

KEBERSIHAN DIRI KUNCI CEGAH JANGKITAN COVID-19

Oleh: Amanina Aqilah binti Matzalis, 1171200

Fakulti Pengajian Bahasa Utama (FPBU), Universiti Sains Islam Malaysia

Disiarkan pada 29 Mac 2020

Supermodel antarabangsa, Naomi Campbell, mencetuskan sensasi apabila memakai sut hazmat sebagai ikhtiar mencegah dirinya daripada dijangkiti COVID-19. Gambar wanita berusia 49 tahun itu disiarkan dalam akaun Instagram miliknya dan seterusnya dilaporkan Berita Harian pada 12 Mac lalu.

Gambar Campbell yang berlatarkan Lapangan Terbang Los Angeles, Amerika Syarikat dengan kapsyen 'keselamatan diutamakan' itu menarik perhatian banyak pihak. Mereka tertarik dengan ketelitian dan ketaksuban beliau terhadap aspek pencegahan dan perlindungan dari jangkitan COVID-19.

Walaupun ramai yang memuji Campbell, ada juga netizen yang mengecam dan mengkritiknya kerana menganggap tindakan memakai sut hazmat itu agak berlebihan.

Ketika rencana ini ditulis, Pertubuhan Kesihatan Sedunia (WHO) mengumumkan sebanyak 340,032 kes jangkitan COVID-19 dikesan dengan melibatkan 150 negara. China merupakan negara yang paling teruk terjejas akibat virus berkenaan diikuti Itali, Sepanyol, Jerman dan Iran. Malaysia pada masa itu mencatatkan sebanyak 1,306 kes.

Lebih membimbangkan, jumlah rakyat Malaysia yang didapati positif COVID-19 meningkat secara mendadak selepas beberapa peserta perhimpunan tabligh di Masjid Jamek Seri Petaling, Selangor yang berlangsung sepanjang 27 Februari sehingga 1 Mac lalu disahkan positif COVID-19.

Dianggarkan kira-kira separuh daripada lebih 10,000 peserta perhimpunan yang melibatkan rakyat pelbagai negara itu berasal dari Malaysia. Ketua Pengarah Kesihatan, Datuk Dr Noor Hisham Abdullah menyatakan, maklumat tersebut dikesan oleh Brunei melalui Titik Fokus Peraturan Kesihatan Antarabangsa di negara berkenaan.

Mungkin perbuatan Campbell memakai sut hazmat tidak dapat ditiru oleh kita semua. Namun, ada beberapa langkah mudah yang boleh dilakukan untuk mencegah jangkitan COVID-19.

Kita mesti menjarakkan diri sekurang-kurangnya satu meter antara satu sama lain lebih-lebih lagi jika berhampiran dengan individu yang mempunyai simptom demam, batuk dan bersin.

Selain itu, cuci tangan dengan lebih kerap menggunakan air dan sabun mengikut kaedah yang betul. Jika tiada air dan sabun, boleh gunakan cecair pencuci tangan yang dijual di pasaran.

Jika difikirkan secara mendalam, langkah-langkah mencegah jangkitan COVID-19 itu mempunyai kaitan dengan pandangan Islam bahawa kebersihan adalah sebahagian daripada iman.

Umat Islam diwajibkan mengambil wuduk dengan membasuh anggota-anggota badan seperti mulut, hidung, muka, tangan dan kaki sebelum menunaikan solat atau menyentuh al-Quran.

Melihat kepada amalan wuduk itu sendiri, jelaslah bahawa Islam merupakan agama yang amat menitikberatkan aspek kebersihan. Kira-kira 1,400 tahun lalu, Rasulullah SAW pernah bersabda yang maksudnya berbunyi, “Bahawa pada akhir zaman nanti

akan banyak wabak dan penyakit melanda manusia di dunia, hanya umatku yang terhindar kerana memelihara wuduk.”

Memang benar COVID-19 menimbulkan ancaman yang serius terhadap kesihatan manusia serta pembangunan sosioekonomi di Malaysia dan di seluruh dunia. Di sebalik kegusaran itu, virus yang masih belum ditemukan vaksin ini turut mengingatkan kita tentang bukti kekuatan dan kebesaran Allah SWT melalui ajaran Islam yang amat mementingkan aspek kebersihan.



LANGKAH PENCEGAHAN COVID-19

1. Kerap mencuci tangan dengan menggunakan air sabun atau bahan pencuci tangan (*hand sanitizer*).



2. Sentiasa menggunakan penutup mulut dan hidung bagi mengurangkan risiko jangkitan.

3. Elakkan keluar ke tempat tumpuan orang ramai dan jarakkan diri sekurang-kurangnya 1 meter daripada orang yang bergejala.



4. Sentiasa amalkan etika batuk dengan menutup mulut dan hidung dengan tisu.

