

# INFORMASI COVID-19 & VAKSIN

Departement Health and Wellbeing PPI UK

EDISI PERTAMA  
30 NOVEMBER 2021



### Tim Penyusun

Intannia Islami Dewi

Jennifer Ritehnia

Prista Kusumaningtyas

Marcellina Sandra

Najla Nadiah

Bianda Aulia

Sola Abigail

### Desain

Intannia Islami Dewi

# Kata Pengantar

Booklet ini ditunjukkan untuk seluruh warga negara Indonesia dan pelajar yang sedang berada di United Kingdom. Booklet ini disusun dan disesuaikan dengan keadaan terkini terkait isu kesehatan yang ada.

Informasi yang tersedia pada booklet ini merupakan informasi umum. Untuk informasi lebih lanjut dapat mengunjungi website NHS pada setiap kawasan di United Kingdom:

NHS England - <https://www.england.nhs.uk/>

NHS Scotland - <https://www.scot.nhs.uk/>

NHS Wales - <https://www.wales.nhs.uk/>

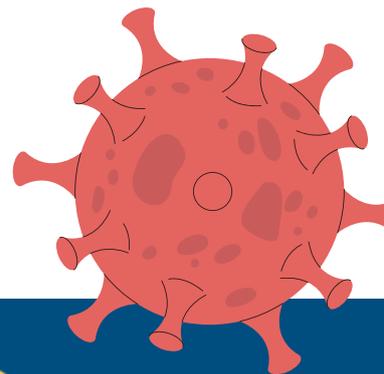
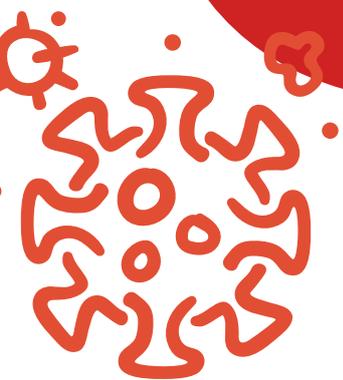
NHS Northern Ireland - <http://online.hscni.net/>

**Salam Sehat**

**Tim Penyusun**

# APA ITU COVID-19?

Coronavirus Disease-2019  
(COVID-19) adalah penyakit  
yang disebabkan oleh  
Coronavirus jenis baru



# PENYEBARAN COVID-19

Melalui droplet dari orang positif COVID-19

Kontak erat dengan penderita COVID-19

Menyebar melalui udara/airborne



# GEJALA KLINIS COVID-19

Tanpa Gejala



Demam



Demam & Batuk



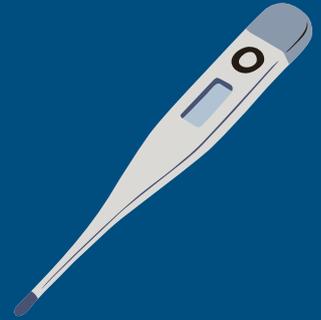
Demam, batuk, sakit tenggorokkan,  
sakit kepala, dan nyeri otot



Demam, batuk, sakit tenggorokkan,  
sakit kepala, nyeri otot, dan muntah



Demam, batuk, sakit tenggorokkan,  
sakit kepala, nyeri otot, muntah, dan  
diare



# APA YANG HARUS DILAKUKAN BILA MERASAKAN GEJALA COVID-19?

**Apabila mengalami 3 gejala utama  
COVID-19:**

- Suhu tubuh tinggi
- Batuk kering baru
- Kehilangan kemampuan indra penciuman dan perasa

**Segera lakukan  
test PCR**



# TEST COVID-19

## Dengan gejala

PCR Test

### Kapan harus melakukan test

- Jika memiliki gejala COVID-19
- Untuk mengkonfirmasi hasil positif dari Lateral Flow Test

### Berapa lama waktu yang dibutuhkan

Test ini diproses di laboratorium, kurang lebih selama 72 jam

### Cara mendapatkan test

- Order online
- Datang ke tempat
- Hubungi 119



Informasi lebih lanjut dapat dilihat melalui [NHS.UK](https://www.nhs.uk) atau hubungi 119

## Tanpa gejala

Lateral Flow Test

### Kapan harus melakukan test

- Jika tidak memiliki gejala COVID-19
- Sebagai bagian test rutin 2 minggu sekali

### Berapa lama waktu yang dibutuhkan

Hasil akan ditunjukkan oleh alat test kurang lebih 30 menit

### Cara mendapatkan test

- Order online
- Datang ke tempat
- Hubungi 119
- Farmasi



# CARA MENDAFTAR TEST COVID-19

- Melakukan pemesanan PCR Test Kit melalui <https://www.gov.uk/get-coronavirus-test> atau memesan Lateral Flow Test kit melalui <https://www.gov.uk/order-coronavirus-rapid-lateral-flow-tests>

Test kit akan diantar ke alamat.

- Dapat melakukan perjanjian dengan GP setempat dan datang ke lokasi praktik.
- Test juga dapat dilakukan secara walk-in ke lokasi tertentu di area sekitar kampus.

# PANDUAN ISOLASI MANDIRI



Segera melakukan isolasi mandiri dan memesan PCR Test Kit setelah hasil test dinyatakan positif oleh NHS.

Isolasi mandiri dilakukan kurang lebih selama 10 hari, terhitung sejak awal merasakan gejala atau setelah melakukan Test PCR.

Tidak menggunakan transportasi umum atau taksi.

Berusaha untuk menghindari kontak langsung dengan seseorang yang tinggal bersama.

Tidak menerima tamu selama masa isolasi mandiri di rumah, termasuk keluarga dan teman.

Tidak melakukan perjalanan ke tempat umum, kantor, dan sekolah.

# CARA MENDAPATKAN VAKSIN DI UK

## Booking Appointment Secara Online

01

Booking melalui :

<https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/book-coronavirus-vaccination/>

02

Masukkan NHS number, tanggal lahir, dan kode pos.

03

Akan muncul pilihan lokasi vaccination centre terdekat (sesuai kode pos), selanjutnya pilih lokasi vaksinasi.



# CARA MENDAPATKAN VAKSIN DI UK

Datang Langsung ke  
Walk-in Vaccination Site

01

Cek Walk-in vaccination site melalui :  
<https://www.nhs.uk/conditions/coronavirus-covid-19/coronavirus-vaccination/find-a-walk-in-coronavirus-covid-19-vaccination-site/>

02

Masukkan kode pos, pilihan lokasi vaccination centre terdekat (sesuai kode pos).

03

Jadwal operasional dan ketersediaan vaksin akan muncul.  
Harus terdaftar di GP.



# VAKSIN BOOSTER (DOSIS KETIGA)



- Diberikan 6 bulan setelah dosis kedua.
- Dapat melakukan booking online atau walk-in ke vaccination centre atau menunggu undangan dari GP.
- Saat ini untuk menerima vaksin booster di UK harus memenuhi salah satu dari persyaratan berikut:
  - Berusia lebih dari 40 tahun
  - Bekerja atau tinggal di care home
  - Tenaga kesehatan
  - Berusia lebih dari 16 tahun dengan risiko tinggi COVID-19
  - Hamil dan memenuhi salah satu kriteria di atas

WNI atau Pelajar Indonesia yang sudah menerima Vaksin Sinovac (2 dosis) hanya akan dihitung sebagai dosis pertama dari Pfizer, Moderna, atau Astra Zeneca.

Vaksin kedua dapat dilakukan di UK atau menunggu 6 bulan untuk mendapatkan booster.



# KENAPA HARUS VAKSIN?



Tubuh akan  
mengingat dan  
mengenal virus  
COVID-19 yang  
masuk ke dalam  
tubuh dan  
melawannya

Membantu  
menimbulkan atau  
menstimulasi  
kekebalan spesifik  
dalam tubuh

Memberikan  
perlindungan agar  
tidak tertular atau  
mengalami sakit berat  
akibat COVID-19

# VAKSIN YANG TERSEDIA DI UK

**Moderna**

**Oxford/Astra Zaneca**

**Pfizer/BioNTech**



# CARA MENCEGAH COVID-19



Menggunakan masker



Mencuci tangan  
menggunakan sabun &  
air mengalir



Menjaga jarak



Mengonsumsi makanan  
bergizi seimbang

# CARA MENCEGAH COVID-19



Rutin berolah raga



Istirahat yang cukup



Menjaga kebersihan  
tempat tinggal



Tetap berada dirumah  
bila merasa kurang  
sehat

# NHS APPLICATION



NHS App dapat  
didownload melalui  
Android dan iOS

## NHS App dapat digunakan untuk :

- Melihat nomor NHS
- Mendapatkan informasi Covid-19
- Memuat riwayat vaksinasi di UK dan hasil test Covid-19
- Untuk mendapatkan NHS Covid Pass. NHS Covid Pass perlu ditunjukkan untuk perjalanan ke luar UK, mendatangi event atau venue
- Mendapatkan saran kesehatan
- Membuat perjanjian dengan GP
- Melihat riwayat kesehatan
- Mendaftarkan donasi organ

# COVID EMERGENCY ONLINE

## HOTLINE KBRI LONDON

07471495095

07881221235

02074997661, Ext: 9618



# Informasi NHS

**NHS England**

<https://www.england.nhs.uk/>

**NHS Scotland**

<https://www.scot.nhs.uk/>

**NHS Wales**

<https://www.wales.nhs.uk/>

**NHS Northern Ireland**

<http://online.hscni.net/>



# Nomor Telephone Penting di UK



Layanan Kesehatan 24 Jam

**111**



Layanan Ambulan & Gawat  
Darurat

**999**



Layanan Kesehatan PPI UK

**[healthunit@ppiuk.org](mailto:healthunit@ppiuk.org)**