

Lampiran 1**LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada

Yth. Taruna Calon Responden

Di Tempat

Sebagai pernyataan Tugas Mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya, saya akan melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Health Education* Metode *Small Group Discussion* Terhadap Pelaksanaan Phbs Pada Taruna Di Politeknik Pelayaran”. Demi memenuhi kebutuhan tersebut, saya mohon kesediaannya untuk berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini. Hasil pencatatan data tersebut akan dijamin kerahasiaannya.

Demikian permohonan ini saya buat, atas bantuan dan partisipasinya saya sampaikan terima kasih.

Surabaya, Desember 2015

Peneliti

Indah Dianawati

Lampiran 2**FORMULIR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Kami adalah mahasiswa Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya,

Nama : Indah Dianawati

NIM : 20141660049

Akan mengadakan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui Pengaruh *Health Education* Metode *Small Group Discussion* Terhadap Pelaksanaan Phbs Pada Taruna Di Politeknik Pelayaran Surabaya.

Kami mengharapkan tanggapan yang taruna berikan sesuai dengan pendapat sendiri tanpa dipengaruhi orang lain. Kami menjamin kerahasiaan data atau identitas saudara, hasil data dari partisipasi yang diberikan hanya dipergunakan untuk pengembangan Ilmu Keperawatan dan tidak dipergunakan untuk maksud lain.

Jika saudara bersedia menjadi responden dalam penelitian ini, kami mohon saudara mengisi kolom dibawah ini.

Tanda tangan :

Tanggal :

No. Responden :

Lampiran 3

TABEL CHEKLIST OBSERVASIONAL

A. DATA RESPONDEN

Inisial Responden :
 Umur :
 Lama Tinggal Di Asrama :

B. CHEKLIST OBSERVASIONAL

No	Perilaku yang dinilai	Pre		Post	
		YA	TIDAK	YA	TIDAK
Observasi di kamar asrama					
1	Baju tertata rapi di lemari				
2	Tempat tidur tertata rapi				
3	Sepatu tertata rapi di rak sepatu				
4	Sepatu bersih dan tidak berbau				
5	Tempat penampungan air bebas dari jentik nyamuk				
6	Jamban dalam keadaan bersih				
7	Kamar mandi dalam keadaan bersih				
8	Tidak ada sampah berserakan				
9	Semua jendela kamar dalam keadaan terbuka				
Observasi di ruang makan					
10	Mencuci tangan di air mengalir				
11	Mencuci tangan memakai sabun				
12	Mencuci tangan sebelum dan sesudah makan				
13	Rambut bersih dan rapi				
14	Memakai baju bersih dan rapi				
15	Kuku tampak pendek dan bersih				

Pelaksana

(.....)

Lampiran 4

Satuan Acara Penyuluhan Tentang
Pengaruh *Health Education* Metode *Small Group Discussion*
Terhadap Pelaksanaan PHBS Taruna
Politeknik Pelayaran Surabaya

Pokok Pembahasan	: Perilaku Hidup Sehat Bersih dan Sehat
Sasaran	: Taruna Politeknik Pelayaran Surabaya
Waktu	: 1 x 45 Menit
Tempat	: Politeknik Pelayaran Surabaya
Nama Penyuluh	: Indah Dianawati

A. Tujuan Umum

Setelah diberikan penyuluhan 1 x 45 menit, diharapkan Taruna mampu memahami dan mengerti tentang Perilaku Hidup Bersih Sehat.

B. Tujuan Khusus

Setelah mengikuti penyuluhan selama 1 x 45 menit tentang PHBS, diharapkan Taruna dapat:

1. Menjelaskan tentang pengertian PHBS
2. Menjelaskan tentang tujuan PHBS
3. Menjelaskan tentang manfaat PHBS
4. Menjelaskan apa saja indikator- indikator PHBS

C. Materi Penyuluhan (Terlampir)

1. Pengertian PHBS
2. Tujuan PHBS
3. Manfaat PHBS
4. Menjelaskan apa saja indikator- indikator PHBS
 - Memelihara Rambut Agar Bersih dan Rapih
 - Memakai Pakaian Bersih dan Rapih
 - Memelihara Kuku Agar Selalu Pendek dan Bersih

- Memakai Sepatu Bersih dan Rapi
- Memberantas Jentik Nyamuk
- Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat
- Menggunakan Air Bersih
- Mencuci Tangan dengan Air Mengalir dan Memakai Sabun
- Membuang Sampah ke Tempat Sampah yang Terpilah

D. Metode Penyuluhan

1. Ceramah
2. Diskusi kelompok
3. Tanya Jawab

E. Media

1. ATK
2. LCD

F. Kegiatan Penyuluhan

No	Tahap Kegiatan	Waktu	Kegiatan Penyuluhan <i>Health Education SGD</i>	Sasaran
1.	Pembukaan	5 menit	Pra interaksi 1. Mengucapkan salam 2. Memperkenalkan diri 3. Menyampaikan tentang tujuan pokok materi 4. Menyampaikan pokok pembahasan 5. Membagi menjadi 6 kelompok, 1 kelompok terdiri 6-8 taruna 6. Kontrak waktu	Menjawab salam Mendengarkan dan menyimak Bertanya mengenai perkenalan dan tujuan jika ada yang kurang jelas
2.	Pelaksanaan	25 menit	Kerja 1. Pengertian PHBS 2. Tujuan PHBS 3. Manfaat PHBS	Mendengarkan dan menyimak Bertanya mengenai hal-hal yang belum jelas

			<p>4. Menjelaskan apa saja indikator-indikator PHBS</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. kebersihan perorangan 2. berolahraga teratur dan terukur 3. tidak merokok di sekolah 4. tidak menggunakan NAPZA 5. memberantas nyamuk 6. menggunakan jamban yang bersih dan sehat 7. mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun 8. membuang sampah ke tempat sampah secara terpilah 9. mengonsumsi jajan sehat 10. menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara setiap bulan <p>Diskusi kelompok Tanya Jawab</p>	dan dimengerti
3.	Penutup	15 menit	<p>Terminasi Melakukan evaluasi Menyampaikan kesimpulan materi Mengakhiri pertemuan dan menjawab salam</p>	<p>Sasaran dapat menjawab tentang pertanyaan yang diajukan Mendengar Memperhatikan Menjawab salam</p>

G. Evaluasi

Diharapkan taruna mampu :

1. Menjelaskan Pengertian PHBS
2. Menjelaskan Tujuan PHBS
3. Menjelaskan Manfaat PHBS
4. Menjelaskan apa saja indikator- indikator PHBS
 - kebersihan perorangan
 - berolahraga teratur dan teratur
 - tidak merokok di sekolah
 - tidak menggunakan NAPZA
 - memberantas nyamuk
 - menggunakan jamban yang bersih dan sehat
 - mencuci tangan dengan air mengalir dan menggunakan sabun
 - membuang sampah ke tempat sampah secara terpisah
 - mengkonsumsi jajan sehat
 - menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan secara setiap bulan

PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT (PHBS)

A. Pengertian PHBS di sekolah

PHBS di sekolah adalah upaya untuk memperdayakan siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tahu, mau, dan mampu mempraktikkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat. Perilaku hidup bersih dan sehat juga merupakan 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 (Depkes RI, 2007).

B. Tujuan PHBS

Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di sekolah mempunyai tujuan yakni:

Tujuan Umum:

Memperdayakan setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah agar tau, mau, dan mampu menolong diri sendiri di bidang kesehatan dengan menerapkan PHBS dan berperan aktif dalam mewujudkan sekolah sehat.

Tujuan Khusus:

- a) Meningkatkan pengetahuan tentang PHBS bagi setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah.
- b) Meningkatkan peran serta aktif setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah ber PHBS di sekolah.

- c) Memandirikan setiap siswa, guru, dan masyarakat lingkungan sekolah ber PHBS.

C. Manfaat PHBS

Manfaat bagi siswa:

- a) Meningkatkan kesehatannya dan tidak mudah sakit
- b) Meningkatkan semangat belajar
- c) Meningkatkan produktivitas belajar
- d) Menurunkan angka absensi karena sakit

Manfaat bagi warga sekolah:

- a) Meningkatnya semangat belajar siswa berdampak positif terhadap pencapaian target dan tujuan
- b) Menurunnya biaya kesehatan yang harus dikeluarkan oleh orangtua
- c) Meningkatnya citra sekolah yang positif

Manfaat bagi sekolah:

- a) Adanya bimbingan teknis pelaksanaan pembinaan PHBS di sekolah
- b) Adanya dukungan buku pedoman dan media promosi PHBS di sekolah

Manfaat bagi masyarakat

- a) Mempunyai lingkungan sekolah yang sehat
- b) Dapat mencontoh perilaku hidup bersih dan sehat yang diterapkan oleh sekolah

Manfaat bagi pemerintah provinsi/kabupaten/kota

- a) Sekolah yang sehat menunjukkan kinerja dan citra pemerintah provinsi/kabupaten/kota yang baik

- b) Dapat dijadikan pusat pembelajaran bagi daerah lain dalam pembinaan PHBS di sekolah

D. Indikator PHBS di Sekolah

1. Kebersihan perorangan(kuku,rambut,pakaian)

Kebersihan perorangan meliputi beberapa hal seperti mencuci rambut secara teratur dan menyisirnya sehingga terlihat rapih. Rambut yang bersih adalah rambut yang tidak kusam, tidak berbau, dan tidak berketu. Memakai baju yang tidak ada kotorannya, tidak berbau, dan rapih. Pakaian yang bersih dan rapih diperoleh dengan mencuci baju setelah dipakai dan dirapikan dengan disetrika. Memotong kuku sebatas ujung jari tangan secara teratur dan membersihkannya sehingga tidak hitam/kotor. Memakai sepatu yang tidak ada kotoran menempel pada sepatu, rapih misalnya ditalikan bagi sepatu yang bertali. Sepatu bersih diperoleh bila sepatu dibersihkan setiap kali sepatu kotor

2. Berolahraga Teratur dan Terukur

Siswa/Guru sekolah lainnya melakukan olahraga/aktivitas fisik secara teratur minimal tiga kali seminggu selang sehari. Olahraga teratur dapat memelihara kesehatan fisik dan mental serta meningkatkan kebugaran tubuh sehingga tubuh tetap sehat dan tidak mudah jatuh sakit. Olahraga dapat dilakukan di halaman secara bersama-sama, di ruangan olahraga khusus (bila tersedia), dan juga di ruangan kerja bagi guru/karyawan sekolah berupa senam ringan dikala istirahat sejenak dari kesibukan kerja. Sekolah diharapkan membuat jadwal teratur untuk berolahraga bersama serta menyediakan alat/sarana untuk berolahraga

3. Tidak Merokok di Sekolah

Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah tidak merokok di lingkungan sekolah. Merokok berbahaya bagi kesehatan perokok dan orang yang berada di sekitar perokok. Dalam satu batang rokok yang diisap akan dikeluarkan 4000 bahan kimia berbahaya diantaranya: Nikotin (menyebabkan ketagihan dan kerusakan jantung serta pembuluh darah); Tar (menyebabkan kerusakan sel paru-paru dan kanker) dan CO (menyebabkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen sehingga sel-sel tubuh akan mati). Tidak merokok di sekolah dapat menghindarkan anak sekolah/guru/masyarakat sekolah dari kemungkinan terkena penyakit-penyakit tersebut diatas. Sekolah diharapkan membuat peraturan dilarang merokok di lingkungan sekolah. Siswa/guru/masyarakat sekolah bisa saling mengawasi diantara mereka untuk tidak merokok di lingkungan sekolah dan diharapkan mengembangkan kawasan tanpa rokok/kawasan bebas asap rokok.

4. Tidak Menggunakan NAPZA

Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah tidak menggunakan NAPZA (Narkotika Psikotropika Zat Adiktif). Penggunaan NAPZA membahayakan kesehatan fisik maupun psikis pemakainya.

5. Memberantas Jentik Nyamuk

Upaya untuk memberantas jentik di lingkungan sekolah yang dibuktikan dengan tidak ditemukan jentik nyamuk pada: tempat-tempat penampungan air, bak mandi, gentong air, vas bunga, pot bunga/alas pot bunga, wadah pembuangan air dispenser, wadah pembuangan air kulkas,

dan barang-barang bekas/tempat yang bisa menampung air yang ada di sekolah. Memberantas jentik di lingkungan sekolah dilakukan dengan pemberantasan sarang nyamuk (PSN) melalui kegiatan: menguras dan menutup tempat-tempat penampungan air, mengubur barang-barang bekas, dan menghindari gigitan nyamuk. Dengan lingkungan bebas jentik diharapkan dapat mencegah terkena penyakit akibat gigitan nyamuk seperti demam berdarah, cikungunya, malaria, dan kaki gajah. Sekolah diharapkan dapat membuat pengaturan untuk melaksanakan PSN minimal satu minggu sekali.

6. Menggunakan Jamban yang Bersih dan Sehat

Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah menggunakan jamban/WC/kakus leher angsa dengan tangki septic atau lubang penampungan kotoran sebagai pembuangan akhir saat buang air besar dan buang air kecil. Menggunakan jamban yang bersih setiap buang air kecil ataupun buang air besar dapat menjaga lingkungan di sekitar sekolah menjadi bersih, sehat, dan tidak berbau. Disamping itu tidak mencemari sumber air yang ada disekitar lingkungan sekolah serta menghindari datangnya lalat atau serangga yang dapat menularkan penyakit seperti: diare, disentri, tipus, kecacingan, dan penyakit lainnya. Sekolah diharapkan menyediakan jamban yang memenuhi syarat kesehatan dalam jumlah yang cukup untuk seluruh siswa serta terpisah antara siswa laki-laki dan perempuan. Perbandingan jamban dengan pemakai adalah 1:30 untuk laki-laki dan 1:20 untuk perempuan.

7. Mencuci Tangan dengan Air Mengalir dan Memakai Sabun

Sekolah/guru/masyarakat sekolah selalu mencuci tangan di air mengalir dan menggunakan sabun setiap sebelum dan sesudah makan, sesudah buang air besar/sesudah buang air kecil, setelah dari kamar mandi, sesudah beraktivitas, setelah batuk atau bersin atau setiap kali tangan kotor. Air bersih yang mengalir akan membuang kuman-kuman yang ada pada tangan yang kotor, sedangkan sabun selain membersihkan kotoran juga dapat membunuh kuman yang ada di tangan. Diharapkan tangan menjadi bersih dan bebas dari kuman serta dapat mencegah terjadinya penularan penyakit seperti: diare, disentri, kolera, tipus, kecacingan, penyakit kulit, infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), dan flu burung. Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah menggunakan air bersih untuk kebutuhan sehari-hari di lingkungan sekolah. Sekolah diharapkan menyediakan sumber air yang bisa berasal dari air sumur terlindung, air pompa, mata air terlindung, penampungan air hujan, air ledeng, dan air dalam kemasan (sumber air berasal dari sumur pompa, sumur, mata air terlindung berjarak minimal 10 meter dari tempat penampungan kotoran atau limbah/WC). Air diharapkan tersedia dalam jumlah yang memenuhi kebutuhan dan tersedia setiap saat.

8. Membuang Sampah ke Tempat Sampah yang Terpilah

Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah membuang sampah ke tempat sampah yang tersedia. Diharapkan tersedia tempat sampah yang terpilah antara sampah organik, non-organik, dan sampah bahan berbahaya. Sampah selain kotor dan tidak sedap dipandang juga

mengandung berbagai kuman penyakit. Membiasakan membuang sampah pada tempat sampah yang tersedia akan sangat membantu anak sekolah/guru/masyarakat sekolah terhindar dari berbagai kuman penyakit.

9. Mengonsumsi Jajanan Sehat dari Kantin Sekolah

Anak sekolah/guru/masyarakat sekolah mengonsumsi jajanan sehat dari kantin/warung sekolah atau bekal yang dibawa dari rumah. Sebaiknya sekolah menyediakan warung sekolah sehat dengan makanan yang mengandung gizi seimbang dan bervariasi, sehingga membuat tubuh sehat dan kuat, angka absensi anak sekolah menurun, dan proses belajar berjalan dengan baik.

10. Menimbang Berat Badan dan Mengukur Tinggi Badan Setiap Bulan

Siswa ditimbang berat badan dan diukur tinggi badan setiap bulan agar diketahui tingkat pertumbuhannya. Hasil penimbangan dan pengukuran dibandingkan dengan standar berat badan dan tinggi badan sehingga diketahui apakah pertumbuhan siswa normal atau tidak normal.

Lampiran 6
Deskriptif
Data Umum
Karakteristik
Frequencies

Statistics

		Umur	Lama Tinggal
N	Valid	124	124
	Missing	0	0

Frequency Table

Umur

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	18 - 19 Tahun	64	51.6	51.6	51.6
	20 - 22 Tahun	60	48.4	48.4	100.0
	Total	124	100.0	100.0	

Lama Tinggal

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1 Tahun	124	100.0	100.0	100.0

Data Khusus Descriptives

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest	124	6.70	93.30	53.6548	15.15537
Posttest	124	6.67	100.00	77.7951	16.10070
Valid N (listwise)	124				

Frequencies

Statistics

		PHBS Pre Test	PHBS Post test
N	Valid	124	124
	Missing	0	0

Frequency Table

PHBS Pre Test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	74	59.7	59.7	59.7
	Cukup	42	33.9	33.9	93.5
	Baik	8	6.5	6.5	100.0
	Total	124	100.0	100.0	

PHBS Post test

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Kurang	12	9.7	9.7	9.7
	Cukup	45	36.3	36.3	46.0
	Baik	67	54.0	54.0	100.0
	Total	124	100.0	100.0	

**Tabulasi Silang
Crosstabs**

Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
PHBS Pre Test * Umur	124	100.0%	0	.0%	124	100.0%
PHBS Post test * Umur	124	100.0%	0	.0%	124	100.0%

PHBS Pre Test * Umur Crosstabulation

			Umur		Total
			18 - 19 Tahun	20 - 22 Tahun	
PHBS Pre Test	Kurang	Count	42	32	74
		% within PHBS Pre Test	56.8%	43.2%	100.0%
	Cukup	Count	18	24	42
		% within PHBS Pre Test	42.9%	57.1%	100.0%
	Baik	Count	4	4	8
		% within PHBS Pre Test	50.0%	50.0%	100.0%
Total	Count	64	60	124	
	% within PHBS Pre Test	51.6%	48.4%	100.0%	

PHBS Post test * Umur Crosstabulation

			Umur		Total
			18 - 19 Tahun	20 - 22 Tahun	
PHBS Post test	Kurang	Count	4	8	12
		% within PHBS Post test	33.3%	66.7%	100.0%
	Cukup	Count	25	20	45
		% within PHBS Post test	55.6%	44.4%	100.0%
	Baik	Count	35	32	67
		% within PHBS Post test	52.2%	47.8%	100.0%
Total	Count	64	60	124	
	% within PHBS Post test	51.6%	48.4%	100.0%	

Lampiran 4
Uji Wilcoxon
NPar Tests

Descriptive Statistics

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum
Pretest	124	53.6558	15.15597	6.67	93.33
Posttest	124	77.7951	16.10070	6.67	100.00

Wilcoxon Signed Ranks Test

Ranks

	N	Mean Rank	Sum of Ranks
Posttest - Pretest Negative Ranks	14 ^a	29.25	409.50
Positive Ranks	104 ^b	63.57	6611.50
Ties	6 ^c		
Total	124		

- a. Posttest < Pretest
 b. Posttest > Pretest
 c. Posttest = Pretest

Test Statistics^b

	Posttest - Pretest
Z	-8.338 ^a
Asymp. Sig. (2-tailed)	.000

- a. Based on negative ranks.
 b. Wilcoxon Signed Ranks Test

Lampiran 7

Jadwal Kegiatan Pengambilan Data

Minggu	Tanggal	Kegiatan	Ruangan	Pelaksana
Minggu I	2-12-2015	Pengambilan informed consent 124 taruna jam 11.00	Ruang Auditorium	Semua Tim
	2-12-2015	Melakukan observasi pelaksanaan PHB S sebelum SGD jam 13.00-15.00	Kamar asrama dan ruang makan	Semua Tim
	3-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.45 pada kelompok 1-6 (1x)	Ruang kelas Nautik(6 kelas)	Semua Tim
	3-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.45 – 20.30 pada kelompok 7-12 (1x)	Ruang kelas Nautik(6 kelas)	Semua Tim
	4-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.45 pada kelompok 13-16(1x)	Ruang kelas Nautik(4 kelas)	Semua Tim
Minggu II	7-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.45	Ruang kelas Nautik(6	Semua Tim

		pada kelompok 1-6 (2x)	kelas)	
	7-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.45 – 20.30 pada kelompok 7-12 (2x)	Ruang kelas Nautik(6 kelas)	Semua Tim
	8-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.45 pada kelompok 13-16(2x)	Ruang kelas Nautik(4 kelas)	Semua Tim
Minggu III	14-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.45 pada kelompok 1-6 (3x)	Ruang kelas Nautik(6 kelas)	Semua Tim
	14-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.45 – 20.30 pada kelompok 17-12 (3x)	Ruang kelas Nautik(6 kelas)	Semua Tim
	15-12-2015	Pelaksanaan SGD jam 19.00 – 19.30 pada kelompok 13-16(2x)	Ruang kelas Nautik(4 kelas)	Semua Tim
Minggu IV	21-12-2015	Melakukan observasi pelaksanaan PHBS setelah SGD	Kamar asrama dan ruang makan	Semua Tim

		jam 13.00- 15.00		
	22-12- 2015	Pengumpulan dan tabulasi data		Peneliti
	22-12- 2015	Pengolahan data		Peneliti