



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI MUHAMMADIYAH  
**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**

Jl. Limau II, Kebayoran Baru, Jakarta 12130 Telp. (021) 7208177, 7222886, Fax. (021) 7261226, 7256620  
Website : [www.uhamka.ac.id](http://www.uhamka.ac.id); E-mail : [info@uhamka.ac.id](mailto:info@uhamka.ac.id), [uhamka1997@yahoo.co.id](mailto:uhamka1997@yahoo.co.id)

## **SURAT EDARAN**

Nomor 1031 /F.03.01/2020

### **TENTANG PROTOKOL KESEHATAN DALAM PENCEGAHAN COVID-19 BAGI PEGAWAI UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PROF. DR. HAMKA**

*Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh,*

Dalam rangka mendukung produktivitas kerja serta untuk menjaga keberlangsungan pelaksanaan tugas dan fungsi dalam penyelenggaraan pelayanan pendidikan tinggi dengan tetap memprioritaskan kesehatan dan keselamatan pegawai serta masyarakat, dan untuk mendukung sistem kerja pegawai UHAMKA dalam masa PSBB transisi, maka dengan ini pimpinan Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA mengatur :

#### **1. Protokol Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) ditempat kerja**

Perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) di tempat kerja adalah kegiatan untuk memberdayakan para pekerja agar tahu dan mau untuk melakukan PHBS dan berperan dalam menciptakan tempat kerja yang sehat, serta mengetahui manfaatnya, sehingga para pekerja mampu meningkatkan kesehatannya dan tidak mudah sakit, meningkatkan produktivitas kerja dan meningkatkan citra tempat kerja yang positif. PHBS di tempat kerja adalah sebagai berikut:

- a. Tidak merokok di tempat kerja
- b. Mengonsumsi makanan yang sehat
- c. Olah raga teratur
- d. Cuci Tangan Pakai Sabun (CTPS)
- e. Memberantas jentik nyamuk di tempat kerja
- f. Menggunakan air bersih
- g. Menggunakan toilet yang sehat

#### **2. Protokol terkait Covid 19**

##### **a. Protokol Untuk Lingkungan Kerja**

##### **1) Protokol di Kampus UHAMKA**

- a) Melakukan pemeriksaan suhu tubuh karyawan dan tamu di setiap pintu masuk kampus;
- b) Karyawan dan tamu yang memiliki suhu tubuh lebih dari 37,5 (tiga puluh tujuh koma lima) derajat celcius diarahkan untuk ke poliklinik/fasilitas kesehatan dan tidak diperkenankan beraktifitas di lingkungan kampus;

**Terakreditasi Institusi BAN-PT dengan Peringkat A**

Visi : Universitas utama yang menghasilkan lulusan unggul dalam kecerdasan spiritual, intelektual, emosional, dan sosial

- c) Melakukan pembatasan kegiatan di kantor dengan berpedoman pada protokol kesehatan penanganan COVID-19;
- d) Menggunakan masker pada saat keluar rumah, berada di tempat kerja, dan dalam perjalanan dari dan menuju tempat kerja;
- e) Melaporkan kepada Biro Sumber Daya Manusia atau Sekretariat Universitas apabila terdapat karyawan yang tidak masuk kerja karena sakit dengan gejala demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, dan/atau sesak nafas untuk dilakukan pemantauan untuk mengetahui keterkaitannya dengan kriteria COVID-19 (Orang Dalam Pemantauan/ODP, Pasien Dalam Pengawasan/PDP, atau kasus terkonfirmasi);
- f) Memasang pesan-pesan kesehatan terkait penanganan dan pencegahan COVID-19 di tempat-tempat strategis seperti di pintu masuk, lift, kantin, tangga, dan tempat lain yang mudah diakses;
- g) Memastikan ketersediaan masker, kertas tisu, dan tempat sampah tertutup di tempat kerja;
- h) Menyediakan sarana cuci tangan menggunakan air dan sabun atau pencuci tangan berbasis alkohol di berbagai lokasi strategis di tempat kerja;
- i) Melakukan pengendalian risiko penularan COVID-19 sesuai prinsip pembatasan fisik seperti memasang pembatas/*barrier* antar karyawan untuk memberi jarak, *shift* kerja, pelaksanaan tugas kekinisan dari rumah/tempat tinggal, dan lain-lain;
- j) Melakukan pembatasan jumlah orang yang menggunakan *lift/elevator* dan menggunakan selotip penanda area untuk menjaga jarak fisik dan sosial terutama di *lift/elevator*;
- k) Melakukan pembersihan secara berkala setiap 4 (empat) jam sekali di seluruh area kerja dengan menggunakan pembersih dan/atau desinfektan yang sesuai, terutama pada *handle* pintu dan tangga, tombol *lift*, peralatan kantor yang digunakan bersama, area dan fasilitas umum lainnya;
- l) Melakukan optimalisasi sirkulasi udara dan sinar matahari masuk ruangan kerja serta melakukan pembersihan filter AC;
- m) Melakukan penutupan tempat kerja dan segera berkoordinasi dengan Pemerintah Daerah apabila ditemukan kasus positif COVID-19 di lingkungan unit kerja;
- n) Melakukan tindakan pencegahan dan pengendalian COVID-19 selama di kantor seperti:
  - (1) Protokol di Kampus UHAMKA
    - (a) mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir saat tiba di kantor;
    - (b) menggunakan siku untuk membuka pintu dan menekan tombol lift;
    - (c) menjaga jarak di lift dengan posisi saling membelakangi;
    - (d) membersihkan meja/area kerja dengan desinfektan;
    - (e) mengupayakan tidak sering menyentuh fasilitas/peralatan yang dipakai bersama di area kerja;
    - (f) menjaga jarak dengan rekan kerja minimal 1 (satu) meter;

- (g) membawa makanan, peralatan makan dan peralatan ibadah pribadi dari rumah; dan
  - (h) membiasakan untuk tidak berjabat tangan.
- (2) Melarang waktu kerja yang terlalu panjang (lembur) yang akan mengakibatkan karyawan kekurangan waktu untuk beristirahat dan dapat menyebabkan penurunan sistem kekebalan/imunitas tubuh.

**2) Penerapan protokol bagi perjalanan dinas, dengan ketentuan sebagai berikut :**

- a) Melakukan pemeriksaan kesehatan standar pada pegawai yang akan melakukan perjalanan dinas;
- b) Memastikan unit kerja dan pegawai memiliki informasi terbaru tentang area penyebaran COVID-19;
- c) Menghindari daerah-daerah yang memiliki penyebaran yang masif dan sporadis;
- d) Melakukan penilaian manfaat dan risiko oleh unit kerja terkait rencana perjalanan dinas yang akan dilaksanakan;
- e) Menghindari penugasan pegawai yang berisiko lebih tinggi seperti pegawai yang berusia lebih dari 45 (empat puluh lima) tahun dan pegawai yang memiliki kondisi medis tertentu seperti diabetes, penyakit jantung, dan paru-paru ke area penyebaran COVID-19;

**b. Protokol untuk individu**

Protokol umum untuk individu sebagai upaya pencegahan covid 19 dalam kondisi *new normal* (adaptasi kehidupan baru/AKB) dilakukan sebagai berikut:

- 1) Menggunakan masker bila keluar rumah
- 2) Menghindari daerah zona merah wabah penyakit covid 19
- 3) Menjaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter
- 4) Menjaga perilaku hidup sehat dan bersih (PHBS)
- 5) Sering mencuci tangan
- 6) Tidak menyentuh/mengusap daerah wajah, mata, hidung dan mulut
- 7) Istirahat yang cukup
- 8) Makan makanan yang bergizi
- 9) Melakukan aktivitas fisik secara rutin
- 10) Mengonsumsi suplemen tambahan (multi vitamin/vitamin C), asupan nutrisi makanan setiap hari dengan memilih buah-buahan yang banyak mengandung vitamin C seperti jeruk, jambu, dan sebagainya.

**c. Protokol pencegahan penularan bila memakai kendaraan umum**

- 1) Gunakan masker
- 2) Jaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter
- 3) Hindari menyentuh pegangan bus/angkot/kereta api/KRL/MRT
- 4) Hindari penggunaan ponsel/ *hand phone* ketika berada dalam kendaraan
- 5) Ponsel/jam tangan/cincin dan perhiasan lainnya simpan dalam tas
- 6) Cuci tangan setelah keluar dari kendaraan umum memakai air mengalir atau *hand sanitizer*
- 7) Menjauhi orang yang batuk-batuk atau bersin-bersin
- 8) Hindari naik kendaraan umum pada jam-jam sibuk

**d. Protokol pencegahan penularan ditempat makan (kantin)**

- 1) Petugas kantin wajib menggunakan masker dan sarung tangan plastik ketika mengolah dan atau menyajikan makanan
- 2) Menyediakan *hand sanitizer* dan tempat cuci tangan untuk penjual dan pengunjung
- 3) Petugas kantin menjaga kebersihan dapur, area tempat makan dan alat saji
- 4) Kalau pengunjung tidak sedang makan, masker wajib dipakai
- 5) Penjual dan pengunjung harus sering cuci tangan
- 6) Jaga jarak minimal 1 meter antar pengunjung atau pengunjung dan penjual
- 7) Sebaiknya tidak makan di kantin, tetapi makanan dibawa ke ruangan masing-masing
- 8) Melakukan edukasi ke tempat-tempat makan disekitar kampus tentang upaya pencegahan penularan

**e. Protokol pencegahan penularan ditempat banyak orang apabila terpaksa harus melakukannya (kerumunan, tempat belanja, pasar, toko)**

- 1) Gunakan masker
- 2) Jaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter
- 3) Hindari menyentuh wajah, mata, hidung dan mulut selama berbelanja
- 4) Segera cuci tangan setelah meninggalkan tempat belanja

Demikian Protokol Kesehatan dalam rangka pencegahan penularan Covid-19 ini dibuat untuk taati dan dijalankan oleh seluruh pegawai Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA.

***Nasrun Minallah Wa Fathun Qarib,  
Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh.***

Jakarta, 16 Syawal 1441 H/8 Juni 2020 M.



**Prof. Dr. Gunawan Suryoputro, M.Hum.**