



KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR HK.01.07/MENKES/9838/2020  
TENTANG  
PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS* 2019  
(COVID-19) BAGI PETUGAS DAN JEMAAH HAJI DAN UMRAH

DENGAN RAHMAT TUHAN YANG MAHA ESA

MENTERI KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA,

- Menimbang : a. bahwa dalam penyelenggaraan ibadah haji dan umrah, Pemerintah berkewajiban memberikan pelayanan kesehatan yang optimal agar jemaah haji tetap dalam keadaan sehat selama menjalankan ibadah;
- b. bahwa dalam rangka memberikan acuan dalam penyelenggaraan ibadah haji dan umrah pada masa pandemi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19), dibutuhkan pedoman bagi petugas dan jemaah haji dan umrah dalam upaya pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19);
- c. bahwa berdasarkan pertimbangan sebagaimana dimaksud dalam huruf a dan huruf b, perlu menetapkan Keputusan Menteri Kesehatan tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) Bagi Petugas dan Jemaah Haji dan Umrah;
- Mengingat : 1. Undang-Undang Nomor 4 Tahun 1984 tentang Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1984 Nomor 20, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3237);

2. Undang-Undang Nomor 24 Tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2007 Nomor 66, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 4723);
3. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2009 Nomor 144, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5063);
4. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 298, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5607);
5. Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 tentang Keekarantinaan Kesehatan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2018 Nomor 128, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6236);
6. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2019 tentang Penyelenggaraan Ibadah Haji dan Umrah (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2019 Nomor 75, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6338);
7. Peraturan Pemerintah Nomor 40 Tahun 1991 tentang Penanggulangan Wabah Penyakit Menular (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1991 Nomor 49, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 3447);
8. Peraturan Pemerintah Nomor 66 Tahun 2014 tentang Kesehatan Lingkungan (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2014 Nomor 184, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 5570);
9. Peraturan Pemerintah Nomor 88 Tahun 2019 tentang Kesehatan Kerja (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2019 Nomor 251, Tambahan Lembaran Negara Republik Indonesia Nomor 6444);
10. Peraturan Presiden Nomor 72 Tahun 2012 tentang Sistem Kesehatan Nasional (Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 2012 Nomor 193);

11. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1501/Menkes/Per/X/2010 tentang Jenis Penyakit Menular Tertentu yang dapat Menimbulkan Wabah dan Upaya Penanggulangan (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 503);
12. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 62 Tahun 2016 tentang Penyelenggaraan Kesehatan Haji (Berita Negara Republik Indonesia Tahun 2010 Nomor 1875);
13. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/382/2020 tentang Protokol Kesehatan Bagi Masyarakat di Tempat dan Fasilitas Umum Dalam Rangka Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus* 2019 (COVID-19);
14. Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/413/2020 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Coronavirus* 2019 (COVID-19);
15. Keputusan Menteri Agama Nomor 719 Tahun 2020 tentang Pedoman Penyelenggaraan Perjalanan Ibadah Umrah Pada Masa Pandemi *Corona Virus Disease* 2019;

MEMUTUSKAN:

Menetapkan : KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN TENTANG PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE 2019* (COVID-19) BAGI PETUGAS DAN JEMAAH HAJI DAN UMRAH.

KESATU : Menetapkan Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* (COVID-19) Bagi Petugas dan Jemaah Haji dan Umrah sebagaimana tercantum dalam Lampiran yang merupakan bagian tidak terpisahkan dari Keputusan Menteri ini.

- KEDUA : Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* (COVID-19) Bagi Petugas dan Jemaah Haji dan Umrah sebagaimana dimaksud dalam Diktum KESATU menjadi acuan bagi petugas dan jemaah haji dan umrah dalam melakukan upaya pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease* (COVID-19) pada penyelenggaraan ibadah haji dan umrah agar tetap sehat dan dalam kondisi optimal.
- KETIGA : Pemerintah pusat dan pemerintah daerah melakukan pembinaan dan pengawasan terhadap penyelenggaraan Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease* (COVID-19) Bagi Petugas dan Jemaah Haji dan Umrah sesuai dengan kewenangan masing-masing dan dapat melibatkan masyarakat.
- KEEMPAT : Keputusan Menteri ini mulai berlaku pada tanggal ditetapkan.

Ditetapkan di Jakarta  
pada tanggal 30 November 2020

MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA,

ttd.

TERAWAN AGUS PUTRANTO

Salinan sesuai dengan aslinya  
Kepala Biro Hukum dan Organisasi  
Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan,



Sundoyo, SH, MKM, M.Hum  
NIP 196504081988031002

LAMPIRAN  
KEPUTUSAN MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA  
NOMOR HK.01.07/MENKES/9838/2020  
TENTANG  
PEDOMAN PENCEGAHAN DAN  
PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE*  
*2019* (COVID-19) BAGI PETUGAS DAN  
JEMAAH HAJI DAN UMRAH

PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE*  
*2019* (COVID-19) BAGI PETUGAS DAN JEMAAH HAJI DAN UMRAH

BAB I  
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyelenggaraan ibadah haji dan umrah bertujuan memberikan pembinaan, pelayanan, dan perlindungan bagi jemaah haji dan umrah sehingga dapat menunaikan ibadahnya sesuai dengan ketentuan syariat. Kementerian Kesehatan berkewajiban memberikan pelayanan optimal berkaitan dengan kesehatan kepada Jemaah Haji agar tetap berada dalam keadaan sehat atau kondisi optimal.

Pandemi *Coronavirus* 2019 (COVID-19) yang terjadi pada tahun 2020 telah mempengaruhi lebih dari 200 negara dan lebih dari 45,2 juta kasus yang berdampak pada kehidupan sosial, ekonomi, pendidikan dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan. Pandemi *Coronavirus* 2019 (COVID-19) ini juga telah membuat penyelenggaraan ibadah haji dan umrah dilaksanakan secara terbatas dengan tetap menerapkan protokol kesehatan antara lain memakai masker dan menjaga jarak fisik (*physical distancing*).

Pada 2 Juni 2020, demi kesehatan dan keselamatan jemaah haji, pemerintah membatalkan keberangkatan jemaah haji melalui Keputusan Menteri Agama Nomor 494 Tahun 2020 tentang Pembatalan Keberangkatan Jemaah Haji Pada Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun

1441 H/2020 M. Pada 23 Juni 2020, Kementerian Haji dan Umrah Arab Saudi mengumumkan bahwa orang-orang yang berdomisili di Arab Saudi dapat melaksanakan ibadah haji dalam jumlah terbatas yaitu 1.000 orang untuk mencegah penularan *Coronavirus* 2019 (COVID-19).

Transmisi *Coronavirus* 2019 (COVID-19) terjadi terutama melalui kontak dekat dengan orang yang terinfeksi virus melalui droplets, benda yang terkontaminasi, dan transmisi udara (aerosol). Virus ini menular terutama dari orang dengan gejala, berada dalam ruangan tertutup dengan sirkulasi udara yang kurang dan tindakan medis yang tidak prosedural. Penyebaran virus yang sangat cepat ini membuat Pemerintah Arab Saudi mengeluarkan kebijakan menutup dua kota suci Mekah dan Madinah.

Dalam upaya pencegahan dan pengendalian *Coronavirus* 2019 (COVID-19), riset untuk menemukan vaksin telah diupayakan. Sehingga sebelum vaksin ditemukan, masyarakat dunia diharapkan dapat menerapkan protokol kesehatan. Demikian juga dalam prosesi ibadah haji dan umrah, tetap diselenggarakan dengan menerapkan protokol kesehatan. Dalam penyelenggaraan ibadah haji umrah, jemaah haji umrah didampingi oleh petugas yang terdiri atas petugas kesehatan dan nonkesehatan. Petugas nonkesehatan yaitu pembimbing ibadah, perwakilan atau Pengurus Penyelenggara Perjalanan Ibadah Umrah (PPIU) dan Penyelenggara Ibadah Haji Khusus (PIHK).

Berdasarkan hal tersebut diperlukan pedoman dalam upaya pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) untuk memberikan panduan bagi petugas kesehatan serta jemaah haji dan umrah agar tetap sehat, aman dan mendapatkan pelayanan yang sesuai standar. Pedoman pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) disusun berdasarkan rekomendasi *World Health Organization* (WHO) yang disesuaikan dengan perkembangan pandemi *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19), dan ketentuan peraturan perundang-undangan.

## B. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Sebagai acuan dalam pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease* 2019 (COVID-19) pada penyelenggaraan Ibadah Haji dan Umrah.

## 2. Tujuan Khusus

- a. agar petugas dan Jemaah Haji Umrah mengetahui gejala dan upaya pencegahan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19);
- b. agar petugas dan Jemaah Haji Umrah mampu melaksanakan protokol kesehatan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) selama prosesi ibadah haji dan umrah.

## C. Ruang Lingkup

Pedoman pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) bagi petugas dan jemaah haji umrah ini meliputi beberapa pokok bahasan yaitu:

1. penyebab dan gejala *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19);
2. upaya pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) bagi petugas dan jemaah haji di Indonesia dan Arab Saudi; dan
3. penerapan protokol kesehatan pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dalam pelaksanaan haji dan umrah.

## BAB II

### GAMBARAN UMUM *CORONA VIRUS DISEASE 2019* (COVID-19)

#### A. Epidemiologi

Pandemi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) diawali dengan munculnya kasus pneumonia yang tidak diketahui etiologinya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei, Republik Rakyat Cina pada akhir Desember 2019. Berdasarkan hasil penyelidikan epidemiologi, kasus tersebut diduga berhubungan dengan Pasar *Seafood* di Wuhan. Pada 7 Januari 2020, Pemerintah Cina kemudian mengumumkan bahwa penyebab kasus tersebut adalah Coronavirus jenis baru yang kemudian diberi nama SARS-CoV-2 (*Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2*). Virus ini berasal dari famili yang sama dengan virus penyebab *Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) dan *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS). Meskipun berasal dari famili yang sama, namun SARS-CoV-2 lebih menular dibandingkan dengan SARS-CoV dan MERS-CoV. Proses penularan yang cepat membuat WHO menetapkan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KKMMD)/*Public Health Emergency of International Concern* (PHEIC) pada 30 Januari 2020.

Daya tahan virus penyebab *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) untuk dapat bertahan di atas permukaan belum dipastikan. Lamanya coronavirus bertahan mungkin dipengaruhi kondisi-kondisi yang berbeda (seperti jenis permukaan, suhu atau kelembapan lingkungan). Penelitian menunjukkan bahwa SARS-CoV-2 dapat bertahan selama 72 jam pada permukaan plastik dan *stainless steel*, kurang dari 4 jam pada tembaga dan kurang dari 24 jam pada kardus. Seperti virus corona lain, SARS-COV-2 sensitif terhadap sinar *ultraviolet* dan panas. Efektif dapat dinonaktifkan dengan pelarut lemak seperti eter, etanol 75%, ethanol, disinfektan yang mengandung klorin, asam peroksiasetat, dan khloroform (kecuali khlorheksidin).

Coronavirus merupakan *zoonosis* (ditularkan antara hewan dan manusia). Penelitian menyebutkan bahwa SARS ditransmisikan dari kucing luwak ke manusia dan MERS dari unta ke manusia. Adapun, hewan yang menjadi sumber penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) ini masih belum diketahui.

Masa inkubasi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) rata-rata 5-6 hari dengan masa inkubasi terpanjang 14 hari. Risiko penularan tertinggi diperoleh di hari-hari pertama penyakit disebabkan oleh konsentrasi virus pada sekret yang tinggi. Orang yang terinfeksi dapat langsung dapat menularkan sampai dengan 48 jam sebelum *onset* gejala (presimptomatik) dan sampai dengan 14 hari setelah *onset* gejala.

Berdasarkan studi epidemiologi dan virologi saat ini membuktikan bahwa *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) utamanya ditularkan dari orang yang bergejala (simptomatik) ke orang lain yang berada jarak dekat melalui *droplet*. *Droplet* merupakan partikel berisi air dengan diameter >5-10  $\mu\text{m}$ .

## B. Cara Penularan

Berikut ini beberapa cara penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

1. *Droplet*, tetesan/percikan cairan saat batuk, bersin atau berbicara dan kontak erat (jabat tangan, cium tangan, cium pipi kanan-kiri ataupun berpelukan).
2. Menyentuh permukaan benda yang terkontaminasi virus, kemudian menyentuh area wajah, mata, hidung atau mulut tanpa mencuci tangan sebelumnya.
3. Penyebaran melalui udara dimungkinkan pada beberapa tindakan medis di fasilitas pelayanan kesehatan yang menghasilkan aerosol. WHO juga menyatakan adanya potensi penyebaran melalui udara di ruangan tertutup dengan ventilasi yang buruk, namun ini masih membutuhkan penelitian lebih lanjut.

## C. Gejala

Gejala-gejala yang dialami biasanya bersifat ringan dan muncul secara bertahap. Beberapa orang yang terinfeksi tidak menunjukkan gejala apapun dan tetap merasa sehat. Gejala *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang paling umum adalah demam, rasa lelah, dan batuk kering. Beberapa orang mungkin mengalami rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, pilek, nyeri kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, hilang penciuman dan pembauan serta ruam kulit.

Orang sakit dengan gejala ringan dilaporkan sembuh setelah seminggu. Pada kasus berat akan mengalami *Acute Respiratory Distress Syndrome* (ARDS), sepsis dan syok septik, gagal multi-organ, termasuk gagal ginjal atau gagal jantung akut hingga berakibat kematian. Orang lanjut usia (lansia) dan orang dengan kondisi medis yang sudah ada sebelumnya seperti tekanan darah tinggi, gangguan jantung dan paru, diabetes dan kanker berisiko lebih besar mengalami keparahan.

#### D. Diagnosis dan Tata Laksana

Hingga saat ini, belum ada vaksin dan obat yang spesifik untuk mencegah atau mengobati *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Pengobatan ditujukan sebagai terapi simptomatis dan suportif. Ada beberapa kandidat vaksin dan obat tertentu yang masih diteliti melalui uji klinis.

WHO merekomendasikan pemeriksaan molekuler untuk seluruh pasien yang terduga terinfeksi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Metode yang dianjurkan adalah metode deteksi molekuler/*Nucleic Acid Amplification Test* (NAAT) seperti pemeriksaan RT-PCR.

#### E. Penyakit Penyerta (Komorbid)

Penderita penyakit penyerta/komorbid berikut lebih berisiko tinggi apabila terinfeksi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19):

1. *Diabetes Mellitus*:
  - a. *Diabetes Mellitus* Tipe 1;
  - b. *Diabetes Mellitus* Tipe 2;
  - c. *Glucocorticoid-associated diabetes*.
2. Penyakit terkait Geriatri;
3. Penyakit terkait Autoimun;
4. Penyakit Ginjal;
5. *ST Segment Elevation Myocardial Infarction* (STEMI);
6. *Non-ST-segment Elevation Myocardial Infarction* (NSTEMI);
7. Hipertensi;
8. Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK);
9. Tuberkulosis;
10. Penyakit kronis lain yang diperberat oleh kondisi penyakit *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

### BAB III

## UPAYA PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN *CORONA VIRUS DISEASE 2019* (COVID-19) BAGI PETUGAS DAN JEMAAH HAJI UMRAH DI INDONESIA DAN ARAB SAUDI

Petugas dan jemaah haji umrah memiliki peran penting dalam memutuskan mata rantai penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) agar tidak menimbulkan sumber penularan baru. Mengingat cara penularannya berdasarkan *droplet infection* dari individu ke individu, maka penularan dapat terjadi baik di rumah, perjalanan, tempat kerja, tempat ibadah, ziarah maupun tempat lain dimana terdapat orang berinteraksi sosial.

#### A. Pencegahan Penularan pada Individu

Penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) terjadi melalui *droplet* yang mengandung virus SARS-CoV-2 yang masuk ke dalam tubuh melalui hidung, mulut dan mata, untuk itu pencegahan penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) pada individu dilakukan dengan beberapa tindakan, seperti:

1. Mencuci tangan secara teratur dengan sabun dan air mengalir selama 40-60 detik. Apabila tidak dapat mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir dapat menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol (*hand sanitizer*) minimal 20-30 detik. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut dengan tangan yang tidak bersih (yang mungkin terkontaminasi *droplet* yang mengandung virus).
2. Menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) berupa masker yang menutupi hidung dan mulut jika harus keluar rumah atau berinteraksi dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya (yang mungkin dapat menularkan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19)). Apabila menggunakan masker kain, sebaiknya gunakan masker kain 3 lapis.
3. Menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain untuk menghindari terkena *droplet* dari orang yang batuk atau bersin. Jika tidak memungkinkan melakukan jaga jarak maka dapat dilakukan dengan upaya administratif dan teknis. Upaya administrasi berupa pembatasan jumlah orang, pengaturan jadwal, dan sebagainya.

upaya teknis antara lain dapat berupa pembuatan partisi, pengaturan jalur masuk dan keluar, dan lain sebagainya.

4. Membatasi diri terhadap interaksi/kontak dengan orang lain yang tidak diketahui status kesehatannya.
5. Saat tiba di rumah setelah bepergian, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan anggota keluarga di rumah.
6. Meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) seperti mengkonsumsi makanan bergizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari, istirahat yang cukup (minimal 7 jam), serta menghindari faktor risiko penyakit. Orang yang memiliki komorbiditas/penyakit penyerta/kondisi rentan seperti diabetes, hipertensi, gangguan paru, gangguan jantung, gangguan ginjal, kondisi penyakit autoimun (*immunocompromised*), kehamilan, lanjut usia, anak-anak, dan lain lain, harus lebih berhati-hati dalam beraktifitas di tempat dan fasilitas umum termasuk pemanfaatan kesehatan tradisional. Pemanfaatan kesehatan tradisional, salah satunya dilakukan dengan melaksanakan asuhan mandiri kesehatan tradisional melalui pemanfaatan Taman Obat Keluarga (TOGA) dan akupresur, yang meliputi:
  - a. Cara kesehatan tradisional untuk meningkatkan daya tahan tubuh:



**Lakukan pijatan pada titik 1 dan 2 sebanyak 30 kali penekanan. Lakukan sebanyak 2 - 3 kali sehari.**

**Jahe dan temulawak dimemarkan. Pegagan dan gulamerah dipotong kecil-kecil. Semua bahan dicampur dan direbus di dalam air mendidih selama 10-15 menit dengan api kecil. Diminum hangat-hangat 2 kali sehari sebanyak 1 gelas.**

b. Cara kesehatan tradisional untuk meningkatkan nafsu makan:



Lakukan pijatan pada titik di gambar nomor 1, 2 dan 3 sebanyak 30 kali penekanan. Lakukan sebanyak 2 - 3 kali sehari.

Rebus air sampai mendidih lalu masukan rimpang temulawak yang sudah diiris-iris bersama asam jawa dan gula selama 15 menit kemudian disaring dalam keadaan panas.

Minum 1 kali sehari selama 1 minggu

c. Cara kesehatan tradisional untuk mengatasi susah tidur:



Seperlima bagian dari biji pala ditumbuk sampai halus lalu diseduh dengan secangkir air hangat (sekitar 150ml) dan ditambah madu 1 sendok makan. Diminum 1-2 kali sehari dalam keadaan hangat.

d. Cara kesehatan tradisional untuk mengatasi stress:



Lakukan pijatan pada titik 1 dan 2 sebanyak 30 kali penekanan. Lakukan sebanyak 2 - 3 kali sehari.

- e. Cara kesehatan tradisional untuk mengurangi keinginan merokok:



- f. Mengelola penyakit penyerta/komorbid agar tetap terkontrol.  
g. Mengelola kesehatan jiwa dan psikososial.

Kondisi kesehatan jiwa dan kondisi optimal dari psikososial dapat ditingkatkan melalui:

- 1) Emosi positif, seperti gembira, senang dengan cara melakukan kegiatan dan hobi yang disukai, baik sendiri maupun bersama keluarga atau teman dengan mempertimbangkan aturan pembatasan sosial berskala besar di daerah masing-masing;
- 2) Pikiran positif, seperti menjauhkan dari informasi *hoax*, mengenang semua pengalaman yang menyenangkan, bicara pada diri sendiri tentang hal yang positif (*positive self-talk*), responsif (mencari solusi) terhadap kejadian, dan selalu yakin bahwa pandemi akan segera teratasi;
- 3) Hubungan sosial yang positif, seperti memberi pujian, memberi harapan antar sesama, saling mengingatkan cara-

cara positif, meningkatkan ikatan emosi dalam keluarga dan kelompok, menghindari diskusi yang negatif, tetap melakukan komunikasi secara daring dengan keluarga dan kerabat.

Ketentuan teknis peningkatan kesehatan jiwa dan psikososial merujuk pada pedoman dukungan kesehatan jiwa dan psikososial pada pandemi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang disusun oleh Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA Kementerian Kesehatan.

- h. Apabila batuk atau bersin agar menerapkan etika batuk dan bersin. Jika sakit segera berkonsultasi dengan dokter/tenaga kesehatan.
- i. Menerapkan adaptasi kebiasaan baru dengan melaksanakan protokol kesehatan dalam setiap aktivitas.

#### B. Perlindungan Kesehatan pada Petugas dan Jemaah Haji Umrah

*Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) merupakan penyakit yang tingkat penularannya cukup tinggi, sehingga perlu dilakukan upaya perlindungan kesehatan petugas dan jemaah haji umrah yang dilakukan secara komprehensif. Perlindungan kesehatan petugas dan jemaah haji umrah bertujuan mencegah terjadinya penularan dalam skala luas yang dapat menimbulkan beban besar terhadap fasyankes. Tingkat penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di masyarakat dipengaruhi oleh adanya pergerakan orang, interaksi antar manusia dan berkumpulnya banyak orang, untuk itu perlindungan kesehatan petugas dan jemaah haji umrah harus dilakukan oleh semua unsur yang ada di masyarakat baik pemerintah, dunia usaha, aparat penegak hukum serta komponen masyarakat lainnya. Adapun perlindungan kesehatan petugas dan jemaah haji umrah dilakukan melalui,

1. Upaya pencegahan (preventif)
  - a. Kegiatan promosi kesehatan (*health promotion*) dilakukan melalui sosialisasi, edukasi, dan penggunaan berbagai media informasi untuk memberikan pengertian dan pemahaman bagi semua orang, serta keteladanan dari pimpinan, tokoh masyarakat, dan melalui media arus utama (*mainstream*).

- b. Penyediaan sarana cuci tangan pakai sabun yang mudah diakses dan memenuhi standar atau penyediaan *hand sanitizer*, upaya penapisan kesehatan orang yang akan masuk ke tempat dan fasilitas umum, pengaturan jaga jarak, disinfeksi terhadap permukaan, ruangan, dan peralatan secara berkala, serta penegakkan kedisiplinan pada perilaku masyarakat yang berisiko dalam penularan dan tertularnya *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) seperti berkerumun, tidak menggunakan masker, merokok di tempat dan fasilitas umum dan lain sebagainya.

2. Upaya penemuan kasus (*detect*)

- a. Deteksi dini untuk mengantisipasi penyebaran *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dapat dilakukan semua unsur dan kelompok masyarakat melalui koordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasyankes.
- b. Melakukan pemantauan kondisi kesehatan (demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas) terhadap semua orang yang berada di lokasi kegiatan tertentu seperti tempat kerja, tempat dan fasilitas umum atau kegiatan lainnya.

3. Unsur penanganan secara cepat dan efektif (*respons*)

Melakukan penanganan untuk mencegah terjadinya penyebaran yang lebih luas, antara lain berkoordinasi dengan dinas kesehatan setempat atau fasyankes untuk melakukan pelacakan kontak erat, pemeriksaan laboratorium serta penanganan lain sesuai kebutuhan. Penanganan kesehatan masyarakat terkait respons adanya kasus *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) meliputi:

- a. Pembatasan fisik dan pembatasan sosial.

Pembatasan fisik harus diterapkan oleh setiap individu. Pembatasan fisik merupakan kegiatan jaga jarak fisik (*physical distancing*) antar individu yang dilakukan dengan cara:

- 1) Dilarang berdekatan atau kontak fisik dengan orang mengatur jaga jarak minimal 1 meter, tidak bersalaman,

tidak berpelukan dan berciuman.

- 2) Hindari penggunaan transportasi publik (seperti kereta, bus, dan angkot) yang tidak perlu, sebisa mungkin hindari jam sibuk ketika berpergian.
  - 3) Beribadah di asrama haji/hotel.
  - 4) Dilarang berkumpul massal di kerumunan dan fasilitas umum.
  - 5) Hindari bepergian ke tempat-tempat ziarah.
  - 6) Hindari berkumpul teman dan keluarga, termasuk bersilaturahmi, mengunjungi orang sakit/ melahirkan, tatap muka dan menunda kegiatan bersama. Hubungi mereka dengan telepon, internet, dan media sosial.
  - 7) Gunakan telepon atau layanan online untuk menghubungi dokter atau fasilitas lainnya.
  - 8) Selama di Arab Saudi dilarang mengunjungi kerabat/keluarga/saudara.
  - 9) Untuk sementara waktu, dapat melaksanakan ibadah di rumah/hotel.
  - 10) Jika terpaksa keluar harus menggunakan masker.
  - 11) Membersihkan/disinfeksi kamar, tempat kerja, tempat ibadah, kendaraan dan tempat tempat umum secara berkala.
  - 12) Dalam adaptasi kebiasaan baru, maka membatasi jumlah pengunjung dan waktu kunjungan, cek suhu pengunjung, menyediakan tempat cuci tangan pakai sabun dan air mengalir, pengecekan masker dan desinfeksi secara berkala untuk *mall* dan tempat tempat umum lainnya.
  - 13) Memakai pelindung wajah dan masker kepada petugas dan Jemaah Haji Umrah yang berinteraksi dengan banyak orang.
- b. Penerapan etika batuk dan bersin meliputi:
- 1) Jika memiliki gejala batuk, bersin, pakailah masker medis. Gunakan masker dengan tepat, tidak membuka tutup masker dan tidak menyentuh permukaan masker. Bila tanpa sengaja menyentuh segera cuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan pembersih tangan berbasis alkohol.

- 2) Jika tidak memiliki masker, saat batuk dan bersin gunakan tisu lalu langsung buang tisu ke tempat sampah tertutup dan segera cuci tangan dengan sabun dan air mengalir atau menggunakan pembersih tangan berbasis alkohol.
- 3) Jika tidak ada tisu, saat batuk dan bersin tutupi dengan lengan atas bagian dalam.

c. Isolasi mandiri/perawatan di rumah

Isolasi mandiri atau perawatan di rumah dilakukan terhadap orang yang bergejala ringan dan tanpa kondisi penyerta seperti (penyakit paru, jantung, ginjal dan kondisi *immunocompromise*). Tindakan ini dapat dilakukan pada pasien dalam pengawasan, orang dalam pemantauan dan kontak erat yang bergejala dengan tetap memperhatikan kemungkinan terjadinya perburukan. Beberapa alasan pasien dirawat di rumah yaitu perawatan rawat inap tidak tersedia atau tidak aman. Pertimbangan tersebut harus memperhatikan kondisi klinis dan keamanan lingkungan pasien. Pertimbangan lokasi dapat dilakukan di rumah, fasilitas umum, atau alat angkut dengan mempertimbangkan kondisi dan situasi setempat. Perlu dilakukan *informed consent* sebagaimana formulir terlampir terhadap pasien yang melakukan perawatan rumah.

Penting untuk memastikan bahwa lingkungan tempat pemantauan kondusif untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan medis yang diperlukan orang tersebut. Idealnya, satu atau lebih fasilitas umum yang dapat digunakan untuk pemantauan harus diidentifikasi dan dievaluasi sebagai salah satu elemen kesiapsiagaan menghadapi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Evaluasi harus dilakukan oleh pejabat atau petugas kesehatan masyarakat.

Selama proses pemantauan, pasien harus selalu proaktif berkomunikasi dengan petugas kesehatan. Petugas kesehatan yang melakukan pemantauan menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) minimal berupa masker bedah dan sarung tangan karet sekali pakai (jika harus kontak dengan cairan tubuh pasien). Prosedur pencegahan dan pengendalian infeksi untuk isolasi di rumah:

- 1) Tempatkan pasien/orang dalam ruangan tersendiri yang memiliki ventilasi yang baik (memiliki jendela terbuka, atau pintu terbuka).
- 2) Batasi pergerakan dan minimalkan berbagi ruangan yang sama. Pastikan ruangan bersama (seperti dapur, kamar mandi) memiliki ventilasi yang baik.
- 3) Anggota keluarga yang lain sebaiknya tidur di kamar yang berbeda, dan jika tidak memungkinkan maka jaga jarak minimal 1 meter dari pasien (tidur di tempat tidur berbeda).
- 4) Batasi jumlah orang yang merawat pasien. Idealnya satu orang yang benar-benar sehat tanpa memiliki gangguan kesehatan lain atau gangguan kekebalan. Pengunjung/penjenguk tidak diizinkan sampai pasien benar-benar sehat dan tidak bergejala.
- 5) Lakukan cuci tangan segera setiap ada kontak dengan pasien atau lingkungan pasien. Lakukan cuci tangan sebelum dan setelah menyiapkan makanan, sebelum makan, setelah dari kamar mandi, dan kapanpun tangan kelihatan kotor. Jika tangan tidak tampak kotor dapat menggunakan *hand sanitizer*, dan untuk tangan yang kelihatan kotor menggunakan air dan sabun.
- 6) Jika mencuci tangan menggunakan air dan sabun, handuk kertas sekali pakai direkomendasikan. Jika tidak tersedia bisa menggunakan handuk bersih dan segera ganti jika sudah basah.
- 7) Pasien menggunakan masker bedah jika berada di sekitar orang-orang yang berada di rumah atau ketika mengunjungi fasyankes untuk mencegah penularan melalui droplet. Anak berusia 2 tahun ke bawah tidak dianjurkan menggunakan masker.
- 8) Orang yang memberikan perawatan menggunakan masker bedah terutama jika berada dalam satu ruangan dengan pasien. Masker tidak boleh dipegang selama digunakan. Jika masker kotor atau basah segera ganti dengan yang baru. Buang masker dengan cara yang benar (jangan disentuh bagian depan, tapi mulai dari bagian belakang dengan memegang tali masker). Buang masker bedah

segera dan segera cuci tangan.

- 9) Gunakan sarung tangan dan masker bedah jika harus memberikan perawatan mulut atau saluran nafas dan ketika kontak dengan darah, tinja, air kencing atau cairan tubuh lainnya seperti ludah, dahak, muntah dan lain-lain. Cuci tangan sebelum dan sesudah membuang sarung tangan dan masker.
  - 10) Jangan gunakan masker atau sarung tangan yang telah terpakai.
  - 11) Pisahkan alat makan untuk pasien (cuci dengan sabun dan air hangat setelah dipakai agar dapat digunakan kembali).
  - 12) Bersihkan permukaan di sekitar pasien termasuk toilet dan kamar mandi secara teratur. Sabun atau detergen rumah tangga dapat digunakan, kemudian larutan NaOCl 0.5% (setara dengan 1 bagian larutan pemutih dan 9 bagian air).
  - 13) Cuci pakaian, seprai, handuk, masker kain pasien menggunakan sabun cuci rumah tangga dan air atau menggunakan mesin cuci dengan suhu air 60-90°C dengan detergen dan keringkan. Tempatkan pada kantong khusus dan jangan digoyang-goyang, dan hindari kontak langsung kulit dan pakaian dengan bahan-bahan yang terkontaminasi. Menggunakan sarung tangan saat mencuci dan selalu mencuci tangan sebelum dan setelah menggunakan sarung tangan.
  - 14) Sarung tangan, masker dan bahan-bahan sisa lain selama perawatan harus dibuang di tempat sampah di dalam ruangan pasien yang kemudian ditutup rapat sebelum dibuang sebagai kotoran infeksius.
  - 15) Hindari kontak dengan barang-barang terkontaminasi lainnya seperti sikat gigi, alat makan-minum, handuk, pakaian dan spre.
  - 16) Ketika petugas kesehatan memberikan pelayanan kesehatan rumah, maka selalu perhatikan APD dan ikut rekomendasi pencegahan penularan penyakit melalui droplet.
- d. Penyelenggaraan Tindakan Karantina terhadap Populasi Berisiko

Tindakan karantina dilakukan untuk mengurangi risiko penularan dan identifikasi dini *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) melalui upaya memisahkan individu yang sehat atau belum memiliki gejala *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19), tetapi memiliki riwayat kontak dengan pasien konfirmasi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) atau memiliki riwayat bepergian ke wilayah yang sudah terjadi transmisi lokal. Tindakan karantina dilakukan terhadap populasi berisiko seperti kontak erat dan pelaku perjalanan dari luar negeri.

Karantina dilakukan terhadap kontak erat untuk mewaspadaai munculnya gejala sesuai ketentuan. Lokasi karantina dapat dilakukan di rumah, fasilitas umum, atau alat angkut dengan mempertimbangkan kondisi dan situasi setempat. Penting untuk memastikan bahwa lingkungan tempat pemantauan kondusif untuk memenuhi kebutuhan fisik, mental, dan medis yang diperlukan orang tersebut. Idealnya, satu atau lebih fasilitas umum yang dapat digunakan untuk observasi harus diidentifikasi dan dievaluasi sebagai salah satu elemen kesiapsiagaan menghadapi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Evaluasi harus dilakukan oleh pejabat atau petugas kesehatan masyarakat.

Setiap akan melakukan karantina maka harus mengkomunikasikan dan mensosialisasikan tindakan yang akan dilakukan dengan benar, untuk mengurangi kepanikan dan meningkatkan kepatuhan:

- 1) Masyarakat harus diberikan pedoman yang jelas, transparan, konsisten, dan terkini serta diberikan informasi yang dapat dipercaya tentang tindakan karantina.
- 2) Keterlibatan masyarakat sangat penting jika tindakan karantina harus dilakukan.
- 3) Orang yang di karantina perlu diberi perawatan kesehatan, dukungan sosial dan psikososial, serta kebutuhan dasar termasuk makanan, air dan kebutuhan pokok lainnya. Kebutuhan populasi rentan harus diprioritaskan.

- 4) Faktor budaya, geografis dan ekonomi mempengaruhi efektivitas karantina. Penilaian cepat terhadap faktor lokal harus dianalisis, baik berupa faktor pendorong keberhasilan maupun penghambat proses karantina.

Pada penyelenggaraan karantina harus memastikan hal-hal sebagai berikut:

- 1) Tata cara dan perlengkapan selama masa karantina, meliputi:
  - a) orang-orang ditempatkan di ruang dengan ventilasi cukup serta kamar tersendiri yang dilengkapi dengan toilet. Jika kamar tersendiri tidak tersedia pertahankan jarak minimal 1 meter dari penghuni rumah lain. meminimalkan penggunaan ruang bersama dan penggunaan peralatan makan bersama, serta memastikan bahwa ruang bersama (dapur, kamar mandi) memiliki ventilasi yang baik;
  - b) pengendalian infeksi lingkungan yang sesuai, seperti ventilasi udara yang memadai, sistem penyaringan dan pengelolaan limbah;
  - c) pembatasan jarak sosial (lebih dari 1 meter) terhadap orang-orang yang di karantina;
  - d) Akomodasi dengan tingkat kenyamanan yang sesuai termasuk:
    - (1) penyediaan makanan, air dan kebersihan;
    - (2) perlindungan barang bawaan;
    - (3) perawatan medis;
    - (4) komunikasi dalam bahasa yang mudah dipahami mengenai hak-hak mereka, ketentuan yang akan disediakan, berapa lama mereka harus tinggal, apa yang akan terjadi jika mereka sakit, dan informasi kontak kedutaan bagi Warga Negara Asing;
  - e) bantuan bagi para pelaku perjalanan;
  - f) bantuan komunikasi dengan anggota keluarga;
  - g) jika memungkinkan, akses internet, berita dan hiburan;
  - h) Dukungan psikososial; dan

- i) Pertimbangan khusus untuk individu yang lebih tua dan individu dengan kondisi komorbid, karena berisiko terhadap risiko keparahan penyakit *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).
- 2) Tindakan Pencegahan dan Pengendalian Infeksi Minimal

Berikut langkah-langkah pencegahan dan pengendalian infeksi yang harus digunakan untuk memastikan lingkungan aman digunakan sebagai tempat karantina.

  - a) Deteksi dini dan pengendalian.
    - (1) Setiap orang yang dikarantina dan mengalami demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas harus diperlakukan sebagai suspek *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).
    - (2) Terapkan tindakan pencegahan standar untuk semua orang dan petugas.
  - b) Cuci tangan sesering mungkin, terutama setelah kontak dengan saluran pernapasan, sebelum makan, dan setelah menggunakan toilet. Cuci tangan dapat dilakukan dengan sabun dan air atau dengan *hand sanitizer* yang mengandung minimal alkohol 70 %. Penggunaan *hand sanitizer* yang mengandung alkohol lebih disarankan jika tangan tidak terlihat kotor. Bila tangan terlihat kotor, cucilah tangan menggunakan sabun dan air.
  - c) Pastikan semua orang yang diobservasi menerapkan etika batuk.
  - d) Jangan menyentuh mulut, hidung dan mata.
  - e) Pengendalian administratif, meliputi:
    - (1) Pembangunan infrastruktur Pencegahan dan Pengendalian Infeksi (PPI) yang berkelanjutan (desain fasilitas) dan kegiatan.
    - (2) Memberikan edukasi pada orang yang diobservasi

tentang PPI. Semua petugas yang bekerja perlu dilatih tentang tindakan pencegahan standar sebelum pengendalian karantina dilaksanakan. Saran yang sama tentang tindakan pencegahan standar harus diberikan kepada semua orang pada saat kedatangan. Petugas dan orang yang diobservasi harus memahami pentingnya segera mencari pengobatan jika mengalami gejala.

- (3) Membuat kebijakan tentang pengenalan awal dan rujukan dari kasus *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

f) Pengendalian Lingkungan.

Prosedur pembersihan dan disinfeksi lingkungan harus diikuti dengan benar dan konsisten. Petugas kebersihan perlu diedukasi dan dilindungi dari infeksi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dan petugas kebersihan harus memastikan bahwa permukaan lingkungan dibersihkan secara teratur selama periode observasi:

- (1) Bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering disentuh seperti meja, rangka tempat tidur, dan perabotan kamar tidur lainnya setiap hari dengan disinfektan rumah tangga yang mengandung larutan pemutih encer (pemutih 1 bagian hingga 99 bagian air). Untuk permukaan yang tidak mentolerir pemutih maka dapat menggunakan etanol 70%.
- (2) Bersihkan dan disinfeksi permukaan kamar mandi dan toilet setidaknya sekali sehari dengan disinfektan rumah tangga yang mengandung larutan pemutih encer (1 bagian cairan pemutih dengan 99 bagian air).
- (3) Membersihkan pakaian, seprai, handuk mandi, dan lain-lain, menggunakan sabun cuci dan air atau mesin cuci di 60–90°C dengan deterjen biasa dan kering.

- (4) Harus mempertimbangkan langkah-langkah untuk memastikan sampah dibuang di TPA yang terstandar, dan bukan di area terbuka yang tidak diawasi.
- (5) Petugas kebersihan harus mengenakan sarung tangan sekali pakai saat membersihkan atau menangani permukaan, pakaian atau linen yang terkontaminasi oleh cairan tubuh, dan harus melakukan kebersihan tangan sebelum dan sesudah melepas sarung tangan.

BAB IV  
PENERAPAN PROTOKOL KESEHATAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN  
*CORONA VIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)* DALAM PENYELENGGARAAN  
IBADAH HAJI DAN UMRAH

Merebaknya virus *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* telah membuat dampak yang nyata di segala bidang, salah satunya adalah dalam penyelenggaraan Ibadah Haji. Penyelenggaraan Ibadah Haji yang dilaksanakan oleh Pemerintah Arab Saudi saat ini tetap terlaksana namun dalam jumlah yang terbatas. Melihat kondisi di atas, pencegahan penyebaran *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* yang paling efektif adalah dengan menerapkan protokol kesehatan.

Di masa pandemi *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*, upaya penyelenggaraan Ibadah Haji dan Umrah harus diintegrasikan dengan adaptasi kebiasaan baru. Petugas dan Jemaah Haji Umrah diharapkan dapat menerapkan protokol kesehatan untuk pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*.

Kriteria Jemaah Haji Umrah dalam mencegah dampak *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)*:

1. memenuhi syarat kesehatan:
  - a. tidak sedang dalam kondisi sakit yang dapat mengganggu aktivitas;
  - b. bebas *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* yang dibuktikan melalui hasil pemeriksaan PCR *swab* (sesuai dengan ketentuan yang dipersyaratkan oleh pemerintah Arab Saudi dan aturan tentang penerbangan internasional);
  - c. untuk Jemaah Haji, harus tetap mengikuti aturan tentang penyelenggaraan kesehatan haji yang telah ada;
2. usia 20 s/d 50 tahun (atau memperhatikan anjuran pemerintah Saudi);
3. tidak memiliki keterbatasan fisik (tidak berkursi roda);
4. tidak memiliki penyakit penyerta/komorbid;
5. vaksinasi *Corona Virus Disease 2019 (COVID-19)* (apabila sudah ditemukan dan mencukupi/sesuai anjuran Pemerintah Arab Saudi);

Protokol kesehatan umum selama penyelenggaraan ibadah haji dan umrah:

1. menggunakan alat pelindung diri berupa masker;

2. membersihkan tangan secara teratur dengan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan cairan antiseptik berbasis alkohol (*hand sanitizer*);
3. menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain;
4. meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS;
5. membawa perlengkapan pribadi (alat mandi, alat makan, perlengkapan shalat);
6. senantiasa mematuhi arahan petugas;
7. menghubungi petugas kesehatan bilamana sakit; dan
8. saat operasional di Saudi, mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

A. Protokol Kesehatan Persiapan Keberangkatan dari Daerah Asal

Sebelum keberangkatan, Jemaah Haji Umrah melakukan hal-hal sebagai berikut:

1. berdiam diri di rumah selama 14 hari dan tidak melakukan/menghadiri kegiatan yang mengundang banyak orang, tidak melakukan kontak dengan penderita *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19), tetap berada di rumah kecuali ada keperluan yang penting/mendesak (keperluan kesehatan);
2. menyiapkan masker;
3. menyiapkan sabun cair dan *hand sanitizer*;
4. menjaga jarak saat beraktifitas di luar rumah;
5. menghindari kontak fisik (salaman, pelukan);
6. mematuhi arahan petugas;
7. melakukan pemeriksaan *rapid test* sebelum isolasi mandiri (berdiam diri di rumah). Apabila hasilnya reaktif maka dilanjutkan dengan melakukan pemeriksaan PCR *swab*, apabila hasilnya nonreaktif harus berdiam diri;
8. 2 (dua) hari sebelum keberangkatan:
  - a. Bagi Jemaah:
    - 1) Melakukan pemeriksaan bebas *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang dibuktikan melalui hasil pemeriksaan PCR *swab* (sesuai dengan ketentuan yang dipersyaratkan oleh pemerintah Arab Saudi dan aturan tentang penerbangan internasional);

- 2) Tetap mematuhi protokol kesehatan pencegahan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).
- b. Bagi Penyelenggara Umrah dan Haji Khusus:
- 1) Memastikan Jemaah dan petugas sudah melakukan protokol kesehatan dalam persiapan keberangkatan;
  - 2) Bertanggung jawab terhadap pemeriksaan *swab* kepada jemaah dan petugas dengan memastikan seluruh jemaah sudah memiliki dokumen hasil *swab* yang masih berlaku.
- c. Bagi Petugas Penyelenggara Ibadah Haji (PPIH), Umrah dan Haji Khusus:
- 1) Melakukan pemeriksaan bebas *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang dibuktikan melalui hasil pemeriksaan PCR *swab* (sesuai dengan ketentuan yang dipersyaratkan oleh pemerintah Arab Saudi dan aturan tentang penerbangan internasional);
  - 2) Mematuhi protokol kesehatan pencegahan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

## B. Protokol Kesehatan di Alat Angkutan/Kendaraan.

1. Bagi pengelola/pemilik alat angkutan/kendaraan:
  - a. memperhatikan informasi terkini serta himbuan dan instruksi pemerintah pusat dan pemerintah daerah terkait *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di wilayahnya. Informasi secara berkala dapat diakses di laman <https://infeksiemerging.kemkes.go.id>, [www.covid19.go.id](http://www.covid19.go.id), dan kebijakan pemerintah daerah setempat;
  - b. memastikan semua pekerja/awak bebas dari *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dan dibuktikan dengan hasil pemeriksaan *Rapid Test* sebelum bekerja;
  - c. larangan bagi awak/pekerja yang ditemukan suhu tubuhnya di atas  $\geq 37,3$  °C dan/atau sedang mengalami keluhan demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas untuk bekerja;
  - d. mewajibkan semua awak/pekerja/pengguna alat angkutan/kendaraan menggunakan masker selama berada di alat angkutan/kendaraan;

- e. memastikan semua pekerja/awak di alat angkutan/kendaraan menggunakan alat pelindung diri yang sesuai dengan ketentuan;
- f. penerapan higiene dan sanitasi di moda transportasi:
  - 1) selalu memastikan seluruh area alat angkutan/kendaraan bersih dan higienis dengan melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala (paling sedikit tiga kali sehari), terutama permukaan yang sering disentuh seperti gagang pintu, tempat duduk, jendela dan area umum lainnya;
  - 2) Menyediakan *hand sanitizer*, masker cadangan dan/atau jika memungkinkan menyediakan sarana cuci tangan pakai sabun;
  - 3) Menyediakan bahan logistik untuk kebersihan, disinfektan dan lainnya;
  - 4) Membuat lembar cek monitoring kebersihan dan disinfeksi pada alat angkutan/kendaraan;
  - 5) Menjaga kualitas udara di alat angkutan/kendaraan dengan mengoptimalkan sirkulasi udara seperti pembersihan filter AC;
- g. memastikan penerapan jaga jarak dengan berbagai cara, seperti:
  - 1) pengaturan/pembatasan jumlah penumpang;
  - 2) pada pintu masuk, beri penanda agar penumpang tidak berkerumun dengan mengatur jarak antrian minimal 1 meter;
  - 3) mengatur jam operasional agar tidak terjadi penumpukan penumpang;
  - 4) jika penerapan jaga jarak tidak dapat diterapkan dapat dilakukan rekayasa administrasi atau teknis lainnya seperti pemasangan pembatas/tabir kaca bagi pekerja di alat angkutan/kendaraan, menggunakan tambahan pelindung wajah (*face shield*), pengaturan jumlah penumpang, dan lain-lain;
- h. lakukan pemantauan kesehatan kepada pekerja/awak alat angkutan/kendaraan secara berkala.

2. Bagi awak/pekerja pada alat angkutan/kendaraan:
  - a. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berangkat bekerja. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas tetap di rumah dan periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila berlanjut. Melakukan tes bebas *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dan dibuktikan dengan hasil pemeriksaan *rapid test*;
  - b. selalu menggunakan masker dan membawa persediaan masker cadangan, menjaga jarak dengan penumpang/orang lain, hindari menyentuh area wajah, jika terpaksa akan menyentuh area wajah pastikan cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*. Lakukan pembersihan dan disinfeksi alat angkutan/kendaraan sebelum dan sesudah bekerja terutama bagian yang banyak disentuh penumpang;
  - c. melakukan upaya untuk meminimalkan kontak dengan penumpang misalnya menggunakan pembatas/partisi (misal *flexy glass*/plastik/mika) dan lain-lain;
  - d. awak/pekerja dan penumpang selalu berpartisipasi aktif saling mengingatkan untuk menggunakan masker dan menjaga jarak;
  - e. 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;
  - f. meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti mengkonsumsi gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam, serta menghindari faktor risiko penyakit.

3. Bagi Petugas dan Jemaah Haji Umrah:

- a. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum keluar rumah. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas segera menghubungi petugas. Jika memerlukan transportasi umum, disarankan menggunakan kendaraan yang berpenumpang terbatas seperti taksi dengan memberikan informasi kepada sopir terlebih dahulu untuk dilakukan upaya pencegahan penularan. Melakukan tes bebas *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dan dibuktikan dengan hasil pemeriksaan *rapid test*;
- b. wajib menggunakan masker saat perjalanan dan selama berada di alat angkutan/kendaraan;
- c. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
- d. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
- e. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain;
- f. jika kondisi padat dan penerapan jaga jarak sulit diterapkan, penggunaan pelindung wajah (*face shield*) bersama masker sangat direkomendasikan sebagai perlindungan tambahan.

C. Protokol Kesehatan di Pelabuhan/Bandar Udara

Bagi petugas dan jemaah haji umrah:

1. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum melakukan perjalanan;
2. selalu menggunakan masker selama berada di pelabuhan/bandar udara;
3. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
4. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;

5. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter;
6. Bersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan;
7. Penumpang dengan alat angkutan/kendaraan udara/laut, mengisi Kartu Kewaspadaan Kesehatan (*Health Alert Card/HAC*) sesuai ketentuan yang berlaku.

#### D. Protokol Kesehatan di Pesawat

Bagi petugas dan jemaah haji umrah:

1. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum naik pesawat. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas segera menghubungi petugas;
2. kurangi kontak dengan membatasi jumlah bagasi yang dibawa ke kabin;
3. jaga jarak pada saat akan naik/memasuki pesawat;
4. Setelah duduk sesuai nomor kursi, bersihkan pegangan/*handle* kursi;
5. wajib menggunakan masker selama berada di pesawat;
6. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan menggunakan *hand sanitizer*;
7. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
8. tetap memperhatikan jaga jarak dengan orang lain. Pada kondisi padat dan penerapan jaga jarak sulit diterapkan, penggunaan pelindung wajah (*face shield*) bersama masker sangat direkomendasikan sebagai perlindungan tambahan;
9. mengontrol akses ke lorong dan toilet untuk mengurangi kontak dengan tetap duduk di kursi sebisa mungkin;
10. mengikuti arahan yang disampaikan awak kabin dan tidak mengobrol selama dalam perjalanan.
11. segera memberitahukan awak kabin apabila melihat ada penumpang yang kurang sehat;
12. menyetel arah *nozzle* AC ke arah kepala dan membiarkannya terbuka penuh;

13. setelah pesawat mendarat dan berhenti, jaga jarak saat akan mengambil bagasi kabin dan turun/ keluar dari pesawat.

#### E. Protokol Kesehatan di Asrama Haji/Hotel

##### 1. Bagi pengelola:

- a. memperhatikan informasi terkini serta himbauan dan instruksi pemerintah pusat dan pemerintah daerah terkait *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) di wilayahnya. Informasi ini secara berkala dapat diakses pada laman <https://infeksiemerging.kemkes.go.id>, [www.covid19.go.id](http://www.covid19.go.id), dan kebijakan pemerintah daerah setempat;
- b. memastikan seluruh pekerja asrama haji/hotel memahami tentang pencegahan penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19). Melakukan tes bebas *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dan dibuktikan dengan hasil pemeriksaan *rapid test*;
- c. memasang media informasi di lokasi-lokasi strategis untuk mengingatkan pengunjung/jemaah haji umrah agar selalu mengikuti ketentuan jaga jarak minimal 1 meter, menjaga kebersihan tangan dan kedisiplinan penggunaan masker;
- d. menyediakan *hand sanitizer* di pintu masuk, *lobby*, meja resepsionis, pintu lift, dan area publik lainnya;
- e. menjaga kualitas udara dengan mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari, serta melakukan pembersihan filter AC;
- f. melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala (paling sedikit tiga kali sehari) menggunakan pembersih dan disinfektan pada area atau peralatan yang digunakan bersama seperti pegangan pintu dan tangga, tombol lift, pintu toilet dan fasilitas umum lainnya;
- g. larangan masuk bagi karyawan yang memiliki gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas. Karyawan mengisi formulir *self assessment* risiko *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) sebelum masuk bekerja dan dilakukan pemeriksaan suhu

dengan menggunakan instrumen berikut:

INSTRUMEN SELF ASSESSMENT

RISIKO COVID-19

Nama : .....  
 NIK (No.KTP) : .....  
 Alamat : .....  
 Pekerjaan : .....  
 Tanggal : .....

Demi kesehatan dan keselamatan bersama, mohon anda **JUJUR** dalam menjawab pertanyaan di bawah ini.

Dalam 14 hari terakhir, apakah anda pernah mengalami hal hal berikut:

No.	PERTANYAAN	YA	TIDAK	JIKA YA, SKOR	JIKA TIDAK, SKOR
1	Apakah pernah keluar rumah/ tempat umum (pasar, fasyankes, kerumunan orang, dan lain lain) ?			1	0
2	Apakah pernah menggunakan transportasi umum ?			1	0
3	Apakah pernah melakukan perjalanan ke luar kota/internasional ? (wilayah yang terjangkit/zona merah)			1	0
4	Apakah anda mengikuti kegiatan yang melibatkan orang banyak ?			1	0
5	Apakah memiliki riwayat kontak erat dengan orang yang dinyatakan ODP,PDP atau konfirm COVID-19 (berjabat tangan, berbicara, berada dalam satu ruangan/ satu rumah) ?			5	0
6	Apakah anda sedang mengalami demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas			5	0
JUMLAH TOTAL					

0 = Risiko Kecil  
 1 - 4 = Risiko Sedang  
 ≥ 5 = Risiko Besar

TINDAKLANJUT :

Risiko besar dan pemeriksaan suhu  $\geq 37,3^{\circ}\text{C}$  tidak diperkenankan masuk, agar dilakukan investigasi lebih lanjut dan direkomendasikan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan.

- h. asrama haji agar menyediakan ruangan isolasi sesuai dengan ketentuan;
- i. penempatan jemaah di asrama haji/hotel sesuai dengan ketentuan;
- j. pintu masuk/*lobby* asrama haji/hotel:
  - 1) melakukan pengukuran suhu tubuh di pintu masuk jemaah dan karyawan. Apabila ditemukan suhu  $\geq 37,3^{\circ}\text{C}$  (2 kali pemeriksaan dengan jarak 5 menit), segera dirujuk ke fasilitas pelayanan kesehatan untuk pemeriksaan laboratorium berupa pemeriksaan RT-PCR sebelum masuk ke asrama haji/hotel;

- 2) menerapkan jaga jarak yang dilakukan dengan berbagai cara, seperti mengatur antrian di pintu masuk, di depan meja resepsionis dengan pemberian tanda di lantai, mengatur jarak antar kursi di *lobby*, area publik dan lain sebagainya;
  - 3) menyediakan sarana untuk meminimalkan kontak dengan pengunjung misalnya pembatas/partisi mika di meja resepsionis, pelindung wajah (*face shield*), penggunaan metode pembayaran non tunai, dan lain-lain.
- k. Kamar:
- 1) melakukan pembersihan dan disinfeksi pada kamar sebelum dan sesudah digunakan meliputi pegangan pintu, meja, kursi, telepon, kulkas, remote TV dan AC, kran kamar mandi dan fasilitas lain yang sering disentuh;
  - 2) memastikan proses pembersihan dan disinfeksi kamar dan kamar mandi, serta peralatan yang telah digunakan jemaah;
  - 3) pastikan mengganti sarung bantal, sprei, hingga selimut dengan yang telah dicuci bersih;
  - 4) penyediaan *hand sanitizer* di meja.
1. Ruang Pertemuan/aula:
- 1) kapasitas ruang pertemuan harus selalu memperhitungkan jaga jarak minimal 1 meter antar jemaah dan antar petugas. Hal ini dapat dilakukan dengan menghitung kembali jumlah jemaah, pembuatan *lay out* ruangan, membagi acara menjadi beberapa sesi, membuat sistem antrian, dan lain sebagainya;
  - 2) memberikan informasi jaga jarak dan menjaga kesehatan perihai suhu tubuh, pemakaian masker pembatasan jarak dan sering cuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
  - 3) menyediakan panduan/informasi *layout* jarak aman, sejak dari masuk parkir, di dalam lift, ke *lobby*, ke ruang pertemuan, hingga keluar parkir;
  - 4) membuat konsep labirin untuk jalur antrian, jalur kirab diperlebar, dan panggung diperbesar untuk menjaga jarak;

- 5) memastikan proses pembersihan dan disinfeksi ruang pertemuan sebelum dan setelah digunakan;
- 6) membersihkan dan mendisinfeksi *microphone* setiap setelah digunakan masing-masing orang. Tidak menggunakan *microphone* secara bergantian sebelum dibersihkan atau menyediakan *microphone* pada masing-masing meja;
- 7) petugas asrama haji/hotel harus aktif menginformasikan protokol kesehatan, antrian, jaga jarak, dan pemakaian masker.

m. Ruang Makan

- 1) mewajibkan setiap orang yang akan masuk ruang makan untuk mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir;
- 2) pengaturan jarak antar kursi minimal 1 meter dan tidak saling berhadapan. Dalam hal tidak dapat diterapkan pengaturan jarak dapat dilakukan upaya rekayasa teknis lain seperti pemasangan partisi antar jemaah berhadapan di atas meja makan;
- 3) tidak menggunakan alat makan bersama-sama. Peralatan makan di atas meja makan yang sering disentuh diganti dalam bentuk kemasan sekali pakai/*sachet* atau diberikan kepada Jemaah Haji Umrah apabila diminta;
- 4) mewajibkan semua penjamah pangan atau pekerja yang kontak langsung dengan pangan untuk mengenakan alat pelindung diri seperti penutup kepala, sarung tangan, celemek, dan masker. Sarung tangan harus segera diganti setelah memegang barang selain makanan;
- 5) tidak menerapkan sistem prasmanan/*buffet*. Apabila menerapkan sistem prasmanan/*buffet* agar menempatkan petugas pelayanan pada *stall* yang disediakan dengan menggunakan masker serta sarung tangan. Jemaah Haji Umrah dalam mengambil makanan dilayani oleh petugas dan tetap menjaga jarak minimal 1 meter. Semua peralatan makan wajib dibersihkan dan didisinfeksi sebelum digunakan kembali;

6) Untuk meminimalisasi pelayanan makanan secara *buffet* (prasmanan), juga dapat dilakukan dengan menggunakan opsi *action station*, set menu, nasi kotak/*box/take away*, *individual portion* dan variasi lainnya dengan jenis makanan yang tidak banyak namun kualitas lebih baik.

n. Masjid/mushala:

- 1) meminta jemaah haji umrah menggunakan peralatan shalat dan sajadah masing-masing;
- 2) tetap menggunakan masker saat shalat;
- 3) terapkan jaga jarak minimal 1 meter;
- 4) dianjurkan untuk mengambil wudhu di kamar mandi masing-masing.

o. Area Komersial:

Memastikan pemanfaatan area komersil dengan tetap mengikuti protokol pencegahan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

2. Bagi karyawan:

- a. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berangkat bekerja. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas tetap di rumah dan periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila berlanjut, serta laporkan pada pimpinan tempat kerja;
- b. saat perjalanan dan selama bekerja selalu menggunakan masker, menjaga jarak dengan orang lain, dan 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*;
- c. menggunakan alat pelindung diri tambahan seperti sarung tangan saat melakukan pekerjaan pembersihan dan saat menangani limbah, termasuk saat membersihkan kotoran yang ada di meja restoran atau dikamar;
- d. berpartisipasi aktif mengingatkan Jemaah Haji Umrah untuk menggunakan masker dan menjaga jarak minimal 1 meter;
- e. 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;

- f. meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam, serta menghindari faktor risiko penyakit.

3. Bagi jemaah haji umrah:

- a. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum masuk asrama haji/hotel. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas segera periksakan diri ke fasilitas pelayanan kesehatan apabila berlanjut;
- b. selalu menggunakan masker selama di asrama haji/hotel dan di area publik;
- c. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
- d. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
- e. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain;
- f. membawa alat pribadi termasuk peralatan ibadah sendiri seperti alat sholat.

F. Protokol Kesehatan di Pasar/Pusat Perbelanjaan/*Mall*/Pertokoan dan sejenisnya

Menghimbau agar petugas dan jemaah haji umrah untuk menghindari berkunjung ke pasar/pusat perbelanjaan/*mall*/pertokoan. Dalam hal petugas dan Jemaah Haji Umrah berkunjung ke pasar/pusat perbelanjaan/*mall*/pertokoan maka dilakukan sebagai berikut:

1. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum ke pasar/pusat perbelanjaan/*mall*/pertokoan, jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala,

mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas, tetap di hotel dan segera periksakan diri ke petugas kesehatan;

2. selalu menggunakan masker saat perjalanan dan selama berada di pasar/pusat perbelanjaan/*mall*/pertokoan;
3. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
4. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
5. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain;
6. jika kondisi padat dan sulit menerapkan jaga jarak agar tidak memaksakan diri masuk ke dalam pasar/pusat perbelanjaan/*mall*/pertokoan, namun apabila terpaksa tambahan penggunaan pelindung wajah (*face shield*) bersama masker sangat direkomendasikan sebagai perlindungan tambahan;
7. saat tiba di hotel, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan jemaah lainnya. Bersihkan *handphone*, kacamata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan;
8. mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

#### G. Protokol Kesehatan di Rumah Makan/Restoran dan sejenisnya

Bagi petugas dan jemaah haji umrah:

1. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum berkunjung ke rumah makan/restoran atau sejenisnya. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas tetap di hotel. Segera periksakan diri ke petugas kesehatan;
2. selama perjalanan dan selama berada di rumah makan/restoran dan sejenisnya selalu menggunakan masker, menjaga jarak dengan orang lain, dan 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*;

3. saat tiba di hotel, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan Jemaah lainnya. Bersihkan *handphone*, kaca mata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan;
4. meningkatkan daya tahan tubuh dengan menerapkan PHBS seperti mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang, aktivitas fisik minimal 30 menit sehari dan istirahat yang cukup dengan tidur minimal 7 jam, serta menghindari faktor risiko penyakit;
5. mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

#### H. Protokol Kesehatan di Lokasi Ziarah

Bagi petugas dan jemaah haji umrah yang berziarah:

1. memastikan diri dalam kondisi sehat sebelum melakukan kunjungan ke lokasi ziarah. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas tetap di hotel. Segera periksakan diri ke petugas kesehatan;
2. selalu menggunakan masker selama berada di lokasi ziarah;
3. menjaga kebersihan tangan dengan sering mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
4. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
5. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter;
6. saat tiba di hotel, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan Jemaah lainnya. Bersihkan *handphone*, kaca mata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan;
7. mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

#### I. Protokol Kesehatan saat Kegiatan di Masjid

1. Pastikan dalam kondisi sehat saat akan melaksanakan ibadah. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas, tetap di hotel dan lakukan ibadah di hotel. Segera periksakan diri ke petugas

- kesehatan;
2. membawa semua peralatan ibadah sendiri termasuk sajadah, kitab suci dan lain sebagainya;
  3. selalu menggunakan masker saat perjalanan dan selama berada di tempat ibadah;
  4. menjaga kebersihan tangan dengan mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
  5. hindari kontak fisik, seperti bersalaman atau berpelukan;
  6. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
  7. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter;
  8. saling mengingatkan jemaah haji umrah lainnya terhadap penerapan kedisiplinan penggunaan masker dan menjaga jarak minimal 1 meter antar sesama jemaah haji umrah;
  9. saat tiba di hotel, segera mandi dan berganti pakaian sebelum kontak dengan Jemaah lainnya. Bersihkan *handphone*, kaca mata, tas, dan barang lainnya dengan cairan disinfektan;
  10. mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

J. Protokol Kesehatan di Arafah, Muzdalifah dan Mina

1. Pastikan dalam kondisi sehat saat akan melaksanakan ibadah. Jika mengalami gejala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sesak nafas, sakit kepala, mual/muntah, diare, anosmia (hilangnya kemampuan indera penciuman), atau ageusia (hilangnya kemampuan indera perasa) dan/atau sesak nafas, tetap di hotel/tenda dan lakukan ibadah di hotel/tenda. Segera periksakan diri ke petugas kesehatan;
2. membawa peralatan ibadah sendiri seperti sajadah, Al-Qur'an dan lain sebagainya;
3. selalu menggunakan masker saat perjalanan dan selama berada di tempat ibadah;
4. menjaga kebersihan tangan dengan mencuci tangan pakai sabun dengan air mengalir atau menggunakan *hand sanitizer*;
5. hindari kontak fisik, seperti bersalaman atau berpelukan;
6. hindari menyentuh area wajah seperti mata, hidung, dan mulut;
7. tetap memperhatikan jaga jarak minimal 1 meter;
8. saling mengingatkan jemaah haji umrah lainnya terhadap penerapan kedisiplinan penggunaan masker dan menjaga jarak

- minimal 1 meter antar sesama jemaah haji umrah;
9. menghindari aktifitas diluar hotel/tenda yang tidak berhubungan dengan ibadah;
  10. mematuhi protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi.

K. Protokol Kesehatan pada Kasus Meninggal Dunia

1. Tata laksana kasus meninggal dunia yang terkonfirmasi *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) mengikuti protokol pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) yang berlaku di Arab Saudi;
2. petugas dan jemaah haji umrah agar tetap berkomunikasi dengan tenaga kesehatan apabila menemui kasus meninggal dunia dalam rangka pencegahan dan pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

L. GAMBAR-GAMBAR

1. Cara mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**GERMAS**  
Gerakan Masyarakat Hidup Sehat

# Cuci Tangan Pakai Sabun dengan air mengalir

**6 langkah mencuci tangan**

1. Basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar.
2. Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian
3. Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih
4. Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci
5. Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian
6. Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan

**5 Waktu penting CTPS:**

- Sebelum makan
- Setelah BAB
- Sebelum menjamah makanan
- Sebelum menyusui
- Setelah beraktifitas

**60 detik**

2. Cara mencuci tangan dengan *hand sanitizer*

**CARA MENCUCI TANGAN DENGAN ANTISEPTIK BERBASIS ALKOHOL**

 **Lama waktu yang dibutuhkan: 20-30 detik**



**1a** Tuangkan 2-3 cc antiseptik berbasis alkohol ke telapak tangan, kemudian ratakan ke seluruh permukaan tangan

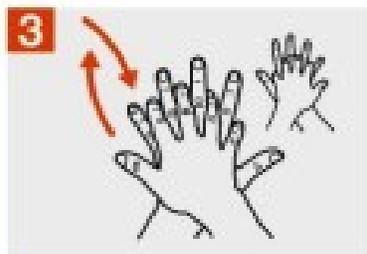


**1b**



**2**

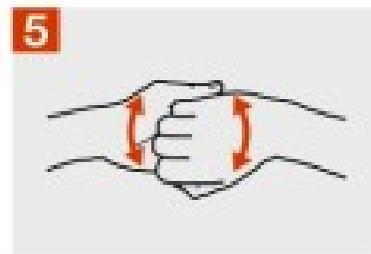
Gosokkan kedua telapak tangan



**3** Gosok punggung dan sela-sela jari tangan kiri dengan telapak tangan kanan dan sebaliknya



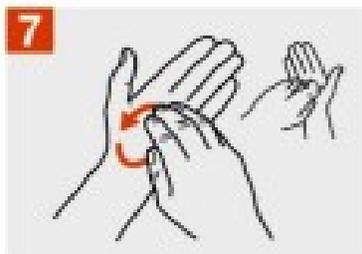
**4** Gosok kedua telapak dan sela-sela jari tangan



**5** Jari-jari sisi dalam dari kedua tangan saling mengunci



**6** Gosok berputar pada ibu jari tangan kiri dalam gengaman tangan kanan dan sebaliknya



**7** Gosok dengan memutar ujung jari-jari tangan kanan di telapak tangan kiri dan sebaliknya



**8** Sesudah kering, tangan ada sudah bersih

3. Cara menggunakan masker



**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA**

**GERMAS**  
Geriakan Masyarakat Hidup Sehat

# CARANYA?

**1**

TUTUP MULUT, HIDUNG DAN DAGU ANDA. PASTIKAN BAGIAN MASKER YANG BERWARNA BERADA DI SEBELAH DEPAN

**2**

TEKAN BAGIAN ATAS MASKER SUPAYA MENGIKUTI BENTUK HIDUNG ANDA DAN TARIK KE BELAKANG KE BAGIAN BAWAH DAGU

**3**

LEPAS MASKER YANG TELAH DIGUNAKAN DENGAN HANYA MEMEGANG TALI DAN LANGSUNG BUANG KE TEMPAT SAMPAH

[promkes.kemkes.go.id](http://promkes.kemkes.go.id) [ditpromkes](https://www.facebook.com/ditpromkes) [ditpromkes](https://twitter.com/ditpromkes) [dit.promkes](https://www.instagram.com/dit.promkes) [puspromkes](https://www.youtube.com/channel/UCp1m18111111111111111111)

4. Etika batuk/bersin



BAB V  
PENUTUP

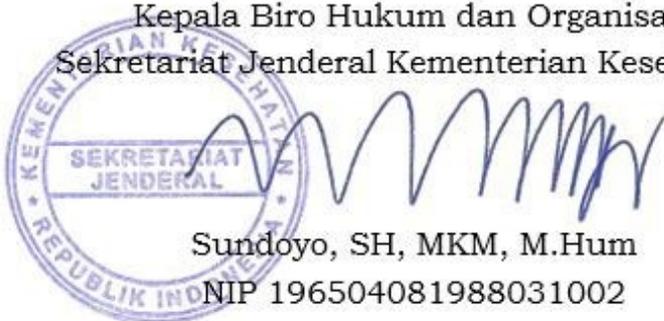
Pedoman Pencegahan dan Pengendalian *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) Bagi Petugas dan Jemaah Haji dan Umrah disusun untuk meningkatkan peran dan kewaspadaan dalam mengantisipasi penularan *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19) dalam penyelenggaraan haji dan umrah. Diharapkan dengan keterlibatan petugas, jemaah, dan semua pihak yang terlibat dalam penyelenggaraan haji dan umrah dapat mencegah dan mengendalikan penularan oleh *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19), dan secara makro dapat berkontribusi mendukung *Corona Virus Disease 2019* (COVID-19).

MENTERI KESEHATAN  
REPUBLIK INDONESIA,

ttd.

TERAWAN AGUS PUTRANTO

Salinan sesuai dengan aslinya  
Kepala Biro Hukum dan Organisasi  
Sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan,



Sundoyo, SH, MKM, M.Hum  
NIP 196504081988031002