

PANDUAN ISOLASI COVID-19 BAGI INDIVIDU TANPA GEJALA



Sumber : Dinas Kesehatan DKI Jakarta

1/7



Individu/Masyarakat
Tanpa Gejala



Lapor ke Puskesmas
sesuai domisili.

(untuk diarahkan ke lokasi isolasi terkendali yang tersedia)

LOKASI ISOLASI TERKENDALI (Sesuai Kepgub No. 721 Tahun 2021)



Fasilitas
Isolasi Mandiri
Kemayoran
(FIMK).



Hotel,
penginapan
atau wisma.



Fasilitas lainnya
(rumah/fasilitas
pribadi lainnya).

Syarat Isolasi di Rumah/Fasilitas Pribadi

(Sesuai Kepgub No. 980 Tahun 2020)

- Sesuai standar yang ditentukan (penilaian kelayakan oleh Gugus Tugas Setempat/ Lurah/Camat setempat).
- Lurah memasang pengumuman “**sedang melakukan isolasi mandiri**” pada pintu/tempat yang mudah terlihat.
- Hanya dihuni orang terkonfirmasi COVID-19.
- Pasien tetap tinggal di rumah (tidak bepergian atau bekerja ke ruang publik).
- Pasien tidak diperbolehkan berinteraksi langsung dengan keluarga/kerabat selama masa isolasi terkendali.
- Dilakukan pengawasan lokasi oleh Lurah dengan melibatkan Gugus Tugas RW/RT dan pihak lainnya yang dianggap mampu.
- Dilakukan penegakkan disiplin bersama instansi terkait bila terjadi pelanggaran dalam proses isolasi terkendali.
- Segera hubungi fasilitas pelayanan kesehatan jika sakit memburuk (seperti sesak napas) untuk dirawat lebih lanjut.

Barang-Barang yang Dibawa Saat Isolasi



Perlengkapan pribadi (pakaian, alat kebersihan dan kebutuhan lainnya).



Perlengkapan ibadah.



Obat-obatan pribadi.



Perlengkapan lain yang dianggap perlu untuk mengisi kegiatan selama masa isolasi seperti handphone, laptop, buku, makanan ringan, dll.

3/7

KEGIATAN SAAT ISOLASI

Wajib Dilakukan

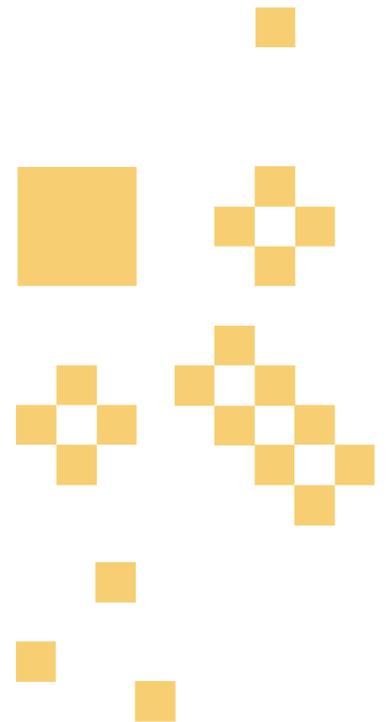
- Tetap di kamar dan dapat dihubungi melalui media komunikasi.
- Cuci tangan pakai sabun dan air mengalir atau hand sanitizer sesering mungkin.
- Pakai masker dengan benar saat keluar kamar/ruangan.
- Jaga kebersihan lingkungan kamar dan rutin disinfeksi area kamar yang sering disentuh.
- Melaporkan kondisi kesehatan setiap hari atau apabila ada gejala perburukan kondisi kesehatan kepada petugas pemantauan melalui Whatsapp/telepon.



KEGIATAN SAAT ISOLASI

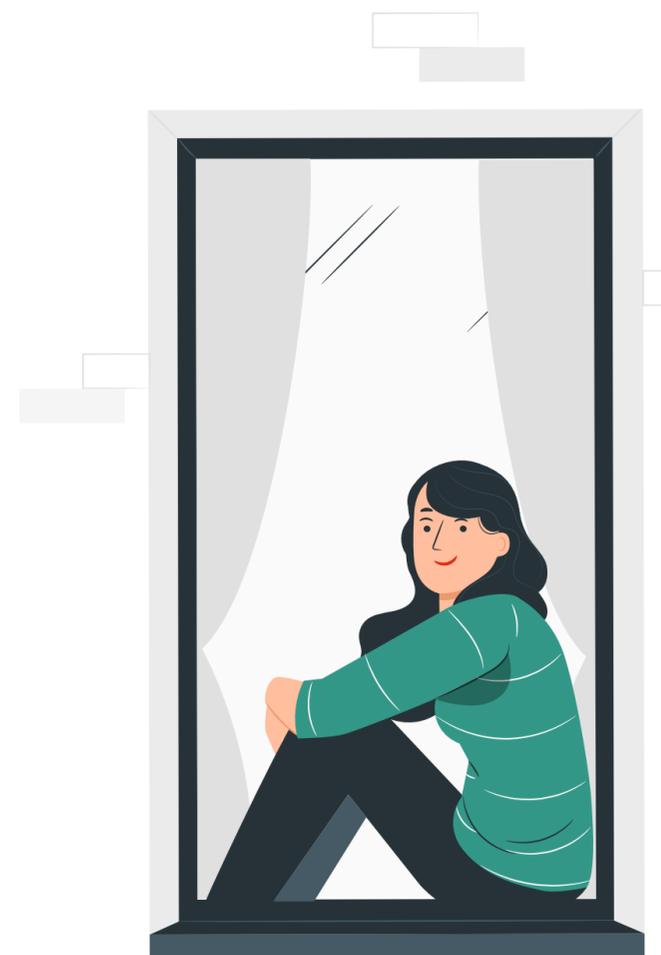
✓ Boleh Dilakukan

- Membawa handphone laptop pribadi.
- Membawa snack/camilan.
- Membawa buku bahan bacaan.
- Melakukan komunikasi melalui media elektronik/handphone.
- Melakukan aktivitas positif yang bersifat individual dan dapat dilakukan secara mandiri (beribadah, bekerja secara daring, senam, menonton, membaca, dll).



✗ Tidak Boleh Dilakukan

- Keluar dari kamar/tempat isolasi.
- Menerima tamu/keluarga dalam ruangan/ kamar.
- Menggunakan barang secara bersama orang lain.
- Mencampur tempat penyimpanan barang pribadi dengan orang lain.
- Melakukan aktivitas yang mengganggu orang lain/menimbulkan kegaduhan.
- Merokok.

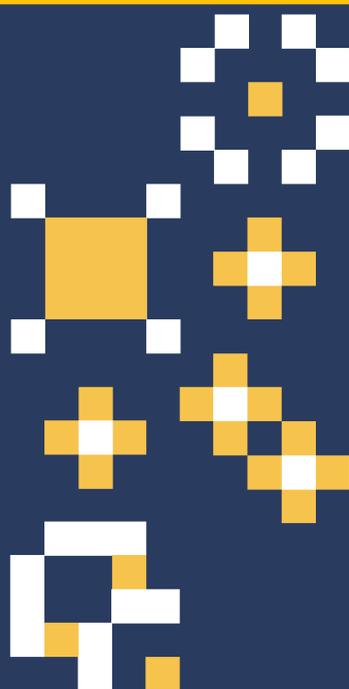




Pemantauan Kondisi Harian Selama Isolasi

Masa isolasi dilaksanakan selama 10–14 hari dihitung sejak terkonfirmasi COVID-19.

- Pemantauan dilakukan petugas melalui media elektronik (tidak secara langsung).
- Pelaku isolasi segera melapor melalui media elektronik jika terdapat gejala seperti demam/batuk/sakit tenggorokan/pilek/sesak napas.



Hotline Posko Kesehatan Dinas Kesehatan:



- 112
- 081-112-112-112

No. Hotline Puskesmas
Domisili dan No. PIC Lokasi
Isolasi Terkendali.

ISOLASI SELESAI KETIKA:

1. **Telah menjalani masa isolasi** sesuai waktu yang ditetapkan petugas.
2. **Tidak dilakukan** pemeriksaan RT-PCR ulang.
3. **Mendapat surat keterangan selesai isolasi** dari petugas kesehatan pemantau kondisi harian.
4. **Laporkan kondisi kepada puskesmas** sesuai domisili.

LINDUNGI DIRI DAN KELUARGA ANDA

Disiplin dan patuhi 3M untuk **cegah penularan COVID-19:**

