



**PUSAT KERJAYA DAN KAUNSELING
BAHAGIAN HAL EHWAL PELAJAR
UiTM SHAH ALAM**

**Garis Panduan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan
Pergerakan Pemulihan
Lembaga Kaunselor (Malaysia) Bil. 1-2020.**

Garis Panduan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan
Pergerakan – Krisis Wabak COVID-19

1. Garis Panduan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan Lembaga Kaunselor (Malaysia) Bil. 1-2020 ini bertujuan untuk memberi panduan kepada Kaunselor Berdaftar berkaitan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan – Krisis Wabak COVID-19. Garis Panduan ini bertujuan untuk memastikan kualiti Pelaksanaan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan ini dilaksanakan dengan sempurna dalam keadaan negara berdepan dengan krisis wabak COVID-19. Garis Panduan ini terpakai kepada semua Kaunselor Berdaftar.
2. Garis Panduan ini menjelaskan Perkhidmatan Kaunseling Semasa Perintah Kawalan Pergerakan Pemulihan sejajar dengan Perintah Kawalan Pergerakan–Krisis Wabak COVID-19. Garis Panduan ini hendaklah dibaca dalam konteks arahan dan panduan yang telah dikeluarkan oleh pihak Majlis Keselamatan Negara (MKN), Kementerian Kesihatan Malaysia (KKM), dan Kementerian serta Agensi Berkaitan dari semasa ke semasa.

3. Dalam memastikan perkhidmatan kaunseling dilaksanakan dengan sempurna tanpa mengabaikan isu keselamatan, Lembaga Kaunselor (Malaysia) telah menyediakan satu garis panduan yang dijadikan asas dalam melaksanakan perkhidmatan kaunseling dalam keadaan negara berhadapan dengan krisis Wabak COVID-19 .
4. Kaunselor juga hendaklah mematuhi Kod Etika Kaunselor, Lembaga Kaunselor dan peraturan serta undang-undang lain yang berkaitan dalam memberikan perkhidmatan ini.
5. Garis Panduan Perkhidmatan ini membincangkan tiga perkara utama iaitu pelaksanaan perkhidmatan kaunseling individu, perkhidmatan kaunseling kelompok dan perkhidmatan bantuan sokongan psikologi atas talian.

PERKHIDMATAN KAUNSELING INDIVIDU

6. Bagi menjalankan perkhidmatan kaunseling individu, berikut adalah perkara utama yang perlu diambil kira iaitu: Persediaan sebelum, semasa dan selepas menjalankan sesi kaunseling seperti berikut:

➤ **Persediaan sebelum menjalankan sesi kaunseling**

- i. Menyediakan **senarai semak Saringc19** untuk diisi oleh setiap klien pada setiap janji temu. Pastikan nombor telefon, tarikh lawatan, maklumat risiko dalam masa 14 hari dan maklumat simptom (Sila rujuk lampiran A sebagai panduan).
- ii. Mempamerkan **infografik** berkaitan pencegahan **COVID-19** yang jelas dan mudah difahami di pusat kaunseling seperti pemakaian penutup mulut dan hidung, mencuci tangan dan jarak fizikal (Sila rujuk lampiran B sebagai panduan).
- iii. Menyediakan **hand sanitizer** dan klien diminta menggunakan sebelum dan selepas sesi berlangsung.
- iv. Menggunakan “**termometer tanpa kontak**” seperti alat pengimbas suhu digital dan termometer *infrared*.
- v. Memastikan **pemeriksaan suhu** dilakukan sebelum sesi dengan suhu

maksimum **37.5 °C**. Sekiranya pembacaan suhu lebih tinggi dari **37.5 °C** klien perlu dirujuk kepada Pusat Kesihatan UiTM untuk ujian lanjut. Pemeriksaan suhu perlu dilakukan setiap kali klien datang.

- vi. Memastikan **susunan tempat duduk** ditanda dengan jarak fizikal sekurang- kurangnya **1 meter**.
- vii. Memastikan **ruang menunggu dikosongkan** atau memastikan jarak fizikal **minima 1 meter** antara setiap klien.
- viii. Digalakkan menggunakan aplikasi **Saringc19.uitm.edu.my/QR Code**.

➤ **Semasa menjalankan sesi kaunseling**

- i. Memastikan kehadiran klien yang ada temujanji diberikan keutamaan kecuali bagi kes klien yang kritikal.
- ii. Memastikan senarai semak COVID-19 termasuk sejarah yang terkini dilakukan.
- iii. Mengelakkan klien yang datang tanpa temujanji untuk memastikan tidak ramai orang menunggu di ruang menunggu.
- iv. Memastikan tempoh masa yang mencukupi untuk sesi dijalankan supaya mengelakkan pertindihan waktu.
- v. Mengelak daripada menyentuh klien walaupun klien sedang sedih atau menangis dan menjaga jarak fizikal dengan klien.

- vi. Memastikan klien dan kaunselor memakai pelitup muka sepanjang sesi seperti berikut:
 - Pelitup muka harus dipakai dengan sempurna di wajah.
 - Bahagian pelitup muka berwarna harus menghadap ke luar.
 - Ikatkan semua tali pelitup muka dengan kemas di tempat yang betul.
 - Pelitup muka hendaklah menutup sepenuhnya hidung, mulut dan juga dagu.
 - Bahagian wayar logam penutup mulut dan hidung hendaklah dipasang dengan kemas untuk mengelakkan kebocoran (Rujuk Lampiran B: Panduan Penggunaan Pelitup Muka).
 - Buang semua pelitup muka yang terpakai ke dalam beg plastik yang kemudian harus diikat dengan betul sebelum membuangnya ke dalam tong sampah.
- vii. Menyediakan tisu dan pen yang mudah dicapai oleh klien. Klien digalakkan menggunakan pen sendiri.
- viii. Memastikan bilik kaunseling mempunyai ruang pengudaraan yang secukupnya.
- ix. Menyediakan tong sampah bertutup dan letak di luar bilik kaunseling.
- x. Membuang tisu ke dalam tong sampah yang disediakan di luar bilik kaunseling.
- xi. Sesi tidak melebihi satu jam.

➤ **Selepas menjalankan sesi kaunseling**

- i. Tidak dibenarkan bersalaman atau menyentuh klien.
- ii. Sanitasi dan bersihkan permukaan meja, kerusi, tombol pintu, pen dan lain-lain dalam bilik kaunseling.
- iii. Membuang pelitup muka ke dalam tong sampah.
- iv. Mencuci tangan menggunakan air dan sabun selama 20 saat atau *hand sanitizer*.
- v. Menyediakan diri untuk menerima klien seterusnya.

PERKHIDMATAN KAUNSELING KELOMPOK

7. Bagi menjalankan perkhidmatan kaunseling kelompok, berikut adalah perkara utama yang perlu diambil kira iaitu: Persediaan sebelum, semasa dan selepas menjalankan sesi kaunseling seperti berikut:

➤ **Persediaan sebelum menjalankan sesi kaunseling**

- i. Menyediakan **senarai semak COVID-19** untuk diisi oleh setiap ahli kelompok pada setiap janji temu. Pastikan nombor telefon, tarikh lawatan, maklumat risiko dalam masa 14 hari dan maklumat simptom diberikan (Sila rujuk lampiran A sebagai panduan).
- ii. Mempamerkan **infografik** berkaitan pencegahan **COVID-19** yang jelas dan mudah difahami di pusat kaunseling seperti pemakaian penutup mulut dan hidung, mencuci tangan dan jarak fizikal (Sila rujuk lampiran B sebagai panduan).
- iii. Menyediakan **hand sanitizer** dan klien digalakkan menggunakananya sebelum dan selepas sesi berlangsung.
- iv. Menggunakan “**termometer tanpa kontak**” seperti alat pengimbas suhu digital dan termometer *infrared*.
- v. Memastikan **pemeriksaan suhu** dilakukan sebelum sesi dengan suhu maksimum **37.5 °C**. Sekiranya pembacaan suhu lebih tinggi dari **37.5 °C** klien perlu dirujuk kepada pusat kesihatan UiTM untuk ujian lanjut. Pemeriksaan suhu perlu dilakukan ke atas setiap ahli kelompok yang datang.
- vi. Memastikan **susunan tempat duduk** ditanda dengan jarak fizikal sekurang- kurangnya **1 meter** antara ahli kelompok.
- vii. Menentukan **jumlah ahli kelompok** yang akan hadir dan sesuaikan dengan ruang bilik kaunseling berdasarkan **peraturan jarak fizikal 1 meter**.
- viii. Memastikan **ruang menunggu dikosongkan** jika boleh atau memastikan jarak fizikal **minima 1 meter** antara setiap ahli kelompok.

➤ **Semasa menjalankan sesi kaunseling kelompok**

- i. Memastikan kehadiran ahli kelompok yang ada temujanji sahaja.
- ii. Memastikan senarai semak COVID-19 termasuk sejarah yang terkini dibuat.
- iii. Memastikan bilangan ahli kelompok bersetujuan dengan saiz bilik, penjaraikan sosial dan tidak melebihi 12 orang.
- iv. Menentukan dan melabelkan tempat duduk setiap ahli kelompok dan menjaga jarak fizikal dengan setiap ahli.
- v. Mengelak daripada menyentuh ahli kelompok walaupun ahli kelompok sedang sedih atau menangis.
- vi. Memastikan ahli kelompok dan kaunselor memakai pelitup muka sepanjang sesi seperti berikut:
 - Pelitup muka harus dipakai dengan sempurna di wajah.
 - Bahagian pelitup muka berwarna harus menghadap ke luar.
 - Ikatkan semua tali pelitup muka dengan kemas ditempat yang betul.
 - Pelitup muka hendaklah menutup sepenuhnya hidung, mulut dan juga dagu.
 - Bahagian wayar logam pelitup muka hendaklah dipasang dengan kemas untuk mengelakkan kebocoran.
 - Buang semua pelitup muka yang terpakai ke dalam beg plastik yang kemudian harus diikat dengan betul sebelum membuangnya ke dalam tong sampah.
- vii. Menyediakan tisu dan pen yang mudah dicapai oleh ahli kelompok. Klien digalakkan membawa pen sendiri.
- viii. Memastikan bilik kaunseling mempunyai ruang pengudaraan yang secukupnya.
- ix. Menyediakan tong sampah bertutup dan letak di luar bilik kaunseling.
- x. Membuang tisu ke dalam tong sampah yang disediakan di luar bilik kaunseling.

➤ **Selepas menjalankan sesi kaunseling kelompok**

- i. Tidak dibenarkan bersalaman atau menyentuh dengan mana-mana ahli kelompok.
- ii. Sanitasi dan bersihkan permukaan meja, kerusi, tombol pintu, pen dan lain-lain dalam bilik kaunseling.
- iii. Membuang pelitup muka ke dalam tong sampah.
- iv. Mencuci tangan menggunakan air dan sabun selama 20 saat atau *hand sanitizer*.
- v. Menyediakan diri untuk menerima klien atau kelompok seterusnya.

PERKHIDMATAN BANTUAN SOKONGAN PSIKOLOGI DALAM TALIAN

8. Perkhidmatan bantuan sokongan psikologi dalam talian merupakan satu alternatif untuk memberikan bantuan kepada individu menangani isu-isu seperti tekanan, stres, keyakinan diri, masalah dalam hubungan kekeluargaan dan lain-lain. Perkhidmatan **bantuan sokongan psikologi** dalam talian merujuk kepada perkhidmatan yang diberikan melalui **panggilan telefon, panggilan video** dan **sidang video** sahaja.

Perkara yang harus diberikan perhatian dalam melaksanakan perkhidmatan ini adalah berkaitan pengurusan risiko. Maksudnya, jika kaunselor berdaftar mendapati individu yang diberikan bantuan sokongan psikologi mempunyai risiko yang tinggi seperti cubaan bunuh diri, kes keganasan rumah tangga atau penderaan dan sebagainya, kaunselor berdaftar hendaklah merujukkan kes tersebut dengan segera kepada pihak berwajib untuk tindakan yang sewajarnya diambil.

Oleh itu, kaunselor berdaftar hendaklah mempunyai jaringan maklumat pihak-pihak berwajib di mana kes perlu dirujuk.

Kaunselor berdaftar juga diingatkan supaya berpegang kepada Kod Etika Kaunselor, Lembaga Kaunselor dan undang-undang lain yang berkaitan semasa mengendalikan dan memberikan bantuan sokongan psikologi kepada individu.

Kebiasaananya, Tempoh panggilan, dilaksanakan lebih kurang 45 minit.

9. Garis Panduan ini berkuatkuasa serta-merta sehingga ke suatu masa di mana keadaan penularan wabak COVID-19 ini terkawal sepenuhnya.

Wan Noraini Wan Yusoff
Ketua

Tarikh: 1 Julai 2020.

Lampiran A**BORANG SARINGAN PENYAKIT
COVID-19**

Nama : _____

No Telefon : _____

No Kad Pengenalan: _____

Tarikh : _____

RISIKO DALAM MASA 14 HARI (TANDAKAN /)		YA	TIDAK
1.	Adakah anda baru balik dari melawat luar negara dalam masa 14 hari Jika YA, Nyatakan negara dilawati : _____		
2.	Adakah anda menyertai mana-mana perhimpunan dalam masa 14 hari?		
3.	Tempat kediaman anda berada dalam kategori zon hijau.		
4.	Adakah anda ada KONTAK RAPAT dengan individu DISAHKAN Positif COVID-19? a. Adakah ahli keluarga serumah menyertai mana-mana perhimpunan dan disahkan positif COVID-19 b. Berada bersama di bilik tertutup yang menggunakan penghawa dingin lebih 2 jam dengan individu positif COVID-19 d. Menaiki kenderan yang sama (melebihi 2 jam) dalam jarak 1 kerusi (1 meter) dari individu positif COVID-19		

Adakah anda mempunyai symptom-simptom	YA	TIDAK
Demam		
Batuk		
Sakit Tekak		
Selsema		
Sesak Nafas		
lain-lain: _____		
Suhu Badan		

**HENTIKAN
COVID-19****KEJUJURAN ANDA BOLEH
MENYELAMATKAN RAMAI
NYAWA**

Tandatangan Klien Tandatangan Kaunselor Berdaftar

Apakah Coronavirus?



APAKAH ITU NOVEL CORONAVIRUS (2019-nCoV)?

Novel Coronavirus (2019-nCoV) adalah strain baru coronavirus yang sebelum ini tidak pernah dikenalpasti. Berdasarkan maklumat terkini, 2019-nCoV berjangkit dari individu ke individu melalui titisan pernafasan atau sentuhan.

GEJALA



Demam



Batuk



Sukar bernafas

LANGKAH PENCEGAHAN KEPADA PENGEMBARA, KHUSUSNYA KE CHINA DAN SELEPAS PULANG KE MALAYSIA

SENTIASA AMALKAN TAHAP KEBERSIHAN DIRI YANG TINGGI

Kerap cuci tangan menggunakan air dan sabun atau bahan pencuci tangan (*hand sanitizer*).



SEMASA DALAM TEMPOH LAWATAN



Sentiasa bawa penutup mulut dan hidung (mask) serta bahan pencuci tangan (*hand sanitizer*) untuk digunakan apabila perlu



Elakkan mengunjungi tempat tumpuan ramai dan bergaul rapat dengan mana-mana individu yang bergejala



Elakkan melawat ke ladang haiwan, pasar yang menjual haiwan hidup, tempat sembelihan haiwan / menyentuh sebarang jenis haiwan



Elakkan memakan sebarang produk haiwan yang mentah atau tidak dimasak dengan sempurna

SEGERA DAPATKAN RAWATAN SEKIRANYA MENGALAMI GEJALA JANGKITAN SALURAN PERNAFASAN SEPERTI DEMAM, BATUK MAUPUN KESUKARAN UNTUK BERNAFAS DALAM TEMPOH 14 HARI SELEPAS PULANG DARI LAWATAN TERSEBUT.

Diterbitkan oleh:
Kementerian Kesihatan Malaysia

|  |  | 
www.myhealth.gov.my

SCAN ME

Apakah Gejala-Gejala Radang Paru-Paru (*Pneumonia*) COVID-19?

| BERSAMA TANGANI WABAK COVID-19

Kenali Gejala:



Demam



Batuk



Sesak nafas

Dapatkan bantuan perubatan sekiranya:

- ✓ Mengalami gejala di atas
- ✓ Berhubung rapat dengan pesakit positif
- ✓ Pernah pergi ke negara yang mengalami wabak



Hubungi CPRC Kebangsaan/Negeri/Klinik Maya untuk tindakan lanjut.

Pencegahan:



20 saat
Kerap cuci tangan dengan sabun sekurang-kurangnya 20 saat setiap basuhan



Cuci tangan terutamanya selepas batuk/bersin, sebelum dan selepas ke tandas, sebelum makan atau menyediakan makanan.



Elak menyentuh mata, hidung & mulut dengan tangan yang tidak dicuci



Duduk di rumah sekiranya anda sakit



Tutup mulut dengan tisu ketika batuk/bersin, buangkan tisu tersebut ke dalam tong sampah



Jangan terlambat untuk mendapatkan rawatan!

Sumber: CDC



Panduan Penggunaan Penutup Mulut dan Hidung

HOW TO WEAR A MEDICAL MASK SAFELY

who.int/epi-win

Do's →

Wash your hands before touching the mask

Inspect the mask for tears or holes

Find the top side, where the metal piece or stiff edge is

Ensure the colored-side faces outwards

Place the metal piece or stiff edge over your nose

Cover your mouth, nose, and chin

Adjust the mask to your face without leaving gaps on the sides

Avoid touching the mask

Remove the mask from behind the ears or head

Keep the mask away from you and surfaces while removing it

Discard the mask immediately after use preferably into a closed bin

Wash your hands after discarding the mask

Don'ts →

Do not Use a ripped or damp mask

Do not wear the mask only over mouth or nose

Do not wear a loose mask

Do not touch the front of the mask

Do not remove the mask to talk to someone or do other things that would require touching the mask

Do not leave your used mask within the reach of others

Do not re-use the mask

Remember that masks alone cannot protect you from COVID-19. Maintain at least 1 metre distance from others and wash your hands frequently and thoroughly, even while wearing a mask.

EPI-WIN World Health Organization

Panduan Mencuci Tangan dan Penggunaan Hand Sanitiser



Amalan Mengurangkan Risiko Jangkitan COVID-19



KURANGKAN RISIKO JANGKITAN NOVEL CORONAVIRUS (2019-nCoV):



1.

Tutup mulut dan hidung menggunakan tisu apabila batuk dan bersin. Buang tisu yang telah digunakan ke dalam tong sampah.



2.

Kerap cuci tangan menggunakan air dan sabun atau bahan pencuci tangan (*hand sanitizer*).



3.

Pakai penutup mulut dan hidung (*mask*) apabila terpaksa berhubung / berurusan dengan orang lain.



4.

Pastikan anda menjaga kebersihan diri sepanjang masa.



COVID-19

PANDUAN DISINFEKSI ATAU NYAHKUMAN

PERMUKAAN YANG KERAP DISENTUH

- Tombol Pintu
- Kepala Paip
- Suís Lampu
- Pemegang Flush Tandas
- Rail Tangga
- Karpet
- Sinki
- Meja

PERALATAN NYAHKUMAN

- Mop
- Baldi
- Kain Lap
- Cecair Peluntur
- Sabun Pencuci
- Penyedut habuk (*Vacuum Cleaner*)
- Botol penyembur
- Air
- Sarung tangan getah
- Penutup Hidung dan Mulut
- Penyembur nyahkuman

SUKATAN PELUNTUR

SATU (1) LITER CECAIR PELUNTUR*

*DISINFECTANT : CECAIR PELUNTUR KOMERSIAL ATAU CECAIR MENGANDUNGI 70% ALKOHOL



Cecair peluntur komersial hendaklah mengandungi sekurang-kurangnya 5% kepekatan **SODIUM HYPOCHLORIDE** (rujuk label pada botol cecair peluntur komersial). Setiap bantuan hanya boleh digunakan sekali sahaja.

PASTIKAN ANDA TIDAK MENAMBAH BAHAN LAIN UNTUK MENGELOAKAN TINDAK BALAS YANG TIDAK DIINGINI

**CUCI TANGAN SEBELUM DAN
SELEPAS MELAKUKAN
DISINFEKSI**

Kementerian Kesihatan Malaysia



SCAN ME