

Lampiran 1. Satuan Acara Penyuluhan ISPA

**SATUAN ACARA PENYULUHAN  
INFEKSI SALURAN PERNAPASAN AKUT (ISPA)**

Pokok Bahasan	: Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)
Sasaran	: Pasien dan keluarga pasien
Hari / tanggal	: Jum`at, 29 Februari 2024
Waktu	: 1 x 30 menit ( jam 13.00 – 13.30 WIB )
Tempat	: Rumah Keluarga An. N

---

---

**A. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM (TIU)**

Setelah dilakukan penyuluhan selama 30 menit diharapkan klien dan keluarga dapat memahami tentang Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA)

**B. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS (TIK)**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit, klien dan keluarga dapat :

- a. Menyebutkan pengertian ISPA
- b. Menyebutkan penyebab ISPA
- c. Menyebutkan klasifikasi ISPA
- d. Menyebutkan manifestasi klinis ISPA
- e. Menyebutkan penatalaksanaan ISPA

**C. SASARAN**

Adapun sasaran dari penyuluhan ini ditujukan khususnya untuk pasien dan keluarga

**D. METODE**

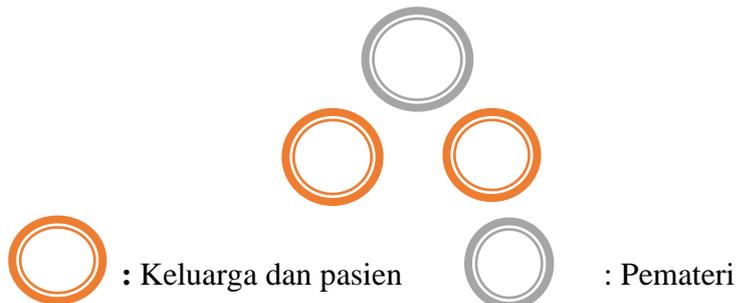
Metode yang digunakan adalah sebagai berikut :

- Ceramah
- Diskusi / tanya jawab

**F. MEDIA**

- Leaflet

**G. SETTING TEMPAT**



## H. MATERI

Terlampir

## I. KEGIATAN

### a. Persiapan

1. Berpakaian rapi dan sopan.
2. Mempersiapkan alat-alat dan bahan untuk penyuluhan, yaitu: kursi
3. Mempersiapkan media untuk penyuluhan, yaitu: leaflet

### b. Pelaksanaan

NO	WAKTU	KEGIATAN PENYULUHAN	KEGIATAAN PESERTA
1	5 Menit	<i>Pembukaan :</i> a. Membuka / memulai kegiatan dengan mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan d. Menyebutkan materi penyuluhan e. Bertanya kepada peserta apakah sudah mengerti tentang ISPA	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab salam</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan dan memperhatikan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
2.	15 Menit	<i>Pelaksanaan :</i> a. Menjelaskan pengertian ISPA b. Menjelaskan penyebab ISPA c. Menjelaskan klasifikasi ISPA d. Menjelaskan manifestasi klinis ISPA e. Menjelaskan penatalaksanaan ISPA f. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan dan memperagakan kembali</li><li>• Mengajukan pertanyaan</li></ul>
3.	4 Menit	<i>Evaluasi :</i> a. Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan dan memberikan reinforcement kepada peserta yang dapat menjawab b. Menanyakan kembali apakah ada peserta yang kurang jelas mengenai isi penyuluhan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab pertanyaan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
4.	1 Menit	<i>Terminasi :</i> a. Mengucapkan terima kasih atas peran sertanya. b. Mengucapkan salam penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mendengarkan</li><li>• Menjawab salam</li></ul>

## **J. EVALUASI**

### 1. Evaluasi Struktur

- Peserta hadir di tempat penyuluhan.
- Penyelenggaraan penyuluhan.
- Persiapan alat dan bahan penyuluhan (SAP, leaflet)

### 2. Evaluasi Proses

- Peserta antusias terhadap materi penyuluhan.
- Peserta mengikuti jalannya penyuluhan sampai selesai.
- Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar.

### 3. Evaluasi Hasil

- a. Peserta mengetahui pengertian ISPA
- b. Peserta mengetahui penyebab ISPA
- c. Peserta mengetahui klasifikasi ISPA
- d. Peserta mengetahui manifestasi klinis ISPA
- e. Peserta mengetahui penatalaksanaan ISPA

## **K. LAMPIRAN MATERI**

### 1. Pengertian ISPA

ISPA merupakan singkatan dari infeksi saluran pernafasan akut yang diadaptasi dari istilah dalam bahasa Inggris *Acute Respiratory Infection* (ARI) yang menyerang salah satu bagian dan atau lebih dari saluran napas mulai dari hidung (saluran napas atas) hingga alveoli (saluran napas bawah) termasuk jaringan lain seperti sinus, rongga telinga tengah dan pleura. Pengertian lain dari ISPA adalah penyakit yang menyerang saluran pernafasan baik pernafasan atas maupun bawah yang biasanya bersifat menular dan dapat menyebabkan berbagai penyakit lain. Penyakit yang ditimbulkan dari ISPA dapat berupa penyakit disertai

gejala maupun penyakit yang tidak disertai gejala dimulai dari infeksi ringan hingga yang parah dan berakibat fatal dan dampak yang diakibatkan bergantung pada penyebab, faktor lingkungan dan faktor pejamu dari ISPA tersebut. (Masriadi, 2017).

## 2. Penyebab ISPA

Etiologi atau penyebab ISPA terdiri dari lebih 300 jenis bakteri, virus dan riketsia. Bakteri penyebab ISPA antara lain berasal dari genus streptokokus, stafiokokus, pneumokokus, hemofilus, bordetelia dan karinebakterium (Khin,M.T, 2005). Sedangkan virus penyebab ISPA yang paling sering dikaitkan adalah rhinovirus. Terdapat banyak virus lain yang menyebabkan ISPA seperti respiratory syncytial virus (RSV), human metapneumovirus, coronaviruses, coxsackieviruses, influenza, parainfluenza, dan adenoviruses.

## 3. Klasifikasi ISPA

Di dalam buku manajemen terpadu balita sakit (MTBS) yang dikeluarkan oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015, ISPA diklasifikasikan menjadi 3 kategori, yaitu :

- a. ISPA dengan pneumonia berat dengan gejala batuk dan sukar bernafas diiringi dengan tarikan dada ke dalam atau saturasi oksigen >90%
- b. ISPA dengan pneumonia dengan gejala batuk atau sukar bernafas diiringi dengan nafas cepat. Dikatakan nafas cepat apabila pernafasan lebih dari 40 kali permenit pada anak usia 12-59 bulan.
- c. ISPA bukan pneumonia dengan gejala batuk atau sukar bernafas tidak diiringi dengan tanda pada ISPA pneumonia berat dan ISPA pneumonia.

## 4. Manifestasi klinis ISPA

Gejala ISPA termasuk bersin, hidung tersumbat, rinorea, tenggorokan terasa gatal atau sakit, mata berair, dan batuk tidak berdahak sesekali, dapat terjadi demam pada bayi dan balita. Gejala biasanya bertahan selama 5-7 hari, terkadang bisa lebih lama pada anak usia prasekolah.

## 5. Komplikasi ISPA

Komplikasi yang umum terjadi dengan persentase sebesar 5% pada anak penderita ISPA adalah otitis media. (Kliegman, 2016). ISPA yang perlu diwaspadai adalah radang tenggorokan atau pharyngitis dan radang telinga atau otitis.

## 6. Penatalaksanaan ISPA

Yang dapat dilakukan ibu di rumah yaitu mengatasi panas atau demam pada anak dengan memberikan obat tablet paracetamol dan melakukan pengontrolan suhu tubuh anak serta mengompres anak dengan menggunakan kain bersih, dengan cara celupkan pada air tiga kali sehari sampai demam pada anak membaik. Batuk dapat diatasi dengan obat yang aman yaitu ramuan tradisional yang terbuat dari jeruk nipis setengah sendok teh dicampur dengan kecap atau madu setengah sendok teh (madu tidak dianjurkan diberikan pada anak dibawah 12 bulan) dan diberikan tiga kali sehari. Pemberian makanan yang cukup dan memenuhi kebutuhan anak balita, pemberian makan pada anak dengan porsi sedikit namun sering, terlebih apabila anak disertai muntah berikan lebih sering diiringi pemberian cairan seperti air putih, jus dsb untuk mengencerkan dahak dan mengatasi kekurangan cairan pada anak (Suryanti, 2016)

Sebagai upaya mengatasi sesak yaitu dengan memberikan terapi uap air dan minyak kayu putih sebagai upaya membebaskan jalan napas anak-anak dengan ISPA. Langkah-langkahnya siapkan air hangat dalam baskom dan berikan tetesan minyak kayu putih dalam air lalu anjurkan anak untuk menghirup uap.

Lampiran 2. Satuan Acara Penyuluhan Hipertermi dan Kompres Hangat

**SATUAN ACARA PENYULUHAN  
HIPERTERMI DAN KOMPRES HANGAT**

Pokok Bahasan	: Konsep hipertermi dan kompres hangat
Sasaran	: Pasien dan keluarga pasien
Hari / tanggal	: Jum`at, 29 Februari 2024
Waktu	: 1 x 30 menit ( jam 13.30 – 14.00 WIB )
Tempat	: Rumah Keluarga An. N

---

**A. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM (TIU)**

Setelah dilakukan penyuluhan selama 30 menit diharapkan klien dan keluarga dapat memahami tentang hipertermi dan kompres hangat

**B. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS (TIK)**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit, klien dan keluarga dapat :

- a. Memahami definisi hipertermi dan water tepid sponge
- b. Memahami manfaat water tepid sponge
- c. Memahami alat dan bahan
- d. Memahami teknik water tepid sponge

**C. SASARAN**

Adapun sasaran dari penyuluhan ini ditujukan khususnya untuk pasien dan keluarga .

**D. METODE**

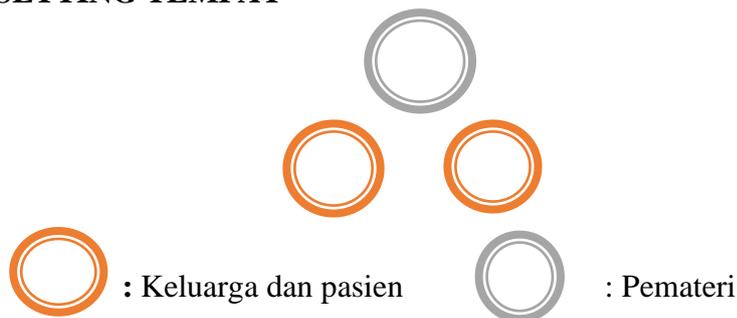
Metode yang digunakan adalah sebagai berikut :

- Ceramah
- Diskusi / tanya jawab

**F. MEDIA**

- Leaflet

**G. SETTING TEMPAT**



## H. MATERI

Terlampir

## I. KEGIATAN

### a. Persiapan

4. Berpakaian rapi dan sopan.
5. Mempersiapkan alat-alat dan bahan untuk penyuluhan, yaitu: kursi
6. Mempersiapkan media untuk penyuluhan, yaitu: leaflet

### b. Pelaksanaan

NO	WAKTU	KEGIATAN PENYULUHAN	KEGIATAAN PESERTA
1	5 Menit	<i>Pembukaan :</i> a. Membuka / memulai kegiatan dengan mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan d. Menyebutkan materi penyuluhan e. Bertanya kepada peserta apakah sudah mengerti tentang hipertermi dan kompres teknik <i>water tepid sponge</i>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab salam</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan dan memperhatikan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
2.	15 Menit	<i>Pelaksanaan :</i> a. Memahami definisi hipertermi dan <i>water tepid sponge</i> b. Memahami manfaat <i>water tepid sponge</i> c. Memahami alat dan bahan d. Memahami teknik <i>water tepid sponge</i> e. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan dan memperagakan kembali</li><li>• Mengajukan pertanyaan</li></ul>
3.	4 Menit	<i>Evaluasi :</i> a. Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan dan memberikan reinforcement kepada peserta yang dapat menjawab b. Menanyakan kembali apakah ada peserta yang kurang jelas mengenai isi penyuluhan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab pertanyaan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
4.	1 Menit	<i>Terminasi :</i> a. Mengucapkan terima kasih atas peran sertanya. b. Mengucapkan salam penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mendengarkan</li><li>• Menjawab salam</li></ul>

## **J. EVALUASI**

### 1. Evaluasi Struktur

- Peserta hadir di tempat penyuluhan.
- Penyelenggaraan penyuluhan.
- Persiapan alat dan bahan penyuluhan (SAP, leaflet)

### 2. Evaluasi Proses

- Peserta antusias terhadap materi penyuluhan.
- Peserta mengikuti jalannya penyuluhan sampai selesai.
- Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar.

### 3. Evaluasi Hasil

- a. Peserta mengetahui definisi hipertermi dan water tepid sponge
- b. Peserta mengetahui manfaat water tepid sponge
- c. Peserta mengetahui alat dan bahan
- d. Peserta mengetahui teknik water tepid sponge

## **K. LAMPIRAN MATERI**

### 1. Pengertian hipertermi dan kompres tepidsponge

Demam didefinisikan bila suhu tubuh lebih dari normal sebagai akibat dari peningkatan pusat pengatur suhu di hipotalamus. Kompres tepid sponge adalah sebuah teknik kompres hangat yang menggabungkan teknik kompres blok pada pembuluh darah supervisial dengan teknik seka (Alves, 2008). Kompres tepidsponge ini hampir sama dengan kompres air hangat biasa, yakni mengompres pada lima titik (leher, 2 ketiak, 2 pangkal paha) ditambah menyeka bagian perut dan dada atau diseluruh badan dengan kain. Basahi lagi kain bila kering. Berdasarkan penelitian dari isnaeni (2014) kompres tepidsponge hangat lebih efektif dari kompres hangat.

## 2. Etiologi hipertemi

Hipertermi disebabkan oleh infeksi, suhu lingkungan yang terlalu panas dapat pula disebabkan oleh gangguan otak atau akibat bahan toksis yang dapat menyebabkan demam disebut pirogen.

## 3. Manifestasi klinis Beberapa manifestasi klinis dari hipertemi, yaitu :

- a. Suhu diatas 37,5°C
- b. Kulit hangat
- c. Takikardi atau nadi cepat
- d. Kulit kemerahan
- e. Peningkatan frekuensi pernafasan
- f. Malaise, keletihan dan kelelahan
- g. Menggigil
- h. Kehilangan nafsu makan
- i. Berkeringat

## 4. Manfaat

- a. Dapat memberikan rasa nyaman
- b. Teknik tepidsponge lebih efektif untuk mempercepat penurunan suhu tubuh dibanding kompres hangat.
- c. Adanya perbedaan penurunan suhu tubuh antara kompres hangat dengan teknik tepidsponge sebesar 0,2°C.

## 5. Alat dan Bahan

- a. Ember atau bařkom untuk tempat air hangat (37°C)
- b. Lap mandi/wash lap
- c. Handuk mandi
- d. Selimut mandi
- e. Perlak
- f. Termometer digital.

## 6. Teknik Tepid Sponge

- a. Tahap Persiapan
  - Persiapan alat meliputi ember atau bařkom untuk tempat air hangat (37°C), lap mandi/wash lap, handuk mandi, selimut mandi, perlak, termometer digital.

- Cuci tangan 6 langkah sebelum kontak dengan pasien dan dengan lingkungan pasien.

b. Tahap Pelaksanaan

- Siapkan washlap, celupkan ke dalam air hangat, peras sebelum diletakkan.
- Letakkan washlap pada daerah leher, aksila, lipatan paha, daerah lutut selama 5 menit atau washlap menjadi lebih kering/ganti setiap 5 menit.
- Dilanjutkan kompres daerah tangan dan kaki selama 5 menit.
- Lanjutkan dengan mengompres daerah perut, dada, dan punggung.
- Keringkan area yang telah dikompres.

Lampiran 3. Satuan Acara Penyuluhan PHBS

**SATUAN ACARA PENYULUHAN  
PHBS**

Pokok Bahasan	: Indikator PHBS
Sasaran	: Pasien dan keluarga pasien
Hari / tanggal	: Jum`at, 29 Februari 2024
Waktu	: 1 x 30 menit ( jam 14.00 – 14.30 WIB )
Tempat	: Rumah Keluarga An. N

---

**A. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM (TIU)**

Setelah dilakukan penyuluhan selama 30 menit diharapkan klien dan keluarga dapat memahami tentang indikator PHBS

**B. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS (TIK)**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit, klien dan keluarga dapat :

- a. Memahami pengertian PHBS
- b. Memahami tujuan PHBS
- c. Memahami macam-macam PHBS
- d. Memahami manfaat PHBS

**C. SASARAN**

Adapun sasaran dari penyuluhan ini ditujukan khususnya untuk pasien dan keluarga .

**D. METODE**

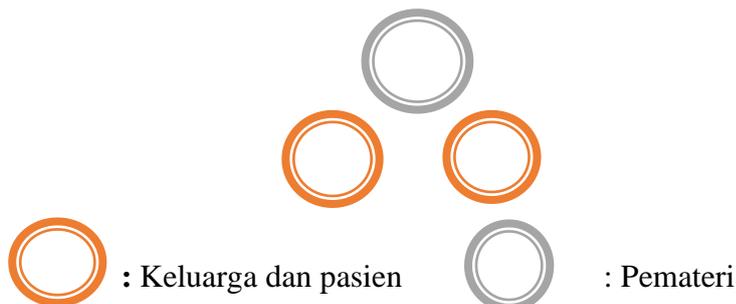
Metode yang digunakan adalah sebagai berikut :

- Ceramah
- Diskusi / tanya jawab

**F. MEDIA**

- Leaflet

**G. SETTING TEMPAT**



## H. MATERI

Terlampir

## I. KEGIATAN

### a. Persiapan

7. Berpakaian rapi dan sopan.
8. Mempersiapkan alat-alat dan bahan untuk penyuluhan, yaitu: kursi
9. Mempersiapkan media untuk penyuluhan, yaitu: leaflet

### b. Pelaksanaan

NO	WAKTU	KEGIATAN PENYULUHAN	KEGIATAAN PESERTA
1	5 Menit	<i>Pembukaan :</i> a. Membuka / memulai kegiatan dengan mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan d. Menyebutkan materi penyuluhan e. Bertanya kepada peserta apakah sudah mengerti tentang PHBS	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab salam</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan dan memperhatikan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
2.	15 Menit	<i>Pelaksanaan :</i> a. Menjelaskan pengertian PHBS b. Menjelaskan tujuan PHBS c. Menjelaskan macam-macam PHBS d. Menjelaskan manfaat PHBS e. Memberikan kesempatan kepada peserta untuk bertanya	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan dan memperagakan kembali</li><li>• Mengajukan pertanyaan</li></ul>
3.	4 Menit	<i>Evaluasi :</i> a. Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan dan memberikan reinforcement kepada peserta yang dapat menjawab b. Menanyakan kembali apakah ada peserta yang kurang jelas mengenai isi penyuluhan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab pertanyaan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
4.	1 Menit	<i>Terminasi :</i> a. Mengucapkan terima kasih atas peran sertanya. b. Mengucapkan salam penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mendengarkan</li><li>• Menjawab salam</li></ul>

## **J. EVALUASI**

### 4. Evaluasi Struktur

- Peserta hadir di tempat penyuluhan.
- Penyelenggaraan penyuluhan.
- Persiapan alat dan bahan penyuluhan (SAP, leaflet)

### 5. Evaluasi Proses

- Peserta antusias terhadap materi penyuluhan.
- Peserta mengikuti jalannya penyuluhan sampai selesai.
- Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar.

### 6. Evaluasi Hasil

- a. Peserta mengetahui pengertian PHBS
- b. Peserta mengetahui tujuan PHBS
- c. Peserta mengetahui macam-macam PHBS
- d. Peserta mengetahui manfaat PHBS

## **K. LAMPIRAN MATERI**

### 1. Definisi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS)

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) adalah semua perilaku yang dilakukan atas kesadaran sehingga anggota keluarga atau keluarga dapat menolong dirinya sendiri di bidang kesehatan dan berperan aktif dalam kegiatan-kegiatan kesehatan dimasyarakat (Maryunani A, 2013). Program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), adalah upaya untuk memberikan pengalaman belajar atau menciptakan suatu kondisi bagi perorangan, keluarga, kelompok dan masyarakat, dengan membuka jalur komunikasi, memberikan informasi dan melakukan edukasi, untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan perilaku, melalui pendekatan pimpinan (Advokasi), bina suasana (Social Support) dan pemberdayaan masyarakat (Empowerment). Dengan demikian masyarakat dapat

mengenalinya dan mengatasinya sendiri, terutama dalam tatanan masing-masing, dan masyarakat/dapat menerapkan cara-cara hidup sehat dengan menjaga, memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Dinkes, 2006).

## 2. Tujuan PHBS

Adapun tujuan dilakukannya PHBS di Rumah adalah :

- a. Mengerti dan memahami perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS)
- b. Meningkatkan kesehatan keluarga.
- c. Menjaga keluarga agar tidak mudah terserang penyakit
- d. Agar anak dapat tumbuh sehat dan cerdas.
- e. Meningkatkan produktivitas kerja anggota keluarga.
- f. Pengeluaran biaya rumah tangga dapat difokuskan untuk pemenuhan gizi keluarga, pendidikan dan modal usaha untuk peningkatan modal usaha.

## 3. Indikator PHBS

- 1) Persalinan ditolong oleh tenaga kesehatan  
Persalinan bayi yang dilakukan oleh/bidan termasuk pendampingan bidan oleh paraji
- 2) Memberi bayi ASI eksklusif  
Pemberian ASI eksklusif adalah bayi usia 0 – 6 bulan hanya diberi ASI saja tanpa memberikan tambahan makanan atau minuman lain.
- 3) Menimbang bayi dan balita  
Penimbangan bayi dan balita dimaksudkan untuk memantau pertumbuhannya setiap bulan. Menimbang bayi dan balita mulai umur 0 sampai 59 bulan setiap bulan dan dicatat dalam Kartu Menuju Sehat (KMS) berturut-turut dalam 3 bulan terakhir.
- 4) Menggunakan air bersih  
Menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari ( untuk minum, memasak, mandi, berkumur, membersihkan lantai, mencuci alat-alat dapur, mencuci pakaian, dan sebagainya, yang bersasal dari sumur terlindung, air pompa, mata air terlindung, penampungan air hujan, dan air ledeng. Sumber air bersih berjarak

minimal 10 meter dari tempat penampungan kotoran atau limbah. manfaatnya agar kita tidak terkena penyakit atau terhindar dari sakit.

5) Mencuci tangan dengan air bersih dan sabun

Anggota rumah tangga selalu mencuci tangan setiap kali tangan kotor, sebelum makan, sebelum merawat anak, dan sesudah buang air besar dengan memakai sabun serta air bersih yang mengalir.

6) Menggunakan jamban sehat

Rumah tangga atau keluarga yang menggunakan jamban/WC/Cubluk/ Kakus leher angsa dengan tangki septik atau lubang penampungan kotoran sebagai pembuangan akhir.

7) Memberantas jentik di rumah

Rumah bebas jentik adalah rumah tangga yang setelah dilakukan pemeriksaan jentik secara berkala tidak terdapat jentik nyamuk.

8) Makan buah dan sayur setiap hari

Anggota rumah tangga yang mengkonsumsi sayur dan buah setiap hari. Setiap anggota rumah tangga mengkonsumsi minimal 3 porsi buah dan 2 porsi sayuran atau sebaliknya setiap hari. Makan sayur dan buah setiap hari sangat penting, karena mengandung vitamin dan mineral yang mengatur pertumbuhan dan pemeliharaan tubuh.

9) Melakukan aktivitas fisik setiap hari

Aktivitas fisik adalah melakukan pergerakan anggota tubuh yang menyebabkan pengeluaran tenaga yang sangat penting bagi pemeliharaan kesehatan fisik, mental, dan mempertahankan kualitas hidup agar tetap sehat dan bugar sepanjang hari. Dalam 30 menit setiap hari ( jalan, lari, senam) dan kegiatan dalam rumah tangga seperti mencuci pakaian/mobil, mengepel lantai, dan berkebun.

10) Tidak merokok di dalam rumah

Setiap anggota keluarga tidak boleh merokok di dalam rumah. Rokok ibarat pabrik bahan kimia. Dalam satu batang rokok yang dihisap akan dikeluarkan sekitar 4.000 bahan kimia berbahaya,

diantaranya yang paling berbahaya adalah nikotin, tar, dan Carbon Monoksida (CO). Tidak merokok didalam rumah dimaksudkan agar tidak menjadikan anggota keluarga lainnya sebagai perokok pasif yang berbahaya bagi kesehatan.

#### 4. Manfaat PHBS

- a. Setiap anggota rumah tangga meningkatkan kesejahteraannya
- b. Rumah tangga sehat dapat meningkatkan produktivitas kerja anggota rumah tangga.
- c. Dengan meningkatnya kesehatan rumah tangga, biaya yang tadinya dialokasikan untuk kesehatan dapat dialihkan untuk biaya investasi seperti biaya pendidikan dan usaha lain yang dapat meningkatkan kesejahteraan anggota rumah tangga.
- d. Anak menjadi tumbuh sehat dan cerdas.

Lampiran 4. Satuan Acara Penyuluhan Cuci Tangan

**SATUAN ACARA PENYULUHAN  
CUCI TANGAN**

Pokok Bahasan	: Edukasi Kesehatan personal hygiene (Cuci tangan)
Sasaran	: Pasien dan keluarga pasien
Hari / tanggal	: Jum`at, 29 Februari 2024
Waktu	: 1 x 30 menit ( jam 14.30 – 15.00 WIB )
Tempat	: Rumah keluarga An. N

---

**A. TUJUAN INTRUKSIONAL UMUM (TIU)**

Setelah dilakukan penyuluhan selama 30 menit diharapkan klien dan keluarga dapat memahami tentang cuci tangan pakai sabun

**B. TUJUAN INSTRUKSIONAL KHUSUS (TIK)**

Setelah mengikuti penyuluhan selama 30 menit, klien dan keluarga dapat :

- a. Menyebutkan pengertian mencuci tangan
- b. Menyebutkan manfaat mencuci tangan
- c. Menyebutkan waktu penting cuci tangan
- d. Menyebutkan langkah- langkah cuci tangan

**C. SASARAN**

Adapun sasaran dari penyuluhan ini ditujukan khususnya untuk pasien dan keluarga .

**D. METODE**

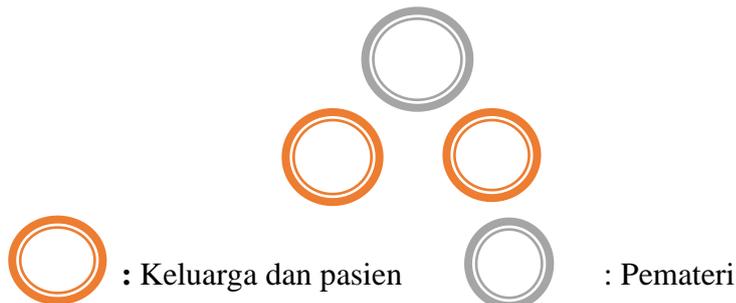
Metode yang digunakan adalah sebagai berikut :

- Ceramah
- Diskusi / tanya jawab
- Peragaan / Demonstrasi

**F. MEDIA**

- Leaflet

**G. SETTING TEMPAT**



## H. MATERI

Terlampir

## I. KEGIATAN

### a. Persiapan

1. Berpakaian rapi dan sopan.
2. Mempersiapkan alat-alat dan bahan untuk penyuluhan, yaitu: kursi
3. Mempersiapkan media untuk penyuluhan, yaitu: leaflet

### b. Pelaksanaan

NO	WAKTU	KEGIATAN PENYULUHAN	KEGIATAAN PESERTA
1	5 Menit	<i>Pembukaan :</i> a. Membuka / memulai kegiatan dengan mengucapkan salam b. Memperkenalkan diri c. Menjelaskan tujuan dari penyuluhan d. Menyebutkan materi penyuluhan e. Bertanya kepada peserta apakah sudah mengerti tentang cuci tangan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab salam</li><li>• Mendengarkan</li><li>• Mendengarkan dan memperhatikan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
2.	15 Menit	<i>Pelaksanaan :</i> a. Menjelaskan pengertian mencuci tangan b. Menjelaskan manfaat mencuci tangan c. Menjelaskan waktu penting cuci tangan d. Menjelaskan langkah- langkah cuci tangan e. Menjelaskan kesempatan kepada peserta untuk bertanya	<ul style="list-style-type: none"><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan</li><li>• Memperhatikan dan memperagakan kembali</li><li>• Mengajukan pertanyaan</li></ul>
3.	4 Menit	<i>Evaluasi :</i> a. Menanyakan kepada peserta tentang materi yang telah disampaikan dan memberikan reinforcement kepada peserta yang dapat menjawab b. Menanyakan kembali apakah ada peserta yang kurang jelas mengenai isi penyuluhan	<ul style="list-style-type: none"><li>• Menjawab pertanyaan</li><li>• Menjawab pertanyaan</li></ul>
4.	1 Menit	<i>Terminasi :</i> a. Mengucapkan terima kasih atas peran sertanya. b. Mengucapkan salam penutup	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mendengarkan</li><li>• Menjawab salam</li></ul>

## **J. EVALUASI**

### 1. Evaluasi Struktur

- Peserta hadir di tempat penyuluhan.
- Penyelenggaraan penyuluhan.
- Persiapan alat dan bahan penyuluhan (SAP, leaflet)

### 2. Evaluasi Proses

- Peserta antusias terhadap materi penyuluhan.
- Peserta mengikuti jalannya penyuluhan sampai selesai.
- Peserta mengajukan pertanyaan dan menjawab pertanyaan secara benar.

### 3. Evaluasi Hasil

- a. Peserta memahami pengertian mencuci tangan
- b. Peserta memahami manfaat mencuci tangan
- c. Peserta memahami waktu penting cuci tangan
- d. Peserta memahami langkah- langkah cuci tangan

## **K. LAMPIRAN MATERI**

### 1. Pengertian cuci tangan

Cuci tangan pakai sabun adalah salah satu Tindakan sanitasi dengan membersihkan tangan dan jari menggunakan air dan sabun. Tujuannya adalah untuk melindungi diri dari berbagai macam infeksi dan penyakit berbahaya dan mencegah penyebaran bakteri dan virus ke orang lain melalui tangan. Ditangan banyak sekali kuman, apalagi semasa pandemic virus corona saat ini. Ribuan kuman dan virus ada ditangan kita, tapi kuman dan virus itu tidak tampak hanya dengan mata saja, harus menggunakan kaca pembesar.

### 2. Manfaat cuci tangan

Manfaat dari melakukan cuci tangan pakai sabun yaitu :

#### a. Terhindar dari diare

Penelitian menunjukkan bahwa CTPS dapat mencegah penyakit termasuk diare hingga 59%

b. Terhidar dari batuk dan pilek

Etika batuk dan pilek yaitu pertama tutup mulut dengan siku bagian dalam saat batuk dan bersin, gunakan tisu lalu buang tisu dan cuci tangan setelahnya, jika menggunakan masker tetap gunakan masker saat batuk dan bersin

c. Mencegah infeksi mata

Mata itu sensitive, jika mengucek mata dengan keadaan tangan kotor maka dapat menyebabkan infeksi pada mata seperti mata kemerahan, dan lain sebagainya

d. Mencegah penularan penyakit

Misalnya saja, Ketika batuk dan bersin seseorang menggunakan tangannya, tanpa mencuci tangan ia menyiapkan makanannya untuk keluarga sehingga makanan terkontaminasi kuman dan virus sehingga kuman dan virus itu dapat menyebar dari orang yang satu ke yang lainnya

e. Lebih bersih dan lebih ekonomis

Mencuci tangan menggunakan air mengalir dan air bersih tidak membutuhkan biaya yang mahal. Saat ini pun, tempat mencuci tangan menggunakan sabun sudah tersedia secara gratis.

3. Waktu penting mencuci tangan

a. Sebelum dan sesudah ke toilet

b. Sebelum, menyiapkan dan setelah makan

c. Sesudah membuang sampah

d. Sesudah menyentuh hewan dan membuang kotoran hewan

e. Sesudah batuk dan bersin

f. Sebelum dan sesudah merawat luka

g. Sebelum dan sesudah merawat orang sakit

#### 4. Langkah mencuci tangan

Mencuci tangan diusahakan menggunakan air mengalir dan sabun. Air yang sehat adalah air yang tidak berbau, tidak bewarna dan tidak berasa.

- a. Menggosok kedua permukaan telapak tangan
- b. Menggosok punggung tangan kiri dengan telapak tangan kanan dan sebaliknya
- c. Jari-jari kedua belah tangan saling digosokkan
- d. Gosok bagian luar jari-jari tangan kiri dengan telapak tangan kanan dan sebaliknya
- e. Gosok seluruh bagian ibu jari satu persatu
- f. Gosokkan jari-jari tangan kanan ke telapak tangan kiri dan sebaliknya
- g. Gosok pergelangan tangan, lalu keringkan dengan tisu

## Lampiran 5. SOP Terapi Uap Air dan Minyak Kayu Putih

### **SOP INHALASI SEDERHANA (TERAPI UAP AIR DAN MINYAK KAYU PUTIH)**

#### **1. Pengertian**

Pemberian inhalasi uap dengan obat/tanpa obat. Inhalasi sederhana yaitu memberikan obat dengan cara dihirup dalam bentuk uap ke dalam saluran pernafasan yang dilakukan dengan bahan dan cara yang sederhana serta dapat dilakukan dalam lingkungan keluarga

#### **2. Tujuan**

- a. Mengencerkan sekret agar mudah keluar
- b. Melonggarkan jalan nafas
- c. Mengatasi/mengobati inflamasi jalan nafas bagian atas
- d. Merangsang kerja pernafasan
- e. Mencegah kekeringan pada selaput lendir pernafasan bagian atas

#### **3. Prosedur Langkah-Langkah**

##### **a. Persiapan**

- Persiapan klien
  - 1) Klien diberitahu tindakan yang akan dilakukan
  - 2) Klien dalam posisi duduk
- Persiapan lingkungan
  - 1) Ruangan yang tenang
  - 2) Ruangan bersih, cukup ventilasi dan pencahayaan

- Persiapan alat

- 1) Kom berisi air panas (suhu  $>45^{\circ}\text{C}$ )
- 2) Obat pelega nafas yang diperlukan seperti aerosol, minyak kayu putih, dan lain-lain

b. Pelaksanaan

- Langkah 1 : Monitor status pernapasan sebelum diberikan terapi\
- Langkah 2: Kom berisi air panas secukupnya yang telah dicampur dengan minyak kayu putih 3-5 tetes diletakkan di atas meja, kepala klien ditutup dengan handuk agar uap tidak keluar.
- Langkah 3 : Anjurkan klien menarik nafas, mata tertutup sambil menghirup uap air panas tersebut selama 10-15 menit
- Langkah 4: Jika terdapat rangsangan batuk atau ingin mengeluarkan sekret anjurkan klien untuk mengeluarkannya
- Langkah 5: Lakukan tindakan tersebut sampai 10-15 menit, 2-3 kali sehari
- Langkah 6: Setelah selesai, monitor status pernapasan kembali dan alat-alat dibereskan

c. Evaluasi

- Respon verbal: klien mengatakan pernafasannya lancar
- Respon non verbal: klien tidak terlihat kesulitan bernafas, frekuensi nafas membaik, ekspresi wajah segar.

Lampiran 6. Dokumentasi



Lampiran 7. Lembar Bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners



**LEMBAR BIMBINGAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS  
PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS  
JURUSAN KEPERAWATAN  
POLTEKKES KEMENKES MALANG**

Nama Mahasiswa : Dian Ayu Syafitri

NIM : P17212235069

Nama Pembimbing : Tri Nataliswati, S. Kep., Ns., M. Kep

NO	TANGGAL	REKOMENDASI PEMBIMBING	TANDA TANGAN	
			PEMBIMBING	MAHASISWA
1.	22 Maret 2024	Melakukan bimbingan KIAN untuk menentukan judul, judul ACC		
2.	24 April 2024	Melakukan bimbingan KIAN BAB 1 dan 2		
3.	13 Mei 2024	Melakukan bimbingan KIAN revisi BAB 1-2 dan bimbingan BAB 3		
4.	07 Juni 2024	Melakukan bimbingan KIAN revisi BAB 3 dan bimbingan BAB 4		
5.	24 Juni 2024	Melakukan bimbingan KIAN revisi BAB 4 dan bimbingan BAB 5		
6.	05 Juli 2024	Melakukan bimbingan KIAN revisi BAB 5 dan bimbingan BAB 6		
7.	11 Juli 2024	Melakukan bimbingan KIAN revisi BAB 6		
8.	17 Juli 2024	ACC Ujian		
9.	16 Agustus 2024	Bimbingan revisi seminar hasil KIAN		
10.	19 Agustus 2024	ACC KIAN		

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Pendidikan  
Profesi Ners



**Joko Wiyono, S.Kp., M.Kep., Sp. Kom**  
NIP. 1969009021992031002

Malang, 19 Agustus 2024

Pembimbing KIAN



**Tri Nataliswati, S.Kep., Ns., M.Kep**  
NIP. 196512151997032001