

**Masa Pengenalan**  
**Lingkungan Sekolah (MPLS)**  
**TAHUN PELAJARAN 2017-2018**

**SMA NEGERI 11 Jakarta**

*Jl. P. Komarudin Komp. Pendidikan, Pulo Gebang,  
Cakung, Jakarta Timur  
13950*

**PERILAKU HIDUP BERSIH  
DAN SEHAT**

**KESISWAAN  
2017-2018**



**Jakarta, Juli 2017**

## Pengertian Perilaku Hidup Bersih dan Sehat

Sekumpulan perilaku yang dipraktikkan atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran yang menjadikan seseorang / keluarga dapat menolong diri sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam mewujudkan kesehatan masyarakatnya



## Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat Bidang Gaya Hidup Sehat

- Tidak merokok dalam rumah
- Melakukan aktifitas fisik / olahraga setiap hari
- Makan sayur dan buah-buahan setiap hari



## **Manfaat Perilaku Hidup Bersih Dan Sehat**

- Setiap anggota keluarga meningkatkan kesehatannya dan tidak mudah sakit.
- Anak Tumbuh Sehat dan Cerdas



## **PHBS DI SEKOLAH**

Sekumpulan perilaku yang dipraktikkan oleh peserta didik, guru dan masyarakat lingkungan sekolah atas dasar kesadaran sebagai hasil pembelajaran, sehingga secara mandiri mampu mencegah penyakit, meningkatkan kesehatannya, serta berperan aktif dalam mewujudkan lingkungan sehat



## INDIKATOR PHBS DI SEKOLAH

1. Mencuci tangan dengan air yang mengalir dan menggunakan sabun
2. Mengonsumsi jajanan sehat di kantin sekolah
3. Menggunakan jamban yang bersih dan sehat
4. Olahraga yang teratur dan terukur
5. Memberantas jentik nyamuk
6. Tidak merokok di sekolah
7. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan setiap 6 bulan
8. Membuang sampah pada tempatnya

