



Strategi 3M Plus Mencegah Dan Mengatasi Demam Berdarah Dengue (DBD) Di Dusun 3 Desa Sukasari, Kecamatan Air Periukan, Kabupaten Seluma

Reri Anggraini ¹⁾; Susi Kurniati ²⁾; Indah Nurhdayati ³⁾; Hengki Tranado ⁴⁾; Jipri Suyanto ⁵⁾
^{1,2,3,4,5) Universitas Dehasen Bengkulu}

Email: ¹rierianggraini820@gmail.com , ²susikurnia334@gmail.com

³indahnurhidayat7788@gmail.com , ⁴jefrisuyanto@gmail.com , ⁵hengkitranado@unived.ac.id

ARTICLE HISTORY

Received [18 Juli 2025]

Revised [20 September 2025]

Accepted [25 September 2025]

KEYWORDS

Strategy, Dengue Fever, 3M Plus.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license



ABSTRAK

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan penyakit endemis di Indonesia, termasuk di Kabupaten Seluma, khususnya Dusun 3 Desa Sukasari. Masih rendahnya kesadaran masyarakat terhadap pentingnya pencegahan dan pengendalian sarang nyamuk menjadi salah satu faktor penyebaran penyakit ini. Program penyuluhan berbasis masyarakat dengan pendekatan 3M Plus dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap masyarakat dalam mencegah DBD. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan langsung, distribusi poster, dan gotong royong sabbtu Bersih. Strategi 3M Plus (Menguras, Menutup, Mengubur) diterapkan secara aktif dengan melibatkan tokoh masyarakat dan kader kesehatan. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan partisipasi warga dalam menjaga kebersihan lingkungan untuk mencegah DBD.

ABSTRACT

Dengue Hemorrhagic Fever (DHF) is an endemic disease in Indonesia, including in Seluma Regency, especially Hamlet 3 Sukasari Village. The public's low awareness of the importance of preventing and controlling mosquito nests is one factor in the spread of this disease. A community-based outreach program using the 3M Plus approach was carried out to increase community knowledge and attitudes in preventing dengue fever. The methods used include direct counseling, leaflet distribution, and Clean Friday mutual cooperation. The 3M Plus strategy (Drain, Cover, Bury) is implemented actively by involving community leaders and health cadres. The results of the activity show an increase in understanding and participation of residents in maintaining environmental cleanliness to prevent dengue fever.

PENDAHULUAN

Demam Berdarah Dengue (DBD) merupakan salah satu penyakit tropis yang masih menjadi permasalahan utama kesehatan masyarakat di Indonesia. Penyakit ini ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti* yang berkembang biak di tempat-tempat penampungan air bersih. Dusun 3 Desa Sukasari merupakan salah satu wilayah dengan angka kejadian DBD yang cukup tinggi dalam dua tahun terakhir. Kondisi lingkungan yang kurang bersih, kurangnya kesadaran masyarakat, serta keterbatasan informasi menjadi faktor utama yang memperparah penyebaran penyakit ini. Di Indonesia, DBD pertama kali ditemukan pada tahun 1968 di Surabaya dengan 58 kasus dan 24 di antaranya meninggal dunia, memberikan tingkat fatalitas (CFR) sebesar 41,3%. Pada tahun 2024, kasus DBD meningkat menjadi 88.593 dengan 621 kematian. Di Provinsi Sumatera Selatan semakin meningkat dari tahun ke tahun, dan jumlah penduduk yang terjangkit penyakit demam berdarah dengue (DBD) juga semakin Meningkat. berdasarkan data dari Puskesmas Air Periukan Sebanyak 20 warga terkena DBD.

Berdasarkan data yang di peroleh dari Puskesmas Air Periukan Kabupaten Seluma, pada Desa Sukasari 20 kasus DBD terdapat sebanyak 20 jiwa dan Salah satunya ada di Dusun 3. Tingginya populasi nyamuk penular disebabkan oleh banyaknya lokasi berkembang biaknya nyamuk, namun faktor lain, seperti kesehatan imunologi masyarakat yang buruk secara keseluruhan, juga berperan dalam pembentukan demam berdarah.

Selain itu, karakteristik pejamu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan tingkat kesadaran mempengaruhi aspek-aspek yang mungkin mempengaruhi penularan DBD berdasarkan segitiga epidemiologi. Menurut segitiga epidemiologi, faktor hospes merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam menentukan laju penularan penyakit akibat DBD. Virus dengue merupakan faktor (agent) penyebab penyakit.

Faktor lingkungan juga mencakup hal-hal seperti pH, suhu air, dan kelembaban relatif. Kepadatan populasi larva di suatu rumah dapat dipengaruhi oleh faktor fisik. Komponen fisik dalam rumah dapat berupa wadah, penutup wadah, kondisi air, perilaku masyarakat menggunakan abate, keberadaan tanaman, sumur galian, dan lokasi pembibitan. Adanya habitat yang sesuai untuk reproduksi merupakan aspek fisik lainnya.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pengelolaan sampah rumah tangga, penyediaan air bersih, serta kebiasaan membersihkan lingkungan memainkan peran besar dalam pengendalian populasi nyamuk (Kurniawati & Ekawati, 2020). Program Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) dengan pendekatan 4M Plus yang meliputi memantau tempat perindukan nyamuk, menguras, menutup, dan mendaur ulang, telah terbukti efektif dalam mencegah DBD (Pramudita et al., n.d.)

Urgensi pengendalian DBD juga diperkuat oleh kebijakan pemerintah melalui program PSN 3M Plus. Kementerian Kesehatan RI menegaskan pentingnya membersihkan tempat penampungan air, menutup rapat sumber air, dan memanfaatkan barang bekas untuk mencegah berkembangnya vektor penyakit ini (Sutriyawan et al., 2022). Pendekatan ini diperluas dengan "plus" yang mencakup penggunaan kelambu, larvasida, serta tanaman pengusir nyamuk, yang dinilai efektif dalam menekan populasi nyamuk *Aedes* di lingkungan rumah tangga (Sutriyawan et al., 2021).

Program Kuliah Kerja Nyata Tematik (KKN-T) berkolaborasi dengan Pemerintah Desa Sukasari untuk mengimplementasikan PSN 3M Plus dalam rangka pengendalian DBD. Kegiatan ini mencakup sosialisasi kepada masyarakat mengenai pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, gotong royong atau "Sabtu Bersih", edukasi pembagian Poster dan penyuluhan. Tujuan dari pengabdian ini adalah untuk meningkatkan kesadaran masyarakat Dusun 3 Sukasari terhadap pentingnya menjaga kebersihan lingkungan guna menekan risiko penyebaran DBD, menciptakan perubahan perilaku yang berkelanjutan, serta menjadikan Kelurahan ini sebagai role model dalam implementasi 3M Plus.

Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN) 3M Plus merupakan upaya dalam memberantas sarang nyamuk, khususnya tempat perkembangbiakan nyamuk, menguras tempat penampungan air, menutup tempat penampungan air, dan mengubur/membersihkan barang - barang bekas karena berpotensi menjadi tempat perkembangbiakan nyamuk penyebab DBD. Arti dari Plus yaitu memelihara ikan pemakan larva, menggunakan obat anti nyamuk, memasang kawat kasa pada jendela dan ventilasi, menghindari kebiasaan menggantung pakaian, menaburkan bubuk abate pada bak penampungan air.

METODE

Metode pelaksanaan terdiri atas kegiatan Penyuluhan, Gotong Royong dan Pembagian Poster. Mitra dalam program ini adalah Warga Dusun 3 Desa Sukasari, Kabupaten Seluma. Kelurahan ini merupakan daerah endemis Demam Berdarah Dengue (DBD) yang melibatkan sekitar 12 mahasiswa KKN-T Universitas Dehasen Bengkulu dan seluruh perangkat Kelurahan dalam kegiatan ini. Kegiatan Penyuluhan, dilaksanakan berawal dari pemberian materi tentang bahaya DBD, pentingnya kebersihan lingkungan, langkah pencegahan melalui 3M Plus. Selanjutnya pengadaan Gotong royong yang dinamakan dengan "Sabtu Bersih" team KKN-T berkolaborasi bersama Perangkat Kelurahan untuk menghimbau Masyarakat bekerja sama di setiap Sabtu membersihkan lingkungan Kelurahan.

Penerapan program 3M Plus di Dusun 3 Desa Sukasari adalah adalah:

1. Memantau tempat perindukan nyamuk
2. Menguras Masyarakat Kelurahan dihibau untuk menguras serta membersihkan tempat menampung air, seperti bak mandi, ember, dan vas bunga, minimal seminggu sekali. Langkah ini efektif mencegah tumbuhnya jentik nyamuk penyebab DBD.
3. Menutup Warga menutup tempat penampungan air seperti drum dan tangki serta menutup lubang atau celah yang bisa menampung air, seperti ventilasi rumah dan celah pada bambu, dengan kawat atau bahan penutup lainnya.
4. Mendaur Ulang Barang bekas seperti botol, kaleng, dan drum diolah menjadi barang bernilai guna, mengurangi potensi genangan air sekaligus meningkatkan kreativitas masyarakat. Plus yang dimaksud adalah seperti memasang kelambu, menaburkan bubuk larvasida, memelihara ikan pemakan jentik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Aktivitas

Berdasarkan Kegiatan penyuluhan diikuti oleh lebih dari 20 warga Dusun 3 yang hadir dengan antusias. Sebagian besar dari mereka sebelumnya belum mengetahui secara detail tentang 3M Plus. Setelah kegiatan, lebih dari 80% peserta mampu menjelaskan langkah-langkah pencegahan DBD.:



Gambar.1 Foto Bersama Kadus dan Warga Beserta KKN-T di Dusun 3 Sukasari



Gambar. 2 Penyuluhan DBD di Dusun 3 Desa Sukasari



Gambar 3. Kegiatan Gotong Royong

Penyelesaian Masalah

Melakukan penyuluhan dan pembagian poster 3M Plus

Dalam pembuatan penyuluhan strategi 3M Plus ini, menggunakan poster untuk mengetahui tentang apa itu 3Mplus serta memberikan penjelasan tentang 3Mplus. Media edukasi yang dipilih perlu disesuaikan dengan kebutuhan agar informasi yang disampaikan dapat diterima dengan optimal oleh semua audiens.

Dalam poster tersebut dijelaskan secara rinci mengenai bagaimana penerapan dan langkah-langkah dalam pencegahan DBD menggunakan strategi 3M Plus. Dengan berbagai fitur seperti gambar menarik, dapat menyampaikan pesan program 3M Plus menguras, menutup, mengubur dan tindakan tambahan secara kreatif dan mudah untuk dipahami.

Gotong Royong Sabtu Bersih

Selanjutnya yang dilakukan untuk pencegahan DBD yaitu kegiatan gotong royong. Gotong royong adalah bagian dari budaya yang telah berkembang sejak lama dan diwariskan dari generasi ke generasi. Kegiatan ini mencerminkan semangat kerja sama dalam suatu komunitas untuk mencapai tujuan melalui musyawarah dan kesepakatan bersama

Dalam kegiatan gotong royong yang diadakan oleh team KKN -T UNIVED dikenal dengan "Sabtu Bersih" juga menjadi salah satu program utama dalam kolaborasi ini. Kegiatan tersebut melibatkan seluruh perangkat Kelurahan serta masyarakat setempat, dengan mengutamakan membersihkan lingkungan sekitar. tersebut dilaksanakan secara berkala pada hari Jumat. Hal yang dilakukan oleh tim KKN-T pada saat gotong royong adalah membersihkan sebagian area lingkungan yang dipenuhi oleh genangan air yang akan menjadi sarang nyamuk. Kegiatan ini dimulai dari pagi hari sampai selesai.

Dengan adanya kegiatan ini akan membantu pencegahan DBD karena pengaruh dari kebersihan lingkungan sekitar akan menghambat perkembangan nyamuk Aedes Aegypti. Dalam kegiatan ini tentunya, tidak hanya memiliki dampak jangka pendek, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang berupa perubahan perilaku.

Masyarakat mulai melihat pentingnya menjaga kebersihan lingkungan secara berkelanjutan, dan gotong royong menjadi sarana efektif untuk membangun solidaritas kolektif dalam mencegah DBD. Tidak hanya dilakukan sekali, kegiatan ini dijadikan agenda rutin, yang secara struktural diperkuat oleh kebijakan Kelurahan yang mendukung program kebersihan lingkungan secara teratur. Integrasi antara pemerintah Kelurahan, mahasiswa, dan masyarakat dalam kegiatan ini juga menciptakan hubungan yang sinergis, di mana seluruh pihak mempunyai tanggung serta peran yang jelas.

Dengan adanya kegiatan Jum'at bersih yang dilakukan oleh tim KKN-T UNIVED bersama masyarakat dan pemerintah Kelurahan Dusun 3 Desa sukasari akan memiliki dampak yang positif bagi keberlangsungan Kelurahan, hal ini terjadi karena dengan bergotong royong akan meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya kebersihan lingkungan dan mampu menjadi jembatan dalam meningkatkan mutu kesehatan masyarakat Kelurahan.



Penyuluhan 3M Plus

Penyuluhan merupakan serangkaian upaya yang bertujuan untuk mendorong perubahan perilaku pada individu, kelompok, komunitas, atau masyarakat agar mereka memiliki pengetahuan, kemauan, dan kemampuan dalam mengatasi permasalahan yang dihadapi. Tujuan utama dari penyuluhan adalah meningkatkan kualitas dan martabat kehidupan manusia. Sementara itu, penyuluhan kesehatan merupakan bentuk pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk menyebarkan informasi, membangun kepercayaan, serta meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai kesehatan. Selain itu, kegiatan ini juga berperan dalam memperdalam pemahaman masyarakat tentang isu-isu kesehatan.

Pembagian Poster

Beberapa studi menunjukkan poster dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang DBD, termasuk gejala, cara penularan, dan langkah-langkah pencegahan. Misalnya, penelitian di Indonesia menemukan bahwa distribusi leaflet disertai dengan penyuluhan secara signifikan meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pencegahan DBD.

Leaflet adalah media yang mudah dibagikan dan diakses oleh berbagai kelompok masyarakat, termasuk di daerah dengan akses internet terbatas. Ini membuatnya menjadi alat yang efektif untuk menjangkau populasi yang lebih luas.

1. Dukungan Visual : poster sering dilengkapi dengan gambar atau ilustrasi yang membantu menjelaskan informasi secara visual. Ini sangat berguna untuk masyarakat yang mungkin memiliki tingkat literasi rendah, karena gambar dapat membantu menyampaikan pesan dengan lebih jelas.
2. Efektivitas Biaya : Dibandingkan dengan metode edukasi lainnya, poster relatif murah untuk diproduksi dan didistribusikan, sehingga cocok untuk program kesehatan masyarakat dengan anggaran terbatas.
3. Dukungan untuk Intervensi Lain : poster sering digunakan sebagai bagian dari kampanye kesehatan yang lebih besar, yang mencakup penyuluhan langsung, media sosial, dan kegiatan komunitas. Dalam konteks ini, poster dapat memperkuat pesan yang disampaikan melalui metode lain.
4. Keterbatasan : Meskipun efektif, leaflet memiliki keterbatasan. Misalnya, efektivitasnya bisa berkurang jika masyarakat tidak membaca atau memahami isinya. Oleh karena itu, leaflet sebaiknya digunakan bersama dengan metode edukasi lainnya, seperti penyuluhan langsung atau diskusi kelompok.
5. Evaluasi dan Perbaikan : Efektivitas leaflet dapat ditingkatkan dengan melakukan evaluasi terhadap desain dan kontennya. Misalnya, menggunakan bahasa yang sederhana, desain yang menarik, dan informasi yang relevan dengan konteks lokal dapat meningkatkan daya tarik dan pemahaman.

Secara keseluruhan, leaflet dapat menjadi alat yang efektif dalam mengedukasi masyarakat tentang pencegahan DBD, terutama jika digunakan sebagai bagian dari strategi komunikasi yang lebih komprehensif. Namun, penting untuk memastikan bahwa leaflet dirancang dengan baik dan didistribusikan secara tepat sasaran untuk memaksimalkan dampaknya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kolaborasi Tim KKN-T UNIVED 2024 dengan Pemerintah Kelurahan Desa Sukasari dalam pencegahan DBD menggunakan strategi 3M Plus telah membuktikan efektivitas pendekatan terintegrasi dalam mengendalikan penyakit ini. Program ini tidak hanya menekankan pencegahan individu tetapi juga memperkuat partisipasi masyarakat melalui kegiatan gotong royong rutin dan sosialisasi.

Strategi 3M Plus, memantau tempat perindukan nyamuk, mencakup menguras, menutup, dan mendaur ulang barang bekas, ditambah upaya seperti penggunaan kelambu, pemberian abate, obat nyamuk, larvasida, dan ikan pemakan jentik, berhasil disampaikan melalui kegiatan lapangan dan media edukasi digital.

Pendekatan ini meningkatkan kesadaran warga tentang pentingnya kebersihan lingkungan dan membangun perubahan perilaku positif untuk memutus rantai penularan nyamuk *Aedes aegypti*. Hasilnya, risiko penyebaran DBD menurun, menunjukkan pentingnya kerja sama lintas sektor dalam mencapai kesehatan masyarakat yang lebih baik. Langkah-langkah ini diharapkan menjadi model bagi Kelurahan lain untuk mengurangi risiko DBD melalui partisipasi aktif dan kesadaran lingkungan.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Pedoman Pencegahan dan Pengendalian DBD*. Jakarta: Kemenkes.
- Yushananta, P., Setiawan, A., & Tugiyono, T. (2020). *Variasi Iklim dan Dinamika Kasus DBD di Indonesia: Systematic Review*. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 294–301.
- Kurniawati, R. D., & Ekawati, E. (2020). *Analisis 3M Plus Sebagai Upaya Pencegahan DBD*. *Jurnal Vektora*, 12(1), 1–10.
- Pramudita, P., Wulandari, S., & Sari, M. (n.d.). Pemberantasan sarang nyamuk dengan pendekatan 4M Plus. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sutriyawan, E., Sasmita, M., & Dewi, A. R. (2021). Efektivitas strategi PSN Plus dalam pencegahan demam berdarah. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 18(2), 87–94.
- Sutriyawan, E., Dewi, A. R., & Sasmita, M. (2022). Peran kebijakan pemerintah dalam pengendalian DBD di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 19(1), 45–52.
- Yushananta, P., Setiawan, A., & Tugiyono, T. (2020). Variasi iklim dan dinamika kasus DBD di Indonesia: Systematic review. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 294–301.
- Pitriani, E., Depriyani, D., Andeska, O., Arlita, A., Ampita, R., Habibi, J., Rohani, T., & Sari, F. M. (2025). Strategi 4M Plus mencegah dan mengatasi demam berdarah. *Jurnal Dehasen Untuk Negeri*, 4(1), 135–142.