

Implementasi Desa Zero Anemia melalui Produk TEMIA (Teh Anti Anemia) Dan Pekarangan Lestari

Tania Nasywa Azzahra^{1*}, Ervina Zahra Rati Putri², Jasmine Putra Santoto³, Yusrina Azizah⁴, Muhammad Taufiqurrahman⁵, Nindiya Lestari⁶

¹⁻⁶Universitas Borneo Lestari, Banjarbaru, Indonesia

*e-mail korespondensi: tnasywaazzahra112004@gmail.com

Abstract

Anemia among adolescents remains a public health issue that requires serious attention, including in Paku Village, Banjar Regency. This community service program aims to implement the Zero Anemia Village concept through the development of a local product called TEMIA (Anti-Anemia Tea) made from ginger, sappan wood, and lemongrass, as well as the utilization of sustainable home gardens as sources of nutritious food. The methods included socialization on anemia, nutrition education, introduction and trial of TEMIA, and assistance in utilizing home gardens with iron-rich plants and herbs. Evaluation was conducted using pre-post knowledge tests, participatory observation, and documentation of community involvement. The results show that TEMIA was well accepted by the community due to its fresh taste, distinctive aroma, and attractive color. The use of home gardens increased through the cultivation of vegetables and medicinal plants, strengthening local food security and ensuring sustainable raw materials for TEMIA. Adolescents' and community members' knowledge of anemia also significantly improved after the educational sessions. Strong collaboration among students, village officials, women's groups, posyandu cadres, and schools accelerated the achievement of program objectives. In conclusion, the Zero Anemia Village program in Paku Village successfully enhanced awareness, knowledge, and community practices in anemia prevention through the innovation of local herbal products and the management of sustainable home gardens.

Keyword: anemia; adolescents; herbal product; sustainable home garden

Abstrak

Anemia pada remaja masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang perlu perhatian serius, termasuk di Desa Paku, Kabupaten Banjar. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengimplementasikan konsep Desa Zero Anemia melalui pengembangan produk lokal TEMIA (Teh Anti Anemia) berbasis jahe, kayu secang, dan serai, serta pemanfaatan pekarangan lestari sebagai sumber pangan bergizi. Metode yang digunakan meliputi sosialisasi anemia, edukasi gizi, pengenalan dan uji coba TEMIA, serta pendampingan pemanfaatan pekarangan dengan tanaman kaya zat besi dan rempah. Evaluasi dilakukan dengan pre-post test pengetahuan, observasi partisipatif, serta dokumentasi keterlibatan masyarakat. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa TEMIA diterima baik oleh masyarakat dengan cita rasa segar, aroma khas, dan warna menarik. Pemanfaatan pekarangan meningkat dengan adanya penanaman sayuran dan tanaman obat keluarga, sehingga memperkuat ketahanan pangan lokal dan ketersediaan bahan baku TEMIA. Pengetahuan remaja dan masyarakat tentang anemia juga meningkat secara signifikan setelah edukasi. Sinergi antara mahasiswa, perangkat desa, PKK, kader posyandu, dan sekolah mempercepat pencapaian tujuan program. Kesimpulannya, program Desa Zero Anemia di Desa Paku berhasil meningkatkan kesadaran, pengetahuan, serta praktik masyarakat dalam pencegahan anemia melalui inovasi produk herbal lokal dan pengelolaan pekarangan lestari.

Kata Kunci: anemia; remaja; produk herbal; pekarangan lestari

Accepted: 2025-12-05

Published: 2026-01-05

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi yang masih serius, terutama pada remaja putri, karena berdampak pada kesehatan, performa belajar, serta risiko kesehatan reproduksi di masa depan. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2024, prevalensi anemia pada kelompok remaja usia 15–24 tahun mencapai 15,5% (Badan Kebijakan Kesehatan). Angka ini menunjukkan bahwa

meskipun terjadi penurunan dibandingkan periode sebelumnya, anemia pada remaja masih menjadi beban kesehatan masyarakat yang membutuhkan perhatian serius.

Desa Paku, yang terletak di Kabupaten Banjar, memiliki karakteristik masyarakat agraris dengan potensi lahan pekarangan yang cukup luas. Namun, hasil survei awal menunjukkan masih terbatasnya pemanfaatan pekarangan untuk penyediaan pangan bergizi, rendahnya kesadaran masyarakat terhadap anemia, serta minimnya inovasi lokal yang berfokus pada pemenuhan zat besi. Sebagian besar penduduk menggantungkan hidup pada pertanian skala kecil dan usaha mikro dengan pendapatan yang fluktuatif, sehingga keterbatasan ekonomi turut menjadi hambatan dalam mengakses konsumsi pangan yang beragam dan kaya zat besi. Kondisi ini menunjukkan bahwa remaja di Desa Paku cukup rentan terhadap anemia, pemanfaatan pekarangan sebagai sumber pangan belum optimal, dan belum tersedia produk lokal yang difokuskan untuk mencegah anemia.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk mengimplementasikan konsep Desa Zero Anemia melalui pengembangan TEMIA (Teh Anti Anemia) sebagai produk lokal berbasis tanaman daerah, sekaligus mendorong pemberdayaan pekarangan lestari sebagai sumber pangan bergizi di tingkat rumah tangga. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, kesadaran, dan praktik masyarakat terhadap pencegahan anemia.

Kajian literatur menunjukkan bahwa berbagai penelitian mendukung konsep intervensi ini. Wati (2023), dalam kegiatan pengabdian di Kabupaten Tanah Bumbu, melaporkan bahwa posyandu dapat dioptimalkan untuk meningkatkan pengetahuan sekaligus menurunkan prevalensi anemia melalui edukasi interaktif dan pendampingan yang terbukti efektif dalam jangka menengah hingga pendek. Sejumlah studi juga menegaskan bahwa intervensi berbasis komunitas, edukasi gizi, dan suplementasi zat besi memberikan dampak positif dalam menurunkan anemia pada remaja. Penelitian lain terkait pemanfaatan pekarangan rumah menunjukkan bahwa akses pangan rumah tangga terhadap sayuran dan tanaman bergizi meningkat dengan pengelolaan pekarangan secara sistematis, sehingga berkontribusi pada ketahanan pangan lokal (Prihandini, 2023). Studi mengenai minuman herbal lokal yang kaya zat besi, rempah, maupun tanaman hijau mendukung gagasan bahwa produk seperti TEMIA berpotensi menjadi alternatif suplemen pangan lokal dalam upaya pencegahan anemia (Muthia, 2023).

Dengan landasan data SKI sebagai gambaran prevalensi nasional dan dukungan literatur empiris mutakhir, kegiatan pengabdian ini diharapkan dapat menjadi model integratif yang menggabungkan inovasi produk lokal dengan pemberdayaan pekarangan dalam upaya mewujudkan Desa Zero Anemia..

METODE

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Desa Paku, Kabupaten Banjar, dengan sasaran utama remaja, ibu-ibu PKK, dan kader Posyandu. Pemilihan lokasi dan sasaran didasarkan pada tingginya kerentanan anemia di kalangan remaja, peran ibu rumah tangga dalam penyediaan pangan, serta fungsi kader Posyandu sebagai agen kesehatan masyarakat. Metode yang digunakan meliputi beberapa tahapan. Pertama, dilakukan sosialisasi dan edukasi tentang anemia yang mencakup definisi, dampak kesehatan, kebutuhan zat gizi, serta strategi pencegahan berbasis pangan lokal. Materi edukasi disampaikan melalui media leaflet, diskusi interaktif, dan demonstrasi gizi untuk memastikan peningkatan pemahaman masyarakat.

Tahap berikutnya adalah sosialisasi produk TEMIA (Teh Anti Anemia). Bahan utama yang digunakan terdiri dari jahe, kayu secang, dan serai, yang mudah diperoleh dari pekarangan warga maupun pasar lokal. Proses pengolahan dilakukan secara sederhana, yaitu pembersihan bahan, pemotongan, pengeringan, kemudian diracik dalam bentuk teh herbal siap seduh. Produk ini diperkenalkan kepada masyarakat melalui kegiatan sosialisasi, dimana remaja putri, ibu PKK, dan

kader Posyandu diberi kesempatan untuk mencoba dan merasakan manfaat TEMIA secara langsung.

Selanjutnya, dilakukan pemberdayaan pekarangan lestari sebagai sumber pangan bergizi. Kegiatan ini mencakup pendampingan penanaman tanaman kaya zat besi (seperti bayam, kangkung, dan kacang-kacangan) serta rempah yang dapat dimanfaatkan untuk pengolahan TEMIA. Evaluasi kegiatan dilakukan menggunakan kombinasi metode kuantitatif dan kualitatif. Survei dan pre-post test digunakan untuk mengukur peningkatan pengetahuan remaja dan ibu PKK terkait anemia. Observasi partisipatif digunakan untuk menilai keterlibatan kader Posyandu dan ibu rumah tangga dalam kegiatan produksi TEMIA maupun pengelolaan pekarangan. Dokumentasi berupa foto, catatan kehadiran, dan rekaman aktivitas dipakai untuk mendukung data keterlibatan masyarakat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Paku menghasilkan produk inovatif berupa TEMIA (Teh Anti Anemia) yang diformulasikan dari jahe, kayu secang, dan serai. Komposisi bahan dipilih karena kaya fitokimia, bersifat antioksidan, serta diyakini membantu meningkatkan metabolisme zat besi dalam tubuh. Sosialisasi pengolahan dan penyeduhan TEMIA menunjukkan antusiasme tinggi dari peserta, baik remaja putri maupun ibu PKK. Berdasarkan hasil uji organoleptik sederhana, sebagian besar peserta menilai TEMIA memiliki cita rasa segar, aroma khas rempah yang disukai, serta warna menarik sehingga berpotensi diterima sebagai produk lokal berbasis kesehatan.

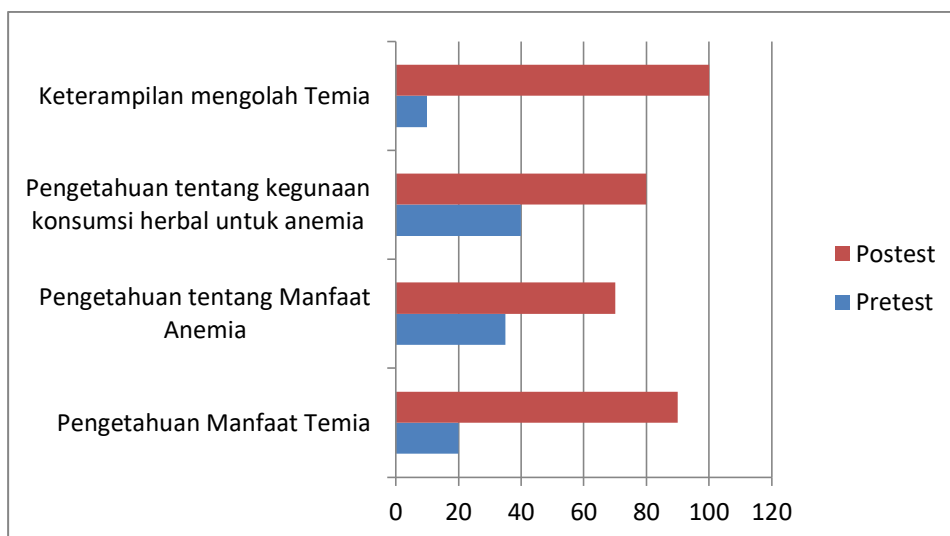
Selain pengembangan produk, kegiatan juga mendorong pemanfaatan pekarangan lestari. Keterlibatan masyarakat dalam menanam sayuran dan tanaman obat keluarga (TOGA) menunjukkan peningkatan partisipasi aktif. Beberapa pekarangan warga mulai diisi dengan tanaman sayur hijau, rempah, dan herbal sebagai bahan pangan sehari-hari. Upaya ini tidak hanya mendukung ketahanan pangan rumah tangga, tetapi juga memperkuat sumber bahan baku produk TEMIA secara berkelanjutan.



Gambar 1. Pekarangan Lestari Desa Paku Kabupaten Banjar



Gambar 2. Kegiatan Produk TEMIA (Teh Anti Anemia)



Gambar 3. Grafik Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan

Evaluasi pengetahuan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman remaja dan masyarakat tentang anemia setelah mengikuti edukasi. Hasil pre-post test sederhana memperlihatkan kenaikan skor rata-rata pengetahuan, terutama terkait pentingnya zat besi, bahaya anemia, serta strategi pencegahannya melalui konsumsi pangan lokal bergizi dan TEMIA. Hal ini sejalan dengan penelitian Kusuma (2022) yang membuktikan efektivitas edukasi interaktif di posyandu dan masyarakat untuk menekan prevalensi anemia.

Program ini juga memperlihatkan sinergi yang kuat antara mahasiswa, perangkat desa, kader posyandu, dan masyarakat. Dukungan Kepala Desa, PKK, serta guru SMPN 2 Simpang Empat mempercepat implementasi kegiatan mulai dari edukasi, pemberdayaan pekarangan, hingga pemilihan Duta Remaja Anti Anemia. Kolaborasi lintas pihak ini menjadi kunci keberhasilan dalam membangun kesadaran kolektif untuk menciptakan Desa Zero Anemia.

Hasil kegiatan ini selaras dengan berbagai literatur yang menekankan efektivitas intervensi gizi berbasis komunitas, pemanfaatan herbal anti anemia, serta pengembangan pekarangan berkelanjutan sebagai strategi ketahanan pangan lokal. Dengan demikian, model intervensi ini berpotensi direplikasi pada desa lain yang memiliki masalah serupa, dengan tetap menyesuaikan potensi lokal yang dimiliki (Ramadhani, 2025).

KESIMPULAN

Program pengabdian masyarakat melalui implementasi Desa Zero Anemia di Desa Paku, Kabupaten Banjar, berhasil menunjukkan bahwa inovasi produk lokal TEMIA (Teh Anti Anemia) berbasis jahe, kayu secang, dan serai dapat diterima oleh masyarakat sebagai minuman herbal fungsional. Kegiatan sosialisasi, edukasi, serta pemanfaatan pekarangan lestari terbukti meningkatkan pengetahuan remaja dan masyarakat tentang anemia sekaligus mendorong perubahan praktik dalam pemenuhan gizi berbasis pangan lokal.

Sinergi mahasiswa, perangkat desa, kader posyandu, PKK, dan sekolah menjadi faktor kunci keberhasilan program, sehingga terwujud kolaborasi nyata dalam mewujudkan masyarakat sehat bebas anemia. Ke depan, intervensi ini dapat dikembangkan lebih lanjut melalui penguatan kapasitas produksi TEMIA, keberlanjutan pekarangan lestari, serta replikasi model Desa Zero Anemia di wilayah lain yang memiliki potensi serupa.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Program Penguatan Kapasitas Organisasi Kemahasiswaan oleh Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Republik Indonesia atas pendanaan yang diberikan Tahun 2025.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). Survei Kesehatan Indonesia 2024. Kementerian Kesehatan RI
- Kusuma, T. U. (2022). Peran Edukasi Gizi Dalam Pencegahan Anemia Pada Remaja Di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Surya Muda*, 4(1), 61-78.
- Prihandini, Y. A., Wati, H., Muthia, R., Santoso, U., Soedarwo, V. S. D., & Nursandi, F. (2023). Program Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sari Gadung Tanah Bumbu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(10), 4183-4190.
- Prihandini, Y. A., Wati, H., Muthia, R., Santoso, U., Soedarwo, V. S. D., & Nursandi, F. (2023). Program Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu sebagai Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sari Gadung Tanah Bumbu. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(10), 4183-4190.
- Ramadhani, A., Prihandini, Y. A., Musfirah, Y., & Radini, M. (2025). PROGRAM KADER INDEPENDEN MELALUI COACHING PMT PANGAN LOKAL SEBAGAI UPAYA SKILL ENHANCEMENT KADER KESEHATAN. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(3), 2574-2579.
- Wati, H., Muthia, R., Prihandini, Y. A., Santoso, U., Soedarwo, V. S. D., & Nursandi, F. (2024). Pemberdayaan Ibu Kader PKK dalam Upaya Pencegahan Stunting di Desa Sari Gadung Kabupaten Tanah Bumbu Kalimantan Selatan: Family Welfare Building in the Prevention of Stunting in Sari Gadung Village, Bumbu Kalimantan South Land District. *Pengabdianmu: Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9(1), 155-161.