



*Peran Keluarga dalam
Upaya Pencegahan*

COVID-19

CORONAVIRUS DISEASE 2019

Ns. Moh. Khotibul Umam, MNS
khotibul_umam@unikal.ac.id

Nursing
FIK UNIKAL

Satu Keluarga di Kalsel Positif Corona, Termasuk Balita

CNN Indonesia | Senin, 27/04/2020 21:31 WIB

Bagikan :  



Merdeka > Jateng

Satu Keluarga di Kota Magelang Terinfeksi Corona, Ini Faktanya

Rabu, 29 April 2020 08:08

Reporter : [Shani Rasyid](#)




13

SHARES

[Home](#) / [Berita Cirebon](#) / [Berita Pantura](#)

Satu Keluarga di Indramayu Tertular Covid-19

© Kamis, 14 Mei 2020  Suara.com

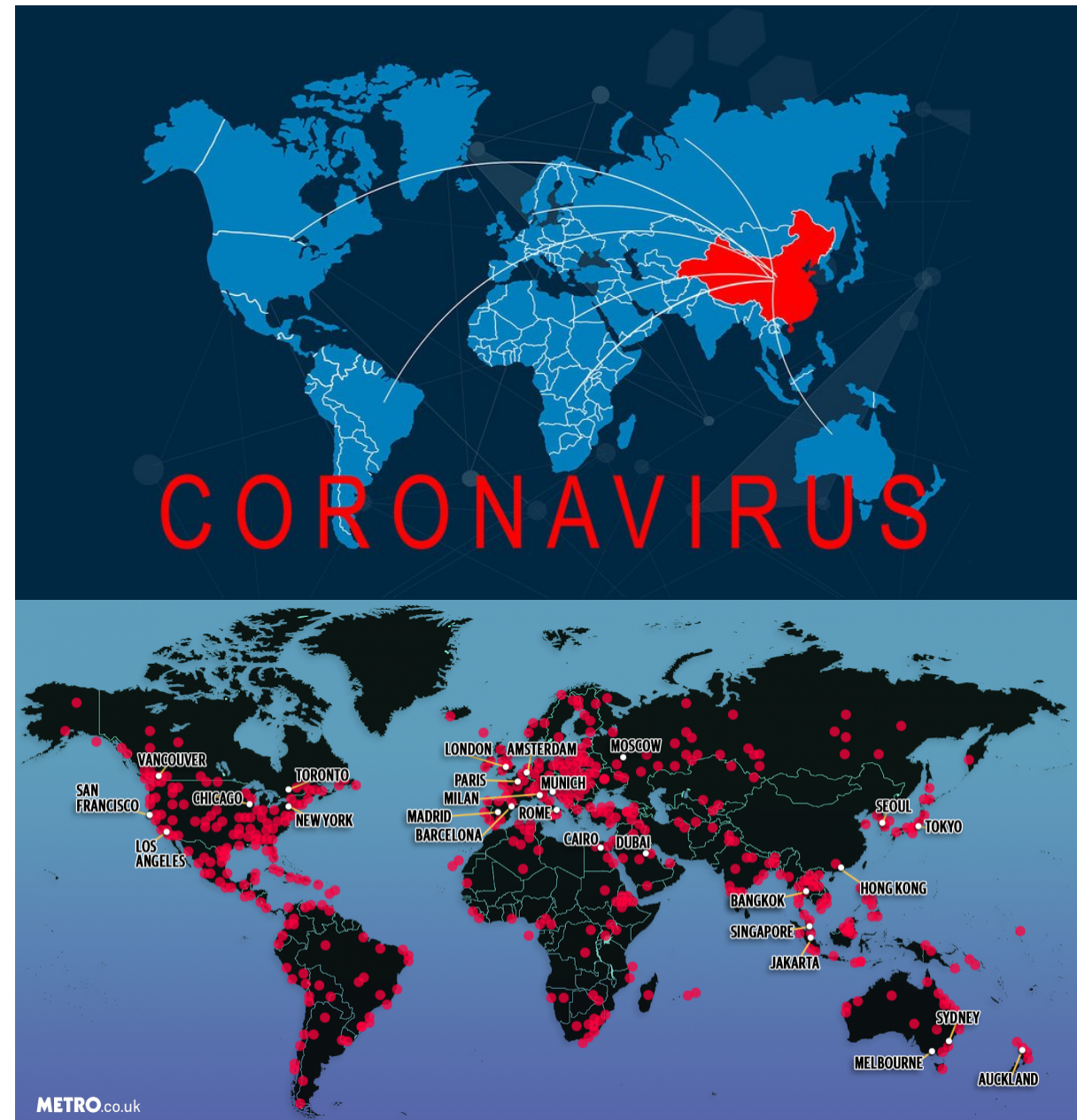


Pasien COVID-19 Pertama di Blora. ©2020 liputan6.com

Situasi Terkini

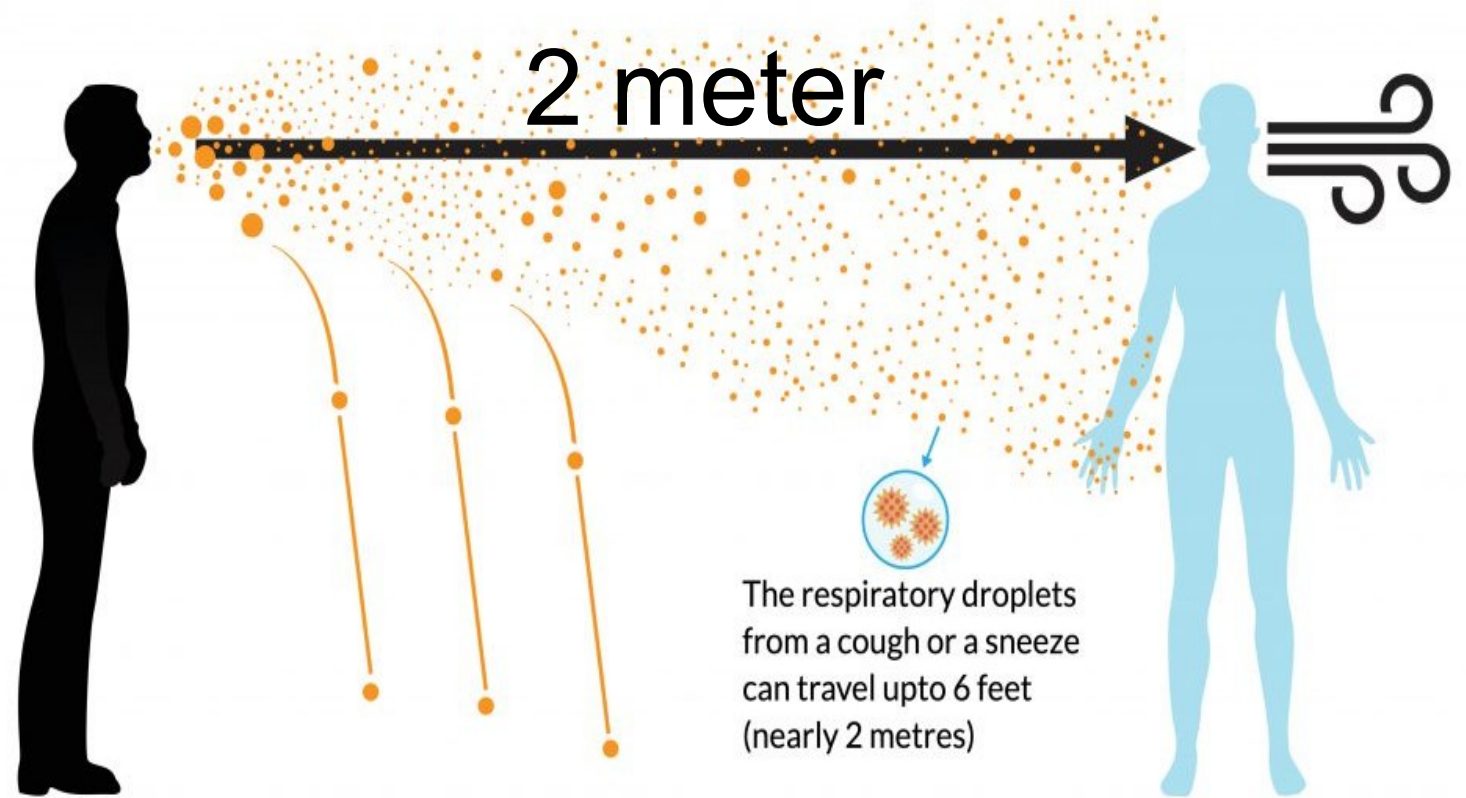
- Global 4.982.875 dengan 1.956.361 sembuh dan 324.535 meninggal
- 214 negara di dunia terdampak
- 185 negara dengan transmisi lokal
- INDONESIA : 18.496 kasus dengan **1.221 kematian**, **4.467 sembuh**
- Angka kasus baru di Indonesia masih cenderung naik setiap harinya

Sumber: Kemenkes RI (2020)



Penyebaran Virus

- Penyebaran SARS-CoV-2 dari manusia ke manusia menjadi sumber transmisi utama sehingga penyebaran menjadi lebih agresif.



- Penyebaran SARS-CoV-2 dari pasien simptomatik terjadi melalui **droplet** yang keluar saat batuk atau bersin.
- Selain itu, telah diteliti bahwa SARS-CoV-2 dapat bertahan pada aerosol (dihasilkan melalui *nebulizer*) selama setidaknya **3 jam**.

Sumber: Han & Yang (2020), van Doremalen *et al* (2020); Susilo *et al* (2020)

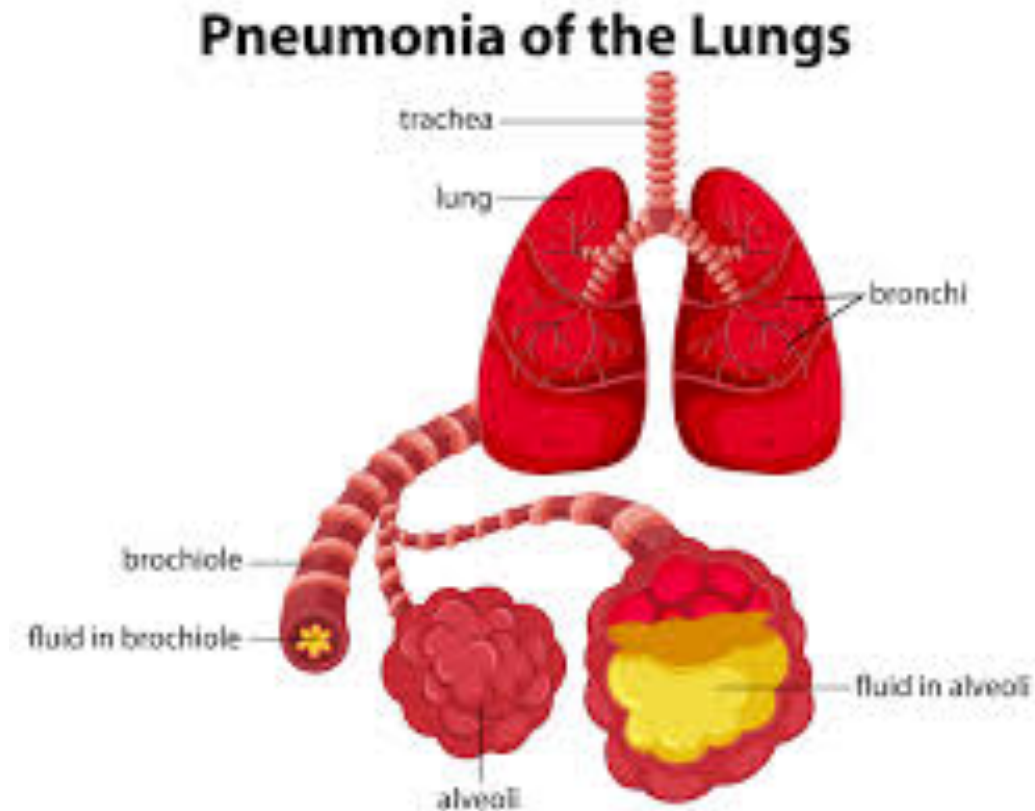
Penyebaran Virus (Lanjutan)

- **SARS-CoV-2** dapat bertahan pada benda mati seperti **plastik** dan **stainless steel** selama 72 jam, **tembaga** 4 jam, **kardus** 24 jam.
- **SARS-CoV-2** ditemukan pada pencemaran lingkungan yang luas pada **kamar dan toilet pasien Covid-19** dengan gejala ringan.
- **SARS-CoV-2** juga dapat terdeteksi pada **gagang pintu, dudukan toilet, tombol lampu, jendela, lemari, hingga kipas ventilasi**, namun tidak terdapat pada sampel udara.

Sumber: Ong *et al* (2020), van Doremalen *et al* (2020)

Gejala Umum

1. Demam $> 38^{\circ}\text{C}$
2. Batuk kering
3. Sesak Nafas



KENALI GEJALA COVID-19

Hari 1-3

- Gejalanya mirip dengan masuk angin
- Sakit Tenggorokan ringan, sedikit sakit
- Tidak demam, tidak lelah
- Masih makan dan minum secara normal

Hari 4

- Sakit Tenggorokan Sedikit, mabuk badan
- Suhu tubuh mulai tinggi
- Mulai anoreksia, sakit kepala ringan
- Mulai suara serak dan diare ringan

Hari 5

- Sakit Tenggorokan suara serak
- Suhu tubuh berkisar antara $36,5-36,7$
- Tubuh panas ringan
- Tubuh lelah merasakan nyeri sendi

Hari 6

- Mulai demam ringan suhu sekitar 37
- Batuk dengan lendir/batuk kering
- Kelelahan, Mual sesekali sulit bernapas
- Jari sakit, diare, bisa muntah



**Pelaku perjalanan
dari negara terjangkit**

Tanpa gejala

Riwayat dari
negara/
wilayah
importasi

Riwayat dari
negara/ wilayah
transmisi lokal

**monitoring
mandiri**

**Karantina
mandiri**

**Orang Tanpa
Gejala (OTG)**

- Tanpa gejala
- Kontak dengan
pasien konfirmasi
COVID-19

**Dilakukan pengambilan
spesimen untuk
pemeriksaan RT PCR
hari ke-1 dan ke-14**

Karantina rumah

**Orang Dalam
Pemantauan (ODP)**

1. Demam / Gejala
pernapasan DAN
Riwayat dari negara/
wilayah transmisi lokal
2. Gejala pernapasan
DAN Riwayat kontak
dengan kasus
konfirmasi COVID-19

**Dilakukan pengambilan
spesimen untuk
pemeriksaan RT PCR
hari ke-1 dan ke-2**

**Isolasi diri di
rumah**

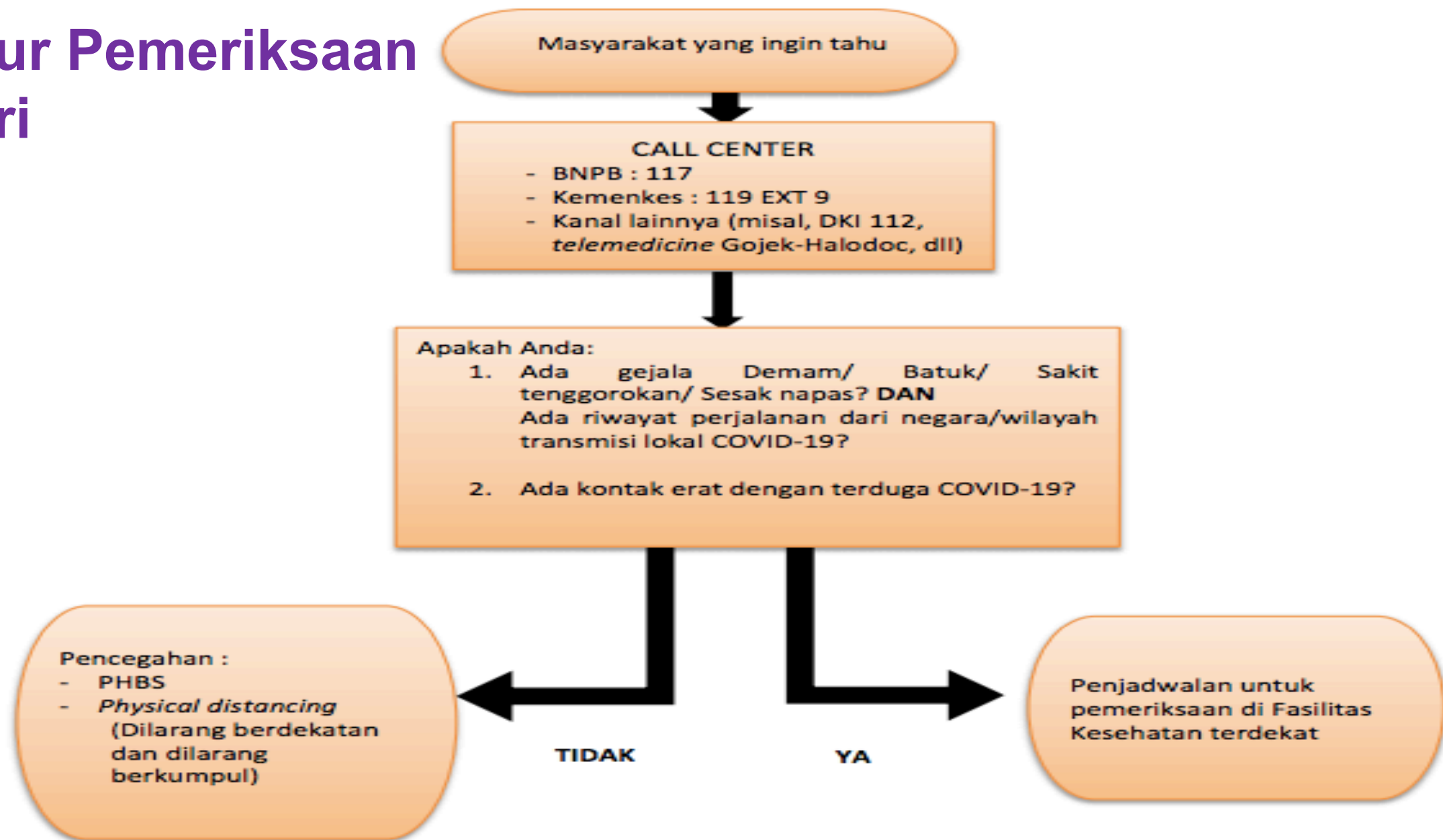
**Pasien Dalam
Pengawasan (PDP)**

1. ISPA dan Riwayat dari
negara/ wilayah
transmisi lokal
2. Demam atau ISPA dan
Riwayat kontak kasus
konfirmasi COVID-19
3. ISPA berat perlu
perawatan RS

**Dilakukan pengambilan
spesimen untuk
pemeriksaan RT PCR
hari ke-1 dan ke-2**

RINGAN: Isolasi diri di rumah
SEDANG: Rawat di RS Darurat
BERAT: Rawat di RS Rujukan

Alur Pemeriksaan Diri



Gambar 3.1. Alur Pemeriksaan Diri COVID-19

Keluarga



Keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang berkumpul serta tinggal di suatu tempat dibawah satu atap dan saling ketergantungan (Depkes RI, 1988).

FUNGSI KELUARGA

Menurut Friedman (2011), fungsi keluarga ada 5 antara lain:

- 1.Fungsi afektif
- 2.Fungsi sosialisasi dan penempatan sosial
- 3.Fungsi reproduksi
- 4.Fungsi ekonomi
- 5.Fungsi perawatan kesehatan**

Fungsi Perawatan Kesehatan

Tugas dan Peran Keluarga dalam Perawatan Kesehatan (Friedman, 2011)

1. **Mengenal** masalah kesehatan
2. **Mengambil Keputusan** utk Melakukan tindakan kesehatan yg tepat
3. **Memberikan Perawatan** pada anggota keluarga yang sakit
4. **Memodifikasi Lingkungan** / Mempertahankan atau menciptakan suasana rumah tangga yang sehat
5. **Memanfaatkan Fasilitas Kesehatan** masyarakat

Keluarga Mengenal Masalah



1. Keluarga mencari informasi yang benar tentang penyakit covid-19
2. Saling mengingatkan dan memberi teladan dalam PHBS (Germas)
3. Menanamkan sikap yang benar dalam menghadapi covid-19.
4. Jangan meremehkan

Membuat Keputusan Tindakan Kesehatan yang tepat



Mudik Bawa Bahaya ke Keluarga



Sejumlah orang dengan **Positif COVID-19** di daerah ternyata **pemudik** dari wilayah **yang telah terinfeksi**. Selain **membahayakan keluarga** tersayang, mereka pun harus **masuk karantina**.

Jelas #TidakMudik pilihan yang terbaik saat ini.

1. Periksa diri jika muncul gejala covid-19 (OTG, ODP, PDP)
2. Saling mengingatkan untuk selalu cuci tangan dan memakai masker
3. Menghindari keramaian dan jaga jarak (*social distancing*)
4. Jangan mudik/pulang kampung

Siapa yang Melakukan Isolasi Mandiri?

- ✓ Dilakukan seseorang dengan gejala infeksi saluran napas. Secara volunteer atau rekomendasi petugas, seseorang akan melakukan isolasi di rumah
- ✓ Jenis sakitnya tergolong sakit ringan

Durasi Isolasi Mandiri

Apabila positif Covid-19, tergantung rekomendasi petugas kesehatan (sampai dinyatakan negatif Covid-19)



Isolasi Mandiri



Apa yang Dilakukan saat Isolasi Mandiri?

- | | | | |
|--|---|---|--|
| ✓ Idealnya ruangan terpisah dengan anggota keluarga lain | ✓ Hindari pemakaian barang pribadi bersama, seperti alat makan, alat mandi, linen, dan lainnya | ✓ Pembersihan dan disinfektan rutin di area yang tersentuh | ✓ Tetap di rumah dan dapat dikontak |
| ✓ Jaga jarak dengan orang sehat minimal 1 meter | ✓ Tisu, sarung tangan, dan pakaian yang dipakai pasien harus dimasukkan wadah linen khusus dan terpisah | ✓ Batasi jumlah perawat yang merawat pasien, pastikan perawat sehat | ✓ Jika harus keluar rumah, gunakan masker, hindari menggunakan transportasi umum, dan hindari tempat ramai |
| ✓ Selalu menggunakan masker | | ✓ Batasi pengunjung atau membuat daftar pengunjung | ✓ Ventilasi ruangan yang baik (buka jendela) |
| ✓ Terapkan etika batuk dan bersin | | | |

Keluarga Memberi Perawatan Pada Anggota Keluarga yang Sakit

1. Tinggal dan melakukan aktivitas di rumah selama 14 hari (Isolasi mandiri)
2. Gunakan ruangan sendiri dan menghindari penggunaan barang bersama
3. Pastikan tisu dan masker setelah dipakai harus segera dibuang
4. Jika ada Lansia, jaga kondisi kesehatannya

Keluarga Menciptakan Suasana Rumah Tangga yang Sehat

OLAH RAGA DIRUMAH UNTUK TINGKATKAN SISTEM IMUN TUBUH

10 jenis olah raga yang bisa dilakukan di rumah selama pandemi corona.



1. Bersihkan rumah dan bersihkan diri
2. Batasi tamu yang datang berkunjung
3. Hindari berbagi barang-barang rumah tangga
4. Menjaga kebersihan makanan yang dikonsumsi
5. Segera mandi dan ganti baju setelah beraktivitas diluar rumah
6. Jangan menyentuh apapun sepulang bepergian
7. Olah raga bersama anggota keluarga
8. Menanam TOGA

Keluarga Memanfaatkan Fasilitas Kesehatan

1. Membawa anggota keluarga yang berstatus ODP, OTG ke RS jika keadaan memburuk selama isolasi mandiri
2. Melakukan pemeriksaan deteksi covid-19 bagi anggota keluarga yang lain



Referensi

Burhan, E., Susanto, A. D., Nasution, S. A., *et al* (2020). Protokol Tatalaksana Covid-19. Jakarta: PDPI, PERKI, PAPDI, PERDATIN, IDAI.

Han Y, Yang H. (2020). The transmission and diagnosis of 2019 novel coronavirus infection disease (COVID-19): A Chinese perspective. J Med Virol.

Kemenkes RI. 2020.

PERKI (2020). Pedoman BHD dan BHJL pada COVID-19.

http://www.inaheart.org/news_and_events/news/2020/4/13/pedoman_bhd_dan_bhjl_pada_covid_19

Susilo A, Rumede CM, Pitoyo CW, *et al* (2020). Coronavirus Disease 2019: Tinjauan Literatur Terkini. Jurnal Penyakit Dalam Indonesia, 7, 1.

van Doremalen N, Bushmaker T, Morris DH, Holbrook MG, Gamble A, Williamson BN, *et al*. (2020). Aerosol and Surface Stability of SARS-CoV-2 as Compared with SARS-CoV-1. N Engl J Med, published online March 17.

Wu, F., Zhao, S., Yu, B. *et al*. (2020). A new coronavirus associated with human respiratory disease in China. *Nature* 579, 265–269.

