



**PENGURUS PUSAT
IKATAN DOKTER ANAK INDONESIA
(Indonesian Pediatric Society)**



"Committed in Improving The Health of Indonesian Children"

**Anjuran Ikatan Dokter Anak Indonesia
Mengenai Isolasi Mandiri**

Sehubungan dengan pandemi COVID-19 yang juga menyebar di Indonesia, maka Ikatan Dokter Anak Indonesia memandang perlu untuk memberi anjuran isolasi mandiri di rumah pada tenaga kesehatan dan keluarga. Anjuran tersebut adalah sebagai berikut:

1. Isolasi mandiri harus dilakukan oleh orang dengan gejala infeksi saluran napas seperti batuk, pilek, sakit tenggorokan (sakit ringan), orang yang terpajan pasien positif COVID-19, atau memiliki riwayat perjalanan ke negara atau daerah di Indonesia dengan kasus COVID-19, serta orang yang direkomendasikan petugas kesehatan untuk melakukan isolasi mandiri di rumah.
2. Isolasi mandiri harus dilakukan untuk mencegah penularan virus korona, selama minimal 14 hari atau sesuai yang ditentukan oleh petugas kesehatan yang memeriksa. Selama masa isolasi mandiri, sebaiknya tetap tinggal di rumah dan menghindari tempat yang ramai.
3. Saat isolasi mandiri di rumah, sebaiknya melakukan hal-hal berikut:
 - Tetap berada di rumah, berada di ruangan terpisah dari anggota keluarga yang lain, jaga jarak dengan orang lain minimal 1 meter.
 - Menghindari pemakaian bersama alat makan, alat mandi, handuk, pakaian, dan barang-barang lainnya, serta semua alat makan harus dicuci dengan air dan sabun hingga bersih.
 - Menerapkan etika batuk dan bersin
 - Memastikan ventilasi rumah baik, jendela sebaiknya dibuka.
 - Membersihkan dan melakukan desinfeksi permukaan benda-benda di rumah (meja, kursi, dan lain-lain) serta memisahkan tisu dan pakaian yang digunakan pasien dan orang sehat.
 - Selalu menggunakan masker. Jika harus keluar rumah, hindari menggunakan transportasi umum, hindari tempat ramai.
 - Mencuci/desinfeksi mainan dengan alkohol 70% atau desinfektan yang mengandung chlorine atau pemanasan 60°C selama 30 menit.
4. Apabila anak yang sakit:
 - Dalam keadaan anak sudah dapat diisolasi mandiri di kamar
 - Lakukan isolasi sesuai panduan saat orang dewasa sedang sakit
 - Jika akan memasuki kamar anak, sebelumnya gunakan masker, lakukan kebersihan tangan, serta tetap lakukan pembatasan fisik.



**PENGURUS PUSAT
IKATAN DOKTER ANAK INDONESIA**
(Indonesian Pediatric Society)



"Committed in Improving The Health of Indonesian Children"

- Dalam keadaan anak tidak memungkinkan diisolasi karena usia yang masih terlalu kecil, panduan tersebut di atas dilakukan serta ditambah hal berikut:
 - Batasi jumlah orang yang mengasuh langsung
 - Orangtua dan pengasuh memakai masker
 - Lakukan kebersihan tangan sesering mungkin
 - Hindari kontak fisiko yang berisiko penularan seperti mencium
 - Buang popok sekali pakai atau bekas buang air besar pasien di kamar mandi atau bungkus rapat dengan kantong plastik lalu buang di tempat sampah

Jakarta, 26 Maret 2020

  
DR. Dr. Aman B. Pulungan, Sp.A(K), FAAP **Dr. Hikari Ambara Sjakti, Sp.A(K)**
FAAP, FRCPI(Hon) Sekretaris Umum – NPA. 01 02094 2006 | |
Ketua Umum – NPA. 01 01192 1996 | |