



LAMAN UTAMA SIAPA KAMI F.A.Q KATEGORI ▾ PENGIKLANAN

SAINS SHOP ▾ CAREERS



# Menghadapi Jangkitan Ganas COVID-19: Apa yang perlu kita lakukan?

## Menghadapi Jangkitan Ganas COVID-19: Apa yang perlu kita lakukan?



by Editor — 03/08/2021 in Berita & Peristiwa, Perubatan & Kesihatan

👍 0 🗨️ 0 💬 0

Oleh: Dr Siti Suriani Othman

Fakulti Kepimpinan dan Pengurusan, Universiti Sains Islam Malaysia

Di akhir-akhir ini, seluruh rakyat Malaysia berasa terkejut, kecewa dan sedih. Statistik jangkitan COVID-19 dilaporkan semakin hari semakin meningkat. Pernah merekodkan sifar kes jangkitan pada tahun lepas, hari ini kita merekodkan lebih 15,000 kes positif setiap hari. Mencapai statistik tertinggi lebih 17000 kes, pastinya angka keramat itu ‘mencekik leher’ barisan petugas barisan hadapan.

Maka, kita merayu, agar semua warga Malaysia sedar apa yang berlaku dalam negara kita hari ini dan perlu bertindak mengikut apa yang telah digariskan. Jika ada yang masih tidak percaya akan bahayanya COVID-19 ini, sedarlah bahawa virus ‘seganas’ ini tidak pernah kita alami dalam sejarah manusia. Jika ada yang tidak kisah jika dijangkiti, sedarlah virus ini bahayanya membawa maut. Jika rasa terlindung sepenuhnya dan lalai setelah divaksin, sedarlah vaksin hanya melindungi tetapi bukan 100 peratus menghindari.

Dengan jumlah kes positif melebihi 190 juta orang seluruh dunia dengan lebih 4 juta kematian juga adalah sesuatu di luar sejarah manusia. Belum ada apa-apa penyakit yang memusnahkan manusia sebagaimana COVID-19 maka kerana itu ia digelar ‘pandemik’. Ebola atau demam berdarah Ebola yang pernah menakutkan manusia pada 2014 hingga 2016 pun ‘hanya’ membunuh lebih 11000 orang dengan lebih 26,000 jangkitan. Itupun sudah menakutkan kita semua, tetapi ia tidak digelar pandemik kerana tidak tersebar seluruh dunia dan hanya

menular di benua Afrika, Amerika dan kurang 10 negara di dunia. Maka, ebola digelar epidemik.

Tetapi, kita hari ini berdepan pandemik, bukan epidemik. Menghadapi pandemik memerlukan 'tenaga' lebih daripada epidemik dan segala macam penyakit lain. Mengikuti perkembangan terbaharu tentang pandemik sangat penting, maklumat baharu perlu disebar dan difahami setiap lapisan masyarakat.

Lalu, apakah maklumat terkini perlu kita ketahui tentang COVID-19?

**1. Bahayanya COVID19 mungkin ramai telah ketahui. Tetapi sejauh mana kita ketahui bahayanya COVID-19 jenis Delta?** COVID-19 bukan hanya terdiri daripada sejenis virus sahaja tetapi telah bermutasi (berubah) dan hari ini wujud jenis atau varian yang dikenali sebagai Delta yang sangat mudah menjangkiti. Pesakit boleh dijangkiti tanpa simptom dan boleh menjangkiti seseorang secepat 5-15 saat! Walaupun hanya ada 199 kes jangkitan Delta di Malaysia kini, wujudnya varian ini di Malaysia sendiri adalah berita buruk buat kita semua.

**2.Keperluan vaksinasi.** Kajian di China mendapati, individu yang belum divaksinasi dan dijangkiti varian Delta akan mempunyai lebih 1000 kali jumlah virus dalam paru-paru mereka berbanding jika terjangkit COVID-19 jenis biasa. Individu yang belum divaksinasi pula jika terjangkit varian Delta akan mengalami kesakitan yang teruk sehingga perlu dimasukkan ke hospital. Buat masa ini, vaksinasi sedia ada adalah kaedah terbaik melindungi diri daripada varian Delta.

**3.Kekalkan norma baharu**

Selain vaksinasi, kehidupan dengan norma baharu wajib diteruskan, sungguhpun telah menerima vaksin. Memakai topeng muka, membasuh tangan selalu dan tidak berada di tempat yang sesak tetap perlu menjadi gaya hidup hari ini. Kekal di rumah kecuali keluar hanya

untuk urusan penting juga sangat penting kita amalkan. Apabila di luar, amalkan jarak 6 kaki dengan orang lain.

Kita sedang lalui pelbagai perubahan dan adaptasi kepada normal baharu dalam kehidupan, lalu apa lagi yang perlu kita buat?

Kerajaan memohon kita semua kekal di rumah atau '*self-lockdown*'. Tiada hal penting, jangan keluar. Sektor ekonomi yang penting boleh diteruskan. Kita tidak lagi alami '*lockdown*' sepenuhnya seperti mana tahun lepas. Kita juga perhatikan, banyak negara tidak lagi menjalankan '*total lockdown*' sebagaimana pengalaman tahun 2020.

Penulis pada awalnya skeptik dengan idea '*partial lockdown*'. Namun, sejak 2020 lagi, pengkaji di Barat sudah bersetuju bahawa '*full lockdown*' tidak boleh diteruskan terlalu lama kerana ini akan membunuh lebih ramai rakyat terutama yang bergantung hidup dengan gaji hari atau mingguan. Ketika itu, penulis masih merasakan keperluan '*total lockdown*' sangat perlu kerana nilai nyawa itu lebih penting daripada wang ringgit.

Hari ini, benarlah daripada kajian itu yang menyatakan akan lebih ramai orang yang akan meninggal dunia kerana kebuluran berbanding mati kerana jangkitan. Jadi, aktiviti ekonomi boleh berjalan dengan SOP ketat.

Namun hari ini, kita lihat, antara yang paling tinggi menyumbang kepada peningkatan kes positif di Malaysia adalah kluster tempat kerja. Penjarakan fizikal yang diamalkan mungkin tidak cukup memandangkan ruang dan bilangan pekerja, sasaran produktiviti dan keletihan para pekerja. Di sinilah, norma baharu perlu diletakkan dalam hati dan bukan hanya sebagai undang-undang dalam diri pekerja. Disiplin diri kini bukan lagi pilihan tetapi keperluan setiap orang di dalam mahupun luar industri.

Tanpa kompromi dan tanpa ragu, penjarakan sosial cuba sebaiknya diamalkan oleh semua pekerja dan ini perlu disokong oleh majikan. Janganlah pihak majikan hanya bermanis mulut menyatakan SOP dituruti tetapi hal yang sebaliknya berlaku. Kita juga faham tekanan yang dialami oleh majikan ketika ini, tetapi inilah yang disebutkan tadi

sebagai pengorbanan. Kita perlu mengadaptasi perubahan yang terpaksa semua orang lalui hari ini dan tindakan baik serta kesabaran kita semua akan memastikan pandemik ini lebih cepat berakhir.

Mungkin juga jika keadaan terlalu mendesak, masih ada keperluan untuk Malaysia mengharungi satu lagi fasa '*total lockdown*', maka jika berlaku itu satu lagi pengorbanan yang harus kita harungi dengan kesediaan mental dan persediaan material.

Selain itu, pastikan juga setiap daripada kita mengambil vaksinasi. Ironinya, dengan segala usaha memahami keperluan vaksinasi serta kemudahan yang ada, masih ada golongan yang degil dan menolak vaksin. Mungkin dua sebab utama yang menyebabkan keadaan ini: malas ambil tahu dan tidak mahu ambil tahu, atau/dan tidak faham atau salah faham tentang vaksinasi menyumbang kepada kedegilan ini.

Namun, dengan statistik yang memburuk di Malaysia, janganlah berdegil. Kita tidak ada pilihan lain sekarang selain memilih untuk divaksin. Ingatlah, kedegilan kita ini bukan memudratkan kita seorang, tetapi satu keluarga, malah satu taman perumahan, satu daerah dan satu negeri dan satu negara. Kedegilan kali ini impaknya tidak sama macam kedegilan tidak mahu berhenti merokok, kedegilan tidak mahu bersenam, kedegilan tidak mahu minum air kosong untuk kesihatan. Hakikatnya, kita semua tidak ada masa untuk berdegil pun di saat genting ini.

Saya kongsi hasil daripada satu seminar kesedaran COVID-19 anjuran **Academic International Dialogue (AID)** baru-baru ini yang menghimpunkan pengalaman lapan penceramah dari lima negara termasuk Brunei. Menariknya perkongsian Brunei apabila mendedahkan buku-buku zikir diedarkan kepada pemandu kereta di jalan raya untuk diamalkan dan mengelakkan COVID-19. Dengan hanya tiga kes kematian dan kes positif tidak lebih 350, sekolah dan universiti serta pejabat dibuka seperti biasa di Brunei hari ini. Usaha Brunei boleh kita contohi. Ia memberi isyarat betapa pentingnya mengintegrasikan pendekatan moden berbentuk fizikal dan segala usaha mencegah jangkitan disusuli dengan doa dan amalan spiritual secara kolektif. Usaha melandaikan lengkung COVID-19 ini bukan

usaha barisan hadapan atau orang lain, ia adalah usaha setiap daripada kita. Dalam Islam, berdosa hukumnya jika tidak menjaga nyawa. Kita sayang diri sendiri, sayang keluarga. Kita juga dapat pahala menjaganya demi ummah dan negara.

## ARTIKEL BERKAITAN

[Coronavirus dan Pensanitasi Tangan \(hand sanitizer\)](#)

[Masyarakat Celik Sains Menjadi Faktor Penentu Kejayaan Menentang COVID-19](#)

[Corona Virus: Mengapa MUDah Menjangkiti dan Bagaimana Varian Virus ini Terhasil?](#)

Berikan Komen Anda Di Sini

0 Comments

Sort by Newest



Add a comment...

Facebook Comments Plugin

Tags: [Covid-19](#) [USIM](#)

Share

Tweet

Share



### Previous Post

**Jika Ingin Memesan Makanan Secara Dalam Talian, Tentukan Dahulu Tahap Kebersihan & Status Halal**

[Editor](#)