



To Go or Not To Go:

Dilema *Travel Medicine* di Masa Pandemi COVID-19

Levina S. Pakasi

Direktur, Travel and Adventure Medicine of Asia (TAMASIA) Network
Asia Pacific Travel Health Society Executive Board Counselor Member

Pandemi *coronavirus disease 2019* (COVID-19) akibat *severe acute respiratory syndrome coronavirus-2* (SARS-CoV-2) belum menunjukkan tanda-tanda akan berakhir. Belum ada pula penatalaksanaan spesifik terhadap COVID-19 baik dalam hal vaksin, obat antiviral, atau terapi berbasis antibodi. Pencegahan penularan menjadi satu-satunya cara untuk membatasi penyebaran lebih lanjut.

Sebelum menjadi pandemi, wabah COVID-19 diketahui menyebar karena peran para *travelers*, yang bepergian dari wilayah terjangkau ke berbagai belahan dunia. Banyak kebijakan telah dibuat untuk mengurangi penularan. Dari sudut pandang kesehatan masyarakat, ada 4 jenis intervensi yang sudah diberlakukan, yaitu isolasi pasien (pasien positif, orang tanpa gejala, atau pasien dalam pengawasan), karantina (orang dalam pemantauan), *social distancing* (jaga jarak, meliburkan sekolah, *working from home*, melarang pertemuan kelompok), dan penutupan seluruh wilayah (*locking down*).¹ Berdasarkan kinetika penularan SARS-CoV-2 yang sangat cepat dan luas, maka kebijakan *lock down* dianggap tindakan terbaik.² Vietnam adalah salah satu negara yang paling berhasil mengendalikan penyebaran COVID-19 dengan pembatasan sosial dan penelusuran kontak yang luas.³

Namun, pembatasan sosial mengakibatkan penurunan frekuensi perjalanan, baik domestik maupun internasional dengan segala dampak ekonominya. Oleh karena itu, banyak wilayah mulai melonggarkan pembatasan sosial meskipun pandemi belum selesai. Bahkan, *World Health Organization* (WHO) dalam *briefing* media tanggal 14 Mei 2020 menyatakan bahwa virus corona ini mungkin tidak akan pernah hilang dan masyarakat harus belajar hidup dengannya. Dengan demikian, perjalanan orang akan terus berlanjut di

masa pandemi ini.

Travel advice utama di berbagai negara adalah hindari perjalanan yang tidak penting (*non-essential travel*). Ini meliputi perjalanan liburan (wisata), mudik atau *visiting friends and relatives* (VFRs), sekolah di luar negeri, ibadah, dan juga perjalanan bisnis. Perjalanan yang diijinkan antara lain adalah pemulangan warga negara, pengantaran logistik bahan makanan atau alat kesehatan, serta bantuan tenaga medis.

Meski demikian, ada orang-orang yang masih diijinkan melakukan perjalanan karena tugas tertentu. Konsultasi pra-perjalanan perlu diberikan kepada mereka sebelum berangkat. Kajian pra-perjalanan meliputi rencana perjalanan yang lengkap (negara, kota, tempat tertentu), lama perjalanan, akomodasi (hotel, *home stay*, tenda, dll.), jenis aktivitas (*indoor* atau *outdoor*), musim, iklim dan cuaca di tempat tujuan, riwayat medis, riwayat alergi, riwayat penyakit kronis, dan riwayat vaksinasi. Kajian pra-perjalanan ini menjadi dasar penentuan risiko selain penularan COVID-19, misalnya penularan malaria, serangan jantung, kecelakaan, dan sebagainya. Adanya riwayat penyakit kardiovaskular juga merupakan risiko tersendiri jika tertular SARS-CoV-2.

Dalam masa pandemi COVID-19, ada beberapa bentuk pembatasan perjalanan yang perlu diketahui di tempat tujuan. Bentuk pembatasan ini mulai dari pembatasan visa, isolasi 14 hari begitu tiba, pemeriksaan suhu badan, uji deteksi

virus jika demam, sampai tidak boleh masuk sama sekali untuk semua orang. Kebijakan tersebut dapat berubah setiap saat atau dikeluarkan secara tiba-tiba. Oleh karena itu, setiap orang yang mau bepergian harus mencari informasi terlebih dahulu tentang kebijakan pembatasan di tempat tujuan.

Jika semua perijinan telah dipenuhi dan bisa berangkat, apa yang harus diperhatikan selama perjalanan?

Dalam masa pandemi COVID-19, secara khusus yang harus diwaspadai adalah risiko tertular SARS-CoV-2. Hal-hal yang harus dilakukan adalah: pemakaian masker wajah selama perjalanan (*surgical mask*) atau alat pelindung diri lainnya sesuai hasil kajian risiko, menghindari kerumunan orang, menghindari orang yang menunjukkan gejala pernapasan (batuk, pilek, sesak), melakukan higiene pribadi (cuci tangan dengan air dan sabun, tidak menyentuh muka, etika batuk), cuci dan disinfeksi barang-barang atau permukaan yang sering dipakai/disentuh. Jika merasa sakit (demam, batuk, pilek) segera kontak institusi kesehatan yang berwenang di tempat tujuan dan melakukan isolasi diri.⁴

Belakangan ini, Pemerintah Republik Indonesia mewajibkan orang melakukan pemeriksaan *rapid test* dan membawa Surat Keterangan Bebas COVID-19 sebelum bepergian. Pemeriksaan *rapid test* adalah uji deteksi antibodi terhadap SARS-CoV-2. Pemeriksaan yang hanya memberikan hasil reaktif atau non-reaktif tidak dapat dijadikan dasar, karena hasil negatif tidak dapat menyingkirkan infeksi SARS-CoV-2.⁵ Hasil positif juga tidak selalu



berarti pasien sedang dalam infeksi, karena orang yang sudah sembuh pasti akan memiliki antibodi. Jika *rapid test* dapat menunjukkan jenis imunoglobulin (Ig), maka orang dengan IgM positif berarti infeksi aktif, sedangkan IgG positif berarti pernah terinfeksi. Hasil IgM positif merupakan cara skrining cepat untuk menemukan kasus-kasus aktif di masyarakat. Selanjutnya, hasil *rapid test* perlu dikonfirmasi dengan uji deteksi virus, baik dengan *polymerase chain reaction* (PCR) atau *rapid molecular test*. Namun perlu diingat bahwa pemeriksaan PCR juga dapat memberikan hasil negatif palsu. (Hasil PCR negatif pada orang-orang yang bergejala harus dilanjutkan dengan pemeriksaan penunjang lain, seperti laboratorium dan radiologi).

Orang yang bepergian untuk urusan tugas, bisnis atau peristiwa mendadak (misalnya menguburkan orang tua meninggal) umumnya hanya melakukan perjalanan singkat, kurang dari 2 minggu, sehingga isolasi mandiri 14 hari menjadi tidak relevan. Lain halnya dengan tenaga kerja, yang memang akan ditempatkan dalam kurun waktu lama untuk pekerjaan tertentu. Penetapan status infeksi COVID-19 oleh karenanya lebih baik ditujukan untuk kelompok

traveler jangka panjang (lebih dari 2 minggu). Pemeriksaan *rapid test* dan PCR juga lebih bermanfaat bagi mereka yang datang atau pulang dari wilayah terjangkau, karena dapat ditindaklanjuti secara medis. Jika *rapid test* positif, mereka dapat menjalani pemeriksaan PCR dan isolasi mandiri. Jika terbukti positif, mereka dapat dirawat di rumah sakit. Jika *rapid test* atau PCR negatif, mereka diminta isolasi diri secara sukarela selama 14 hari untuk mengetahui apakah muncul gejala-gejala atau tidak.

Sebagai simpulan, pandemi COVID-19 tampaknya masih akan berlangsung lama. Bepergian dalam masa ini dapat dilakukan setelah konsultasi pra-perjalanan dan kajian risiko yang cermat. Pemeriksaan *rapid test* antibodi atau deteksi virus dengan PCR sebetulnya tidak dapat menjamin seseorang bebas dari infeksi COVID-19 dan tidak dapat menjadi dasar untuk mengizinkan seseorang bepergian. Perjalanan dapat dilarang jika orang menunjukkan hasil IgM positif dan/atau PCR positif. Pembatasan sosial (jaga jarak), penggunaan masker, higiene pribadi, dan perilaku sehat lainnya lebih penting diterapkan pada semua orang untuk mencegah penularan, terutama untuk perjalanan singkat. MD

Daftar Pustaka

1. Wilder-Smith A, Freedman DO. Isolation, quarantine, social distancing and community containment: pivotal role for old-style public health measures in the novel coronavirus (2019-nCoV) outbreak. *J Trav Med.* 2020 (in press).
2. Poland GA. SARS-CoV-2: a time for clear and immediate action. *Lancet Infect Dis.* 2020;20(5):531 – 2.
3. Dinh L, Dinh P, Nguyen PDM, Nguyen DHN, Hoang T. Vietnam's response to COVID-19: prompt and proactive actions. *J Trav Med.* 2020 (in press).
4. Government of Canada. Coronavirus disease (COVID-19): Travel restrictions, exemptions and advice. Diakses dari: <https://www.canada.ca/en/public-health/services/diseases/2019-novel-coronavirus-infection/latest-travel-health-advice.html#must-travel>.
5. Cheng MP, Papenburg J, Desjardins M, Kanjilal S, Quach S, Libman M, et al. Diagnostic testing for severe acute respiratory syndrome-related coronavirus-2. *Ann Intern Med.* 2020 (in press).

