

ETIKA BATUK DAN BERSIN

Tetap sopan saat batuk dan bersin
di tempat umum untuk
cegah penularan penyakit.



PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN INFEKSI
RUMAH SAKIT BHAYANGKARA LEMDIKLAT POLRI

5 LANGKAH ETIKA BATUK DAN BERSIN

1



Tutup mulut dan
hidung dengan tisu
atau lengan bagian
dalam

2



Segera buang
tisu ke tempat
sampah

3



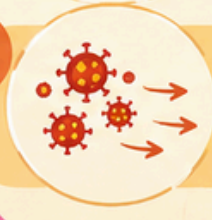
Cuci tangan
pakai sabun
setelahnya

4



Jika sedang flu,
gunakan masker

5



Hindari
batuk/bersin ke
arah orang lain



**RS BHAYANGKARA
LEMDIKLAT POLRI**



LO7/II/2026

MATERI EDUKASI

ETIKA BATUK DAN BERSIN

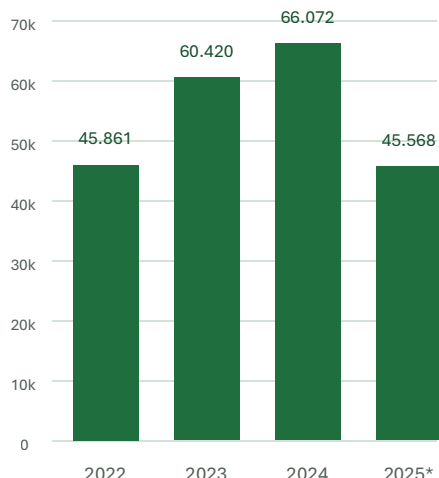


**BERSAMA KITA WUJUDKAN
LINGKUNGAN SEHAT, AMAN,
DAN BEBAS PENYAKIT.**



TUBERKULOSIS

TBC di DKI Jakarta: Tren Kasus



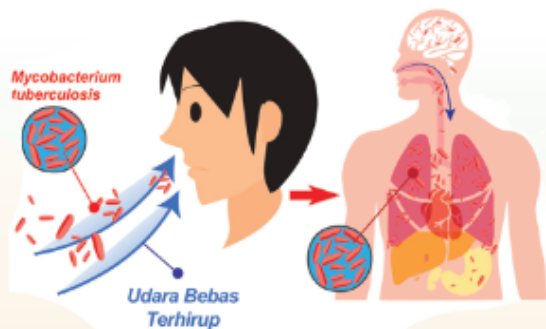
Siapa saja orang yang berisiko tinggi sakit TBC setelah kontak dengan pasien TBC?

- Kontak Serumah**
Tinggal serumah atau sering berdekatan dengan penderita TBC aktif.
- Ruangan Tertutup & Pengap**
- Anak-Anak & Lansia**
Anak kecil dan lansia lebih rentan; anak juga berisiko lebih tinggi mengalami penyakit setelah terinfeksi.
- Daya Tahan Tubuh Lemah**
HIV, kurang gizi, diabetes, atau kondisi/obat yang menekan sistem imun.
- Perokok Aktif & Pasif**
Paparan tembakau meningkatkan risiko sakit TBC dan dapat memperburuk kesehatan paru.
- Tenaga Kesehatan**
Berpotensi sering kontak dengan pasien TBC, terutama tanpa pencegahan infeksi yang memadai.

Catatan: Risiko tidak berarti pasti tertular. Jika termasuk kelompok berisiko dan memiliki gejala atau kontak erat dengan pasien TBC, lakukan pemeriksaan sesuai anjuran tenaga kesehatan.

Apa yang terjadi jika seseorang kontak dengan pasien TBC?

TBC disebabkan oleh bakteri *Mycobacterium tuberculosis* yang dapat ditularkan lewat udara.



PENCEGAHAN TBC

- UDARA**
Buka jendela dan tingkatkan sirkulasi udara. Hindari ruang tertutup yang pengap. Gunakan ventilasi yang baik.
- PERILAKU**
Terapkan etika batuk. Gunakan masker secara benar. Hindari kontak dekat bila sedang sakit.
- DETEKSI**
Periksa bila ada gejala. Skrining kontak erat bila dianjurkan. Pengobatan dini mengurangi penularan.

BUKA JENDELA, BIARKAN UDARA & SINAR MASUK

GUNAKAN MASKER DENGAN BENAR

JAKARTA SELATAN

8.691 kasus

Apa itu TBC?

Tuberkulosis (TBC) adalah penyakit infeksi yang terutama menyerang paru dan dapat menular melalui udara.

Mengapa penting?

Penemuan kasus lebih cepat membantu pasien memperoleh pengobatan dan mengurangi peluang penularan.

Kenali • Temukan • Tangani • Sembuh

Gejala TBC yang Perlu Diwaspadai

GEJALA UTAMA: Batuk terus-menerus lebih 2 MINGGU—

Batuk batuk lebih dari 2 minggu, kadang berdarah	Demam meriang berkepanjangan
Berkeringat di malam hari tanpa aktivitas berat	Berat badan turun tanpa sebab jelas
Badan terasa lemas dan nafsu makan menurun	Sesak napas atau nyeri dada



E-Mail
rs@rsbhayangkaralemdiklatpolri.com



Website
edukasi.rsbhayangkaralemdiklatpolri.com

Jl.Ciputat Raya, No.40, RT.1/RW.9, Pd. Pinang, Kec. Kebayoran. Lama, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12310