

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Di Indonesia anemia menjadi salah satu isu kesehatan penting yang banyak dialami oleh remaja putri. Anemia terjadi saat tubuh memiliki kadar hemoglobin (Hb) yang lebih rendah dari batas normal. Untuk remaja putri sendiri, kadar Hb yang normal berada dalam kisaran 12-15 gr/dl (Aulya, Siauta dan Nizmadilla, 2022). Anemia dapat dikenali melalui gejala seperti kelelahan, tubuh lesu, sakit kepala, rasa pusing, dan gangguan penglihatan seperti mata berkunang-kunang (Kusnadi, 2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018) mencatat bahwa prevalensi anemia pada kelompok remaja usia 15–24 tahun mencapai 32%. Dengan kata lain, diperkirakan 3 hingga 4 dari setiap 10 remaja menderita anemia (Kusnadi, 2021). Di Jawa Tengah sebanyak 85,39% remaja putri kelas 7 dan 10 diskriminasi Hb, dengan hasil 30,45% mengalami anemia. Sementara itu di Kabupaten Boyolali sebanyak 38,8% remaja putri diskriminasi Hb, dengan hasil 20,3% mengalami anemia (Dinkes Jateng, 2023). Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan dari 24 remaja putri yang diperiksa, hasilnya menunjukkan bahwa 14 di antaranya mengalami anemia dengan klasifikasi 6 remaja mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 11–11,9 g/dL, 7 remaja mengalami anemia sedang dengan kadar Hb 8–10,9 g/dL, dan 1 remaja mengalami anemia berat dengan kadar Hb <8 g/dL. Tingginya angka kejadian ini mengindikasikan adanya masalah gizi yang serius dan perlu mendapatkan perhatian lebih, mengingat anemia pada remaja putri berpotensi mengganggu proses tumbuh kembang serta kesiapan mereka dalam memasuki masa reproduksi.

Di Desa Karangkendal terdapat sumber nutrisi lokal yang dapat digunakan untuk mengatasi anemia yaitu daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun kelor dikenal mengandung beragam nutrisi penting, di antaranya zat besi, protein, vitamin A, vitamin C, kalium, dan kalsium. Dengan kandungan zat besi sebesar 28,29 mg per 100 gram, daun kelor dapat menjadi alternatif yang potensial

dalam membantu mengatasi anemia (Hastuti dan Sari, 2022). Di Desa Karangkendal Daun kelor tumbuh subur di beberapa pekarangan rumah warga namun pemanfaatannya masih tergolong minim dan belum dimaksimalkan secara optimal. Karena itu, diperlukan kegiatan edukatif yang dapat menambah wawasan tentang cara mengolah daun kelor. Melihat kondisi tersebut kami melakukan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat melalui diversifikasi olahan daun kelor menjadi camilan seperti nugget, puding dan keripik. Pemilihan bentuk diversifikasi didasarkan pada pertimbangan selera dan kebiasaan konsumsi remaja. Ketiga jenis camilan tersebut merupakan makanan yang digemari, mudah dibuat, serta memiliki tekstur dan cita rasa yang dapat diterima oleh berbagai kalangan. Selain itu, ketiganya juga memiliki potensi sebagai media fortifikasi gizi, khususnya zat besi dari daun kelor, tanpa mengurangi aspek rasa. Diharapkan kegiatan ini dapat berkontribusi dalam peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan anemia dan memperkenalkan daun kelor sebagai sumber nutrisi yang kaya akan zat gizi.

Dari kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilaksanakan, dihasilkan beberapa luaran sebagai bentuk capaian dan keberlanjutan program. Salah satu luaran tersebut adalah Booklet CEMILOR yang disesuaikan dan dikembangkan dengan menambahkan beberapa materi tambahan guna memperkuat isi dan memperjelas informasi mengenai anemia dan pemanfaatan daun kelor. Booklet dipilih sebagai salah satu luaran karena dinilai efektif dalam menyampaikan informasi secara ringkas, jelas, mudah dipahami serta dapat digunakan sebagai sarana edukasi yang praktis dan dapat diakses kapan saja. Diharapkan melalui distribusi booklet ini, dapat memberikan kontribusi nyata dalam memperbaiki status gizi dan pembentukan pola konsumsi yang lebih sehat dalam kehidupan sehari-hari sehingga dapat berkontribusi pada penurunan prevalensi anemia di Desa Karangkendal.

## **B. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Mewujudkan media edukasi dalam bentuk booklet sebagai luaran dari kegiatan pengabdian masyarakat yang informatif mengenai pencegahan anemia dan pemanfaatan daun kelor sebagai sumber nutrisi lokal.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan remaja dalam pencegahan anemia dan memperkenalkan daun kelor sebagai sumber nutrisi yang kaya akan zat gizi.
- b. Meningkatkan partisipasi remaja putri dalam kegiatan edukasi dan pelatihan pencegahan anemia melalui diversifikasi olahan daun kelor.
- c. Mendorong pemanfaatan daun kelor sebagai sumber pangan lokal dalam upaya pencegahan anemia.

## **C. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

#### a. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan booklet dapat bermanfaat guna menambah referensi pustaka bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta khususnya program studi Kebidanan.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Bidan

Diharapkan booklet dapat menjadi media edukasi yang mendukung proses penyuluhan kepada remaja, serta meningkatkan keterampilan bidan dalam memberikan pelayanan kesehatan khususnya terkait anemia dan cara pencegahannya

#### b. Bagi Remaja

Diharapkan booklet dapat menjadi media edukasi yang efektif, menarik dan mudah dipahami dalam menyampaikan informasi mengenai anemia dan cara pencegahannya, sehingga dapat membantu menurunkan prevalensi anemia.

c. Bagi Masyarakat

Diharapkan booklet dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman lokal seperti daun kelor dalam menunjang kesehatan keluarga, khususnya dalam mencegah anemia.