



EDUKASI PEMANFAATAN BUNGA TELANG (*CLITORIA TERNATEA* L.) DALAM MENINGKATKAN DAYA TAHAN TUBUH PADA IBU – IBU PKK KELURAHAN SUNGAI KELEDANG

Submitted:

02 Juli 2025

Edited:

08 April 2026

Accepted:

27 April 2026

Muhammad Marwan Ramadhan¹, Kaleb Bagus Witjayanto Pasenga², Khatimatul Huzna², Vida Adistya², Tri Islamiati Deli², Khairunnsa Leilani², Tresia Lempung²

¹Dosen Program Studi Sarjana Farmasi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

²Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda

Email: marwanmadhan535@gmail.com

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Keledang, Samarinda Seberang, dalam memanfaatkan bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) sebagai teh herbal untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Bunga telang kaya akan senyawa bioaktif seperti antosianin dan flavonoid yang berpotensi meningkatkan sistem imun. Metode yang digunakan adalah pendekatan partisipatif berbasis edukasi dan praktik langsung, meliputi penyuluhan, demonstrasi pembuatan simplisia dan seduhan teh bunga telang, serta evaluasi pretest dan posttest. Kegiatan dilaksanakan dalam satu hari dengan melibatkan 34 peserta. Hasil evaluasi menunjukkan peningkatan pemahaman peserta, dengan 47,06% mencapai kategori “baik” dan 47,06% “sangat baik”. Peserta juga diajarkan cara budidaya, pengolahan, dan pemanfaatan bunga telang sebagai produk bernilai ekonomi. Tantangan yang dihadapi termasuk koordinasi tim dan komunikasi dengan pemangku kepentingan. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kesadaran kesehatan tetapi juga membuka peluang kewirausahaan berbasis produk herbal lokal. Diharapkan inisiatif serupa dapat dikembangkan untuk mendukung kesehatan masyarakat dan pemberdayaan ekonomi

Kata kunci: *Clitoria ternatea* L. Edukasi Kesehatan, Daya Tahan Tubuh, Ibu-Ibu PKK, Kelurahan Sungai Keledang.

PENDAHULUAN

Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.), merupakan tanaman hias atau tanaman yang tumbuh secara liar yang banyak dijumpai dan memiliki kelopak tunggal berwarna biru



atau ungu (Oguis et al., 2019). Bunga telang dikenal sebagai tumbuhan merambat yang sering ditemukan di pekarangan atau tepi persawahan/perkebunan. Tumbuhan ini terutama tersebar di daerah tropis yang membutuhkan intensitas cahaya tinggi dan relatif tahan dilingkungan yang ekstrem (Jamil et al., 2018). Tumbuhan ini mempunyai berbagai nama pada setiap daerah yang ada di Indonesia, misalnya disebut bunga biru, atau bunga klitoris di daerah Sumatera, disebut bunga teleng, menteleng di daerah Jawa, disebut bunga telang, bunga temen raleng di daerah Sulawesi, dan disebut bisi, seyama ulele di daerah Maluku (Kusuma, 2019; Putri & Yawahar, 2023)

Bunga telang merupakan tanaman polong termasuk dalam famili Fabaceae, mengandung senyawa bioaktif yang berguna untuk pengobatan. Dari sejumlah senyawa flavonoid yang terdapat pada bunga telang, antosianin adalah senyawa yang paling utama bertanggung jawab untuk memberikan warna merah, biru, dan ungu pada buah, sayur dan tanaman (Angriani, 2019). Menurut Encyclopedia of Herbal Medicinal bahwa tanaman telang dapat bermanfaat sebagai laxative (pencahar), diuretik, perangsang muntah, pembersih darah, mempercepat pematangan bisul, obat cacung dan radang mata (Andriani & Murtisiwi, 2018). Bunga telang telah diteliti memiliki kandungan kimia antosianin (cyanidin, Isoquercetin, Cyanin dan kaempferol), flavonol (quercetin, Schaftoside, Trigonelline, Robinetin, Isohyperoside) dan flavon (menthoside luteloin, Grosvenorine, Limocitrin dan viscumnoside) (Sumartini *et al.*, 2020) bahan bioaktif flavonol glikosida, antosianin, flavon, flavonol, asam fenolat, senyawa-senyawa terpenoid dan alkaloid, serta senyawa-senyawa peptida siklik atau sikloida (Widjajanti *et al.*, 2023).

Bunga telang semakin populer di Indonesia sebagai bunga yang memberikan banyak manfaat kesehatan. Sajian minuman bunga telang atau dalam bentuk panganan lain semakin mudah dijumpai di restoran (Marpaung, 2020). Bunga telang, segar ataupun kering, kering kini relatif semakin ramai diperjual belikan. Semakin banyak pula yang menanam tanaman bunga telang di pekarangan rumah untuk keperluan satu keluarga (Sasongko et al., 2024). Salah satu bentuk promosi kesehatan berbasis potensi lokal yang patut dikembangkan adalah pemanfaatan tanaman herbal seperti bunga telang. Bunga telang kini semakin dikenal luas di masyarakat karena memiliki berbagai manfaat kesehatan dan mudah ditanam di lingkungan rumah. Beberapa manfaat bunga telang antara lain: menjaga kesehatan mata, meningkatkan imunitas, mengatasi gejala depresi dan meningkatkan mood, menjaga kesehatan otak, menurunkan risiko penyakit jantung,

mengatasi diabetes, menjaga Kesehatan kulit, membantu mengatasi insomnia, menjaga Kesehatan pencernaan dan masalah pernapasan (Dini et al., 2025). Manfaat ini sangat potensial untuk disosialisasikan kepada masyarakat agar mereka dapat memanfaatkan bunga telang sebagai bagian dari gaya hidup sehat.

Namun, di Kelurahan Sungai Keledang, masih banyak ibu-ibu PKK yang belum mengetahui potensi besar dari bunga telang, baik dari segi kesehatan maupun penggunaannya sehari-hari. Padahal, ibu rumah tangga memiliki peran penting dalam mengatur konsumsi keluarga dan menjaga kesehatan anggota rumah tangga. Edukasi mengenai manfaat bunga telang dapat menjadi langkah awal dalam meningkatkan literasi kesehatan masyarakat sekaligus mendorong pemanfaatan sumber daya lokal yang berkelanjutan.

Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan edukasi kepada ibu-ibu PKK di Kelurahan Sungai Keledang mengenai pemanfaatan bunga telang dalam meningkatkan daya tahan tubuh. Melalui kegiatan ini, diharapkan akan terbentuk pemahaman baru mengenai pentingnya tanaman herbal lokal serta kemampuan masyarakat untuk mengadopsi kebiasaan sehat dalam kehidupan sehari-hari.

BAHAN DAN METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Sungai Keledang, Kecamatan Sungai Keledang, Samarinda seberang, Provinsi Kalimantan Timur. Waktu pelaksanaan dilakukan pada tanggal 28 Mei 2025, yang terdiri dari tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Lokasi dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa kelompok ibu-ibu PKK di wilayah ini yang cukup mengenai manfaat tanaman herbal lokal seperti bunga telang dalam menjaga daya tahan tubuh dan belum tahu efek samping dan batas penggunaannya.

Kelompok sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu-ibu anggota PKK RW 04 Kelurahan Sungai Keledang yang berjumlah 34 orang. Kelompok ini dipilih karena mereka aktif dalam kegiatan masyarakat dan memiliki pengaruh dalam pengambilan keputusan rumah tangga, termasuk dalam hal konsumsi pangan dan kesehatan keluarga.

Teknik pengumpulan data yang digunakan meliputi observasi langsung selama kegiatan berlangsung, kuesioner pre-test dan post-test, serta dokumentasi berupa foto

dan video kegiatan. Pre-test diberikan sebelum penyuluhan untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta mengenai manfaat bunga telang, sedangkan post-test dilakukan setelah kegiatan edukasi untuk melihat peningkatan pemahaman peserta. Selain itu, dilakukan diskusi interaktif untuk mendalami pemahaman peserta terhadap materi yang disampaikan.

Data yang dikumpulkan dianalisis secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil pre-test dan post-test dianalisis menggunakan rumus persentase peningkatan skor rata-rata peserta. Sementara itu, hasil observasi dan dokumentasi dianalisis secara kualitatif untuk menggambarkan respon dan partisipasi peserta selama kegiatan berlangsung. Penyajian data dilakukan dalam bentuk narasi, tabel, dan diagram batang guna mempermudah interpretasi hasil.

Dalam kegiatan ini juga dilakukan praktik langsung pembuatan teh bunga telang oleh peserta. Oleh karena itu, digunakan alat dan bahan dengan spesifikasi sebagai berikut:

Alat yang digunakan :

1. Alat Pembuat teh
 - a. Teko Rebusan
 - b. Kompor gas / Listrik
 - c. Saringan teh / Kain bersih
 - d. Cangkir / Gelas Saji
 - e. Sendok Pengaduk
2. Alat Edukasi dan Dokumentasi
 - a. Laptop dan Proyektor
 - b. Papan tulis atau leaflet/brosur
 - c. Kamera atau smartphone untuk dokumentasi

Bahan :

1. Bahan utama
 - a. Bunga telang Kering/Segar
 - b. Air bersih atau air mineral.
 - c. Madu/gula aren.
2. Bahan tambahan (opsional)
 - a. Madu atau gula sebagai pemanis alami
 - b. Irisan lemon atau daun mint untuk variasi rasa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik peserta kegiatan pengabdian adalah ibu-ibu PKK Kelurahan Sungai Keledang yang berjumlah 34 orang. Kegiatan edukasi mengenai pemanfaatan bunga telang dilakukan melalui tahapan persiapan, pelaksanaan, hingga evaluasi. Pemahaman peserta dilakukan dengan penilaian sebelum dan setelah kegiatan dinilai menggunakan kuesioner berupa pre-test dan post-test. Hasilnya disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Hasil Pemahaman Peserta Kegiatan Edukasi

No.	kategori	Sebelum Edukasi		Setelah Edukasi	
		Jumlah (orang)	Persentase (%)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
1.	Baik Sekali	12	35,29%	16	47,06
2.	Baik	15	44,12%	16	47,06
3.	Cukup	5	14,71%	1	2,94
4.	Kurang	2	5,88%	1	2,94
Jumlah		34	100,00 %	34	100,00 %

Dari hasil analisa tabel 1. Mengenai pemahaman peserta kegiatan setelah dilakukan kegiatan berupa edukasi pemanfaatan bunga telang bahwa mayoritas peserta yakni 15 peserta (44,12%) dan 16 peserta (47,06%) baik dalam memahami pemanfaatan bunga telang dalam kegiatan ini. Sebanyak 12 peserta (35,29%) dan 16 peserta (47,06%) baik sekali dalam memahami pemanfaatan bunga telang. Sebanyak 5 peserta (14,71%) dan 1 peserta (2,94%) cukup memahami pemanfaatan bunga telang dalam kegiatan ini dan sebanyak 2 peserta (5,88%) dan 1 peserta (2,94%) kurang dalam memahami pemanfaatan bunga telang dalam kegiatan ini. Dari data diatas menunjukkan peningkatan pemahaman setelah dilakukan kegiatan edukasi. Hasil data ini didapat dari hasil nilai rata-rata kuesioner terhadap seluruh peserta kegiatan.

Pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh mahasiswa merupakan upaya aktif untuk memajukan dan meningkatkan kesadaran masyarakat terkait pentingnya menjaga daya tahan tubuh dengan menerapkan program dan proyek yang bertujuan meningkatkan

pemahaman dan kreativitas masyarakat dalam mengolah tanaman bunga telang sebagai alternatif pemeliharaan daya tahan tubuh. Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dibagi menjadi beberapa tahapan kegiatan, yaitu :

Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan beberapa kegiatan untuk menunjang kegiatan pengabdian kelompok 20. Dari beberapa tempat yang diobservasi tim kami memilih untuk melakukan survei lebih lanjut di daerah sungai keledang. Dengan mendatangi pihak kelurahan sungai keledang untuk meminta izin untuk melakukan kegiatan yang kami programkan.



Gambar 2. *Observasi di Kelurahan Sungai Keledang*

Pada saat yang bersamaan perwakilan 4 orang mahasiswa melakukan pertemuan dengan pihak ibu Lurah, 4 pengurus Ibu PKK dan pengurus 1 POKJA setempat untuk melakukan diskusi bersama terkait kegiatan yang akan dilaksanakan. Pada tahap ini pula tim pengabdian memperkenalkan media alternatif terkait pengelolaan bunga telang untuk kesehatan tubuh. Media aplikasi yang digunakan dalam kegiatan berupa kantong teh yang nantinya bisa di gunakan sebagai wadah dalam pembuatan teh. Selain itu tim pengabdian juga menjelaskan mekanisme kegiatan bukan hanya dari pengolahan tetapi bagaimana cara membudidaya tanaman bunga telang, manfaat lain bagi kesehatan dan manfaatnya sebagai bahan produk yang memiliki nilai jual. Melihat hasil diskusi antara ibu PKK dan tim pengabdian kami bersepakat kegiatan dilaksanakan pada tanggal 28 Mei

2025 yang bertempat di aula pertemuan kelurahan sungai keledang.



Gambar 3. Pertemuan Silaturahmi Dan Diskusi Kepada Pihak Terkait.

Tahap Pelaksanaan

Pada tahap pelaksanaan kegiatan dilakukan pada tanggal 28 Mei 2025 bertempat di aula pertemuan kelurahan sungai keledang pada pukul 14.00 s/d selesai. Kegiatan pengabdian ini dilakukan dengan berbagai macam kegiatan.. Kegiatan yang pertama ialah pembukaan acara dengan kata-kata sambutan dan pengisian pretest. Lalu yang kedua pemaparan materi edukasi oleh pihak dosen terkait pemanfaatan bunga telang sebagai daya tahan tubuh. Pemaparan materi terkait bunga telang menimbulkan antusias dan reaksi yang positif bagi para peserta terkait kegiatan ini. Hal ini ditunjukkan dengan keinginan para peserta untuk mengetahui lebih dalam terkait materi yang disampaikan saat sesi tanya jawab yang dilakukan pada akhir sesi.



Gambar 4. Pemaparan Materi Oleh Dosen STIKSAM

Kegiatan selanjutnya adalah dengan sesi tanya jawab lalu yang disertai dengan

pengisian kuisisioner berupa posttest, hal ini dilakukan agar tim pengabdian mengetahui seberapa besar pemahaman para peserta terkait pengolahan bunga telang sebagai media alternatif untuk meningkatkan daya tahan tubuh dan manfaat sebagai wirausaha yang memiliki nilai ekonomis.



Gambar 5. Pengisian Kuisisioner Peserta

Lalu dalam tahap ini kegiatan selanjutnya berupa demonstrasi pembuatan teh bunga yang nantinya akan dikonsumsi oleh seluruh peserta. Pembuatan teh ini didemokan oleh mahasiswa dari tim pengabdian. Dengan bunga telang kering yang sudah disiapkan lalu dengan tambahan madu sebagai pemanis alami. Tim kami juga menambahkan perasan lemon sebagai perasa segar sekaligus sebagai bahan ajar dalam perubahan sifat fisik dari teh bunga telang tersebut.

Bunga telang yang diseduh awalnya berwarna biru hal ini menunjukkan kandungan senyawa antosianin dalam bunga telang. Penambahan air lemon membuat seduhan bunga telang berubah menjadi warna ungu atau magenta atau merah muda hal ini karena adanya perubahan pH pada seduhan.



Gambar 6. Demonstrasi Pembuatan Teh Bunga Telang

Dalam tahap ini kegiatan yang terakhir ialah berupa pemberian bingkisan kepada seluruh peserta pengabdian dan memberikan hadiah kepada seluruh peserta yang telah aktif bertanya dan yang meraih nilai tertinggi dalam pengisian kuisisioner. Hal ini bertujuan memberikan dukungan dan bentuk menghargai dari tim pengabdian kelompok 20 kepada seluruh peserta karna telah turut serta dan aktif dalam kegiatan yang diadakan. Dan dilakukan foto bersama.



Gambar 7. Pemberian Bingkisan dan Sovenir Paket Seduh Teh Bunga Telang



Gambar 8. Sesi Foto Bersama

Evaluasi Kegiatan

Tahap ini dilakukan secara internal oleh tim pengabdian dan dosen pembimbing, dari hasil diskusi perlu ditingkatkan lebih lagi kesigapan tim pengabdian dalam melakukan kegiatan baik dalam observasi tempat yang dituju, sasaran dan komunikasi antar lembaga agar tidak terjadi salah paham antar tim

Ibu PKK dan pengurus POKJA juga terlibat di dalam tahap ini dengan mengharapkan bahwa kegiatan seperti ini boleh dilakukan kembali dengan agenda yang baru dan inovatif. karena dengan adanya kegiatan seperti ini menambah wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat sekitar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan memberikan edukasi mengenai pemanfaatan bunga telang sebagai daya tahan tubuh di Kelurahan Sungai Keledang memberikan dampak dan kesan yang positif bagi masyarakat, dengan banyaknya manfaat bagi kesehatan dan memiliki manfaat bagi wirausaha yang memiliki nilai yang ekonomis.

Dalam kegiatan ini mayoritas peserta memahami dengan baik cara pengolahan bunga telang mulai dari budi daya hingga menghasilkan produk jadi yang memiliki harga jual.

Keterlibatan seluruh anggota tim dalam pelaksanaan kegiatan diperlukan agar kegiatan dapat berjalan sesuai dengan program. Meningkatkan kualitas komunikasi antar anggota tim, lembaga terkait dan dosen pembimbing agar kegiatan boleh terstruktur dengan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih diucapkan kepada unit LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Samarinda yang telah membantu mendanai kegiatan ini.

Ucapan terima kasih diucapkan juga kepada pihak kelurahan Sungai Keledang yang juga turut dalam mendukung kegiatan ini dari awal sampai akhir.

Ucapan terima kasih diucapkan juga kepada Bapak apt. Muhammad Marwan Ramadhan, M.Farm. selaku dosen pembimbing dari tim pengabdian kelompok 20 dalam dukungan dan bimbingannya selama kegiatan.

Ucapan terima kasih diucapkan juga kepada seluruh rekan anggota kelompok 20

atas kerja sama dalam menyukkseskan kegiatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani, D., & Murtisiwi, L. (2018). Penetapan Kadar Fenolik Total Ekstrak Etanol Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Dengan Spektrofotometri UV VIS. *Cendekia Journal of Pharmacy*, 2(1), 32–38. <https://doi.org/10.31596/CJP.V2I1.15>
- Angriani, L. (2019). Potensi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Pewarna Alami Lokal Pada Berbagai Industri Pangan. *Canrea Journal: Food Technology, Nutritions, and Culinary Journal*, 2(1), 32–37. <https://doi.org/10.20956/CANREA.V2I1.120>
- Dini, A. Y. R., Khasanah, Y. Y., Puspasari, H., Nurdiyana, S., & Setiawati, F. (2025). Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Minuman Sehat Pada Remaja Di Desa Mayung. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Progresif Humanis Brainstorming*, 8(3), 510–515. <https://doi.org/10.30591/JAPHB.V8I3.8693>
- Jamil, N., Mohd Zairi, M. N., Mohd Nasim, N. A., & Pa'ee, F. (2018). Influences of Environmental Conditions to Phytoconstituents in *Clitoria ternatea* (Butterfly Pea Flower) – A Review. *Journal of Science and Technology*, 10(2). <https://doi.org/10.30880/jst.2018.10.02.029>
- Kusuma, A. D. (2019). Potensi Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Obat Pengencer Dahak Herbal Melalui Uji Mukositas. *Risenologi*, 4(2), 65–73. <https://doi.org/10.47028/j.risenologi.2019.42.53>
- Marpaung, A. M. (2020). 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>
- Oguis, G. K., Gilding, E. K., Jackson, M. A., & Craik, D. J. (2019). Butterfly Pea (*Clitoria ternatea*), a Cyclotide-Bearing Plant With Applications in Agriculture and Medicine . *Frontiers in Plant Science*, 10, 448370. <https://doi.org/10.3389/FPLS.2019.00645/FULL>
- Putri, A. H., & Yawahar, J. (2023). Kajian Agro Sosiologi dan Potensi Metabolit Sekunder Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Peningkat Imunitas Tubuh. *Journal*

of Agrosociology and Sustainability, 1(1). <https://doi.org/10.61511/JASSU.V1I1.2023.57>

Sasongko, G. H., Jupita, Erwanda, A. V. P., Widiasrini, P., & Alfiaa'yuni, T. (2024). Formulasi dan Evaluasi Sediaan Tablet Hisap Dari Bahan Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Untuk Mengencerkan Dahak. *Jurnal Farmasi IKIFA*, 3(3), 1–14.

Sumartini, Y., Ikrawan, F., & Miftah, M. (2020). Analisis Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Dengan Variasi Ph Metode Liquid Chromatograph-Tandem Mass Spectrometry (LC-MS/MS). *Pasundan Food Technology Journal*, 7(2), 70–77. <https://doi.org/10.23969/PFTJ.V7I2.2983>

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*, 3(3), 423–431. <https://doi.org/10.59395/ALTIFANI.V3I3.399>