



RUMAH SAKIT
PANTAI INDAH KAPUK
www.pikhospital.co.id

BUKU SAKU COVID-19

Edisi
I

Daftar Isi

- 1. Apa itu COVID-19**
- 2. Proses Penularan COVID-19**
- 3. Berapa Lama Virus Bertahan**
- 4. Cara Pencegahan Penyebaran**
- 5. Cara Mencuci Tangan**
- 6. Masker Untuk Semua**
- 7. Mengapa Harus Memakai Masker?**
- 8. Jenis-jenis Masker**
- 10. Cara Mencuci Masker Kain**
- 11. Cara Membuang Masker Bekas Pakai**
- 12. Tips Pencegahan di Kendaraan Umum**
- 13. Tips Pencegahan di Tempat Kerja**
- 14. Tips Pencegahan Setelah Bepergian**
- 15. Tips Menjaga Daya Tahan Tubuh**
- 16. Tips Mendapatkan Obat Aman**
- 17. Risiko Membeli Obat Secara Online**
- 18. Tips Keamanan Pangan di Warung Makan**
- 19. Tips Keamanan Pangan di Restoran**
- 20. Tips Keamanan Pangan Berjualan Kue Tradisional**
- 21. Tips Keamanan Pangan Oleh Pedagang Kreatif Lapangan**
- 22. Tips Keamanan Pangan di Sarana Ritel**
- 23. Tips Belanja Pangan Aman di Ritel Modern**
- 26. Tips Belanja Pangan Online**
- 27. Daftar Rumah Sakit Rujukan COVID**
- 31. Telekonsultasi**
- 32. Aplikasi myRSPIK**
- 33. Cara menggunakan aplikasi myRSPIK**
- 34. Referensi**

COVID-19

COVID-19 merupakan penyakit menular yang disebabkan oleh jenis virus Corona baru (novel coronavirus/nCov).

Virus Corona baru mirip dengan keluarga virus yang menyebabkan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*) dan sejumlah influenza biasa.



GEJALA



Batuk dan
Pilek



Demam



Sakit
Tenggorokan



Letih dan
Lesu



Gangguan
Pernafasan



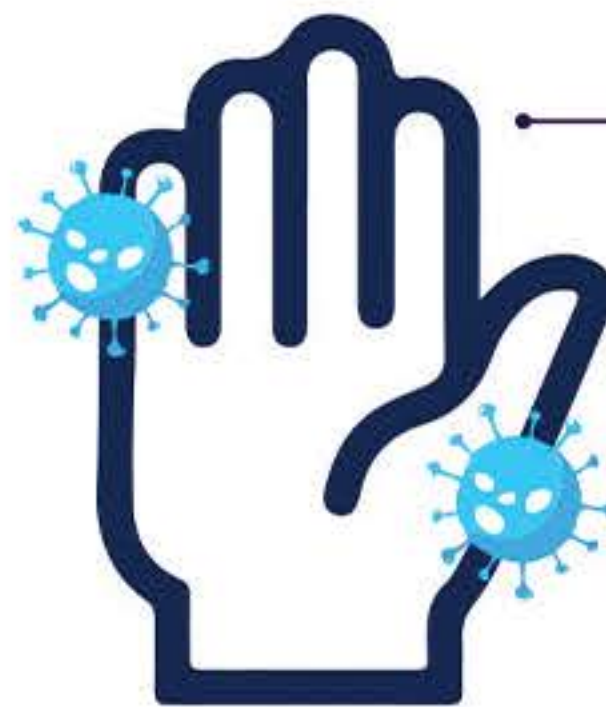
Virus ini menyebabkan timbulnya Pneumonia yaitu infeksi atau peradangan akut di jaringan paru-paru

BAGAIMANA PROSES PENULARANNYA?



DROPLET

COVID-19 ditularkan orang dengan COVID-19 melalui **DROPLET** (percikan seseorang ketika batuk/berbicara)



KONTAK ERAT

Seperti cium tangan, jabat tangan, berpelukan, ataupun *cipika-cipiki*

MENYENTUH PERMUKAAN BENDA TERKONTAMINASI

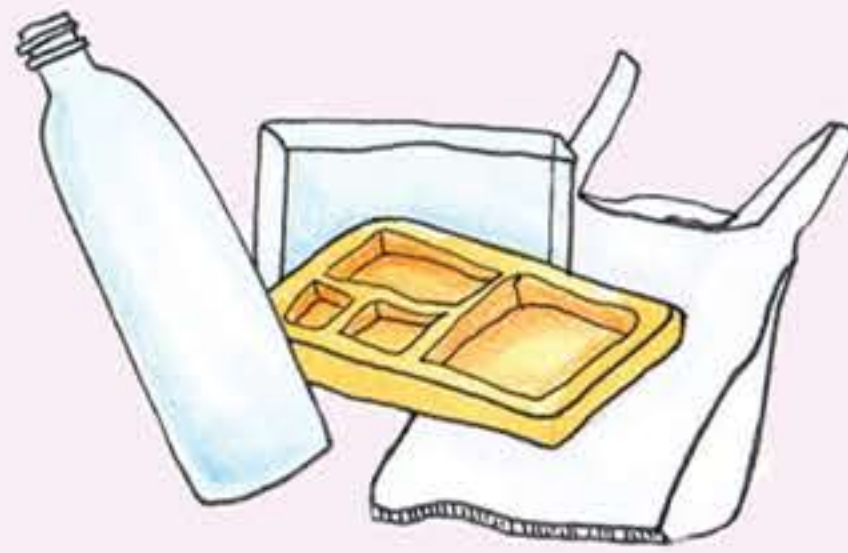
Virus Corona dapat bertahan pada permukaan benda mati selama berjam-jam sampai sehari-hari



BERAPA LAMA VIRUS CORONA DAPAT BERTAHAN PADA PERMUKAAN BENDA?



KERTAS
5 hari



PLASTIK
3 hari



KERAMIK
5 hari



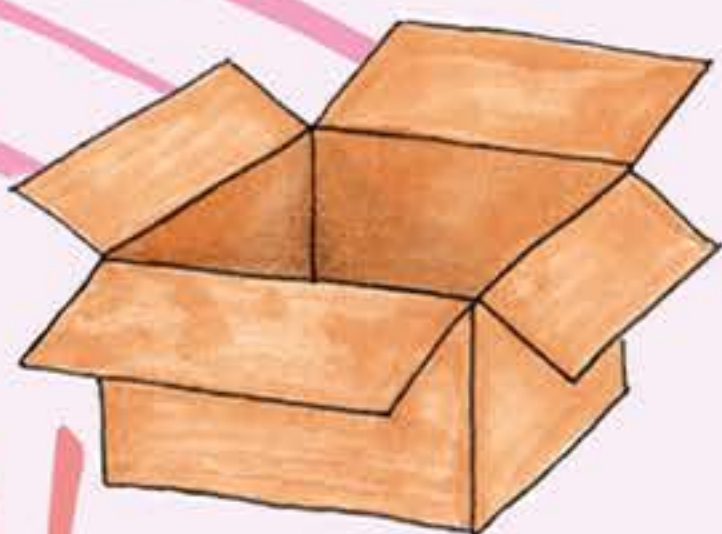
KACA
4-5 hari



**SARUNG TANGAN
LATEX**
< 8 jam



ALUMINUM
2-8 jam



KARDUS
24 jam



**STAINLESS
STEEL**
2-3 hari



KAYU
4 hari



Cara Pencegahan Penyebaran



1
Mencuci tangan dengan sabun dan air mengalir selama minimal 20 detik



2
Menutup mulut dan hidung dengan masker



3
Membersihkan tangan dengan cairan *hand sanitizer* berbasis alkohol



4
Hindari berada dalam kerumunan



5
Hindari berkumpul di tempat-tempat umum



6
Memasak dan memanaskan makanan secara menyeluruh



7
Hindari bersentuhan dengan binatang secara langsung



8
Hindari memegang dan berbagi barang



9
Hindari bersentuhan dengan orang lain



10
Hindari melakukan perjalanan



11
Segera berkonsultasi dengan dokter/petugas kesehatan ketika timbul gejala sakit



Virus Corona merupakan jenis virus yang tidak mampu bertahan hidup lama jika berada diluar inang (makhluk hidup).

Virus ini juga **tidak mampu bertahan pada suhu diatas 56°C selama 30 menit.**

Cara Cuci Tangan yang Benar

Cuci tangan merupakan salah satu bentuk pencegahan untuk memutus rantai penyebaran COVID-19.

Cuci tangan menggunakan sabun dan air mengalir selama 20 detik paling efektif untuk membunuh virus maupun bakteri.



Basahi tangan dengan air



Ambil sabun secukupnya



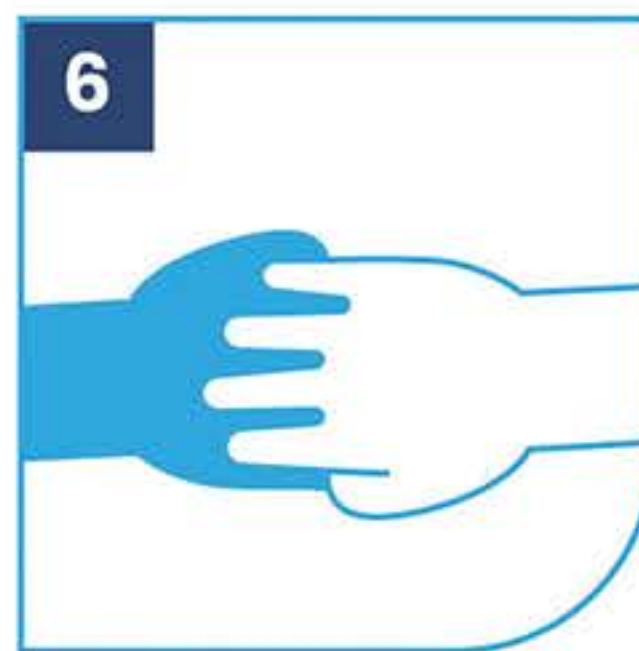
Gosok kedua telapak tangan dan punggung tangan



Basahi tangan, gosok sela-sela jari kedua tangan



Gosok kedua telapak tangan dengan jari rapat-rapat



Jari-jari dirapatkan sambil digosok ke telapak tangan



Gosok ibu jari kiri secara berputar dalam gengaman tangan kanan, dan sebaliknya



Gosokkan kuku jari kanan memutar ke telapak tangan kiri, dan sebaliknya



Basuh dengan air



Keringkan dengan handuk/tisu/ pengering udara



Matikan keran air dengan handuk/ tisu



Tangan bersih



Masker untuk Semua

Ikuti saran World Health Organization (WHO) untuk mencegah penyebaran COVID-19, pemerintah wajibkan penggunaan masker saat beraktifitas di luar rumah.

Cegah Penyebaran COVID-19

Yuk, gunakan #MaskerUntukSemua



MENANG MELAWAN COVID-19

MEMAKAI MASKER



MENGAPA HARUS MEMAKAI MASKER?

- 1 **MELINDUNGI DIRI SENDIRI.** Masker mencegah masuknya *droplet* yang keluar saat kita batuk/bersin/berbicara sehingga kita tidak tertular.
- 2 **MELINDUNGI ORANG LAIN.** Masker

menahan *droplet* yang keluar saat kita batuk/bersin/berbicara sehingga tidak menularkan virus kepada orang lain.

RISIKO PENULARAN

ORANG SAKIT



RISIKO
PENULARAN **100 %**



RISIKO
PENULARAN **70 %**



RISIKO
PENULARAN **5 %**



RISIKO
PENULARAN **1,5 %**

ORANG SEHAT



JENIS MASKER YANG DAPAT DIGUNAKAN*



N95



Masker
Medis/
Bedah



Masker
Kain SNI



Masker
Kain

Sumber: Intermountain Healthcare

Jenis-jenis Masker

Apa Perbedaan Masker N95 dan KN95?

Masker menjadi perlengkapan penting dalam menangkal penyebaran Covid-29. Jika tidak ada masker bedah, masker kain pun dianjurkan tetap digunakan selama beraktivitas di luar rumah. Beberapa minggu belakangan ini, masker KN95 mulai banyak ditemukan di pasaran. Masker N95 biasanya digunakan oleh tenaga medis yang menangani langsung pasien Covid-19.

Dengan nama yang mirip, pasti banyak orang bertanya-tanya apa perbedaan masker N95 dan KN95. Apakah masker KN95 yang saat ini mudah ditemukan di pasaran, sama efektifnya dalam menangkal virus Covid 19 seperti masker N95?

Perbedaan Masker N95 dan KN95

Huruf N pada N95 berarti tidak resistan terhadap minyak, dan 95 berarti saat uji coba. Artinya, masker ini berhasil menangkap 95% partikel di udara. Masker N95 adalah masker dengan standar Amerika. Sedangkan masker KN95 berstandar Cina. Secara umum, kedua masker ini hampir mirip fungsinya. Persentase partikel yang dapat disaring oleh kedua masker ini juga sama, dengan kemampuan menangkap partikel kecil (0,3 mikron) sebanyak 95%.

Masker N95 terdiri dari 4 lapis, yaitu lapisan non woven yang berfungsi menyaring (filtrasi) partikel berukuran 0,5 mikron. Lapisan kedua adalah lapisan filter karbon teraktivasi untuk menyerap polutan, lapisan cotton untuk menyaring partikel ukuran 0,3 mikron dan lapisan on-woven kedua agar lebih nyaman dipakai.

Selain itu masker N95 bersifat tight-fitting yang mencegah adanya kebocoran dari sisi-sisi. Berikut ini beberapa perbedaan masker N95 dan KN95 yang ditemukan dari berbagai percobaan :

Agar mendapat sertifikasi KN95, pabrik harus melakukan mask fit test dengan kebocoran $\leq 8\%$. Pada masker N95, tidak dilakukan fit test. N95 harus melewati uji saat pengguna menarik dan membuang napas, di mana pengguna N95 lebih mudah untuk bernapas dibanding KN95.

Kesalahan paling sering dalam menggunakan masker N95 adalah klip di hidung yang tidak ditekan sehingga tidak erat menempel di wajah dan cara penggunaan pengikat yang salah.

Jenis-jenis Masker

Selain kedua jenis masker tersebut, **masker bedah** juga dapat berguna dalam situasi pandemi ini. Masker bedah efektif dalam menangkal cairan atau partikel besar droplet namun tidak menangkal partikel yang lebih kecil saat ada batuk, bersin atau prosedur medis lain.

Masker ini lebih nyaman digunakan karena lebih tipis dan lebih mudah didapatkan. Masker ini biasa digunakan oleh dokter yang mengoperasi untuk mencegah bakteri dari hidung dan mulut dokter tersebut masuk ke lapang operasi. Masker bedah harus dibuang segera setelah pemakaian.

Sejak digalakkannya penggunaan masker untuk umum, penggunaan masker kain juga menjadi rekomendasi. Jika Orang Sehat menggunakan **masker kain**, memasangnya harus menempel pada sisi wajah, terikat dengan tali atau ikat telinga.

Masker kain sebaiknya terdiri dari beberapa lapis kain tanpa harus membuat penggunaanya kesulitan bernapas. Karena banyak terjadi penularan Covid-19 secara lokal, penggunaan masker kain ini berguna untuk memperlambat penularan virus dan mencegah orang tanpa gejala (OTG) untuk menularkan ke orang lain.

Masker kain ini dapat dibuat sendiri di rumah dengan bahan- bahan yang umumnya ada di rumah. Masker ini tidak boleh digunakan untuk anak kurang dari 2 tahun, pasien dengan sesak napas, tidak sadar, atau tidak dapat melepaskan masker sendiri tanpa bantuan orang lain. Dengan penggunaan masker kain untuk masyarakat, masker bedah dan N95 dapat digunakan oleh tenaga medis yang berkontak langsung dengan virus Covid 19.

Masker kain harus dicuci dengan sabun setiap selesai dipakai, dan saat melepasnya, hindari memegang mata, hidung dan mulut. Setelah melepas masker harus segera cuci tangan dengan air mengalir dan sabun. Jangan lupa tetap lakukan physical distancing untuk mencegah tertular Covid 19.

CARA MENCUCI MASKER KAIN

Penggunaan masker kain hanya efektif digunakan hingga 4 jam saja. Setelah itu, masker kain harus dicuci. Lalu bagaimana cara menyucinya?



1



Siapkan air hangat dengan suhu hingga 60-65 derajat Celcius

2



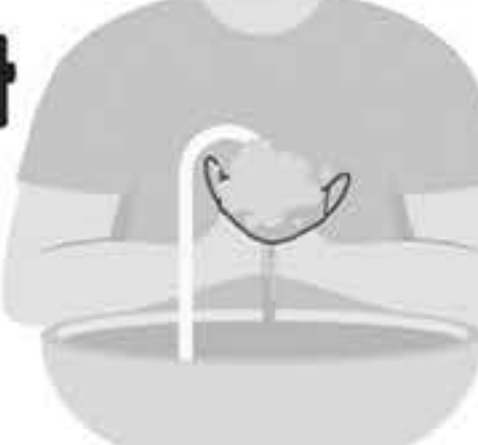
Tambahkan deterjen dan rendam masker untuk beberapa saat

3



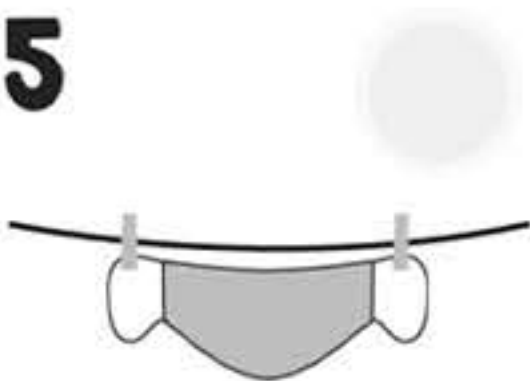
Gosok masker hingga bersih dan noda-noda yang menempel hilang

4



Bilas masker yang telah dicuci dengan air yang mengalir

5



Jemur masker di bawah sinar matahari atau pengering panas

6



Setrika masker dengan suhu panas agar bakteri/virus mati

7



Masker kain yang bersih pun sudah siap kembali untuk digunakan

Masker kain digunakan oleh masyarakat umum yang sehat dan wajib digunakan ketika beraktivitas di luar selama aturan PSBB masih diberlakukan

CARA MEMBUANG MASKER BEKAS PAKAI



- 1.** Lepaskan masker melalui bagian tali dari belakang kepala/telinga.



- 2.** Lipat masker sehingga kuman/droplet ada di bagian dalam lipatan.



- 3.** Desinfeksi masker dengan desinfektan/klorin/cairan pemutih

- 4.** Rusak masker dengan cara menggunting tali dan tutupnya.



- 5.** Segera buang ke dalam tempat sampah tertutup.



- 6.** Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir/gunakan hand sanitizer.

Tips Pencegahan di Kendaraan Umum



Gunakan masker
dan *hand sanitizer*
berbasis alkohol



Hindari menyentuh pintu atau
pegangan dengan telapak
tangan tanpa sarung tangan



Makan makanan
yang aman dan
bergizi serta
minum air putih



Jaga jarak antar
penumpang
1 meter



Jangan berbagi makanan dan
minuman dari wadah
yang sama



Gunakan waktu
perjalanan untuk
istirahat dan berdoa

Tips Pencegahan di Tempat Kerja

- Hindari pertemuan sosial dan jaga jarak fisik minimal 1 meter
- Pastikan tempat kerja memiliki ventilasi yang baik
- Cuci tangan sesering mungkin memakai sabun dan air yang mengalir selama minimal 20 detik
- Bila perlu, gunakan *hand sanitizer* berbasis alkohol
- Jaga kebersihan area kerja dan lakukan disinfeksi berkala
- Bila sakit, bekerjalah dari rumah
- Gunakan masker
- Meludah, batuk atau bersin memakai tisu dengan menutup seluruh hidung dan mulut
- Bungkus tisu bekas pakai ke dalam kantung plastik sebelum dibuang ke tempat sampah tertutup



Tips Pencegahan Setelah Bepergian

Ketika pulang ke rumah dari bepergian jangan lupa untuk selalu membersihkan diri sebelum bercengkrama dengan keluarga *ya*.

Buka Alas Kaki



Buka sepatu/sandal sebelum masuk ke dalam rumah

Semprot Disinfektan



Semprot disinfektan pada alas kaki maupun pada peralatan yang digunakan, seperti pakaian, ponsel, pulpen, laptop, dll

Buang Sampah



Buang semua yang dipegang dan yang tidak dibutuhkan lagi seperti kuitansi, kertas, dll

Cuci Tangan



Jangan menyentuh apapun di dalam rumah, lakukan cuci tangan dengan sabun dan air selama 20 detik

Letakkan Pakaian Kotor



Lepaskan pakaian yang dipakai dan masukkan ke dalam tempat cucian yang tertutup

Bersihkan Badan



Langsung mandi sebelum bersantai dan/atau berkumpul bersama keluarga

Tips Menjaga Daya Tahan Tubuh



Konsumsi pangan
aman dan bergizi



Minum air putih 8 gelas
per hari



Olah raga rutin 30
menit per hari



Tidur cukup 7-9 jam
per hari



Konsumsi suplemen
bila perlu

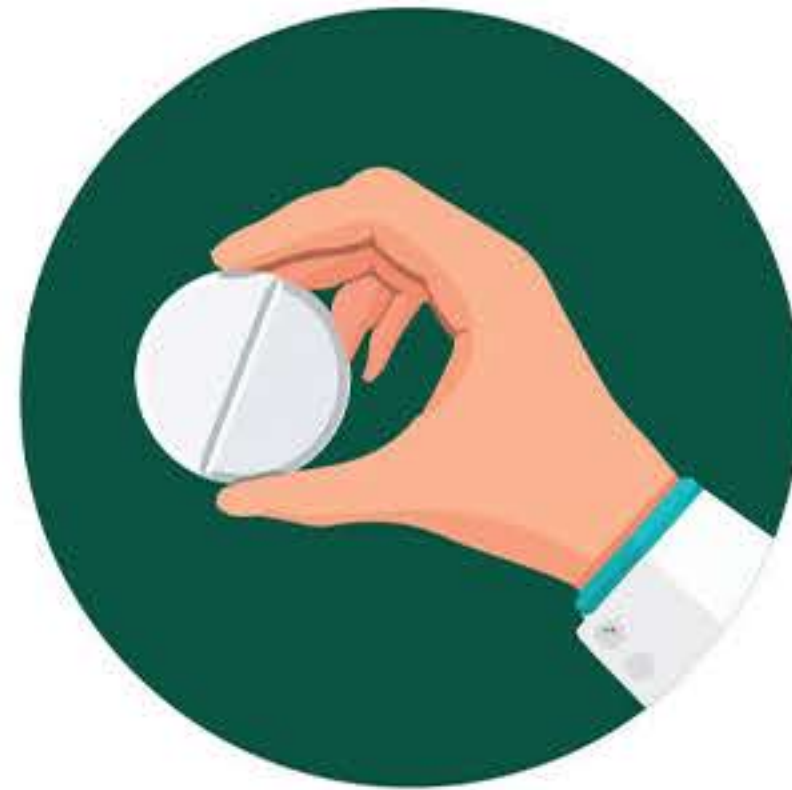


Cuci tangan dengan
sabun dan air mengalir
selama 20 detik

TIPS MENDAPATKAN OBAT AMAN



Beli obat di sarana pelayanan kesehatan/kefarmasian resmi



Beli obat keras harus menggunakan resep dokter



Hati-hati penawaran *online* dari sumber dan keaslian yang tidak diketahui



Beli obat dan vitamin secukupnya



Jangan lupa, selalu Cek KLIK



Laporkan jika ada penjualan obat ilegal secara *online* ke

HaloBPOM 1500533

#dirumahaja
WASPADA OBAT ILEGAL YANG DIJUAL ONLINE

RISIKO MEMBELI OBAT SECARA ONLINE



Identitas penjual tidak jelas, sehingga tidak ada jaminan keamanan dan mutu obat, bahkan bisa jadi obatnya ilegal atau palsu



Mendapat obat rusak dan kedaluwarsa atau bahkan ilegal atau palsu



Tidak mendapat informasi penggunaan dan efek samping obat dari tenaga kefarmasian

Aduh, lagi musim COVID-19, saya perlu beli obat ke apotek tapi harus di rumah saja atau beli obat *online* ya?

Hati-hati! jangan sembarangan beli obat secara *online*!

Yuk, kita harus waspada jika beli obat secara *online*!

Tips Keamanan Pangan di Warung Makan



BERSIH

Pastikan warung, tempat memasak dan peralatan makan bersih



PHYSICAL DISTANCING

Jaga jarak fisik 1 meter dengan pengunjung lainnya



MASKER & SARUNG TANGAN

Penjual/penyaji makanan menggunakan masker dan sarung tangan



CUCI TANGAN

Penjual/penyaji makanan dan pengunjung (jika makan di tempat) selalu cuci tangan pakai sabun dan air mengalir selama 20 detik atau gunakan *hand sanitizer*



BARU/SEGAR

Pilih makanan yang baru dimasak, hindari gorengan yang warnanya sudah gelap, sayur yang kelihatan sudah berulang dipanaskan



BAWA PULANG

Beli makanan dan segera bawa pulang

Tips Keamanan Pangan di Restoran



CUCI TANGAN

Cuci tangan sebelum mengolah dan menyajikan pangan



MASKER & SARUNG TANGAN

Gunakan masker dan sarung tangan plastik selama mengolah pangan



DAPUR

Pastikan kebersihan peralatan untuk mengolah pangan



ALAT SAJI

Pastikan kebersihan peralatan untuk menyajikan pangan



AREA BERSIH

Pastikan kebersihan area restoran (meja, kursi dan lantai) serta jarak aman pelanggan lebih dari 1 meter



PENYAJIAN

Gunakan masker selama menyajikan pangan

Tips Keamanan Pangan Berjualan Kue Tradisional



Pastikan saat
berjualan, tubuh
dalam kondisi sehat



Jangan lupa untuk
menggunakan masker
saat berjualan



Pastikan kue yang dijual
aman dan selalu dalam
keadaan tertutup



Hindari penggunaan
stapler untuk mengikat
wadah pembungkus



Hindari penggunaan
koran dan kertas bekas



Gunakan sarung
tangan atau penjepit
untuk mengambil kue



Selalu rutin mencuci
tangan dengan sabun dan
air mengalir atau gunakan
hand sanitizer



Jaga jarak dari orang
lain termasuk pembeli
minimal 1 meter



Jajanan dibungkus/
ditutup dengan
kemasan yang bersih

Tips Keamanan Pangan oleh Pedagang Kreatif Lapangan



Pilih bahan baku yang baik dan segar serta cuci sayur dan buah sebelum dimasak



Cuci tangan dengan sabun dan air mengalir (minimal 20 detik) sebelum memasak, menyajikan pangan dan setelah memegang uang



Gunakan sarung tangan plastik, penjepit atau sendok



Gunakan masker atau penutup kepala



Jaga jarak fisik dengan sesama sejauh 1 meter



Bungkus pangan dengan pembungkus yang aman dan bersih



Tips Keamanan Pangan di Sarana Ritel

Jarak antrian
minimal sejauh
1 meter

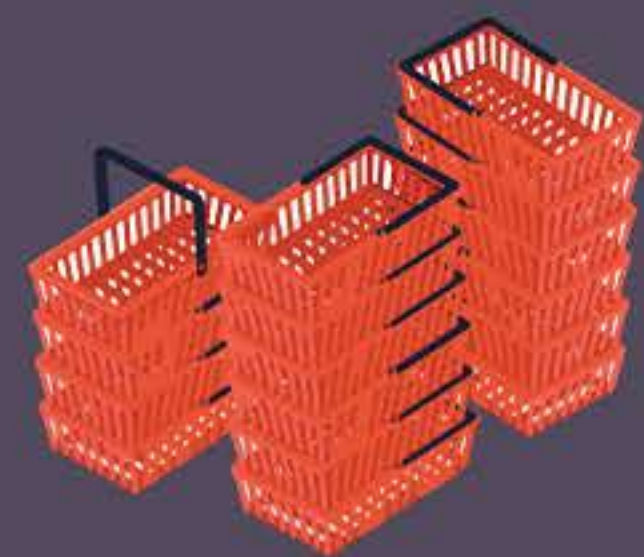
Petugas kasir
dan konsumen
menggunakan
masker



Penyediaan wastafel
dengan sabun atau
hand sanitizer



Pemberlakuan
jam belanja dan
jumlah belanjaan
untuk menghindari
penimbunan



Pembersihan troli dan
keranjang belanja

TIPS BELANJA PANGAN AMAN DI RITEL MODERN

BUAT DAFTAR BELANJA



- JENIS DAN JUMLAH PANGAN
- KEMAMPUAN PENYIMPANAN DI RUMAH
- BELI SECUKUPNYA SESUAI KEBUTUHAN



PERHATIKAN URUTAN BELANJA



1



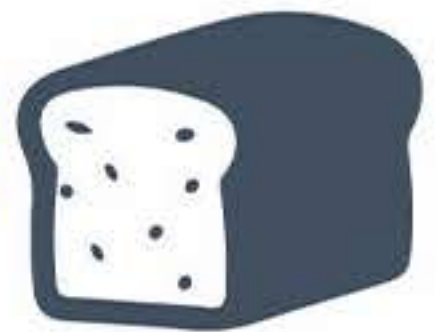
Pangan Kemasan
Contoh: Pangan dalam kaleng/botol

2



Pangan Kering
Contoh: Beras, mie keriting, tepung

3



Bakery
Contoh: Roti, kue, donat, dll

7



Pangan Siap Saji
Contoh: Sate, ayam goreng, nasi goreng

6



Pangan Dingin & Beku
Contoh: Daging beku, ikan beku, es krim

5



Pangan Segar
Contoh: Buah, telur, sayuran, ikan

4



Susu & Produk Olahannya
Contoh: Susu, keju, yoghurt, dll

PILIH PANGAN OLAHAN AMAN

JANGAN LUPA SELALU CEK KLIK

KEMASAN, LABEL, IZIN EDAR
DAN KEDALUWARSA



PILIH PANGAN SEGAR AMAN



Tekstur bersih,
mulus dan
segar

Warna
cerah

Tidak berbau
busuk/tengik

PILIH PANGAN SIAP SAJI AMAN



Jangan beli
pangan yang
berwarna
mencolok

Pastikan
pangan
tertutup/
dibungkus
dengan bersih
dan aman

Perhatikan
kebersihan
lokasi dan
penjaga

SETELAH BELANJA PASTIKAN



Pangan beku tetap disimpan dalam keadaan beku (simpan dalam *coolbox/ cooler bag/ gunakan es batu*)

Pangan siap saji dibawa terpisah dengan pangan mentah



Tips Belanja Pangan Online

SEBELUM BELANJA ONLINE

PASTIKAN JARINGAN INTERNET STABIL DAN CUKUP KUOTA



PILIH PANGAN TERKEMAS

Tanyakan kepada penjual untuk memastikan produk yang ingin dibeli



BANKING

Pastikan saldo cukup sehingga tidak perlu ke ATM atau bayar tunai



CEK KLIK

Tanyakan kepada penjual untuk memastikan deskripsi produk terkait informasi Kemasan, Label, Izin Edar Badan POM/PIRT, dan Kedaluwarsa

SAAT PESANAN DIKIRIM & DITERIMA



Pastikan paket tidak sobek/rusak



Hindari kontak langsung dengan kurir, gunakan masker dan sarung tangan



Semprot paket dengan disinfektan, cuci tangan atau gunakan *hand sanitizer*



Segera pindahkan isi paket ke wadah bersih



Buang segera wadah awal paket pada tempat sampah bertutup



RUMAH SAKIT RUJUKAN PENANGGULANGAN COVID-19 DI JAKARTA PUSAT

1. RSUD Tarakan
Jl. Kyai Caringin No. 7, Cideng,
Gambir, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3503003 ext. 1148
2. RS Pertamina Jaya
Jl. Jenderal Ahmad Yani No.2,
Cempaka Putih Timur,
Jakarta Pusat.
Telp: (021) 4211911
3. RSUPN Dr. Cipto Mangkunkusumo
Jl. Diponegoro No. 71,
Jakarta Pusat.
Telp: (021) 1500135
4. RSUD Tanah Abang
Jl. KH. Mas Mansyur No.30,
Tanah Abang, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3150427
5. RS PGI Cikini
Jl. Raden Saleh No. 40,
Cikini, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 38997777
6. RS Abdul Radjak
Jl. Salemba Tengah 26-28,
Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3904422
7. RS Mitra Keluarga Kemayoran
Jl. Landas Pacu Timur,
Kemayoran, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 6545555
8. RS Hermina Kemayoran
Jl. Selangit Blok B-10 Kav No. 4,
Kemayoran, Jakarta Pusat.
Telp: 1500488

9. RS Husada
Jl. Raya Mangga Besar Raya 137-139,
Sawah Besar, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 6260108
10. RS Islam Cempaka Putih
Jl. Cempaka Putih Tengah I/I,
Cempaka Putih, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 4250451
11. RS Bunda Jakarta
Jl. Teuku Cik Ditiro No. 21,
Menteng, Jakarta Pusat.
Telp: 1500799
12. RS Kramat 128
Jl. Kramat Raya No. 128,
Senen, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3918287
13. RS St. Carolus
Jl. Salemba Raya No. 41,
Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3904441
14. RSPAD Gatot Subroto
Jl. Abdul Rahman Saleh Raya No. 24,
Senen, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 3441008
15. RSAL dr. Mintoharjo
Jl. Bendungan Hilir No.17 A,
Bendungan Hilir, Jakarta Pusat.
Telp: (021) 5703081

DI JAKARTA TIMUR

16. RSKD Duren Sawit
Jl. Duren Sawit Baru No. 2,
Duren Sawit, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8628686

17. RS Khusus Pusat Otak Nasional
Jl. MT. Haryono Kav. 11, Cawang,
Jakarta Timur. Telp: (021) 29373377

18. RSUD Budhi Asih
Jl. Dewi Sartika Cawang III No. 200,
Cawang, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8090282

19. RSUD Pasar Rebo
Jl. Letjen TB Simatupang No.30,
Pasar Rebo, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8401127

20. RSUD Kramat Jati
Jl. Raya Inpres No. 48, Jakarta Timur.
Telp: (021) 87791352

21. RSAU dr Esnawan Antariksa
Jl. Merpati No. 2, Komplek Rajawali,
Halim Perdanakusuma, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8019046

22. RS Tk II M Ridwan Meuraksa
Jl. Taman Mini I RT 004/RW 02,
Pinang Ranti, Jakarta Timur.
Telp: (021) 22819465

23. RS Adhyaksa
Jl. Hankam Raya No. 60, Cipayung,
Jakarta Timur. Telp: (021) 29462345

24. RS Islam Pondok Kopi
Jl. Raya Pondok Kopi, Duren Sawit,
Jakarta Timur.

25. RS Hermina Jatinegara
Jl. Jatinegara Barat No. 126,
Jatinegara, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8191223

26. RS Kartika Pulomas
Jl. Pulomas Timur K. No. 2,
Pulogadung, Jakarta Timur.
Telp: (021) 4703333

27. RSUP Persahabatan
Jl. Persahabatan Raya No. 1,
Jakarta Timur.
Telp: (021) 4891708

28. RS Bhayangkara TK. I R. Said Sukanto
Jl. Raya Jakarta-Bogor,
Kramat Jati, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8093288

29. RS Harapan Bunda
Jl. Raya Bogor KM. 22 No. 44,
Ciracas, Jakarta Timur.
Telp: (021) 8400257

DI JAKARTA SELATAN

30. RSUP Fatmawati
Jl. RS Fatmawati, Cilandak,
Jakarta Selatan.
Telp: (021) 7501524

31. RSUD Pasar Minggu
Jl. TB Simatupang No. 1,
Pasar Minggu, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 29059999

32. RSUD Kebayoran Baru
Jl. H. Abdul Majid No. 1
RT 002/RW 05, Kebayoran Baru,
Jakarta Selatan.
Telp: (021) 22774429

33. RSUD Jati Padang
Jl. Raya Ragunan No.16-17,
Jati Padang, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 22784477

34. RS Bhayangkara Sespimma Polri
Jl. Ciputat Raya No.40,
Kebayoran Lama, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 7650384

35. RS Dr. Suyoto Pusrehab Kemhan
Jl. RC. Veteran Raya, Pesanggrahan,
Jakarta Selatan. Telp: (021) 7342012
36. RS Pusat Pertamina
Jl. Kyai Maja No.43,
Kebayoran Baru, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 7219000
37. RS Pondok Indah
Jl. Metro Duta Kav. UE,
Kebayoran Baru, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 7657525
38. RS MMC Jl. HR. Rasuna Said
Kav. C-21, Kuningan, Setiabudi,
Jakarta Selatan.
Telp: (021) 30426252
39. RS Medistra
Jl. Jenderal Gatot Subroto Kav. 59,
Setiabudi, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 5210200
40. RS Siloam Mampang Prapatan
Jl. Mampang Prapatan Raya No.12,
Pancoran, Jakarta Selatan.
Telp (021): 50102911
41. RS Mayapada
Jl. Lebak Bulus I, Cilandak,
Jakarta Selatan.
Telp: (021) 29217777
42. RS Prikasih
Jl. RS. Fatmawati No.74,
Cilandak, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 7501192
43. RS Andhika
Jl. Warung Sila No. 8,
Jagakarsa, Jakarta Selatan.
Telp: (021) 78890852

DI JAKARTA BARAT

44. RSUD Cengkareng
Jl. Kamar Raya Bumi
Cengkareng Indah, Cengkareng Timur,
Jakarta Barat.
Telp: (021) 54372874
45. RS Peln
Jl. Aipda K.S. Tubun No. 92-94,
Slipi, Jakarta Barat.
Telp: (021) 5306901
46. RS Jantung dan Pembuluh Darah
Harapan Kita
Jl. Letjen S. Parman Kav. 87,
Slipi, Jakarta Barat.
Telp: (021) 5684093
47. RS Anak dan Bunda Harapan Kita
Jl. Letjen S. Parman Kav. 87,
Slipi, Jakarta Barat.
Telp: (021) 5668284
48. RS Khusus Kanker Dharmais
Jl. Letjen S. Parman Kav. 84-86,
Slipi, Jakarta Barat.
Telp: (021) 5681570
49. RSUD Kalideres
Jl. Satu Maret No. 48 RT 001/RW 04,
Kalideres, Jakarta Barat.
Telp: (021) 22552766
50. RS Mitra Keluarga Kalideres
Jl. Peta Selatan No. 1, Kalideres,
Jakarta Barat.
Telp: (021) 22523700
51. RS Siloam Kebon Jeruk
Jl. Raya Perjuangan Kav. 8,
Kebon Jeruk, Jakarta Barat.
Telp: (021) 25677888

52. RS Pondok Indah Puri Indah
Jl. Puri Indah Raya Blok S-2,
Kembangan, Jakarta Barat.
Telp: (021) 25695200

53. RS Sumber Waras
Jl. Kyai Tapa No. 1, Grogol Petamburan,
Jakarta Barat. Telp: (021) 5682011

54. RS Hermina Daan Mogot
Jl. Kintamani Raya No. 2,
Daan Mogot, Kalideres, Jakarta Barat.
Telp: (021) 5408989

55. RS Ciputra
Jl. Boulevard Blok G-01/01
Citra 5 Garden City, Kalideres,
Jakarta Barat. Telp: (021) 22557888

56. RS Grha Kedoya, Jl. Panjang Arteri 26,
Kebon Jeruk, Jakarta Barat.
Telp: (021) 29910999

DI JAKARTA UTARA

57. RSUD Koja,
Jl. Deli No. 4, Koja, Jakarta Utara.
Telp: (021) 43938478

58. RSUD Tugu Koja
Jl. Walang Permai No. 39,
Koja, Jakarta Utara.
Telp: (021) 26061110

59. RS Mitra Keluarga Kelapa Gading
Jl. Bukit Gading Raya Kav. II,
Kelapa Gading, Jakarta Utara.
Telp: (021) 45852700

60. RS Pantai Indah Kapuk
Jl. Pantai Indah Utara 3
Sektor Utara Timur Blok T,
Penjaringan, Jakarta Utara.
Telp: (021) 5880911

61. RS Pluit
Jl. Raya Pluit Selatan No. 2,
Penjaringan, Jakarta Utara.
Telp: (021) 6685070

62. RS Islam Sukapura
Jl. Tipar - Cakung No. 5, Cilincing,
Jakarta Utara.
Telp: (021) 4400779

63. RS Pekerja
Jl. Raya Cakung Cilincing,
Jakarta Utara.
Telp: (021) 29484848

64. RS Hermina Podomoro
Jl. Danau Agung 2 Blok E3 No. 28-30,
Tanjung Priok, Jakarta Utara.
Telp: (021) 6404910

65. RS Pelabuhan Jakarta
Jl. Kramat Jaya, Tanjung Priok,
Jakarta Utara.
Telp: (021) 4403026

66. RS Atmajaya
Jl. Pluit Raya No. 2, Penjaringan,
Jakarta Utara.
Telp: (021) 6606127

67. RS RSPI Prof. Dr. Sulianti Saroso
Jl. Sunter Permai Raya,
Tanjung Priok, Jakarta Utara.
Telp: (021) 6506559

68. RS Darurat Covid-19
Wisma Atlet Kemayoran
Jl. Danau Sunter Barat No.1,
Sunter Agung, Tj. Priok,
Jakarta Utara. Telp: 119 ext 9



Telekonsultasi

Konsultasi Online #dirumahaja

Launching 01 September 2020



Pendaftaran melalui
Whatsapp **021-5880 911**



Hanya untuk pasien RSPIK yg pernah
berobat maksimal 2 tahun terakhir



Tidak berlaku bagi pasien jaminan
asuransi



Pasien melengkapi pendaftaran melalui
formulir (silakan scan QR Code)*



Pembayaran dengan kartu kredit,
transfer atau payment QRIS**



Pasien mendapatkan link konsultasi
setelah melakukan pembayaran



Informasi lebih lanjut hubungi

021-5880 911

*syarat & ketentuan berlaku

*QR Code Pendaftaran

** transfer hanya berlaku pada hari kerja jam 08.00-16.00



New Aplikasi *my RSPIK*

Cara Mudah & Cepat untuk
mendaftar ke dokter spesialis
dan fasilitas kesehatan melalui
Aplikasi RSPIK Mobile.



**Download Aplikasi RSPIK Mobile sekarang juga
via Google Play Store atau App Store dan dapatkan
kemudahannya.**

Dapatkan souvenir menarik bagi 10 orang pertama*

***Syarat dan Ketentuan:**

- Souvenir berlaku bagi pasien yang menunjukkan pendaftaran via aplikasi my RSPIK dan melakukan transaksi di fasilitas kesehatan rawat jalan.
- Souvenir dapat diambil dibagian informasi lantai 1 pada hari Senin s/d Jumat pukul 09.00 s/d 15.00 WIB.

Bagaimana Anda menggunakan RSPIK Mobile ?



1

Unduh aplikasi my RSPIK di Google Play Store atau App Store.



2

Login atau buat akun dengan menggunakan no handphone diikuti dengan password.



3

Pilih menu pendaftaran yang diinginkan.
(Poliklinik, Medical Check Up, Radiologi, Diagnostik dan Rehab Medic)

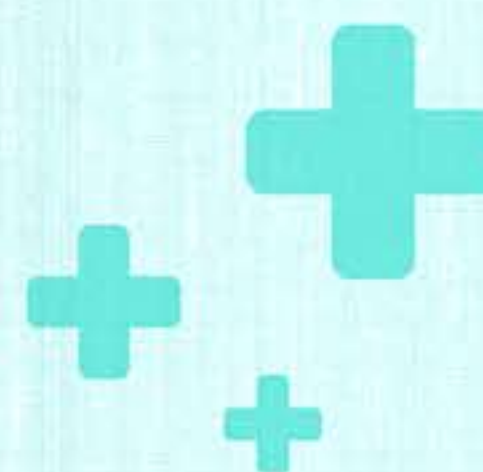


4

Lakukan pendaftaran dengan mengikuti petunjuk yang disediakan.

5

Tunggu konfirmasi dari administrasi rumah sakit.



Kemudahan mendaftar via aplikasi



Notifikasi nomor antrian diberikan pagi hari pada hari kedatangan



Bisa mendaftarkan anggota keluarga lainnya



Bisa mendaftar untuk satu bulan berikutnya (sesuai jadwal praktek dokter)



Mendapatkan point reward



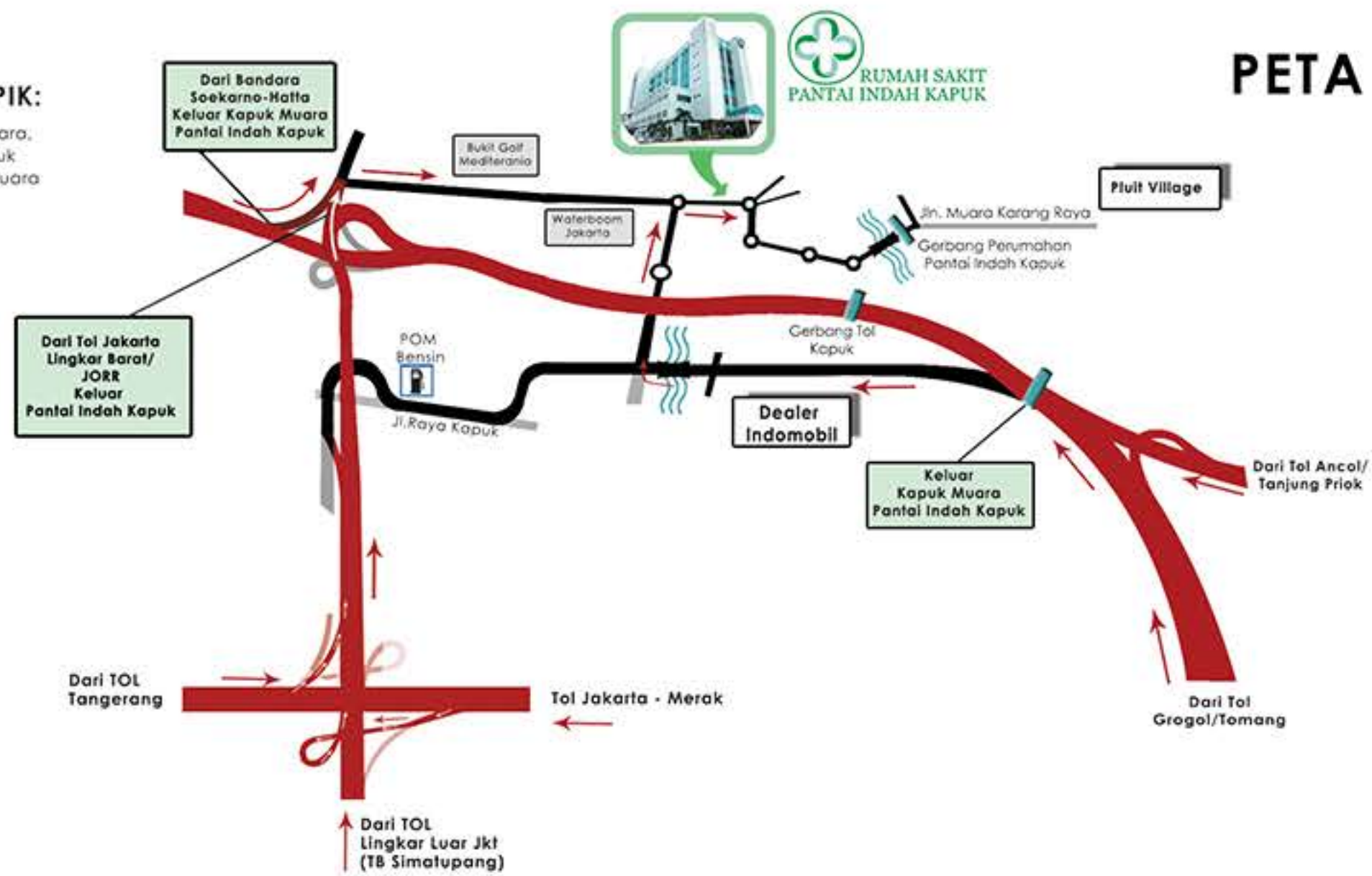
Informasi promo menarik

Referensi



Akses Jalan Tol Menuju RSPIK:

- Dari arah Tol Ancol/Grogol, kearah Bandara, Keluar diKapuk Muara/Pantai Indah Kapuk
- Dari arah Tol Bandara, Keluar di Kapuk Muara /Pantai Indah Kapuk
- Dari Tol Jakarta Lingkar Barat/JORR Keluar di Pantai Indah Kapuk



Rumah Sakit Pantai Indah Kapuk

Jl. Pantai Indah Utara 3, Pantai Indah Kapuk, Jakarta 14460

Telp : (021) 588 0911, 5035 0911 Fax. (021) 588 1414

Unit Gawat Darurat : (021) 588 5100

www.pikhospital.co.id