



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



BUKU SAKU
**TANYA JAWAB
NATARU** 2021/2022

Informasi Lengkap: <https://covid19.go.id>



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



Index

Buku Saku Nataru

Aturan Selama Fase NATARU

Kebijakan perayaan Tahun Baru 2022.	3
Kebijakan seputar pusat perbelanjaan dan wisata.	4
Kebijakan peribadatan Natal 2021.	5
Syarat dan ketentuan perjalanan dalam dan luar negeri.	8

Potensi Gelombang Ketiga COVID-19

Potensi lonjakan kasus gelombang ketiga COVID-19.	12
Pentingnya pengetatan dan pembatasan aktivitas masyarakat.	14

Informasi Terkini COVID-19

Virus COVID-19.	16
Gejala dan bahaya COVID-19.	16
Penanganan COVID-19.	17
Vaksinasi COVID-19.	22
Informasi terkini terkait COVID-19.	23

Tanya Jawab Aturan Kebijakan Selama Fase Peribadatan Natal 2021 dan Perayaan Tahun Baru 2022

(24 Desember 2021 s.d. 2 Januari 2022)

1. Apakah masyarakat dapat merayakan Tahun Baru 2022?

Perayaan sedapat mungkin dilakukan di rumah bersama anggota keluarga maupun di lingkungan masing-masing yang tidak berpotensi menimbulkan kerumunan.¹

2. Apakah saja yang dilarang selama perayaan Tahun Baru 2022?

- Penyelenggaraan acara perayaan baik terbuka maupun tertutup yang berpotensi menimbulkan kerumunan.
- Pawai dan arak-arakan Tahun Baru.
- *Event* perayaan Nataru di Pusat Perbelanjaan, kecuali pameran UMKM.¹

3. Apakah masyarakat dibolehkan berpergian ke pusat perbelanjaan selama fase Nataru 2021?

Boleh, dengan beberapa hal yang perlu diperhatikan:

- Penggunaan aplikasi PeduliLindungi secara ketat kepada setiap orang kecuali usia di bawah 18 tahun dengan catatan hanya kategori hijau dan kuning yang diperkenankan.
- Memastikan kondisi kesehatan sebelum memutuskan untuk bepergian dan berkegiatan.
- Jam operasional 09.00 - 22.00 WIB.
- Pembatasan kapasitas 50% dari kapasitas total pusat perbelanjaan dan mall.
- Bioskop dapat dibuka dengan pembatasan maksimal 50% kapasitas total.
- Kegiatan makan dan minum dilakukan dengan pembatasan 50% kapasitas total.¹

4. Apakah masyarakat diperbolehkan ke tempat wisata selama fase Nataru 2021?

Boleh, dengan beberapa catatan:

- Penggunaan aplikasi PeduliLindungi secara ketat kepada setiap orang kecuali usia di bawah 18 tahun dengan catatan hanya kategori hijau dan kuning yang diperkenankan.
- Memastikan kondisi kesehatan sebelum memutuskan untuk bepergian dan berkegiatan.
- Pembatasan kegiatan seni budaya dan tradisi baik keagamaan maupun non keagamaan yang biasa dilakukan sebelum pandemi COVID-19.

- Tidak ada kerumunan yang menyebabkan tidak bisa jaga jarak.
- Pembatasan jumlah wisatawan sampai dengan 50% dari kapasitas total.
- Pengaturan ganjil-genap untuk kunjungan tempat-tempat wisata prioritas.¹

5. Apakah Peribadatan Natal tahun 2021 dapat dilaksanakan?

Bisa, dengan beberapa hal yang perlu diperhatikan :

- Gereja membentuk Satuan Tugas Protokol Kesehatan Penanganan COVID-19 yang berkoordinasi dengan Satuan Tugas Penanganan COVID-19 Daerah.
- Hendaknya dilakukan secara sederhana dan tidak berlebihan.
- Diselenggarakan secara *hybrid*, yaitu secara berjamaah di gereja maksimal 50% kapasitas total gereja dan secara daring dengan tata ibadah yang telah disiapkan pengurus gereja.
- Pengecekan suhu (bila suhu > 37,3° C tidak diperkenankan masuk) termasuk melarang masuk jemaah yang mengalami batuk, pilek, atau sesak.¹

6. Apa yang harus disiapkan pengurus dan pengelola gereja dalam penyelenggaraan perayaan Natal 2021?

- Menyiapkan petugas untuk mengawasi penerapan protokol kesehatan di area gereja.
- Menggunakan aplikasi PeduliLindungi di pintu masuk dan keluar gereja dengan catatan hanya yang berkategori hijau dan kuning yang boleh masuk.
- Mengatur jumlah jemaat/ umat/ pengguna gereja dalam waktu bersamaan untuk menghindari kerumunan.
- Menerapkan pembatasan jarak dengan memberikan tanda khusus di lantai/ kursi minimal satu meter.
- Menyiapkan alat pendukung prokes, pengecekan suhu, fasilitas cuci tangan, dan petugas pengawasan prokes.
- Mengoptimalkan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk rumah ibadah.
- Melakukan desinfeksi dan pembersihan area gereja secara berkala.¹

7. Apa kebijakan Kementerian Agama dalam pencegahan dan penanggulangan COVID-19 pada perayaan Natal 2021? ²

**MENTERI AGAMA
REPUBLIK INDONESIA**

SURAT EDARAN MENTERI AGAMA NOMOR SE. 31 TAHUN 2021

Tentang Pencegahan dan Penanggulangan Covid-19
pada Perayaan Natal Tahun 2021

Perayaan Natal

- Mewariskan pelepas secara ketat di gereja/tempat ibadah Natal sesuai kebijakan PPKM level 3.
- Gereja membentuk Satgas Proses Penanganan Covid-19, berkoordinasi dengan Satgas Penanganan Covid-19 Daerah.
- Ibadah dan perayaan Natal:
 - Hendaknya dilakukan secara sederhana, lebih menekankan pendidikan di tengah keluarga.
 - Dilaksanakan di ruang terbuka.
 - Jika di gereja, diselenggarakan secara hybrid (daring dan onsite), dengan tata ibadah yang telah disiapkan pengurus dan pengkaji gereja.
 - Jumlah peserta kegiatan Ibadah dan Perayaan Natal berjumlah, tidak melebihi 50% kapasitas ruangan/50 orang.

Pengurus Gereja

Pada penyelenggaraan ibadah dan perayaan Natal pengurus dan pengelola gereja wajib:

- Menyediakan petugas informasi & pengawas pelaksanaan Protokol 5M.
- Menyediakan alat pengendalian suhu di pintu masuk gereja.
- Memeriksa suhu tubuh setiap jemaah dengan termogun.
- Menyediakan hand sanitizer & sarana cuci tangan di pintu masuk dan keluar gereja.
- Melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala di area gereja.
- Menggunakan aplikasi PeduliLindungi saat masuk & keluar gereja (Zona kuning dan hijau yang diperkenankan masuk).
- Mengatur mobilisasi jemaah serta pintu masuk dan keluar gereja (pergerakan protokol).
- Mengatur jarak antara jemaah paling tidak 1 meter.
- Mengatur jumlah jemaah/peserta gereja yang berkumpul bersamaan.
- Menyediakan cadangan masker medis.
- Meluangkan jemaah dengan kondisi tidak sehat saat pelaksanaan kegiatan peribadatan/keagamaan.
- Menyediakan jemaah berusia 60 tahun ke atas dan ibu hamil/menyusui untuk beribadah di rumah.

Khotbah

Pelaksanaan khotbah mematuhi ketentuan:

- Peserta, pastor, atau rohaniwan memakai masker dan pelindung wajah dengan baik dan benar.
- Peserta, pastor, atau rohaniwan mengingatkan jemaah untuk menjaga kesehatan dan mematuhi protokol.
- Memeriksa suhu tubuh setiap jemaah dengan termogun.
- Menyediakan hand sanitizer & sarana cuci tangan di pintu masuk dan keluar gereja.
- Melakukan pembersihan dan disinfeksi secara berkala di area gereja.
- Menggunakan aplikasi PeduliLindungi saat masuk & keluar gereja (Zona kuning dan hijau yang diperkenankan masuk).
- Mengatur mobilisasi jemaah serta pintu masuk dan keluar gereja (pergerakan protokol).

Peserta

Peserta Perayaan Natal Tahun 2021 wajib:

- Menggunakan masker dengan baik dan benar.
- Menjaga kebersihan tangan (cuci tangan air mengalir atau menggunakan hand sanitizer).
- Menjaga jarak dengan jemaah lain paling dekat 1 meter.
- Dalam kondisi sehat.
- Tidak sedang menjalani isolasi mandiri.
- Tidak baru kembali dari perjalanan luar daerah.
- Membawa perlengkapan peribadatan masing-masing.
- Membawa kantong untuk menyimpan alas kaki.
- Menghindari kontak fisik atau bersalaman.

Dilarang melakukan pawai/arak-arikan dalam rangka Perayaan Natal Tahun 2021 yang melibatkan jumlah peserta dalam skala besar.

www.kemtanag.go.id @Kemenag_RI Kementerian Agama RI @Kemenag_RI Kemenag RI

8. Apa saja syarat dan ketentuan yang berlaku bagi masyarakat yang akan melakukan perjalanan dalam negeri selama fase Nataru 2021? ⁸

Selama fase Nataru 2021

(24 Desember 2021 s.d. 2 Januari 2022),

- Pelaku perjalanan jarak jauh dengan seluruh moda transportasi (darat, laut, maupun udara) wajib menunjukkan kartu vaksin dosis lengkap dan hasil negatif antigen dengan maksimal waktu pengambilan sampel 1 x 24 jam.
- Syarat tersebut dikecualikan bagi perjalanan rutin dengan moda transportasi darat dalam satu wilayah aglomerasi dan moda transportasi perintis di wilayah perbatasan dan 3T (Tertinggal, Terdepan, Terluar).
- Pelaku perjalanan dalam negeri di bawah 12 tahun diwajibkan menunjukkan negatif PCR dengan maksimal waktu pengambilan sampel 3 x 24 jam dan dikecualikan syarat kartu vaksin.
- Pelaku perjalanan usia dewasa (di atas 17 tahun) yang tidak vaksin dosis lengkap karena alasan medis ataupun belum mendapatkan vaksin dosis lengkap akan dibatasi mobilitasnya.³

9. Apa saja syarat dan ketentuan perjalanan kendaraan logistik dan transportasi barang lainnya yang melakukan perjalanan dalam negeri selama fase Nataru 2021?

Selama fase Nataru 2021

(24 Desember 2021 s.d. 2 Januari 2022),

a. Untuk wilayah Pulau Jawa dan Pulau Bali berlaku ketentuan sebagai berikut:

1. Kartu vaksin dosis lengkap + rapid test antigen dengan maksimal waktu pengambilan sampel 14 x 24 jam.
2. Kartu vaksin dosis pertama + rapid test dengan maksimal waktu pengambilan sampel antigen 7 x 24 jam.
3. Rapid test antigen dengan maksimal waktu pengambilan sampel 1 x 24 jam apabila belum mendapatkan vaksinasi.

b. Untuk wilayah luar Pulau Jawa dan Pulau Bali, wajib menunjukkan surat keterangan hasil negatif rapid test antigen yang sampelnya diambil dalam kurun waktu maksimal 1 x 24 jam sebelum keberangkatan serta dikecualikan dari ketentuan menunjukkan kartu vaksin.³

10. Apabila saat ini saya berada di luar negeri dan berencana kembali di bulan Desember 2021 ini, apa saja yang perlu saya siapkan?

Secara umum, Warga Negara Indonesia (WNI) dapat kembali ke Indonesia dengan menyiapkan kartu vaksinasi dosis lengkap dan hasil PCR dengan maksimal waktu pengambilan sampel 3 x 24 jam.⁴

11. Berapa lama karantina untuk perjalanan Internasional?

Masa karantina bagi Warga Negara Indonesia yang melakukan perjalanan internasional dibagi menjadi 2 kategori:

- Karantina 14 hari, bila berasal dari negara/ wilayah yang ditutup sementara untuk masuk Indonesia karena terbukti adanya penularan varian baru COVID-19 jenis Omicron.
- Karantina 10 hari, bagi seluruh perjalanan internasional dari negara lainnya.⁴

12. Apakah saya harus membayar secara mandiri untuk karantina selama di Indonesia?

Karantina ditanggung oleh pemerintah untuk WNI yang merupakan Pekerja Migran Indonesia (PMI), Pelajar/ Mahasiswa yang telah menamatkan studinya di luar negeri, atau Pegawai Pemerintah yang kembali dari dinas luar negeri.⁴

13. Apabila selama karantina hasil test PCR saya positif, apakah saya menanggung pembiayaan secara mandiri untuk perawatan COVID-19 yang harus saya lakukan?

Apabila dalam pemeriksaan RT PCR selama karantina ditemukan hasil positif, WNI akan diberikan perawatan di rumah sakit dengan biaya ditanggung oleh pemerintah.⁴

14. Apakah Warga Negara Asing (WNA) tidak diperbolehkan masuk Indonesia?

Indonesia menutup sementara masuknya WNA yang memiliki riwayat selama 14 hari dari negara/ wilayah yang telah terkonfirmasi adanya penularan COVID-19 jenis Omicron (Misalnya Afrika Selatan, Botswana, dan Hongkong) dan negara/ wilayah yang secara geografis berdekatan dengan negara tersebut (Misalnya Angola, Zambia, Zimbabwe, Malawi, Mozambique, Namibia, Eswatini, dan Lesotho).⁴

Tanya Jawab Potensi Gelombang Ketiga COVID-19 di Indonesia

1. Apakah lonjakan kasus gelombang ketiga COVID-19 dapat terjadi setelah libur panjang Nataru 2021?

Lonjakan kasus gelombang ketiga COVID-19 mungkin saja terjadi mengingat:

- Perkembangan kasus COVID-19 di beberapa negara mengalami peningkatan.
- Kedisiplinan masyarakat terhadap kerumunan dan menjalankan protokol kesehatan.
- Potensi peningkatan mobilitas masyarakat selama Nataru 2021.
- Perkembangan mutasi virus COVID-19, khususnya varian Omicron yang sudah ditemukan di Indonesia.
- Cakupan vaksinasi dosis lengkap masyarakat yang belum merata.
- Peningkatan kasus yang signifikan pada tiga agenda libur panjang sebelumnya, yaitu, Libur Idul Fitri 2020, Libur kolektif Maulid Nabi dan Natal 2020, dan Libur Idul Fitri 2021.^{5, 6, 7, 8, 9, 10, 15}

**3 Kali Libur Panjang 2020-2021
Sebabkan Kenaikan Kasus**

3 kali periode libur panjang 2020 dan 2021 menyebabkan kenaikan kasus COVID-19 di Indonesia

- 1. Libur Idul Fitri 2020**
 - Penambahan 413 - 559 (88 - 99%) kasus harian baru
 - Penambahan 2.880 - 3.917 kasus mingguan
- 2. Libur kolektif Maulid Nabi dan Natal 2020**
 - Penambahan 1.557 - 3.477 (37-95%) kasus harian baru
 - Penambahan 6.096 - 36.340 kasus mingguan
- 3. Libur Idul Fitri 2021**
 - Penambahan 1.972 - 46.297 (53-1257%) kasus harian baru
 - Penambahan 13.921 - 324.207 kasus mingguan
 - Diperparah adanya varian Delta yang lebih mudah menular

Kita semua harus waspada hadapi libur Nataru mendatang

Ayo Pakai Masker, Ayo Cepat Vaksin

Kementerian Komunikasi dan Informatika - RI

Kementerian Komunikasi dan Informatika - RI

Sumber: sumber.gov.id | GDM Nataru (13/12/2022) | Info COVID-19 | sumber.gov.id | Kementerian KEMKOMINFO

2. Kenapa kita harus cegah lonjakan kasus gelombang ketiga COVID-19 di Indonesia?

Terkendalanya kasus COVID-19 di Indonesia saat ini sangat diharapkan agar terhindar dari lonjakan kasus gelombang ketiga. Hal ini dapat mengakhiri pandemi dan Indonesia dapat memasuki tahapan endemi COVID-19.¹⁰

Endemi merupakan keadaan dimana penyebaran virus terbatas pada daerah tertentu dalam jumlah dan frekuensi yang rendah sehingga mereka yang tertular akan mendapatkan penanganan yang maksimal.¹¹

Untuk itu diharapkan momen Nataru mendatang menjadi pembuktian Indonesia kepada dunia. Bahwa Indonesia mampu dengan baik mengantisipasi lonjakan kasus walau memasuki periode libur panjang.¹⁰

3. Saat ini Indonesia merupakan satu dari lima negara dengan tingkat vaksinasi dosis lengkap terbanyak di dunia.¹² Apakah lonjakan kasus COVID-19 gelombang ketiga masih dapat terjadi?

Meskipun sejumlah orang yang sudah divaksinasi memiliki proteksi dari COVID-19, masih ada kemungkinan laju peningkatan kasus karena vaksin tidak 100% membuat kita kebal terhadap COVID-19. Namun, akan mengurangi dampak yang ditimbulkan jika kita tertular COVID-19. Maka dari itu, vaksinasi harus tetap diikuti dengan kepatuhan protokol kesehatan.¹³

Masyarakat diharapkan untuk tidak euforia agar bisa menahan laju penularan di gelombang ketiga COVID-19.

4. Mengapa kebijakan terkait pengetatan dan pembatasan aktivitas masyarakat masih diberlakukan oleh pemerintah?

Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) telah berkontribusi terhadap penurunan kasus harian COVID-19 yang signifikan di Indonesia.¹⁴

5. Apakah aman untuk saat ini melakukan perjalanan Internasional?

Untuk saat ini, sebaiknya tidak berpergian ke luar negeri dahulu untuk kebaikan kita bersama.

Kasus COVID-19 di beberapa negara Eropa, Afrika dan Amerika saat ini melonjak tajam mencapai rekor tertinggi seiring dengan menyebarnya varian Omicron yang memiliki daya tular lima kali lipat dari varian Delta.¹⁶

Indonesia adalah salah satu negara paling aman dari COVID-19. Jika kita keluar negeri, maka kita akan keluar dari zona aman menuju zona berbahaya. Jika kembali, nanti akan berpotensi membawa Omicron ke Indonesia dan pastinya akan merusak situasi yang sudah kondusif ini.¹⁶

Penting sekali bagi kita untuk saling menjaga orang-orang terdekat agar tidak tertular COVID-19, terlebih dengan adanya varian Omicron saat ini.¹⁶

Tanya Jawab Informasi Terkini COVID-19

1. Apa itu COVID-19?

Corona virus penyakit menular yang disebabkan oleh coronavirus jenis baru yaitu SARS- CoV-2. Saat ini COVID-19 sudah menyebar ke seluruh dunia, termasuk Indonesia.¹⁷

2. Apa saja gejala orang yang menderita penyakit COVID-19?

Demam/ riwayat demam, batuk, nyeri tenggorokan, pilek, sesak nafas, diare, lemas, sakit kepala, nyeri otot, pilek/ hidung tersumbat, mual, muntah, hilangnya kemampuan indra penciuman dan/atau hilangnya kemampuan indra perasa.¹⁷

3. Kenapa virus COVID-19 dapat bermutasi?

Tingkat infeksi yang tinggi berpotensi meningkatkan terjadinya lebih banyak mutasi, karena mutasi merupakan upaya virus untuk bertahan hidup dan menyesuaikan diri dengan kondisi target sasarannya, yaitu manusia.¹⁸

Cegah mutasi virus dengan menghambat penularannya. Disiplin terapkan protokol kesehatan dan segera vaksinasi.¹⁸

4. Bagaimana virus COVID-19 menyebar?

Virus COVID-19 menyebar melalui *droplet* atau percikan ludah yang masuk langsung ke tubuh melalui mata, hidung, dan mulut, atau jika tangan menyentuh permukaan yang terkontaminasi dan kemudian menyentuh wajah (mata, hidung, mulut).¹⁷

5. Bagaimana mengetahui seseorang terkena COVID-19 secara pasti?

Orang yang memiliki gejala COVID-19 akan diambil sampel *swab*/usap melalui hidung dan tenggorokannya. Sampel tersebut selanjutnya akan diperiksa dengan deteksi molekuler (seperti RT-PCR) atau *Rapid Diagnostic Test Antigen* (RDT-Ag).¹⁷

6. Mengapa orang yang tidak punya gejala atau keluhan COVID-19 perlu dites menggunakan pemeriksaan COVID-19?

Saat ini, pemeriksaan COVID-19 menggunakan Tes Usap Rapid Antigen dan PCR. Manfaat pemeriksaan ini adalah untuk menemukan yang positif COVID-19 agar bisa segera diisolasi ketat sehingga penularan terhenti.¹⁹

7. Apa yang harus dilakukan seseorang bila memiliki riwayat kontak dengan orang terkonfirmasi COVID-19?



Sumber: Satuan Tugas Penanganan COVID-19, 2021²⁰

Keterangan:

1. Laporkan kepada petugas Kesehatan setempat.
2. Lakukan pemeriksaan awal (*entry test*) dengan RT-PCR ataupun RDT- Ag.
 - a. Bila hasilnya positif, maka lakukan isolasi sesuai instruksi petugas Kesehatan.
 - b. Bila hasilnya negatif, maka lakukan karantina selama 5 hari. Setelah 5 hari, lakukan pemeriksaan keluar (*exit test*) dengan RT-PCR ataupun RDT- Ag.
 - Bila hasilnya positif, maka lakukan isolasi sesuai instruksi petugas Kesehatan
 - Bila hasilnya negatif, maka orang tersebut dinyatakan bebas tertular COVID-19.^{17, 21}

8. Apakah perbedaan karantina dan isolasi?

Karantina merupakan kegiatan memisahkan seseorang yang belum pasti COVID-19 baik kontak erat atau riwayat bepergian (luar negeri) dari lingkungannya. Sedangkan isolasi merupakan kegiatan memisahkan orang terkonfirmasi COVID-19 dari lingkungannya.

Pemantauan karantina dan isolasi dilakukan *tracer* dan petugas kesehatan.^{17,21}

9. Mengapa harus melakukan isolasi/ karantina?

Untuk menjaga supaya orang-orang di sekitar kita tidak tertular dan memudahkan *tracer* dan petugas kesehatan untuk memantau kesehatan orang yang dikarantina/ isolasi.¹⁷

10. Apabila saya terkonfirmasi COVID-19, berapa lama waktu isolasi yang dibutuhkan?

Apabila anda tidak bergejala, lakukan isolasi selama 10 hari sejak waktu pemeriksaan anda terkonfirmasi positif.

Apabila anda bergejala, lakukan isolasi selama minimal 10 hari sejak muncul gejala ditambah sekurang-kurangnya 3 hari bebas gejala.

Isolasi harus dilakukan dengan pemantauan dari petugas kesehatan setempat.^{21,22}

11. Apabila saya sudah menyelesaikan masa isolasi saya, apakah saya harus melakukan pemeriksaan COVID-19 untuk memastikan bahwa saya sembuh dan hasilnya sudah negatif?

Tidak perlu, karena virus tidak hidup ditubuh manusia lebih dari 10 hari sejak gejala pertama muncul.²⁵

Hasilnya bisa saja negatif, masih positif, atau bahkan hingga 3 bulan kemudian masih positif. Sebab, apa yang terdeteksi oleh tes *swab* PCR tersebut hanyalah menandakan sisa bangkai atau virus yang sudah tidak aktif dan tidak menularkan.²⁵

Namun, pada pasien bergejala berat atau kritis mungkin masih dapat dipertimbangkan pemeriksaan PCR ulang sesuai petunjuk tenaga kesehatan setempat.^{21, 22}

Selesainya masa isolasi harus mengikuti petunjuk tenaga kesehatan setempat.^{17, 21, 22}

12. Apakah kita bisa sembuh dari COVID-19?

Ya. Orang yang sakit COVID-19 bisa sembuh jika dirawat sesuai dengan anjuran dokter dan petugas kesehatan lainnya, seperti menerapkan protokol kesehatan, melaksanakan perilaku hidup bersih dan sehat, makan makanan bergizi, istirahat yang cukup, disiplin dalam melaksanakan isolasi.¹⁷

13. Apakah sakit COVID-19 berbahaya?

Ya, virus COVID-19 ini berbahaya dan menyebar dengan cepat. Jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan sakit parah dan bahkan kematian, terutama pada kelompok orang rentan seperti orang lanjut usia, ibu hamil, dan orang dengan penyakit penyerta seperti penyakit jantung, penyakit darah tinggi, penyakit paru, penyakit kencing manis, dan lain-lain.¹⁷

14. Angka kesembuhan kasus COVID-19 di Indonesia diatas 95%, kenapa kita masih harus tetap waspada dengan COVID-19?

Betul, tingkat kesembuhan kasus COVID-19 di Indonesia saat ini mencapai 96,5%. Namun perlu diingat adanya 3,38% atau 143,936 kasus kematian yang terjadi karena COVID-19.²³

Berdasarkan data yang ada, pasien positif COVID-19 dengan usia ≥ 60 tahun memiliki risiko tertinggi kematian (13,40%) terutama pada laki-laki, disusul kedua tertinggi dengan pasien berusia 46-59 tahun dengan risiko kematian 5,53%.²³

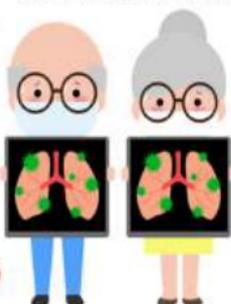
Mari sama-sama tingkatkan kewaspadaan, putus rantai penularan COVID-19, dan segerakan vaksinasi seluruh anggota keluarga agar mereka yang kita sayangi terlindungi secara optimal.

Mengapa Kelompok Lansia dikatakan rentan terhadap COVID-19?

Karena berdasarkan data, terdapat risiko kematian akibat COVID-19 meningkat pada lansia maupun orang yang memiliki riwayat penyakit penyerta

|| Mari lindungi orangtua kita

Peluang kematian populasi dengan rentang usia tertentu:



Usia
31-45
Tahun

Lebih berisiko
2,4 kali lipat

Usia
46-59
Tahun

Lebih berisiko
8,5 kali lipat

Usia
60
Tahun ke atas

Lebih berisiko
19,5 kali lipat

Penyakit Ginjal	Penyakit Jantung	Diabetes Mellitus	Hipertensi	Penyakit Imun
13.7x Lebih berisiko kematian	9x Lebih berisiko kematian	8.3x Lebih berisiko kematian	6x Lebih berisiko kematian	6x Lebih berisiko kematian

*Berdasarkan data individu dari Kementerian Kesehatan dalam 5 bulan pertama pandemi (2 Maret s.d 2 Agustus 2020)

15. Apa yang perlu kita lakukan agar tidak tertular COVID-19?

Patuhi protokol kesehatan antara lain memakai masker kain 3 lapis atau masker medis, menjaga jarak, mencuci tangan, menghindari kerumunan, mengurangi mobilitas, menerapkan etika batuk, menjaga kesehatan dengan makan yang bergizi seimbang, istirahat cukup, kelola stres, tidak merokok dan olahraga teratur.¹⁷

16. Mengapa setelah divaksin kita pasti masih bisa tertular COVID-19?

Karena vaksin tidak 100% membuat kita kebal terhadap COVID-19. Namun, akan mengurangi dampak yang ditimbulkan jika kita tertular COVID-19. Maka dari itu, vaksinasi harus tetap diikuti dengan kepatuhan protokol kesehatan.¹³

17. Dimana saya bisa mencari perkembangan terkini informasi terkait COVID-19?

Informasi lengkap perkembangan kebijakan Nataru 2021 dapat diakses melalui media sosial resmi penanganan COVID-19 di berbagai kanal dengan nama lawancovid19_id atau laman resmi www.covid19.go.id

Akun Media Sosial Resmi COVID-19

Berikut adalah akun media sosial resmi. Yuk follow untuk mendapatkan info yang faktual dan kredibel

- @lawancovid19_id**
instagram.com/lawancovid19_id
- Lawan Covid19 ID**
facebook.com/lawancovid19indonesia
- Relawan Informasi COVID-19**
facebook.com/groups/lawancovid19
- @lawancovid19_id**
twitter.com/lawancovid19_id
- Lawan Covid19 ID**
s.id/lawancovid19id
- @lawancovid19_id**
tiktok.com/lawancovid19_id
- lawancovid19_id**
id.pinterest.com/lawancovid19_id/

Yuk Follow Langsung dan #BersatuLawanCovid19

www.covid19.go.id
 119
 +6281133399000
 @lawancovid19_id
 Kesehatan Pulih, Ekonomi Bangkit

18. Apabila saya mendapat informasi yang mencurigakan, bagaimana cara saya memastikan kebenaran informasi tersebut?



Periksa hoaks dengan cara berikut:



1. Situs web:

- Khusus hoaks terkait COVID-19:
 - covid19.go.id/p/hoax-buster
 - s.id/infovaksin

Kemkominfo:
komin.fo/inihoaks

MAFINDO:
turnbackhoax.id

Cek Fakta:
cekfakta.com

2. Chatbot WhatsApp:

Mafindo:
0859 21 600 500

Cek Fakta Liputan6:
0811 978 7670



Laporkan hoaks ke: aduankonten.id

#SEMUAWAJIBPAKAIMASKER

Kementerian Komunikasi dan Informatika - RI

**JANGAN
KENDOR!**

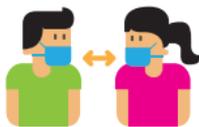
**Ayo, tetap terapkan
protokol kesehatan!**



**Memakai
Masker**



**Mencuci
Tangan
Pakai
Sabun**



**Menjaga
Jarak**



**Menghindari
Kerumunan**

KURANGI RISIKO PENULARAN COVID-19 SAAT HARI LIBUR TETAP DISIPLIN PROTOKOL KESEHATAN



**Memakai
masker**



**Mencuci
tangan
pakai sabun**



**Menjaga
jarak**



**Menghindari
kerumunan**



19. Pindai Barcode ini untuk akses informasi COVID-19 terkini di Indonesia



REFERENSI

- (1) <https://covid19.go.id/p/regulasi/instruksi-menteri-dalam-negeri-nomor-66-tahun-2021>
- (2) <https://covid19.go.id/p/regulasi/surat-edaran-menteri-agama-nomor-se-31-tahun-2021>
- (3) <https://covid19.go.id/p/regulasi/surat-edaran-kasatgas-nomor-24-tahun-2021>
- (4) <https://covid19.go.id/p/regulasi/surat-edaran-kasatgas-nomor-25-tahun-2021>
- (5) <https://covid19.go.id/p/berita/satgas-penting-memahami-faktor-penyebab-lonjakan-agar-terhindar-gelombang-baru-covid-19>
- (6) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/3-kali-libur-panjang-2020-2021-sebabkan-kenaikan-kasus>
- (7) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/waspadai-meningkatnya-mobilitas-masyarakat-hindari-gelombang-ketiga-covid-19>
- (8) <https://covid19.go.id/p/berita/upaya-penanganan-maksimal-dapat-menghindarkan-lonjakan-kasus-paska-nataru>
- (9) <https://covid19.go.id/p/berita/indonesia-harus-meningkatkan-kewaspadaan-untuk-mencegah-lonjakan-ketiga>
- (10) <https://covid19.go.id/p/berita/lonjakan-kasus-paska-nataru-harus-dicegah-agar-indonesia-dapat-memasuki-endemi-covid-19>
- (11) <https://covid19.go.id/p/berita/indonesia-berperan-penting-merubah-pandemi-menjadi-endemi>
- (12) <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211007/4838672/indonesia-peringkat-ke-5-dunia-vaksinasi-terbanyak/>
- (13) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/buku-saku-vaksinasi-covid-19>
- (14) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/ppkm-sukses-tekan-angka-kasus-harian-modal-indonesia-menuju-endemi-covid-19>
- (15) <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/umum/20211216/2738991/varian-omicron-terdeteksi-di-indonesia/>
- (16) <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20211218/2539011/tambah-lagi-2-pasien-omicron-masyarakat-agar-tidak-ke-luar-negeri/>

- (17) <https://covid19.go.id/p/regulasi/buku-saku-pelacakan-kontak-contact-tracing-kasus-covid-19>
- (18) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/mutasi-sebabkan-varian-virus-bertambah-tapi-apa-itu-mutasi-2?search=apa%20saja%20penelitian%20yang%20dilakukan%20terhadap%20varian%20omicron>
- (19) <https://covid19.go.id/p/masyarakat-umum/apakah-tes-antigen-dan-pcr-memiliki-manfaat>
- (20) <https://covid19.go.id/edukasi/masyarakat-umum/pengendalian-covid-19-dengan-3m-3t-vaksinasi-disiplin-kompak-dan-konsisten-buku-2>
- (21) <https://covid19.go.id/p/regulasi/kmk-no-hk0107-menkes-4641-2021-panduan-pelaksanaan-pemeriksaan-pelacakan-karantina-isolasi-dalam-pencegahan-covid-19>
- (22) <https://covid19.go.id/storage/app/media/Regulasi/2021/Agustus/kmk-no-hk0107-menkes-5671-2021-ttg-manajemen-klinis-tata-laksana-covid-19-di-fasilitas-pelayanan-kesehatan-signed-1.pdf>
- (23) <https://covid19.go.id/berita/analisis-data-covid-19-indonesia-update-12-desember-2021>
- (24) <https://covid19.go.id/storage/app/media/Regulasi/2021/Agustus/kmk-no-hk0107-menkes-5671-2021-ttg-manajemen-klinis-tata-laksana-covid-19-di-fasilitas-pelayanan-kesehatan-signed-1.pdf>
- (25) <https://fk.ui.ac.id/infosehat/benarkah-tak-perlu-tes-pcr-lagi-sesudah-isoman-ini-jawabannya/>

Tim Penyusun

1. Tim Komunikasi Publik PCPEN, Kemkominfo:

- Arrumbinang Adikismo
- Basra Ahmad Amru
- Budi Santoso
- Ganjar Satrio
- Ika Ardina
- Lalu Ahmad Hamdani
- Tiara Natasha Sjahrir

3. Dirjen Promosi Kesehatan, Kemenkes:

- Dwi Adi Maryandi
- Sakri Sabatmaja

4. Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit, Kemenkes

2. Dirjen Bina Pemerintahan Desa, Kemendagri:

- Isti Khoriana Karim
- Redo Frandika

5. Bidang Perubahan Perilaku, Satuan Tugas Penanganan Covid-19:

- Anggraeni Irawati Hermantyo
- Lailatul Fitriyah
- Ratna Dwicahyaningtyas
- Syamira Nurjannah Ramadhani