



STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta

Kementerian Pendidikan Tinggi,
Sains, dan Teknologi

SERAI WANGI UNTUK KELUARGA SEHAT

Panduan Praktis Pencegahan DBD, Manfaat, Budidaya,
dan Pembuatan Produk Rumah Tangga

Tri Yuniarti, SKM., S.Kep., Ns., MPH.
Isnani Nurhayati, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes.
Rina Tri Handayani, S.Kep., Ns., M.Psi.
Refonda Rias Anggiri, S.Kep., Ns., M.Kep.
Tutik Rahayu, S.H.
Diah Puspita Sari



Kenali risikonya.
Rawat tanamannya.
Olah produknya
dengan aman.



TIM PKM KEMITRAAN STIKES
Mamba'ul 'Ulum Surakarta

2026

SERAI WANGI UNTUK KELUARGA SEHAT:
PANDUAN PRAKTIS PENCEGAHAN DBD, MANFAAT,
BUDIDAYA, DAN PEMBUATAN PRODUK RUMAH
TANGGA

Tri Yuniarti, SKM., S.Kep., Ns., MPH
Isnani Nurhayati, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes.
Rina Tri Handayani, S.Kep., Ns., M.Psi.
Refonda Rias Anggiri, S.Kep., Ns., M.Kep.
Tutik Rahayu, S.H.
Diah Puspita Sari



Tahta Media Group

UU No 28 tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan sifat hak cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

- i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
- ii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
- iii. Penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan Fonogram yang telah dilakukan Pengumuman sebagai bahan ajar; dan
- iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap Orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000 (seratus juta rupiah).
2. Setiap Orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

Hak cipta dilindungi undang-undang

Dilarang keras menerjemahkan, memfotokopi, atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari Penerbit.

**SERAI WANGI UNTUK KELUARGA SEHAT:
PANDUAN PRAKTIS PENCEGAHAN DBD, MANFAAT, BUDIDAYA, DAN
PEMBUATAN PRODUK RUMAH TANGGA**

Penulis:

Tri Yuniarti, SKM., S.Kep., Ns., MPH
Isnani Nurhayati, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes.
Rina Tri Handayani, S.Kep., Ns., M.Psi.
Refonda Rias Anggiri, S.Kep., Ns., M.Kep.
Tutik Rahayu, S.H.
Diah Puspita Sari

Desain Cover:
Tahta Media

Editor:
Tahta Media

Proofreader:
Tahta Media

Ukuran:
viii, 89, uk: 15,5 x 23 cm

ISBN: 62-415-5715-291

Cetakan Pertama:
September 2026

Hak Cipta 2026, Pada Penulis

Isi diluar tanggung jawab percetakan

Copyright © 2026 by Tahta Media Group
All Right Reserved

PENERBIT TAHTA MEDIA GROUP

Perumahan Mitra Utama Residence 3 Blok A no 1, Sawahan, Tempel,
Kec. Gatak, Kabupaten Sukoharjo, Jawa Tengah 57557
email: tahtaliterasimedia@gmail.com
website: <http://store.tahtamedia.co.id/>
Anggota IKAPI (216/JTE/2021)

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT. Buku ini disusun sebagai bahan edukasi masyarakat tentang pencegahan Demam Berdarah Dengue, manfaat serai wangi, cara membudidayakannya, serta cara membuat produk rumah tangga sederhana.

Tim penyusun menyampaikan terima kasih kepada Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi melalui program hibah PKM Kemitraan yang telah memberikan dukungan pendanaan. Dukungan tersebut membantu kegiatan pengabdian kepada masyarakat berjalan lebih terarah dan memberi manfaat nyata.

Kami juga menyampaikan terima kasih kepada STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta atas dukungan kelembagaan, fasilitas, pendampingan, dan semangat kolaborasi yang diberikan selama kegiatan berlangsung.

Terima kasih kami sampaikan kepada pemerintah desa, Tim Penggerak PKK, kader kesehatan, serta seluruh warga yang berpartisipasi. Pengalaman dan masukan masyarakat menjadi bagian penting dalam penyusunan buku ini.

Bahasa dalam buku dibuat sederhana. Setiap bab berisi gambar, langkah praktis, kotak pesan penting, dan catatan kaki. Harapannya, pembaca dapat langsung memahami materi dan menerapkannya di rumah.

Semoga buku ini membantu keluarga membangun kebiasaan hidup bersih, mencegah perkembangbiakan nyamuk, menanam serai wangi, dan mengolahnya secara aman.

Surakarta, Juli 2026

Tim Penyusun

PRAKATA

Buku ini disusun untuk membantu keluarga, kader kesehatan, anggota PKK, dan masyarakat memahami pencegahan DBD serta memanfaatkan serai wangi secara aman. Materi menggabungkan penjelasan ilmiah, gambar, langkah praktis, dan lembar kegiatan. Pembaca dapat mempelajari buku secara berurutan atau langsung memilih bab sesuai kebutuhan. Gunakan tabel berikut sebagai panduan membaca, berdiskusi, dan melakukan praktik sederhana bersama keluarga atau kelompok masyarakat.

Bagian	Gunakan untuk
BAB I	Mengenali DBD, gejala, tanda bahaya, pertolongan awal, dan 3M Plus.
BAB II	Memahami manfaat, kandungan, keterbatasan, serta cara aman memakai serai wangi.
BAB III	Memilih bibit, menanam, merawat, memanen, dan memperbanyak serai wangi.
BAB IV	Membuat spray lingkungan dan pouch pewangi ruangan secara sederhana dan aman.



Cara belajar bersama: Baca satu subbab, tunjukkan gambar, lakukan tanya jawab, lalu praktikkan satu langkah kecil.

1. Gunakan halaman bergambar saat penyuluhan.
2. Ajak peserta menceritakan kebiasaan di rumah.
3. Lakukan pemeriksaan jentik dan praktik menanam.
4. Buat produk dalam kelompok kecil dengan pengawasan.
5. Catat hasil dan perbaiki setelah kegiatan.

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....	iv
PRAKATA.....	v
DAFTAR ISI	vi
BAB 1 DEMAM BERDARAH DENGUE	1
A. DBD dalam Bahasa Sederhana	2
B. Cara Penularan.....	4
C. Kenali Nyamuk Aedes.....	5
D. Siklus Hidup Nyamuk.....	6
E. Tempat Berisiko di Rumah.....	7
F. Gejala Dengue	8
G. Fase Perjalanan Penyakit	9
H. Tanda Bahaya.....	10
I. Langkah Aman Saat Demam	11
J. Pencegahan dengan 3M Plus	12
K. Pemeriksaan Jentik Mingguan.....	13
L. Peran Keluarga dan Masyarakat	14
M. Mitos dan Fakta.....	15
N. Memahami Istilah Dengue, DBD, dan Dengue Berat.....	16
O. Pencegahan Dengue Secara Terpadu.....	17
P. Perubahan Iklim dan Kewaspadaan Sepanjang Tahun	18
Q. Ringkasan dan Latihan	19
BAB 2 MANFAAT SERAI WANGI.....	21
A. Mengenal Serai Wangi.....	22
B. Kandungan dan Aroma	23
C. Mengapa Aromanya Tidak Disukai Nyamuk?	24
D. Manfaat bagi Keluarga.....	25
E. Serai Wangi dan Serai Dapur.....	26
F. Penggunaan Aman	27

G. Apa yang Didukung Bukti Ilmiah?	28
H. Paparan Tidak Sengaja dan Iritasi.....	29
I. Ringkasan Bab	30
BAB 3 BUDIDAYA SERAI WANGI	32
A. Lahan Sempit Bukan Halangan	33
B. Memilih Lokasi	34
C. Memilih Bibit yang Siap Tanam	35
D. Menyiapkan Media Tanam	35
E. Alat dan Bahan.....	36
F. Menanam Langsung di Tanah	37
G. Menanam dalam Pot	38
H. Kalender Perawatan	39
I. Penyiraman, Penyiangan, dan Pemupukan	39
J. Mengatasi Masalah Umum	40
K. Tanda Rumpun Siap Panen.....	41
L. Teknik Panen yang Melindungi Tanaman.....	42
M. Memperbanyak Bibit.....	43
N. Gerakan Satu Rumah Satu Rumpun.....	43
O. Pascapanen dan Pengeringan yang Bersih	44
P. Budidaya Berkelanjutan dan Pengelolaan Sisa Bahan	46
BAB 4 PEMBUATAN PRODUK DARI SERAI WANGI	47
A. Persiapan Produksi Bersih	48
B. Formula Spray Lingkungan	49
C. Langkah Membuat Spray	50
D. Cara Menggunakan Spray Lingkungan	51
E. Penyimpanan dan Tanda Produk Rusak	52
F. Formula Pouch Pewangi Ruangan.....	53
G. Proses Membuat Pouch	54
H. Tempat Meletakkan Pouch.....	54
I. Mengisi Ulang Pouch.....	55

J. Memilih Spray atau Pouch	56
K. Protokol Keamanan	57
L. Kemasan dan Label	58
M. Pemeriksaan Mutu Sederhana	58
N. Ketertelusuran Batch dan Penanganan Keluhan	60
O. Penanganan Tumpahan dan Risiko Kebakaran	61
P. Batas Klaim, Izin Edar, dan Penjualan	62
Q. SOP Praktik Kelompok	63
R. Penutup dan Rencana Aksi Keluarga	64
GLOSARIUM	65
DAFTAR PUSTAKA	67
LEMBAR RENCANA AKSI	72
Lampiran A: Lembar Praktik Pencegahan Dbd	73
Lampiran B: Lembar Praktik Serai Wangi	79
Lampiran C: Evaluasi, Kunci Jawaban, Dan Indeks	81
PROFIL PENULIS	87

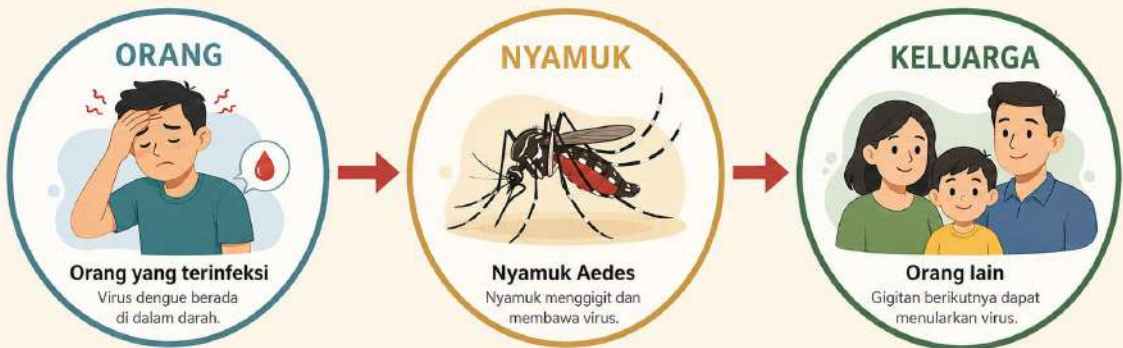
BAB I

Demam Berdarah Dengue

Kenali penyakitnya, pahami tanda bahaya, dan cegah nyamuk berkembang di rumah.

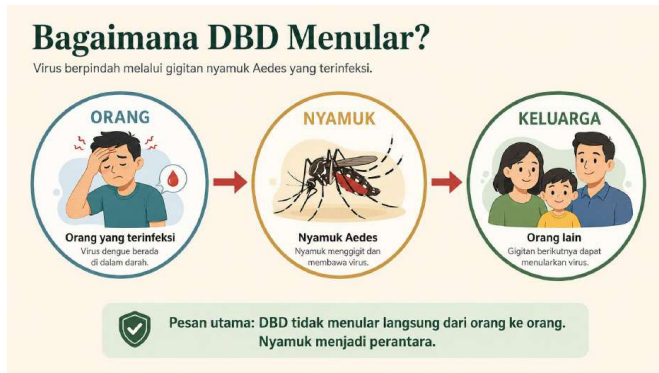
Bagaimana DBD Menular?

Virus berpindah melalui gigitan nyamuk Aedes yang terinfeksi.



Pesan utama: DBD tidak menular langsung dari orang ke orang. Nyamuk menjadi perantara.

Bab ini membantu keluarga memahami DBD dengan bahasa sederhana. Fokusnya adalah mengenali gejala, memahami tanda bahaya, dan memutus tempat berkembang biak nyamuk di rumah.¹



Ilustrasi alur penularan dengue melalui nyamuk Aedes.

Tujuan bab: Setelah membaca bab ini, pembaca mampu menjelaskan DBD, mengenali tanda bahaya, dan melakukan 3M Plus secara rutin.

A. DBD DALAM BAHASA SEDERHANA

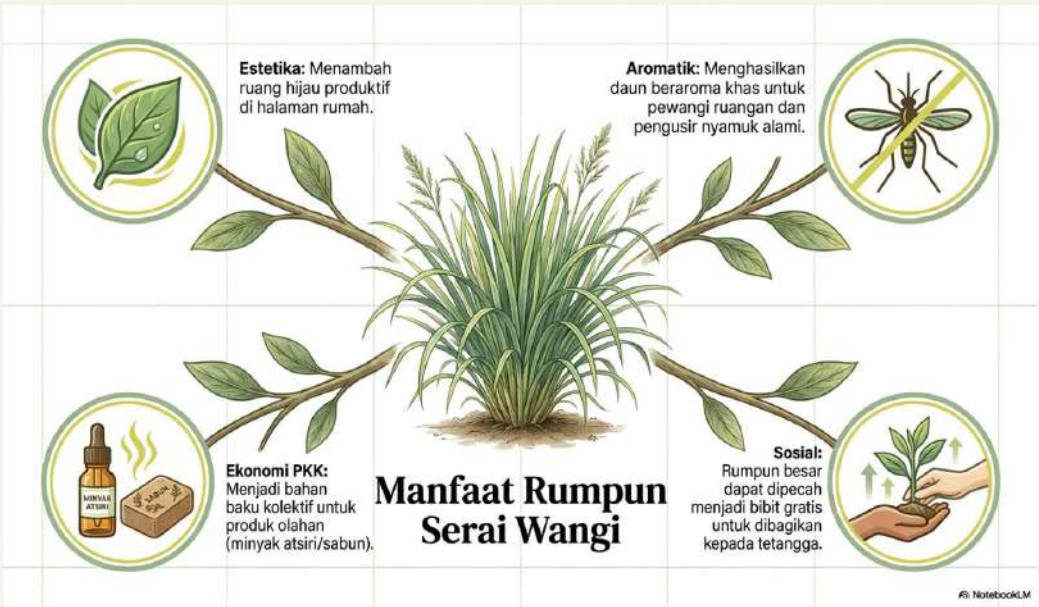
Demam Berdarah Dengue atau DBD adalah penyakit akibat infeksi virus dengue. Virus masuk ke tubuh manusia melalui gigitan nyamuk Aedes yang telah membawa virus.²

1 World Health Organization. (2025, 21 Agustus). Dengue. WHO menjelaskan dengue sebagai infeksi virus yang ditularkan melalui gigitan nyamuk terinfeksi dan menekankan pentingnya deteksi dini serta akses terhadap pelayanan kesehatan.

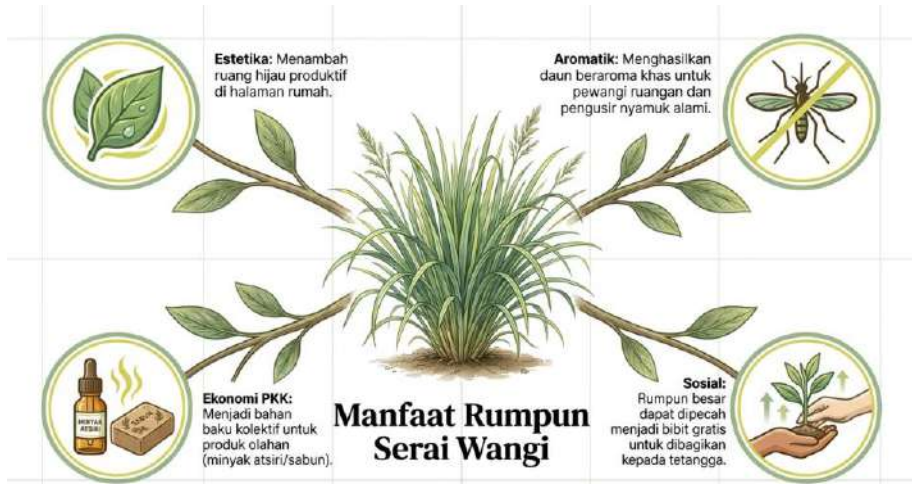
2 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025, 15 Juni). Mengingat pentingnya pencegahan dengue dengan 3M Plus melalui ASEAN Dengue Day. Artikel tersebut mencatat lebih dari 257 ribu kasus dan lebih dari 1.400 kematian di Indonesia pada 2024.

Manfaat Serai Wangi

Mengenal potensi serai wangi secara bijak, aman, dan sesuai bukti.



Serai wangi adalah tanaman aromatik dari genus *Cymbopogon*. Tanaman ini banyak dimanfaatkan sebagai bahan minyak atsiri, pewangi, dan penolak serangga.¹⁷



Manfaat rumpun serai wangi dalam konteks pekarangan dan rumah tangga.

Sikap bijak: Gunakan serai wangi sebagai pelengkap. Jangan membuat klaim bahwa tanaman ini dapat menyembuhkan DBD.

A. MENGENAL SERAI WANGI

Serai wangi tumbuh membentuk rumpun. Daunnya panjang, relatif kaku, dan memiliki aroma tajam. Jenis yang umum digunakan untuk minyak citronella antara lain *Cymbopogon nardus* dan *Cymbopogon winterianus*.¹⁸

17 Royal Botanic Gardens, Kew. (2026). Plants of the World Online: *Cymbopogon nardus* (L.) Rendle dan *Cymbopogon winterianus* Jowitt ex Bor. Kedua nama tersebut diterima sebagai spesies dalam genus *Cymbopogon*.

18 Balai Penelitian Tanaman Rempah dan Obat. (2018). Varietas unggul seraiwangi, teknologi budidaya dan pascapanen. Kementerian Pertanian Republik Indonesia.

Budidaya Serai Wangi

Mulai dari satu rumpun. Rawat dengan sederhana. Panen tanpa merusak tanaman.



Serai wangi dapat ditanam langsung di tanah atau dalam pot besar. Tanaman membutuhkan cahaya matahari, media gembur, dan drainase yang baik.



Lahan sempit tetap dapat dimanfaatkan untuk satu rumpun serai wangi.



Gerakan sederhana: Satu rumah satu rumpun dapat menjadi awal pekarangan produktif dan sumber bahan olahan.

A. LAHAN SEMPIT BUKAN HALANGAN

Serai wangi tidak harus ditanam di kebun luas. Sudut halaman, sepanjang pagar, atau pot besar di teras dapat digunakan selama mendapat cukup cahaya.



Pembuatan Produk Serai Wangi

Dua produk rumah tangga: spray lingkungan dan sachet pewangi ruangan.

Dua Solusi Alami, Dua Pendekatan Praktis



Spray Lingkungan

Cairan pelindung aktif untuk area terbuka dan jalur masuk serangga.



Pewangi Ruangan

Sachet aromatik pasif untuk ruang tertutup dan sirkulasi kecil.

AI NotebookLM

Bab ini membahas dua produk rumah tangga sederhana, yaitu spray lingkungan dan pouch pewangi ruangan. Keduanya digunakan untuk aroma ruangan dan sebagai pelengkap pengendalian nyamuk.



Dua produk sederhana dengan cara penggunaan yang berbeda.



Batas penggunaan: Produk ini bukan obat, bukan lotion tubuh, dan bukan pengganti repelen terdaftar.

A. PERSIAPAN PRODUKSI BERSIH

Kualitas produk dimulai dari bahan dan alat yang bersih. Gunakan serai yang sehat, tidak berjamur, dan tidak tercemar.

Protokol Keamanan Universal

Berlaku untuk kedua jenis produk Sereh Wangi.



Risiko Terbakar

Etanol dan Minyak Atsiri murni sangat mudah terbakar. Jauhkan proses pembuatan dan penempatan produk dari api, kompor, rokok, atau alat pemanas.



Sensitivitas Fisik

Hindari kontak langsung antara cairan/minyak pekat dengan mata, mulut, kulit sensitif, atau luka terbuka.



Jangkauan Aman

Selalu simpan produk, botol spray, dan minyak atsiri di tempat yang tidak dapat dijangkau oleh anak kecil dan hewan peliharaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Balai Penelitian Tanaman Rempah dan Obat. (2018). Varietas unggul seraiwangi, teknologi budidaya dan pascapanen. Kementerian Pertanian Republik Indonesia.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2024, April 16). Mosquito control at home. <https://www.cdc.gov/mosquitoes/mosquito-control/mosquito-control-at-home.html>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2025, August 7). Symptoms of dengue and testing. <https://www.cdc.gov/dengue/signs-symptoms/index.html>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2026, April 15). Clinical care of dengue. <https://www.cdc.gov/dengue/hcp/clinical-care/index.html>
- Centers for Disease Control and Prevention. (2026, February 24). Clinical features of dengue. <https://www.cdc.gov/dengue/hcp/clinical-signs/index.html>
- Fradin, M. S., & Day, J. F. (2002). Comparative efficacy of insect repellents against mosquito bites. *New England Journal of Medicine*, 347(1), 13-18. <https://doi.org/10.1056/NEJMoa011699>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019, Juni 13). Upaya pencegahan DBD dengan 3M Plus. <https://ayosehat.kemkes.go.id/upaya-pencegahan-dbd-dengan-3m-plus>

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024, Juli 15). Bijak memilih dan menggunakan alat kesehatan dan Perbekalan Kesehatan Rumah Tangga. <https://farmalkes.kemkes.go.id/2024/07/bijak-memilih-dan-menggunakan-alkes-dan-pkrt/>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025, Juni 15). Mengingat pentingnya pencegahan dengue dengan 3M Plus melalui ASEAN Dengue Day. <https://ayosehat.kemkes.go.id/mengingat-pentingnya-pencegahan-dengue-dengan-3m-plus-melalui-asean-dengue-day>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2026, Februari 9). Bangkit dari El Nino, Indonesia cetak rekor terendah kematian DBD. <https://kemkes.go.id/id/bangkit-dari-el-nino-indonesia-cetak-rekor-terendah-kematian-dbd>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2026, Februari 9). Tangkal dengue dengan pendekatan terintegrasi: Lingkungan, vektor, dan manusia. <https://kemkes.go.id/id/tangkal-dengue-dengan-pendekatan-terintegrasi-lingkungan-vektor-dan-manusia>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). Demam berdarah dengue. Ayo Sehat. Diakses 28 Juli 2026, dari <https://ayosehat.kemkes.go.id/topik/demam-berdarah-dengue>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (n.d.). Pedoman pelayanan izin edar Perbekalan Kesehatan Rumah Tangga. Diakses 28 Juli 2026, dari <https://sertifikasialkes.kemkes.go.id/>

- Kongkaew, C., Sakunrag, I., Chaiyakunapruk, N., & Tawatsin, A. (2011). Effectiveness of citronella preparations in preventing mosquito bites: Systematic review of controlled laboratory experimental studies. *Tropical Medicine & International Health*, 16(7), 802-810. <https://doi.org/10.1111/j.1365-3156.2011.02781.x>
- Makkiah, M., Salaki, C. L., & Assa, B. (2020). Efektivitas ekstrak serai wangi (*Cymbopogon nardus* L.) sebagai larvasida nyamuk *Aedes aegypti*. *Jurnal Bios Logos*, 10(1). <https://doi.org/10.35799/jbl.10.1.2020.27977>
- Pusat Perakitan dan Modernisasi Pertanian Perkebunan. (2024, Desember 31). Peluang usaha dari budidaya serai wangi. <https://perkebunan.brmp.pertanian.go.id/berita/peluang-usaha-dari-budidaya-serai-wangi>
- Pusat Perakitan dan Modernisasi Pertanian Perkebunan. (2025). Manfaat ekonomi dan lingkungan serai wangi. <https://perkebunan.brmp.pertanian.go.id/berita/manfaat-ekonomi-dan-lingkungan-serai-wangi>
- Rahmawati, U., Gustina, M., & Mirza, R. (2020). Efektivitas antinyamuk alami elektrik mat serai wangi (*Cymbopogon nardus*) dalam mematikan nyamuk *Aedes aegypti*. *Journal of Nursing and Public Health*, 8(2).
- Royal Botanic Gardens, Kew. (2026a). *Cymbopogon nardus* (L.) Rendle. Plants of the World Online. <https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:396972-1>

- Royal Botanic Gardens, Kew. (2026b). *Cymbopogon winterianus* Jowitt ex Bor. Plants of the World Online. <https://powo.science.kew.org/taxon/urn:lsid:ipni.org:names:397039-1>
- Sajo, M. E. J., Song, S. B., Bajgai, J., Kim, Y. J., Kim, P. S., Ahn, D. W., Khanal, N. K., & Lee, K. J. (2015). Applicability of citronella oil for the prevention of mosquito-borne diseases in a rural area of Nepal. *Rural and Remote Health*, 15, 3532.
- Tim PKM Kemitraan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. (2026a). Materi DBD Kader PKK Manang 2026 [Slide presentasi].
- Tim PKM Kemitraan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. (2026b). Materi budidaya serai wangi [Bahan pelatihan].
- Tim PKM Kemitraan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. (2026c). Formula demonstrasi produk serai wangi [Bahan pelatihan].
- Tim PKM Kemitraan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. (2026d). Materi manfaat serai wangi [Bahan pelatihan].
- United States Environmental Protection Agency. (2025, November 10). Using insect repellents safely and effectively. <https://www.epa.gov/insect-repellents/using-insect-repellents-safely-and-effectively>
- United States Environmental Protection Agency. (2026, June 25). Regulation of skin-applied repellents. <https://www.epa.gov/insect-repellents/regulation-skin-applied-repellents>

World Health Organization. (2024). Dengue and severe dengue: Questions and answers. <https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/dengue-and-severe-dengue>

World Health Organization. (2025, August 21). Dengue. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/dengue-and-severe-dengue>

Catatan sitasi: Sumber resmi digunakan untuk rekomendasi kesehatan dan regulasi. Penelitian pendukung digunakan untuk menjelaskan potensi dan keterbatasan. Sumber internal digunakan untuk formula demonstrasi dan ilustrasi kegiatan.

LEMBAR RENCANA AKSI

Gunakan halaman ini untuk menyusun langkah setelah membaca buku.

Rencana	Penanggung jawab	Waktu	Hasil
Pemeriksaan jentik mingguan			
Membersihkan wadah air			
Menanam serai wangi			
Perawatan tanaman			
Praktik membuat spray			
Praktik membuat pouch			
Evaluasi kelompok			



Target 30 hari: Satu jadwal 3M Plus berjalan, satu rumpun hidup, dan satu praktik produk dilakukan dengan aman.

LAMPIRAN A: LEMBAR PRAKTIK PENCEGAHAN DBD

Lembar ini dapat diperbanyak untuk keluarga, kader, dan kelompok PKK.

1. Daftar Periksa Jentik Mingguan

Isi tanggal pemeriksaan dan beri tanda pada kolom hasil. Bila menemukan jentik atau air tergenang, lakukan perbaikan saat itu juga.

No.	Lokasi	Kondisi	Jentik	Tindakan
1	Bak mandi	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
2	Ember dan drum	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
3	Dispenser/kulkas	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
4	Tatakan pot	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
5	Vas bunga	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
6	Talang air	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
7	Tandon	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
8	Tempat minum hewan	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	
9	Ban/barang bekas	☐ Kering	☐ Tidak	

No.	Lokasi	Kondisi	Jentik	Tindakan
		☐ Ada air	☐ Ada	
10	Mainan di halaman	☐ Kering ☐ Ada air	☐ Tidak ☐ Ada	



Jadwal: Tetapkan satu hari tetap setiap minggu agar pemeriksaan menjadi kebiasaan keluarga.

2. Peta Pemeriksaan Rumah

Gambar denah sederhana rumah dan beri nomor pada setiap titik yang berisiko menampung air.

Area rumah	Wadah yang diperiksa	Temuan	Perbaikan
Kamar mandi			
Dapur			
Kamar/ruang keluarga			
Teras			
Halaman depan			
Halaman belakang			
Atap/talang			
Gudang/penyimpanan			

Sketsa denah dan titik rawan

★ **Tantangan:** Temukan sedikitnya lima wadah yang dapat menampung air dan bersihkan hari ini.

3. Catatan Pemantauan Demam Tujuh Hari

Catatan ini membantu keluarga menyampaikan perubahan kondisi kepada tenaga kesehatan.

Hari	Suhu	Minum	BAK	Muntah/perdarahan	Kondisi umum
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
☐ Nyeri perut berat				☐ Muntah terus-menerus	

Hari	Suhu	Minum	BAK	Muntah/perdarahan	Kondisi umum
☐ Perdarahan gusi/hidung				☐ Darah pada muntah/tinja	
☐ Kulit pucat dan dingin				☐ Sangat lemas atau kesadaran menurun	

! Segera rujuk: Jangan menunggu semua tanda bahaya muncul. Bawa pasien ke fasilitas kesehatan bila kondisi memburuk.

4. Form Rujukan Cepat

Isi informasi penting sebelum menuju puskesmas, klinik, atau rumah sakit.

Informasi	Catatan keluarga
Nama pasien	
Umur	
Hari dan jam mulai demam	
Suhu tertinggi	
Jumlah minum terakhir	
Buang air kecil terakhir	
Muntah atau perdarahan	
Obat yang sudah diberikan	
Alergi/penyakit lain	
Nomor keluarga yang dapat dihubungi	

i

Bawa serta: Kartu identitas, kartu jaminan kesehatan bila ada, obat yang digunakan, dan catatan pemantauan.

5. Pembagian Peran Keluarga

Pencegahan lebih mudah bila setiap anggota keluarga memiliki tugas yang jelas.

Anggota	Tugas mingguan	Hari/jam	Hasil
Orang tua 1			
Orang tua 2			
Anak/remaja			
Jumantik keluarga			
Anggota lain			
Cadangan bila penanggung jawab berhalangan			

☐ Menguras dan menyikat	☐ Menutup wadah
☐ Merapikan barang bekas	☐ Memeriksa talang
☐ Mengganti air vas	☐ Mencatat temuan
☐ Menghubungi kader bila ada masalah lingkungan	

✓

Prinsip: Satu orang boleh menjadi koordinator, tetapi semua anggota tetap ikut menjaga rumah bebas jentik.

6. **Jadwal 3M Plus Empat Minggu**

Gunakan satu lembar untuk satu bulan dan evaluasi pada akhir bulan.

Waktu	Menguras	Menutup	Mendaurlang	Tindakan Plus	Catatan
Minggu 1	☐	☐	☐	☐	
Minggu 2	☐	☐	☐	☐	
Minggu 3	☐	☐	☐	☐	
Minggu 4	☐	☐	☐	☐	

Contoh tindakan Plus

☐ Memasang atau memperbaiki kasa	☐ Menggunakan kelambu
☐ Merapikan pakaian tergantung	☐ Memakai repelen terdaftar sesuai label
☐ Memeriksa jentik	☐ Memperbaiki kebocoran dan talang

Evaluasi akhir bulan

Topik	Halaman
3M Plus	12–19, 83–98

i Catatan: Nomor halaman telah disesuaikan dengan edisi revisi 2026.

4. Catatan Kegiatan dan Komitmen Bersama

Halaman akhir untuk merangkum keputusan kelompok.

Komitmen	Penanggung jawab	Waktu pelaksanaan
Pemeriksaan jentik mingguan		
Kerja bakti lingkungan		
Pemantauan tanaman serai wangi		
Praktik pembuatan produk		
Evaluasi hasil kegiatan		

Catatan rapat atau penyuluhan



Pesan penutup: Kenali risikonya, rawat tanamannya, olah produknya dengan aman, dan lakukan pencegahan secara konsisten.

PROFIL PENULIS



Tri Yuniarti, SKM., S.Kep., Ns., MPH.

Penulis merupakan dosen bidang keperawatan di STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. Selain melaksanakan kegiatan pendidikan dan pengajaran, penulis juga mengabdikan diri dalam pelaksanaan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat. Penulis aktif mengikuti berbagai pelatihan, seminar, lokakarya, dan kegiatan pengembangan kapasitas, khususnya dalam bidang pengajaran, penelitian, publikasi ilmiah, dan pengabdian kepada masyarakat. Penulis juga mendapat amanah sebagai Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat atau P3M STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta serta aktif mendampingi pengembangan proposal penelitian dan pengabdian dosen.

Email: yuniartitri3006@gmail.com



Isnani Nurhayati, SKM., S.Kep., Ns., M.Kes.

Penulis merupakan dosen sekaligus Ketua Program Studi D-3 Keperawatan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. Penulis memiliki pengalaman panjang dalam pendidikan keperawatan, pembelajaran klinik, keperawatan keluarga, keperawatan gerontik, serta pelaksanaan uji kompetensi mahasiswa keperawatan. Selain pendidikan formal yang telah ditempuh, penulis aktif mengikuti berbagai pelatihan dan kegiatan peningkatan kompetensi dosen, khususnya dalam bidang pendidikan dan pengajaran, pengelolaan program studi, praktik klinik keperawatan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat.

Email: isnani0002@gmail.com



Rina Tri Handayani, S.Kep., Ns., M.Psi.

Penulis merupakan Wakil Ketua III dan dosen bidang keperawatan di STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. Latar belakang pendidikan keperawatan dan psikologi, penulis memiliki perhatian akademik terhadap pengembangan ilmu keperawatan, kesehatan mental, psikologi kesehatan, pendidikan kesehatan, serta peningkatan kualitas pelayanan keperawatan. Selain melaksanakan kegiatan pendidikan dan pengajaran, penulis aktif mengikuti berbagai pelatihan untuk meningkatkan kompetensi dosen, terutama dalam bidang pembelajaran, penelitian, publikasi ilmiah, dan pengabdian kepada masyarakat.

Email: [rinatриhandayani7@gmail.com](mailto:rinatrihandayani7@gmail.com)



Refonda Rias Anggiri, S.Kep., Ns., M.Kep.

Penulis merupakan dosen pada Program Pendidikan Profesi Ners STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. Penulis memiliki minat akademik dan penelitian dalam bidang keperawatan kritis, teknologi pelayanan kesehatan, keperawatan neurovaskular, dan keperawatan holistik. Sebagai dosen dan perawat profesional, penulis aktif melaksanakan pendidikan, penelitian, dan pengabdian kepada masyarakat. Penulis juga mengikuti berbagai pelatihan dan kegiatan ilmiah untuk meningkatkan kompetensi dalam pembelajaran keperawatan, penelitian, teknologi kesehatan, serta pelayanan pasien kritis.

Email: refondarias@stikesmus.ac.id



Tutik Rahayu, S.H.

Penulis merupakan ketua Tim Penggerak PKK Kelurahan Manang, Grogol, Sukoharjo. Penulis berkontribusi dalam aspek administrasi, dokumentasi, penguatan tata kelola kegiatan, dan dukungan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.



Diah Puspita Sari.

Penulis merupakan mahasiswa D3 Keperawatan dan anggota Tim PKM Kemitraan STIKES Mamba'ul 'Ulum Surakarta. Penulis berkontribusi dalam dalam dokumentasi, penyusunan materi, dan dukungan pelaksanaan kegiatan masyarakat.

Email: diahpuspitasari658@gmail.com

SERAI WANGI

UNTUK KELUARGA SEHAT

Panduan Praktis Pencegahan DBD, Manfaat, Budidaya,
dan Pembuatan Produk Rumah Tangga

Serai Wangi untuk Keluarga Sehat hadir sebagai panduan praktis bagi keluarga dan masyarakat dalam mengenal pencegahan Demam Berdarah Dengue (DBD) sekaligus memanfaatkan potensi tanaman serai wangi secara aman dan tepat. Buku ini menyajikan informasi sederhana mengenai penyebab, penularan, gejala, tanda bahaya, serta langkah pencegahan DBD melalui perilaku hidup bersih dan penerapan 3M Plus.

Tidak hanya membahas aspek kesehatan, buku ini juga mengajak pembaca mengenal manfaat serai wangi, mulai dari pemilihan bibit, teknik budidaya, perawatan, hingga pengolahan menjadi produk rumah tangga sederhana seperti spray lingkungan dan pouch pewangi ruangan. Dilengkapi dengan ilustrasi, langkah praktis, serta lembar kegiatan, buku ini diharapkan menjadi sumber belajar yang mudah dipahami dan dapat diterapkan untuk membangun keluarga yang lebih sehat, mandiri, dan peduli terhadap lingkungan.



IKAPI
IKATAN PENERBIT INDONESIA

CV. Tahta Media Group

Sukoharjo, Jawa Tengah

Web : www.tahtamedia.co.id

Ig : tahtamedia group

Telp/WA : +62 896 5427 3996



GR02N | 62-416-6719-201