

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN SISWA SMAN 5 CIREBON TERHADAP BUNGA TELANG (*Clitoria ternatea* L.) SEBAGAI MINUMAN KESEHATAN

Yuniarti Falya^{1✉}, Sindy Putri Pratama¹, Lili Diana Liu¹, Muhammad Firas Syafiq¹, Ayu Mulyani¹, Ine Suharyani¹

Corresponding author: yuniartifalya15@gmail.com

¹ Sekolah Tinggi Farmasi Muhammadiyah Cirebon

Genesis Naskah: 23-10-2023, Revised: 23-01-2024, Accepted: 07-02-2024, Available Online: 27-02-2024

Abstrak

Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) memiliki banyak manfaat dan tanamannya dapat dibudidayakan di sekitar pekarangan rumah untuk pengobatan tradisional dikarenakan tanaman ini mengandung senyawa antosianin, flavonoid, flavonol glikosida, kaemferol, quersetin, mirisetin, tannin, triterpenoid dan kandungan lainnya yang memiliki khasiat sebagai antioksidan, antibakteri, antiinflamasi, analgesic, antiparasit, antihistamin, dan meningkatkan sistem imun. Salah satu bentuk pemanfaatan bunga telang diolah sebagai minuman kesehatan. Namun, tingkat pengetahuan terhadap informasi pemanfaatan bunga telang bagi tubuh masih belum banyak diketahui oleh siswa/siswi SMA. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mensosialisasikan terkait bunga telang, meningkatkan pengetahuan siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon. Metode pelaksanaan kegiatan ini dengan melakukan sosialisasi secara langsung, tanya jawab, mendemonstrasikan pembuatan minuman bunga telang. Untuk mengetahui keberhasilan dalam kegiatan ini, diadakan evaluasi dengan memberikan kuisioner sesudah dan sebelum pemaparan materi yang berisi pengetahuan mengenai bunga telang. Berdasarkan dari kegiatan yang telah dilakukan dapat dilihat dari hasil kuisioner terdapat peningkatan pemahaman peserta memiliki persentase lebih dari 80% berarti siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon benar-benar memahami apa yang telah disampaikan tentang kandungan, manfaat dan cara pembuatan produk bunga telang sebagai minuman kesehatan. Dengan adanya kegiatan pengabdian masyarakat ini menjadikan siswa/siswi memiliki tambahan wawasan pengetahuan yang lebih baik dari sebelumnya.

Kata Kunci : Bunga telang, minuman kesehatan, pengabdian kepada masyarakat

ATTEMPT TO INCREASE KNOWLEDGE OF STUDENTS OF SMAN 5 CIREBON AGAINST TELANGE FLOWERS (*Clitoria ternatea* L.) AS A HEALTHY DRINK

Abstract

Butterfly pea flower is a perennial vine that belong to the Fabaceae family or legumes. This butterfly pea flower has many benefits and the plant can be cultivated around the yard for traditional medicine. One form of utilizing the butterfly pea flower is the butterfly pea flower which is processed as a health drink. The potential and benefits of the butterfly pea flower are numerous. However, the level of body knowledge on the use of butterfly pea flowers for the body is still not widely known by high school students. This community service activity aims to socialize the butterfly pea flower, increase the knowledge of class X students at SMAN 5 Cirebon. The method of implementing this activity is by conducting direct outreach, question and answer, demonstrating the making of butterfly pea flower drink to find out the success in this activity. Evaluation was carried out by giving a questionnaire after and before the presentation of the material containing knowledge about the butterfly pea flower. Based on the activities that have been carried out, it can be seen from the results of the questionnaire that there is an increase in participants' understanding, which has a percentage of more than 80%, meaning that grade X students at SMAN 5 Cirebon really understand what has been said about the ingredients, benefits and methods of making butterfly pea flower products as a drink health. With this community service activity, students have additional insight into knowledge that is better than before.

Keywords: *Butterfly pea flower, healthy drink, community service*

Pendahuluan

Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) merupakan tanaman yang berasal dari daerah Ternate, Maluku. Bunga ini tumbuh di daerah tropis seperti Asia sehingga penyebarannya sampai Amerika Selatan, Afrika, Brazil, Pasifik Utara, dan Amerika Utara (Angriani, 2019). Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) sering disebut sebagai *butterfly pea* atau *blue pea* karena memiliki ciri khas dengan kelopak tunggal berwarna ungu, biru, merah muda dan putih (Ayu Martini *et al.*, 2020). Bunga telang merupakan bagian dari tanaman merambat menahun yang tergolong dalam keluarga *Fabaceae* atau polong-polongan (Marpaung, 2020). Di Indonesia, bunga telang sudah dikenal luas dan dibudidayakan di sekitar pekarangan rumah untuk pengobatan tradisional. Oleh karena itu bunga telang dijadikan sebagai tanaman obat keluarga (TOGA). Menurut Lita Sarih, (2021) tanaman obat keluarga (TOGA) sebelumnya biasa disebut apotek hidup. TOGA merupakan beberapa tanaman herbal pilihan yang dapat ditanam dipekarangan rumah atau lingkungan sekitar rumah. Tanaman obat keluarga ini memiliki peranan penting bagi keluarga yang sulit memiliki akses untuk ke layanan kesehatan. Memahami manfaat, khasiat, dan jenis tanaman, tanaman obat merupakan suatu pengetahuan tentang TOGA perlu dimiliki keluarga dalam menentukan obat alami yang aman. Menurut (Marpaung, 2020) bunga telang memiliki kandungan fitokimia yaitu tannin, flobatanin, saponin, triterpenoid, karbohidrat, fenol, flavonoid, flavanol glikosida, protein, alkaloid, antrakuinon, antosianin, stigmasit 4-ena-3, 6 dion, minyak volatile dan steroid. Bunga telang

memiliki khasiat sebagai antimikroba, antiinflamasi, antikanker, antioksidan, antidepresan, antidiabetes, antihistamin, immonomodulator, dan berpotensi dalam peranan susunan syaraf, *Central Nervous System* (CNS) (Marpaung, 2020). Kandungan bunga telang yang kaya akan senyawa flavonoid yang dapat memberikan warna pada bunga telang adalah antosianin (Kunti Mulangsri, 2019). Antosianin dalam bunga telang memiliki aktivitas antioksidan yang tinggi sehingga dapat menghambat peroksidasi lipid dan radikal bebas (Rissa Laila Vifta *et al.*, 2020). Bunga telang memiliki manfaat untuk mengobati berbagai penyakit seperti *gonorrhoea*, epilepsi, disentri, bronkitis, asma, insomnia, maag, tuberkulosis paru, demam, penyakit kulit seperti eksim. Sebagai tambahan dari masyarakat Arab Saudi daun, biji, dan bunga telang dapat dimanfaatkan untuk mengobati penyakit hati (Marpaung, 2020). Umumnya daun dan bunganya dalam masyarakat digunakan sebagai pengobatan herbal, pewarna alami dalam industri pangan, dan juga dibuat sebagai minuman kesehatan. Menurut (Albaar, 2015) kesehatan adalah harta yang tidak ternilai harganya. Kita perlu mengetahui bagaimana cara menjaga kesehatan. Cara yang mudah untuk mencapai kesehatan yang optimal yaitu dengan pola hidup sehat, melakukan olahraga dan mengonsumsi makanan/minuman kesehatan. Menurut (Khairina *et al.*, 2021) salah satu bentuk pemanfaatan bunga telang yaitu bunga telang yang diolah sebagai minuman kesehatan. Minuman kesehatan adalah minuman yang dikonsumsi secara teratur dan dapat meningkatkan kesehatan. Minuman bunga telang merupakan salah satu minuman kesehatan

karena memiliki kandungan dan khasiat yang baik bagi tubuh.

Sangat banyak potensi dan manfaat yang dimiliki bunga telang. Namun, masih belum banyak diketahui tingkat pengetahuan terhadap informasi pemanfaatan bunga telang bagi tubuh oleh siswa/siswi SMA. Oleh karena itu, kami sebagai mahasiswa STF Muhammadiyah Cirebon melakukan kegiatan program pengabdian yang dilakukan di SMAN 5 Cirebon dengan tujuan kegiatan untuk mensosialisasikan terkait bunga telang, meningkatkan pengetahuan siswa mengenai kandungan, manfaat, cara pembuatan minuman, serta mengenalkan hasil produk dari bunga telang agar mereka mampu memahami dan dapat memanfaatkan tanaman bunga telang dengan cara menerapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Metode Pelaksanaan

Kegiatan pengabdian ini sebagai program Rencana Kerja Tindak Lanjut (RKTL) yang diselenggarakan pada tanggal 13 Februari 2023 dilaksanakan di SMAN 5 Cirebon yang berada di wilayah Kecamatan Kesambi, Kota Cirebon. Metode yang digunakan dalam pelaksanaan pengabdian yaitu dengan melakukan sosialisasi kepada siswa/siswi kelas 10 SMAN 5 Cirebon terkait dengan manfaat dan potensi bunga telang sebagai minuman kesehatan yang dilakukan secara tatap muka dengan menggunakan *power point* sebagai alat yang membantu dalam penyampaian materi agar lebih jelas dan mudah dipahami oleh para siswa. Kemudian dengan mendemokan produk minuman kepada siswa dengan tujuan untuk memberikan wawasan

pengetahuan tentang bunga telang sebagai minuman kesehatan. Sebagai alat ukur untuk mengetahui keberhasilan dalam kegiatan ini terhadap pengetahuan para siswa, kami mengadakan evaluasi dengan memberikan kuesioner yang berupa pengetahuan mengenai bunga telang sesudah dan sebelum pemaparan materi. Kuesioner berisi 10 pertanyaan terkait materi yang telah disampaikan pada kegiatan ini. Keberhasilan dalam kegiatan pengabdian ini berhasil jika tingkat pengetahuan sesudah penyampaian materi lebih tinggi dari tingkat sebelumnya.

Hasil dan Pembahasan

Program pengabdian kepada masyarakat dilakukan di SMAN 5 Cirebon yang terletak di Kecamatan Kesambi, Kota Cirebon diselenggarakan pada tanggal 13 Februari 2023. Program ini diikuti oleh 161 siswa/siswi kelas 10 SMAN 5 Cirebon. Metode yang digunakan dalam program pengabdian kepada masyarakat ini adalah penyuluhan mengenai khasiat dan manfaat bunga telang sebagai salah satu minuman kesehatan.

Penyuluhan tentang khasiat dan manfaat bunga telang sebagai salah satu minuman kesehatan dilakukan dengan penyampaian materi melalui *power point* dan mendemokan salah satu langkah dalam prosedur pembuatan minuman bunga telang yang dilakukan oleh pemateri dengan dibantu perwakilan siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon. Para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan ini, dapat dilihat dari perhatian mereka saat mendengarkan penjelasan yang disampaikan oleh pemateri dan beberapa peserta

juga mengajukan pertanyaan pada sesi tanya jawab maupun menjawab pertanyaan yang diajukan oleh pemateri.

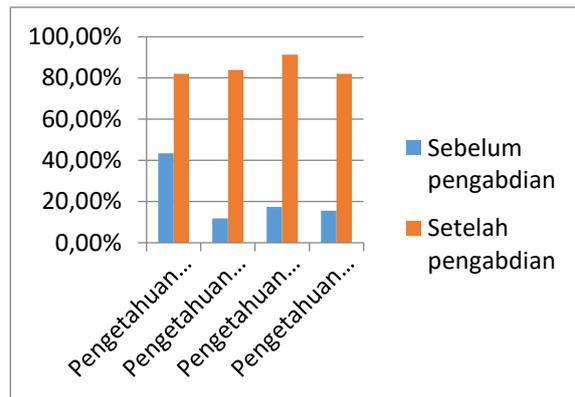


Gambar 1. Pemaparan materi oleh panitia

Evaluasi hasil yang dilakukan pada kegiatan pengabdian ini melalui kuesioner yang dikerjakan oleh 161 siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon yang, kuesioner tersebut berisi pertanyaan terkait materi bunga telang. Keberhasilan dalam kegiatan pengabdian ini berhasil jika tingkat pengetahuan sesudah penyampaian materi lebih tinggi dari tingkat pengetahuan sebelumnya. Hal ini dapat menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian ini dapat meningkatkan pengetahuan terkait bunga telang sebagai minuman kesehatan.



Gambar 2. Produk minuman bunga telang



Gambar 3. Profil Persentase Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Kegiatan Pengabdian

Berdasarkan profil persentase di atas merupakan hasil rekapitan kuisisioner maka dapat dilihat adanya peningkatan persentase pengetahuan siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon tentang bunga telang dari 43,47% menjadi 81,98%, pengetahuan tentang kandungan bunga telang dari 11,80% menjadi 83,85%, pengetahuan manfaat bunga telang dari 17,39% menjadi 91,30%, serta pengetahuan cara membuat produk minuman bunga telang dari 15,52% menjadi 81,98%. Setelah selesai pemaparan materi adanya peningkatan pemahaman peserta memiliki persentase lebih dari 80% berarti siswa/siswi kelas X SMAN 5 Cirebon benar-benar memahami apa yang telah disampaikan tentang kandungan, manfaat dan cara pembuatan produk bunga telang sebagai minuman kesehatan.

Kesimpulan dan Saran

Dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yang dilakukan di SMAN 5 Cirebon kita dapat mengetahui bagaimana pengetahuan siswa/siswi kelas X tentang bunga telang yang sebelumnya hanya mengetahui bunga

telangnya saja dan sedikit pula mengetahui bahwa telang memiliki banyak manfaat dan dengan adanya penyuluhan ini sebagaimana yang telah dilakukan oleh panita dalam menyampaikan materi terkait bunga telang menjadikan siswa/siswi memiliki tambahan wawasan pengetahuan yang lebih baik dari sebelumnya

Daftar Pustaka

- Albaar, N. M. (2015). The Antioxidant Activity of Wheatgrass Juice (*Triticum aestivum*) as a Health Drink with the Method DPPH. *Jurnal MKMI*, 1(1), 197–202.
- Angriani, L. (2019). The Potential of Extract Butterfly Pea Flower (*Clitoria ternatea* L.) as a Local Natural Dye for Various Food Industry. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, 2(1), 32–37. <https://doi.org/10.20956/canrea.v2i1.120>
- Ayu Martini, N. K., Ayu Ekawati, N. G., & Timur Ina, P. (2020). Pengaruh Suhu Dan Lama Pengeringan Terhadap Karakteristik Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.). *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Pangan (ITEPA)*, 9(3), 327. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i03.p09>
- Khairina, H., Siregar, N., Hartati, S., Azhar, S., & Jayanti, U. N. A. D. (2021). Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Di Desa Manik Maraja, Kec. Sidamanik, Kab. Simalungun Dalam Rangka Pengabdian Masyarakat. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 4(2), 298–304. <https://doi.org/10.30743/best.v4i2.4448>
- Kunti Mulangsri, D. A. (2019). 93 Penyuluhan Pembuatan Bunga Telang Kering Sebagai Seduhan Teh Kepada Anak Panti Asuhan Yatim Putra Baiti Jannati. *Abdimas Unwahas*, 4(2), 2017–2020. <https://doi.org/10.31942/abd.v4i2.3010>
- Marpaung, A. . (2020a). Kembang telang (*Clitoria ternatea* L.): pemanfaatan dan bioaktivitas. *EduMatSains*, 4(2), 111–124.
- Marpaung, A. M. (2020b). Tinjauan manfaat bunga telang (*clitoria ternatea* l.) bagi kesehatan manusia. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 1(2), 63–85. <https://doi.org/10.33555/jffn.v1i2.30>
- Rissa Laila Vifta, Nani Winarti, & Supiani Rahayu. (2020). Flavonoid Total Dan Potensi Antioksidan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea* L.) Sebagai Tanaman Fungsional Kabupaten Semarang. *Media Informasi Penelitian Kabupaten Semarang*, 3(1), 38–49. <https://doi.org/10.55606/sinov.v3i1.72>
- Rizka Alnanda Efrizal, Ulina D. Amanda, Niarsi Merry Hemelda, Susiani Purbaningsih. (2019). Studi Awal Pemanfaatan Kuntum *Clitoria Ternatea* L. (Kembang Telang) Sebagai Pewarna Alami Makanan. Departemen Biologi, FMIP A UI, Kampus UI Depok, Jawa Barat 16424