

Pencegahan dan Mitigasi COVID-19 di Tempat Kerja untuk Usaha Kecil Menengah (UKM)

DAFTAR PERIKSA TINDAKAN DAN TINDAK LANJUT

Juli 2020

Akronim dan Singkatan

CDC	Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit
COVID-19	Penyakit Virus Corona2019 ¹
MERS	Sindrom Pernapasan Timur Tengah
K 3	Keselamatan dan Kesehatan Kerja
APD	Alat Perlindungan Diri
SARS-CoV-2	Sindrom Pernapasan yang Sangat Akut Virus Corona 2
UKM	Usaha Kecil Menengah

1. Sesuai panduan WHO, dokumen ini mengacu pada virus SARS-CoV-2 karena "virus ini menyebabkan COVID-19" atau "virus COVID-19". Lihat [https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirusdisease-\(covid-2019\)-and-the-virus-that-causes-it](https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019/technical-guidance/naming-the-coronavirusdisease-(covid-2019)-and-the-virus-that-causes-it)

Daftar Isi

1. Pengantar	4
2. Tentang pandemi COVID-19	4
3. Mengapa perusahaan Anda perlu melakukan upaya pencegahan dan mitigasi terhadap COVID-19?	6
4. Daftar Periksa Tindakan terhadap Covid-19 untuk UKM: Panduan dan Cara Menggunakan Daftar Periksa	7
5. Daftar Periksa Tindakan terhadap Covid-19 untuk UKM: Catatan Terperinci tentang Hal-hal yang Perlu Diperiksa	19
I. Mengumpulkan dan berbagi informasi terbaru	19
II. Menyusun rencana persiapan perusahaan	20
III. Mengadakan penilaian resiko	22
IV. Mengatur pekerjaan	25
V. Melindungi dan membantu pekerja	33
6. Rencana Aksi dan Tindak Lanjut	36
Lampiran I: Formulir rencana aksi dan tindak lanjut terkait COVID-19 Daftar Periksa Tindakan untuk UKM	38
Lampiran II: Sumber informasi	41

1. PENGANTAR

Dokumen ini dimaksudkan untuk memberi informasi mendasar tentang upaya pencegahan wabah COVID-19 di tempat kerja, yang diakibatkan virus SARS-CoV-2, yang kini tengah merebak di seluruh penjuru dunia. Dokumen ini menyediakan Daftar Periksa Tindakan untuk menilai resiko COVID-19 serta informasi bagi usaha kecil menengah (UKM) dalam mengambil tindakan guna melindungi keselamatan dan kesehatan pekerja.

Walaupun tindakan dan rekomendasi ini diharapkan memberi manfaat dalam menghadapi wabah, menggunakan Daftar Periksa Tindakan ini namun beberapa sektor dan perusahaan dapat mengidentifikasi jenis pengendalian lain yang mungkin dibutuhkan. Berhubung pengetahuan tentang virus dan penyakit terus berkembang dari waktu ke waktu, Anda dianjurkan untuk memperbaharui peralatan, tindakan dan kebijakan Anda secara teratur untuk memastikan upaya pencegahan dan perbaikan yang Anda lakukan saat ini sudah diperbaharui, dan untuk memastikan kepatuhan terhadap undang-undang dan peraturan nasional.

2. TENTANG PANDEMI COVID-19

Selama dua dekade terakhir, dunia menghadapi beberapa jenis wabah penyakit menular yang memiliki tingkat penyebaran tinggi.

Saat ini, kekhawatiran kita meningkat terkait terus menyebarnya wabah COVID-19 di beberapa bagian dunia dan tantangan dalam menekan penyebaran wabah ini di bagian-bagian lain. Kalangan pemerintah, pengusaha, pekerja dan organisasi mereka menghadapi berbagai tantangan dalam memerangi pandemi COVID-19 serta melindungi keselamatan dan kesehatan di tempat kerja.

Kotak 1 - Informasi Penting tentang COVID-19

Pada bulan Januari 2020, Organisasi Kesehatan Dunia atau WHO mengumumkan bahwa **wabah virus corona baru** di Provinsi Hubei, China merupakan Masalah Darurat Internasional Bagi Kesehatan Manusia.

Dua bulan kemudian, yaitu pada tanggal 11 Maret 2020, WHO mengumumkan bahwa **wabah virus corona COVID-19 sebagai pandemi**.

Apa itu virus corona?

Virus corona adalah satu keluarga besar virus yang biasa dijumpai pada hewan dan dapat menimbulkan penyakit pada hewan atau manusia. Kadang-kadang, orang yang tertular virus ini dapat menyebarkannya ke orang lain. Pada manusia, beberapa virus corona ini diketahui menyebabkan infeksi pernapasan mulai dari flu biasa hingga penyakit yang lebih parah seperti Sindrom Pernapasan Timur Tengah (MERS) dan Sindrom Pernapasan Akut Berat (SARS). Dan virus yang dijumpai baru-baru ini adalah virus corona COVID-19.

Apa itu COVID-19?

Penyakit virus corona (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus corona terbaru yang dijumpai, yang disebut sindrom pernapasan akut berat virus corona 2 (SARS-CoV-2). Kasus COVID-19 pertama yang terjadi pada manusia diidentifikasi terjadi di Kota Wuhan, China bulan Desember 2019.

Berapa lama masa inkubasi COVID-19?

Perkiraan masa inkubasi COVID-19 berkisar antara 1 sampai 14 hari, biasanya sekitar 5 hari.

Bagaimana cara COVID-19 menyebar?

Apabila seseorang batuk atau mengeluarkan napas yang mengandung COVID-19 maka mereka mengeluarkan tetesan cairan (*droplet*) yang menular. Apabila ada orang yang berdiri dalam jarak 1 meter dari orang yang mengidap COVID-19 tersebut maka mereka akan terjangkit oleh cairan yang keluar dari batuk atau napas yang dikeluarkan. Di samping itu, sebagian besar cairan tersebut jatuh ke atas permukaan di sekitarnya dan obyek-obyek seperti bangku, meja, atau telepon. Orang dapat terjangkit COVID-19 dengan menyentuh permukaan atau obyek yang sudah terkontaminasi tersebut—lalu menyentuh mata, hidung atau mulut mereka.

Apa saja gejala COVID-19?

Gejala COVID-19 yang paling umum adalah demam, kelelahan, dan batuk kering. Sebagian pasien mungkin mengalami rasa sakit dan nyeri, hidung tersumbat, pilek, sakit tenggorokan atau diare. Gejala-gejala ini biasanya ringan dan dimulai secara bertahap. Sebagian orang terinfeksi tapi tidak memiliki gejala apapun dan tidak merasa sakit. Meskipun demikian, menurut informasi terbaru, 1 dari 6 kasus COVID-19 mengakibatkan sakit serius dan sulit bernapas. Mereka yang kemungkinan besar mengalami sakit serius adalah para orang tua dan mereka yang memiliki masalah medis.

Untuk informasi lebih lanjut, hubungi WHO Q&A tentang virus corona (COVID-19) yang tersedia di:

<https://www.who.int/news-room/q-a-detail/q-a-virus-coronaviruses>

Sumber: In the face of a pandemic: Ensuring safety and health at work- Geneva: ILO 2020.

3. MENGAPA PERUSAHAAN ANDA PERLU MELAKUKAN UPAYA PENCEGAHAN DAN MITIGASI COVID-19?

Pandemi ini juga menimbulkan berbagai dampak ekonomi dan sosial terhadap para pekerja di semua sektor perekonomian dan semua jenis usaha, terutama di kalangan UKM maupun perekonomian informal, dimana kegiatan ekonomi dan jam kerja mengalami pengurangan dan hal ini belum pernah terjadi sebelumnya. Estimasi jumlah jam kerja yang hilang selama kuartal pertama tahun 2020 adalah setara dengan sekitar 130 juta pekerjaan penuh waktu, bila dibandingkan periode pra krisis (kuartal ke 4 tahun 2019). Sektor informal adalah sektor yang paling rentan. ILO memperkirakan hampir 1,6 milyar pekerja di sektor perekonomian informal – 76 persen dari jumlah pekerja informal di seluruh dunia – terkena dampak secara signifikan oleh adanya peraturan penutupan (*lockdown*) dan/atau bekerja di sektor-sektor yang paling parah terkena dampak wabah, seperti perdagangan grosir dan ritel, manufaktur, akomodasi dan industri makanan, dimana sebagian besar tenaga kerjanya adalah perempuan.

Di luar krisis yang terjadi, ada juga kekhawatiran bahwa upaya untuk melanjutkan kegiatan ekonomi guna mempertahankan kemajuan yang ada, dilakukan untuk menekan penularan penyakit.

Walaupun otoritas kesehatan publik di seluruh dunia tengah berupaya menekan penyebaran wabah COVID-19, namun upaya mereka mungkin tidak akan berhasil kecuali bila perusahaan-perusahaan melaksanakan kegiatan preventif dan mitigasi terhadap penyakit ini di tempat kerja masing-masing. Secara khusus, perlu ditekankan bahwa:

- Pengusaha bertanggung jawab penuh untuk memastikan semua tindakan preventif dan protektif yang praktis dilaksanakan untuk mengurangi resiko kerja dan mereka dapat dikenakan sanksi apabila melanggar atau gagal mematuhi peraturan nasional yang berlaku.
- Apabila tempat kerja terkontaminasi oleh virus, maka virus ini dapat ditularkan ke mereka yang berinteraksi dengan pekerja. Ini mencakup keluarga pekerja, suplier, *buyers* dan masyarakat pada umumnya.
- Infeksi di kalangan pekerja dapat mengurangi produktivitas secara langsung maupun tak langsung melalui beberapa cara dan berdampak negatif pada usaha, termasuk:
 - gangguan bisnis dan penurunan produksi secara terus-menerus akibat ketidakhadiran pekerja;
 - menurunnya motivasi kerja dan moral pekerja serta tingginya tingkat absensi;
 - biaya untuk mempertahankan pekerja dan pengangkatan pekerja baru untuk menggantikan mereka;
 - denda atau tindakan hukum yang diakibatkan oleh kondisi kesehatan yang buruk.

Apabila saat ini perusahaan Anda belum siap, maka Anda perlu mempersiapkan diri SEKARANG. Walaupun mungkin negara Anda sudah melaporkan adanya beberapa kasus penyakit, namun Anda dianjurkan untuk melakukan verifikasi dan/atau segera mengambil tindakan untuk membatasi penyebaran pandemi ini. Kegiatan preventif terhadap COVID-19 terbukti bermanfaat dalam menghadapi situasi darurat kesehatan lain yang memiliki karakteristik yang sama. Pengusaha dan pekerja perlu segera mengambil

tindakan preventif dan mitigasi, walaupun mungkin COVID-19 belum terdeteksi di kalangan masyarakat dimana mereka beroperasi.

4. DAFTAR PERIKSA TINDAKAN TERHADAP COVID-19 UNTUK UKM: PANDUAN DAN CARA MENGGUNAKAN DAFTAR PERIKSA (*CHECKLIST*)

Daftar Periksa Tindakan terhadap covid-19 untuk UKM adalah sarana sederhana untuk membantu UKM mempersiapkan respon mereka terhadap pandemi COVID-19 dengan cara menilai risikonya terhadap perusahaan serta memastikan bahwa tempat kerja Anda sudah siap menghadapi epidemi sekarang dan di masa mendatang (seperti influenza). Daftar Periksa Tindakan ini mencakup 5 hal yang perlu diperiksa (I sampai V) yang dibagi menjadi 30 jenis tindakan.

BAGAIMANA CARA MENGGUNAKAN DAFTAR PERIKSA (*CHECKLIST*)

1. Membentuk satu tim yang anggotanya terdiri dari manajemen senior, supervisor, perwakilan pekerja, dan petugas yang bertanggung jawab untuk urusan keselamatan dan kesehatan di perusahaan.
2. Memberikan pengarahan dan pelatihan kepada tim tentang langkah-langkah yang perlu diambil untuk mengisi *checklist* (lihat poin I sampai V dan tindakan 1 sampai 30 sebagaimana diuraikan di bawah ini, serta catatan tambahan terperinci yang disediakan di bagian 5).
3. Mengisi *checklist* dan mencatat hasil yang Anda peroleh.
4. Menyusun rencana, sebagai satu tim, tentang tindakan apa yang perlu diambil, oleh siapa dan kapan waktunya. Mencari cara untuk mengambil tindakan dan, bila perlu, meminta nasehat dari manajer atau pekerja.
 - Apabila suatu tindakan sudah diambil atau tidak dibutuhkan, beri tanda **"TIDAK"** di bawah pertanyaan **"Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut."**
 - Jika menurut Anda, tindakan tersebut perlu diambil, maka berikan tanda **"YA"**.
 - Gunakan kolom di bawah **"Keterangan"** untuk memberi keterangan tambahan, yang menjelaskan situasi yang ada atau untuk memberi saran.
5. Perhatikan kembali hal-hal yang sudah Anda beri tanda **"YA"**. Pilih hal-hal yang Anda anggap paling penting dan berikan tanda **"Prioritas"**.*

BAGAIMANA CARA MENGGUNAKAN *CHECKLIST*

6. Segera setelah mengisi ***checklist***, **adakan diskusi kelompok** dengan anggota tim untuk menyusun saran yang akan disampaikan ke pihak manajemen (pengalaman membuktikan bahwa langkah ini perlu diambil untuk menciptakan perubahan positif).
7. Presentasikan hasil diskusi kelompok ini ke pihak manajemen sebagai dasar untuk menyusun rencana peningkatan secara berkelanjutan.

Tim tidak boleh ragu meminta klarifikasi dari pihak otoritas keselamatan dan kesehatan kerja (K3), inspektorat tenaga kerja, organisasi keselamatan nasional atau asosiasi professional K3 nasional, serta organisasi pengusaha dan pekerja.

Checklist ini bukan daftar lengkap yang berisi semua tindakan yang perlu diambil. Untuk itu, tim perlu menambahkan hal-hal lain yang dianggap perlu ada dalam *checklist* ini untuk memperbaiki respon terhadap COVID-19 di tempat kerja.

Manajemen perlu mematuhi ketentuan hukum nasional dalam menyusun rencana pencegahan dan pengendalian COVID-19 di tempat kerja.

*Prioritas perlu ditentukan sesuai tingkat kemungkinan yang lebih besar atau lebih kecil terkait situasi yang mempengaruhi kesehatan pekerja, tingkat keseriusan dan urgensinya.

I. MENGUMPULKAN DAN BERBAGI INFORMASI TERBARU

- 1** Berkonsultasi secara teratur dengan otoritas layanan kesehatan kerja, otoritas kesehatan masyarakat setempat atau mitra-mitra lain, yang mungkin sudah pernah menyusun materi informasi untuk mempromosikan kegiatan pencegahan resiko terpapar virus ini di tempat kerja atau meminta nasehat teknis yang lain



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 2** Membuat sistem di tempat kerja yang menyediakan informasi terbaru terpercaya untuk para pekerja tentang situasi yang ada terkait COVID-19, berdasarkan informasi yang dikeluarkan otoritas kesehatan di tingkat nasional maupun lokal.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

II. MENYUSUN RENCANA PERSIAPAN PERUSAHAAN

- 3** Membuat dan mengumumkan pernyataan komitmen dan tanggung jawab manajemen untuk mengurangi resiko terpapar virus dan penularan COVID-19 ditempat kerja setelah berkonsultasi dengan perwakilan pekerja.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

4

Menyusun rencana persiapan dan respon untuk mencegah COVID-19 di tempat kerja, dengan mempertimbangkan semua area kerja dan tugas yang dilaksanakan pekerja serta sumber paparan yang potensial.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

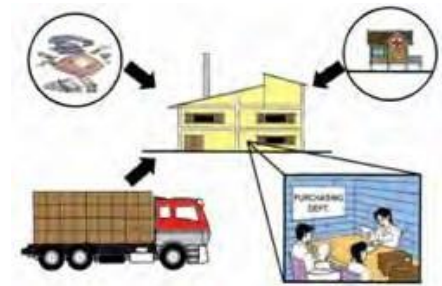
YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

5

Mengintegrasikan keselamatan dan kesehatan dalam rencana kontinjensi Anda serta rencana kelangsungan usaha dan mempertimbangkan ketentuan ketenagakerjaan lainnya, termasuk pengoperasian mana yang harus dilakukan dengan jumlah pekerja yang lebih sedikit.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

6

Menyusun rencana tindakan yang perlu diambil apabila kasus dugaan atau konfirmasi COVID-19 diidentifikasi di tempat kerja yang mencakup, antara lain, pelaporan, pemantauan dan kegiatan disinfeksi sesuai peraturan nasional.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

7 Menyusun mekanisme pemantauan dan evaluasi untuk strategi dan rencana pencegahan COVID-19.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

III. MENGADAKAN PENILAIAN RESIKO

8 Memetakan bahaya semua kegiatan operasi yang mencakup semua jenis pekerjaan.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

9 Menilai resiko interaksi yang potensial di kalangan pekerja, kontraktor, pelanggan dan tamu di tempat kerja dan kontaminasi lingkungan kerja, serta mengambil tindakan untuk mengatasi resiko-resiko yang sudah diidentifikasi tersebut

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

IV. MENGATUR PEKERJAAN

10 Mempromosikan kerja dari jarak jauh (*teleworking*) untuk pekerja yang tidak kritis guna mengurangi penyebaran COVID-19 di tempat kerja Anda.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

11 Apabila *teleworking* tidak dapat dilaksanakan, terapkan sistem giliran kerja (*shifts*) untuk menghindari jumlah pekerja yang terlalu banyak di fasilitas tersebut.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

12 Perjalanan dinas perlu dihindari bila tidak terlalu penting. Lakukan penilaian resiko infeksi COVID-19 saat merencanakan perjalanan dinas (untuk semua tahap perjalanan dan pemberian tugas).

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

13 Menghindari rapat-rapat langsung, dengan memberi preferensi pada rapat-rapat melalui panggilan telepon, email atau rapat-rapat virtual. Jika Anda perlu mengadakan rapat langsung, aturlah ruang rapat yang memungkinkan peserta menjaga jarak di antara mereka.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 14** Berikan pelatihan untuk pihak manajemen, pekerja dan perwakilan mereka tentang tindakan-tindakan yang diambil untuk mencegah resiko terpapar virus dan tindakan apa yang perlu diambil apabila terjadi infeksi COVID-19. Bagi pekerja beresiko tinggi, pelatihan tersebut harus mencakup cara memakai, merawat dan membuang alat pelindung diri (APD) yang tepat.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 15** Membantu staf pengiriman barang, sopir truk dan pekerja transportasi lainnya untuk mengurangi kontak langsung dengan pelanggan dan memastikan adanya kebersihan pribadi seperti mencuci tangan dan memakai *hand sanitizers*. Pertimbangkan kemungkinan untuk menyediakan APD bila pekerja harus bersentuhan langsung dengan klien.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

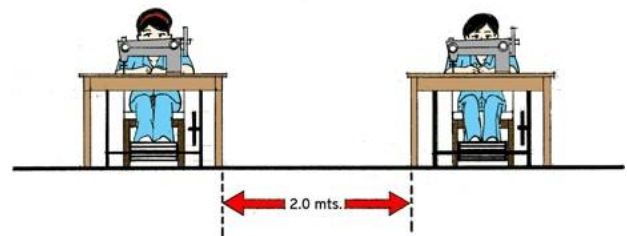
TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 16** Mengatur pekerjaan dengan cara yang memungkinkan adanya jarak fisik minimal 2 meter (6 kaki) dari orang lain atau jarak lain yang dianjurkan oleh pihak berwenang.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 17** Menyediakan tempat-tempat yang mudah dijangkau staf, pelanggan dan tamu dimana mereka dapat mencuci tangan dengan sabun atau disinfeksi tangan mereka menggunakan *sanitizers*, dan promosikan budaya cuci tangan.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 18** Menyediakan dispenser untuk membasuh tangan di tempat-tempat yang mudah terlihat di sekitar tempat kerja dan memastikan dispenser tersebut diisi secara teratur.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 19** Mempromosikan budaya membersihkan meja dan area kerja, kenop pintu, telepon, *keyboard* dan alat-alat kerja secara teratur dengan menggunakan disinfektan, serta melakukan disinfeksi secara teratur tempat-tempat umum, seperti toilet. Permukaan-permukaan yang sering disentuh perlu lebih sering dibersihkan. Tergantung pengoperasian tertentu, pertimbangkan untuk menyewa layanan kebersihan dan disinfeksi.



Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

20 Memperbaiki sistem ventilasi udara buang dan suplai udara buatan di dalam ruangan dan ruang pengoperasian yang beresiko tinggi terpapar virus ini.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

21 Mempromosikan dan memberi informasi tentang sanitasi pernapasan yang baik di tempat kerja, seperti menutup mulut dan hidung dengan siku atau tisu saat batuk atau bersin

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

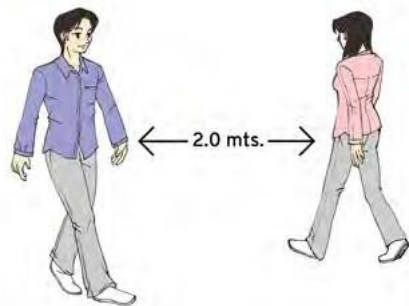
22 Memastikan adanya jarak antar pekerja di tempat kerja dan menghindari sejauh mungkin “tempat berkumpul” (yaitu tempat dimana pekerja sering bertemu dan berkumpul).

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

23 Menyediakan masker dan kertas tisu di tempat kerja, bagi pekerja yang pilek atau batuk, dan tempat sampah tertutup untuk membuang masker dan tisu secara higienis

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐



Keterangan:

- 24** Mengisolasi pekerja yang memiliki gejala COVID-19 di area kerja, sambil menunggu transportasi ke fasilitas kesehatan yang tepat. Melaksanakan disinfeksi area kerja tersebut dan melakukan pengawasan kesehatan kepada mereka yang pernah kontak dengan orang yang memiliki gejala-gejala tersebut.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

V. MELINDUNGI DAN MEMBANTU PEKERJA

- 25** Sesuai peraturan nasional, memperluas akses untuk mendapatkan cuti sakit, tunjangan sakit dan cuti perawatan/orang tua dan memberitahukannya ke semua pekerja.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 26** Memberitahukan pekerja bahwa mereka berhak pindah dari lingkungan kerja atau dekat lingkungan kerja yang mengandung bahaya serius bagi kehidupan dan kesehatan mereka, sesuai undang-undang nasional dan prosedur yang telah ditetapkan, dan harus segera memberitahukan hal tersebut kepada supervisornya.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

27 Memelihara komunikasi yang teratur dengan perwakilan pekerja, termasuk melalui internet atau, bila tidak mungkin, melalui telepon.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:



28 Membantu pekerja dalam mengelola resiko psikososial yang muncul atau bentuk-bentuk pengaturan kerja baru dan dalam mempromosikan dan memelihara gaya hidup sehat, termasuk dalam hal makanan, istirahat dan tidur, olahraga dan hubungan sosial dengan teman dan keluarga.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

29 Sesuai panduan yang berikan otoritas lokal, meminta pekerja yang diduga memiliki gejala COVID-19 untuk tidak datang ke tempat kerja dan mematuhi aspek-aspek lain dari panduan tersebut.

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:

- 30** Mengajukan pekerja untuk menghubungi penyedia layanan kesehatan atau departemen kesehatan masyarakat setempat apabila kondisi mereka memburuk, seperti sulit bernapas, serta memberi informasi terperinci tentang gejala terbaru

Apakah Anda yang mengusulkan tindakan tersebut?

TIDAK ☐

YA ☐

Prioritas ☐

Keterangan:



5. DAFTAR PERIKSA TINDAKAN TERHADAP COVID-19 Untuk UKM: CATATAN TERPERINCI TENTANG HAL-HAL YANG PERLU DIPERIKSA

Catatan terperinci tentang hal-hal yang perlu diperiksa I sampai V (termasuk tindakan 1 sampai 30) dalam Daftar Periksa Tindakan terhadap covid-19 untuk UKM disediakan di bawah ini.

- MENGUMPULKAN DAN BERBAGI INFORMASI TERBARU
- MENYUSUN RENCANA PERSIAPAN PERUSAHAAN
- MENGADAKAN PENILAIAN RESIKO
- MENGATUR PEKERJAAN
- MELINDUNGI DAN MEMBANTU PEKERJA

POIN I. MENGUMPULKAN DAN BERBAGI INFORMASI TERBARU

1 Mencari Informasi dan Bantuan

Berkonsultasi secara teratur dengan otoritas layanan kesehatan kerja Anda, otoritas layanan kesehatan publik setempat atau mitra lain yang mungkin sudah memiliki materi informasi untuk mempromosikan pencegahan resiko terpapar virus ini di tempat kerja serta nasehat teknis lainnya.

Catatan: Informasi khusus dan terpercaya tentang COVID-19 perlu dikumpulkan dan dianalisa. Informasi ini dapat mencakup dokumen dan publikasi lain yang dikeluarkan oleh organisasi dan lembaga keselamatan dan kesehatan nasional dan internasional serta lembaga atau kementerian kesehatan, ketenagakerjaan atau transportasi, serta buku ilmiah yang dikaji oleh rekan sejawat dll.

Sebagai contoh, kita perlu mengetahui jumlah kasus COVID-19 di lokasi dimana perusahaan berada, karena informasi ini penting agar kita dapat menilai resiko penyebaran di kalangan masyarakat.

Reliabilitas sumber informasi adalah hal yang sangat relevan. Biasanya selama masa epidemi, segala jenis informasi tersebar dari berbagai sumber, termasuk rumor, gosip dan informasi yang tidak terpercaya, yang dapat menimbulkan kepanikan di kalangan masyarakat umum.

Dikarenakan sifat virus adalah baru dan perkembangan pengetahuan ilmiah yang berlangsung secara terus-menerus, maka kita perlu memastikan bahwa informasi yang diperoleh sering dipantau dan diperbaharui melalui pertukaran informasi secara langsung (*real time*), nasehat dan opini yang diberikan para pakar atau petugas kesehatan.

2 MEMBERI INFORMASI

Menyusun sistem perusahaan untuk menyediakan informasi terbaru dan terpercaya kepada pekerja tentang situasi terkini tentang COVID-19, berdasarkan informasi yang dikeluarkan pihak otoritas kesehatan nasional atau lokal.

Catatan: Informasi ini perlu diberikan kepada pekerja dengan cara yang ramah dan mudah dipahami semua pihak. Informasi ini juga dapat dibagikan kepada pelanggan, supplier, perusahaan di sebelahnya serta mitra usaha lain.



POIN II. MENYUSUN RENCANA PERSIAPAN PERUSAHAAN

3 PERNYATAAN

Menyusun dan mengumumkan pernyataan komitmen dan tanggung jawab pihak manajemen untuk mengurangi resiko terpapar virus dan transmisi COVID-19 di tempat kerja setelah berkonsultasi dengan perwakilan pekerja.

Catatan: Komitmen yang jelas dari pihak manajemen tingkat atas akan menjadi pondasi yang kuat untuk menciptakan kerjasama yang efektif antara pengusaha dengan pekerja. Mintalah ide dan pendapat pekerja tentang bagaimana mereka dapat bersama-sama melindungi kesehatan dan tempat kerja dari COVID-19 dan epidemi di masa mendatang. Untuk itu, rapat teratur perlu diadakan untuk mengumpulkan masukan dari mereka.

4 RENCANA

Menyusun rencana persiapan dan respon untuk mencegah COVID-19 ditempat kerja, dengan mempertimbangkan semua area kerja dan tugas-tugas yang dilaksanakan pekerja dan sumber paparan yang potensial.

Catatan: Sebagai bagian dari sistem manajemen K3, perusahaan perlu membuat pengaturan terkait darurat pencegahan, persiapan, dan respon untuk berbagai skenario, termasuk wabah. Pengaturan ini harus sesuai dengan sifat dan ukuran perusahaan dan disusun bekerja sama dengan layanan darurat eksternal dan pihak yang berkompeten. Prosedur komunikasi internal dan eksternal perlu ditetapkan dengan baik dan jelas, termasuk informasi kontak yang mudah diakses dari layanan tanggap darurat setempat. Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K), bantuan medis, pencegahan kebakaran dan upaya perlindungan, rute dan rencana evakuasi, serta pihak penanggung jawab, perlu dipersiapkan dan dilengkapi. Pelatihan dan latihan secara berkala perlu dilaksanakan untuk memastikan persiapan setiap saat.



Rencana persiapan dan respon khusus untuk mencegah COVID-19 di tempat kerja perlu dikembangkan dengan mempertimbangkan hal-hal tersebut di atas dan diintegrasikan dalam kebijakan K3 perusahaan.

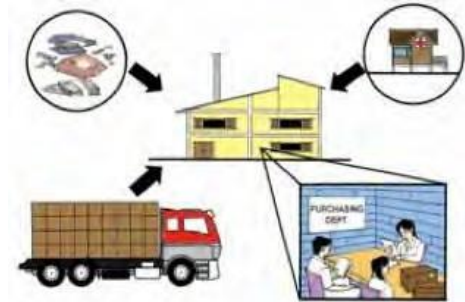
Pekerja perlu dilibatkan dalam setiap kegiatan penyusunan rencana tersebut dan mereka perlu didorong untuk memberi masukan dan masukan tersebut perlu dipertimbangkan.

Rencana tersebut perlu menyediakan beberapa cara praktis untuk melindungi pekerja, termasuk layanan medis, promosi kebersihan diri dan mengubah pengaturan pekerjaan (lihat poin III dan IV). Ini adalah upaya bersama yang memungkinkan semua staf, pekerja dan pengusaha (manajer) merasa bangga dan dilibatkan sebagai peserta aktif dalam menciptakan tempat kerja yang aman dan sehat sepanjang waktu.

5 RENCANA KELANGSUNGAN USAHA

Mengintegrasikan keselamatan dan kesehatan ke dalam rencana kontinjensi dan kelangsungan usaha Anda dengan mempertimbangkan ketentuan ketenagakerjaan lainnya, termasuk kegiatan operasi yang harus dilakukan dengan jumlah pekerja yang lebih sedikit.

Catatan: Rencana kelangsungan usaha yang disusun dengan partisipasi penuh dari para pekerja membantu mengidentifikasi resiko-resiko yang mungkin mempengaruhi usaha atau organisasi tertentu yang sedang menghadapi krisis dan merancang beberapa strategi untuk mengurangi dampaknya.



Rencana ini perlu mencakup kegiatan-kegiatan penting yang dimaksudkan untuk memastikan bisnis berjalan terus dengan kondisi yang luar biasa akibat pandemi ini (kerja dari jarak jauh atau *telework*, kerja sesuai giliran atau *shiftwork* dan pengaturan pekerjaan yang tidak biasa dengan jumlah pekerja yang lebih sedikit), termasuk suplai bahan mentah, stok uang tunai untuk situasi darurat, arus kas dari bank, sarana transportasi dan pengiriman produk ke pelanggan.

Rencana ini harus disampaikan ke semua pekerja, kontraktor dan suplier.

6 RENCANA UNTUK PEKERJA YANG SUDAH TERKONFIRMASI ATAU MASIH DIDUGA

Menyusun rencana apa yang perlu dilakukan apabila seorang pekerja diduga atau terkonfirmasi mengidap COVID-19 diidentifikasi di tempat kerja yang mencakup, antara lain, pelaporan, pemantauan dan disinfeksi sesuai panduan nasional.

Catatan: Pengawasan kesehatan adalah upaya pencegahan yang penting. Perusahaan perlu memantau kondisi kesehatan pekerja, membuat protokol untuk kasus dugaan atau konfirmasi COVID-19 dan menyediakan perlindungan medis dan data pribadi, sesuai undang-undang dan pedoman nasional.

Apabila pekerja yang berhubungan dekat dengan mereka diidentifikasi terinfeksi COVID-19, maka mereka perlu diminta untuk mematuhi instruksi petugas layanan medis atau otoritas kesehatan profesional.

Protokol harus ditetapkan untuk pekerja yang memiliki gejala atau terkonfirmasi mengidap COVID-19 agar tetap tinggal di rumah. Poster-poster yang dipasang perlu menyediakan informasi kepada pekerja tentang perlunya tinggal di rumah dan meminta bantuan medis bila muncul gejala COVID-19. Protokol-protokol ini harus disampaikan kepada semua pekerja, seperti melalui poster, dan harus dipajang di lokasi yang mudah terlihat, termasuk di pintu masuk perusahaan. Poster-poster ini juga harus menyediakan informasi tentang tindakan higienis (seperti mencuci tangan dan etika pernapasan sebagaimana diuraikan di bawah ini).

Prosedur administratif juga akan diaktifkan untuk memastikan pekerja menerima manfaat sebagaimana yang ditetapkan dalam undang-undang (lihat poin V, tindakan 25).

7 PEMANTAUAN DAN EVALUASI

Menyusun mekanisme pemantauan dan evaluasi untuk strategi dan rencana pencegahan COVID-19.

Catatan: Strategi dan rencana pencegahan harus dikaji secara teratur untuk memastikan kesesuaiannya dari waktu ke waktu.

Rencana persiapan perusahaan harus sesuai dengan tujuannya. Persiapkan konsep rencana dan kembangkan langkah demi langkah, lengkap dengan informasi terbaru, ketentuan dan ide-ide baru.

Pemantauan secara terus-menerus tentang kondisi K3 dan penilaian resiko yang sesuai dibutuhkan untuk memastikan bahwa tindakan pengendalian diadaptasi dengan situasi wabah yang berubah-ubah, proses-proses tertentu yang terus berkembang, kondisi pekerjaan dan karakteristik tenaga kerja selama pandemi dan masa-masa sesudahnya. Perusahaan perlu memantau layanan kesehatan kerja, dan meminta informasi, materi dan nasehat teknis dari otoritas kesehatan publik setempat dan mitra-mitra lain.

POIN III. MENGADAKAN PENILAIAN RESIKO

8 PEMETAAN BAHAYA

Memetakan bahaya semua kegiatan pengoperasian, yang mencakup segala jenis pekerjaan.

Catatan: Bahaya adalah segala sesuatu yang berpotensi membahayakan keselamatan dan kesehatan seseorang. Dalam menilai resiko COVID-19, bahaya adalah virus yang menyebabkan COVID-19 dan karakteristiknya, termasuk pola transmisi dan persistensi virus ini di berbagai jenis permukaan, perlu dipertimbangkan dalam memetakan bahaya.

Berjalanlah di sekitar tempat kerja dan cari tahu apa yang mungkin menjadi faktor penyebab paparan virus agar dapat mengidentifikasi jenis pekerjaan dan proses mana dan bagian mana dari perusahaan yang berpotensi menimbulkan infeksi (sentuhan antar orang atau orang dengan peralatan yang mungkin sudah terkontaminasi).

Walaupun identifikasi bahaya perlu dilaksanakan dalam kondisi kerja normal, namun pandemi ini mengharuskan kita untuk menilai apakah resikonya berubah untuk jenis pekerjaan yang berbeda. Sebagai contoh, kita mungkin perlu mempertahankan kegiatan produksi dengan jumlah pekerja yang lebih sedikit. Beroperasi dengan jumlah tenaga kerja yang lebih sedikit mungkin akan meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja karena faktor teknis dan manusia, seperti kurangnya kontrol mesin, faktor stres atau kelelahan.

9 PENILAIAN RESIKO

Menilai resiko interaksi potensial antar pekerja, kontraktor, pelanggan dan tamu di tempat kerja, serta kontaminasi di lingkungan kerja, dan melaksanakan upaya untuk mengatasi resiko yang sudah diidentifikasi.

Catatan: Agar dapat mengambil tindakan yang tepat untuk melindungi pekerja dari resiko terpapar virus ini di tempat kerja –selama dapat diterapkan dengan mudah– pengusaha perlu melaksanakan penilaian resiko.

Penilaian resiko adalah proses menilai resiko terhadap keselamatan dan kesehatan yang ditimbulkan oleh bahaya di tempat kerja.

Secara umum, resiko pekerjaan adalah kombinasi kemungkinan terjadinya hal berbahaya dan tingkat keseriusan cedera atau kerugian terhadap kesehatan manusia akibat peristiwa ini.

Oleh karena itu, penilaian resiko penularan di tempat kerja perlu mempertimbangkan hal-hal berikut:

- **Kemungkinan terpapar virus**, dengan mempertimbangkan karakteristik virus tersebut, termasuk transmisinya, seperti dari orang ke orang melalui tetesan kecil yang keluar dari hidung atau mulut (*droplets*) atau transmisi melalui obyek dan permukaan benda yang sudah terkontaminasi oleh tetesan cairan tersebut.
- **Tingkat keseriusan kondisi kesehatan yang ada**, dengan mempertimbangkan faktor-faktor individual, termasuk usia, riwayat penyakit dan kondisi kesehatan, serta tindakan yang ada untuk mengontrol dampak virus.

Penilaian resiko memungkinkan pihak penilai untuk menentukan apakah langkah pencegahan yang ada sudah tepat atau apakah ada tindakan-tindakan lain yang perlu diambil untuk mencegah bahaya kepada mereka yang terpapar resiko tersebut, termasuk pekerja, kontraktor, pelanggan, dan tamu. Pengusaha bertanggung jawab merevisi penilaian ini bila ada perubahan proses kerja dan/atau munculnya resiko baru atau bila pengendalian resiko yang ada sudah tidak memadai lagi.

BAGAIMANA CARA MENILAI RESIKO DI TEMPAT KERJA

Ikuti kelima langkah berikut:

- Langkah 1** Mengidentifikasi bahaya.
- Langkah 2** Mengidentifikasi siapa yang mungkin terpapar dan bagaimana hal itu bisa terjadi.
- Langkah 3** Mengevaluasi resiko—mengidentifikasi dan menentukan tindakan pengendalian resiko keselamatan dan kesehatan.
- Langkah 4** Mencatat siapa yang bertanggung jawab untuk mengambil tindakan pengendalian resiko dan berapa lama jangka waktunya.
- Langkah 5** Mencatat hasil temuan, memantau dan mengkaji penilaian resiko serta memperbaharainya bila perlu.

Tindakan untuk mencegah dan memitigasi COVID-19 di tempat kerja perlu dilaksanakan seiring tindakan untuk mengatasi resiko keselamatan dan kesehatan yang lain di tempat kerja. Prinsip kehati-hatian perlu diterapkan untuk menghindari terpapar virus yang dapat menimbulkan sumber resiko baru. Hal yang penting adalah beberapa faktor tertentu, termasuk namun tidak terbatas pada perjalanan dinas yang aman dan ketersediaan staf dan layanan keselamatan yang kritis (perawatan, P3K, layanan darurat dll.) perlu dinilai.

Kerjasama dengan pekerja, manajer dan staf K3 merupakan hal yang sangat penting. Apabila penilaian resiko telah dilaksanakan, maka rencana aksi dapat dipersiapkan, dengan menunjukkan kegiatan pengendalian resiko mana yang akan dilaksanakan. Sesuai hirarki pengendalian, yang menguraikan urutan prioritas untuk tindakan preventif dan protektif, pertama-tama tindakan ini perlu dimaksudkan untuk menghilangkan resiko dan bila mungkin, mengurangnya. Tindakan kolektif untuk melindungi semua orang adalah lebih diutamakan (seperti *teleworking*, pemasangan tirai pemisah, jarak sosial) dan bila perlu, dikombinasikan dengan kegiatan-kegiatan individual seperti pemakaian APD, yang merupakan lini pertahanan terakhir.

Potensi terpapar virus akan meningkat bila bersentuhan dengan lebih banyak orang. Pada gilirannya nanti, kemungkinan terpapar akan berkurang dengan menghindari sentuhan dengan orang lain.

Setiap penilaian resiko perlu mempertimbangkan hari kerja secara keseluruhan, serta resiko yang terkait dengan perjalanan ke tempat kerja, akses ke tempat-tempat umum (seperti kantin dan fasilitas sanitasi) dan tempat-tempat di gedung dimana pekerja biasa berkumpul.

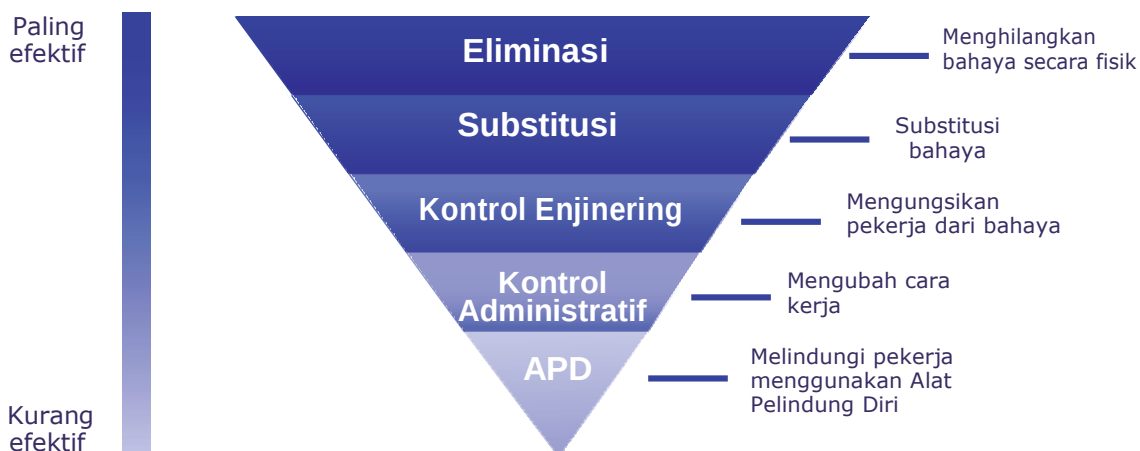
Eliminasi/substitusi. Dikarenakan bahaya kerja (virus) belum dapat dihilangkan atau diganti saat perusahaan dibuka kembali, maka kombinasi tindakan preventif dibutuhkan untuk melindungi pekerja dari paparan virus corona.

Kontrol enjinering. Kegiatan pengendalian ini mencakup kegiatan perbaikan yaitu dengan memperbesar ventilasi di lingkungan kerja; dengan memasang batasan fisik, seperti tirai transparan agar terhindar dari bersin; atau dengan memasang jendela *drive-through* untuk layanan pelanggan.

Kontrol administratif dan organisasional. Kegiatan pengendalian ini dilakukan dengan mengubah kebijakan atau prosedur kerja untuk mengurangi atau meminimalisir paparan bahaya, seperti dengan menerapkan kerja bergilir (*shift*) ekstra; jarak fisik; atau praktek pengendalian higienis dan infeksi yang baik, yang ditujukan kepada pekerja maupun tempat kerja.

APD. Walaupun kontrol enjinering dan administratif dianggap lebih efektif, namun APD mungkin juga diperlukan untuk mencegah jenis paparan tertentu, khususnya untuk jenis pekerjaan yang paling berbahaya.

Hirarki Pengendalian



Pemakaian masker mungkin dapat menciptakan rasa aman yang bersifat semu bagi pemakainya, sehingga praktek tindakan pencegahan yang bermanfaat adalah dengan misalnya menjaga jarak secara fisik dan menjaga kebersihan tangan.

Untuk informasi lebih lanjut, lihat kebijakan ILO “A safe and healthy return to work during the COVID19 pandemic”[disini](#).²

POIN IV. MENGATUR PEKERJAAN

10 TELEWORKING

Mempromosikan kerja dari jarak jauh (*teleworking*) untuk pekerja non-kritis guna mengurangi transmisi COVID-19 di tempat kerja.

Catatan: *Teleworking*³ perlu diterapkan bila memungkinkan karena *teleworking* merupakan tindakan preventif yang efektif, terutama bagi pekerja beresiko tinggi (pekerja yang mengidap penyakit kronis, pekerja lanjut usia). Penyedia layanan kesehatan kerja yang berkompeten atau, bila ada, dokter perusahaan dapat menentukan pekerja mana yang perlu diprioritaskan apabila kegiatan *teleworking* masih terbatas. Kebutuhan keluarga (seperti pekerja yang memiliki anak-anak atau merawat orang tua atau anggota keluarga yang beresiko tinggi) juga perlu dipertimbangkan sebagai calon untuk melaksanakan *teleworking*.



Teleworking adalah opsi pengaturan kerja yang dapat diambil walaupun dalam situasi non-pandemi sekalipun. Manfaat opsi ini untuk pekerja antara lain adalah berkurangnya waktu perjalanan, otonomi yang lebih besar dalam hal jam kerja sehingga lebih fleksibel dalam mengatur jam kerja, keseimbangan yang lebih baik secara keseluruhan antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi serta produktivitas yang lebih tinggi. Perusahaan memperoleh manfaat dari opsi ini melalui keseimbangan yang lebih baik antara pekerjaan dengan kehidupan pribadi, sehingga peningkatan motivasi pekerja, berkurangnya pergantian pekerja dan peningkatan produktivitas dan efisiensi, serta mengurangi kebutuhan akan ruang kantor dan biaya terkait.

Untuk memastikan *teleworking* berjalan efektif, kegiatan ini perlu didasari pada dialog dan kerjasama antara pihak manajemen dengan pekerja. Lebih penting lagi bila *teleworking* dilakukan sesuai kerja penuh waktu. Pekerja dan manajer yang bekerja di rumah perlu diberi akses ke perangkat keras dan perangkat lunak yang tepat, bantuan teknis serta pelatihan. Hal lain yang tak kalah pentingnya adalah kita perlu memastikan lingkungan kerja yang aman, termasuk dengan menyediakan akomodasi bagi penyandang disabilitas serta mengatasi masalah perundungan siber (*cyber-bullying*) dan kekerasan rumah tangga.

2.https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/briefingnote/wcms_745549.pdf

3. *Teleworking* adalah bekerja dari rumah, dan komunikasi dengan kantor dilakukan via telepon, email atau internet.

Tantangan yang mungkin dihadapi *teleworking* (isolasi, kurangnya interaksi langsung dengan sesama pekerja, manajer dan klien) perlu dipertimbangkan secara seksama.

11 KERJA SHIFT

Apabila *teleworking* tidak dapat dilakukan, maka terapkan kerja *shifts* untuk menghindari konsentrasi pekerja yang terlalu banyak di fasilitas perusahaan.

Catatan: Apabila sifat pekerjaan tidak memungkinkan diterapkannya *teleworking*, maka kerja *shift* dapat diterapkan agar jumlah pekerja di perusahaan dapat dikurangi. Upaya ini juga membantu mempertahankan jarak yang aman (secara fisik maupun sosial) di tempat kerja.

Kerja *shift* perlu direncanakan sesuai kebutuhan bisnis, kewajiban dalam hal keselamatan dan kesehatan dan kebutuhan dan keinginan pribadi para pekerja. Tawarkan pekerja pilihan *shift* yang ada sesuai kebutuhan dan keinginan pribadi mereka, seperti kondisi kesehatan, situasi rumah tangga (seperti tanggung jawab keluarga) dan perbedaan atau keinginan masing-masing (misalnya “pekerja yang lebih suka bekerja di pagi hari” vs. “pekerja yang lebih suka bekerja di malam hari”).

12 PERJALANAN DINAS

Perjalanan perlu dihindari bila tidak penting. Buatlah penilaian terhadap resiko infeksi COVID-19 saat Anda merencanakan perjalanan dinas (untuk semua tahap perjalanan dan tugas pekerjaan).

Catatan: Semua perjalanan dinas yang kurang penting harus ditunda. Resiko infeksi COVID-19 perlu diatasi untuk semua tahap perjalanan dinas dan tugas pekerjaan yang penting. Informasi penting mencakup pembatasan perjalanan dinas dan rekomendasi yang dikeluarkan pihak otoritas nasional atau internasional, informasi terbaru tentang tempat-tempat dimana COVID-19 sedang mewabah dan resiko kesehatan bagi pekerja yang melakukan perjalanan dinas.

Memastikan semua pekerja yang melakukan perjalanan dinas sudah diberi pengarahan oleh tenaga profesional yang memenuhi syarat tentang langkah-langkah pencegahan dan, bila mungkin, pertimbangkan untuk mengeluarkan beberapa botol kecil cairan yang mengandung alkohol untuk menyeka tangan.

Transportasi umum/bersama, terutama bila digunakan oleh berbagai sektor masyarakat, seperti kereta bawah tanah, kereta api dan terminal (terutama fasilitas yang melayani kota-kota besar), biasanya memiliki resiko terpapar virus yang tinggi. Sarana transportasi alternatif, seperti berjalan sambil jaga jarak secara fisik dari orang lain atau menggunakan sepeda atau mobil, mungkin opsi yang cocok selama pandemi ini, walaupun dua opsi pertama tadi lebih disukai karena ramah lingkungan dan termasuk olahraga sehat.

13 RAPAT

Menghindari rapat-rapat langsung, berikan prioritas pada rapat via panggilan telepon, email atau rapat virtual. Jika Anda perlu mengadakan rapat langsung, sediakan ruang rapat yang memungkinkan jarak fisik yang memadai.

Catatan: Rapat perlu dihindari bila mungkin dan diganti dengan rapat via panggilan telepon, konferensi video atau menggunakan email. Apabila rapat tidak dapat dihindari, maka harus dipastikan adanya jarak fisik yang memadai.

14 PELATIHAN

Menyediakan pelatihan untuk pihak manajemen, pekerja dan perwakilan mereka tentang tindakan-tindakan yang diambil untuk mencegah resiko terpapar virus dan apa yang perlu dilakukan bila terjadi infeksi COVID-19. Untuk pekerja beresiko tinggi, pelatihan ini perlu mencakup pemakaian, perawatan dan pembuangan APD yang tepat.

Catatan: Program-program pelatihan harus melibatkan semua pekerja perusahaan, dan harus diselenggarakan oleh petugas berkompeten dan mencakup tindakan-tindakan yang perlu diambil untuk mengurangi transmisi virus di tempat kerja. Hal ini mencakup kebersihan tempat kerja, jarak fisik, perilaku sehat, pengaturan kerja yang sudah disesuaikan (seperti *telework* serta jam kerja dan jam istirahat yang sudah disesuaikan), serta mengidentifikasi dan mengelola kasus dugaan COVID-19 dan, bila perlu, cara pemakaian APD yang tepat.

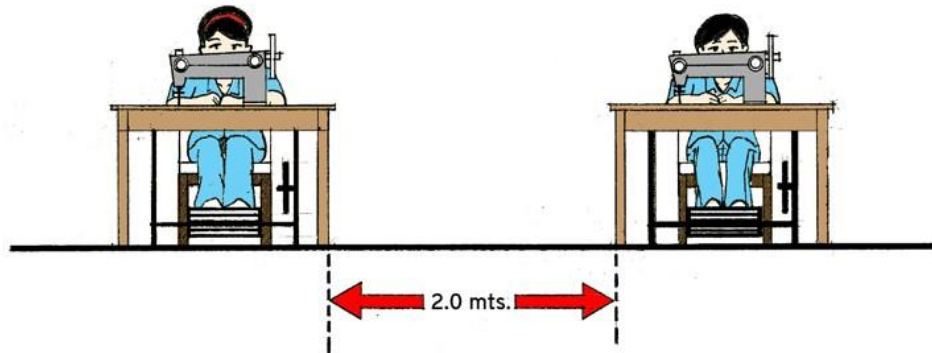
15 PEKERJA TRANSPORTASI

Membantu staf pengiriman, sopir truk dan pekerja transportasi lain untuk mengurangi kontak langsung dengan pelanggan dan memastikan kebiasaan untuk menjaga kebersihan diri seperti mencuci tangan dan memakai *handsanitizers*. Pertimbangkan untuk menyediakan APD apabila mereka harus kontak langsung dengan klien.

Catatan: Pekerja transportasi, seperti sopir truk dan staf pengiriman, harus diminta untuk membatasi kontak mereka dengan pelanggan, harus memastikan kebersihan diri (mencuci tangan/memakai *handsanitizer*) dan harus diberi akses ke toilet, ruang ganti pakaian dan bila mungkin kamar mandi, sambil menjaga jarak fisik dan kebersihan. Apabila kontak langsung dengan pelanggan atau pekerja lain tidak dapat dihindari, maka APD perlu disediakan oleh pengusaha. Pembayaran sebaiknya dilakukan menggunakan sarana elektronik (transfer bank) atau kartu kredit via metoda non-kontak bila mungkin.

16 JARAK FISIK

Mengatur pekerjaan dengan cara yang memungkinkan adanya jarak fisik minimal 2 meter (6 kaki) dari orang lain atau jarak lain yang ditentukan pihak berwenang yang berkompeten.



Catatan: Perusahaan perlu memperkenalkan upaya untuk menjaga jarak minimal 2 meter antar manusia dan menghindari kontak fisik secara langsung. Beberapa negara mungkin menerapkan standar minimal yang berbeda untuk jarak fisik, dan oleh karena itu kita perlu menghormati jarak fisik yang ditentukan pihak berwenang. Dikarenakan undang-undang mewajibkan adanya “standar minimum”, maka pengusaha dapat selalu memperlebar jarak tersebut apabila lokasi atau jenis pekerjaan memungkinkan.

Jarak 2 meter antar pekerja dianggap memadai, kecuali bila panduan nasional atau hasil penilaian resiko menentukan lain.

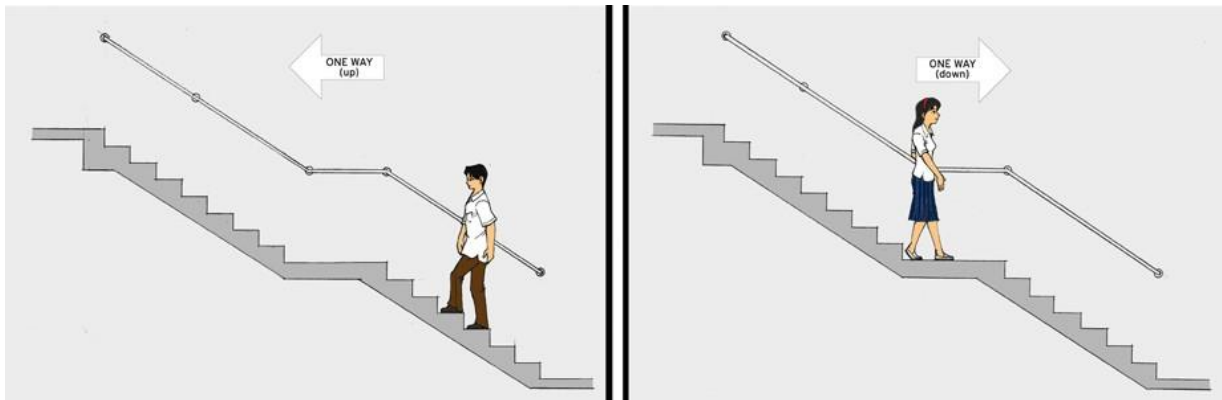
Apabila jarak fisik minimal 2 meter tidak dapat diterapkan karena sifat kegiatan tertentu, maka upaya mitigasi alternatif yang mencakup kegiatan yang disesuaikan; seperti menempatkan pekerja untuk bekerja bersebelahan atau saling membelakangi dan bukan saling berhadapan; dan memasang partisi atau pembatas di semua sudut interaksi dan dibersihkan secara teratur.

Partisi atau pembatas ini harus yang terusan (tanpa lobang atau celah) dan kedap (tahan air agar dapat menghambat tetesan cairan pernapasan) dan harus transparan di lokasi-lokasi yang sering dikunjungi publik. Partisi ini tidak boleh mengakibatkan orang lain terjatuh atau tersandung dan tidak boleh menghambat atau menunda kegiatan evakuasi dari kantor apabila terjadi situasi darurat (kebakaran, ledakan, gempa bumi dll.).



TIRAI TRANSPARAN MEMBANTU MENGHINDARI KONTAK LANGSUNG ANTAR MANUSIA SERTA MENGURANGI RESIKO INFEKSI.

Pemakaian jalur dan tangga satu arah perlu dipromosikan dan dipasang tanda yang sesuai.



Pemasangan tanda di lantai juga merupakan cara sederhana untuk menandakan jarak fisik yang diwajibkan di tempat kerja.

Awal dan akhir *shift* mungkin merupakan tantangan dalam mempertahankan jarak fisik yang tepat, namun tindakan perusahaan seperti mengurangi kontak antar bagian perusahaan saat ini atau menerapkan waktu awal dan akhir *shift* yang berbeda mungkin dapat dijadikan solusi.

17 MENCUCI TANGAN

Sediakan beberapa tempat yang memadai dan mudah dijangkau staf, pelanggan dan tamu dimana mereka dapat mencuci tangan menggunakan sabun dan air atau mendisinfeksi tangan mereka menggunakan *sanitizers*, dan promosikan budaya cuci tangan.

CUCI TANGAN DENGAN SABUN DAN AIR SESUAI METODE WHO ADALAH CARA YANG SEDERHANA DAN EFEKTIF UNTUK MENGURANGI RESIKO COVID-19.

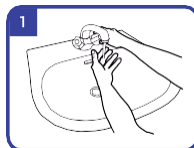
BERSIHKAN TELAPAK TANGAN, JARI, PERGELANGAN TANGAN, DAN BAGIAN BELAKANG KEDUA

TANGAN ANDA MENGGUNAKAN SABUN. CUCI TANGAN ANDA SECARA TERATUR DAN SERING!

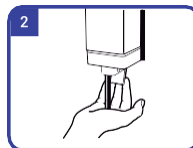
Catatan: Kebersihan diri harus dipastikan untuk setiap orang yang masuk ke perusahaan, tidak saja untuk staf tapi juga pekerja eksternal (seperti sopir truk), pelanggan, inspektur atau tamu. Pasang fasilitas cuci tangan atau jel alkohol (dengan kadar 60%) di pintu masuk dan di semua lokasi/area kerja. Tempat cuci tangan harus dijaga kebersihannya, dan dapat digunakan untuk mencuci tangan menggunakan air dan sabun dan harus dilengkapi dengan beberapa fasilitas agar tangan dapat dikeringkan dan disediakan tempat sampah untuk membuang barang-barang yang sudah digunakan. Papan tanda yang berisi cara mencuci tangan yang benar perlu dipasang dan mudah dilihat di tempat-tempat yang sesuai agar dapat mempromosikan cara mencuci tangan yang benar.

Ciptakan praktek cuci tangan di perusahaan sehingga orang dapat mencuci tangan secara seksama. Pasanglah beberapa poster yang memperlihatkan cara mencuci tangan sesuai metode WHO.

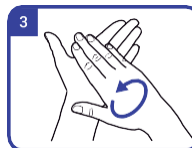
https://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf?ua=1



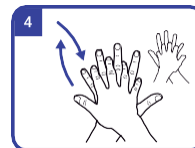
Bilas tangan dengan air



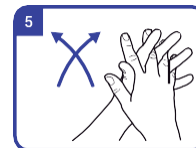
Pakai sabun yang cukup untuk menutup semua permukaan tangan



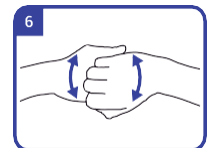
Gosok telapak tangan secara bergantian



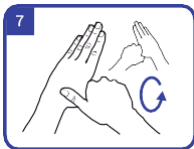
Telapak tangan kanan berada di atas punggung kiri dengan jari saling terkait dan sebaliknya



Telapak tangan saling tumpang tindih dengan jari saling terkait



Belakang jari ke telapak tangan satu lagi dengan jari saling terkunci



Gosok ibu jari kiri secara berputar di telapak tangan kanan dan sebaliknya



Gosok secara berputar, ke depan dan belakang dengan jari tangan kanan berkaitan di telapak tangan kiri dan sebaliknya



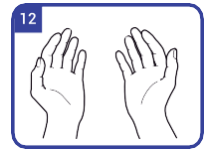
Bilas tangan dengan air



Keringkan tangan secara menyeluruh menggunakan handuk kecil



Gunakan handuk kecil untuk mematikan keran



Tangan Anda kini sudah bersih sempurna

18 SANITIZER

Letakkan dispenser sanitasi untuk mencuci tangan di tempat-tempat yang mudah terlihat di sekitar tempat kerja dan pastikan dispenser ini diisi ulang secara teratur.

Catatan: Lakukan disinfeksi tangan Anda secara teratur dan seksama menggunakan *handsanitizer* yang mengandung alkohol jika Anda tidak dapat menggunakan sabun dan air. Berikan cairan *sanitizer* selebar koin pada telapak tangan Anda. Jangan gunakan cairan produk ini secara berlebihan. Jangan sentuh mata, mulut atau hidung setelah menggunakan *hand sanitizer* karena dapat menimbulkan iritasi. *Handsanitizer* yang dianjurkan untuk perlindungan dari COVID-19 adalah yang mengandung alkohol dan oleh karena itu mudah terbakar. Jangan gunakan cairan ini saat menangani kebakaran atau memasak atau melakukan kegiatan di dekat api yang sedang menyala, karena dapat membuat *sanitizer* terbakar. Ingat, mencuci tangan menggunakan sabun dan air juga merupakan cara efektif untuk mengatasi COVID-19.

Mencuci tangan menggunakan sabun dan air atau cairan alkohol untuk menggosok tangan akan membunuh virus yang mungkin ada di tangan Anda. Apabila tangan terlihat kotor, cuci dengan sabun dan air. Jika Anda menggunakan *handsanitizer* yang mengandung alkohol, pastikan Anda menggunakannya dan menyimpannya secara hati-hati.

19 KEBERSIHAN

Promosikan budaya membersihkan meja dan ruang kerja, kenop pintu, telepon, *keyboard* dan alat kerja Anda secara teratur menggunakan disinfektan, dan lakukan disinfeksi tempat-tempat umum secara teratur, termasuk toilet. Permukaan yang sering disentuh perlu lebih sering dibersihkan. Tergantung kegiatan kerja tertentu, pertimbangkan untuk menyewa layanan kebersihan dan disinfeksi.



BERSIHKAN DAN DISINFEKSI LANTAI, KERAN AIR DAN KENOP PINTU SESERING MUNGKIN. IA DAPAT MENJADI SUMBER INFEKSI KARENA BANYAK DIGUNAKAN ORANG SETIAP HARI. BERIKAN PELATIHAN UNTUK PETUGAS KEBERSIHAN AGAR DAPAT MELINDUNGI DIRI SENDIRI.

Catatan: Memastikan kebersihan dan disinfeksi benda-benda dan permukaan yang sering disentuh, seperti meja dan area kerja, kenop pintu, saklar lampu, telepon, *keyboard* dan peralatan kerja. Permukaan yang sering disentuh, termasuk tempat-tempat umum, dapur dan area persiapan makanan, kamar mandi, toilet dan permukaan peralatan kerja, perlu lebih sering dibersihkan dan didisinfeksi.

Tergantung jenis kegiatan pengoperasian yang ada, menyewa jasa kebersihan dan disinfeksi atau mengangkat staf baru untuk melaksanakan tugas tersebut juga merupakan opsi yang dapat dipilih. Staf kebersihan perlu bekerja antar *shift* untuk menghindari kontak dengan pekerja lain. Staf lain perlu meninggalkan lokasi kerja dalam keadaan rapih untuk menghindari tugas kebersihan yang berlebihan. Staf kebersihan mungkin beresiko lebih tinggi terpapar virus ini atau bahaya lain (seperti bahaya kimiawi, fisik dan ergonomis), oleh karena itu mereka perlu diberi pelatihan yang memadai tentang tindakan preventif. Pengusaha perlu menyediakan mereka APD yang sesuai termasuk masker pelindung, sarung tangan karet (ingat, pemakaian sarung tangan tidak dapat menghapus perlunya membersihkan tangan secara teratur!), apron, topi dan sepatu boot.

Mereka membutuhkan tong sampah yang dilengkapi kantong plastik yang dapat dikosongkan tanpa harus menyentuh isinya. Tisu, *sanitizer* dan disinfektan juga harus selalu tersedia.

Kendaraan perusahaan harus juga dibersihkan secara teratur (pegangan pintu dan bagian dalam kendaraan) dan dilengkapi alat pembersih tangan dan disinfeksi, handuk kertas dan tong sampah.

Bila mungkin, setiap anggota staf kebersihan harus menggunakan dan merawat peralatan masing-masing, yang harus dibersihkan dan didisinfeksi secara teratur (terutama bagian pegangan, permukaan dan saklar tombol tekan). Peralatan yang digunakan bersama harus dibersihkan dan didisinfeksi setelah setiap kali digunakan oleh masing-masing pengguna.

20 VENTILASI

Tingkatkan ventilasi pembuangan dan perbesar suplai udara bersih di ruangan dan ruang pengoperasian yang beresiko tinggi terpapar virus ini.

BUKA JENDELA UNTUK MEMPERBESAR VENTILASI.

ALIRAN UDARA SEGAR AKAN MENGURANGI RESIKO

TERPAPAR VIRUS INI.



Catatan: Peningkatan ventilasi dengan menyalurkan udara alami atau ventilasi artifisial adalah cara yang efektif untuk menghilangkan virus yang menyebar dalam bentuk cairan yang sangat halus (cairan yang mampu mengambang di udara dan menyebar jauh). Ia juga akan memperbaiki sanitasi dan mutu udara.

Membuka jendela di sisi berlawanan dari ruangan tersebut adalah tindakan yang dapat dilakukan.

21 KEBERSIHAN PERNAPASAN

Promosikan dan komunikasikan kebersihan pernapasan di tempat kerja, seperti menutup mulut dan hidung dengan siku atau tisu saat batuk atau bersin.

Catatan: Kebersihan pernapasan adalah bagian dari kebersihan pribadi dan mencakup tindakan menutup mulut dan hidung dengan tisu atau bila tidak ada, dengan siku saat batuk atau bersin. Tindakan sederhana ini akan membatasi penyebaran cairan pernapasan di lingkungan tersebut dan mengurangi resiko pencemaran tangan. Buang tisu segera setelah digunakan di tong sampah terdekat yang tertutup lalu cuci dan keringkan (sanitasi) tangan Anda.

**BILA TIDAK ADA TISU, BERSIN ATAU BATUK HARUS
DITUTUPI SIKU DAN BUKAN TANGAN ANDA.**

**INI DAPAT MEMBANTU MENCEGAH PENYEBARAN
PENYAKIT PERNAPASAN seperti covid-19.**



22 JARAK SOSIAL

Pastikan adanya jarak sosial di tempat kerja dan hindari sejauh mungkin “tempat-tempat berkumpul” (yaitu tempat-tempat dimana pekerja sering bertemu dan berkumpul).

Catatan: Kepadatan orang di gedung perlu dikurangi dengan memastikan jarak fisik minimal 2 meter untuk lokasi kerja dan tempat-tempat umum, termasuk *pantries* dan dapur.

Meja dan kursi perlu diletakkan saling berjauhan. Antrian perlu dihindari, dan jarak aman dapat diberi tanda secara mudah dengan menggunakan salotip untuk memberi tanda di lantai di depan konter makanan, tempat pengambilan dan pembuangan sampah dan di lokasi manapun yang diperlukan. Waktu penyajian makanan dapat diperpanjang bila perlu.

Apabila layanan makanan disediakan, penyediaan makanan kotak dan air minuman dalam botol dapat dijadikan opsi untuk menghindari antrian di kafetaria, dapur atau kantin. Staf perlu diinstruksikan untuk masuk ke ruangan satu per satu untuk mengambil makanan dan minuman mereka.

Penetapan waktu yang berbeda untuk pengambilan makanan dapat diterapkan untuk beberapa tim kerja atau departemen.

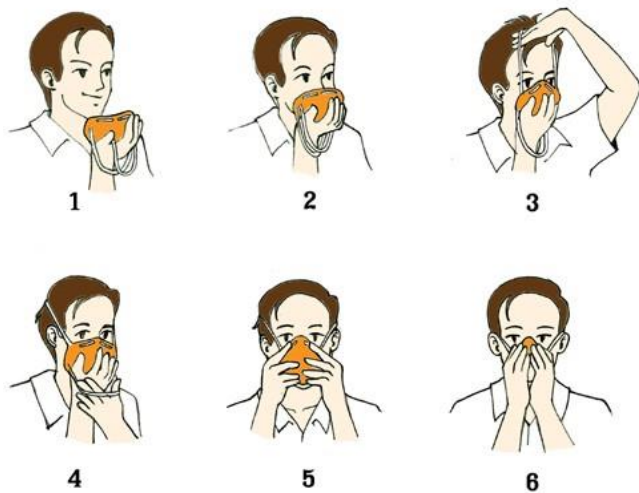
Satu ruangan besar, bersih dan aman, mungkin dengan dua pintu untuk memastikan adanya pintu keluar masuk satu arah bagi pejalan kaki, adalah sangat ideal untuk tujuan ini.

Papan tanda perlu dipasang di pintu masuk kamar mandi dan ruang ganti baju sehingga hanya boleh digunakan satu orang secara bergantian. Atau, tindakan yang tepat perlu diterapkan untuk memastikan adanya jarak fisik (seperti pemisah ruangan, partisi, dll.).

23

MASKER DAN TISU

Sediakan masker yang sesuai dan tisu kertas di lokasi kerja, untuk digunakan mereka yang mengidap pilek atau batuk, dan tong sampah tertutup untuk membuang tisu tersebut secara higienis.



**GUNAKAN MASKER BILA ANDA
BATUK ATAU BERSIN.**

Catatan: Masker yang sesuai perlu disediakan untuk pekerja yang memiliki gejala (seperti pilek atau batuk) lengkap dengan tong sampah tertutup untuk membuang masker tersebut. Tisu buang atau tisu sekali pakai, perlu disediakan untuk mereka.

24 ISOLASI DI TEMPAT KERJA

Buatlah pengaturan isolasi mereka yang memiliki gejala COVID-19 di tempat kerja, sambil menunggu pengalihan ke fasilitas kesehatan yang tepat. Buatlah pengaturan untuk melaksanakan disinfeksi di tempat kerja dan lakukan pengawasan kesehatan terhadap mereka yang bersentuhan dengan orang-orang yang memiliki gejala.

Catatan: Apabila ada orang yang memiliki gejala di tempat kerja, maka ia perlu segera diisolasi di sebuah ruangan terpisah. APD perlu diberikan kepada mereka dengan cara yang aman. Misalnya, APD dapat diletakkan di ruangan dimana pekerja yang memiliki gejala tersebut akan diisolasi saat mereka belum masuk. Apabila hal ini tidak dapat dilakukan, APD dapat diletakkan di pintu ruang isolasi, sehingga pekerja yang memiliki gejala dapat mengambilnya tanpa bersentuhan dengan siapapun. Pengusaha harus mematuhi instruksi otoritas kesehatan setempat secara seksama.

Perlu diingat bahwa walaupun sebagian besar pasien COVID-19 memperlihatkan gejala ringan, namun gejala parah (seperti sulit bernapas) membutuhkan perhatian medis segera di fasilitas kesehatan yang tepat.

Perusahaan harus melakukan disinfeksi pada lingkungan kerja sesuai instruksi otoritas kesehatan setempat. Kerjasama perusahaan perlu diberikan apabila sesama pekerja atau orang lain perlu ditelusuri kalau-kalau mereka ada kontak dengan pekerja yang sudah terinfeksi.

Pekerja yang mengidap COVID-19 dapat kembali bekerja setelah memenuhi persyaratan kesehatan nasional atau setempat. Segala jenis diskriminasi, saling menyalahkan atau stigma⁴ perlu dihindari.

POIN V. MELINDUNGI DAN MEMBANTU PEKERJA

25 CUTI DAN TUNJANGAN

Sesuai peraturan nasional, memperluas akses untuk mendapatkan cuti sakit, tunjangan sakit dan cuti orang tua/merawat orang tua dan memberitahukannya kepada semua pekerja.

Catatan: Apabila undang-undang nasional tidak mengatur tentang hal ini, perusahaan dapat menerapkan praktek berikut: pekerja yang terjangkit COVID-19 dapat memperoleh cuti sakit atau tunjangan sakit, selama mereka belum mampu bekerja, agar dapat menutup konsekuensi kerugian akibat suspensi penghasilan mereka. Semua pekerja berhak memperoleh informasi yang memadai tentang tunjangan teratur dan tunjangan yang diperluas.

26 INFORMASI TENTANG HAK PEKERJA UNTUK MENGUNGSI BILA DI DEKAT BAHAYA ATAU MENGUNGSI DARI BAHAYA SERIUS

Informasikan pekerja bahwa mereka berhak mengungsikan diri dari lokasi kerja yang dekat bahaya atau mengandung bahaya serius bagi kehidupan atau kesehatan mereka, sesuai undang-undang nasional dan prosedur yang telah ditetapkan, dan harus segera memberitahukan supervisor mereka tentang situasi ini.

Catatan: Sesuai undang-undang nasional, beritahukan kepada staf tentang hak mereka untuk mengungsi dari situasi apapun yang mereka yakini mengandung bahaya serius bagi kehidupan dan kesehatan mereka, serta perlu segera memberitahukan supervisor mereka.

4. ILO menetapkan stigma yang terkait dengan penyakit sebagai tindakan eksklusi, penolakan atau devaluasi oleh orang lain terhadap pasien dan keluarga mereka atas dasar penolakan secara sosial atau inferioritas.

27 KOMUNIKASI DENGAN PEKERJA

Pelihara komunikasi teratur dengan pekerja dan perwakilan pekerja, termasuk melalui internet atau, bila tidak mungkin, melalui telepon.



Catatan: Komunikasi harus dipelihara dengan pekerja yang sakit dan keluarga mereka, dan dengan pekerja yang sementara ini melaksanakan *teleworking*, untuk memastikan adanya bantuan yang diperlukan dari perusahaan dan untuk memberi dukungan moral.

28 RESIKO PSIKOSOSIAL

Bantulah pekerja dalam mengatasi resiko psikososial yang muncul atau bentuk-bentuk pengaturan kerja yang baru dan dalam mempromosikan dan mempertahankan gaya hidup sehat, termasuk dalam hal makanan, istirahat dan tidur, olahraga dan kontak sosial dengan teman-teman dan keluarga.

Catatan: Pastikan pengaturan kerja yang baru (seperti *teleworking*) berfungsi dengan baik dan tidak menimbulkan atau memperburuk resiko psikososial. Selama wabah seperti COVID-19, seluruh masyarakat semakin stres sehingga dapat menimbulkan dampak serius terhadap kesehatan mental mereka, terutama bila diterapkan isolasi wajib di rumah. Perasaan tidak menentu mungkin akan meningkat, dan keresahan yang dipicu oleh pengaturan kerja baru tersebut. Hal ini menunjukkan perlunya memperkuat kontak dengan mereka yang bekerja dari rumah dan pekerja sakit.

Dengan terus berhubungan dengan pekerja kita dapat mengidentifikasi apakah pekerja butuh bantuan teknis atau psikososial lain.

Di samping itu, perusahaan perlu mendorong dan memberi nasehat kepada pekerja untuk menerapkan dan memelihara gaya hidup sehat, karena makan yang seimbang dan tidur yang cukup akan mempengaruhi fungsi imunisasi secara positif, karena olahraga memiliki dampak positif pada suasana hati seseorang. Olahraga terutama perlu dipromosikan di kalangan pekerja yang dibatasi di rumah.

29 TINGGAL DI RUMAH

Sesuai panduan pihak berwenang setempat, mintalah pekerja yang diduga mengidap gejala COVID-19 untuk tidak datang ke tempat kerja dan mematuhi aspek-aspek lain dari panduan tersebut.

Catatan: Pekerja yang memiliki gejala COVID-19 tidak boleh datang ke tempat kerja. Mereka harus tinggal di rumah dan mematuhi instruksi yang diberikan otoritas kesehatan. Sebagian besar negara telah membuat instruksi kepada masyarakat umum (seperti nomor telepon khusus yang tersedia 24-jam oleh staf kesehatan terkait) yang perlu dipatuhi bila memiliki gejala-gejala yang sama seperti

COVID-19.

Layanan kesehatan kerja akan mengawasi pemantauan kesehatan pekerja ditempat kerja dan oleh karena itu bertanggung-jawab, antara lain atas fungsi, untuk melacak kasus-kasus terkonfirmasi dan kasus dugaan; melacak penularan potensial dan menginstruksikan pekerja untuk menjalani karantina; serta memberitahu otoritas kesehatan publik dan otoritas jaminan sosial.

30 MEMBERI NASEHAT KEPADA PEKERJA

Beritahukan pekerja untuk menghubungi penyedia layanan kesehatan mereka atau kementerian kesehatan publik setempat bila mereka memiliki masalah kesehatan yang serius, seperti sulit bernapas, dan memberi informasi rinci tentang perjalanan dinas terbaru dan gejala-gejala yang ia miliki.

Catatan: Menghubungi penyedia layanan kesehatan Anda (seperti dokter umum) atau otoritas kesehatan publik setempat bila memiliki gejala yang mirip dengan COVID-19, terutama bila gejala parah (seperti sulit bernapas), adalah tindakan yang sangat penting. Informasi (nomor telepon dan informasi kontak lain) perlu diberikan ke semua pekerja dan dipasang di tempat kerja.

Informasi tentang perjalanan dinas terbaru (domestik maupun internasional) perlu disampaikan ke otoritas kesehatan karena informasi tersebut mungkin diperlukan untuk melacak, misalnya, kontak perjalanan mereka (penumpang di pesawat, kereta api atau kapal yang sama, peserta rapat bisnis, staf hotel, dll.). Dalam hal perjalanan dinas, pengusaha akan dihubungi.



**TINGGAL DI RUMAH JIKA ANDA
MEMILIKI GEJALA COVID-19 DAN
PATUHI PANDUAN YANG
DIBERIKAN OTORITAS KESEHATAN
SETEMPAT.**

6. RENCANA AKSI DAN TINDAK LANJUT

Rencana aksi dan tindak lanjut kegiatan peningkatan yang direncanakan dapat dipersiapkan menggunakan template yang ada di Lampiran I.

Memberi tanggung jawab untuk melaksanakan kegiatan pengendalian dan jangka waktunya

Saat kegiatan pengendalian resiko sudah ditentukan, pengusaha perlu mengambil tindakan untuk melaksanakannya. Mereka juga perlu menyerahkan tanggung jawab di dalam perusahaan untuk pelaksanaannya dalam jangka waktu yang memadai dan mencatat tanggal pelaksanaan tindakan dan tanggal aktivasinya.

Tindakan-tindakan yang diusulkan memiliki tiga tanggungjawab khusus:

- Tindakan diambil oleh siapa di perusahaan?
- Kapan akan diambil tindakan?
- Pada tanggal berapa tindakan pengendalian resiko dilaksanakan atau diaktifkan?

Ini berarti bahwa setiap kegiatan pengendalian yang ditampilkan di Daftar Periksa Tindakan, Anda perlu menyebutkan penanggung jawab yang akan mengambil tindakan tersebut, serta batas waktu penyelesaiannya. Rencana aksi juga perlu diperbaharui bila kegiatan pengendalian sudah berhasil dilaksanakan atau diaktifkan.

Saat menilai resiko, Anda biasanya menemukan lebih banyak masalah daripada apa yang dapat diperbaiki sekaligus. Itulah sebabnya kita perlu memprioritaskan dan mengatasi resiko yang paling serius terlebih dahulu. Ini akan membantu melindungi pekerja dan membuat kegiatan pengendalian resiko menjadi semakin efisien dan hemat biaya.

Penilaian resiko untuk UKM tidak harus berupa makalah akademis tapi tujuannya adalah supaya pengusaha perusahaan dapat melaksanakan rekomendasi tersebut. Oleh karena itu, rencana aksi harus sepraktis mungkin dan bersifat menyeluruh.

Memantau efektivitas kegiatan pengendalian

Pengusaha perlu memantau dan memastikan efektivitas tindakan yang diusulkan serta memastikan apakah tindakan-tindakan tersebut terus dilaksanakan. Secara khusus:

- Apakah tindakan tersebut berhasil?
- Apakah resiko berkurang dan apakah pekerja sudah lebih terlindungi?
- Siapa yang akan memantau dan memastikan kegiatan pengendalian terus berjalan efektif?
- Siapa yang akan memeriksa apakah tindakan baru/tambahan diperlukan?

Mengkaji dan memperbaharui Daftar Periksa Tindakan Anda

Penilaian resiko bukan kegiatan yang dilaksanakan satu kali saja namun kegiatan ini perlu dikaji dari waktu ke waktu, sesuai perubahan situasi pandemi, bukti terbaru, ketentuan baru dan perubahan dalam pengaturan pekerjaan.

Lihat Daftar Periksa Tindakan Anda sekali lagi. Apakah sudah ada perubahan? Apakah ada kegiatan peningkatan yang perlu Anda lakukan? Apakah pekerja menemukan suatu masalah? Pastikan penilaian Anda sudah diperbaharui. Jika ada perubahan besar, jangan tunggu. Periksa Daftar Periksa Tindakan Anda dan, bila perlu, perbaharui.

PESAN-PESAN YANG DIBAWA PULANG

Hingga saat ini, kita ketahui virus COVID-19 menyebar dari satu orang ke orang lain melalui tetesan cairan (*droplets*). Masyarakat yang paling beresiko terinfeksi adalah mereka yang berhubungan dekat dengan pasien COVID-19 (seperti petugas layanan kesehatan atau mereka yang tinggal satu rumah dengannya). Untuk itu, tindakan preventif dan mitigasi adalah kunci.

TINDAKAN PREVENTIF YANG PALING EFEKTIF DI LINGKUNGAN MASYARAKAT/TEMPAT KERJA ANTARA LAIN:

- Membersihkan tangan secara teratur menggunakan sabun dan air;
- Meningkatkan kegiatan kebersihan dan disinfeksi secara teratur terhadap benda-benda dan permukaan yang sering disentuh, termasuk semua ruangan yang digunakan bersama, permukaan, lantai, toilet/kamar mandi, dan ruang ganti pakaian;
- Jangan sentuh mata, hidung dan mulut;
- mempraktekkan kebersihan pernapasan dengan batuk atau bersin ditutupi siku atau tisu lalu segera membuang tisu tersebut;
- memakai masker medis jika Anda memiliki gejala pernapasan dan mencuci tangan setelah membuang masker;
- menjaga jarak fisik (minimal 2 meter) dari orang lain.

Diadaptasi dari: WHO: <https://www.who.int/publications-detail/considerations-for-public-health-and-social-measures-in-the-workplace-in-the-context-of-covid-19>

“Keselamatan dan kesehatan di tempat kerja dapat menyelamatkan jiwa” adalah tema Hari Keselamatan dan kesehatan di Tempat Kerja Se-Dunia ILO tahun 2020.

Deklarasi ILO Abad ini untuk Masa Depan Pekerjaan (2019) menyatakan bahwa “kondisi kerja yang aman dan sehat adalah fundamental bagi pekerjaan layak”⁵ dan pandemi ini membuat Deklarasi Abad ini menjadi lebih penting. Dunia pekerjaan, dimana UKM memainkan peran penting, memang dapat menjadi kunci dalam mencegah dan memitigasi pandemi COVID-19.

⁵ Teks Deklarasi ILO Abad ini untuk Masa Depan Pekerjaan tanggal 21 Juni 2019 tersedia di:

https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@ed_norm/@relconf/documents/meetingdocument/wcms_711674.pdf

Lampiran I: Formulir Rencana Aksi dan Tindak Lanjut untuk Daftar Periksa Tindakan terhadap Covid-19 untuk UKM

1. Rencana Aksi

Departemen/Bagian/Pengoperasian: _____

Tanggal: _____ Kelompok: _____

Hal-hal yang diperiksa*

- ☐ I. Mengumpulkan dan berbagi informasi terbaru
 - ☐ II. Menyusun rencana persiapan perusahaan
 - ☐ III. Mengadakan penilaian resiko
 - ☐ IV. Mengatur pekerjaan
 - ☐ V. Melindungi dan membantu pekerja
-

Lokasi

Keterangan tentang kegiatan peningkatan yang diharapkan

Kegiatan peningkatan apa yang diperlukan?

Mengapa kegiatan peningkatan perlu dilaksanakan?

Keterampilan dan tehnik yang dibutuhkan untuk melaksanakan kegiatan ini:

*** Lembar terpisah perlu digunakan untuk kegiatan peningkatan di beberapa bidang teknis**

Bantuan yang dibutuhkan untuk melaksanakan kegiatan peningkatan (termasuk bantuan dari pihak otoritas K3)

Jangka waktu yang dibutuhkan untuk menyelesaikan kegiatan peningkatan: _____

Perkiraan tanggal selesai

2. Tindakan atau tindak lanjut: (informasi tentang kegiatan peningkatan yang telah dilaksanakan)

Tanggal: _____ Kelompok: _____

Departemen/Bagian/Pengoperasian: _____

Judul kegiatan peningkatan yang dilaksanakan/sedang berlangsung:

Hal-hal yang diperiksa:

- ☐ I. Mengumpulkan dan berbagi informasi terbaru
- ☐ II. Menyusun rencana persiapan perusahaan
- ☐ III. Mengadakan penilaian resiko
- ☐ IV. Mengatur pekerjaan
- ☐ V. Melindungi dan membantu pekerja

Tanggal pelaksanaan kegiatan peningkatan:

Ulasan tindakan yang telah dilaksanakan.

- Apakah resiko sudah dikurangi dan pekerja sudah lebih dilindungi?
- Apakah kegiatan pengendalian masih efektif?
- Apakah kegiatan baru/tambahan dibutuhkan?

Nama penanggung-jawab:

Lampiran II: Sumber Informasi

Jerman, Kementerian Federal Urusan Ketenagakerjaan dan Sosial. 2020. [SARS-CoV-2 Occupational Safety and Health Standard](#). 16 April.

ILO. 2013. *Training Package on Workplace Risk Assessment and Management for Small and Medium-Sized Enterprises*.

——. 2019. [A Qualitative Study on Stigma And Discrimination Experienced by Indigenous Peoples Living with HIV or Having TB at Work](#).

——. 2020. [In the Face of a Pandemic: Ensuring Safety and health at Work](#).

——. 2020. ["ILO Monitor: COVID-19 and the World of Work: Updated Estimates and Analysis"](#). Edisi ketiga, 29 April.

——. 2020. "ILO Standards and COVID-19 (Coronavirus). Key Provisions of International Labour Standards Relevant to the Evolving COVID-19 Outbreak". Versi 1.2, 23 Maret.

——. 2020. ["World Employment and Social Outlook: Trends 2020: Data Finder"](#).

Kawakami, Tsuyoshi. 2009. [Protecting Your Employees and Business from Pandemic Human Influenza: Action Manual for Small Medium Enterprises](#).

Amerika Serikat, CDC. ["Image Library"](#).

——. ["Implementing Safety Practices for Critical Infrastructure Workers Who May Have Had Exposure to a Person with Suspected or Confirmed COVID-19" Interim Guidance](#).

——. ["Symptoms of Coronavirus"](#).

WHO. 2020. ["Coronavirus disease 2019 \(COVID-19\): Situation Report –95"](#). 24 April.

——. 2020. ["Getting your Workplace Ready for COVID-19"](#). 3 Maret.

——. 2020. ["Modes of Transmission of Virus Causing COVID-19: Implications for IPC Precaution Recommendations: Scientific Brief"](#). 29 Maret.

——. 2020. ["Rational Use of Personal Protective Equipment \(APD\) for Coronavirus Disease \(COVID-19\): Interim Guidance"](#). 19 Maret.

Tautan (*link*) penting

ILO

COVID-19 dan dunia pekerjaan: <https://www.ilo.org/global/topics/coronavirus/lang-en/index.htm>

Pengembalian ke tempat kerja secara aman dan sehat selama pandemi COVID-19: https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_745549/lang-en/index.htm

Pengembalian ke tempat kerja yang aman: Sepuluh Poin Tindakan https://www.ilo.org/global/topics/safety-and-health-at-work/resources-library/publications/WCMS_745541/lang-en/index.htm

WHO

Informasi tentang lokasi dimana COVID-19 menyebar: <https://www.who.int/emergencies/penyakits/nov-el-coronavirus-2019/situation-reports/>

Nasehat dan panduan tentang COVID-19: <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-corona-virus-2019>

Uni Eropa

Lembaga Eropa untuk Urusan Keselamatan dan Kesehatan di Tempat Kerja: <https://osha.europa.eu/en/themes/covid-19-re-sources-workplace>

Pusat Eropa untuk Pencegahan dan Pengendalian Penyakit: <https://www.ecdc.europa.eu/en/covid-19-pandemic>

Amerika Serikat

Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit (informasi juga tersedia dalam bahasa Spanyol dan bahasa-bahasa lain): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-nCoV/index.html>

**Governance Department
International Labour Office
Route des Morillons 4
CH-1211 Geneva 22
Switzerland
Tel: +41 22 799 67 15
labadmin-osh@ilo.org**

www.ilo.org/labadmin-osh

Didanai
Uni Eropa.

