



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00202054748, 1 Desember 2020

Pencipta
Nama : **Dr. Ida Leida Maria, SKM., M.KM., M.Sc. PH, Adhi Nauval Hafizh Thaha dkk**
Alamat : Kompleks Dosen Unhas Blok AC-15, Makassar, SULAWESI SELATAN, 90245
Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta
Nama : **LPPM Universitas Hasanuddin**
Alamat : Jl. Perintis Kemerdekaan Km. 10, Tamalanrea, Makassar, SULAWESI SELATAN, 90245
Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : **Booklet**
Judul Ciptaan : **KESIAPSIAGAAN MAHASISWA PADA BENCANA/PANDEMI COVID-19**
Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 2 Oktober 2020, di Makassar

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000222444

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Dr. Ida Leida Maria, SKM., M.KM., M.Sc. PH	Kompleks Dosen Unhas Blok AC-15
2	Adhi Nauval Hafizh Thaha	Komp. Dosen Unhas Blok AC-15
3	Indrakasih Pratiwi	Jl. Dg. Tata 1 No.49
4	A. Rinaldy Jaharuddin	Jl. Hertasning Utara 3 No. 10
5	Irabuana, S.KM	Bolalele, Kec. Watang Pulu, Kab. Sidrap



FLIPCHART MAHASISWA SIAGA BENCANA



AYO CEGAH

COVID-19



TIM PENYUSUN

Dr. Ida Leida M, SKM., MKM., M.ScPH
Indrakasih Pratiwi
Adhi Nauval Hafizh Thaha
A. Rinaldy Jaharuddin

1. MENGGUNAKAN MASKER



Penggunaan Masker dengan benar dapat mencegah COVID-19 dan dapat melindungi diri sendiri maupun orang lain.

2. JAGA JARAK



Menjaga jarak dapat mencegah COVID-19 karena virus Covid-19 akan menularkan pada jarak 1.5- 2 meter bila teman anda batuk atau bersin. Dengan jaga jarak maka Anda dapat terhindar dari virus Covid -19 serta melindungi diri sendiri maupun orang lain.

3. MENCUCI TANGAN



Mencuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir dapat menghilangkan dan memutus mata rantai kuman. Hal ini menjadi salah satu langkah untuk mencegah COVID-19.

4. MAKAN BUAH & VITAMIN



Mengonsumsi buah-buahan dan sayuran adalah salah satu cara terbaik untuk menjaga daya tahan tubuh.

Buah-buahan dan sayuran kaya akan antioksidan yang bisa dimanfaatkan tubuh untuk meningkatkan sistem imun.

5. OLAHRAGA



Olahraga sangat penting karena ketika berolahraga, kinerja sel darah putih akan terangsang. Sel darah putih ini yang berfungsi sebagai antibodi untuk melawan berbagai jenis virus yang masuk ke dalam tubuh.

6. MEMBUKA JENDELA



Membuka jendela sangat penting untuk pencegahan virus Corona, karena ruangan yang memiliki ventilasi yang baik maka terjadi sirkulasi yg baik sehingga udara yg mengandung virus di dalam dapat keluar ruangan

7. MENYEMPROT DISINFEKTAN



Penyemprotan disinfektan adalah proses menghilangkan sebagian besar atau mikroorganismen patogen

8. ISTIRAHAT / TIDUR YANG CUKUP



Tidur memiliki hubungan yang sangat erat dengan sistem imun. tubuh juga melepaskan sejenis protein yang disebut sitokin hanya saat kita tidur. Sitokin berperan penting dalam sistem imun . Tidur yang cukup menjadi salah satu cara agar regulasi sistem imun tetap terjaga. Sebaliknya, kurang tidur akan menurunkan sistem imun.

9. SURVAILANS COVID19



Surveilans adalah kegiatan pengamatan secara terus-menerus terhadap kondisi dan masalah kesehatan yang mempengaruhi risiko terjadinya penyakit