

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 50 Pasal 1 ayat 2 Tahun 2012, tentang Penerapan Sistem Manajemen Keselamatan Dan Kesehatan kerja, Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi keselamatan dan kesehatan tenaga kerja melalui upaya pecegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja (Peraturan Pemerintah,2012).

K3 adalah sarana utama untuk mencegah terjadinya kerugian akibat kecelakaan kerja yang dapat berupa cacat/kematian, luka/cidera, kerugian harta benda, tertularnya suatu penyakit dan kerugian lainnya. K3 memberikan perlindungan agar tenaga kerja dan orang lain yang memasuki tempat kerja selalu dalam keadaan selamat dan sehat serta aman, efisien dan produktif (Lubis, 2012).

Bertolak pada kurangnya kesadaran akan pentingnya program K3, masalah kesehatan dunia yang saat ini menjadi sorotan dan sangat penting untuk mendapatkan perhatian dari ilmuwan kesehatan dan masyarakat umum adalah penyakit akibat virus corona. WHO (World Health Organization) atau Badan Kesehatan Dunia telah menetapkan Corona Virus Disease-19 atau yang lebih dikenal dengan istilah Covid-19 sebagai Kedaruratan Kesehatan Masyarakat yang Meresahkan Dunia (KMMD) pada tanggal 30 Januari 2020 dan hingga akhirnya pada tanggal 11 Maret 2020 ditetapkan sebagai Pandemi (Keliat *et al.*, 2020). Pandemi merupakan wabah yang berjangkit serempak di mana- mana, meliputi daerah geografi yang luas (KBBI, 2021) sedangkan Pandemi Covid-19 adalah peristiwa menyebarnya penyakit *corona virus 2019* di seluruh dunia dan hingga bulan April 2020 telah lebih dari 210 negara sudah terinfeksi (WHO, 2020).

Dampak dari pandemi seperti *work from home* (bekerja dari rumah) dan pengurangan jam kerja efektif menimbulkan masalah sosial dan memperburuk kondisi perekonomian masyarakat serta keselamatan dan kesehatan masyarakat

yang mengikutinya. Mengingat tidak semua pekerja mendapat kesempatan bekerja dari rumah, ada beberapa pekerjaan yang mengharuskan kehadiran pekerja di tempat kerja. Tempat kerja merupakan tempat berinteraksi dimana berkumpulnya sejumlah/banyak orang dalam satu ruangan atau lokasi yang berpotensi memiliki faktor resiko yang penularannya perlu diantisipasi. Sehingga perusahaan maupun lembaga berkewajiban untuk memenuhi standar protokol keselamatan dan kesehatan kerja untuk mencegah penularan Covid-19. Selain itu Badan Kesehatan Dunia (WHO) juga telah menyampaikan bahwa virus Covid-19 akan tetap ada dan membahayakan manusia. Oleh karena itu diperlukan penerapan tatanan hidup baru oleh masyarakat dan upaya kesiapan tempat kerja yang mampu beradaptasi dengan perubahan pola hidup pada masa situasi pandemi Covid dengan mengimplementasikan program K3 pelaksanaan protokol kesehatan (Manggaru, 2021).

Untuk itu pemerintah melalui Kementerian Ketenagakerjaan telah mengeluarkan Surat Edaran Nomor M/3/HK.04/III/2020 tentang perlindungan pekerja/buruh dan kelangsungan usaha dalam rangka pencegahan dan penanggulangan Covid-19 tanggal 17 Maret 2020, surat Direktorat Jenderal Pengawasan dan Keselamatan Kesehatan Kerja Kementerian Ketenagakerjaan RI Nomor 5/193/AS.02/02/2020 tentang kesiapsiagaan dalam menghadapi penyebaran Covid-19 di tempat kerja tanggal 12 Maret 2020, surat sekretariat Jenderal Kementerian Kesehatan RI Nomor PK.02.01/B.VI/839/2020 tentang himbauan pencegahan penularan Covid-19 di tempat kerja tanggal 5 Maret 2020. Dalam hal ini perusahaan dituntut untuk dapat menyusun rencana dalam penanganan dan memutus mata rantai penyebaran Covid-19 dengan mengimplementasikan program K3 disertai dengan protokol kesehatan yang diperlukan (Manggaru, 2021).

Berdasarkan penelitian Prihastini, K. pada tahun 2020 yang berjudul Implementasi Keselamatan dan Keselamatan kerja, lingkungan kerja pada masa pandemi covid-19 di kedai kopi xx dengan hasil penelitian diketahui Kedai Kopi XX yang merealisasikan K3 dengan menerapkan protokol kesehatan sebagai pencegahan dari penularan virus. Implementasi K3 yang dimaksud meliputi semua

aspek dari penetapan protokol kesehatan, kondisi lingkungan kerja, kondisi fisik pekerja dan pemakaian peralatan kerja. Berdasarkan pembahasan dan hasil penelitian diperoleh simpulan, penerapan K3 di Kedai Kopi XX dilakukan dengan baik. Dengan memperhatikan beberapa aspek penting yang telah dilaksanakan sudah sesuai standar yang ada, maka risiko keselamatan dan kesehatan kerja (K3) dan penularan covid-19 dapat diminimalisir. (Prihastini *et al.*, 2020)

Adanya K3 merupakan suatu upaya untuk mengontrol jalannya aktifitas kerja. Kejadian kecelakaan dan penyakit akibat kerja yang timbul dalam suatu perusahaan maupun lembaga menunjukkan bahwa ada masalah yang terjadi dalam proses pengimplementasiannya. Pada masa pandemi covid-19 saat ini yang kemudian menjadi tantangan sendiri bagi perusahaan maupun lembaga untuk dapat menerapkan K3 dalam pelaksanaan protokol kesehatan bagi pegawainya. Hal ini juga terjadi di lingkungan kerja pada pegawai di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara. Maka untuk mengetahui sejauh mana pengaruh K3 selama ini bagi pegawai maka peneliti tertarik untuk mencoba mengkaji bagaimana implementasi keselamatan dan kesehatan kerja (K3) pada pegawai Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara di masa pandemi covid-19 saat ini.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu bagaimana implementasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) lingkungan kerja pada masa pandemi covid-19 pada pegawai di Fakultas Kedokteran UISU.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui implementasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) lingkungan kerja pada masa pandemi Covid-19 pada pegawai di Fakultas Kedokteran UISU.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah untuk mengetahui Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di lingkungan kerja pada pegawai FK UISU pada masa

pandemi covid-19 dalam pelaksanaan penerapan protokol kesehatan sebagai upaya pencegahan penularan virus Covid-19.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Sebagai sarana untuk menerapkan ilmu dan berpikir kritis dalam melakukan penelitian mengenai suatu masalah yang terjadi di masyarakat serta dapat mengembangkan wawasan keilmuan peneliti.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Diharapkan dapat menjadi bahan acuan agar dapat menghadapi risiko Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang mungkin muncul selama pandemi Covid-19.

b. Bagi Responden

Dapat memberikan informasi mengenai pentingnya penerapan protokol kesehatan untuk dapat meningkatkan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada masa pandemi Covid-19 selama bekerja.

c. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengalaman peneliti dalam meneliti pengetahuan tentang Covid-19 dibidang K3.

d. Bagi Peneliti Lain

Dapat menjadi bahan tambahan dan informasi dalam melakukan penelitian lebih lanjut tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada masa pandemi Covid-19 dengan variabel penelitian yang berbeda.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Keselamatan dan Kesehatan Kerja

2.1.1 Pengertian

Keselamatan dan Kesehatan kerja (K3) menurut Keputusan Menteri Tenaga Kerja R. I. No. Kep. 463/MEN/1993 adalah upaya perlindungan yang ditujukan agar tenaga kerja dan orang sekitarnya di tempat kerja selalu dalam keadaan selamat dan sehat, serta agar setiap sumber produksi dapat digunakan secara aman dan efisien.

K3 adalah kegiatan yang mendukung terciptanya keadaan kerja yang aman, terhindar dari gangguan fisik maupun mental melalui pelatihan dan pembinaan, pengarahan, dan kontrol terhadap pelaksanaan pekerjaan dari para pegawai dan pemberian bantuan sesuai dengan aturan yang berlaku, baik dari perusahaan dimana mereka bekerja maupun lembaga pemerintah (Elphiana *et all.*, 2018).

K3 adalah suatu upaya dan pemikiran untuk menjamin keutuhan dan kesempurnaan baik rohaniah maupun jasmaniah tenaga kerja pada khususnya dan manusia pada umumnya, hasil karya dan budaya untuk menuju masyarakat adil dan makmur (Mangkunegara, 2005)

Keselamatan adalah memberikan perlindungan akan kesejahteraan fisik seseorang terhadap cedera terkait dengan pekerjaan. Kesehatan adalah terkait pada kondisi umum fisik, mental dan kestabilan emosi secara umum (Mathis and Jackson, 2002)

2.1.2 Tujuan

Menurut WHO atau World Health Organization, K3 merupakan suatu upaya yang bertujuan untuk meningkatkan dan memelihara derajat kesehatan fisik, mental, dan sosial yang setinggi tingginya untuk pekerja di semua jenis pekerjaan (Bismar 2019).

Undang – undang Kesehatan No.23 Tahun 1992 Bagian 6 Tentang Kesehatan Kerja, pada Pasal 23 yaitu setiap tempat kerja wajib menyelenggarakan

kesehatan kerja untuk mewujudkan produktivitas kerja yang optimal meliputi perlindungan kesehatan kerja, pencegahan penyakit akibat kerja, dan syarat kesehatan kerja.

2.1.3 Manajemen Risiko

Manajemen risiko adalah suatu cara yang sistematis terhadap sebuah risiko dan menentukan dengan sesuai penanganan terhadap risiko tersebut. Manajemen risiko merupakan sebuah sarana untuk mengendalikan sumber dari risiko dan ketidakpastian, serta dapat memprediksi dampak yang ditimbulkan dan mengembangkan respon yang harus dilakukan untuk menanggapi risiko tersebut. Tindakan manajemen risiko diambil oleh para praktisi untuk menanggapi bermacam-macam risiko yaitu perihal mencegah dan memperbaiki (Bayu *et al.*, 2017).

Risiko adalah suatu peluang dari kejadian atau peristiwa yang dapat menimbulkan dampak pada sasaran, risiko diukur berdasarkan adanya kemungkinan terjadinya suatu kasus dan konsekuensi yang dapat ditimbulkan. Pada Manajemen Risiko dalam aspek K3, jenis risiko dapat dikategorikan sebagai berikut:

a. Risiko Keselamatan (*Safety Risk*)

Risiko keselamatan adalah suatu risiko yang mempunyai peluang rendah untuk terjadi tetapi memiliki konsekuensi besar. Risiko ini dapat terjadi sewaktu-waktu, bersifat akut dan fatal. Kerugian-kerugian yang biasanya terjadi dalam risiko keselamatan adalah cedera, kehilangan hari kerja, kerusakan property dan produksi dan penjualan yang merugikan.

b. Risiko Kesehatan (*Health Risk*)

Risiko kesehatan adalah suatu risiko yang memiliki peluang tinggi untuk terjadi tetapi memiliki konsekuensi yang rendah. Risiko jenis ini dapat terjadi kapan saja secara persisten dan berdampak kronik. Penyakit-penyakit yang terjadi misalnya gangguan pernafasan, gangguan syaraf, gangguan reproduksi dan gangguan sistemik atau metabolik.

- c. Risiko Lingkungan (*Environmental Risk*)
Risiko ini berhubungan dengan keseimbangan lingkungan. Ciri-ciri risiko lingkungan adalah perubahan yang tidak signifikan, memiliki masa laten yang panjang, berdampak besar pada populasi atau komunitas, berubahnya fungsi dan kapasitas habitat dan ekosistem serta kerusakan sumber daya alam.
- d. Risiko Keuangan (*Financial Risk*)
Risiko keuangan berhubungan dengan masalah ekonomi, contohnya adalah kelangsungan suatu bisnis, asuransi dan inventasi.
- e. Risiko Umum (*Public Risk*)
Risiko ini berhubungan dengan kesejahteraan kehidupan orang banyak. Sehingga hal-hal yang tidak diharapkan seperti pencemaran udara dan air dapat dihindari (Bayu *et al.*, 2017).

Manfaat dalam menerapkan manajemen risiko antara lain, menjamin kelangsungan usaha dengan mengurangi risiko dari setiap aktivitas yang mengandung bahaya, menekan biaya untuk mengatasi kejadian yang tidak diinginkan, menimbulkan rasa aman dikalangan pemilik saham mengenai kelangsungan dan keamanan investasinya, meningkatkan pemahaman dan kesadaran mengenai risiko operasi bagi setiap komponen dalam organisasi/perusahaan dan memenuhi persyaratan perundangan yang berlaku (Ramli, Soehatman. 2010)

2.2 Lingkungan Kerja

2.2.1 Pengertian

Lingkungan kerja merupakan salah satu unsur yang dapat mempengaruhi organisasi atau perusahaan. Lingkungan kerja akan memberikan dampak baik atau buruk terhadap kinerja dan kepuasan kerja. Lingkungan kerja dikatakan baik apabila pegawai dapat memberikan kontribusi yang besar dalam kemajuan perusahaan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Sihaloho and Siregar 2019).

2.2.2 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi

Lingkungan kerja terdiri dari dua macam, yakni lingkungan kerja fisik

dan lingkungan kerja non fisik. Lingkungan kerja fisik adalah lingkungan kerja yang segala sesuatunya mengenai segi fisik. Sementara lingkungan kerja non fisik adalah lingkungan kerja yang tidak dapat ditangkap oleh panca indra.

a) Lingkungan kerja fisik.

Lingkungan kerja yang berhubungan langsung dengan pegawai, seperti: meja, kursi, lemari dan sebagainya. Lingkungan umum yang dapat mempengaruhi kondisi manusia, seperti: suhu, kelembapan, kebisingan, pencahayaan dan sebagainya.

b) Lingkungan kerja non fisik.

Lingkungan kerja non fisik merupakan suatu kondisi yang berikatan dengan hubungan kerja, baik hubungan dengan rekan kerja, atasan dan bawahan. Keadaan yang selayaknya dibangun dalam lingkungan kerja adalah menciptakan suasana kekeluargaan, komunikasi yang baik dan pengendalian diri. Pihak manajemen instansi harusnya mampu mendukung kreatifitas karyawan. Keadaan inilah yang bisa menciptakan semangat dan antusiasme dalam instansi/perusahaan untuk mencapai tujuan bersama (Hermawan and Rahadi 2021).

2.2.3 Manfaat

Manfaat lingkungan kerja adalah menciptakan rangsangan kerja agar produktifitas kerja meningkat. Jika bekerja di lingkungan kerja dengan orang yang termotivasi, salah satu manfaat yang diperoleh adalah dapat menyelesaikan pekerjaan dengan tepat. Artinya pekerjaan tersebut dapat dilakukan dengan standar dan waktu yang tepat (Hermawan and Rahadi 2021).

2.3 Corona Virus

2.3.1 Pengertian

Coronavirus merupakan keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada hewan dan manusia. Pada manusia biasanya menyebabkan penyakit infeksi saluran pernapasan, mulai dari flu biasa sampai dengan penyakit yang serius seperti *Middle East Respiratory Syndrome* (MERS) dan Sindrom Pernapasan Akut Berat/*Severe Acute Respiratory Syndrome* (SARS) (Kemendagri, 2020).

2.3.2 Epidemiologi

Penyakit ini berawal dari munculnya kasus pneumonia yang tidak diketahui penyebabnya di Wuhan, China pada akhir Desember 2019 yang diduga berhubungan dengan Pasar *Seafood* di Wuhan. Pada tanggal 7 Januari 2020, Pemerintah China kemudian mengumumkan bahwa penyebab kasus tersebut adalah Coronavirus jenis baru yang kemudian diberi nama SARS-CoV-2 (Severe Acute Respiratory Syndrome 2 Coronavirus 2) yang pada akhirnya menjadi masalah pandemi di seluruh dunia. Virus ini berasal dari famili yang sama dengan virus penyebab SARS dan MERS, namun SARS-CoV-2 lebih menular dibandingkan dengan SARS-CoV dan MERS-CoV (WHO, 2020).

Thailand adalah negara pertama di luar China yang melaporkan kasus Covid-19. Setelah Thailand, negara selanjutnya yang melaporkan kasus pertama Covid-19 adalah Jepang dan Korea Selatan yang kemudian meluas ke negara-negara lain. Hingga tanggal 17 September 2021, telah dilaporkan bahwa total kasus konfirmasi Covid-19 di dunia adalah 226.844.344 kasus dengan 4.666.334 kematian (CFR 2,1%) di 204 Negara Terjangkit dan 151 Negara Transmisi Komunitas. Pemerintah Republik Indonesia telah melaporkan 4.185.144 orang terkonfirmasi positif Covid-19 dan ada 140.138 kematian (CFR: 3,4%) terkait Covid-19 yang dilaporkan dan 3.976.064 pasien telah sembuh dari penyakit ini di Indonesia (Kemenkes, 2021).

2.3.3 Pencegahan

Upaya telah dilakukan oleh beberapa Negara termasuk Indonesia, untuk mengembangkan vaksin yang ideal untuk pencegahan infeksi SARS-CoV-2 dengan berbagai platform. Vaksinasi Covid-19 bertujuan untuk mengurangi transmisi Covid-19, menurunkan angka kesakitan dan kematian akibat Covid-19, mencapai kekebalan kelompok di masyarakat (*herd immunity*) dan melindungi masyarakat dari Covid-19 agar tetap produktif secara sosial dan ekonomi. Pemberian program vaksinasi juga lebih hemat biaya dari sisi ekonomi (Kemenkes RI Dirjen P2P, 2020).

Selalu jaga jarak aman (minimal 1 meter) dari orang lain meskipun mereka tidak terlihat sakit. Gunakan masker dengan baik dan benar di ruang publik

terutama di dalam ruangan atau jika pembatasan fisik tidak dimungkinkan, sebaiknya pilih ruang terbuka dan berventilasi baik. Buka jendela jika berada di dalam ruangan. Cuci tangan secara rutin menggunakan air dan sabun, atau cairan pembersih tangan berbahan alkohol. Ikuti vaksinasi dan panduan setempat terkait vaksinasi. Saat bersin atau batuk, tutup mulut dan hidung dengan lengan atau tisu. Jangan keluar rumah apabila merasa tidak enak badan. Segera cari bantuan medis jika mengalami batuk, demam dan kesulitan bernapas (WHO, 2021).

2.3.4 Faktor Yang Mempengaruhi Penularan

Ada 3 faktor yang menentukan dan mempengaruhi penularan yaitu agen, host, dan lingkungan. Faktor pertama *Agent*/mikroba yaitu penyebab penyakit yaitu Virus SARS-CoV-2. Karakteristiknya dipengaruhi laju penularan, kemampuannya menimbulkan penyakit dipengaruhi oleh masing-masing strain. Sebagai contoh, karakteristik varian delta yang menyebabkan lonjakan kasus pada Juli di Indonesia lalu dalam waktu yang singkat diakibatkan kemampuan penularannya tinggi (Adisasmito, 2021).

Faktor kedua *Host*/Pejamu yaitu organisme yang terjangkit virus Covid-19. Sejauh ini, Covid-19 ditemukan pada manusia dan hewan. Khusus pada manusia, penularannya terjadi melalui droplet. Kecenderungan penderita terinfeksi dan berkembangnya keparahan gejala dapat dipengaruhi oleh imunitas spesifik tubuh, umur, dan riwayat penyakit (Adisasmito, 2021).

Faktor ketiga *Environment*/Lingkungan yaitu faktor eksternal yang dapat meningkatkan penularan seperti mobilitas dan aktivitas masyarakat, laju kasus yang ada, kepadatan penduduk, kebijakan pemerintah (Adisasmito, 2021).

2.4 Pegawai (Tenaga Kependidikan) FK UISU

Pegawai adalah setiap orang yang bekerja dengan menjual tenaganya berupa fisik dan pikiran kepada instansi dan mendapatkan balas jasa sesuai dengan perjanjian. Sedangkan menurut kamus bahasa Indonesia pegawai merupakan orang yang bekerja pada satu lembaga (kantor, perusahaan) dengan memperoleh gaji/upah (Hasibuan, 2007).

Menurut UU No.20 tahun 2003 pasal 1 BAB 1 ketentuan umum, tenaga kependidikan adalah anggota masyarakat yang mengabdikan diri dan diangkat

untuk menunjang penyelenggaraan pendidikan. Menurut UU No.20 tahun 2003, pasal 39 (1), tenaga kependidikan merupakan tenaga yang bertugas merencanakan dan melaksanakan administrasi, pengelolaan, pengembangan, pengawasan, dan pelayanan teknis untuk menunjang proses pendidikan pada satuan pendidikan.

Fakultas Kedokteran (FK) merupakan satu diantara fakultas yang ada di Universitas Islam Sumatera Utara (UISU). Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara (FK UISU) adalah fakultas kedokteran swasta tertua di luar Jawa. Berdirinya FK di lingkungan UISU untuk mengakomodasi kebutuhan masyarakat akan dokter-dokter yang memegang teguh nilai keislaman. Kegiatan perkuliahan di FK UISU pertama kali dilaksanakan pada 1 Oktober 1965, tanggal tersebut ditetapkan menjadi tanggal berdirinya FK UISU. FK UISU saat ini berlokasi di Jl. STM NO.77, Suka Maju, Medan dan Jl. SM. Raja No.2A Medan (Statuta FK UISU, 1965).

2.5 Pencegahan dan pengendalian Covid-19 di lingkungan kerja

2.5.1 Bagi Tempat Kerja

- a. Pihak tim Penanganan Covid-19 di tempat kerja untuk selalu mengamati informasi dan himbauan terbaru serta instruksi Pemerintah Pusat dan Daerah terkait Covid-19 di wilayahnya, serta memperbaharui kebijakan dan prosedur terkait Covid-19 di tempat kerja sesuai dengan perkembangan terkini;
- b. Mewajibkan seluruh pekerja selalu menggunakan masker yang baik dan benar setiap keluar rumah, selama di tempat kerja serta perjalanan dari dan ke tempat kerja;
- c. Larangan masuk kerja bagi pekerja, tamu/pengunjung yang mempunyai gejala demam/nyeri tenggorokan/batuk/pilek/sesak nafas. Berikan kelonggaran aturan perusahaan mengenai kewajiban menunjukkan surat keterangan sakit;
- d. Apabila pekerja harus menjalankan isolasi/karantina mandiri agar hak-haknya tetap diberikan;
- e. Menyediakan ruangan khusus untuk observasi pekerja yang didapati gejala saat dilakukan skrining;

- f. Jika diperlukan, tempat kerja yang memiliki sumber daya dapat menyediakan tempat isolasi/karantina mandiri dengan standar penyelenggaraan isolasi/karantina mandiri berpedoman dalam www.covid19.go.id;
- g. Penerapan *higiene* dan sanitasi lingkungan kerja dengan memastikan seluruh area kerja agar tetap dalam keadaan bersih dan *higienis* dengan melakukan pembersihan secara berkala menggunakan desinfektan/pembersih yang sesuai (setiap 4 jam sekali), terutama peralatan kantor yang digunakan bersama, tombol *lift*, *handle* pintu dan tangga, area dan fasilitas umum lainnya. Menjaga kualitas udara tempat kerja dengan mengupayakan sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan kerja, pembersihan filter AC;
- h. Pemasangan tabir kaca atau pembatas bagi pekerja yang melayani pelanggan, dan sebagainya;
- i. Satu hari sebelum masuk bekerja dilakukan *Self Assessment* Risiko Covid-19 terhadap seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi sehat dan tidak terjangkit Covid-19;
- j. Di setiap titik masuk tempat kerja, lakukan pengukuran suhu tubuh/skrining. Petugas yang melakukan pengukuran suhu tubuh harus mendapatkan pelatihan dan memakai alat pelindung diri (masker dan *faceshield*) karena berhadapan dengan orang banyak yang mungkin berpeluang membawa virus. Jangan melakukan pengukuran suhu tubuh di pintu masuk dengan tirai AC karena dapat salah pada saat pembacaan hasil;
- k. Terapkan jaga jarak/*physical distancing* dengan mengatur jumlah pekerja yang masuk agar mempermudah penerapan *physical distancing*, mengatur jarak antrian pada pintu masuk, agar pekerja tidak berkerumun dengan memberi penanda di lantai atau poster/banner. Apabila area kerja merupakan gedung bertingkat maka untuk pengaturan mobilisasi vertikal, jika menggunakan *lift*, buat penanda pada lantai lift dimana penumpang *lift* harus berdiri dengan

posisi saling membelakangi dan membatasi jumlah orang yang masuk dalam lift. Jika menggunakan tangga, bagi lajur untuk naik dan untuk turun dengan mengusahakan agar tidak ada pekerja yang berpapasan ketika naik dan turun tangga, jika hanya terdapat 1 jalur tangga. Pisahkan jalur tangga untuk naik dan jalur tangga untuk turun, jika terdapat 2 jalur tangga;

- l. Mengatur tempat duduk dengan jarak 1 meter pada meja/area kerja, di kantin, saat istirahat, saat melakukan meeting dan lain lain. Menyediakan transportasi khusus pekerja untuk perjalanan pulang pergi dari mess/perumahan ke tempat kerja sehingga pekerja tidak menggunakan transportasi umum, jika memungkinkan,.
- m. Pemantauan kesehatan pekerja secara proaktif oleh petugas kesehatan/petugas K3/bagian kepegawaian, sebelum masuk kerja gunakan *Self Assessment* Risiko COVID-19 terhadap seluruh pekerja untuk memastikan pekerja yang akan masuk kerja dalam kondisi sehat dan tidak terjangkit Covid-19. Selama bekerja, masing-masing satuan kerja/bagian/divisi melakukan pemantauan terhadap seluruh pekerja jika ada yang mengalami demam/batuk/pilek. Mendorong pekerja untuk mampu deteksi diri sendiri (*self monitoring*) dan melaporkan jika mengalami demam/sakit tengorokan/batuk/pilek selama bekerja. Bagi pekerja yang baru kembali dari perjalanan dinas ke negara/daerah terjangkit Covid-19, diwajibkan melakukan karantina mandiri di rumah dan pemantauan mandiri selama 14 hari terhadap gejala yang mungkin timbul dan mengukur suhu 2 kali sehari (Kepmenkes RI, 2020).

2.5.2 Bagi Pekerja

- a. Selalu menerapkan Germas (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) melalui Pola Hidup Bersih dan Sehat baik saat di rumah, dalam perjalanan ke dan dari tempat kerja dan selama di tempat kerja;
 - 1) Saat perjalanan ke/dari tempat kerja;

- a) Selalu dalam kondisi sehat, apabila ada keluhan batuk, pilek, demam agar tetap tinggal di rumah;
 - b) Menggunakan masker;
 - c) Mengupayakan tidak menggunakan transportasi umum, apabila terpaksa menggunakan transportasi umum;
 - i. Tetap menjaga jarak minimal 1 meter dengan orang lain;
 - ii. Mengupayakan tidak sering menyentuh fasilitas umum, dan gunakan *handsanitizer* setelahnya;
 - iii. Menggunakan helm sendiri;
 - iv. Mengupayakan membayar dengan cara non tunai, jika terpaksa memegang uang gunakan *handsanitizer* setelahnya;
 - v. Tidak mengucek mata atau menyentuh wajah dengan tangan, jika terpaksa gunakan *tissue* bersih.
- 2) Selama di tempat kerja;
- a) Saat tiba ditempat kerja, segera mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir;
 - b) Gunakan siku untuk menekan tombol *lift* dan membuka pintu;
 - c) Tidak berkerumun dan menjaga jarak saat berada di *lift* dengan posisi saling membelakangi;
 - d) Rutin membersihkan meja/area kerja dengan desinfektan;
 - e) Mengupayakan tidak sering menyentuh peralatan/fasilitas yang dipakai bersama di tempat kerja, gunakan *handsanitizer* setelahnya;
 - f) Selalu menjaga jarak minimal 1 meter dengan rekan kerja;
 - g) Mengupayakan aliran udara dan sinar matahari masuk ke ruang kerja;
 - h) Biasakan tidak berjabat tangan;
 - i) Gunakan masker.

- 3) Saat tiba di rumah;
 - a) Jangan bersentuhan dengan anggota keluarga sebelum mengganti pakaian kerja dan mandi;
 - b) Sebelum dibuang, masker sekali pakai dirobek dan basahi dengan desinfektan terlebih dahulu agar tidak mencemari petugas pengelola sampah;
 - c) Jika dirasa perlu bersihkan kacamata, handphone, tas menggunakan desinfektan;
- b. Tingkatkan imunitas tubuh dengan mengonsumsi makanan gizi seimbang, istirahat cukup (tidur minimal 7 jam), aktivitas fisik minimal 30 menit perhari dan berjemur di pagi hari.
- c. Lebih berhati-hati jika memiliki penyakit degeneratif seperti hipertensi, hipertensi, gangguan paru dan gangguan ginjal atau kondisi *immunocompromised*/penyakit autoimun dan kehamilan. Mengupayakan penyakit degeneratif selalu dalam kondisi terkontrol. (Kepmenkes RI, 2020).

2.6 Kerangka Teori

Gambar 2.1 Kerangka Teori

