsekuensi ekstrim. Kejadian ini juga memunculkan istilah baru “The New Normal” yang menunjukkan perubahan perilaku dan budaya luar biasa yang terpaksa dilakukan masyarakat di seluruh dunia untuk mencegah semakin menyebarnya virus ini.



Di tengah peperangan melawan COVID-19 di seluruh dunia, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (Unisba) turut berkontribusi dengan mengurai segala hal mengenai penyakit ini. Uraian tersebut tertuang dalam publikasi KOIPEDIA “Bunga Rampai Artikel Penyakit Virus Korona (COVID-19)”.

Bunga rampai ini terbagi menjadi tiga bagian yang saling melengkapi. Bagian pertama membahas mengenai COVID-19 dan Ilmu Kedokteran Dasar selain dari sudut pandang epidemiologi juga termasuk didalamnya dari sisi patogenesis dan molecular. Bagian kedua adalah COVID-19 dan Ilmu Kedokteran Klinis yang membahas segala aspek sejak diagnosis, penatalaksanaan hingga pengaruh COVID-19 pada berbagai kelompok masyarakat. Bagian terakhir membahas COVID-19 dalam sudut pandang humaniora yang membahas dari perspektif sosiologis dan yuridis kesehatan. Selain itu COVID-19 dalam perspektif Islam dipaparkan secara tuntas, termasuk dalam memberikan informasi mengenai pemulasaran jenazah secara khusus.

Semoga sumbangsih sederhana ini dapat menjadi salah satu sumber informasi yang dapat dipergunakan untuk memahami fenomena COVID-19 dalam berbagai sudut pandang.

Bandung, Mei 2020



COVID-19 dan Kesehatan Industri

Poernomo

Pemerintah, pengusaha dan organisasi pekerja memiliki peran penting dalam memerangi pandemi COVID-19 untuk memastikan kesehatan dan keselamatan pekerja selain untuk mempertahankan keberlangsungan usaha dan bisnis. Memperhatikan bahwa pandemi *Corona virus disease-19* berdampak pada kesehatan masyarakat pekerja serta jutaan orang secara ekonomi dan sosial maka sangat penting dilakukan pembahasan secara efektif antara organisasi pekerja dan pengusaha untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan serta mengambil peran aktif dalam membuat kebijakan. Selain itu mengimplementasikan kebijakan tersebut untuk menghindari krisis dengan mengambil langkah-langkah yang efektif secara cepat di semua tingkatan.

Penyebaran *Corona virus disease-19* sudah meluas di seluruh penjuru dunia dan telah dinyatakan secara resmi oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) sebagai pandemi global. Oleh karenanya, diharapkan seluruh pihak dari berbagai aspek harus bekerja sama untuk menahan penyebaran virus, termasuk di tempat kerja.

Dalam keterangan tertulis yang disampaikan oleh WHO, dinyatakan beberapa saran bagi para pekerja maupun perusahaan untuk meminimalisir risiko terinfeksi *COVID-19* mulai dari pencegahan individu hingga tempat kerja.

Pemerintah di berbagai negara di seluruh dunia melakukan upaya besar-besaran untuk mengendalikannya dengan menghimbau seluruh masyarakat umum dan pekerja, termasuk perusahaan dan pemberi kerja, harus berpartisipasi guna meraih keberhasilan dalam pengendalian pandemi.

Sistem Jaminan Sosial Nasional terasa kurang berperan dalam memberikan perlindungan sosial pada kelompok rentan termasuk

buruh atau pekerja, sudah seharusnya pemerintah menggunakan momentum yang diciptakan oleh pandemi COVID-19 untuk membuat kemajuan cepat menuju sistem perlindungan sosial yang dibiayai secara kolektif, komprehensif, dan permanen.

Kesehatan Dan Keselamatan Kerja (K3) Di Tempat Kerja

Pemerintah, pengusaha, dan pekerja semua memiliki peran dalam menangani krisis COVID-19 dan kolaborasi mereka adalah kuncinya. Langkah-langkah pelaksanaan kesehatan dan keselamatan kerja (K3) yang memadai di tempat kerja dapat memainkan peran penting dalam menahan penyebaran penyakit khususnya penyakit COVID-19, sekaligus melindungi pekerja dan masyarakat pada umumnya.

Dukungan kebijakan dan bimbingan kepada pemberi kerja atau pemilik usaha dalam program kesehatan dan keselamatan kerja agar mereka dapat mengambil tindakan yang efektif dalam mengidentifikasi, mencegah, mengurangi, dan memperhitungkan bagaimana mengatasi risiko dan dampak pandemi COVID-19 yang merugikan terhadap pekerja dengan tanggung jawab masing-masing.

1. Tanggung jawab pemilik usaha/majikan selama pandemi COVID-19 adalah:
 - 1) bertanggung jawab secara menyeluruh untuk memastikan bahwa semua tindakan pencegahan dan perlindungan yang praktis diambil untuk meminimalkan risiko kerja (Konvensi kesehatan dan keselamatan kerja, 1981. No. 155);
 - 2) bertanggung jawab untuk menyediakan, jika diperlukan dan sejauh yang cukup sederhana, pakaian pelindung dan peralatan pelindung kerja yang memadai, tanpa membebankan biaya tersebut kepada pekerja;
 - 3) pemberi kerja bertanggung jawab untuk menyediakan informasi yang memadai dan pelatihan yang sesuai berupa:
 - a. konsultasi pekerja pada aspek k3 yang terkait dengan mereka;

- b. menyediakan tindakan untuk penanganan kejadian kedaruratan(*emergency*);
- c. memberitahukan ke dinas terkait tentang kasus penyakit akibat kerja.

Hak dan tanggung jawab pekerja selama pandemi Covid-19 adalah:

1. tanggung jawab untuk bekerja sama dalam pemenuhan kesehatan dan keselamatan kerja seperti yang telah diwajibkan oleh majikan ataupun perusahaan dengan memperhatikan etika kerja yang aman dan menggunakan perangkat keselamatan serta alat pelindung diri dengan benar;
2. melaksanakan kegiatan kesehatan dan keselamatan kerja, semua kegiatan K3 pembiayaannya oleh perusahaan dan tidak melibatkan pengeluaran biaya bagi pekerja;
3. pekerja berhak untuk melapor kepada atasan langsung mereka dalam situasi apa pun yang mereka miliki dalam keadaan bahaya yang serius terhadap kehidupan atau kesehatan mereka serta majikan tidak dapat meminta pekerja untuk kembali bekerja dalam situasi kerja yang berpotensi bahaya terhadap kesehatan dan keselamatan;
4. pekerja harus diberitahu dengan cara yang memadai dan tepat dari potensi bahaya di tempat kerja terhadap kesehatan mereka.

Pengusaha dan pekerja harus mulai melakukan pelaksanaan K3 di tempat kerjanya untuk menghentikan atau memperlambat penyebaran COVID-19 di tempat kerja. Ada beberapa cara sederhana yang dapat dilakukan untuk mencegah penyebaran COVID-19 di tempat kerja yang tidak memerlukan biaya banyak. Cara-cara tersebut di antaranya adalah:

1. pastikan tempat kerja bersih dan higienis.

Memastikan setiap permukaan benda ataupun objek yang sering disentuh oleh pekerja, klien, atau orang lain yang datang di tempat kerja (mis. permukaan meja dan *workstation*, gagang pintu, telepon, *keyboard* dan benda kerja lainnya) perlu dibersihkan dengan disinfektan secara teratur karena kontaminasi dan salah satu cara utama COVID-19 menyebar;

2. promosikan pencucian tangan secara teratur dan menyeluruh pada semua pekerja, pelanggan, dan setiap tamu yang berkunjung dengan menyediakan:
 - 1) dispenser pembersih tangan yang disediakan di tempat-tempat strategis di sekitar tempat kerja dan pastikan dispenser ini diisi ulang secara teratur;
 - 2) pasang poster cara mencuci tangan yang benar di samping dispenser pembersih tangan;
 - 3) lakukan promosi cuci tangan ini di setiap pertemuan/kegiatan kesehatan dan keselamatan kerja karena mencuci tangan dapat membunuh virus dan mencegah penyebaran COVID-19 di tempat kerja;
 - 4) pastikan bahwa seluruh staf, pekerja, dan tamu yang datang ke tempat kerja memiliki akses ke tempat-tempat cuci tangan dengan sabun dan air.
3. promosikan kebersihan pernapasan yang baik di tempat kerja
 - 1) pasang poster yang mempromosikan kebersihan pernapasan dan etika batuk pada tempat-tempat strategis di tempat kerja;
 - 2) lakukan promosi kebersihan pernapasan dan etika batuk ini di setiap pertemuan/ kegiatan kesehatan dan keselamatan kerja karena dapat mencegah penyebaran COVID-19 di tempat kerja;

- 3) pastikan ketersediaan masker bedah atau kertas tisu bagi mereka yang menderita pilek atau batuk di tempat kerja dan sediakan tempat sampah khusus yang tertutup untuk membuang kertas tisu bekas pakai.
4. jaga jarak fisik interaksi antarpekerja, pelanggan, dan pengunjung serta langkah-langkah pelaksanaannya untuk mengurangi risiko:
 - 1) pengorganisasian kerja dengan cara yang memungkinkan jarak fisik antarpekerja, atau jaga jarak setiap interaksi antarorang di tempat kerja;
 - 2) jika layak menggunakan panggilan telepon, email, atau rapat virtual daripada rapat tatap muka; dan
 - 3) memperkenalkan/mengatur sif kerja untuk menghindari konsentrasi pekerja yang terlalu banyak di fasilitas kerja pada waktu yang sama.
5. sampaikan dan lakukan pemberitahuan kepada seluruh staf, pekerja dan setiap tamu yang datang di tempat kerja, jika mengalami gejala batuk ringan atau demam ringan ($37,3^{\circ}$ C atau lebih) maka perlu tinggal di rumah dan menghitung hari libur kerja tersebut sebagai cuti sakit.

Bahaya Biologi Di Tempat Kerja.

Potensi bahaya biologi adalah bahan biologis yang berada di sekitar manusia berupa organisme dan mikroorganisme hidup yang ditemukan di tempat kerja dan dapat memengaruhi kesehatan. Umumnya diklasifikasikan menurut jenisnya adalah virus, bakteri, jamur, parasit, binatang, tanaman, dan manusia.

COVID-19 dapat dianggap sebagai penyakit akibat kerja jika terpajan melalui pekerjaan dan kontak langsung di lingkungan kerja. Selama sakit dan tidak mampu bekerja sebagai akibat dari kegiatan

yang berhubungan dengan pekerjaan, pekerja harus berhak mendapatkan perawatan medis dan kompensasi uang tunai, sebagaimana diatur dalam peraturan dan perundang-undangan yang berlaku.

Panduan normatif untuk melindungi pekerja terhadap bahaya biologis di tempat kerja (kantor) belum diatur dalam konvensi kesehatan dan keselamatan kerja, hanya disampaikan dalam bentuk himbauan tindakan preventif sehubungan dengan bahaya biologis dalam bekerja. Sampai saat ini Badan Standar Kerja Internasional tidak memasukkan ketentuan yang komprehensif yang secara khusus berfokus pada perlindungan pekerja atau lingkungan kerja terhadap bahaya biologis. Para pekerja di beberapa sektor lebih terpajan kepada bahaya faktor biologis dibanding dengan yang lain, misalnya layanan kesehatan, pertanian, sanitasi, dan pengelolaan limbah. Pekerja kesehatan memiliki risiko yang sangat tinggi terhadap pajanan penyakit menular di tempat kerja seperti COVID-19.

Faktor biologis tertentu harus diakui sebagai penyebab dari suatu penyakit akibat kerja (okupasi) dalam hal pajanan yang timbul dari kegiatan kerja. Hubungan langsung penetapan penyakit akibat kerja dilakukan secara ilmiah (7 langkah diagnosis PAK) antara paparan terhadap agen biologis yang timbul dari kegiatan kerja dan penyakit yang dialami oleh pekerja, dianjurkan bahwa penyakit tersebut diakui sebagai penyakit okupasi untuk tujuan pencegahan, pencatatan, pelaporan, dan kompensasi.

Pencegahan penyakit yang disebabkan oleh sebagian besar bahaya biologis sampai saat ini masih ada kesenjangan di bidang regulasi. Organisasi (ILO) sedang mempertimbangkan proposal untuk menetapkan instrumen baru yang menangani semua bahaya biologis agar standar dan pedoman akan mendukung tujuan utama kebijakan kesehatan dan keselamatan kerja, yaitu pencegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja dengan meminimalkan potensi bahaya yang ada di lingkungan kerja.

Bekerja Dari Rumah

Kementerian Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi (PANRB) menyampaikan kebijakan nasional tentang penyesuaian sistem kerja Aparatur Sipil Negara (ASN) selama merebaknya kasus COVID-19 sebagai pedoman bagi instansi pemerintah. Penyesuaian Sistem Kerja ASN dalam Upaya Pencegahan COVID-19 di Lingkungan Instansi Pemerintah dimaksudkan sebagai pedoman bagi instansi pemerintah dalam pelaksanaan tugas kedinasan dengan bekerja di rumah/tempat tinggalnya (*Work from Home/WFH*) bagi ASN sebagai upaya pencegahan dan meminimalisasi penyebaran COVID-19.

Bekerja dari rumah atau kerja jarak jauh (*telecommuting, remote working, telework*) adalah model atau perjanjian kerja dan karyawan atau pekerja memperoleh fleksibilitas bekerja dalam hal tempat dan waktu kerja dengan bantuan teknologi telekomunikasi.

Pegawai perusahaan swasta juga bekerja di rumah atau di tempat tinggalnya selama pandemi COVID-19 tidak secara jelas diatur dalam peraturan oleh kementerian terkait.

Uni Eropa telah membuat peraturan *telework* yang dituangkan dalam Perjanjian Kerangka Kerja Eropa tentang *Telework* dan sudah sebagian besar negara Anggota Uni Eropa telah mengimplementasikan Perjanjian Kerangka Eropa tentang *telework* melalui perjanjian kemitraan yang di antaranya mencakup hak serta kewajiban pemilik usaha dan pekerja.

Meskipun demikian, selama mengikuti anjuran pemerintah untuk bekerja di rumah tetap harus memperhatikan kesehatan dan keselamatan kerja (K3) seperti di tempat kerja pada umumnya.

Beberapa petunjuk praktis agar bekerja di rumah tetap sehat, aman, dan efektif.

1. Lingkungan kerja di rumah

Lingkungan kerja yang sesuai di rumah dapat meliputi:

- 1) sediakan sebuah ruangan khusus untuk bekerja (idealnya), dan jika tidak ada dapat juga ruangan di rumah yang memungkinkan pekerja dapat bekerja dengan nyaman;
 - a. agar dapat berkonsentrasi dalam bekerja dan meminimalkan gangguan;
 - b. agar ada batas antara pekerjaan dan kehidupan rumah tangga, sebagai tanda bila keluar dari ruangan berarti meninggalkan pekerjaan;
- 2) pastikan suhu, kelembapan, dan ventilasi yang memadai;
- 3) pencahayaan yang memadai (termasuk siang hari) untuk melakukan tugas secara efisien, akurat, dan dengan cara yang sehat;
- 4) koneksi internet dan saluran telepon yang memadai;
- 5) ada pemeliharaan berkala untuk kerusakan pada peralatan dan kabel listrik.

2. Tampilan layar komputer dan posisi kerja.

Bekerja dengan DSE (*Display screen equipment*) yang tidak memadai dan posisi kerja statis dan cenderung monoton di depan layar berisiko terjadi gangguan kesehatan dari potensi bahaya ergonomis, misalnya: kelelahan mata; nyeri dan gangguan muskuloskeletal; tekanan mental; stres kerja; dan efek kesehatan yang terkait dengan kurangnya olahraga/sedentarisme (obesitas, diabetes II, gangguan kardiovaskular, dll.).

Untuk menghindari risiko kesehatan akibat faktor ergonomi tersebut di antaranya adalah:

- 1) pekerja harus mengetahui dan mampu mengidentifikasi risiko dari potensi bahaya tersebut;
- 2) posisi kepala lurus dengan bahu;
- 3) saat posisi duduk, upayakan punggung tetap lurus bila perlu beri tahanan sisi lumbar dan lateral dan kurangi gerakan

- berputar untuk mempertahankan postur tubuh yang nyaman dan netral dengan sendi yang selaras secara alami;
- 4) sering lakukan istirahat sejenak saat tanda-tanda kelelahan mata mulai dirasakan dan keluar dari ruang kerja untuk melihat objek yang jauh atau kedipkan mata beberapa kali;
 - 5) lakukan peregangan secara berkala selama 5-10 menit, setelah bekerja selama 1 jam atau maksimal 2 jam.

Perlindungan Jaminan Sosial

Dampak pandemi COVID-19 sangat dirasakan oleh pekerja sebagai konsekuensi kebijakan pemerintah pusat maupun daerah dalam pelaksanaan pencegahan dan penanggulangan COVID-19, salah satunya adalah risiko sosial dan ekonomi berupa kehilangan sebagian atau seluruh pendapatannya. Hal tersebut dikarenakan ketidakhadiran pekerja di tempat kerja dengan pembatasan kegiatan usaha yang dilakukan oleh perusahaan atau pekerja terpajan penyakit COVID-19.

Pekerja atau buruh yang dikategorikan sebagai Orang Dalam Pemantauan (ODP) dan Pasien Dalam Pengawasan (PDP) terkait COVID-19 berdasar atas keterangan dokter sehingga tidak masuk kerja paling lama 14 hari atau menjalani masa karantina sesuai standar Kementerian Kesehatan RI maka upahnya dibayarkan secara penuh, sedangkan bagi pekerja atau buruh yang tidak masuk kerja karena sakit COVID-19 dan dibuktikan dengan keterangan dokter, maka upahnya dibayarkan sesuai dengan peraturan perundang-undangan.

Dengan penetapan Infeksi COVID-19 sebagai penyakit yang dapat menimbulkan wabah maka segala bentuk pembiayaan dalam rangka upaya penanggulangan dibebankan pada anggaran Kementerian Kesehatan RI, pemerintah daerah, dan/atau sumber dana lain yang sah sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan.

BPJS Ketenagakerjaan atau biasa disebut BP Jamsostek berinisiatif untuk mendonasikan sebagian gaji pegawai mereka untuk mendukung perjuangan para relawan medis dan nonmedis yang akan

diberikan dalam bentuk Jaminan Kecelakaan Kerja (JKK) dan Jaminan Kematian (JKM) maupun APD dan alat kesehatan yang diperlukan.

Dalam peraturan perundangan yang berlaku, manfaat JKK sangat lengkap, di antaranya:

1. jika peserta mengalami kecelakaan kerja dan tidak dapat bekerja untuk sementara waktu, BP Jamsostek akan membayarkan 100% gajinya untuk 12 bulan dan seterusnya sebesar 50% hingga sembuh;
2. apabila tenaga medis peserta BP Jamsostek yang bekerja untuk merawat langsung pasien COVID-19 dan dirinya meninggal dunia atau mengalami cacat total tetap akibat terinfeksi virus tersebut maka ahli waris akan mendapatkan santunan JKK sebesar 48 kali upah yang dilaporkan.

Lalu, di manakah peran dan fungsi BPJS Ketenagakerjaan (BP Jamsostek) di saat wabah COVID-19 bagi pekerja ataupun buruh lainnya sebagai peserta BP Jamsostek yang bekerja bila mengalami hal yang sama akibat terinfeksi COVID-19?

Sesuai dengan Peraturan Pemerintah tentang Penyelenggaraan Program Jaminan Kecelakaan Kerja dan Jaminan Kematian, peserta yang mengalami Kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja berhak atas manfaat JKK berupa pelayanan kesehatan sesuai dengan kebutuhan medis dan santunan berupa uang tunai serta manfaat JKM apabila peserta meninggal dunia dalam masa aktif. Perlu dibuat regulasi atau peraturan yang jelas mengatur hak pekerja atau buruh yang terdampak akibat terinfeksi penyakit tertentu yang ditetapkan sebagai wabah dapat merasakan manfaat JKK dan JKM bagi keluarganya. Hal ini agar tidak terjadi perbedaan persepsi dan perbedaan pendapat penyelenggara dengan peserta BP Jamsostek dalam implementasi pemberian manfaat program JKK dan JKM bagi pesertanya. Tujuan dan prinsip dasar dalam jaminan sosial untuk mewujudkan terpenuhinya kebutuhan hidup dasar yang layak bagi

peserta dan/atau anggota keluarganya dan penggunaan/pengelolaan dana sebesar-besarnya untuk kepentingan peserta.

Daftar Pustaka

- World Health Organization (WHO).2020. Infection prevention and control during health care when novel coronavirus (nCoV) infection is suspected.(diunduh 21 April 2020). Tersedia di: <https://www.who.int>.
- International Labour Organization (ILO). 2020. In the face of a pandemic: ensuring safety and health at work.(diunduh 2 Mei 2020). Tersedia di: <https://www.ilo.org>.
- International Labour Organization (ILO). 2020. ILO Standards and COVID-19 (coronavirus). (diunduh 21 April 2020). Tersedia di: <https://www.ilo.org>.
- International Labour Organization (ILO). 2020. ILO's Statement on protection of safety and health of workers during COVID-19 pandemic. (diunduh 21 April 2020). Tersedia di: <https://www.ilo.org>.
- International Labour Organization (ILO). 2020. COVID-19: Social protection systems failing vulnerable groups. (diunduh 21 April 2020). Tersedia di: <https://www.ilo.org>.
- Occupational Safety and Health (OSH).2020.Practical tips to make home-based telework as healthy, safe and effective as possible. (diunduh 22 April 2020). Tersedia di: <https://osha.europa.eu/en>.
- Occupational Safety and Health (OSH).2020. EU-OSHA guidance for the workplace. (diunduh 22 April 2020). Tersedia di: <https://osha.europa.eu/en>.
- Surat Edaran Menteri PANRB No.19 Tahun 2020 tentang Penyesuaian Sistem Kerja Aparatur Sipil Negara dalam Upaya Pencegahan Covid-19 di Lingkungan Instansi Pemerintah, 16 Maret 2020.
- Surat Edaran (SE) Menaker Nomor M/3/HK.04/III/2020 tentang Pelindungan Pekerja/ Buruh dan Kelangsungan Usaha dalam Rangka Pencegahan dan Penanggulangan COVID-19. SE yang ditandatangani tanggal 17 Maret 2020.

- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/104/2020 tentang Penetapan Infeksi Novel Coronavirus (Infeksi 2019-Ncov) Sebagai Penyakit yang dapat Menimbulkan Wabah dan Upaya Penanggulangannya. Ditetapkan pada tanggal 4 Februari 2020.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/238/2020 tentang Petunjuk Teknis Klaim Penggantian Biaya Perawatan Pasien Penyakit Infeksi Emerging Tertentu bagi Rumah Sakit yang Menyenggarakan Pelayanan Coronavirus Disease 2019 (Covid-19). Ditetapkan di Jakarta pada tanggal 6 April 2020.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 82 Tahun 2019 tentang Perubahan Atas Peraturan Pemerintah No 44 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Program Jaminan Kecelakaan Kerja dan Jaminan Kematian.

