



REPUBLIK INDONESIA
KEMENTERIAN HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA

SURAT PENCATATAN CIPTAAN

Dalam rangka perlindungan ciptaan di bidang ilmu pengetahuan, seni dan sastra berdasarkan Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta, dengan ini menerangkan:

Nomor dan tanggal permohonan : EC00201848612, 8 Oktober 2018

Pencipta

Nama : Ns. Wuriani, M.Pd., M.kep, Ns. Tisa Gusmiah, M.Kep., dkk

Alamat : Jl. Danau Sentarum Komplek Danau Asri No B.4
RT.002.RW.038, Pontianak, Kalimantan Barat, 78116

Kewarganegaraan : Indonesia

Pemegang Hak Cipta

Nama : STIK MUHAMMADIYAH PONTIANAK

Alamat : Jl. Sungai Raya Dalam Gg. Ceria V No. 10 RT.006 RW.006,
Pontianak, Kalimantan Barat, 78124

Kewarganegaraan : Indonesia

Jenis Ciptaan : Leaflet

Judul Ciptaan : Personal Hygiene

Tanggal dan tempat diumumkan untuk pertama kali di wilayah Indonesia atau di luar wilayah Indonesia : 8 Oktober 2018, di Pontianak

Jangka waktu perlindungan : Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan Pengumuman.

Nomor pencatatan : 000120311

adalah benar berdasarkan keterangan yang diberikan oleh Pemohon.
Surat Pencatatan Hak Cipta atau produk Hak terkait ini sesuai dengan Pasal 72 Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta.



a.n. MENTERI HUKUM DAN HAK ASASI MANUSIA
DIREKTUR JENDERAL KEKAYAAN INTELEKTUAL

Dr. Freddy Harris, S.H., LL.M., ACCS.
NIP. 196611181994031001

LAMPIRAN PENCIPTA

No	Nama	Alamat
1	Ns. Wuriani, M.Pd., M.kep	Jl. Danau Sentarum Komplek Danau Asri No B.4 RT.002.RW.038
2	Ns. Tisa Gusmiah, M.Kep	Jl. Sungai Raya Dalam Komplek Mitra Indah Utama # No.D.4 RT.003.RW 006
3	Ns. Lestari Makmuriana, M.Pd., M.Kep	Jl. Adi Sucipto KM.13,6 Gg. Bunga No 12 RT 007 RW 008
4	Ns. Surtikanti, M.kep	Jl. M.Yamin Gg. PGA Komplek Tresno RT. RW.006.RW.008
5	Ns. Yenni Lukita. S.Kep	Jl. Parit H. Muksin 2RT 001 RW 004. Bangka Bellitung





OLEH :

Ns. Wuriani, M.Pd.,M.KeP

Ns. Tisa Gusmiyah, M.KeP

Ns. Yenni Lukita, S.KeP

Ns. Surtikanti, M. KeP

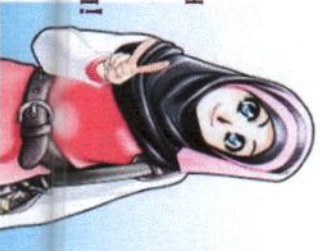
Apakah Personal hygiene ?

Personal hygiene (kebersihan perorangan) adalah suatu tindakan untuk memelihara kebersihan.

Atau....

Tindakan membersihkan anggota tubuh seperti kulit, rambut dan kelamin.

MENCEGAH
LEBIH BAIK
DARI
MENGOBATI



Kebersihan kulit dan rambut :

1. mandi 2 x sehari
2. Keramas 2 hari sekali

Kebersihan panca indra :

1. Membersihkan mata setiap x mandi
2. Membuang kotoran di hidung dan telinga minimal sehari sekali
3. Menggosok gigi pagi dan malam hari (sebelum tidur), hindari makanan yang merusak gigi (keras, terlalu asam), terlalu panas/dingin
4. Memotong kuku tangan dan kaki seminggu sekali

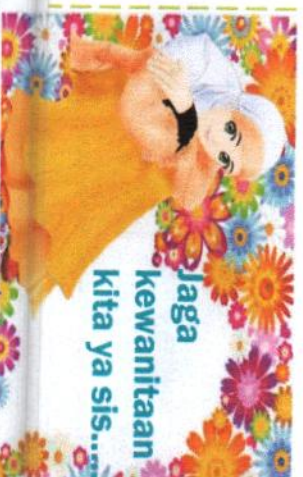
Yok berbagi informasi
dengan sahabat



Penting bagi remaja putri!!!

Kebersihan Genitalia :

1. Mengganti pakaian dalam sehari 2 x
2. Setelah BAK/BAB, bersihkan dengan air mengalir dan mengeringkannya
3. Menggunakan celana yang tidak ketat, berbahan katun atau kaos.
4. Saat menstruasi, selalu mengganti pembalut baru setiap setelah BAK/BAB.
5. Membuang pembalut lama dengan membawa plasti sendiri (tidak di kloset)
6. Komunikasi terbuka dengan orang tua, bila ada gangguan



Jaga
kewanitaan
kita ya sis....

DAFTAR PUSTAKA

- Phytagoras. 2017. Personal Hygiene Remaja Putri Ketika Menstruasi. Jurnal Promkes. Vol.5. No.1. 12-24. E-journal
unair.ac.id/PROMKES/article/View/7691
- Hanisa J. Nasution A.
Arsyati, 2017. Gambaran Prilaku Personal Hygiene Menstruasi Remaja putri yang mengikuti pelatihan dan Pembinaan PKPR di SMP PGRI 13 Wilayah Kerja Puskesmas Sindang Barang Kota Bogor Tahun 2017. HEARTY Jurnal Kesehatan Masyarakat. Vol.5.No.2. e-Journal.uika. bogor. Ac.id
- Phonna R. Diba F. Yuswardi.
Maulina. 2017. Upaya Menjaga Kebersihan Saat Menstruasi Pada Remaja Putri. Idea Nursing Journal. Vol.IX. No. 2. www.Jurnal.Unsiah.ac.id

TERIMA KASIH