

# Etika Batuk & Bersin

di  
RSUP  
Dr. Kariadi

**ADALAH** cara yang benar saat batuk dan atau bersin untuk mencegah penyebaran penyakit melalui udara.



**1** Tutup hidung & mulut dengan tisu.



**2** Apabila tidak ada tisu, tutup hidung dan mulut dengan menggunakan lengan baju bagian dalam.



**3** Segera buang tisu yang telah dipakai ke tempat sampah.



**4** Lakukan kebersihan tangan dengan menggunakan air mengalir atau berbasis alkohol



**5** Gunakan masker jika diperlukan



**6** Tidak diperkenankan membuang dahak atau ludah disembarang tempat

**TUJUAN** mengurangi penyebaran serta memutus mata rantai penularan penyakit melalui udara.

# 6 LANGKAH CUCI TANGAN

**HAND RUB**  
Waktu 20 - 30 detik

**HAND WASH**  
Waktu 40 - 60 detik

Gosok seluruh telapak tangan



**1**

Gosok punggung tangan kiri dengan telapak tangan kanan dan sela jarinya



**2**

Gosok sela jari antara kanan dan kiri



**3**

Gosok dengan jari-jari saling mengunci



**4**

Gosok ibu jari kiri berputar dalam genggam tangan kanan dan sebaliknya



**5**

Ujung jari di gosok memutar pada telapak tangan kanan dan kebalikannya



**6**