



Nomor : 4802/IT3/PP/2020  
Lampiran : -  
Hal : Protokol Kesehatan dan Kewaspadaan Mahasiswa

15 Maret 2020

Kepada Yth  
Para Dekan Fakultas/Sekolah  
Para Wakil Dekan bidang Akademik dan Kemahasiswaan Fakultas/Sekolah  
Para Ketua Departemen  
Direktur Program Pendidikan Kompetensi Umum  
Para mahasiswa  
Di lingkungan IPB University

Menindaklanjuti Surat Edaran Rektor IPB Nomor 4800/IT3/HM.00/2020 perihal Kebijakan IPB University untuk menghadapi penyebaran Covid-19 dan Demam Berdarah Dengue tanggal 14 Maret 2020 yaitu salah satunya adalah diberlakukannya penggantian moda belajar tatap muka dan Ujian Akhir Semester (UAS) secara *online* atau metode tanpa tatap muka lainnya. Untuk itu, mahasiswa dihimbau kembali ke daerah masing-masing. Bagi mahasiswa yang sedang dalam kondisi tidak sehat diharapkan dapat berkonsultasi dengan unit kesehatan IPB dan melakukan pengobatan hingga dinyatakan sembuh. Mahasiswa dengan kebutuhan khusus atau kondisi lain yang direkomendasikan oleh dokter untuk membatasi kegiatan harus tetap tinggal di Bogor dan dalam pemantauan IPB. Bagi mahasiswa, baik yang melaksanakan kepulungan atau tinggal di Bogor dapat mengikuti protokol sebagai berikut:

#### **A. Protokol Kepulungan Mahasiswa**

##### **Saat kepulungan**

- a. Memastikan daerah kepulungan tidak dalam status yang tidak diperbolehkan orang keluar masuk daerah tersebut dari informasi peta sebaran Covid-19 yang dikeluarkan oleh pemerintah daerah atau informasi lainnya;
- b. Bagi mahasiswa yang berasal dari daerah Tanggap Bencana Covid-19 dimohon untuk tetap tinggal di Bogor;
- c. Melaporkan rencana kepulungan melalui aplikasi *IPB Mobile for student* pada menu *Campus Life "Aktivitas Saya"*;
- d. Mahasiswa yang pernah kontak dengan orang yang baru pulang dari bepergian ke luar negeri dalam waktu kurang dari 14 hari dan mahasiswa yang dalam kondisi tidak sehat dapat memeriksakan diri ke Unit Kesehatan IPB dan disarankan untuk tidak pulang ke daerah asalnya hingga ditentukan sehat oleh dokter;
- e. Tergantung pada kondisi tubuh, mahasiswa dapat memilih untuk menunda atau membatalkan kepulungan. Jika mahasiswa memutuskan untuk kepulungan, pastikan untuk melakukan tindakan pencegahan untuk mencegah terkena dan menyebarkan Covid-19 dan penyakit pernapasan lainnya selama perjalanan;
- f. Pertimbangkan risiko menularkan Covid-19 atau tertular kepada/dari orang lain selama perjalanan, terutama jika akan melakukan kontak dekat dengan orang yang lebih tua atau memiliki kondisi kesehatan kronis yang parah;

- g. Mempersiapkan alat pelindung diri (APD) berupa masker, *hand sanitizer*, tisu secukupnya dan lainnya;
- h. Memastikan keadaan tempat tinggal yang akan ditinggalkan dalam keadaan aman. Cabut peralatan listrik, jendela dan pintu terkunci dan memastikan tidak ada barang berharga yang ditinggal;
- i. Memastikan kesiapan alat transportasi yang akan digunakan;
- j. Menjaga daya tahan tubuh dengan mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, memperbanyak konsumsi sayur dan buah, serta minum multivitamin dan obat peningkat imunitas jika diperlukan;

#### **Saat beraktivitas dalam perjalanan**

- a. Moda transportasi yang digunakan saat kepulangan sebaiknya menghindari Kereta Api dan Bus Umum, namun jika tidak bisa dihindari maka harus menjaga kedisiplinan dan waspada selama di stasiun, terminal dan kendaraan;
- b. Hindari kontak jarak dekat (min 1 sampai 2 meter) dengan orang lain terutama penderita demam dan batuk;
- c. Rutin mencuci tangan dengan air mengalir dan sabun atau dengan *hand sanitizer* minimal 60 detik dengan 6 langkah mencuci tangan yaitu:
  - 1) Ratakan sabun dengan menggosokkan pada kedua telapak tangan
  - 2) Gosok punggung tangan dan sela-sela jari pada kedua tangan
  - 3) Gosok kedua telapak tangan dan sela-sela jari pada kedua tangan
  - 4) Gosok punggung jari kedua tangan dengan posisi tangan saling mengunci
  - 5) Gosok ibu jari kiri dan kanan dengan diputar dalam genggamannya
  - 6) Usapkan ujung kuku dengan diputar pada telapak tangan
- d. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut sebelum cuci tangan;
- e. Hindari kontak dengan hewan yang sakit atau produk makanan (*daging*) yang tercemar;
- f. Saat batuk dan bersin, tutup mulut dan hidung dengan menggunakan lengan tangan bagian dalam atau tisu, segera buang tisu dan segera cuci tangan;
- g. Disarankan selalu menggunakan masker selama perjalanan bagi yang sedang demam dan batuk;
- h. Disarankan untuk menghindari mengonsumsi produk hewan mentah atau tidak dimasak secara matang;
- i. Konsumsi suplemen makanan jika diperlukan;

#### **Saat kedatangan di rumah masing-masing**

- a. Melaporkan kedatangan kepada pengurus daerah setempat (RT, RW, Kepala desa atau Puskesmas) saat tiba di kampung halaman;
- b. Jika memiliki kontak dekat dengan seseorang dengan gejala Covid-19 selama perjalanan, mahasiswa diminta untuk tetap di rumah untuk memonitor sendiri dan menghindari kontak dengan orang lain hingga 14 hari setelah perjalanan;
- c. Segera menuju fasilitas kesehatan terdekat jika ada demam dan batuk seperti gejala awal Covid-19;

#### **Saat beraktivitas di dalam dan di luar rumah**

- a. Mengutamakan beraktivitas di lingkungan rumah, hindari kerumunan, dan membatasi kontak dengan orang lain jika tidak diperlukan;
- b. Menggunakan waktu sebaik-baiknya untuk aktivitas pembelajaran yang dilakukan secara *online*;

- c. Dapat memberikan informasi aktivitas yang dilakukan selama di rumah melalui aplikasi *IPB Mobile for student* pada menu *Campus Life "Aktivitas Saya"*;
- d. Hindari kontak jarak dekat (min 1 sampai 2 meter) dengan penderita demam dan batuk;
- e. Menjaga kebersihan tangan secara rutin, terutama sebelum memegang mulut, hidung dan mata, serta memegang instalasi publik (misal gagang pintu, perangkat digital, pegangan tangga, dll);
- f. Cuci tangan dengan air dan sabun dan bilas sedikitnya 60 detik dengan 6 langkah seperti diuraikan sebelumnya. Cuci dengan air dan keringkan dengan tisu, atau jika tidak ada gunakan *hand sanitizer* atau alkohol minimal 60%;
- g. Menutup mulut dan hidung saat batuk dan bersin, dengan menggunakan lengan tangan bagian dalam atau tisu, segera buang tisu dan segera cuci tangan dengan air dan sabun atau hand sanitizer;
- h. Membersihkan hidung dengan air dan membiasakan berkumur dan minum air hangat setiap kembali dari luar rumah;
- i. Ketika memiliki gejala gangguan pernafasan seperti demam, batuk dan bersin, gunakan masker dan cari perawatan di fasilitas pelayanan kesehatan;
- j. Membuang masker setelah kotor dan jangan memakai lebih dari 1 hari;
- k. Jangan berbagi makanan, peralatan makan dan minum serta handuk;
- l. mempraktekan gaya hidup sehat untuk daya tahan tubuh dengan berolahraga, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, minum multivitamin bila diperlukan, mandi teratur, dan lebih sering mencuci tangan menggunakan sabun.

#### **Saat kembali ke Kampus IPB**

- a. Mahasiswa dapat memantau perkembangan dan informasi kampus melalui *IPB Mobile Apps for student*;
- b. Mahasiswa diharapkan untuk melaporkan kepulangan ke kampus IPB melalui aplikasi *IPB Mobile for student* pada menu *Campus Life "Aktivitas Saya"*;
- c. Segera menuju Unit Kesehatan IPB atau fasilitas kesehatan terdekat jika ada demam dan batuk seperti gejala awal Covid-19;

#### **B. Protokol Mahasiswa tinggal di Asrama atau Kost atau Tempat Tinggal Masing-masing di Bogor**

- a. Bagi mahasiswa yang karena alasan tertentu tidak dapat segera pulang ke daerah masing-masing, termasuk mahasiswa Afirmasi dan Bidikmisi, diperbolehkan tetap tinggal di asrama atau tempat tinggal masing-masing di Bogor dengan mengikuti protokol kewaspadaan di lingkungan IPB;
- b. Mengutamakan beraktivitas di lingkungan kost/asrama, hindari kerumunan, dan membatasi kontak dengan orang lain jika tidak diperlukan;
- c. Menggunakan waktu sebaik-baiknya untuk mengikuti aktivitas pembelajaran yang dilakukan secara *online*;
- d. Mahasiswa dapat memberikan informasi aktivitas yang dilakukan selama di Bogor melalui aplikasi *IPB Mobile for student* pada menu *Campus Life "Aktivitas Saya"*;
- e. Hindari kontak jarak dekat (min 1 sampai 2 meter) dengan penderita demam dan batuk;
- f. Lakukan kebersihan tangan secara rutin, terutama sebelum memegang mulut, hidung dan mata serta setelah memegang instalasi publik (pegangan pintu, pegangan tangan, perangkat digital, pegangan tangga, dll);

- g. Cuci tangan dengan air dan sabun dan bilas sedikitnya 60 detik dengan 6 langkah seperti diuraikan sebelumnya. Cuci dengan air dan keringkan dengan tisu, atau jika tidak ada gunakan *hand sanitizer* atau alkohol minimal 60%;
- h. Menutup mulut dan hidung saat batuk dan bersin, dengan menggunakan lengan tangan bagian dalam atau tissue, segera buang tisu dan segera cuci tangan dengan air dan sabun atau *hand sanitizer*;
- i. Ketika anda memiliki gejala pernafasan seperti demam, batuk dan bersin, kenakan masker dan segera mencari perawatan di fasilitas kesehatan terdekat;
- j. Membuang masker setelah kotor dan jangan memakai lebih dari 1 hari;
- k. Membersihkan hidung dengan air dan membiasakan berkumur dan minum air hangat setiap kembali dari luar rumah;
- l. Jangan berbagi makanan dan minuman, peralatan makan dan minum serta handuk;
- m. Mempraktekan gaya hidup sehat untuk daya tahan tubuh dengan berolahraga, mengonsumsi makanan sehat dan bergizi, minum multivitamin bila diperlukan, mandi teratur, dan lebih sering mencuci tangan menggunakan sabun.

#### **ALAMAT DAN NOMOR PENTING**

Alamat dan nomor penting untuk mendapatkan informasi lebih lanjut:

- a. Website : <https://covid19care.ipb.ac.id>
- b. Telp/Whatsapp : +62813 1911 7875
- c. Email : [wr3@apps.ipb.ac.id](mailto:wr3@apps.ipb.ac.id)

#### **PELAYANAN UNIT KESEHATAN IPB**

Senin-Jumat, pukul 07.00-21.00,

Sabtu, pukul 07.00-14.00,

Telepon : 0251 8422094/08777 5692881

Demikian surat edaran ini dibuat untuk dilaksanakan sebagaimana mestinya.

Wakil Rektor

Bidang Pendidikan dan Kemahasiswaan



Dr. Ir. Drajat Martianto, MSi

NIP. 196403241989031004

Tembusan:

- 1. Rektor
- 2. Wakil Rektor bidang Kerjasama dan Sistem Informasi
- 3. Direktur Kemahasiswaan dan Pengembangan Karir
- 4. Direktur Sistem Informasi dan Transformasi Digital
- 5. Kepala Biro Komunikasi