



UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE

KEBERSIHAN DIRI PADA ANAK USIA DINI





UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE

KEBERSIHAN DIRI



Menjaga kebersihan diri penting agar kita tetap sehat.



Tidak hanya penting bagi kita, namun juga bagi orang di sekitar kita.



Melalui kebersihan diri, kita dan orang sekitar kita akan terhindar dari penyakit menular.





UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE



CARA MENJAGA KEBERSIHAN DIRI



UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE

MANDI UNTUK MENJAGA KEBERSIHAN TUBUH

DENGAN MANDI, TUBUH
AKAN BERSIH DARI
KOTORAN, DEBU DAN
KERINGAT



MANDI AKAN
MEMBUAT TUBUH KITA
MANJADI RILEKS DAN
NYAMAN



MANDI SETIAP HARI DAN BERGANTI
PAKAIAN YANG BERSIH



UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE



**Menutup telinga saat
mendengar suara yang
keras**

**Tidak mengorek dan tidak
memasukkan benda apapun
ke dalam telinga**



**Kontrol ke dokter bila ada
keluhan telinga**



UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE



**TIDAK MENGOREK
HIDUNG**



**MENGGUNAKAN MASKER DI
TEMPAT YANG BERDEBU DAN
BERPOLUSI**

MENJAGA KEBERSIHAN HIDUNG



**BERSIHKAN HIDUNG SAAT
MANDI**



**TIDAK MEMASUKKAN
APAPUN KE DALAM
HIDUNG**



MENJAGA KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT



GOSOK GIGI SETIAP HARI

**GOSOK GIGI
MINIMAL 2
KALI SEHARI**



**TERUTAMA
SESUDAH MAKAN
DAN SEBELUM
TIDUR**





MENJAGA KEBERSIHAN GIGI DAN MULUT



**MAKAN MAKANAN YANG
BERGIZI**



**KUNJUNGI DOKTER GIGI
SETIAP 6 BULAN SEKALI**



**HINDARI JAJANAN
TERUTAMA MAKANAN
YANG MANIS**

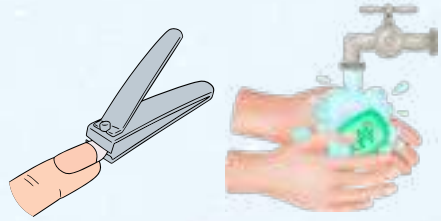


**GOSOK GIGI 2 KALI
SEHARI**





MENJAGA KEBERSIHAN TANGAN DAN KUKU



**RUTIN MEMOTONG KUKU DAN
MENCUCI TANGAN**



KAPAN KITA HARUS MENCUCI TANGAN?

**SEBELUM DAN
SESUDAH
MAKAN**



**SETELAH BUANG
AIR BESAR DAN
AIR KECIL**



**SETELAH
MEMEGANG
HEWAN**



**SETELAH
BERMAIN**

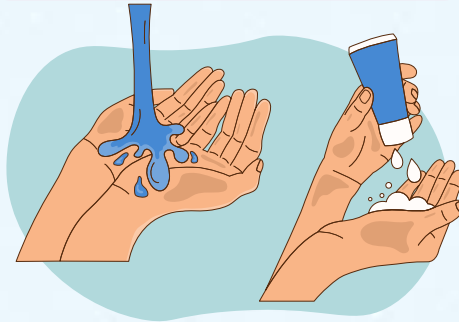




UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE

LANGKAH-LANGKAH MENCUCI TANGAN



**MENCUCI TANGAN MENGGUNAKAN AIR BERSIH DAN
MENGALIR SERTA MENGGUNAKAN SABUN**



**GOSOK
TELAPAK
TANGAN**



**GOSOK
PUNGGUNG
TANGAN**



**GOSOK
SELA-SELA
JARI**



**BERSIHKAN
UJUNG
JARI**



**GOSOK DAN
PUTAR
KEDUA IBU
JARI**



**GOSOK TELAPAK
TANGAN DENGAN
UJUNG JARI**





DAFTAR PUSTAKA:

https://paudpedia.kemendikdasmen.go.id/uploads/anggun/images/2020/Buku_Saku_Pedoman_PHBS_di_PAUD-Per_halaman.pdf

<https://fikes.almaata.ac.id/apa-itu-kebersihan-diri-dalam-perspektif-kesehatan/>

<https://repositori.kemdikbud.go.id/20664/1/01%20Menjaga%20Kesehatan%20AUD.pdf>

<https://farmalkes.kemkes.go.id/2022/03/6-langkah-mencuci-tangan/>



UNTAR

FACULTY OF
MEDICINE

✧ ✧ ✧ **PENYUSUN:**

Enny Irawaty

Amara

Valensya Jeslin Tang Tiku

Novendy