

PENYULUHAN PEMBUATAN MINUMAN HERBAL WEDANG TELANG PADA MASYARAKAT DESA KRATON KECAMATAN MOJO KABUPATEN KEDIRI

Mardiana Prasetyani Putri¹, Arshy Prodyanatasari², Mely Purnadianti³

^{1,2,3}Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri, Indonesia

neyna_ub@yahoo.co.id, arshy.prodyanatasari@iik.ac.id, omansukarna@gmail.com

Received: 29-11-2023

Revised: 31-11-2023

Approved: 04-12-2023

ABSTRAK

Bunga telang (Clitoria ternatea L.) mempunyai banyak kandungan dan manfaat yang belum banyak diketahui oleh masyarakat. Salah satu manfaat bunga telang yaitu dapat meningkatkan daya tahan tubuh karena mengandung anti oksidan yang tinggi. Bunga telang banyak tumbuh subur di pekarangan rumah warga namun belum banyak dimanfaatkan potensinya. Salah satu potensi bunga telang yaitu dapat dibuat minuman herbal yang dicampurkan dengan rempah-rempah asli Indonesia dengan bentuk penyajian berupa wedang. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat desa Kraton tentang manfaat dan cara pembuatan minuman herbal (wedang) yang berasal dari bunga telang dan rempah-rempah. Agenda kegiatan yaitu pemberian materi dan praktik langsung pembuatan wedang telang kepada masyarakat. Berdasarkan pemaparan materi dan demo praktik yang dilakukan kepada warga diharapkan minuman ini dapat menjadi alternatif pilihan produk minuman kesehatan untuk mengembangkan perekonomian desa Kraton.

Kata Kunci : bunga telang, herbal, wedang

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara yang kaya akan rempah. Pemanfaatan rempah sudah lama digunakan sebagai ramuan tradisional yang berkhasiat bagi kesehatan. Salah satu tanaman asli Indonesia yang dapat digunakan sebagai rempah yaitu jahe. Jahe dapat ditemukan dalam bentuk rimpang segar maupun hasil olahannya. Rimpang jahe memiliki beberapa kegunaan dalam pengobatan tradisional, antara lain obat sakit kepala, masuk angin, dan menambah nafsu makan (Stimulansia) (Srinivasan, 2017). Tanaman jahe memiliki kandungan antioksidan dan senyawa aktif yang dapat menyehatkan bagi tubuh. Bagi masyarakat menengah kebawah yang memiliki keterbatasan dalam mensuplai vitamin C untuk meningkatkan imun tubuh, maka pengolahan jahe ini sangat membantu dalam meningkatkan imun tubuh (Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, 2022)

Selain jahe, tanaman yang dapat dibuat minuman herbal yaitu bunga telang. Bunga telang mudah dijumpai di pekarangan rumah dan sering dianggap tidak memiliki manfaat secara kesehatan. Padahal, bunga telang ini juga memiliki khasiat untuk menjaga daya tahan tubuh. Bunga telang diketahui mengandung

senyawa antosianin, flavonoid dan senyawa fenolik yang bersifat antioksidan. Flavonoid juga bersifat anti inflamasi yang sangat baik untuk menjaga imunitas tubuh (Nadya Rizki Imansari et al., 2021).

Bunga telang juga memiliki khasiat sebagai immunomodulatory, antimikroba, antidiabetik dan antidepresan. Bunga telang memiliki kandungan flavonoid sehingga bersifat sebagai antioksidan dan antihipertensi, serta dapat digunakan sebagai pelindung radiasi.. Selain itu, bunga telang juga berperan sebagai antidiabetik. Bunga telang mampu menghambat aktivitas enzim glukoneogenik, glukosa-6- fosfatase, enzim α -amilase pankreas dan α -glukosidase usus besar serta meningkatkan aktivitas enzim glukokinase yang dapat mengubah glukosa menjadi glukosa 6-fosfat. Bunga telang dapat pula dikonsumsi dengan penambahan jeruk lemon, selain untuk menambah rasa segar lemon juga memiliki kandungan flavonoid sehingga bersifat sebagai antioksidan dan antihipertensi, serta dapat digunakan sebagai pelindung radiasi (Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, 2022)

Tanaman bunga telang dapat ditanam di Desa Kraton Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. Masyarakat bisa memanfaatkannya dalam bentuk bunga segar untuk campuran minuman maupun pewarna alami makanan. Desa Kraton merupakan daerah yang mudah dijangkau sehingga perekonomian daerah ini meningkat dengan cepat. Pekarangan rumah di Desa Kraton yang cukup luas kurang dimanfaatkan oleh masyarakatnya sebagai media tanam bunga telang. Oleh karena itu, perlu diupayakan pemberdayaan dan pembinaan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu dan remaja putri dalam memanfaatkan tanaman di sekitarnya untuk pembuatan minuman herbal dari bunga telang dan jahe serta rempah lainnya sebagai minuman yang sehat. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat Desa Kraton khususnya ibu-ibu dan remaja putri dalam mengolah bunga telang (*Clitoria ternatea*) dan rempah-rempah menjadi minuman yang kaya antioksidan (Widjajanti, H., Aminasih, N., Muharni, M., & Arwinsyah, 2023).

Berdasarkan wawancara dengan masyarakat (ibu-ibu PKK) di Desa Kraton, tanaman herbal yang sering digunakan sebagai minuman pada desa tersebut antara lain jahe, sereh, dan kunyit. Penggunaan bunga telang sebagai minuman herbal belum dimanfaatkan secara maksimal oleh warga. Masyarakat desa Kraton belum banyak yang mengetahui khasiat dan cara pembuatan minuman wedang telang sehingga potensi bunga telang belum teroptimalkan sebagai minuman kesehatan dalam bentuk wedang. Berdasarkan wawancara dengan ketua PKK desa Kraton belum pernah dilakukan penyuluhan dan pelatihan terkait pemanfaatan tanaman telang. Tanaman telang selama ini hanya dimanfaatkan sebagai tanaman yang digunakan sebagai tanaman penghias pekarangan rumah saja. (Bertorio, M. J., Wahid, R. A. H., Jannah, N., Nilansari, A. F., Karimatulhaji, H., & Sari, 2023). Berdasar uraian diatas maka dibuatlah kegiatan penyuluhan bunga telang sebagai minuman herbal (wedang telang) dengan sasaran masyarakat Desa Kraton Kecamatan Mojo kabupaten Kediri.

METODE KEGIATAN

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi survei awal,

pelaksanaan kegiatan (ceramah, tanya jawab peserta, dan demo pembuatan produk wedang telang), monitoring evaluasi.

- A. Survei awal dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui lokasi tempat pelaksanaan kegiatan pkm. Karena pelaksanaan kegiatan pkm ini bersamaan waktunya dengan kegiatan KKN mahasiswa IIK Bhati Wiyata Kediri di desa Kraton Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri, maka mahasiswa dapat membantu untuk kegiatan survei awal ini. Selain itu kegiatan survei dilakukan untuk mengetahui potensi sumber daya alam dan sumber daya manusia yang ada di desa Kraton. Kebutuhan terkait usaha untuk peningkatan perekonomian masyarakat dengan adanya kegiatan pkm yang akan dilaksanakan dapat membantu untuk terselenggaranya kegiatan pkm ini dengan baik.
- B. Pada pelaksanaan kegiatan pkm ada beberapa hal yang dilakukan yaitu ceramah, tanya jawab peserta, dan demo pembuatan produk wedang telang. Kegiatan ceramah atau sosialisasi bertujuan untuk memberikan informasi terkait khasiat dan manfaat bunga telang yang belum banyak diketahui dan dimanfaatkan oleh masyarakat. Kegiatan dilanjutkan dengan tanya jawab atau diskusi antara pemateri dengan peserta kegiatan yang sebagian besar yaitu ibu-ibu anggota PKK desa Kraton. Sebelum kegiatan penyuluhan dimulai para peserta diberikan pretes terkait materi yang akan diberikan. Pemberian pretes dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pemahaman para peserta terkait materi penyuluhan yang akan diberikan.
- C. Kegiatan selanjutnya yaitu demo pembuatan minuman wedang telang. sebelum memulai demo pembuatan wedang telang maka terlebih dahulu perlu menyiapkan beberapa bahan yang dibutuhkan. Bahan-bahan yang harus disiapkan untuk membuat minuman herbal wedang telang yaitu :



Gambar 1 Bunga Telang
(sumber : internet)



Gambar 2 Simplisia Jahe
(sumber : internet)



Gambar 3 Simplisia Sereh
(sumber : internet)



Gambar 4 Cengkeh
(sumber : internet)



Gambar 5 Kayu Manis
(sumber : internet)



Gambar 6 Simplisia Jeruk Nipis
(sumber : internet)

Langkah –langkah pembuatan minuman wedang telang :

- Disiapkan bahan-bahan yang dibutuhkan
- Disiapkan panci atau yang lebih bagus menggunakan tembikar kemudian dimasukkan air ke dalam wadah tersebut
- Dimasukkan bahan-bahan untuk pembuatan minuman wedang telang (kecuali simplisia jeruk nipis)
- Dinyalakan kompor, untuk api kompor digunakan yang tipe sedang
- Direbus sampai mendidih, setelah mendidih jangan langsung dimatikan api kompornya. Api kompor diganti menjadi tipe kecil. Tunggu selama beberapa saat (± 15 menit)
- Disaring wedang yang berada dalam wadah
- Setelah wedang menjadi hangat, ditambahkan simplisia jeruk nipis.
- Wedang dapat dinikmati tawar ataupun ditambahkan madu/gula pasir/gula batu/gula jawa.

Catatan : diperbolehkan jika ingin menggunakan bahan fresh sebagai bahan pembuatan wedang telang namun wedang telang yang menggunakan bahan fresh tidak bertahan lama dalam penyimpanan sehingga jika akan dibuat produk wedang telang lebih baik menggunakan bahan kering (simplisia). Asalkan disimpan dalam kondisi yang bagus, terhindar dari jamur maka produk wedang telang kering ini dapat bertahan ± 1 tahun.

- D. Kegiatan selanjutnya yaitu dilakukan kegiatan monitoring dan evaluasi dari kegiatan yang telah selesai dilakukan yaitu dengan memberikan kuisisioner (postes) kepada peserta. Kuisisioner yang diberikan berupa postes yang terdiri dari beberapa pertanyaan yang berisikan materi penyuluhan. Kegiatan postes ini bertujuan untuk melihat tingkat pemahaman peserta terhadap materi yang telah diberikan. Berdasarkan hasil kuisisioner yang dibagikan kepada para peserta penyuluhan (pretes dan postes) selanjutnya akan direkap hasilnya dan dibandingkan untuk mengetahui tingkat pemahaman peserta penyuluhan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Program pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di balai desa Kraton

Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. Kegiatan ini bersamaan waktunya dengan kegiatan KKN mahasiswa IIK Bhakti Wiyata. Kegiatan dimulai dengan memberikan ceramah kepada peserta penyuluhan. Materi ceramah yaitu mengenai manfaat, khasiat dan potensi bunga telang sebagai minuman kesehatan yang dapat dimanfaatkan juga sebagai produk kesehatan dalam peningkatan perekonomian masyarakat.

Penyuluhan materi kepada peserta dilakukan dengan memberikan leaflet yang berisikan materi penyuluhan. Sebelum kegiatan ceramah dilakukan maka dilakukan pembagian kuisioner pretes kepada para peserta. Pemberian soal pretes dilakukan terkait materi yang menjadi bahan penyuluhan. Para peserta mendengarkan penjelasan materi penyuluhan dengan sangat antusias. Peserta baru mengetahui manfaat dan khasiat bunga telang karena selama ini mereka beranggapan bahwa bunga telang hanya dapat dijadikan sebagai tanaman hias pekarangan rumah saja. Namun pada kenyataannya, tanaman telang ini mempunyai manfaat yang baik untuk kesehatan dan dapat bernilai ekonomis.

Bunga telang dahulu hanya dianggap sebagai tanaman liar yang tumbuh di pekarangan. Namun belakangan ini, tanaman telang semakin terkenal karena memberikan manfaat bagi kesehatan. Pengetahuan tentang manfaat dan fungsi dari pada bunga telang ini mungkin bisa membuka pandangan baru untuk membudidayakan bunga telang, selain bisa dikonsumsi pribadi mungkin bisa menjadi ladang bisnis baru. Karena bunga telang yang bisa dijual mentah ataupun diolah menjadi makanan ataupun minuman yang memiliki daya tarik dan nilai jual yang tinggi di masyarakat saat ini. Manfaat bunga telang mungkin tidak diketahui banyak orang, sebab bunga dengan warna biru ini dikenal sebagai tanaman hias. Bunga telang diketahui mengandung senyawa antosianin flavonoid dan senyawa fenolik yang bersifat antioksidan.

Dalam pembuatan minuman herbal wedang telang, digunakan bahan-bahan yang berupa simplisia kering. Tanaman obat dalam bentuk kering yang dapat dimanfaatkan untuk konsumsi sehari-hari oleh rumah tangga maupun industri. Tanaman obat atau berbagai herbal sebenarnya dapat diolah menjadi herbal kering. Pada dasarnya, proses pengolahan semua jenis tanaman obat hampir sama. Biasanya, perbedaan terletak pada lama dan suhu pengeringan karena disesuaikan dengan karakteristik bahan segar.

Pengeringan bunga Telang dan beberapa rempah yang digunakan dalam pembuatan minuman herbal wedang ini bertujuan agar daya simpannya menjadi lebih lama. Metode pengeringan dapat dipilih sesuai kebutuhan. Jika menginginkan pengeringan yang lebih cepat maka dapat menggunakan oven pengering simplisia, namun jika belum memiliki oven dapat dikeringkan dengan sinar matahari. Pengeringan dengan sinar matahari langsung membutuhkan waktu lama. Pengeringan simplisia menjadi lama karena tidak dikeringkan selama seharian namun hanya pagi hari pada jam 08.00 dan selesai pada jam 12.00, kemudian pengeringan dilanjutkan esok harinya. Pengeringan dengan sinar matahari yang bertahap ini bertujuan untuk menjaga senyawa yang terkandung di dalam bunga Telang dan remah-rempah lainnya, yang mana dapat rusak oleh adanya sinar matahari.

Dalam proses pembuatan minuman herbal wedang telang ini, para peserta diberikan pelatihan juga untuk contoh pengemasan produknya. Pengemasan

produk minuman ini dilakukan dengan meletakkan bahan-bahan kering tersebut pada plastik *standing pouch* yang tertutup rapat. Pada plastik kemasan tersebut tertulis nama produk beserta komposisi bahan untuk membuat minuman herbal wedang telang. Karena pelaksanaan kegiatan ini bersamaan dengan kegiatan KKN mahasiswa IIK Bhakti Wiyata maka untuk contoh kemasan produknya menggunakan logo KKN institusi tersebut. Para peserta kegiatan penyuluhan sangat antusias mendengarkan tahapan-tahapan kegiatan yang dilakukan selama penyuluhan berlangsung. Banyak peserta yang memberikan pertanyaan terkait produk minuman herbal wedang telang ini.



Gambar 1 Kegiatan Pemberian Materi Penyuluhan
(sumber : dokumentasi pribadi)



Gambar 2 Produk Minuman Herbal Wedang Telang
(sumber : dokumentasi pribadi)

Monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan selesai. Kegiatan evaluasi dilakukan dengan cara merekap hasil kuisioner pretes dan postes yang telah diisi oleh peserta penyuluhan, Keberhasilan dari kegiatan ini dilihat dari prosentase pemahaman peserta antara sebelum dan sesudah penyuluhan menunjukkan kenaikan lebih dari 80%. Berdasarkan hasil kuisioner yang diberikan, rata-rata tingkat pemahaman peserta penyuluhan terhadap kegiatan penyuluhan ini mengalami kenaikan sebesar 90,23%.

KESIMPULAN

Dari kegiatan pengabdian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa kegiatan penyuluhan pembuatan minuman herbal wedang telang ini mendapat simpati dan rasa antusias peserta penyuluhan dengan tingkat pemahaman peserta terhadap materi penyuluhan yang meningkat. Produk minuman kesehatan wedang telang diharapkan dapat menjadi produk minuman khas desa Kraton Kecamatan Mojo Kabupaten Kediri. Dukungan pemerintah setempat dapat membantu masyarakat meningkatkan perekonomian di desa tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisyah, L., & Sugiyanto, S. (2022). Pemanfaatan dan Pembuatan Minuman Kesehatan Kombinasi Bunga Telang Plus Jahe di Masa Pandemi Covid-19 di PKK Kelurahan Kauman Kota Malang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 5(6), 1743–1750.
- Artiray, D. P., Nst, D. R. I., Putri, D. A., Nugraha, S., Yolanda, N., Pangestu, D. R. A., ... & Purba, R. D. (2023). Pemanfaatan TOGA Sebagai Minuman Herbal Kekinian Bernilai Ekonomi Bagi Ibu PKK Kelurahan Sidomulyo Timur. *Jurnal*

- Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 170–179.
- Bertorio, M. J., Wahid, R. A. H., Jannah, N., Nilansari, A. F., Karimatulhajj, H., & Sari, F. D. (2023). TINGKAT PENGETAHUAN MASYARAKAT TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN OBAT KELUARGA SEBAGAI MINUMAN HERBAL. *Aptekmas Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 6(1), 170–174.
- Pebiansyah, A., Anggraeni, F. N., & Widyaningsih, D. (2023). WORKSHOP PENINGKATAN PENGETAHUAN MASYARAKAT DALAM PEMBUATAN TEH CELUP BUNGA TELANG (CLITORIA TERNATEA) DI DESA ADIMULYA KECAMATAN WANAREJA KABUPATEN CILACAP. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 7(4), 3476–3482.
- Permadi, A., Maryudi, M., Suhendra, S., Zufar, A. F., Padya, S. A., Rahmawati, N., & Sembiring, N. S. (2022). PEMBUATAN MINUMAN HERBAL/JAMU UNTUK MENINGKATKAN IMUNITAS DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bumi Raflesia*, 5(2), 909–912.
- Putri, Mardiana P., M. S. (2021). Edukasi Manfaat dan Potensi Bunga Telang (clitorea ternatea) sebagai Minuman Kesehatan pada Masyarakat desa Datengan Kecamatan Grogol Kabupaten Kediri. *Prosiding Senias*, 1(1), 162–166.
- Sulasma, S., Saktiningsih, H., Hilando, O., Nada, L. Q., Hapsari, R. P., Rahayu, D., & Badii, L. (2023). Penyuluhan Manfaat Bunga Telang (Clitoria ternatea) Bagi Kesehatan Di Posyandu Desa Langenharjo, Kecamatan Grogol, Kabupaten Sukoharjo. *BUDIMAS: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 5(1).
- Widiya, W., Rahmi, N., Mentari, N., Permata, S., & Purba, Y. (2023). Sosialisasi Dan Penyuluhan Pembuatan Bunga Telang Kering Sebagai Seduhan Teh Di Desa Patumbak Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Abdimas Mutiara*, 4(1), 241–247.
- Widjajanti, H., Aminasih, N., Muharni, M., & Arwinsyah, A. (2023). Pengolahan Bunga Telang (Clitoria Ternatea) Sebagai Minuman Kaya Antioksidan Dan Pewarna Alami Makanan. *Urnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(3), 423–431.
- Wijaya, D. P., Herlina, H., Wahyuni, D., & Pitayati, P. A. (2023). PENYULUHAN DAN PELATIHAN PEMANFAATAN BUNGA TELANG MENJADI PRODUK KAYA ANTIOKSIDAN UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN DI DESA ULAK KERBAU BARU TANJUNG RAJA. *Jurnal Abdi Insani*, 10(2), 689–696.