



Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Upaya Anti Oksidan Pada Remaja Di Lingkungan SMK Patria Gading Rejo

Winda Afikirtiani¹, Sugiarto¹, Mustopa¹, Betty Simanjuntak¹, Sufiana Larombia¹,
Dwi Joko Susilo¹, Fitra Endi Fernanda¹, Siti Sa'idah¹

1Aisyah Pringsewu University, Lampung, Indonesian

Correspondence author: Winda Afikirtiani

Email: windaafikirtiani22@gmail.com

Address : Jl. A Yani No. 1 A Tambak Rejo, Wonodadi, Pringsewu, Lampung, Telp. 081367976616

Submitted: 22 Januari 2025, Revised: 30 Januari 2025, Accepted: 7 Februari 2025, Published: 20 Februari 2025

DOI: doi.org/10.56359/kolaborasi.v5i1.465



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Abstract

Introduction: Telang flower (*Clitoria Ternatea* L.) is a type of flowering plant from the legume tribe with a purplish color that contains anthocyanin compounds as a source of antioxidants. Antioxidants play an important role in protecting the body from oxidative damage caused by free radicals that can trigger various degenerative diseases. One form of telang flower utilization is processed as a health drink. However, information regarding the utilization of telang flowers as a health drink is still very rarely known by the public, especially in teenagers.

Objective: The purpose of this service was to provide knowledge and skills to adolescents in the environment of SMK Patria Gading Rejo regarding the benefits of telang flowers as antioxidants and the correct way of processing.

Method: This public service was conducted by Desember 2024 with a lecture method using Project Still media and direct demonstrations to teenagers in the environment of SMK Patria Gading Rejo.

Result: The results of this activity can increase participants understanding of the benefits of telang flower tea as an anti oxidant with an average pre test score of 35 and an average post test score of 80.5. In addition, participants can directly demonstrate how to make telang flower tea properly and correctly with a total percentage reaching 65% and participants who demonstrate less well and correctly only reach 35%.

Conclusion: There is an understanding of adolescents at SMK Patria Gading Rejo about the process of making and business opportunities for telang flower tea.

Keywords: Telang Flowers, Tea, Teenagers

Latar Belakang

Peningkatan teknologi dan inovasi telah menambah pemanfaatan yang lebih luas dari berbagai bahan makanan lingkungan. Sumber makanan yang berbeda terus dibedakan untuk memberikan manfaat yang dikembangkan dan diterapkan pada bisnis makanan. Indonesia adalah suatu negara tropis yang mempunyai sebutan sebagai negara *Megabiodiversity* dengan tingkat keanekaragaman spesies yang paling tinggi di bumi (Putra et al., 2023). Salah satu kekayaan alam yang ada di Indonesia adalah bunga telang (*Clitoria ternatea* L) yang berasal dari Asia Tropis. Tanaman ini dapat tumbuh dengan sempurna di daerah tropis dan subtropis, di berbagai tempat dengan tanah selama musim angin atau hujan (Ichsan & Handayani, 2022). Tumbuhan yang bernada biru mempunyai berbagai nama pada setiap daerah yang ada di Indonesia, misalnya disebut bunga biru, bunga klitoris, bunga telang di daerah Sumatera, disebut bunga teleng, menteleng di daerah Jawa, disebut bunga talang, bunga temen raleng di daerah Sulawesi, dan disebut bisi, seyamagulele di daerah Maluku (Widjajanti et al., 2023).

Bunga telang merupakan salah satu jenis tanaman yang bisa didapat di halaman rumah warga yang biasanya digunakan sebagai tanaman yang dibudidayakan. Tumbuhan ini kebanyakan memiliki bunga berwarna biru, putih, merah muda dan ungu yang mempesona dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan, misalnya untuk pewarna makanan, kue dan sebagai bahan yang dapat digunakan untuk pembuatan minuman. Seperti yang ditunjukkan oleh (Dewi & Santi, 2022) dalam sebuah penelitian tertulis mengatakan bahwa bunga telang memiliki campuran sintesis, misalnya, triterpenoid, glikosida flavonol, antosianin dan steroid yang bermanfaat bagi tubuh manusia. Bunga telang dikenal memiliki banyak sekali manfaat bagi tubuh. Bunga ini bisa dimanfaatkan sebagai minuman yang dibuat secara langsung dari bunga yang baru saja dipetik dari tanamannya atau bisa juga dengan proses awal dengan pengeringan tanaman kemudian diblender dengan air hangat.

Selain itu, bunga telang juga membuat efek stun untuk kondisi medis. Beberapa manfaat bunga telang adalah untuk mengobati gangguan penglihatan, mengobati bisul, mengobati radang tenggorokan, mengobati sakit tenggorokan dan sebagai minuman kesehatan. Bunga telang memiliki sejumlah bahan aktif yang terkandung di dalamnya yang bermanfaat bagi kesehatan. Kandungan senyawa kimia bunga telang berperan sebagai antioksidan, anti inflamasi, anti kanker, antibiotik (Ichsan & Handayani, 2022). Bunga ini cocok diolah menjadi minuman kesehatan karena tidak memiliki bau sehingga tidak mengganggu jika dijadikan campuran (Ansori et al., 2023). Selain itu campuran bunga telang pada minuman juga dapat mempercantik tampilan karena warnanya yang bervariasi (Dewi & Santi, 2022).

Saat ini informasi mengenai tanaman telang semakin sering dijumpai terutama pada era pandemi. Selain itu tanaman ini juga semakin banyak ditanam di perkarangan rumah sebagai tanaman hias karena warna bunganya yang indah. Seluruh bagian dari tanaman ini mulai dari akar, batang, daun, hingga bunganya dapat mengobati dan membantu meningkatkan kinerja tubuh (Yumni et al., 2022). Tanaman ini memiliki peran yang sangat penting dalam *Ayurveda* yaitu salah satunya sebagai bahan dalam *Medhya Rasayana* yaitu merupakan campuran herbal yang bermanfaat untuk meningkatkan kecerdasan dan mengatasi gangguan neurologis (Khoirunnisa Adelia, 2023).

Selain karena memiliki banyak manfaat, tanaman bunga telang banyak diminati karena mudah untuk ditanam dan dipelihara. Tanaman bunga telang tidak memerlukan perawatan dan pemupukan yang spesifik. Pemupukan pada tanaman ini dapat dilakukan sebanyak sekali dalam dua minggu dengan menggunakan pupuk organik. Sedangkan untuk penyiraman dapat

disesuaikan dengan kondisi kelembaban tanaman (Anam & Pratama, 2022). Masyarakat juga memanfaatkannya dalam bentuk bunga segar untuk campuran minuman maupun pewarna alami makanan seperti nasi uduk bunga telang (Dewi & Santi, 2022). Namun pada saat ini, keberadaan bunga telang bagi masyarakat merupakan hal yang masih sedikit diketahui khususnya anak remaja mengenai potensi dan manfaat bunga telang serta olahan teh dari bunga telang.

SMK Patria Gading Rejo merupakan salah satu sekolah swasta yang berada di Gading Rejo. Wawasan akan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) yang dimiliki masih dapat dikatakan minim, serta keberadaan dari Bunga telang di Lingkungan SMK Patria Gading Rejo belum ditemukan sehingga tujuan dari kegiatan yang dilakukan melalui pembeian pengetahuan dan keterampilan pembuatan teh bunga telang diharapkan dapat menjadi satu hal yang bermanfaat bagi SMK Patria Gading Rejo untuk masa yang akan datang. Selain melalui pengamatan langsung terhadap persepsi peserta terhadap kegiatan ini, indikator ketercapaian lainnya diperoleh melalui kuesioner yang diberikan kepada peserta.

Pada saat ini sebagai remaja diharapkan dapat mengikuti perkembangan zaman yang sudah semakin maju, baik dari sisi pengetahuan, kreativitas dan pendidikan. Generasi remaja yang berada pada rentang tahun kelahiran 1994 – 2010 yang memiliki karakteristik pada tingkat pendidikan, keberagaman, dan penggunaan teknologi yang tinggi (Widjajanti et al., 2023). Dalam mengasah kreativitas dan menambah wawasan pengetahuan bisa didapatkan dari pendidikan secara formal dan non-formal. Pendidikan secara formal yaitu melalui institusi seperti sekolah maupun kampus sedangkan pendidikan secara non-formal seperti pendampingan dan pembinaan keterampilan, kegiatan dapat berupa workshop yang diadakan oleh suatu pihak. Kegiatan pendampingan dan pembinaan ini diharapkan agar sebagai remaja nantinya dapat membuka usaha sendiri (Paujiah et al., 2023).

Berdasarkan uraian di atas, maka perlu diadakan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pemanfaatan bunga telang sebagai upaya anti oksidan pada remaja di lingkungan SMK Patria Gading Rejo.

Tujuan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada remaja di lingkungan SMK Patria Gading Rejo mengenai manfaat bunga telang sebagai antioksidan dan metode pengolahan yang benar. Melalui pelatihan ini, diharapkan para remaja dapat memanfaatkan bunga telang secara optimal menjadi teh sebagai minuman kesehatan, baik untuk konsumsi pribadi maupun sebagai peluang usaha yang potensial.

Metode

Pelaksanaan kegiatan ini di lakukan pada bulan Desember 2024 sebanyak 1 kali pada siswa/siswi Kelas XII di lingkungan SMK Patria Gading Rejo yang berjumlah 20 orang. Metode pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat, sebagai berikut :

1. Persiapan dan Pembekalan
 - a. Tahap Pra Interaksi
 - Melakukan kontrak waktu dan perjanjian kepada mitra;
 - Memastikan penyuluhan tepat sasaran;
 - Menyiapkan alat (proyektor, ppt, lembar kuisisioner, teh bunga telang siap minum, dan bahan demonstrasi).

- b. Tahap Orientasi
 - Memberikan salam terapeutik dan menyapa nama peserta;
 - Memvalidasi keadaan peserta;
 - Menjelaskan tujuan dan prosedur pelaksanaan;
 - Menanyakan persetujuan dan kesiapan peserta sebelum kegiatan dilakukan.
2. Pelaksanaan
- a. Tahap Kerja
 - Membaca basmalah;
 - Menilai pengetahuan peserta tentang manfaat dari bunga telang dan cara pengolahan dengan benar;
 - Memberi petunjuk pada anak cara mengisi lembar kuisioner. Mempersiapkan pemaparan materi;
 - Memaparkan materi;
 - Memberikan kesempatan bertanya;
 - Di lanjutkan dengan mendemonstrasikan bagaimana pembuatan bunga telang;
 - Menilai pengetahuan peserta tentang manfaat bunga telang dan cara pengolahannya dengan benar setelah pemaparan materi dan demonstrasi cara pembuatan teh bunga telang dengan benar;
 - Membagikan snack dan teh bunga telang pada siswa.
 - b. Tahap Terminasi
 - Melakukan evaluasi kegiatan;
 - Memotivasi peserta mengenai pentingnya pengendalian emosi;
 - Membereskan alat alat;
 - Menutup acara dan doa bersama;
 - Dokumentasi

Hasil

Pelaksanaan kegiatan ini di lakukan pada siswa/siswi Kelas XII di lingkungan SMK Patria Gading Rejo yang berjumlah 20 orang. Hal ini dilakukan karena pada saat ini peserta belum mampu memanfaatkan bunga telang dengan benar dan memahami secara benar untuk mengelolanya. Selain dari itu, peserta merupakan kelas tinggi yang akan segera lulus dan sedang menyiapkan strategi dalam menambah ilmu pengetahuan. Maka dari itu kami menganggap bahwa penyuluhan ini perlu di lakukan. Hasil dari kegiatan ini adalah 90% peserta remaja di lingkungan SMK Patria Gading Rejo yang ikut berpartisipasi sangat antusias dalam kegiatan yang dilakukan seperti lebih memahami dan mengetahui manfaat dari tanaman bunga telang (*Clitoria Ternatea L*).

Tabel 1.1
Hasil Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Upaya Anti Oksidan Pada Remaja
Di Lingkungan SMK Patria Gading Rejo

No	Inisial	Pengetahuan		Demonstrasi Pembuatan Teh	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	Baik	Belum Baik
1	LP	40	80	✓	
2	MR	50	90	✓	
3	GAS	40	90	✓	

4	TM	30	70		✓
5	FCB	30	70		✓
6	DMS	40	80	✓	
7	MTH	40	80	✓	
8	VA	30	70		✓
9	ASR	40	90	✓	
10	SNM	30	70		✓
11	DA	20	70		✓
12	DK	30	80	✓	
13	ANS	40	80	✓	
14	ZRA	30	70	✓	
15	MJ	30	80	✓	
16	ALS	40	90	✓	
17	RPR	50	90	✓	
18	TAP	30	90		✓
19	LN	20	80		✓
20	SNA	40	90	✓	
Rata – Rata / Jumlah		35	80,5	65%	35%

Dari tabel diatas, kegiatan ini dapat meningkatkan pemahaman peserta tentang manfaat teh bunga telang sebagai anti oksidan dan pengolahan teh bunga telang dengan benar dan tepat dengan rata-rata nilai *pre test* adalah 35 dan rata-rata nilai *post test* 80,5. Selain itu, peserta secara langsung dapat mendemonstrasikan cara membuat teh bunga telang dengan baik dan benar dengan jumlah persentase mencapai 65% dan peserta yang mendemonstarikan belum baik dan benar hanya mencapai 35% . Hal ini, dapat melatih peserta dalam membuat teh bunga telang.

Kegiatan ini berhasil untuk memotivasi peserta sehingga memenuhi target yang akan dicapai dalam jangka pendek. Kegiatan ini juga diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan peserta mengenai tanaman bunga telang dan juga dapat memberikan inspirasi untuk lebih memaksimalkan dalam pemanfaatan tanaman bunga telang. Selain itu, kegiatan ini juga diharapkan berkontribusi meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga keberadaan sumberdaya alam tumbuhan lokal.

Diskusi

Bunga telang adalah tanaman yang terkenal karena bunganya yang berwarna biru cerah dan dapat dimakan. Menurut (Dewi & Santi, 2022) tanaman ini tumbuh menyebar di berbagai belahan di dunia beriklim tropis dan subtropic di benua Asia dan Pasifik, Ameriak dan Karibia, Afrika dan Australia. Bunga telang digunakan dalam *Ayurveda* atau salah satu metode pengobatan tertua di dunia yang mulai dipraktikan di India sejak ribuan tahun lalu. Serta, menjadi pengobatan tradisional di Asia dan Timur Tengah selama berabad-abad (Handito et al., 2022).

Namun pada saat ini, keberadaan bunga telang bagi masyarakat merupakan hal yang masih sedikit diketahui khususnya anak remaja mengenai potensi dan manfaat bunga telang serta olahan teh dari bunga telang. Selain melalui pengamatan langsung terhadap persepsi peserta terhadap kegiatan ini. Indikator ketercapaian lainnya diperoleh melalui kuesioner yang diberikan kepada peserta. Kuesioner diberikan pada saat sebelum dan setelah kegiatan. Pada data yang

diperoleh menunjukkan bahwa sebanyak 60% peserta belum mengetahui tanaman bunga telang serta kegunaannya dan 50% lainnya sudah mengenal tanaman bunga telang namun tidak mengetahui manfaat dari bunga tersebut. Selama pelaksanaan kegiatan peserta menunjukkan ketertarikannya dengan mencatat materi penting yang disampaikan.

Materi yang diberikan mencakup pemanfaatan bunga telang yang dapat dijadikan minuman herbal dan pewarna alami. Setelah pemberian materi selesai dilanjutkan dengan pemutaran video membuat teh sebagai minuman kesehatan. Setelah kegiatan ini berlangsung selain menambah wawasan para peserta mengenai tanaman bunga telang dan pemanfaatannya diharapkan juga dapat menarik minat para peserta untuk menanam dan mengolah tanaman ini untuk dijadikan sebagai daya tarik tersendiri dari SMK Patria Gading Rejo.

Terdapat beberapa pertanyaan pada saat sesi tanya jawab. Pertama, peserta memberikan pertanyaan tentang proses penyeduhan bunga telang. Dalam hal, ini jika perebusan dilakukan terlalu lama maka seduhan akan bersifat asam sehingga kurang baik dari seharusnya. Hal ini didukung oleh penelitian (Widjajanti et al., 2023) yang menyebutkan kadar asam yang dikonsumsi terlalu tinggi maka akan berdampak pada sistem pencernaan apabila dilakukan secara terus menerus. Kemudian, pertanyaan dari peserta tentang penambahan rasa pada teh bunga telang. Dalam hal ini, penambahan rasa pada teh bunga telang akan lebih baik lagi bila penambahan dilakukan dengan madu dibandingkan gula. Hal ini dikarenakan madu terkandung beberapa senyawa dan antioksidan yang baik bila dikombinasikan dengan the bunga telang (Ansori et al., 2023).

Cara pembuatan teh dari bahan bunga telang segar yang disampaikan dalam kegiatan ini mengacu kepada (Wahidatul Arifatin et al., 2021). Hampir setiap hari tanaman bunga telang menghasilkan bunga yang mekar di pagi hari. Bunga segar ini sebaiknya dipetik pada pagi hari. Bunga yang dipilih untuk pembuatan teh kering adalah bunga yang berada di bagian atas tanaman karena bebas dari kotoran tanah. Selanjutnya bunga disusun di atas tampah. Saat menyusun, bunga telang sebaiknya tidak saling bertumpuk karena dapat mempengaruhi proses pengeringan tidak sempurna. Pengeringan sederhana tidak memerlukan dryer oven yang harganya cukup mahal.

Teh bunga telang aman dikonsumsi oleh semua kalangan baik muda maupun lansia. Namun, tetap membatasi bentuk pengonsumsinya dikarenakan apabila berlebihan akan berdampak buruk terhadap tubuh. Ekstra bunga telang yang berlebihan dapat menyebabkan mual dan diare. Bahkan ibu hamil dan menyusui juga tidak disarankan untuk mengonsumsinya, kecuali telah berkonsultasi dengan dokter (Aprilia, 2023).

Kesimpulan

Adanya pemahaman remaja di SMK Patria Gading Rejo mengenai proses pembuatan dan peluang usaha teh bunga telang. Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pelatihan pemanfaatan bunga telang sebagai anti oksidan dan metode pengolahan yang benar pada remaja Di Lingkungan SMK Patria Gading Rejo berjalan dengan baik. Mitra merasa kegiatan ini bermanfaat menambah pengetahuan dan keterampilan mengolah bunga telang secara sederhana.

Kegiatan ini merupakan ajang transfer pengetahuan ilmiah kepada anak remaja. Penerepan transfer iptek dilakukan dengan cara yang sederhana namun penting dipahami oleh khalayak sasaran sehingga tujuan kegiatan ini dapat tercapai semaksimal mungkin. Transfer iptek yang

dilakukan dalam kegiatan ini melalui pemberian materi mengenai manfaat teh bunga telang sebagai anti oksidan dan cara pengolahannya di lingkungan SMK Patria Gading Rejo.

Ucapan Terima Kasih

Kami mengucapkan terima kasih kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat dan juga seluruh pihak yang telah memfasilitasi pelaksanaan Pengabdian Masyarakat ini.

Daftar Pustaka

- Anam, M. C., & Pratama, B. R. (2022). Pemanfaatan Lahan Pekarangan untuk Budidaya Bunga Telang pada Warga Desa Kedawung di Masa Pandemi Covid-19. *JAMU: Jurnal Abdi Masyarakat UMUS*. <https://doi.org/10.46772/jamu.v2i02.771>.
- Ansori, A., Sekaringgalih, R., Rachmah, A. N. L., Susanti, Y., A'yun, A. Q., & Lestari, I. P. (2023). Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea* L.) Di Desa Bagorejo Kabupaten Banyuwangi. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v7i3.17254>.
- Aprilia, E. N. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*. <https://doi.org/10.37287/jppp.v5i3.1664>.
- Dewi, N. W. R. K., & Santi, M. D. S. (2022). Pemanfaatan Dan Potensi Antioksidan Pada Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.). *Jurnal Pharmactive*.
- Handito, D., Basuki, E., Saloko, S., Dwikasari, L. G., & Triani, E. (2022). Analisis Komposisi Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Antioksidan Alami Pada Produk Pangan. *Prosiding SAINTEK*.
- Ichsan, O. A. N., & Handayani, M. T. (2022). Aktivitas Antioksidan Beberapa Olahan Tanaman untuk Menjadi Produk Teh. *Jurnal Ilmiah Betahpa*.
- Khoirunnisa Adelia, et al. (2023). Sosialisasi Pengolahan Produk Dari Bunga Telang Sebagai Inovasi Produk UMKM Di Desa Japanan, Mojowarno, Jombang. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Paujiah, S., Salman, S., & Hilmi, I. L. (2023). Penggunaan Bahan Alam Sebagai Terapi Pereda Nyeri Dysminorrhea Pada Remaja : Review Artikel. *Journal of Pharmaceutical and Sciences*. <https://doi.org/10.36490/journal-jps.com.v6i1.8>.
- Putra, F. C., Huda, S., & Tami, A. F. (2023). Sosialisasi Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Inovasi Produk Lokal Baru di Desa Japanan. *Jurnal Informasi Pengabdian*.
- Wahidatul Arifatin, F., Auliyah, I., Anugraini Rhomadlonia, D., & Arif Sulthoni, M. (2021). Pelatihan Pembuatan Minuman Modern Dari Bunga Telang Untuk Ibu PKK Desa Solokuro. *Jurnal Pengabdian Nasional*.
- Widjajanti, H., Aminasih, N., Muharni, M., & Arwinsyah, A. (2023). Pengolahan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Sebagai Minuman Kaya Antioksidan Dan Pewarna Alami Makanan. *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*. <https://doi.org/10.59395/altifani.v3i3.399>.
- Yumni, G. G., Sumantri, S., Nuraini, I., & Nafis, I. J. (2022). Profil Antioksidan Dan Kadar Flavonoid Total Fraksi Air Dan Etil Asetat Ekstrak Etanol Bunga Telang (*Clitoria Ternatea* L.). *Cendekia Eksakta*. <https://doi.org/10.31942/ce.v7i1.6547>.