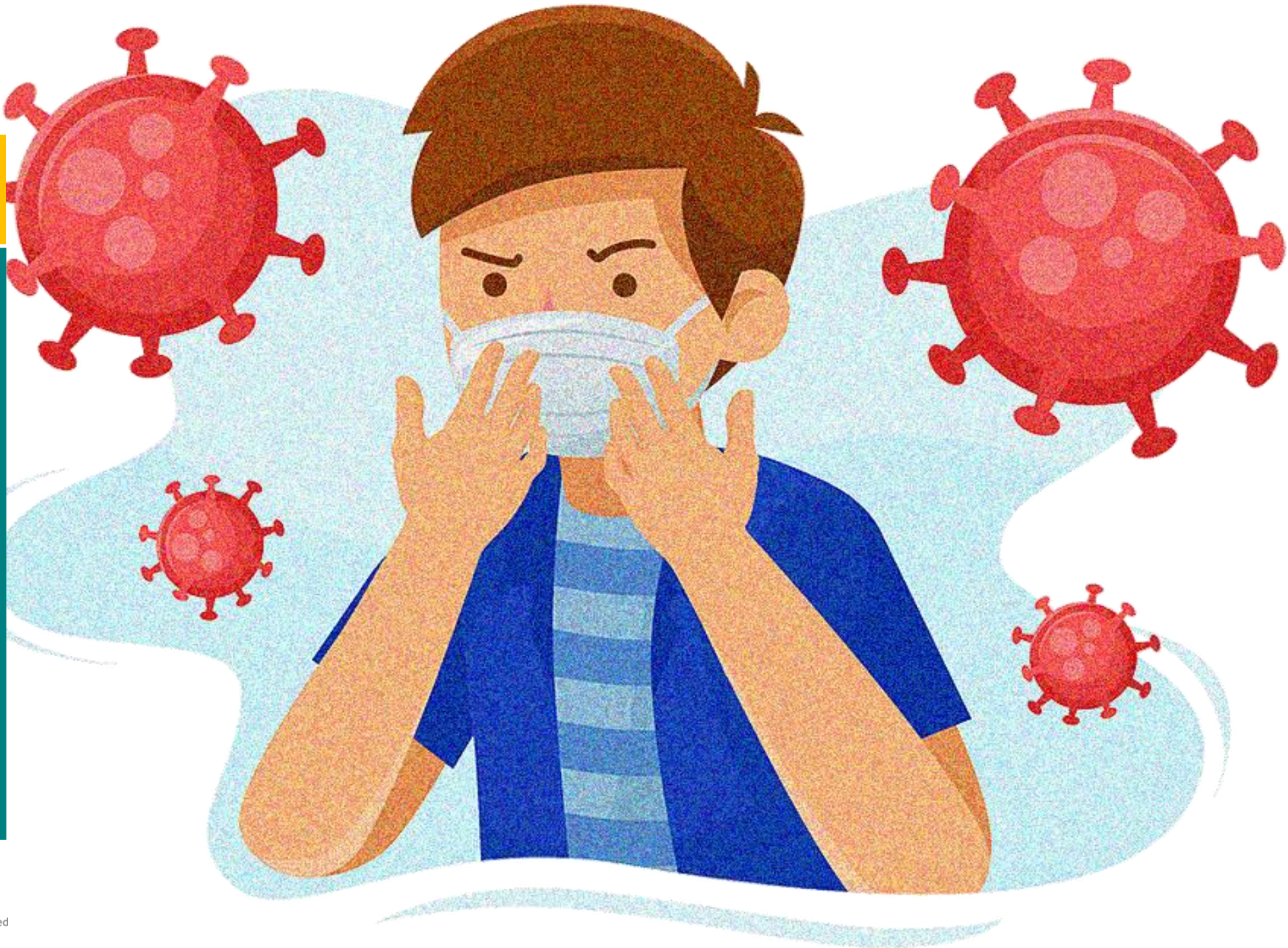
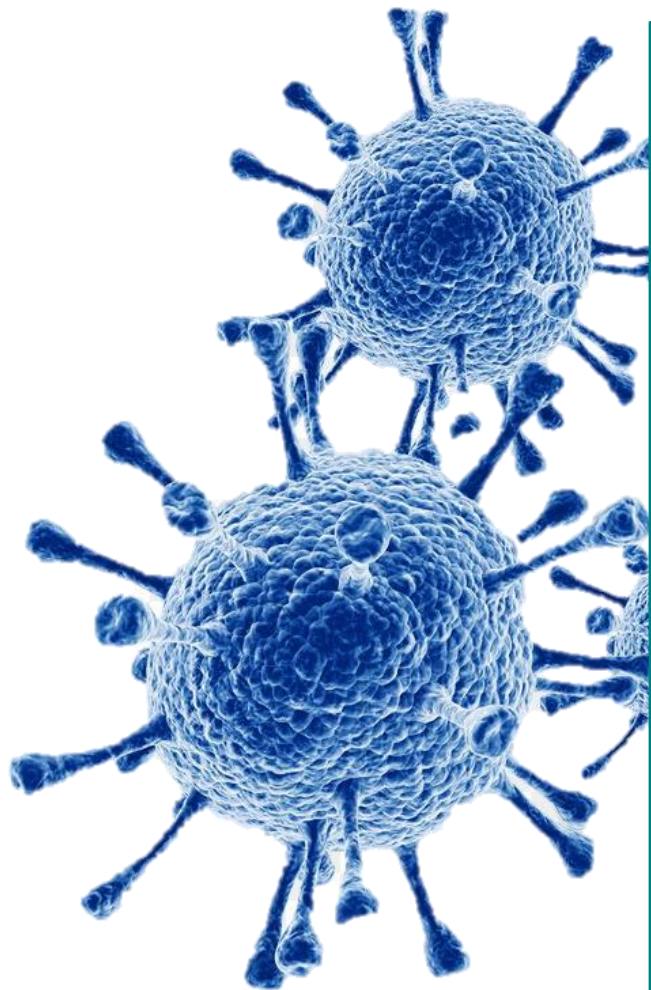


PANDUAN

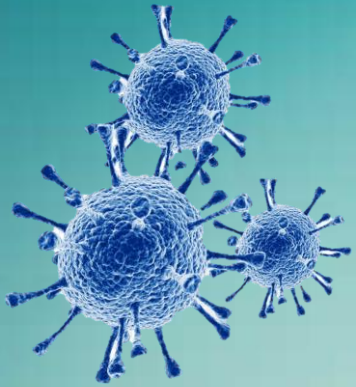
EDUKASI
PENCEGAHAN
PENYEBARAN
COVID-19
DI FORUM
GENRE DAN
PIK REMAJA





COVID-19 ADALAH PANDEMI

- ❑ Terjadi di hampir sebagian negara di dunia (dengan penyebaran orang ke orang dan dengan mobilitas antar-wilayah yang tinggi serta belum ditemukan obatnya, sangat mungkin dapat “menyerang” seluruh negara di dunia)
- ❑ Setiap negara yang “diserangnya” kewalahan karena kecepatannya
- ❑ “Menyerang” siapa saja, tidak mengenal status sosial, jenis kelamin, dan usia
- ❑ Perlu edukasi kepada remaja untuk mencegahnya agar tidak tertular dan menularkan kepada orang lain



Edukasi
Pencegahan
Penyebaran Covid-
19 kepada remaja
merupakan upaya
membangun
ketahanan remaja
agar tidak tertular
dan menularkan
kepada orang lain





kumparan



WHO Peringatkan Remaja Dunia Tak Remehkan Virus Corona: Kalian Tidak Kebal



Gedung Putih Peringatkan Remaja tentang Risiko Penularan Corona

19/03/2020



Home > Lifestyle > Berita Lifestyle

Tetap Waspada! Orang Muda & Milenial Juga Rentan Corona

Rehia Sebayang, CNBC Indonesia

LIFESTYLE - 20 March 2020 11:26



REMAJA TIDAK KEBAL CORONA

Meski tingkat kematian remaja yang disebabkan virus corona sangat kecil, tapi jika terjangkit tetap harus dirawat berminggu-minggu dan dapat menularkannya kepada orang lain, terutama orang lanjut usia yang memiliki potensi kematian sangat tinggi



APA YANG DILAKUKAN DALAM EDUKASI COVID-19

- Menghimbau untuk menunda/tidak melaksanakan kegiatan yang bersifat mengumpulkan orang
- Penyadaran bahwa “Remaja Tidak Kebal Corona”
- Mengingatkan remaja untuk melakukan aktivitas #DiRumahAja, selalu menjaga jarak dan saling menguatkan
- Mengoptimalkan platform digital dan media online untuk berbagi informasi, konseling/curhat, kegiatan kreatif-inovatif, dan melakukan rujukan
- Memperbanyak informasi dan pesan dengan berbagai varian bentuk media tentang Covid-19 dan mengaitkannya dengan pesan-pesan Genre

cek halaman berikut!

HASHTAG

CAMPAIGN

Hashtag yang digunakan selama
Edukasi Pencegahan Penyebaran Covid-19

#genreindonesia

#berencanaitukeren

#DiRumahAja

#DiRumahAjaBersamaKeluarga

#JarakBuatKitaKuat





HUMBAUAN

..belajar, bekerja, dan beribadah di rumah!

Dalam upaya mencegah penyebaran Covid-19, sesuai dengan himbauan Pemerintah untuk melaksanakan belajar, bekerja, dan beribadah di rumah, BKKBN dan Genre Indonesia menghimbau kepada Forum Genre di berbagai tingkatan wilayah dan PIK Remaja di seluruh Indonesia untuk **menunda/tidak melaksanakan kegiatan yang mengumpulkan orang** sampai batas waktu yang belum ditentukan.



Berdasarkan
SE Gubernur Provinsi Jawa Timur
dengan nomor 43/4146/201.3/2020
terkait peningkatan kewaspadaan COVID-19

Maka, **Insan GenRe Jawa Timur** Menghimbau kepada seluruh Insan GenRe Kabupaten/Kota untuk **menunda atau tidak melaksanakan kegiatan** yang bersifat menghadirkan atau mengumpulkan orang, **hingga batas waktu yang belum ditentukan.**

CONTOH HIMBAUAN GENRE JATIM

Sumber: @Genre_Jatim

”

Kaum muda tidaklah kebal terhadap Covid-19. Virus Corona dapat membuat Anda di rumah sakit selama berminggu-minggu, atau bahkan membunuh Anda. Bahkan jika Anda tidak sakit, pilihan yang Anda ambil tentang kemana Anda pergi bisa berpengaruh pada hidup-matinya orang lain.

”



Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus

Dirjen WHO

**PESAN PENYADARAN:
REMAJA TIDAK KEBAL
CORONA**

TWIBBON

ajakan untuk
#DiRumahAja
dan saling
menguatkan

- ❑ **#JarakBuatKitaKuat**
Isi pesan: “Oh.. Jadi ini namanya rindu, aku udah tau rasanya. Semoga bikin aku jadi kuat, kamu juga yah!”
- ❑ **Karena aku mencintaimu**
Isi pesan: “Karena aku mencintaimu, aku menjaga jarak: hanya badanku, bukan hatiku”
- ❑ **#DiRumahAja Bersama Keluarga**
Isi pesan: “Aku #DiRumahAja karena aku mencintai keluargaku”
- ❑ **Terima kasih Dokter dan Tenaga Kesehatan**
Isi pesan: “Terima kasih karena masih terjaga demi raga yang lain”
- ❑ **Jangan Menyerah** (untuk remaja suspect Covid-19)
Isi pesan: “Aku tau ini tidak mudah. Jalani saja supaya nanti kita bisa bermain bersama lagi”



TWIBBON

ajakan untuk
#DiRumahAja
dan saling
menguatkan

#JarakBuatKitaKuat

twibbon bisa diakses di link: bit.ly/JarakBuatKuat

sudah dimulai diposting tanggal 28 Maret 2020



VIDEO EDUKASI

#JarakBuatKitaKuat

KETERANGAN: program kerja
Duta Genre Indonesia 2019


video edukasi **#JarakBuatKitaKuat** dengan pendekatan komedi dan menggunakan lagu dangdut untuk membuat remaja tetap merasa bahagia menjalani *stay at home* sehingga cukup imun untuk melawan Covid-19

Kegiatan inisiatif Duta Genre Indonesia 2019 yang mengajak para remaja Indonesia untuk saling menguatkan dalam menghadapi Pandemi Covid-19 dengan kampanye **#JarakBuatKitaKuat**

CATATAN: wajib menuliskan **"Genre Indonesia"** dan **#JarakBuatKitaKuat** di kertas

PHOTO CAMPAIGN

#JarakBuatKitaKuat



#Jarak Buat Kita Kuat
Sekarang Dirumahaja Dulu
Nanti Kita Cerita Lagi!
Take Care ♥
Staysave ♥
Semua Pasti Berlalu kok!

TENTANG JARAK
: Covid-19
edwarmaulana

...
Kau pasti mengerti
ini bukan berarti aku takut mati.

Aku hanya tengah berusaha sekuat tenaga
agar kelak kematianku tidaklah sia-sia, atau
malah menjadi malapetaka bagi keluarga,
agama, bangsa dan segala yang kita cinta.

Bukankah kau paham benar
agar tidak sampai terbakar
kita mesti berjarak beberapa inci dari api.
Agar tidak menjadi biang kehancuran,
kita mesti berjarak sejauh mungkin dari
kebodohan.

....

1 2 5 3 0 8 0 6 0

POLAROID 3F

#DiRumahAja

Kita tidak sedang dihentikan paksa
Seperti cinta Samsul Bahri-Siti Nurbaya.
Kita hanya sedang dihentikan sementara
karena pandemi meminta kita #dirumahaja.

Jika percaya cinta tumbuh dan bersemi di
hati, maka tidak bertemu sementara waktu
seharusnya tidak membuatnya layu.

Karena aku mencintaimu, aku menjaga jarak.
Hanya badanku, bukan hatiku*

*dikutip dr Suharti Sutar

Mengingatkan
untuk Menjaga
Jarak dan
#DiRumahAja
melalui pesan
cinta dalam bentuk
puisi

Diposting sebagai
Feed dan Story
Instagram masing-
masing

FEED INSTAGRAM

bkkbn

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

GERMAS

“Ayo Bersama-sama !
Cegah Penularan
Virus Corona (COVID-19)
bareng kita ya”

Hei Gens !
aku Genta

dan aku Rere !

apa itu
Virus Corona ?

adalah virus baru yang menyebabkan penyakit saluran pernapasan yang disebut corona virus disease 2019 (COVID-19). Penyakit ini menular melalui percikan air ludah saat batuk atau bersin yang terhirup langsung atau menempel pada benda disekitar kita sehingga cepat menyebar.

kenali gejalanya yuk !

Demam

Pilek

Batuk,
Sakit Tenggorokan

Gangguan Pernapasan

Letih, Lesu

GENRE

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

bkkbn

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

GERMAS

Virus Corona bisa
dicegah nggak ya ?...
BISA ! ini caranya ;

Di Rumah Aja

- jangan kumpul-kumpul dulu sama temen kamu, enggak ke bioskop, enggak ke mall atau tempat yang banyak orang gitu.
- sekolah diliburkan agar kamu bisa jauh dari wabah COVID-19 dengan jaga jarak dan #diRumahAja

Cuci Tangan Pakai Sabun dengan Air Mengalir, saat

- sebelum makan
- setelah Buang Air Besar dan Buang Air Kecil
- setelah beraktivitas (bermain, berkebun, memegang uang, memegang binatang, bersih-bersih rumah, main TokTik, dll)

Tutup Mulut dan / Hidung saat Batuk atau Bersin

- gunakan tisu atau lengan bagian atas, jangan lupa setelah itu tisu dibuang di tempat sampah tertutup dan cuci tangan pakai sabun
- jika sakit gunakan masker

HINDARI:

- kontak langsung (bersalaman, berpelukan dan / lain-lain)
- menyentuh wajah mulut dan hidung
- keramaian, termasuk tunda pertemuan PIK-R

GENRE

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

bkkbn

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

GERMAS

**Jaga Kesehatan Ya...
cara-cara ini bisa mencegahmu
dari COVID-19 !**

Olahraga Teratur
minimal 30 menit sehari disekitaran rumah aja, senam, jogging, menari, zumba, workout at home atau pilihan olahraga favorit kamu yg bisa #diRumahAja

Makan Makanan Bergizi dan Seimbang

- makan sehari 3 kali dengan menu beragam (ada makanan pokok, lauk-pauk, buah-buahan dan sayuran) dengan porsi yang cukup
- minum air 8 gelas sehari

Istirahat yang Cukup
Tidur sekitar 8-10 Jam per hari

Update informasi terkini !
www.covid19.go.id

HOTLINE COVID-19 : PSC 119 ext 9

GENRE

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

Sumber: @genre_indonesia
sudah dimulai diposting tanggal 27 Maret 2020

ONLINE ACIVITY

meskipun
#DiRumahAja,
tetap berkarya
dan produktif

- ❑ Tik Tok Challenge #DiRumahAja Bersama Keluarga tema “Dibikin Happy Aja”
- ❑ Vlog Competetion #DiRumahAja Bersama Keluarga tema “Fungsi Keluarga di Tengah Corona”
- ❑ Vlog Competetion #DiRumahAja Bersama Teman tema “Teman Baikku Saat #DiRumahAja”
- ❑ Vlog Competetion Aku #DiRumahAja tema “Terima Kasih Dokter dan Petugas Kesehatan”
- ❑ Podcast Teman Baik (untuk remaja suspect Covid-19) tema “Jangan Menyerah”
- ❑ “Ayo kita cerita tentang hari ini”. Sharing pengalaman selama #DiRumahAja melalui Foto dan Caption Instagram.

KETENTUAN KOMPETISI TIKTOK, VLOG DAN PODCAST

- Terbuka untuk remaja di seluruh Indonesia
- Durasi maksimal 60 detik
- Khusus untuk vlog dan podcast dibuat sesuai tema
- Wajib upload di instagram dengan follow dan tag akun @dokterhasto, @genre_Indonesia, @bkkbnoofficial
- Menyertakan hashtag:
#genreindonesia
#berencanaitukeren
#DiRumahAja
#DiRumahAjaBersamaKeluarga
#JarakBuatKitaKuat
- Akun instagram yang digunakan harus public, tidak privat
- Isi tidak mengandung konten SARA dan pornografi
- Tidak menjiplak karya orang lain
- Belum pernah diikutkan dalam kompetisi lain
- Upload terakhir pada 30 Mei 2020 pukul 24.00 WIB
- Pengumuman pemenang pada 20 Juni 2020
- Hadiah untuk pemenang:
Juara 1 Rp 2.000.000
Juara 2 Rp 1,5.000.000
Juara 3 Rp 1.000.000

BERUPA VOUCHER
BELANJA
UNTUK SEMUA
KATEGORI LOMBA

KETENTUAN “AYO KITA CERITA TENTANG HARI INI”

- ❑ Terbuka untuk remaja di seluruh Indonesia
- ❑ Dilakukan dengan meng-upload foto di feed Instagram dan menceritakan/ menuliskan dalam caption tentang apa yang dilakukan selama menjalani masa #DiRumahAja
- ❑ Wajib upload di instagram dengan follow dan tag akun @dokterhasto, @genre_Indonesia, @bkkbnofficial
- ❑ Menyertakan hashtag:
#genreindonesia
#berencanaitukeren
#DiRumahAja
#DiRumahAjaBersamaKeluarga
#JarakBuatKitaKuat
- ❑ Akun instagram yang digunakan harus public, tidak privat
- ❑ Isi tidak mengandung konten SARA dan pornografi
- ❑ Tidak menjiplak foto dan caption karya orang lain
- ❑ Foto belum pernah diikuti dalam kompetisi lain
- ❑ Upload terakhir pada 30 Mei 2020 pukul 24.00 WIB
- ❑ Pengumuman pemenang pada 20 Juni 2020
- ❑ Hadiah untuk pemenang:
Juara 1 Rp 2.000.000
Juara 2 Rp 1,5.000.000
Juara 3 Rp 1.000.000

BERUPA
VOUCHER
BELANJA

LOMBA VLOG

Tema: **Serunya Beraktivitas Bersama Keluarga #DIRUMAHAJA**

PERSYARATAN

1. Terbuka untuk Remaja di seluruh Indonesia
2. Durasi video maksimal 60 detik
3. Vlog dibuat sesuai tema, yaitu tentang keseruan beraktivitas bersama keluarga #DiRumahAja dan tetap bisa produktif
4. Wajib upload vlog ke Instagram dan media sosial lainnya dengan follow dan tag akun @genre_jatim @bkkbnjawa timur. Sertakan juga hashtag #VlogBersamaKeluarga #DiRumahAja #BersamaKeluarga #GenReJatim #BKKBNJatim
5. Akun instagram harus public, tidak di private
6. Vlog tidak boleh bermuatan SARA dan Pornografi
7. Vlog dilarang menjiplak karya orang lain dan belum pernah diikutsertakan dalam kompetisi lain
8. 3 Kategori Pemenang merupakan vlog yang memiliki:
 - Konten vlog inspiratif
 - Konten vlog menarik
 - Jumlah terbanyak like vlog
9. 3 pemenang akan mendapatkan hadiah menarik dari BKKBN Jawa Timur
10. Pengumuman pemenang tanggal 8 April 2020 melalui instagram @genre_jatim dan keputusan juri bersifat mutlak

Upload
Terakhir :

06 April 2020
23.59 WIB



CONTOH
YANG DILAKUKAN
GENRE JATIM

meskipun #DiRumahAja,
tetap berkarya dan
produktif

social distancing

Ala GenRengers

SELAMA SOCIAL DISTANCING, KALIAN
NGAPAIN AJA NIH?

- KULIAH/BELAJAR ONLINE
- NONTON FILM/DRAMA
- OLAHRAGA DI RUMAH
- COBA RESEP MASAKAN BARU
- MAIN GAME ONLINE
- Dengerin musik kesukaan
- BACA NOVEL
- REBAHAN AJA
- CHATTING SAMA TEMEN2
- MAIN ALAT MUSIK
- SCROLLING INSTAGRAM
- NONTON YOUTUBE
- NUGAS
- BIKIN HANDCRAFT
-

Isi sendiri yak!

tag teman kamu

tag @genre_jateng



copyright @genre_jateng

GENRE CHALLENGE

Challenge informasi
seputar Pandemi
Covid-19

SOCIAL DISTANCING ALA GENRE

Aktivitas yang
dilakukan selama
menjalani masa
#DiRumahAja

Sumber: @genre_jateng

Genre
Challenge!

Kuy sebutin 3 tips mencegah
Covid19 ala kamu!



TAG TEMANMU :

TAG GENRE JATENG JUGA :



@genre_jateng

Pandemi Covid-19 dan pemberitaannya membuat sebagian orang, termasuk remaja merasa khawatir dan panik. Bagi sebagian orang, menjalani *stay at home* yang telalu lama juga dapat menyebabkan kebosanan. Atau mungkin ada remaja yang terjebak himbuan *stay at home* di kost-kost-an

Forum Genre di berbagai tingkatan wilayah dan PIK Remaja di seluruh Indonesia dihimbau untuk membuka layanan curhat dan konsultasi online bagi remaja-remaja lainnya yang membutuhkan.



LAYANAN CURHAT ONLINE



MATERI EDUKASI COVID-19

1

- Apa itu Covid-19?
- Apa saja gejala Covid-19
- Gak* ada gejala, bukan berarti aku aman
- Ingat, remaja *gak* kebal Covid-19!
- Memahami pola penyebaran Covid-19
- Pencegahan Covid-19 pada individu dan keluarga
- Meski jauh, dekat di hati
- Jika serumah dengan orang yang berisiko
- Tetap produktif dari rumah
- Mengenal OTG, ODP, PDP Covid-19

Materi diolah dari “Covid-19 Cara Mengurangi Risiko” dan “Jika Sakit Apa yang Harus Dilakukan” untuk Petugas Lapangan KB/PLKB, JHCCP, USAID

cek halaman berikut!



MATERI EDUKASI COVID-19

- Jika sakit/memiliki gejala, Jangan Panik
- Alur penanganan cepat
- Rapid Test dan Swab Test serta apa yang harus dilakukan jika hasil test negative Covid-19?
- Tatakelola karantina

Materi diolah dari “Covid-19 Cara Mengurangi Risiko” dan “Jika Sakit Apa yang Harus Dilakukan” untuk Petugas Lapangan KB/PLKB, JHCCP, USAID

2

cek halaman berikut!

Submateri: APA ITU COVID-19?

bkkbn

APA ITU COVID-19?

LOCKDOWN

Hati-hati terinfeksi CORONA

Gampang nular!

Kacau!

Hati-hati COVID-19

Banyak yang MENINGGAL

DI RUMAH AJA YA!

Serem ih!

Yuk kita pahami dulu

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved



bkkbn

CORONAVIRUS

merupakan bagian dari "keluarga besar" virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan.

Udah kenal sama aku?

Pada manusia bisa menyebabkan :

- Infeksi saluran pernapasan,
- Flu biasa (ringan)
- Middle East Respiratory Syndrome (MERS)
- Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS).

ditemukan pada manusia sejak kejadian luar biasa muncul di Wuhan Cina, pada Desember 2019

COVID-19

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved



bkkbn

MIRIP TAPI TAK SERUPA

Kata orang, kita mirip!

Ah Masa?!

<5% angka kematian

81% kasus ringan

Kamu lebih mematikan ya


tapi kamu lebih gercep!

9,6% angka kematian

Covid -19 lebih cepat menyebar, sehingga jumlah kasusnya lebih banyak.

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved



Submateri: APA SAJA GEJALA COVID-19

bkkbn 

GEJALA COVID-19




Katanya ada yg ringan, ada juga yg parah lho!

meskipun sebagian besar kasus Covid 19 adalah kasus ringan, tapi virus corona dapat menyebabkan gejala yang parah

www.genreindonesia.com @genre_indonesia

copyright © 2020 by GenRe Indonesia. All Right Reserved



bkkbn 

GEJALA COVID-19

Ringan

- Demam $>38^{\circ}C$
- Batuk
- Sakit / nyeri tenggorokan
- Hidung tersumbat

Parah


- Demam yang mungkin cukup tinggi bila pasien mengidap pneumonia
- Batuk dengan lendir
- Sesak napas
- Nyeri dada atau sesak saat bernapas dan batuk

Ingat ya! aku masih bisa ada tanpa gejala itu semua



www.genreindonesia.com @genre_indonesia

copyright © 2020 by GenRe Indonesia. All Right Reserved



Gak Ada Gejala Bukan Berarti Aku Aman

Aman!
Gak ada gejala
samsek gw!

Yg kena
itu orang tua,
yg muda mah
gak kena!

Rumah dan
lingkungan gw bersih
dan aman!

Kuy ngumpul!
kita nongkrong!

Bosen kali
di rumah mulu!

WARNING

COVID-19 tidak mengenal usia, ras, agama, maupun status sosial. Semua bisa saja tertular dan menularkan. Kita tetap harus waspada dan disiplin melakukan pencegahan COVID-19.

Submateri: **GAK ADA GEJALA
BUKAN BERARTI AKU AMAN**

Submateri: REMAJA *GAK* KEBAL COVID-19

bkkbn 

INGAT
**Remaja Tidak Kebal
COVID-19**



Kita tidak kebal, karena remaja bukan Samson.

Meski tingkat kematian remaja yang disebabkan virus corona sangat kecil, tapi jika terjangkit tetap harus dirawat berminggu-minggu dan dapat menularkannya kepada orang lain, terutama orang lanjut usia yang memiliki potensi kematian sangat tinggi.

 @genre_indonesia
www.genreindonesia.com 

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

||

Kaum muda tidaklah kebal terhadap Covid-19. Virus Corona dapat membuat Anda di rumah sakit selama berminggu-minggu, atau bahkan membunuh Anda. Bahkan jika Anda tidak sakit, pilihan yang Anda ambil tentang kemana Anda pergi bisa berpengaruh pada hidup-matinya orang lain.

||



Dr. Tedros Adhanom Ghebreyesus
Dirjen WHO

 @genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

Memahami Pola Penyebaran COVID-19



Percikan air liur
positif COVID-19



Menyentuh tangan
atau wajah positif
COVID-19



Menyentuh mata,
hidung, atau mulut
setelah memegang
barang yang terkena
percikan air liur
positif COVID-19



Tinja atau feses
jarang terjadi

TIDAK PERLU PANIK TETAP WASPADA

Submateri: **MEMAHAMI POLA
PENYEBARAN COVID-19**

Submateri: PENCEGAHAN COVID-19 PADA INDIVIDU DAN KELUARGA

bkkbn

PENCEGAHAN COVID-19



ingat cegah di 2 tingkat!

di tingkat Individu dan Keluarga

di tingkat Masyarakat

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

bkkbn

PENCEGAHAN COVID-19 TINGKAT INDIVIDU & KELUARGA



Mencuci tangan lebih sering

Hindari menyentuh mata, hidung, dan mulut

Jangan berjabat tangan

Tutupi mulut saat batuk dan bersin

Hindari interaksi fisik dengan orang yang memiliki gejala sakit

Segera mengganti baju/mandi sesampainya di rumah setelah bepergian

Berikan desinfektan secara berkala pada benda-benda yang sering disentuh

Tingkatkan kekebalan / daya tahan tubuh dengan cara:

- Konsumsi gizi seimbang
- Aktivitas fisik/senam ringan
- Istirahat cukup
- Suplemen vitamin
- Tidak merokok
- Mengendalikan komorbid / penyakit lain (misal diabetes mellitus, hipertensi, kanker)

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

bkkbn

PENCEGAHAN COVID-19 TINGKAT MASYARAKAT



Tidak berkumpul di keramaian

Tidak menyelenggarakan kegiatan banyak peserta

Jaga jarak dengan orang lain

Anak bermain di rumah sendiri

Sementara, ibadah di rumah

Kurangi frekuensi belanja dan pergi belanja

Hindari perjalanan wisata, luar kota, luar negeri

Kurangi frekuensi bertamu dan menerima tamu

Menerapkan Work from Home

@genre_indonesia
www.genreindonesia.com

copyright © 2020 by Genre Indonesia. All Right Reserved

Meski Jauh, Dekat di Hati

Bukan Social Distancing tapi Physical Distancing versi Kominfo

Physical Distancing
Menjaga jarak fisik satu dengan lainnya, tanpa terpisah secara sosial

- Menjaga jarak fisik
- Kurangi mengunjungi tempat keramaian
- Selalu menjaga kebersihan di tempat publik
- Berolahraga di rumah

Intinya, Kurangi Kontak Langsung versi Bappenas

Physical Distancing
Mengurangi kontak langsung dengan orang lain untuk menghentikan penyebaran COVID-19

- Hindari kontak fisik seperti bersalaman dan berpelukan
- Jaga jarak aman minimal 1 meter
- Hindari berdekatan dengan orang lain

Harus Tetap Silaturahmi

versi Indonesiabaik.id

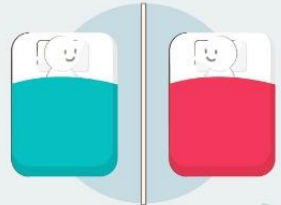
Silaturahmi ala Physical Distancing
Bersilaturahmi saat lebaran melalui teknologi dan tidak pulang kampung untuk mencegah penyebaran COVID-19

- Telepon atau video call
- Kegiatan secara daring
- Media sosial
- Salam dengan senyuman



Submateri:
MESKI JAUH, DEKAT DI HATI

Tindakan yang Harus Dilakukan, Jika Serumah dengan Orang yang Berisiko



Jaga jarak dan tidur di kamar terpisah



Jangan berbagi handuk, peralatan makan, dan barang lainnya



Rutin mencuci pakaian, handuk, dan seprai



Rutin mencuci pakaian, handuk, dan seprai



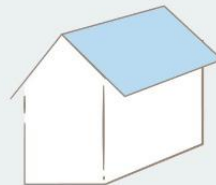
Bersihkan dan disinfeksi permukaan-permukaan yang sering disentuh seperti meja, sofa, kursi, pintu, dll



Pisahkan pemandian bila mungkin, rutin lakukan pembersihan hama dengan disinfektan



Jika mengalami demam lebih dari 38° dan sesak napas, hubungi fasilitas layanan kesehatan 119



Lakukan karantina selama 2 minggu. Setiap keluar dari rumah artinya mengulang kembali hitungan masa karantina

Submateri: JIKA SERUMAH DENGAN YANG BERISIKO

Tips Tetap Produktif di Rumah



Jaga rutinitas sehari-hari

TO DO LIST

- Ayah Siram tanaman
- Bunda Masak
- Kakak Cuci Pakaian
- Adik Bersih - Bersih

Sepakati pembagian tugas dan peran dengan anggota keluarga lain



Dedikasikan area atau ruangan di rumah khusus untuk bekerja



Usahakan meningkatkan komunikasi dengan rekan kerja



Gunakan waktu luang di pagi hari atau sore hari untuk berolahraga sejenak



Tetapkan waktu istirahat secara teratur

Submateri:
**TETAP PRODUKTIF
DI RUMAH**

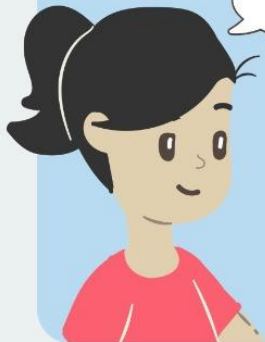
Mengenal Istilah OTG, ODP, PDP



OTG

Orang yang tidak memiliki gejala, namun memiliki riwayat kontak erat dengan orang yang positif COVID-19

Pahami dan Gak Perlu Panik!



ODP

- Orang yang mengalami demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam; atau gejala gangguan sistem pernapasan seperti pilek/sakit tenggorokan/ batuk dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara / wilayah yang melaporkan transmisi lokal;
- Orang yang mengalami gejala gangguan sistem pernapasan seperti pilek/sakit tenggorokan/ batuk dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi atau probabel COVID-19



PDP

- Orang dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yaitu demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam; disertai salah satu gejala/tanda penyakit pernapasan seperti: batuk/sesak nafas/sakit tenggorokan/pilek/ pneumonia ringan hingga berat DAN pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah yang melaporkan transmisi lokal;
- Orang dengan demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam atau ISPA DAN pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi atau probabel COVID-19; Orang dengan ISPA berat/pneumonia berat yang membutuhkan perawatan di rumah sakit DAN tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan.

Submateri:
MENGENAL OTG, ODP, PDP

Submateri: JIKA SAKIT/MEMILIKI GEJALA: JANGAN PANIK



Jika Sakit atau Memiliki Gejala



JANGAN PANIK!

- ✔ Tetaplah tenang dan jangan panik
- ✔ Cari informasi yang benar dan akurat tentang perkembangan Covid-19
- ✔ Komunikasi, Informasi, dan Edukasi secara online
- ✔ Pantau perkembangan kesehatan Anda dan perhatikan informasi dan saran dari pihak kesehatan yang berwenang
- ✔ Jangan pergi bekerja, ke sekolah atau ruang publik yang ramai lainnya



Menghubungi Call Center



Masyarakat
ingin tahu

Call Center

BNPB : 117
Kemenkes : 119 ext 9
Kanal lainnya (misal, DKI 112,
telemedicine Gojek-Halodoc,dll)

Apakah Anda :

- Ada gejala demam / batuk / sakit tenggorokan / sesak napas ? Ada riwayat perjalanan dari negara / wilayah transmisi local COVID-19
- Ada kontak erat dengan terduga COVID - 19 ?

Tidak

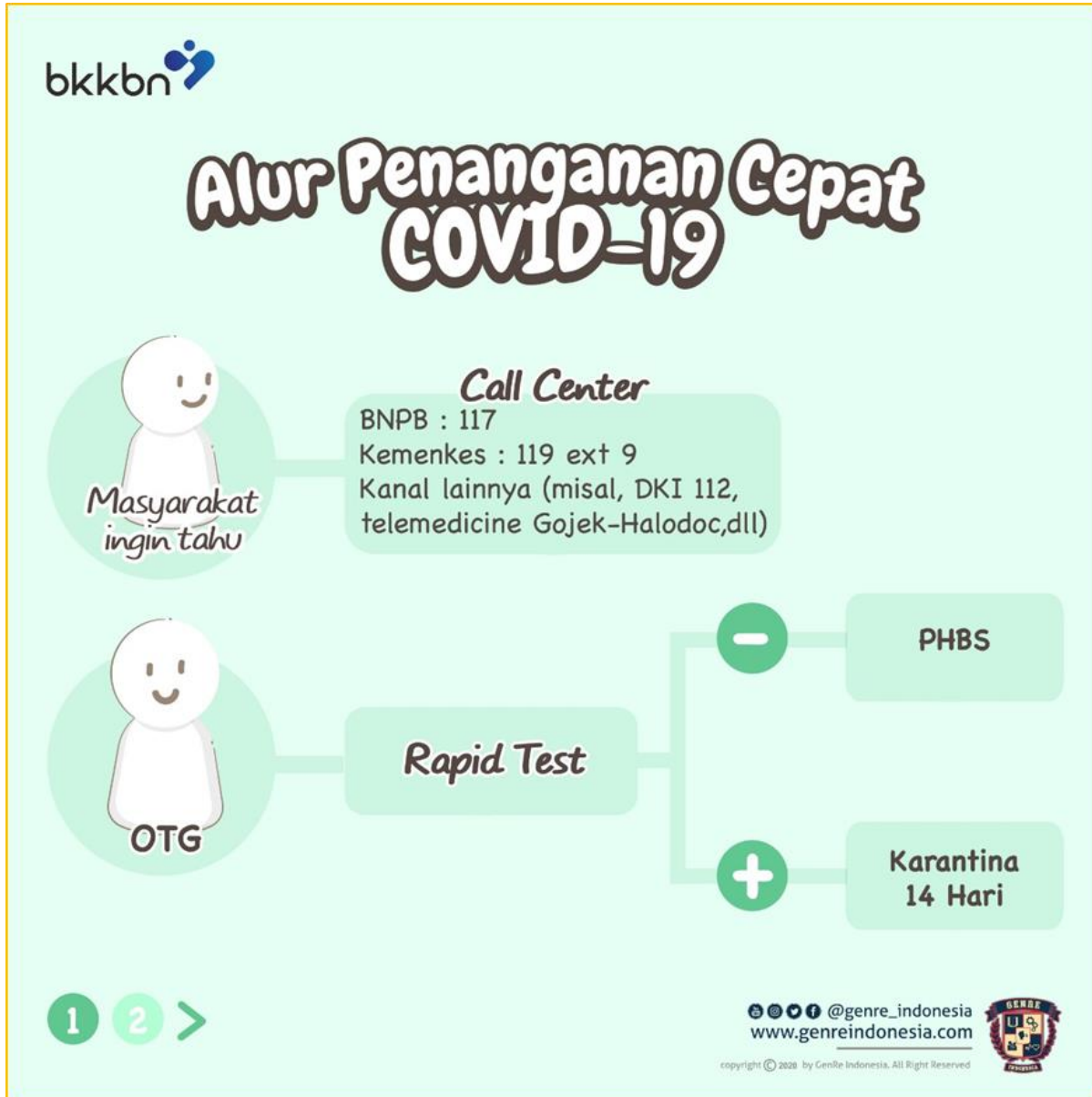
- Pencegahan :
- ✔ PHBS
 - ✔ Physical distancing (dilarang berdekatan dan dilarang berkumpul)

Ya

Penjadwalan untuk pemeriksaan di fasilitas kesehatan terdekat



Submateri: ALUR PENANGANAN CEPAT



Submateri: RAPID TEST DAN SWAB TEST



Rapid Test dan Swab Test

Rapid test : tes (secara massal) yang berfungsi untuk screening potensi kasus positif virus corona di masyarakat

Swab test : berfungsi sebagai standar diagnostik virus corona yang dianjurkan WHO

	Rapid Test	Swab Test
Parameter uji	Imunoglobulin dalam darah	DNA virus Corona
Keluar hasil	Hitungan menit	2 - 7 hari
Akurasi	Tidak akurat	Sangat akurat
Sarana uji	Bisa di mana saja	Harus laboratorium BSL 2

Apabila pada rapid test hasilnya positif, akan dilanjutkan dengan swab test untuk memastikan keakuratan hasilnya.



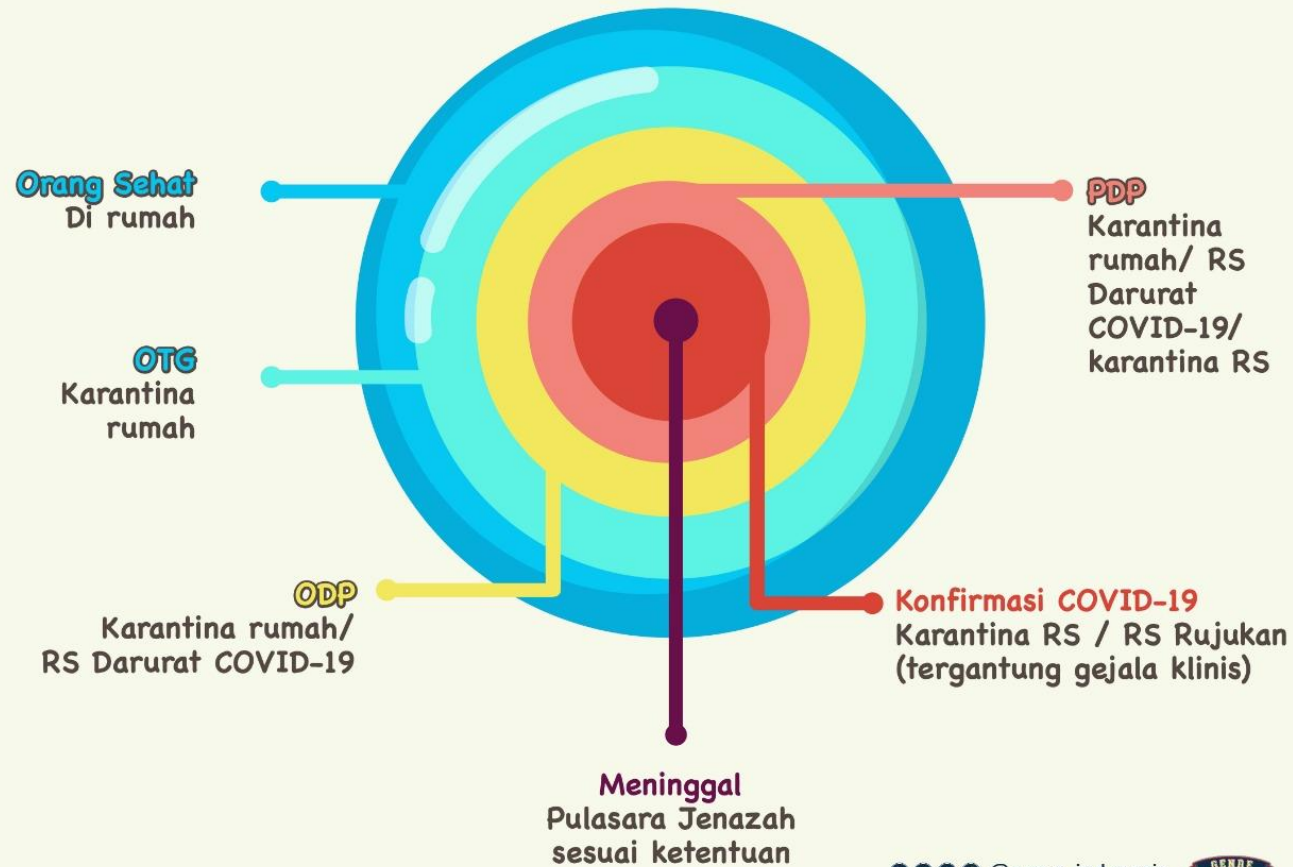
Jika Hasil Rapid Test Negatif



Meski negatif, kita tetap harus Waspada



Klasifikasi Tata Kelola Karantina



Submateri:
TATA KELOLA KARANTINA

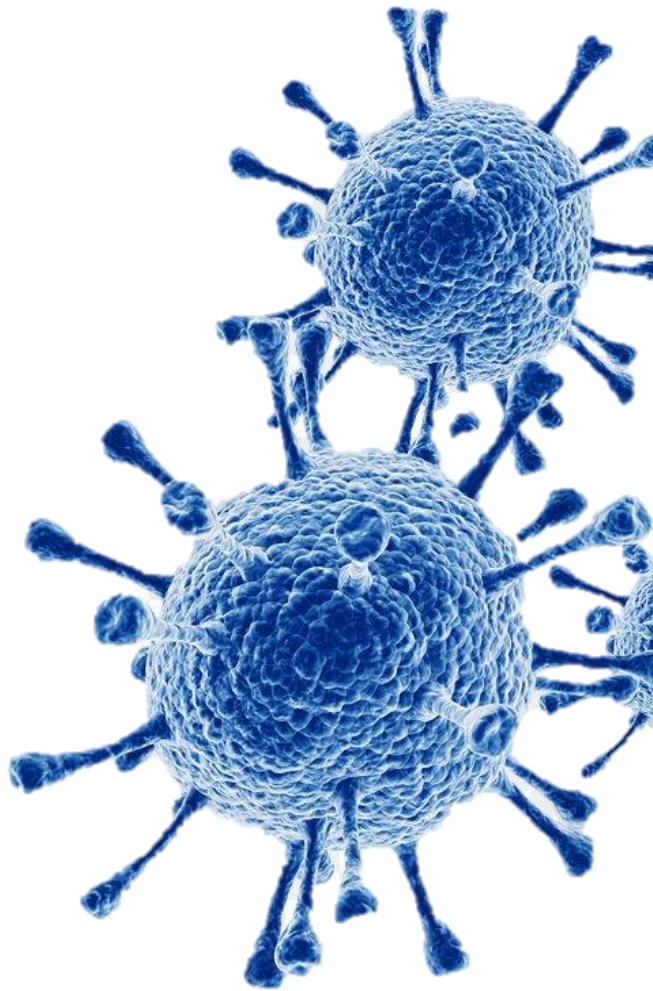
TIMELINE POSTING EDUKASI COVID-19 MELALUI MEDIA SOSIAL

KONTEN	WAKTU POSTING									
	MARET					APRIL				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
Cegah Penularan Covid-19 (kampanye bersama Direktorat Kesehatan Keluarga, Kementerian Kesehatan RI)				X						
Kampanye #JarakBuatKitaKuat (Duta Genre)				X		X				
Menghimbau tidak melaksanakan kegiatan yang bersifat mengumpulkan orang						X				
Penyadaran bahwa “Remaja Tidak Kebal Corona”						X				
Pengumuman Challenge dan Kompetisi						X				
Apa itu Covid-19?							X			
Apa saja gejala Covid-19?							X			
Gak ada gejala, bukan berarti aku aman							X			
Ingat, remaja tidak kebal Corona!							X			
Memahami pola penyebaran Covid-19								X		



MONITORING DAN EVALUASI

- ❑ Direktorat Bina Ketahanan Remaja dan Subbid Bina Ketahanan Remaja Perwakilan BKKBN Provinsi memastikan Forum Genre di berbagai tingkatan wilayah dan PIK Remaja di seluruh Indonesia mengikuti panduan ini dalam pelaksanaan Edukasi Pencegahan Penyebaran Covid-19
- ❑ Forum Genre di Provinsi dan Kabupaten/Kota melakukan pendampingan dan pembinaan terhadap PIK Remaja binaan di wilayahnya dalam pelaksanaan Edukasi Pencegahan Penyebaran Covid-19
- ❑ Forum Genre di Provinsi dan Kabupaten/Kota bersama Subbid Bina Ketahanan Remaja melaporkan (secara mingguan) pelaksanaan Edukasi Pencegahan Penyebaran Covid-19 oleh PIK Remaja binaan di wilayahnya kepada Forum Genre Indonesia dan Direktorat Bina Ketahanan Remaja
- ❑ Forum Genre Indonesia dan Direktorat Bina Ketahanan Remaja melakukan analisis dan memberikan feedback pelaksanaan kepada Forum Genre Provinsi dan Subbid Bina Ketahanan Remaja



Karena aku
mencintaimu,
aku menjaga jarak:
hanya badanku,
bukan hatiku

TERIMA KASIH

1 2 5 3 0 8 0 6 0

POLAROID 3F