



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



GERMAS

Gerakan Masyarakat
Hidup Sehat



RSUD
PANEMBAHAN
SENOPATI



Cuci Tangan Pakai Sabun dengan air mengalir

6 langkah mencuci tangan

1.

Basahi tangan, gosok sabun pada telapak tangan kemudian usap dan gosok kedua telapak tangan secara lembut dengan arah memutar.



2.

Usap dan gosok juga kedua punggung tangan secara bergantian



3.

Gosok sela-sela jari tangan hingga bersih



4.

Bersihkan ujung jari secara bergantian dengan posisi saling mengunci



6.

Letakkan ujung jari ke telapak tangan kemudian gosok perlahan. Bilas dengan air bersih dan keringkan



5.

Gosok dan putar kedua ibu jari secara bergantian



5 Waktu penting CTPS:

- Sebelum makan
- Setelah BAB
- Sebelum menjamah makanan
- Sebelum menyusui
- Setelah beraktifitas

60
detik



Daftar
Leaflet

Scan QR Barcode

PKRS/003/01/2026/00



KEMENTERIAN
KESEHATAN
REPUBLIK
INDONESIA



GERMAS
Gerakan Masyarakat
Hidup Sehat



RSUD
PANEMBAHAN
SENOPATI

CUCI TANGAN PAKAI SABUN

Setiap kali tangan kita kotor:
mengetik, memegang uang, binatang dan berkebun

**Setelah menceboki
bayi atau anak**

Setelah Buang Air Besar (BAB)

Sebelum menyusui bayi

Sebelum makan dan menyuapi anak

**Sebelum memegang makanan
dan setelah makan**

**Tanpa sabun, kotoran & kuman
masih tertinggal di tangan**

www.promkes.depkes.go.id



Inf@rmasi
Layanan dan
Pengaduan

Scan QR Barcode