

## EDITORIAL

***Kesehatan Kerja Pada Masa Pandemi Covid-19*****Nany Hairunisa**

Ilmu Kedokteran Kerja, Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Indonesia

Email: nanyhairunisa@trisakti.ac.id

*Corona Virus Disease-19* (COVID-19) adalah sindrom pernafasan akut yang disebabkan oleh virus Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) yang memiliki daya penularan yang tinggi. Penyebaran terjadi melalui transmisi aerosol partikel yang dihasilkan ketika orang yang terinfeksi menghembuskan napas, berbicara, bersuara, bersin atau batuk. Virus dapat disebarkan oleh orang yang tidak menunjukkan gejala sehingga orang tersebut tidak mengetahui kalau dirinya terinfeksi. Partikel yang mengandung virus dapat berpindah dalam jarak lebih dari 6 kaki, terutama di dalam ruangan dan dalam kondisi kering (kelembaban relatif di bawah 40%).<sup>(1)</sup>

Risiko bahaya kerja di bagi menjadi 5 yaitu bahaya fisik, bahaya kimia, bahaya biologi, bahaya ergonomi dan bahaya psikososial. Bahaya kerja pada pandemi COVID-19 termasuk dalam risiko bahaya kerja biologi dan sangat tinggi kemungkinannya untuk terjadi di tempat kerja di dalam sektor manapun.<sup>(2)</sup>

Pandemi COVID-19 menyebabkan terjadinya beban global yang signifikan dan telah mengakibatkan kesulitan ekonomi yang belum pernah terjadi di dunia sebelumnya.<sup>(3)</sup> Saat ini berbagai lapangan usaha berupaya untuk dibuka kembali di tengah pandemi COVID-19, maka kebersihan industri (IH), kesehatan dan keselamatan kerja (K3) ditantang untuk dapat menilai dan mengelola risiko COVID-19 di tempat kerja. Secara umum banyak upaya telah dirancang untuk mengendalikan bahaya yang berasal dari tempat kerja, namun upaya untuk menyesuainya secara khusus dengan pengendalian wabah penyakit menular masih terbatas.<sup>(4)</sup>

Pemahaman dan kesadaran pekerja mengenai COVID-19 sangatlah penting sehingga protokol kesehatan 3M dapat diterapkan dengan baik. Tingkat kesadaran pekerja terhadap proses penularan masih sangat kurang. Hal ini dapat

mengakibatkan penularan kepada pekerja lain tanpa disadari oleh penderita yang kurang memiliki kesadaran terhadap proses penularan tersebut. Perilaku yang dapat menyebabkan terjadinya penularan antara lain sebelum makan tidak mencuci tangan menggunakan sabun, sering membuka masker saat berinteraksi dengan pekerja lain dan berkerumun serta tidak menjaga jarak dengan rekan kerjanya.<sup>(5)</sup>

Langkah-langkah yang dilakukan untuk melindungi pekerja dari paparan dan infeksi SARS-CoV-2 bergantung pada risiko paparan. Risiko tersebut bervariasi berdasarkan jenis pekerjaan yang dilakukan, potensi interaksi (berkepanjangan atau sebaliknya) antar pekerja dan kontaminasi lingkungan kerja.<sup>(6)</sup> Perusahaan harus mengadopsi strategi pencegahan dan pengendalian infeksi berdasarkan penilaian bahaya di tempat kerja yang menyeluruh, menggunakan kombinasi yang tepat dari kontrol teknis dan administratif, praktik kerja yang aman, dan alat pelindung diri (APD) untuk mencegah paparan pada pekerja. Beberapa standar *Occupational Safety and Health Administration* (OSHA) yang berlaku untuk mencegah paparan kerja terhadap SARS-CoV-2 juga mengharuskan pemberi kerja untuk melatih pekerja mengenai cara pencegahan dan pengendalian infeksi, termasuk APD.<sup>(7)</sup>

Semua pemberi kerja harus tetap waspada dan mendapat informasi tentang perubahan kondisi wabah. Hal-hal yang harus diperhatikan adalah yang berkaitan dengan penyebaran virus di masyarakat dan ketersediaan pengujian, penerapan langkah-langkah pencegahan dan pengendalian infeksi yang sesuai.<sup>(8)</sup>

Pada seluruh bidang pekerjaan tentu memiliki risiko paparan spesifik sesuai bidangnya. Hal-hal penting yang perlu diterapkan untuk pekerja secara umum adalah ; (1) mengenakan masker 2 lapis, terutama saat berada di sekitar rekan kerja atau masyarakat umum. Jika perlu

menggunakan respirator untuk aktivitas kerja (seperti respirator N95 atau yang lebih baik), maka hal tersebut wajib dipatuhi pada saat bekerja. Pada saat tidak bekerja misalnya istirahat atau bepergian, maka pekerja harus menggunakan masker jenis lain. (2) Harus sering mencuci tangan dengan sabun dan air setidaknya selama 20 detik. Jika sabun dan air mengalir tidak tersedia, maka dapat menggunakan pembersih tangan berbasis alkohol dengan setidaknya 60% etanol atau 70% isopropanol sebagai bahan aktif dan tangan harus digosok sampai kering. Selalu cuci tangan apabila terlihat kotor. (3) Hindari menyentuh mata, hidung, atau mulut dengan tangan yang belum dicuci. (4) Pekerja juga harus berlatih etika pernapasan yang baik, termasuk menutup daerah sekitar mulut saat batuk dan bersin atau batuk/bersin ke siku/lengan atas. (5) Hindari kontak dekat (dalam jarak 6 kaki selama total 15 menit atau lebih selama periode 24 jam) dengan orang-orang yang tampak sakit dan praktikkan jarak fisik dengan rekan kerja dan publik. (7) Tetap di rumah jika sakit dan (8) Kenali faktor risiko pribadi.<sup>(9)</sup>

Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit Amerika Serikat atau *Center for Disease Control and Prevention* (CDC) menyatakan orang-orang tertentu memiliki risiko yang lebih tinggi bila terinfeksi SAR-Cov-2. Hal ini dapat terjadi pada orang dewasa dan mereka yang memiliki *comorbid* seperti penyakit jantung, penyakit paru-paru, penyakit ginjal kronis yang memerlukan dialisis, penyakit hati, diabetes melitus, defisiensi imun dan obesitas. Orang yang masuk dalam kategori tersebut dapat menderita komplikasi yang lebih serius bila menderita COVID-19. Panduan untuk COVID-19 telah disusun oleh CDC dan telah dikembangkan untuk bisnis dan pengusaha. Panduan tersebut bersifat sementara dan untuk membantu mencegah paparan penyakit pernapasan akut di tempat kerja, termasuk COVID-19. Panduan ini juga membahas pertimbangan yang dapat membantu pengusaha seiring berkembangnya transmisi komunitas dari SARS-CoV-2. Panduan ini ditujukan untuk pengaturan non-kesehatan. Pemberi kerja dan juga pekerja kesehatan dalam melaksanakan aktivitas pekerjaan harus mengacu pada panduan khusus ini.<sup>(10,11)</sup>

Pemerintah dan pengusaha tentu perlu mempersiapkan pekerja untuk kembali ke tempat

kerja dengan aman dan selamat dengan upaya-upaya preventif dalam membantu mengurangi penularan virus, terutama di tempat kerja. Sehingga para pekerja akan dapat kembali memaksimalkan produktivitasnya tanpa disertai terjadinya penyebaran virus.

## REFERENSI

1. www.osha.gov. Protecting Workers: Guidance on Mitigating and Preventing the Spread of COVID-19 in the Workplace. Occupational Safety and Health Administration - United States Department of Labor. 2021.
2. Hutabarat NF. Upaya pengendalian ergonomik dan hazard psikososial. 2005;1-8.
3. Muhyiddin. Covid-19, New Normal, dan Perencanaan Pembangunan di Indonesia. *J Perenc Pembang Indones J Dev Plan.* 2020;4(2):240-52.
4. Zisook RE, Monnot A, Parker J, *et al.* Assessing and managing the risks of COVID-19 in the workplace: Applying industrial hygiene (IH)/occupational and environmental health and safety (OEHS) frameworks. *Toxicol Ind Health.* 2020;36(9):607-18.
5. Kementerian Komunikasi dan Informatika. Kementerian Komunikasi dan Informatika [Internet]. [cited 2022 Mar 3]. Available from: <https://kominfo.go.id/index.php/content/detail/3415/Kominfo+%3A+Penggana+Intern+di+Indonesia+63+Juta+Orang/0/berita+satker>
6. Kementerian Kesehatan RI. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MenKes/413/2020 Tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disease 2019 (Covid-19) [Internet]. Vol. 2019, MenKes/413/2020. 2020. p. 1-207. Available from: [https://covid19.go.id/storage/app/media/Regulasi/KMK\\_No.\\_HK.01.07-MENKES-413-2020\\_ttg\\_Pedoman\\_Pencegahan\\_dan\\_Pengendalian\\_COVID-19.pdf](https://covid19.go.id/storage/app/media/Regulasi/KMK_No._HK.01.07-MENKES-413-2020_ttg_Pedoman_Pencegahan_dan_Pengendalian_COVID-19.pdf)
7. American Industrial Hygiene Association. 7-About AIHA | AIHA [Internet]. 2020 [cited 2020 Sep 9]. Available from: [file:///Users/husunun\\_a/Documents/Unun/DATA/DRF/JURNAL\\_BIOMEDIKA\\_KESEHATAN/bahan\\_jurnal\\_volume\\_5\\_no\\_1/referensi\\_nany/7-About\\_AIHA\\_%7CAIHA.webarchive](file:///Users/husunun_a/Documents/Unun/DATA/DRF/JURNAL_BIOMEDIKA_KESEHATAN/bahan_jurnal_volume_5_no_1/referensi_nany/7-About_AIHA_%7CAIHA.webarchive)
8. OSHA. COVID-19 - Control and Prevention | Occupational Safety and Health Administration [Internet]. United States Department of Labor. 2021 [cited 2022 Mar 3]. Available from: <https://www.osha.gov/coronavirus/control-prevention>
9. World Health Organization WHO. COVID-19: Occupational health and safety for health workers Interim guidance [Internet]. 2021 [cited 2022 Mar 3]. p. 19. Available from: [https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-HCW\\_advice-2021-1](https://www.who.int/publications/i/item/WHO-2019-nCoV-HCW_advice-2021-1)
10. CDC. COVID-19 Guidance: Businesses and Employers | CDC [Internet]. Centers for Disease Control and Prevention. 2021 [cited 2022 Mar 3]. Available from: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/guidance-business-response.html>
11. World Health Organization WHO. 11-Preventing and mitigating COVID-19 at work: policy brief, 19 May 2021 [Internet]. 2021 [cited 2022

Mar 3]. Available from: file:///Users/husnun a/  
Documents/Unun/DATA/DRF/JURNAL  
BIOMEDIKA KESEHATAN/bahan jurnal  
volume 5 no 1/referensi nany/11-Preventing and  
mitigating COVID-19 at work: policy brief, 19  
May 2021.webarchive