



KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL
PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN PENYAKIT

Jalan H.R Rasuna Said Blok X-5 Kavling 4-9 Jakarta 12950
Telp. (021) 4247608 (Hunting) Fax. (021) 4207807



Nomor : IR.03.01/II/ 741 /2020
Hal : Penyebaran Informasi Kesehatan

13 Maret 2020

Yth. 1. Kepala Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat
2. Kepala Pusat Data dan Informasi
3. Direktur Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan Masyarakat
di
Jakarta

Dalam rangka upaya pencegahan dan penanganan COVID-19 di Indonesia sehingga tidak menambah resiko penyebaran yang lebih luas lagi, dengan ini diperlukan usaha komunikasi publik terkait Gerakan "YUKDIRUMAHAJA" dengan pesan kesehatan sebagai berikut:

#YUKDIRUMAHAJA

- **Jika merasa kurang sehat, tinggallah di rumah.**
Ketika seseorang merasa kurang sehat (seperti demam, atau gejala penyakit pernafasan yang lain), secara sukarela agar tinggal di rumah atau tidak bekerja, tidak sekolah, atau ke tempat umum lainnya.
- **Kriteria kurang sehat:**
 1. Demam
 2. Batuk/pilek/nyeri tenggorokan/sesak nafas.
- **Apa yang harus dilakukan di rumah**
 1. Selalu gunakan masker. Ganti setiap hari dan langsung buang ke tempat sampah tertutup, kemudian cuci tangan dengan benar.
 2. Konsumsi makanan bergizi, istirahat cukup,
 3. Upayakan ruang terpisah dengan anggota keluarga yang lain dan jaga jarak dengan orang sehat minimal 1 meter.
 4. Hindari pemakaian bersama alat makan (piring, sendok, garpu, dan gelas). Cuci alat makan dengan air dan sabun.
 5. Tetap di rumah dan mudah dihubungi. Jika terpaksa harus keluar rumah, gunakan masker, serta hindari kerumunan atau keramaian.
 6. Jaga kebersihan rumah dan gunakan cairan disinfektan.
 7. Hubungi fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

Berkaitan dengan hal tersebut di atas, kami mohon agar Saudara dapat menyebarkan pesan kesehatan kepada masyarakat ini melalui kanal informasi dan/atau media sesuai dengan kewenangan.

Atas perhatian dan kerjasamanya, diucapkan terima kasih.

Direktur Jenderal Pencegahan dan
Pengendalian Penyakit



dr. Achmad Yurianto
NIP 196203112014101001

Tembusan:
Menteri Kesehatan RI