

**PEMBERDAYAAN SOCIO-PRENEUR PADA REMAJA KARANGTARUNA
MELALUI INOVASI PANGAN LOKAL UNTUK PENCEGAHAN ANEMIA**
*Socio-Preneur Empowerment among Karang Taruna Adolescents through Local Food
Innovation for Anemia Prevention*

Christina Pernatun Kismoyo¹, Vonita Indra Andriani²

¹Program Studi Kebidanan, STIKes AKBIDYO

²Program Studi Manajemen, STIKes AKBIDYO

Email: pernatun01@gmail.com

Abstract

Anemia among adolescents remains a public health problem that affects quality of life, academic achievement, productivity, and future reproductive health. Limited nutritional knowledge, unbalanced dietary patterns, and suboptimal utilization of local food resources contribute to the high prevalence of anemia among adolescents. This Community Service Program aimed to improve adolescents' knowledge and skills in anemia prevention through health education, local food innovation, and strengthening health-based socio-preneurship.

The program applied a participatory empowerment approach through education on anemia and balanced nutrition, training in processing local foods based on moringa leaves, social entrepreneurship training, and mentoring of adolescent groups. The activity was conducted at Potorono Village Hall on January 17, 2026, involving 27 youth members of the Karang Taruna organization from four hamlets. Evaluation was carried out using pre-test and post-test assessments of participants' knowledge, as well as observation of participants' skills.

The results showed an increase in the average knowledge score of participants from 75.36% to 84.95%. The adolescents were also able to produce innovative products, namely Sorgreen Cookies and BakyuLor Dawet made from moringa leaves, as healthy foods for anemia prevention. This program demonstrates that the integration of health education, local food utilization, and socio-preneurship is effective in improving adolescents' capacity for community-based anemia prevention.

Keywords: anemia, adolescents, socio-preneur, local food, moringa leaves

Abstrak

Anemia pada remaja masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak terhadap kualitas hidup, prestasi belajar, produktivitas, dan kesehatan reproduksi di masa mendatang. Rendahnya pengetahuan gizi, pola makan tidak seimbang, serta kurang optimalnya pemanfaatan pangan lokal menjadi faktor yang berkontribusi terhadap tingginya kejadian anemia pada remaja. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja dalam pencegahan anemia melalui edukasi kesehatan, inovasi pangan lokal, dan penguatan socio-preneur berbasis kesehatan. Metode kegiatan menggunakan pendekatan pemberdayaan partisipatif melalui edukasi anemia dan gizi seimbang, pelatihan pengolahan pangan lokal berbasis daun kelor, pelatihan kewirausahaan sosial, serta pendampingan kelompok remaja. Kegiatan dilaksanakan di Balai Desa Potorono pada tanggal 17 Januari 2026 dengan melibatkan 27 remaja Karang Taruna dari empat pedukuhan. Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test pengetahuan serta observasi keterampilan peserta.

Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan rata-rata pengetahuan peserta dari 75,36% menjadi 84,95%. Remaja juga mampu menghasilkan produk inovatif berupa *Sorgreen Cookies* dan Dawet BakyuLor berbasis daun kelor sebagai pangan sehat pencegah anemia. Program ini menunjukkan bahwa integrasi edukasi kesehatan, pemanfaatan pangan lokal, dan socio-preneur efektif meningkatkan kapasitas remaja dalam pencegahan anemia berbasis masyarakat.

Kata kunci: anemia, remaja, socio-preneur, pangan lokal, daun kelor

1. PENDAHULUAN

Anemia masih menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang memiliki dampak luas terhadap kualitas hidup, produktivitas, dan kesehatan reproduksi masyarakat, terutama pada kelompok remaja. Anemia merupakan kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah nilai normal sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh menjadi menurun. Penurunan kadar hemoglobin dapat menyebabkan gangguan fisiologis berupa kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, mudah lelah, hingga menurunnya produktivitas remaja (Sari, 2020).

Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia yang paling banyak ditemukan di dunia dan menjadi masalah kesehatan global yang serius. Data global menunjukkan prevalensi anemia mencapai hampir 30% populasi dunia, sedangkan kawasan Asia Tenggara memiliki prevalensi lebih tinggi yaitu sekitar 41,9%. Di Indonesia, prevalensi anemia pada remaja mengalami peningkatan dari 22,7% pada tahun 2013 menjadi 32% pada tahun 2018 (Tando, YD, Titaley, CR, Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, 2024).

Remaja merupakan kelompok usia yang rentan mengalami anemia karena berada pada fase pertumbuhan cepat yang membutuhkan asupan zat gizi tinggi, terutama zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Pada remaja putri, risiko anemia lebih tinggi karena adanya kehilangan darah saat menstruasi. Selain itu, pola makan yang kurang sehat, rendah konsumsi makanan sumber zat besi, serta rendahnya pengetahuan tentang gizi menjadi faktor yang memperburuk kondisi anemia pada remaja (Mularsih S., Setyowati W., Widyatun, D., 2025).

Dampak anemia pada remaja tidak hanya memengaruhi kondisi fisik, tetapi juga perkembangan intelektual dan sosial (WHO, 2011). Pada kelompok remaja, anemia tidak hanya menyebabkan kelelahan, penurunan konsentrasi belajar, dan menurunnya prestasi akademik, tetapi juga meningkatkan risiko gangguan kesehatan reproduksi pada masa dewasa (Sari, Tina, Judistiani, & Hilmanto, 2022); (Hafid, Nuswantari, & Sariman, 2025). Dalam jangka panjang, anemia yang tidak ditangani dapat meningkatkan risiko komplikasi kesehatan reproduksi di masa mendatang.

Salah satu pendekatan yang efektif dalam pencegahan anemia adalah melalui edukasi gizi seimbang dan pemanfaatan pangan lokal. Daun kelor, bayam, dan bahan pangan lokal lainnya memiliki kandungan zat besi dan mikronutrien yang tinggi sehingga potensial digunakan sebagai pangan fungsional pencegah anemia (Angelina et al., 2021);(Yang, 2023). Pemanfaatan pangan lokal yang dikombinasikan dengan pendekatan socio-preneur dapat menjadi strategi inovatif dalam pemberdayaan remaja.

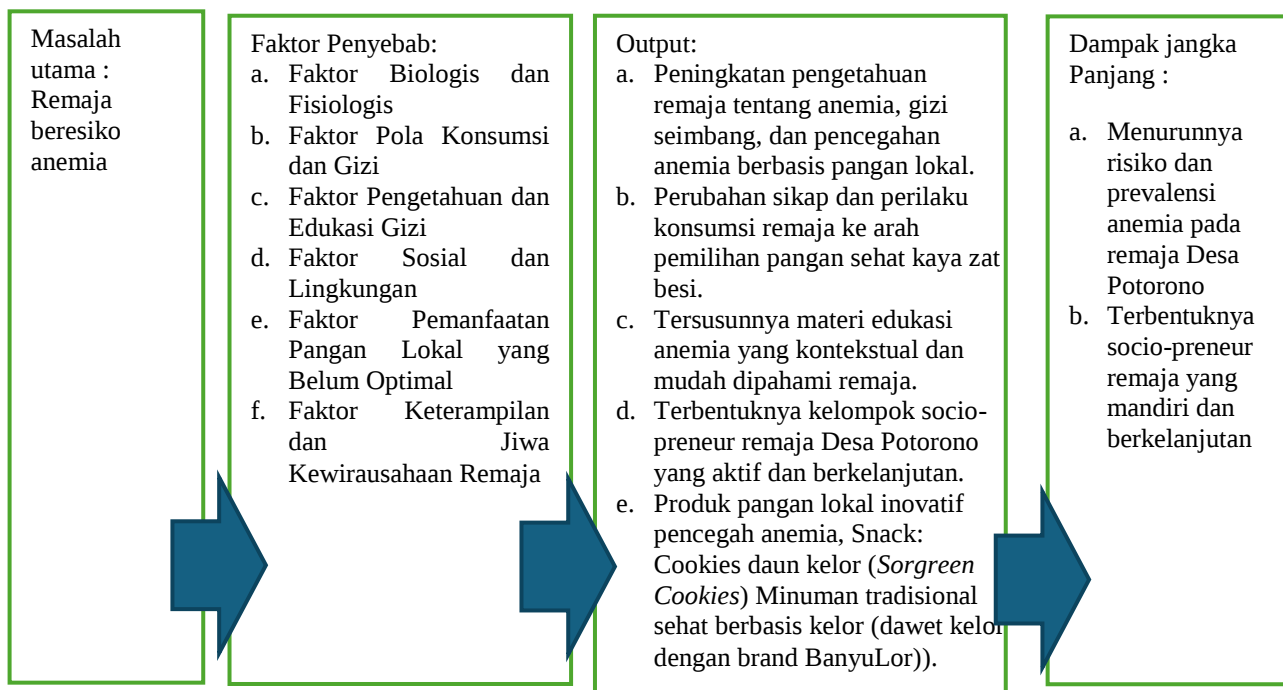
Pendekatan socio-preneur mengintegrasikan nilai sosial dan ekonomi melalui pengembangan produk berbasis pangan lokal yang mendukung kesehatan masyarakat. Melalui pendekatan ini, remaja tidak hanya memperoleh pengetahuan tentang anemia

dan gizi seimbang, tetapi juga keterampilan mengolah pangan lokal menjadi produk bernilai ekonomi dan edukatif (Astuti, R.R., 2023). Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai upaya pemberdayaan remaja melalui edukasi anemia, pemanfaatan pangan lokal, dan pengembangan socio-preneur berbasis kesehatan di Desa Potorono.

2. METODE

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat (PkM) ini menggunakan pemberdayaan partisipatif (*participatory empowerment approach*) melibatkan berbagai pemangku kepentingan dengan peran yang saling mendukung. Tim PkM (dosen dan mahasiswa) berperan sebagai perencana, fasilitator, dan pelaksana kegiatan, sedangkan remaja Desa Potorono usia 15-20 tahun menjadi sasaran utama sekaligus partisipan aktif dalam proses pemberdayaan. Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 17 Januari 2026 di Balai Desa Potorono dengan melibatkan 27 remaja Karang Taruna dari Pedukuhan Banjardadap, Balong Kidul, Codrowangsan, dan Prangwedanan sebagai peserta dan agen perubahan yang diharapkan dapat menyebarkan pengetahuan kepada remaja lainnya. Selain itu, Pemerintah Desa Potorono dan organisasi Karang Taruna berperan sebagai mitra yang mendukung penyelenggaraan, koordinasi, serta keberlanjutan program pemberdayaan di masyarakat.

Kerangka Pemecahan Masalah



Gambar 1. Kerangka Pemecahan Masalah

Metode pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahapan, yaitu:

- 1) **Tahap Persiapan** Tahap ini meliputi identifikasi masalah kesehatan remaja terkait anemia, koordinasi dengan pemerintah desa dan Karang Taruna, penyusunan materi edukasi, serta persiapan media pembelajaran dan bahan pelatihan.
- 2) **Tahap Pelaksanaan** Kegiatan dilaksanakan melalui:
 - a. Edukasi anemia dan gizi seimbang pada remaja.
 - b. Pelatihan pengolahan pangan lokal berbasis daun kelor.
 - c. Pelatihan socio-preneur dan kewirausahaan sosial.
 - d. Pendampingan produksi, pengemasan, dan pemasaran produk pangan sehat.

Metode edukasi dilakukan secara interaktif melalui ceramah, diskusi, tanya jawab, simulasi, dan praktik langsung.

- 3) **Tahap Evaluasi** Evaluasi dilakukan menggunakan pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta mengenai anemia dan socio-preneur. Selain itu, dilakukan observasi keterampilan peserta dalam pengolahan pangan lokal dan pemasaran produk.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Khalayak sasaran kegiatan ini adalah remaja Desa Potorono, baik remaja putra maupun remaja putri usia 15–20 tahun. Pemilihan remaja sebagai sasaran utama didasarkan pada tingginya risiko anemia pada kelompok usia tersebut serta potensi remaja sebagai agen perubahan kesehatan di masyarakat. Kegiatan diikuti oleh 27 remaja Karang Taruna dari empat pedukuhan, yaitu Banjardadap, Balong Kidul, Codrowangsari, dan Prangwedanan. Keterlibatan lintas pedukuhan menunjukkan adanya representasi wilayah yang cukup merata dan mencerminkan antusiasme remaja terhadap program pemberdayaan berbasis kesehatan dan kewirausahaan sosial.

a. Edukasi Anemia dan Gizi Seimbang

Kegiatan diawali dengan edukasi mengenai anemia, faktor risiko, dampak anemia terhadap kesehatan dan prestasi belajar, serta pencegahan anemia melalui pola makan gizi seimbang. Edukasi dilakukan menggunakan metode ceramah interaktif, diskusi kelompok, dan media audiovisual.



Gambar 2. Edukasi Anemia dan Gizi Seimbang

Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta mengenai anemia setelah mengikuti kegiatan. Peningkatan tertinggi terlihat pada pemahaman konsep dasar anemia dan dampak anemia terhadap kesehatan remaja. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan yang dilakukan secara partisipatif mampu meningkatkan literasi kesehatan remaja. Peningkatan pengetahuan tersebut sejalan dengan teori promosi kesehatan yang menyatakan bahwa pengetahuan merupakan faktor penting dalam pembentukan perilaku kesehatan (Notoatmodjo, 2012). Remaja yang memahami dampak anemia cenderung memiliki kesadaran lebih baik dalam melakukan tindakan pencegahan.

b. Inovasi Pangan Lokal sebagai Media Pencegahan Anemia

Kegiatan berikutnya adalah pelatihan pengolahan pangan lokal berbasis daun kelor sebagai sumber zat besi alami. Produk inovatif yang dikembangkan berupa *Sorgreen Cookies* dan Dawet BakyuLor.



Gambar 3. Pembuatan Inovasi Pangan Dan Produk Sorgreen Cookies dan Dawet BakyuLor

Daun kelor memiliki kandungan zat besi, vitamin A, vitamin C, protein, dan antioksidan yang tinggi sehingga potensial dikembangkan sebagai pangan fungsional untuk pencegahan anemia (Yang, 2023). Konsumsi pangan lokal kaya zat besi secara teratur memiliki potensi besar dalam meningkatkan status hemoglobin remaja putri (Nurita et al., 2025). Pemanfaatan daun kelor dalam kegiatan ini tidak hanya meningkatkan nilai gizi produk, tetapi juga meningkatkan daya tarik pangan lokal melalui inovasi pengolahan. Remaja dilibatkan secara langsung dalam proses produksi, mulai dari pemilihan bahan baku, pengolahan, hingga pengemasan produk. Pendekatan partisipatif ini meningkatkan rasa memiliki (*sense of ownership*) terhadap produk yang dihasilkan sekaligus meningkatkan keterampilan praktis remaja.

c. Penguatan Kapasitas Socio-Preneur Remaja

Pelatihan socio-preneur diberikan untuk menanamkan pemahaman bahwa kegiatan usaha tidak hanya berorientasi pada keuntungan ekonomi, tetapi juga memberikan dampak sosial bagi masyarakat. Dalam konteks kegiatan ini, dampak sosial yang diharapkan adalah meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap pencegahan anemia melalui konsumsi pangan sehat. Pengembangan inovasi pangan lokal berbasis potensi

daerah dapat menjadi strategi yang efektif dalam meningkatkan asupan gizi remaja sekaligus membuka peluang usaha produktif berbasis masyarakat (Millogo et al., 2026).



Gambar 4. Remaja Karangtaruna Praktik Sosio-Preneur

Materi pelatihan meliputi konsep socio-preneur, perhitungan biaya produksi, branding produk, strategi pemasaran, dan pengelolaan usaha kecil. Remaja mulai memahami bahwa produk pangan sehat dapat menjadi sarana edukasi kesehatan sekaligus peluang usaha yang mendukung kemandirian ekonomi.

d. **Monitoring dan Evaluasi Program**

Evaluasi program dilakukan menggunakan pre-test dan post-test pengetahuan peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pengetahuan pada seluruh indikator penilaian.

Tabel 1. Hasil Pre Tes dan Post Tes Pengetahuan Ibu Menyusui

No	Indikator	Pre-Test (%)	Post-Test (%)
1	Konsep Dasar Anemia pada Remaja	76,0	90,0
2	Dampak Anemia terhadap Kesehatan dan Prestasi Remaja	81,0	92,0
3	Pencegahan Anemia melalui Gizi dan PHBS	74,0	88,0
4	Konsep Socio-Preneur dan Kewirausahaan Sosial	70,0	82,0
5	Peran Remaja dalam Socio-Preneur Pencegahan Anemia	73,0	85,0
6	Pembentukan dan Pengelolaan Kelompok Socio-Preneur	72,0	83,0
7	Produksi, Pengemasan, dan Pemasaran Produk	71,0	81,0
Rata-rata		75,36	84,95

Berdasarkan hasil evaluasi, rata-rata pengetahuan peserta meningkat dari 75,36% menjadi 84,95%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa penerapan IPTEKS melalui edukasi kesehatan, pengolahan pangan lokal, dan pelatihan socio-preneur efektif dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja.

e. Dampak dan Keberlanjutan Program

Kegiatan ini memberikan dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan, keterampilan, dan motivasi remaja dalam pencegahan anemia. Remaja tidak hanya memahami pentingnya konsumsi gizi seimbang, tetapi juga memiliki keterampilan mengolah pangan lokal menjadi produk inovatif bernilai ekonomi. Pembentukan kelompok *socio-preneur* remaja menjadi langkah strategis dalam mendukung keberlanjutan program berbasis komunitas (Asrijal, A., Maspul, K. A., Seto, A. A., Sain, Z., & Maq, 2024). Program ini juga memiliki potensi untuk direplikasi di wilayah lain dengan karakteristik masyarakat yang serupa.

4. PENUTUP

a. Kesimpulan

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat “Pemberdayaan *Socio-Preneur* Remaja Desa Potorono melalui Inovasi Pangan Lokal untuk Pencegahan Anemia” terlaksana dengan baik dan memberikan dampak positif terhadap peningkatan kapasitas remaja dalam aspek pengetahuan kesehatan, keterampilan pengolahan pangan lokal, dan kewirausahaan sosial. Kegiatan edukasi anemia dan gizi seimbang terbukti efektif meningkatkan pengetahuan peserta yang ditunjukkan melalui peningkatan nilai rata-rata dari 75,36% menjadi 84,95%. Selain itu, remaja mampu menghasilkan produk inovatif berupa *Sorgreen Cookies* dan Dawet BakyuLor berbasis daun kelor sebagai pangan sehat pencegah anemia. Integrasi edukasi kesehatan, inovasi pangan lokal, dan *socio-preneur* menunjukkan bahwa pendekatan pemberdayaan berbasis komunitas dapat menjadi strategi efektif dan berkelanjutan dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

b. Saran

Program serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan dengan pendampingan yang lebih intensif, terutama dalam penguatan kelompok *socio-preneur* remaja, pengembangan variasi produk pangan lokal sehat, serta peningkatan kemampuan branding dan pemasaran produk.

Kolaborasi antara pemerintah desa, institusi pendidikan, kader kesehatan, dan masyarakat perlu diperkuat untuk mendukung keberlanjutan program pemberdayaan remaja berbasis kesehatan.

5. UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana menyampaikan terima kasih kepada Pemerintah Desa Potorono, Karang Taruna, kader kesehatan, mahasiswa KKN, dan seluruh peserta yang telah mendukung pelaksanaan kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelina, C., Swasti, Y. R., Pranata, F. S., Teknobiologi, F., Atma, U., Yogyakarta, J., & Yogyakarta, D. I. (2021). *Peningkatan Nilai Gizi Produk Pangan Dengan Penambahan Bubuk Daun Kelor (Moringa oleifera) : REVIEW Increased Nutritional Value of Food Products with the Addition of Moringa Leaf Powder: A Review*. 15(01).
- Asrijal, A., Maspul, K. A., Seto, A. A., Sain, Z., & Maq, M. M. (2024). Youth Organization Empowerment through Creative Entrepreneurship Business in the Village. *Amalee: Journal of Community Research and Engagement. Indonesia*. <https://doi.org/https://doi.org/10.37680/amalee.v5i2.3369>
- Eka Ratri Astuti. (2023). Literature review : faktor-faktor penyebab anemia pada remaja putri. *Jambura journal of health science and research*, 5(2), 550–561.
- Hafid, F., Nuswantari, A., & Sariman, S. (2025). Iron Supplement Consumption , Dietary Intake , Nutritional Status , and Anemia Among and Anemia Among Adolescent Girls in Banawa, Donggala Regency. *Journal of Health and Nutrition Research*., 4(2).
- Millogo, O., Cliffer, I. R., Barry, Y., Kouanda, I., Sie, A., Fawzi, W., ... Wang, D. (2026). *Anaemia among school - going adolescents in Burkina Faso : Prevalence and associated factors*. 21(June 2022). <https://doi.org/10.1111/mcn.13518>
- Notoatmodjo, S. (2012). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurita, S. R., Perwitasari, T., Kusuma, R., Baiturrahim, U., Baiturrahim, U., & Jambi, K. (2025). *Pemanfaatan Pangan Lokal untuk Pencegahan Anemia pada Remaja Putri di SMAS Adhyaksa 1 Kota Jambi*. 14(1), 113–125.
- Sari. (2020). Hubungan kadar hemoglobin dengan konsentrasi belajar remaja. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 11(2), 77–84.
- Sari, P., Tina, R., Judistiani, D., & Hilmanto, D. (2022). *Iron Deficiency Anemia and Associated Factors Among Adolescent Girls and Women in a Rural Area of Jatinangor , Indonesia*. (August), 1137–1147.
- Sri Mularsih, Widyah Setyowati, Dyah Widyatun, D. (2025). *Anemia pada Kesehatan Perempuan*. Jakarta: PT Bukuloka Literasi Bangsa.
- Tando, YD, Titaley, CR, Tahitu, R., Asmin, E., & Sara, L. (2024). Edukasi pencegahan anemia dan peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah pada remaja putri. *Jurnal Masyarakat Mandiri*. <https://doi.org/https://doi.org/10.31764/jmm.v8i1.20774>
- WHO. (2011). *Haemoglobin Concentrations for the Diagnosis of Anaemia and Assessment of Severity*. Geneva: World Health Organization.
- Yang. (2023). Nutritional benefits of Moringa oleifera leaves. *Food Science and Nutrition Journal*, 7(3), 90–98.