



# Lembar fakta: Apa yang perlu Anda ketahui tentang COVID-19

17/09/2020

## Apa COVID-19 itu

Coronavirus adalah keluarga besar virus yang menyebabkan infeksi pernafasan. Ini berkisar dari flu biasa sampai penyakit yang lebih serius.

COVID-19 adalah penyakit yang disebabkan oleh jenis coronavirus baru. Virus ini pertama kali dilaporkan pada bulan Desember 2019 di Kota Wuhan di Cina.

## Gejala COVID-19

Gejala COVID-19 dapat berkisar dari penyakit ringan hingga pneumonia berat. Ada orang yang akan pulih dengan cepat dan mudah, dan ada yang mungkin jatuh sakit dengan sangat cepat.

Gejala COVID-19 meliputi:

- demam
- gejala pernapasan
- batuk
- sakit tenggorokan
- sesak napas

Gejala lain bisa meliputi pilek, sakit kepala, nyeri otot atau sendi, mual, diare, muntah, kehilangan indera penciuman, perubahan indera perasa, kehilangan nafsu makan dan kelelahan.

## Bagaimana virus ini menyebar

COVID-19 menyebar dari orang ke orang melalui:

- kontak dekat dengan orang yang telah terinfeksi (termasuk dalam 48 jam sebelum mereka mempunyai gejala)
- kontak dengan tetesan dari batuk atau bersin orang yang terinfeksi
- menyentuh benda atau permukaan (seperti gagang pintu atau meja) yang terkena tetesan dari orang yang terinfeksi, dan kemudian menyentuh mulut atau wajah Anda

Karena COVID-19 merupakan penyakit baru, tidak ada kekebalan terhadapnya di komunitas kita. Ini berarti bisa menyebar secara luas dan cepat.

## Bagaimana saya dapat dites untuk COVID-19?

Siapa pun dengan gejala COVID-19 harus dites. Penting untuk dites bahkan jika hanya mempunyai gejala ringan.

Jika khawatir mungkin terjangkit COVID-19 Anda dapat:

- memeriksa gejala Anda menggunakan healthdirect symptom checker (alat online untuk memeriksa gejala) atau hubungi National Coronavirus Helpline (Saluran Bantuan Coronavirus Nasional) untuk saran di 1800 020 080. Jika Anda bukan seorang penutur bahasa Inggris, Anda dapat menggunakan Layanan Penerjemahan dan Juru Bahasa dengan menghubungi 131 450.
- pergi ke klinik pernapasan COVID-19 gratis (klinik tes)
- hubungi dokter Anda melalui telepon dan mereka akan mengatur tes, ini mungkin dikenakan biaya

Klinik pernapasan COVID-19 adalah pusat kesehatan khusus yang terletak di seluruh negara, yang berfokus menetes orang-orang dengan gejala infeksi pernafasan.

Cari [klinik pernapasan COVID-19 yang terdekat dengan Anda](#).

## Menunggu hasil tes

Mungkin akan memakan waktu beberapa hari sebelum hasil tes keluar. Sementara Anda menunggu hasil tes, Anda harus mengikuti arahan dari otoritas kesehatan masyarakat dan profesional medis yang menetes Anda.

Jika dites karena mempunyai gejala, Anda harus langsung pulang dan tinggal di rumah. Anda perlu melakukan hal ini sampai mendapatkan hasil tes negatif atau gejala Anda hilang - tergantung mana yang lebih lama.

Anda mungkin berada di karantina karena menjadi pelancong yang baru pulang atau kontak dekat dengan orang yang terjangkit COVID-19. Jika Anda dites untuk alasan apapun saat Anda berada di karantina Anda harus terus tinggal di karantina sampai akhir masa karantina (14 hari). Anda harus melakukan hal ini bahkan jika tidak mempunyai gejala dan hasil tes Anda negatif.

Jika hasil tes Anda positif, Anda perlu mengisolasi diri dari orang lain di rumah, rumah sakit atau akomodasi lainnya seperti yang diinstruksikan oleh dokter Anda dan otoritas kesehatan masyarakat.

## Bagaimana COVID-19 diobati?

Saat ini tidak ada pengobatan khusus atau vaksin yang telah disetujui yang menyembuhkan atau mencegah COVID-19. Ada beberapa pengobatan yang dapat membantu orang pulih dari COVID-19 yang parah. Penelitian di Australia dan di seluruh dunia sedang berlangsung untuk mengembangkan vaksin dan pengobatan potensial.

## Siapa yang paling berisiko dari COVID-19?

Di Australia, orang yang paling berisiko terkena virus adalah:

- pelancong yang baru saja datang dari luar negeri
- orang yang telah berdekatan dengan orang yang telah didiagnosis terjangkit COVID-19
- orang di fasilitas pemasyarakatan dan penahanan
- orang yang tinggal di perumahan kelompok

Orang yang berisiko, atau ada kemungkinan berisiko lebih tinggi, terjangkit penyakit serius jika mereka terjangkit virus adalah:

- orang berusia 70 tahun ke atas
- orang yang sistem kekebalan tubuh terganggu karena kondisi medis atau pengobatan tertentu
- orang dengan kondisi medis kronis seperti:
  - penyakit jantung
  - penyakit paru-paru
  - gagal ginjal
  - diabetes
  - obesitas berat
  - penyakit hati

Ini bukan daftar lengkap kondisi medis kronis yang dapat meningkatkan risiko. Jika Anda memiliki kondisi medis, disarankan untuk mendiskusikan risiko pribadi Anda dan apa yang dapat Anda lakukan untuk melindungi diri Anda dengan dokter yang merawat Anda.

Sejauh ini tingkat kasus Covid-19 di antara anak-anak yang terkonfirmasi terbilang rendah, relatif terhadap populasi yang lebih luas.

Ada bukti terbatas saat ini mengenai risiko pada wanita hamil.

## Bagaimana melindungi diri sendiri dan orang lain dari COVID-19

Setiap orang memiliki peran dalam menghentikan penyebaran COVID-19. Penting untuk melakukan hal-hal berikut untuk memperlambat penyebaran COVID-19 dan melindungi mereka yang paling berisiko.

- jaga jarak 1,5 meter dari orang lain
- hindari salam fisik seperti jabat tangan, pelukan dan ciuman
- tinggal di rumah saja jika Anda memiliki gejala pilek atau flu dan melakukan tes biarpun gejala Anda ringan
- menutupi batuk dan bersin dengan siku atau tisu
- buang tisu yang telah digunakan langsung ke tempat sampah dan cuci tangan Anda
- sering cuci tangan dengan sabun dan air, termasuk sebelum dan sesudah makan dan setelah pergi ke toilet
- gunakan pembersih tangan (sanitiser) berbasis alkohol
- hindari menyentuh mata, hidung dan mulut
- bersihkan dan disinfeksi permukaan yang sering digunakan seperti bagian atas meja, meja tulis dan gagang pintu
- bersihkan dan disinfeksi benda-benda yang sering digunakan seperti ponsel, kunci, dompet dan kartu kerja (work pass)
- tingkatkan jumlah udara segar yang tersedia dengan membuka jendela atau menyesuaikan AC.
- unduh CovidSafe app

Ikuti saran tentang pertemuan publik dari [otoritas negara bagian atau wilayah](#) Anda setiap saat.

Penting bagi Anda untuk terus mengadakan janji medis biasa Anda - terutama jika memiliki kondisi kronis atau yang berlangsung yang memerlukan perawatan medis.

## Informasi lebih lanjut dan kontak

[situs web Department of Health \(Departemen Kesehatan\) Pemerintah Australia](#)

[Sumber daya COVID-19 dalam bahasa Inggris](#)

[Sumber daya COVID-19 yang telah diterjemahkan](#)

[Situs web Pemerintah Australia](#)

[Healthdirect symptom checker \(alat online untuk memeriksa gejala\)](#)

Cari [klinik tes COVID-19 terdekat Anda](#) (healthdirect)

[Kunjungi situs web Head to Health](#) untuk mendapatkan dukungan kesehatan dan kesejahteraan mental

Nasional Coronavirus Helpline (Saluran Bantuan Coronavirus Nasional): 1800 020 080.  
Saluran informasi ini beroperasi 24 jam sehari, tujuh hari seminggu.

Jasa Penerjemahan dan Juru Bahasa: 131 450. Untuk terjemahan tertulis dan lisan jika  
Anda bukan seorang penutur bahasa Inggris.