



PEMERINTAH PROVINSI KALIMANTAN TENGAH
SEKRETARIAT DAERAH
BIRO PROTOKOL DAN KOMUNIKASI PUBLIK
Jln. RTA Milono Nomor 1 Telepon (0526) 3221365-3221538
PALANGKA RAYA

Press Release
15 April 2020

**Ibu Ivo Sugianto Sabran Minta Ketua TP PKK Kabupaten/Kota Se-Kalimantan Tengah
Bantu Sosialisasikan Pencegahan Corona**

Palangka Raya - Biro PKP. Ketua Tim Penggerak (TP) PKK Provinsi Kalimantan Tengah Ibu Ivo Sugianto Sabran meminta Ketua TP PKK Kabupaten/Kota se-Kalimantan Tengah turut membantu untuk mensosialisasikan imbauan pemerintah kepada masyarakat mengenai hal-hal yang perlu dilakukan untuk terhindar dari wabah Virus Corona (Covid-19) serta menekan penyebarannya.

Sosialisasi tersebut meliputi gejala umum infeksi Virus Corona, seperti demam dengan suhu tubuh di atas 37,5°C; batuk kering dan rasa gatal di tenggorokan; hidung tersumbat; gangguan pernapasan atau sesak napas; sakit kepala; serta masalah pencernaan seperti diare. Pada beberapa kasus, Virus Corona dapat menyebabkan gejala yang parah, di mana infeksi dapat berubah menjadi bronkitis dan pneumonia. Apabila telah mengalami gejala tersebut, masyarakat diminta untuk segera memeriksakan diri ke rumah sakit atau Puskesmas terdekat serta mengisolasi diri.

Sosialisasi kepada masyarakat juga harus terus-menerus menekankan pentingnya mematuhi imbauan *social distancing* dan *physical distancing* serta rajin mencuci tangan secara menyeluruh dengan sabun dan air yang mengalir. Ibu Ivo Sugianto Sabran mencontohkan, bagi ibu-ibu sepulang dari pasar diingatkan untuk segera mengganti pakaian dan merendamnya di air deterjen, serta mencuci tangan sebelum memegang makanan dan buah hati. Lebih jauh, masyarakat diimbau untuk mandi dan keramas sepulang dari bepergian dan sebisa mungkin meminta anggota keluarga lainnya yang ada di rumah untuk membukakan pintu.

Masyarakat pun diimbau untuk tetap di rumah dan tidak keluar rumah jika memang tidak mendesak. Apabila harus keluar rumah, masyarakat diimbau mengenakan masker dan menyobek masker setelah digunakan, sebelum membuangnya ke tempat sampah, untuk menghindari masker didaur ulang oleh pihak-pihak yang tidak bertanggung jawab.

“Lakukan semua itu dengan kesadaran penuh karena kita berpotensi menjadi *carrier* atau pembawa Virus Corona, sayangi keluarga dan lindungi orang-orang sekitar,” Ibu Ivo Sugianto Sabran kembali mengingatkan.

Sementara itu, ditambahkan Ibu Ivo Sugianto Sabran, ibu-ibu dapat mengisi waktu luang saat harus terus berada di rumah, antara lain dengan melakukan budidaya tanaman dalam pot atau polybag. Ibu-ibu dapat memanfaatkan pekarangan rumah untuk budidaya sayuran atau tanaman obat keluarga (Toga). Aneka sayuran dan bumbu dapur seperti cabai, timun, wortel, seledri, dan selada, serta tanaman obat seperti jeruk nipis, jahe, kencur, kunyit, kapulaga, dan temulawak dapat dihasilkan oleh ibu-ibu di rumah sembari mengisi waktu luang.

“Jadi, waktu yang ada dapat digunakan oleh ibu-ibu dengan kegiatan yang bermanfaat, sekaligus membantu kesejahteraan dan kesehatan keluarga,” jelas Ibu Ivo Sugianto Sabran.

Biro Protokol dan Komunikasi Publik
Sekretariat Daerah Provinsi Kalimantan Tengah