

## Pendampingan Santri Dalam Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Mencegah Anemia

Evi Lusiana<sup>1\*</sup>, Muhammad Irsan Saleh<sup>1</sup>, Nia Savitri Tamzil<sup>1</sup>, Desi Oktarina<sup>2</sup>, Tia Sabrina<sup>3</sup>, Aisyah Turridtho<sup>4</sup>, Zahrah Aliyah Qonitah<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Bagian Farmakologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

<sup>2</sup>Bagian Patologi Klinik, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

<sup>3</sup>Bagian Mikrobiologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia

<sup>4</sup>Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sriwijaya, Palembang, Indonesia  
E-mail: mrs.evilusiana@fkunsri.ac.id

---

### Abstrak

Anemia merupakan kondisi kurangnya kadar hemoglobin dalam darah yang dapat menurunkan produktivitas dan kesehatan, terutama di kalangan populasi rentan seperti santri pondok pesantren. Edukasi dan pemanfaatan tanaman herbal memiliki potensi dalam pencegahan anemia. Namun, masih kurang disosialisasikan kepada santri. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan santri terkait anemia, pemanfaatan tanaman herbal sebagai pencegah anemia dan skrining kesehatan santri di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang dengan melibatkan 40 partisipan (67,5% laki-laki dan 32,5% perempuan). Kegiatan ini mencakup edukasi, skrining kesehatan, dan pendampingan budidaya tanaman herbal. Evaluasi dilakukan dengan *pretest* dan *posttest*. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan pada tingkat pengetahuan dari 30% menjadi 95%, sikap dari 15% menjadi 65%, dan tindakan dari 47,5% menjadi 82,5%. Skrining hemoglobin mengidentifikasi prevalensi anemia sedang pada 42,5% peserta, anemia ringan dan berat masing-masing 10%, serta 37,5% tanpa anemia. Skrining hemoglobin menunjukkan prevalensi anemia sedang pada 42,5% peserta, anemia ringan dan berat masing-masing 10%, serta peserta tanpa anemia sebanyak 37,5%. Edukasi terbukti efektif meningkatkan pemahaman dalam pengetahuan, sikap, dan tindakan santri tentang anemia dan pemanfaatan tanaman herbal sebagai upaya pencegahan anemia.

**Kata kunci:** Anemia, Tanaman Herbal, Pondok Pesantren

### Abstract

**Assistance for Santri in Utilizing Herbal Plants to Prevent Anemia.** *Anemia is a condition characterized by a deficiency of hemoglobin in the blood, which can impair productivity and health, particularly among vulnerable populations such as Islamic boarding school students (santri). Education and the utilization of herbal plants have potential as effective measures for anemia prevention. However, these approaches are underutilized in this population. This study aimed to enhance the knowledge and skills of santri regarding anemia prevention, the use of herbal plants, and health screening at the Modern Thawalib Sriwijaya Islamic Boarding School in Palembang, involving 40 participants (67.5% male, 32.5% female). Activities included educational sessions, health screenings, and guidance on herbal plant cultivation. Evaluations were conducted using pretest and posttest assessments. Results demonstrated significant improvements in knowledge (from 30% to 95%), attitudes (from 15% to 65%), and practices (from 47.5% to 82.5%). Hemoglobin screening revealed moderate anemia in 42.5% of participants, mild and severe anemia in 10% each, and no anemia in 37.5% of participants. Educational interventions effectively improved the understanding, attitudes, and behaviors of santri concerning anemia and the preventive potential of herbal plants.*

*Keywords:* Anemia, Herbal Plants, Islamic Boarding School

---

## 1. PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan rendahnya kadar hemoglobin darah dari batas normal sebagai akibat ketidakmampuan pembentukan sel darah merah.<sup>1,2</sup> Anemia termasuk masalah utama yang memiliki peran penting terhadap kesehatan masyarakat. Prevalensi penderita anemia diperkirakan mencapai dua miliar penduduk dengan setengah dari kasus anemia disebabkan oleh defisiensi zat besi.<sup>3,4</sup> Secara global, prevalensi anemia berkisar antara 40-88% sebagaimana dilaporkan oleh Kaimudin dkk. pada tahun 2017.<sup>3</sup> Di Indonesia, prevalensi anemia menunjukkan peningkatan menjadi 48,9% pada tahun 2018, dengan angka tertinggi ditemukan pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 84,6%.<sup>5</sup> Kelompok anak-anak dan wanita usia produktif memiliki risiko tinggi mengalami anemia.<sup>3,6</sup> Diperkirakan sekitar 30% wanita berusia 15-49 tahun, 42% ibu hamil, dan 47% anak-anak di bawah usia 5 tahun menderita anemia.<sup>4</sup> Kondisi ini merupakan salah satu penyebab signifikan kematian global, berkontribusi terhadap sekitar 115.000 kematian ibu dan 591.000 kematian bayi setiap tahunnya.<sup>4</sup> Anemia kronis dapat menyebabkan penurunan produktivitas, gangguan fungsi kognitif, serta peningkatan kerentanan terhadap infeksi, yang secara kolektif memberikan dampak ekonomi yang substansial.<sup>4</sup>

Pondok pesantren merupakan tempat berkumpulnya banyak santri dimana rentan terjadinya berbagai penyakit salah satunya adalah anemia. Tingginya prevalensi anemia pada santri pondok pesantren dapat menimbulkan implikasi penurunan kesehatan dan produktivitas belajar mereka.<sup>7</sup> Anemia yang tidak terdiagnosis atau tidak ditangani dengan baik dapat mengganggu proses belajar mengajar, mengakibatkan kelelahan, dan menurunkan konsentrasi belajar. Santri di pondok pesantren merupakan kelompok yang rentan terhadap anemia karena gaya hidup yang cenderung kurang aktif dan pola makan yang tidak selalu seimbang. Anemia dapat berdampak serius pada kualitas belajar dan produktivitas santri, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi prestasi akademik dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

Tanaman herbal telah dikenal memiliki potensi dalam meningkatkan kesehatan dan mengatasi anemia. Tanaman herbal seperti daun kelor, bunga rosella, daun kelakai, dan daun bayam memiliki kandungan nutrisi yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah sehingga dapat menjadi solusi yang efektif dalam mengatasi anemia di kalangan santri.<sup>8,9</sup> Namun, tanpa edukasi yang memadai, potensi tanaman herbal tidak dapat dimanfaatkan secara optimal. Pendampingan dalam rangka memberdayakan sangat penting dalam mendorong peran aktif masyarakat khususnya para santri di Pondok Pesantren.

Pondok Pesantren Thawalib Sriwijaya Palembang merupakan salah satu institusi pendidikan Islam modern yang berlokasi di wilayah administrasi Kota Palembang. Pesantren ini mengadopsi sistem pendidikan berbasis kepondokan, di mana seluruh santrinya menetap (mukim) di lingkungan pondok. Berlokasi di Talang Kemang, Kelurahan/Kecamatan Gandus, Palembang, pondok pesantren ini berjarak sekitar  $\pm 10$  km dari pusat kota dan  $\pm 8$  km dari Jembatan Musi II, Provinsi Sumatera Selatan. Berdiri di atas lahan seluas 10 hektare, fasilitas pondok mencakup satu gedung asrama permanen dan sepuluh ruang kelas yang nyaman, dengan areal seluas 100 hektare di sekitarnya merupakan kaplingan masyarakat. Pondok Pesantren Thawalib Sriwijaya Palembang menyelenggarakan pendidikan formal tingkat Tsanawiyah (setara SMP) dan Aliyah (setara SMA) dengan pendekatan klasikal. Namun, mayoritas santri belum memiliki pengetahuan yang memadai tentang anemia serta potensi pemanfaatan tanaman herbal sebagai upaya pencegahan dan penanganan kondisi tersebut. Oleh karena itu, diperlukan upaya sosialisasi untuk meningkatkan pemahaman mereka mengenai anemia dan pemanfaatan tanaman herbal sebagai bagian dari perawatan kesehatan mandiri yang benar. Sebagai pusat keunggulan (*center of excellence*) dalam aspek moral agama, kesehatan, dan ekonomi, pondok pesantren berperan strategis dalam pemberdayaan masyarakat. Pemberdayaan berbasis pondok pesantren memiliki potensi besar untuk menjangkau masyarakat sekitar

yang belum terakomodasi dalam program kesehatan pemerintah, sehingga dapat menjadi sarana efektif dalam meningkatkan status kesehatan masyarakat secara luas.

Berdasarkan pada studi analisis situasi di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang ini. program pengabdian masyarakat ditujukan untuk melakukan “Pendampingan Santri dalam Pemanfaatan Tanaman Herbal untuk Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang” dengan tujuan peningkatan pengetahuan dan keterampilan santri mengenai pencegahan anemia melalui pendampingan budidaya tanaman, penyuluhan (edukasi), dan skrining kesehatan pemeriksaan kadar hemoglobin.

## 2. TINJAUAN PUSTAKA

Hemoglobin (Hb) merupakan parameter utama yang digunakan untuk menentukan keadaan anemia (Tabel 1). Kadar hemoglobin yang rendah menjadi indikator adanya anemia. Hemoglobin adalah suatu pigmen darah yang berperan penting dalam proses pengangkutan oksigen dan karbondioksida di dalam tubuh.<sup>10</sup>

Tabel 1. Ambang Batas Anemia Menurut Umur dan Jenis Kelamin

Populasi	Anemia			
	Non-anemia (g/dl)	Ringan (g/dl)	Sedang (g/dl)	Berat (g/dl)
Anak 6 – 59 bulan	11	10,0 – 10,9	7,0 – 9,9	< 7,0
Anak 5–11 tahun	11,5	11,0 –11,4	8,0 – 10,9	< 8,0
Anak 12–14 tahun	12	11,0 –11,9	8,0 – 10,9	< 8,0
Perempuan tidak hamil ( $\geq 15$ tahun)	12	11,0 –11,9	8,0 – 10,9	< 8,0
Ibu hamil	11	10,0–10,9	7,0 – 9,9	< 7,0
Laki-laki $\geq 15$ tahun	13	11,0 – 12,9	8,0 – 10,9	< 8,0

Sumber: WHO, 2011 dalam Kemenkes RI, 2016

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2010 tentang Hortikultura, tanaman obat dikategorikan sebagai bagian dari tanaman hortikultura, yang meliputi tanaman penghasil buah, sayur, bahan obat nabati, florikultura, jamur, lumut, dan tanaman air yang dapat dimanfaatkan sebagai sayuran.<sup>11</sup> Tanaman hortikultura diklasifikasikan menjadi 323 jenis, terdiri dari 60 jenis tanaman buah, 80 jenis sayuran, 117 florikultura, dan 66 tanaman

herbal. Tanaman herbal merupakan jenis tanaman yang memiliki potensi terapeutik dalam pengobatan. Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan No. 1076/Menkes/SK/VII/2003, pengobatan tradisional dianjurkan untuk memanfaatkan tanaman herbal sebagai sarana penyembuhan.<sup>12</sup> Penggunaan obat-obatan herbal dan tradisional telah direkomendasikan sebagai bagian dari upaya pemeliharaan kesehatan serta pencegahan dan pengobatan penyakit, mulai dari kondisi ringan hingga penyakit kronis.<sup>13</sup> Di Indonesia, pengobatan tradisional telah diintegrasikan ke dalam sistem pelayanan kesehatan nasional. Komitmen pemerintah dalam mendukung pengembangan tanaman obat tercermin dalam Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 9 Tahun 2006, yang mengatur pengembangan kesehatan tradisional melalui asuhan mandiri berbasis pemanfaatan tanaman obat keluarga.<sup>13,14</sup>

Tanaman herbal seperti daun kelor, bunga rosela, daun kelakai, buah jambu biji, dan daun bayam diketahui memiliki potensi besar dalam mengatasi berbagai masalah kesehatan, termasuk anemia. Tanaman herbal tersebut kaya akan zat besi, vitamin C, dan nutrisi lainnya yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah dan meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Dengan demikian, konsumsi secara teratur dari tanaman herbal tersebut dapat membantu mengatasi anemia dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan.<sup>15-17</sup>

### 3. METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini terdiri dari tiga tahap, yakni pra pelaksanaan, pelaksanaan, dan evaluasi. Tahap pra pelaksanaan mencakup pengkajian kebutuhan kesehatan, analisis situasi, dan persiapan program. Tahap pelaksanaan meliputi edukasi tentang anemia dan tanaman herbal, skrining hemoglobin, serta pendampingan budidaya herbal. Tahap evaluasi dilakukan dengan *pretest* dan *posttest* untuk menilai peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan santri, serta menganalisis hasil kegiatan.

#### Pra Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan berdasarkan hasil pengkajian masalah kesehatan yang teridentifikasi di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya. Tahap persiapan untuk kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan selama 5 bulan, dimulai pada 01 April 2024 hingga waktu pelaksanaan pada 20 Agustus 2024 (Tabel 2). Sebelum melaksanakan kegiatan pengabdian masyarakat, tim pelaksana menentukan indikator-indikator kegiatan yang digunakan sebagai acuan untuk mengukur keberhasilan dalam menyelesaikan permasalahan mitra.

Tabel 2. Pra Pelaksanaan pengabdian masyarakat

No	Kegiatan	Waktu
1.	Survei tahap awal ke lokasi mitra	01 April 2024
2.	Identifikasi permasalahan yang dihadapi mitra	09 April 2024
3.	Perencanaan program pengabdian masyarakat bersama mitra dan penandatanganan persetujuan kerjasama dengan mitra.	17 April 2024
4.	Penyusunan proposal untuk pengajuan kegiatan pengabdian masyarakat	24 April 2024
5.	Persiapan alat, materi, dan media yang akan digunakan	15 Mei 2024
6.	Survei tahap kedua sebagai persiapan pelaksanaan program pengabdian masyarakat dan penetapan tanggal pelaksanaan	19 Juni 2024
7.	Persiapan akhir pelaksanaan kegiatan, meliputi: tempat penyelenggara, peserta, dan kebutuhan mitra	17 Juli 2024

## Pelaksanaan

Program pengabdian masyarakat ini mengusung tema “Sehatkan Anemia dengan Nutrisi Tanaman Herbal Alami (SANTRI).” Pelaksanaan kegiatan meliputi tiga rangkaian yang dilakukan secara berkesinambungan, meliputi penyuluhan (edukasi), skrining (pemeriksaan kesehatan), dan pendampingan budidaya tanaman obat (Tabel 3). Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Sabtu, 20 Agustus 2024 di lokasi mitra yakni Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya, Gandus Palembang, Sumatera Selatan. Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan oleh Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya yang mengikutsertakan mahasiswa FK Unsri.

Tabel 3. Pelaksanaan Kegiatan

No	Kegiatan	Indikator
1.	Penyuluhan dan edukasi mengenai anemia dan pengenalan tanaman herbal pencegah anemia. a. Peserta melakukan pengisian <i>pretest</i> untuk mengukur pemahaman awal tentang pengetahuan, sikap, dan tindakan terkait anemia dan penggunaan tanaman herbal. b. Penyuluhan dan edukasi terkait anemia dan manfaat nutrisi dari tanaman herbal dalam penanganan anemia. c. Sesi tanya jawab dan diskusi interaktif dengan peserta. d. Pengisian <i>posttest</i> untuk mengukur kembali pengetahuan, sikap, dan tindakan peserta.	1. Tingkat perubahan pemahaman (pengetahuan, sikap, dan tindakan) peserta mengenai anemia dan nutrisi tanaman herbal, yang diukur melalui hasil pre-test dan post-test. 2. Jumlah peserta yang berpartisipasi aktif dalam sesi penyuluhan dan diskusi. 3. Dampak edukasi terhadap kesiapan peserta dalam memanfaatkan tanaman herbal sebagai langkah pencegahan dan penanganan anemia.
2.	Skrining (pemeriksaan kesehatan). a. Pemeriksaan kesehatan yang meliputi pengukuran tekanan darah dan kadar hemoglobin (Hb) untuk deteksi dini anemia.	1. Jumlah peserta yang mengikuti skrining kesehatan. 2. Hasil skrining kesehatan sebagai data awal tentang kondisi fisik dan risiko anemia di kalangan peserta.
3.	Pendampingan pemanfaatan tanaman herbal. a. Pengenalan jenis tanaman herbal yang bermanfaat untuk pencegahan anemia.	1. Peningkatan keterampilan dan pengetahuan peserta mengenai budidaya tanaman herbal.

### Evaluasi

Evaluasi dilakukan melalui *pretest* dan *posttest* yang diisi oleh seluruh peserta. Tes tersebut terdiri atas pertanyaan yang mencakup (a) Pemahaman mengenai anemia; (b) Sikap dan tindakan untuk mencegah anemia; (c) Manfaat tanaman herbal dalam pencegahan dan penanganan anemia; dan (d) Pemahaman mengenai skrining kesehatan untuk deteksi dini anemia. Penilaian dilakukan untuk menilai peningkatan pengetahuan santri tentang anemia serta tanaman herbal pencegahan dan penanganan anemia. Pengolahan data dilakukan berdasarkan hasil kuesioner yang dikerjakan peserta. Hasil tersebut digunakan untuk mengukur tingkat pemahaman peserta, menilai perubahan sikap dan tindakan serta menilai efektivitas kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil kuesioner dari total 40 partisipan yang ada di Pondok Pesantren Thawalib Palembang menunjukkan distribusi jenis kelamin laki-laki (67,5%) dan perempuan (32,5%) (Tabel 4).

Tabel 4. Karakteristik partisipan (N=40)

Karakteristik responden	Frekuensi (n)	Persen (%)
Laki-laki	27	67,5
Perempuan	13	32,5

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil sebaran kuesioner sebelum dan sesudah dilakukan edukasi didapatkan peningkatan hasil kategori baik (Tabel 5). Sebelum dilakukan edukasi, 70% partisipan masih memiliki tingkat pengetahuan, sikap dan tindakan yang kurang. Setelah dilakukan edukasi mengenai anemia pada partisipan, hasil pengetahuan, sikap, dan tindakan partisipan mengalami peningkatan. Partisipan dengan tingkat pengetahuan baik 95%, sikap yang baik 65%, dan tindakan yang baik 82,5%.

Tabel 5. Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi (N=40).

Aspek	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
<b>Pengetahuan</b>				
Baik	12	30	38	95
Kurang	28	70	2	5
<b>Sikap</b>				
Baik	6	15	26	65
Kurang	34	85	14	35
<b>Tindakan</b>				
Baik	19	47,5	33	82,5
Kurang	21	52,5	7	17,5

Sumber: Data Primer, 2024



Gamba

Peningkatan pengetahuan, sikap, dan tindakan yang signifikan pada hasil kuesioner sebelum dan sesudah edukasi menunjukkan keberhasilan penyuluhan edukasi) mengenai “Pemanfaatan Tanaman Obat untuk Pencegahan Anemia di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang”. Kuesioner diisi masing-masing peserta berdasarkan pemahamannya secara individu yang dilakukan di awal dan di akhir kegiatan (Gambar 1). Penyampaian materi edukasi dilakukan setelah pengisian *pretest*. Edukasi disampaikan menggunakan poster dan *leaflet*. Setelah itu, dilakukan sesi tanya jawab dan diskusi interaktif yang bertujuan untuk melakukan *recall* materi yang telah disampaikan (Gambar 2). Keberhasilan edukasi ini sejalan dengan pengabdian masyarakat sebelumnya yang dilakukan oleh Putri *et al* tahun 2021 bahwa edukasi anemia defisiensi pada remaja putri menggunakan media *leaflet* mampu meningkatkan pengetahuan responden.<sup>2</sup>

Pemeriksaan kadar hemoglobin darah setiap partisipan didapatkan hasil seperti pada Tabel 6. Berdasarkan hasil pemeriksaan, sebagian besar partisipan (42,5%) mengalami anemia sedang, diikuti dengan partisipan tidak anemia sebanyak 15 partisipan (37,5%), anemia ringan (10%), dan anemia berat (10%).

Tabel 6. Hasil Pemeriksaan Kadar Hemoglobin (N=40) (berdasarkan ambang batas anemia menurut WHO 2011 dalam Permenkes 2016)

Kategori Anemia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Anemia ringan	4	10
Anemia sedang	17	42,5
Anemia Berat	4	10
Tidak anemia	15	37,5

Sumber: Data Primer, 2024

Pemeriksaan skrining hemoglobin merupakan langkah penting dalam deteksi dini anemia (Gambar 3), terutama pada kelompok usia yang rentan seperti anak-anak sekolah. Anemia, yang ditandai dengan kadar hemoglobin rendah, dapat mengganggu perkembangan fisik dan kognitif anak.<sup>2</sup>



Gambar 3. Pemeriksaan skrining hemoglobin

Skrining kadar hemoglobin membantu mengenali risiko anemia sejak dini sehingga dapat segera diberikan intervensi yang sesuai. Pemeriksaan hemoglobin secara rutin dapat mencegah dampak jangka panjang anemia terhadap kesehatan.<sup>9</sup> Pendekatan ini menekankan pentingnya intervensi berbasis bukti dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat dan optimalisasi kualitas hidup anak-anak.



Gambar 4. Pendampingan pemanfaatan tanaman herbal pencegah anemia

Pendampingan pemanfaatan tanaman herbal untuk pencegahan anemia pada anak sekolah dilakukan dengan memberikan edukasi dan pengenalan terhadap berbagai jenis tanaman herbal yang memiliki manfaat dalam mencegah anemia (Gambar 4). Kegiatan ini mengenalkan tanaman seperti daun bayam, daun kelor, jambu biji, daun kelakai, dan bunga rosella yang kaya akan zat besi, vitamin C, dan nutrisi penting lainnya yang dapat membantu mencegah anemia. Kemudian, peserta diminta untuk mengisi kuesioner *posttest*. Hasil kuesioner *pretest* dan *posttest* dianalisis secara statistik. Kegiatan pengabdian masyarakat di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang menunjukkan

peningkatan pengetahuan menjadi 95%, peningkatan sikap menjadi 65%, dan peningkatan tindakan menjadi 82,5%. Partisipan dengan anemia (62,5%) lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak anemia (37,5%).

Tingginya persentase anemia pada santri di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang sejalan dengan penelitian Bani dan Sumarmi (2016) yang sebagian besar respondennya mengalami anemia.<sup>8</sup> Penelitian tersebut mengungkapkan bahwa status anemia berhubungan dengan tingkat kecukupan zat besi tubuh.<sup>8</sup> Menurut Arifianti dan Sudiarti tahun 2023, status anemia dapat disebabkan oleh banyak faktor, di antaranya adalah sarana kesehatan yang mendukung dalam pencegahan anemia, usia, status gizi, pengetahuan gizi, sikap gizi, konsumsi sumber zat besi, asupan folat, konsumsi inhibitor zat besi, dan kecukupan vitamin C.<sup>18</sup>

#### 4. SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat di Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya Palembang menunjukkan peningkatan pengetahuan dari 30% menjadi 95%, peningkatan sikap dari 15% menjadi 65%, dan peningkatan tindakan dari 47,5% menjadi 82,5%. Oleh karena itu, edukasi terbukti efektif meningkatkan pemahaman dalam pengetahuan, sikap, dan tindakan santri tentang anemia dan potensi tanaman herbal sebagai upaya pencegahan anemia. Kasus anemia paling banyak pada seluruh partisipan adalah anemia sedang dengan persentase 42,5%.

#### Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah mendukung pengabdian kepada masyarakat ini. Apresiasi ditujukan kepada pihak pengelola Pondok Pesantren Modern Thawalib Sriwijaya atas kesempatan dan kerja sama yang diberikan dalam pelaksanaan pengabdian ini serta kepada para santri dan pengurus pesantren yang telah berpartisipasi. Terima kasih juga disampaikan kepada para dosen Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya, mahasiswa prodi Pendidikan Dokter, dan seluruh pihak yang berkontribusi dalam setiap tahap pengabdian. Berkat kerja sama dan dukungan dari semua pihak,

pengabdian ini dapat terlaksana dengan baik. Semoga hasil pengabdian ini dapat memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi upaya peningkatan kesehatan di lingkungan pesantren dan masyarakat.

## Referensi

1. Nurbadriyah W. *Anemia Defisiensi Besi*. Yogyakarta: Deepublish Publisher; 2019.
2. Putri AAA, Salwa A, Wahyuningsih U. Edukasi Mengenai Anemia Defisiensi Besi Bagi Remaja Putri dengan Media Leaflet. *Prosiding SENAPENMAS*. Published online November 19, 2021:279.
3. Kaimudin NI, Lestari H, Afa JR. Skrining dan Determinan Kejadian Anemia pada Remaja Putri SMA Negeri 3 Kendari Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*. 2017;2(6).
4. Gardner W, Kassebaum N. Global, Regional, and National Prevalence of Anemia and Its Causes in 204 Countries and Territories, 1990–2019. *Curr Dev Nutr*. 2020;4:nzaa053\_035.
5. Kemenkes RI. *Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Rematri Dan WUS*. (Kementerian Kesehatan RI, ed.). Kementerian Kesehatan RI; 2018.
6. Utami NA, Farida E. Kandungan Zat Besi, Vitamin C dan Aktivitas Antioksidan Kombinasi Jus Buah Bit dan Jambu Biji Merah sebagai Minuman Potensial Penderita Anemia. *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*. 2022;2(3):372-260.
7. Rinieng I, Sri Sumarmi M. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Santriwati di Pondok Pesantren Darul Ulum Peterongan Jombang. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*. 2016;1:7-15.
8. Petricka G, Makiyah SN, Mawarti R. The Effect of Kelakai (*Stenochlaena palustris*) Consumptions on Hemoglobin Levels Among Midwifery Students. *Belitung Nurs J*. 2018;4:323-328.
9. Wigati PW, Firdaus N. Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Bayam dan Jambu Biji terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Journal for Quality in Women's Health*. 2018;1(2).
10. Sunarsih, Sari MK, Fadhillah R, Ratna RN, Sartiah S. Penyuluhan Tentang Anemia Pada Remaja Sman 14 Bandar Lampung Kemiling Permai Tanjung Karang Barat Lampung Tahun 2020. In: ; 2020. <https://api.semanticscholar.org/CorpusID:219508176>

11. Kementerian Pertanian. *Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2010 Tentang Hortikultura*; 2010. Accessed December 1, 2024. <https://jdih.pertanian.go.id/fp/peraturan/detail/1043>
12. Keputusan Menteri Kesehatan (Kepmenkes). *Penyelenggaraan Pengobatan Tradisional*; 2003. Accessed December 1, 2024. <https://regulasi.bkpk.kemkes.go.id>
13. Yulianto S. Penggunaan Tanaman Herbal Untuk Kesehatan. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. 2017;2(1).
14. Lusiana E, Kurniati AM, Harahap DH, et al. Pendampingan pemanfaatan tanaman herbal pada pasien hipertensi dan diabetes melitus sebagai upaya pencegahan penyakit gagal ginjal di Puskesmas Gandus Palembang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat: Humanity and Medicine*. 2024;5(1):30-43.
15. Wigati PW, Firdaus N. Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Bayam dan Jambu Biji terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri. *Journal for Quality in Women's Health*. 2018;1(2).
16. Lontaan A, Kusmiyati K, Tirtawati GA, Keintjem F. Edukasi dan Demonstrasi Pembuatan Teh Celup Daun Kelor Untuk Meningkatkan Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Desa Kalasey Satu dan Kalasey Dua Kec. Mandolang Kab. Minahasa. *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*. 2023;2(2):137-142.
17. Muliani RH, Soejoenoes A, Suherni T, Hadisaputro S, Mashoedi ID. Effect of Consuming Red Spinach (*Amaranthus tricolor* L) Extract on Hemoglobin Level in Postpartum Mothers. *Belitung Nurs J*. 2017;3(4):432-437.
18. Arifianti DI, Sudiarti T. Determinan Anemia pada Remaja Putri di Pondok Pesantren di Indonesia: Literature Review. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*. 2023;15(1):1-12.