

## **BAB II**

### **KERANGKA PEMIKIRAN**

#### **2.1 TINJAUAN PUSTAKA**

Penelitian ini tidak terlepas dari beberapa peneliti sebelumnya yang dianggap peneliti relevan dengan hasil penelitian terdahulu yang terkait dengan penelitian ini antara lain penelitian yang dilakukan Romauly Febriana Silitonga tentang Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bekasi Dalam Pengetasan Kemiskinan Masyarakat. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelaksanaan kebijakan pengentasan kemiskinan di Kabupaten Bekasi dituangkan dalam berbagai jenis program kebijakan yang dilaksanakan oleh jajaran SKPD terkait, penulis menyimpulkan program unggulan yang dianggap memiliki andil cukup besar yaitu : program infrastruktur dalam rutilahu, dan program pemberdayaan masyarakat dalam kelompok usaha mandiri. Dalam proses pelaksanaannya pemerintah Kabupaten Bekasi memiliki kualitas dan sumber daya pendukung yang baik, baik dari segi implementor maupun sumber daya alam dan ekonomi daerahnya. Faktor penghambat terbesar datang diantaranya dari masyarakat, kemudian belum terperinci program, proses pelaksanaan, dan evaluasi penanggulangan kemiskinan dalam perda yang didalamnya hanya memuat garis besar tujuan pengentasan kemiskinan yang masih sekedar di titipkan pada Perda penyelenggaraan kesejahteraan sosial, ketidakseragaman data warga miskin antar SKPD yang menyebabkan masih adanya salah sasaran program yang sedang berjalan.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Romauly Febriana Silitonga, 2017. Tentang Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bekasi Dalam Pengetasan Kemiskinan Masyarakat. Jurusan Politik dan Kewarganegaraan. Fakultas Ilmu Sosial. Universitas Negeri Semarang. Hal.7

Peneliti yang kedua dilakukan oleh Ilham Arief Sirajuddin tentang Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Pelayanan Publik Dasar Bidang Sosial Di Kota Makasar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengimplementasian Perda No. 8 Tahun 2009 di Kota Makasar telah berjalan sesuai dengan model pengimplementasian kebijakan publik, terkhusus apabila dikaitkan dengan prinsip “empat tepat” yaitu (1) tepat menjawab permasalahan, (2) tepat pelaksanaan, (3) tepat sasaran, dan (4) tepat lingkungan. Hasil lainnya menunjukkan bahwa tingkat kualitas implementasi pelayanan publik dasar bidang sosial di Kota Makasar yang diukur dari perspektif pengguna layanan yaitu masyarakat kota Makasar berturut-turut didominasi oleh responden yang menyatakan berkualitas, sangat berkualitas dan tidak berkualitas. Begitu pula kepuasan masyarakat pengguna terhadap pelayanan publik dasar bidang sosial di Kota Makassar berturut-turut didominasi oleh responden yang menyatakan puas, disusul responden yang menyatakan sangat puas, dan responden yang menyatakan tidak puas.<sup>2</sup>

Peneliti yang ketiga dilakukan oleh Fitri Rahmawati tentang Dampak Penyebaran Wabah Covid-19 Terhadap Aktivitas Belajar Siswa MI Negeri 4 Sukoharjo Desa Bakipandeyan Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 1) dampak penyebaran wabah corona di Desa Bakipandeyan Sukoharjo, sebagai berikut : a) warga desa tersebut tidak ada yang menderita ODP, PDP, Suspect maupun positif terkena corona. b) Tempat Ibadah, pengawasan warga secara ketat, keamanan lingkungan tidak terdampak penyebaran corona. c) Pembatasan jumlah masyarakat berkumpul, ekonomi warga terdampak penyebaran corona. 2) Aktivitas belajar peserta didik terdampak corona. Anak-anak mendapatkan pelajaran dari guru melalui WA. Bila kesulitan mengerjakan tugas anak-anak

---

<sup>2</sup> Ilham Arief Sirajuddin, 2014. Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Pelayanan Publik Dasar Bidang Sosial Di Kota Makassar. Jurusan Administrasi Publik. Fakultas Ilmu Sosial Dan Politik., Hal.1

menanyakan orang tuanya. Hasil pekerjaan/ulangan dikirim kepada bapak/ibu guru lewat WA. 3) Usaha yang dilakukan sekolah MI Negeri 4 Sukoharjo adalah agar peserta didik tetap bisa belajar ditengah darurat virus corona. Sekolah meliburkan siswa, aktivitas belajar siswa tetap berjalan dengan cara daring. Agar proses belajar mengajar tetap berjalan sekolah memfasilitaskan guru dengan memberi kuota dan menyediakan Wifi disekolah, untuk kuota bagi siswa/orangtua tidak dianggarkan, menggunakan Wifi disekolah dipersilahkan. Kepala sekolah mengetahui akrtivitas guru dengan mengontrol laporan kegiatan guru.<sup>3</sup>

Berdasarkan ketiga peneliti terdahulu tersebut, maka hal yang menjadi persamaan dengan penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang implementasi kebijakan dan covid-19 sama-sama menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Sedangkan hal yang menjadi pembeda dari penelitian ini dengan kedua penelitian terdahulu oleh Romauly Ferbiana Silitonga, Ilham Arief Sirajuddin dan Fitri Rahmawati adalah Romauly Ferbiana Silitonga meneliti tentang Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Kabupaten Bekasi Dalam Pengetasan Kemiskinan Masyarakat, selanjutnya Ilham Arief Sirajuddin meneliti tentang Implementasi Kebijakan Pemerintah Daerah Dalam Pelayanan Publik Dasar Bidang Sosial Di Kota Makasar. Selanjutnya Fitri Rahmawati meneliti tentang Dampak Penyebaran Wabah Covid-19 Terhadap Aktivitas Belajar Siswa MI Negeri 4 Sukoharjo Desa Bakipandeyan Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. Sedangkan dalam penelitian ini melihat tentang Implementasi kebijakan Gerakan 3M Untuk Mencegah Dampak Penyebaran Covid-19 Di Masa Pandemi Di Kelurahan Penfui (Studi Kasus Pada Padar dan Tempat Ibadah/Gereja).

---

<sup>3</sup> Rahmawati, Fitri, 2020. Dampak Penyebaran Wabah Covid-19 Terhadap Aktivitas Belajar Siswa MI Negeri 4 Sukoharjo Desa Bakipandeyan Kecamatan Baki Kabupaten Sukoharjo. Hal.1

## 2.2 LANDASAN TEORI

### 2.2.1 Implementasi Kebijakan

Kamus Webster yang dikutip oleh Solichin mengemukakan pengertian implementasi dirumuskan secara pendek bahwa *to implement* (mengimplementasikan) berarti *to provide means for carrying out* (menyediakan sarana untuk melaksanakan sesuatu) *to give practical effect to* (menimbulkan dampak / akibat terhadap sesuatu). Dari definisi tersebut maka implementasi pelaksanaan dapat diartikan sebagai suatu proses melaksanakan suatu keputusan pelaksanaan (biasanya dalam bentuk undang-undang, peraturan pemerintah keputusan peradilan, perintah presiden dan dekrit presiden).<sup>4</sup>

Kebijakan adalah kepandaian, kemandirian, kebijaksanaan dan rangkaian konsep awal yang menjadi garis besar dan rencana dalam pelaksanaan suatu pekerjaan, kepemimpinan dan cara bertindak (tentang pemerintah, organisasi dan sebagainya) prasyarat cita-cita, tujuan dan maksud dengan garis pedoman untuk manajemen dalam usaha mencapai sasaran, garis haluan.<sup>5</sup> Kebijakan publik memiliki banyak definisi diantaranya, menurut Wiliam N Dunn, kebijakan publik merupakan pola ketergantungan yang kompleks dari pilihan-pilihan kolektif yang saling tergantung, termasuk keputusan-keputusan untuk bertindak yang dibuat oleh pemerintah.<sup>6</sup> Menurut Anderson dalam Nugroho yang memaknai kebijakan publik sebagai

---

<sup>4</sup> Abdul Wahab Solichin, 2004. *Analisa Kebijakan : Dari Formulasi Ke Implementasi* (Jakarta : Rineka Cipta). Hal.64

<sup>5</sup> Pusat Bahasa Depdiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta : Balai Pustaka, 2007), Hal.149.

<sup>6</sup> Dunn, William, 2003. *Pengantar Analisis Kebijakan Publik*, Edisi Kedua (Yogyakarta:Gadjah Mada Uiversity Press)

serangkaian tindakan yang mempunyai tujuan tertentu yang diikuti dan dilaksanakan oleh pelaku atau kelompok pelaku guna memecahkan masalah tertentu.<sup>7</sup>

### 1.2.2 Model-model Implementasi Kebijakan Publik

Implementasi kebijakan publik akan lebih mudah dipahami apabila menggunakan suatu model atau kerangka pemikiran, sebagai berikut:

1. Model Alur Smith dalam proses implementasi ada empat variabel yang perlu diperhatikan. Keempat variabel tersebut tidak berdiri sendiri, melainkan merupakan satu kesatuan yang saling mempengaruhi dan berinteraksi. Keempat variabel dalam implementasi kebijakan publik tersebut, yaitu :

a) Kebijakan yang diidealkan (*idealized policy*)

Pola-pola interaksi ideal yang telah mereka definisikan dalam kebijakan yang berusaha untuk diinduksikan.

b) Kelompok Sasaran (*target groups*)

Mereka (orang-orang) yang paling langsung dipengaruhi oleh kebijakan dan yang harus mengadopsi pola-pola interaksi sebagaimana yang diharapkan oleh perumus kebijakan.

c) Organisasi Pelaksana (*Implementing Organization*)

Badan-badan pelaksana atau unit-unit birokrasi pemerintah yang bertanggung jawab dalam implementasi kebijakan.

d) Faktor Lingkungan

---

<sup>7</sup> Nugroho, Riant, 2009. Public Policy, Jakarta : Alex Cipta Komputindo

Unsur-unsur dalam lingkungan yang mempengaruhi atau dipengaruhi oleh implementasi kebijakan, seperti aspek budaya, sosial, ekonomi dan politik.

2. Model Donald van Metter & Carl van Horn yang disebut sebagai *A Model of the Policy Implementation Process*. Model ini menjelaskan bahwa kinerja kebijakan dipengaruhi oleh beberapa variabel yang saling berkaitan, variabel-variabel tersebut yaitu :

- a) Ukuran dan Tujuan Kebijakan

Kinerja implementasi kebijakan dapat diukur tingkat keberhasilannya hanya jika ukuran dan tujuan dari kebijakan memang realistis dengan sosio-kultur yang mengada di tingkat pelaksana kebijakan. Ketika ukuran kebijakan atau tujuan kebijakan terlalu ideal (bahkan terlalu utopis) untuk dilaksanakan di tingkat warga, maka akan sulit merealisasikan kebijakan publik hingga titik yang dapat dikatakan berhasil.

- b) Karakteristik Agen Pelaksana

Pusat perhatian pada agen pelaksana meliputi organisasi formal dan organisasi informal yang akan terlibat pengimplementasian kebijakan publik. Hal ini sangat penting karena kinerja implementasi kebijakan (publik) akan sangat banyak dipengaruhi oleh ciri-ciri yang tepat serta cocok dengan para agen pelaksanaannya. Misalnya, implementasi kebijakan publik yang berusaha untuk merubah perilaku manusia secara radikal, maka agen pelaksana proyek itu haruslah berkarakteristik tegas, keras, dan ketat dalam melaksanakan aturan sesuai dengan sanksi hukum yang telah ditetapkan.

- c) Sikap atau Kecenderungan (*Disposition*) Para Pelaksana

Sikap penerimaan atau penolakan dari (agen) pelaksana akan sangat banyak mempengaruhi keberhasilan atau tidaknya kinerja implementasi kebijakan publik. Hal ini sangat mungkin terjadi oleh karena kebijakan yang dilaksanakan bukanlah hasil formulasi warga setempat yang mengenal betul persoalan dan permasalahan yang mereka rasakan. Tetapi kebijakan yang akan implementor laksanakan adalah kebijakan “dari atas” (*top down*) yang sangat mungkin para pengambil keputusannya tidak pernah mengetahui (bahkan tidak mampu menyentuh) kebutuhan, keinginan, atau permasalahan yang warga ingin selesaikan.<sup>8</sup>

Dari kedua model tersebut maka peneliti tertarik menggunakan model Donald van Metter & Carl van Horn dengan 3 variabel yaitu Ukuran dan Tujuan Kebijakan, Karakteristik Agen Pelaksana dan Sikap atau Kecenderungan (*Disposition*) Para Pelaksana.

### **2.2.3 VIRUS CORONA (COVID-19)**

#### **a. Pengertian Virus Corona (Covid-19)**

Penyakit coronavirus 2019 (Covid-19) adalah penyakit saluran pernafasan dan pembuluh darah yang menular disebabkan oleh sindrom pernapasan akut parah coronavirus 2 (SARS-COV-2). Gejala umum Covid-19 termasuk demam, batuk, kelelahan, kesulitan bernapas, dan kehilangan penciuman dan rasa. Gejala mulai muncul satu hingga empat belas hari setelah terpapar virus. Covid-19 menyebar melalui berbagai cara, terutama melalui air liur dan cairan serta ekskresi tubuh lainnya. Cairan ini dapat membentuk tetesan kecil dan aerosol, yang dapat menyebar saat orang yang terinfeksi bernapas, batuk, bersin atau berbicara. Virus juga

---

<sup>8</sup> Tachjan, 2006. Implementasi Kebijakan Publik (Bandung : AIPI). Hal.38-39

dapat menyebar melalui fomites (permukaan yang terkontaminasi) dan kontak langsung. Infeksi terutama terjadi ketika orang-orang cukup lama berdekatan satu sama lain. Ini dapat menyebar paling cepat dua hari sebelum orang yang terinfeksi menunjukkan gejala (*presymptomatic*), dan dari individu tanpa gejala. Orang tetap menular hingga sepuluh hari dalam kasus sedang, dan dua minggu dalam kasus parah.<sup>9</sup>

Semakin dekat orang berinteraksi, dan semakin lama mereka berinteraksi, semakin besar kemungkinan mereka menularkan Covid-19. Jarak yang lebih dekat dapat melibatkan tetesan yang lebih besar (yang jatuh ke tanah) dan aerosol, sedangkan jarak yang lebih jauh hanya melibatkan aerosol. Penularan melalui udara terutama terjadi didalam ruangan, dilokasi berisiko tinggi, seperti di restoran, paduan suara (tempat karaoke), gym, klub malam, kantor, dan tempat ibadah, seringkali terjadi. Beberapa gejala covid-19 bisa jadi relatif tidak spesifik, dua gejala tersering adalah demam 88% dan batuk kering 68%. Diantara mereka yang mengalami gejala, sekitar satu sampai mungkin menjadi sakit yang lebih parah dan mengalami kesulitan bernapas. Gejala darurat termasuk kesulitan bernapas, nyeri dada atau tekanan terus menerus, kebingungan mendadak, kesulitan bangun, dan wajah atau bibir kebiruan. Kebanyakan orang yang bergejala mengalami gejala dalam dua hingga tujuh hari setelah terpapar, dan hampir semua orang yang bergejala akan mengalami satu atau lebih gejala sebelum hari kedua belas.

Wabah ini telah ditetapkan sebagai darurat kesehatan global. Virus ini sempat membuat semua kegiatan sehari-hari manusia terhambat. Karantina saja mungkin tidak cukup untuk mencegah penyebaran virus Covid-19 ini, dan dampak global dari infeksi virus ini adalah salah satu yang semakin memperhatikan. Pemerintah Indonesia telah melakukan banyak langkah-langkah dan kebijakan untuk mengatasi permasalahan pandemic ini. Pelayanan

---

<sup>9</sup> [www.padk.kemkes.go.id](http://www.padk.kemkes.go.id) virus corona

kesehatan di Indonesia dan SDM kesehatan yang ada dalam menangani kasus pandemic covid-19 ini juga belum memadai sedangkan sedangkan kasus terus melonjak naik.<sup>10</sup>

## **b. Cara Penyebaran Covid-19**

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menjelaskan bahwa jalur penyebaran utama dari virus corona adalah melalui droplet (tetesan) yang disebarkan ketika seseorang batuk, bersin maupun bicara. Droplets ini terlalu berat untuk bertahan diudara mereka dengan cepat jauh ke lantai maupun permukaan. Dalam penjelasannya seseorang bisa terinfeksi ketika ia menghirup udara saat berada sejauh 1 meter dengan orang yang positif Covid-19, atau menyentuh permukaan benda lalu kemudian menyentuh bagian wajah seperti mata, hidung, dan mulut tanpa mencuci tangan terlebih dahulu. Maka dari itu WHO memberi peringatan untuk tetap physical distancing, atau menjaga jarak sekurang-kurangnya 1 meter dengan orang lain atau dengan permukaan yang paling sering disentuh banyal orang. Tak ketinggalan, WHO juga memperingatkan untuk sering mencuci tangan dan hindari menyentu area wajah.<sup>11</sup>

Penyebaran virus corona melalui fecal-oral atau limbah manusia. Sebuah studi menunjukkan bahwa partikel virus corona ditemukan juga pada fecal-oral orang yang terinfeksi, seperti urine dan feses. Namun WHO mengatakan hingga saat ini masih belum ada laporan yang dipublikasikan terkait caea penularan virus covid-19 melalui cara ini dan bukan menjadi upaya transmisi utama virus. Selain cara penyebaran virus corona, WHO menyinggung beberapa tempat yang rawan menjadi tempat penyebaran virus

---

<sup>10</sup> Ririn Noviyanti Putri, 2020. Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. Universitas Kader Bangsa. Hal. 706

<sup>11</sup> <https://www.liputan6.com/global/read/4214488/tegaskan-covid-19>

corona seperti tempat ramai, tempat yang sempit, dan ruangan yang terbatas dan tertutup. Contoh-contoh tempatnya seperti restoran, klub malam, tempat ibadah, tempat bekerja atau kantor, tempat latihan paduan suara, kampus, tempat karaoke dan kelas kebugaran.<sup>12</sup>

### **c. Dampak Penyebaran Covid-19 Terhadap Kehidupan Sosial**

Dampak virus corona bagi kehidupan sosial yaitu sebagai berikut<sup>13</sup> :

1. Akibat dari penyebaran virus corona para pelajar dan mahasiswa diliburkan sampai waktu yang telah ditentukan, para pelajar tersebut tidak semata-mata diliburkan karena mereka juga diberikan kewajiban untuk belajar di rumah. Hal ini menjadi tugas tambahan bagi para orang tua karena harus memantau perkembangan belajar anak di rumah.
2. Tempat-tempat pariwisata juga ditutup untuk sementara waktu, untuk memutuskan mata rantai penyebaran Covid-19. Akibatnya tempat-tempat pariwisata tersebut mengalami kerugian.
3. Bagi karyawan atau buruh yang dirumahkan, mereka tidak mendapat gaji selama mereka dirumahkan, akibatnya keadaan perekonomian para karyawan atau buruh tersebut memburuk.
4. Dampak dari virus corona ini juga berdampak terhadap perekonomian masyarakat, contohnya kunjungan para konsumen ke pusat pembelanjaan menjadi menurun sebagian konsumen lebih memilih untuk berbelanja secara online untuk menghindari penyebaran covid-19. Akibatnya pasar dan pusat perbelanjaan menjadi sepi pengunjung.
5. Dampak Covid-19 bagi mahasiswa dalam kegiatan perkuliahan adalah penyesuaian perkuliahan online, karena beberapa daerah terkendala sinyal internet.

---

<sup>12</sup> Health.detik.com. Berbagai cara penyebaran virus corona

<sup>13</sup> Karina Eka Putri, 2020. Dampak Penyebaran Covid-19 Terhadap Kehidupan Sosial. Prodi Manajemen. Universitas Nusa Putra Sukabumi.

6. Mahasiswa sebagian besar yaitu anak rantau yang berasal dari kabupaten atau provinsi lain, juga membutuhkan perhatian karena mengalami dampak secara langsung maupun tidak langsung, termasuk dalam hal keuangan. Mahasiswa sebagian tidak dapat mengikuti kuliah online karena tidak memiliki uang untuk membeli kuota internet.<sup>14</sup>

#### **2.2.4 Kebijakan Pemerintah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19 Melalui Program Gerakan 3M**

Berbagai langkah telah diterapkan dalam mencegah penyebaran Covid-19 di Indonesia, salah satunya adalah melalui gerakan 3M (memakai masker, mencuci tangan dan menjaga jarak ). Gerakan 3M merupakan salah satu upaya yang saat ini sedang digencarkan oleh Pemerintah di Indonesia. Gerakan 3M merupakan suatu gerakan pencadangan penerapan protokol Kesehatan bagi seluruh masyarakat Indonesia. Tujuan dari gerakan 3M yaitu untuk memutuskan mata rantai penyebaran covid-19 di Indonesia. Cara termudah untuk mengakhiri penyebaran covid-19 yaitu dengan menerapkan gerakan 3M dalam kehidupan sehari-hari.

##### **a. Gerakan 3M**

###### **1) Memakai Masker**

Memakai masker merupakan upaya yang dirasa paling efektif dalam mencegah persebaran Covid-19. Masker dapat dapat menekan angka persebaran Covid-19 hingga 70%. Namun harus selalu diingat bahwa masker yang digunakan adalah masker yang sesuai dengan standar kesehatan WHO atau yang memenuhi SNI.

###### **2) Mencuci Tangan**

---

<sup>14</sup> Zuly Daima Ulfa, 2020. Dampak Pandemi Terhadap Perilaku Belajar, Interaksi Sosial dan Kesehatan Bagi Mahasiswa. Vol 5, No.2.Hal.126.

Mencuci tangan dapat menekan angka persebaran Covid-19 sebesar 35%. Namun mencuci tangan yang dimaksud disini bukanlah asal membasahi tangan dengan air melainkan dengan mencuci dan menggosok tangan dengan sabun selama 20-30 detik, mulai dari telapak tangan hingga sela-sela jari. Mencuci tangan perlu dilakukan setelah kita pergi keluar rumah, sebelum makan, ataupun setelah memegang benda yang juga disentuh banyak orang sehingga tangan kita tetap bersih dan higienis.

### 3) Menjaga Jarak

Menjaga jarak yang dimaksud adalah menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter dimanapun kita berada. Selain itu, kita juga perlu menghindari kerumunan dan tidak keluar rumah apabila tidak mendesak. Apabila kita menerapkan jaga jarak maka kita dapat menekan angka pencegahan Covid-19 hingga 85%.<sup>15</sup>

## **b. Penerapan Gerakan 3M yang Baik dan Benar**

### 1. Panduan Memakai Masker

- Semua orang harus memakai masker terutama jika diluar rumah.
- Sebelum memakai masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir (minimal 20 detik).
- Bila tidak tersedia air, gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).
- Pasang masker untuk menutupi mulut dan hidung.
- Pastikan tidak ada sela antara wajah dan masker.
- Hindari menyentuh masker saat digunakan.
- Bila menyentuh masker, cuci tangan pakai sabun dan air mengalir minimal 20 detik, atau bila tidak ada gunakan cairan pembersih tangan (minimal alkohol 60%).

---

<sup>15</sup> <https://bpkad.jatengprov.go.id/berita2/gerakan-3m-dalam-pencegahan-covid-19>

- Jangan sentuh atau buka tutup masker saat digunakan.
- Ganti masker yang basah atau lembab dengan masker baru.
- Masker media hanya boleh digunakan satu kali saja sedangkan masker kain 3 lapis dapat dipakai berulang tapi harus dicuci dengan deterjen usai dipakai.
- Saat membuka masker lepaskan dari tali belakang dan jangan sentuh bagian bagian depan masker.
- Cuci tangan setelah menyentuh atau membuang masker.
- Perlu diingat, penggunaan masker yang keliru justru akan meningkatkan resiko penularan.

## 2. Panduan Mencuci Tangan

- 1) Bahasi tangan dengan air mengalir dan sabuni tangan.
- 2) Gosok semua permukaan tanga, termasuk telapak dan punggung tangan, sela-sela jari dan kuku, selama minimal 20 detik.
- 3) Bilas tangan sampai bersih dengan air mengalir.
- 4) Keringkan tangan dengan kain bersih atau tisu pengering tangan yang harus dibuang ke tempat sampah segera setelah digunakan.
- 5) Sering cuci tangan menggunakan sabun, terutama sebelum makan, usai batuk atau bersin, sebelum menyiapkan makanan, dan setelah ke kamar mandi.
- 6) Biasakan mencuci tangan pakai sabun setelah dari luar rumah atau sebelum masuk sekolah dan tempat lain.
- 7) Bila sabun dan air mengalir tidak ada, gunakan cairan pembersih tangan berbahan alkohol (minimal 60%).

## 3. Panduan Menjaga Jarak

- 1) Selalu menjaga jarak fisik lebih dari 1 meter dengan orang lain.
- 2) Tetap berada dirumah sesuai panduan pemerintah, kecuali ada keperluan mendesak.
- 3) Bekerja, belajar dan beribadah dirumah.
- 4) Keluar hanya untuk belanja hal penting atau pengobatan, itupun seminimal mungkin.
- 5) Sebisa mungkin hindari penggunaan kendaraan umum.
- 6) Tunda atau batalkan acara berkumpul bareng keluarga besar atau teman.
- 7) Komunikasi tatap muka bisa dilakukan via telepon, internet, media sosial, dan aplikasi. Tunda atau batalkan acara pertemuan, konser musik, pertandingan olahraga, kegiatan keagamaan, dan kegiatan lain yang mengundang orang banyak.
- 8) Semua orang harus melakukan physical distancing untuk mencegah penularan covid-19.
- 9) Jaga jarak harus lebih ketat jika untuk melindungi orang yang beresiko.
- 10) Orang yang beresiko yaitu berusia 60 tahun keatas atau memiliki penyakit penyerta seperti, sakit jantung, tekanan darah tinggi, diabetes, kanker, asma dan paru-paru, ibu hamil.<sup>16</sup>

---

<sup>16</sup> <https://tirto.id/apa-itu-3m-untuk-mencegah-menekan-penularan-virus-covid-19-f5tV>