

PEMBERDAYAAN ANGGOTA PKK DALAM PENGENALAN DAN PEMBUATAN
MINUMAN TEH KOMBINASI BUNGA TELANG, BLACK GARLIC DAN REMPAH DI
RW 08 KELURAHAN KAUMAN KOTA MALANG

Luluk Anisyah^{1*}, Sugiyanto²

¹⁻²STIKes Panti Waluya Malang

Email Korespondensi: luluk.anisyah1977@gmail.com

Disubmit: 13 Desember 2023

Diterima: 16 Februari 2024

Diterbitkan: 01 April 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v7i4.13374>

ABSTRAK

Hipertensi dan hiperkolesterol merupakan penyakit degeneratif yang menjadi masalah serius saat ini. Bahaya hipertensi dan hiperkolesterol yang tidak dapat dikendalikan dapat menimbulkan komplikasi yang berbahaya. Permasalahan yang terjadi pada masyarakat adalah kurangnya pengetahuan tentang pengendalian penyakit degeneratif serta faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi dan hiperkolesterol dan pemanfaatan bahan herbal yang ada disekitar untuk meminimalisir kejadian hipertensi dan hiperkolesterol yaitu bawang putih yang dengan cara proses pemanasan pada suhu dan kelembaban yang dikontrol, selama kurang lebih 14 hari. Penggunaan obat tradisional sebagai bagian dari pengobatan hiperkolesterol dan hipertensi yang semakin meningkat. Pemberdayaan anggota PKK RW 08 sejumlah 30 orang dalam pemanfaatan, pelatihan pembuatan sediaan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah serta pemberian edukasi secara tatap muka sehingga imunitas kesehatan dapat terjaga. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar pemberian Pendidikan Kesehatan dan pemberian pelatihan terkait khasiat, manfaat, dan pembuatan formula dari sediaan tersebut dapat tercapai dengan baik, sehingga Kesehatan tubuh dapat terjaga. Metode pelaksanaan yang digunakan dalam pengabdian masyarakat kepada anggota PKK meliputi 3 kegiatan antara lain: Tahap persiapan: melakukan pendekatan, persiapan bahan dan alat yang digunakan untuk pembuatan sediaan minuman kombinasi tersebut; Tahap pelaksanaan: memberikan edukasi kesehatan dan pelatihan terkait manfaat, cara penyajian, cara pembuatan; Tahap evaluasi dilakukan dengan menggunakan kuesioner *Pre-Post Test* terhadap peningkatan tingkat pengetahuan terkait manfaat dan khasiat minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah, sebesar 33,85%, dimana pada awal 65% dan setelah diberikan edukasi pengetahuan 87% ; evaluasi ketrampilan dalam pembuatan sediaan rata-rata 87,5% sesuai dengan urutan yang tertulis pada *ceklist*. Kesimpulan untuk peningkatan tingkat pengetahuan terkait manfaat dan khasiat minuman Kesehatan tersebut sebesar 33,85% dan evaluasi keterampilannya sebesar 87%, sehingga dapat dikatakan telah tercapai.

Kata Kunci: Teh, Antioksidan, Rempah, Bunga Telang, *Black Garlic*

ABSTRACT

Hypertension and hypercholesterolemia are degenerative diseases that are a serious problem today. The dangers of hypertension and hypercholesterolemia that cannot be controlled can cause dangerous complications. The problem that occurs in the community is a lack of knowledge about controlling degenerative diseases as well as factors that influence the incidence of hypertension and hypercholesterolemia and the use of herbal ingredients that are around to minimize the incidence of hypertension and hypercholesterolemia, namely garlic which is heated at a controlled temperature and humidity, as long as it is not enough. more than 14 days. The use of traditional medicine as part of the treatment of hypercholesterolemia and hypertension is increasing. Empowering 30 PKK RW 08 members in the use, training in making tea preparations from a combination of butterfly pea flowers, black garlic and spices as well as providing face-to-face education so that health immunity can be maintained. The aim of this activity is to ensure that health education and training related to the properties, benefits and formulation of these preparations can be achieved well, so that bodily health can be maintained. The implementation method used in community service to PKK members includes 3 activities, including: Preparation stage: taking the approach, preparing the materials and tools used to make the combination drink preparation; Implementation stage: providing health education and training regarding benefits, how to serve, how to make; The evaluation stage was carried out using a Pre-Post Test questionnaire to increase the level of knowledge regarding the benefits and efficacy of drinking tea with a combination of butterfly pea flower, black garlic and spices, amounting to 33.85%, where at the beginning it was 65% and after being given education, knowledge was 87%; Evaluation of skills in making preparations averaged 87.5% according to the order written on the checklist. The conclusion is that the increase in the level of knowledge regarding the benefits and properties of health drinks is 33.85% and the skills evaluation is 87%, so it can be said to have been achieved.

Keywords: Tea, Antioxidants, Spices, Butterfly Pea Flower, Black Garlic

1. PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif dapat dicegah dengan cara meminimalkan faktor-faktor risiko penyebabnya. Penekanan terhadap pencegahan dan promosi kesehatan ini tidak terlepas dari masalah yang ditimbulkan akibat perilaku dan perubahan gaya hidup seseorang sebagai akibat dari perkembangan suatu teknologi dan jaman, maka salah satu perbaikan yang dapat kita lakukan dari segi pelayanan Kesehatan, dimana segi Yankes tersebut turut mempunyai andil yang cukup signifikan terhadap munculnya berbagai masalah Kesehatan pada seseorang (Suirakoka, 2012). Hasil dari Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi Penyakit Tidak Menular (kanker, stroke, penyakit ginjal kronis, diabetes melitus, dan hipertensi) mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013. Jumlah penderita di Kelurahan Kauman ditahun 2018 untuk penyakit diabetes melitus sebesar 69%, sedangkan hipertensi sebesar 46%; di tahun 2019 jumlah penderita diabetes melitus 79% dan jumlah penderita hipertensi 51%, sedangkan di tahun 2020 jumlah penderita diabetes melitus 100% dan jumlah hipertensi 20% (Anisyah *et al.*, 2022).

Teh herbal merupakan sebuah infusi yang dibuat dengan cara menyeduh bunga telang, black garlic dan rempah yang dikeringkan kemudian diseduh dengan air

menggunakan suhu $\pm 70^{\circ}\text{C}$. Indonesia adalah negara yang kaya akan rempah. Rempah-rempah di Indonesia telah dikenal sebagai tanaman herbal yang bermanfaat bagi kesehatan. Macam minuman teh banyak sekali, salah satu minuman tersebut adalah teh herbal kombinasi bunga telang, black garlic dan rempah ini berasal dari tanaman herbal. Minuman teh tersebut terbuat dari bahan yang mudah didapat, harga bahan yang dapat terjangkau, terdiri dari ramuan rempah-rempah alami dan menebarkan aroma yang mudah menggugah selera, serta kaya antioksidan dan minyak atsiri, jika diolah dengan benar (Krisnawan et al., 2021); (BPOM, 2020). Manfaat lainnya juga dapat menambah stamina tubuh, menghangatkan badan, dan menghilangkan lelah serta meminimalisir hipertensi dan hiperkolesterol. Bahan-bahan pembuatan teh ini terdiri dari bunga telang, black garlic, dan rempah. Menurut hasil penelitian dari Lee, 2009 dalam (Purwandhani et al., 2019) yang mengatakan bahwa nilai TEAC antioksidan pada black garlic adalah dua kali lipat lebih tinggi dari bawang putih, hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian dari Bae, 2014 dalam (Purwandhani et al., 2019), bahwa semakin lama waktu fermentasi black garlic maka kandungan S-allylcysteine (SAC) semakin meningkat, sehingga bahan black garlic tersebut bagus khasiatnya untuk meminimalisir penyakit degenerative menurut Lu et al, 2017 ; Ryu and Kang, 2017 dalam (Sukrianto et al., 2022).

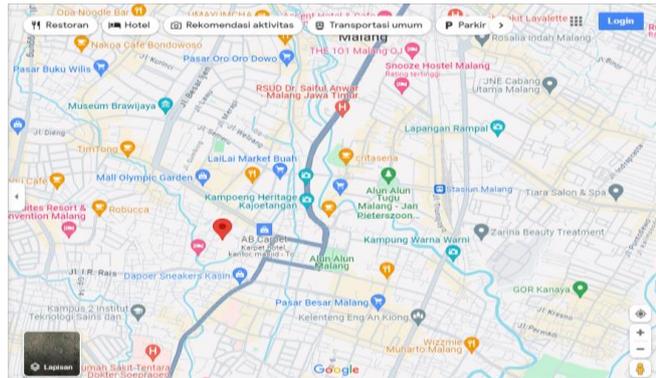
Pigmen warna alami dapat ditemukan pada bunga telang. Warna biru keunguan dari bunga telang menunjukkan terdapatnya kandungan antosianin, selain digunakan sebagai pewarna alami juga dapat digunakan sebagai sumber antioksidan, serta mempunyai potensi farmakologis sebagai anti mikroba, anti depresan, antelmintik, anti kanker dan antidiabetes (Fizriani et al., 2020). Bawang hitam (*black garlic*) merupakan bawang yang memiliki warna hitam, merupakan produk olahan dari bawang putih melalui proses pemanasan pada suhu dan kelembaban yang dikontrol, selama kurang lebih 14 hari. Produk ini lebih mudah dikonsumsi dibandingkan bawang segar karena bau bawang telah hilang, selain itu, bawang hitam juga memiliki antioksidan yang lebih tinggi dibandingkan bawang segar (Pulungan et al., 2022); Walaupun mungkin masyarakat telah mengetahui mengenai khasiat tanaman herbal sebagai peningkat imunitas tubuh dan meminimalisir hipertensi dan hiperkolesterol tetapi mungkin belum banyak masyarakat yang mengetahui cara pengolahan dan pembuatan minuman teh dari tanaman herbal secara tepat. Padahal pembuatan minuman teh dari tanaman herbal tersebut sebenarnya cukup mudah untuk dilakukan di rumah masing-masing. Kecenderungan masyarakat saat ini adalah lebih suka menggunakan produk yang berasal dari tanaman herbal selain obat sebagai pencegahan penyakit *degenerative* dan juga sebagai terapi komplementer.

Pemberian ketrampilan pembuatan minuman kesehatan

Keunggulan pada sediaan minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, Black Garlic dan rempah yang diformulasikan ini adalah terdiri dari kombinasi dari tanaman herbal (bawang putih) yang telah melalui proses pemanasan pada suhu dan kelembaban yang dikontrol, selama kurang lebih 14 hari untuk menjadi black garlic, ditambah dengan bunga telang dan rempah-rempah dalam bentuk teh celup (campuran racikan tersebut dimasukan dalam kantong teh) yang penggunaannya dapat diseduh dengan air hangat ataupun setelah diseduh dengan air hangat lalu didinginkan. Keunikan dari minuman teh herbal ini adalah minuman yang dapat diseduh dengan air hangat ataupun dingin, berasal dari tanaman herbal yang mempunyai khasiat tinggi antioksidan yang dapat mencegah radikal bebas sehingga dapat mencegah terjadinya penyakit degeneratif (hipertensi dan hiperkolesterol) dan menjaga imunitas tubuh, beraroma khas, serta warna yang menarik.

2. MASALAH

- 1) Relatif masih tingginya angka prevalensi pada penyakit *degenerative* di Kelurahan Kauman, sehingga aspek pelayanan kesehatan masih sangat dibutuhkan dalam mencegah terjadinya komplikasi penyakit tersebut dengan meminimalisir risiko penyebabnya, hal ini dapat dilakukan dengan memberikan edukasi terkait pengetahuan tentang manfaat dan khasiat bahan herbal
- 2) Keterampilan terkait cara pembuatan dan pengolahan sediaan minuman teh kombinasi bunga telang dan rempah secara tepat



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

3. KAJIAN PUSTAKA

Khasiat tanaman herbal yang dapat meningkatkan imunitas mungkin telah diketahui oleh masyarakat sehingga ada peningkatan konsumsi olahan minuman tanaman herbal selama pandemi Covid-19 (Indah et al., 2021). Bahkan penelitian terakhir mengungkapkan bahwa tanaman herbal berpotensi digunakan untuk pencegahan dan penanganan pasien Covid-19 (Hartanti et al., 2020; Mulyati, 2020; Wulantresna et al., 2020).

Menurut hasil penelitian dari Lee, 2009 dalam (Purwandhani et al., 2019) yang mengatakan bahwa nilai TEAC antioksidan pada *black garlic* adalah dua kali lipat lebih tinggi dari bawang putih, hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian dari Bae, 2014 dalam (Purwandhani et al., 2019), bahwa semakin lama waktu fermentasi *black garlic* maka kandungan S-allylcysteine (SAC) semakin meningkat, sehingga bahan *black garlic* tersebut bagus khasiatnya untuk meminimalisir penyakit *degenerative* menurut Lu et al, 2017 ; Ryu and Kang, 2017 dalam (Sukrianto et al., 2022).

Hasil pengabdian tersebut sesuai dengan hasil penelitian dan pengabdian dari (Anisyah, Hasana, & Lela, 2022 ; Sugiyanto, 2022 ; Fabanyo & Agung, 2023), yang mengatakan bahwa dengan pemberian edukasi maka akan dapat meningkatkan pengetahuan akan manfaat tanaman herbal dan keterampilan dalam pembuatan sediaan tersebut.

4. METODE

a. Tahap Persiapan

Melakukan pendekatan pada pihak PKK Kelurahan Kauman Kota Malang, dan menyiapkan bahan dan alat yang digunakan untuk pembuatan minuman kombinasi dari bunga telang, *black garlic* dan rempah.

b. Tahap pelaksanaan

Memberikan edukasi kesehatan dan pelatihan terkait manfaat, cara pembuatan dan penyajian minuman kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah tersebut.

c. Tahap evaluasi

Dilakukan terhadap terhadap peningkatan pengetahuan terkait manfaat tanaman herbal dengan menggunakan kuesioner *pre-post test* dan untuk peningkatan keterampilan pembuatan sediaan minuman Kesehatan.

5. HASIL DAN PEMBAHASAN**Tabel 1. kegiatan dan hasil kegiatan PkM di Kabupaten Malang**

Tahap	Waktu	Kegiatan	Tujuan	Hasil
	18, 20, dan 21 Oktober 2023	Pembelian bahan sediaan simplisia	Mendapatkan sediaan simplisia	Simplisia yang sudah dibeli siap digunakan
	10-11-2023	Pembelian bahan wadah sediaan (Plastik Klip)	Sebagai bahan pengemas primer	Didapatkan bahan kemasan dari Distributor
	11-11-2023	Pembelian kertas Label dan Pembuatan sediaan Label	Didapatkan label untuk sediaan minuman Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, <i>Black garlic</i> dan Rempah	Kantong teh kosong yang sudah dimasukan dalam wadah kotak kertas dan tertempel dengan label
	22-10-2023	Pembuatan sediaan Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, <i>Black garlic</i> dan Rempah dengan disertai Pengambilan video	Didapatkan video pembuatan sediaan Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, <i>Black garlic</i> dan Rempah	Video pembuatan sediaan dan Sediaan minuman kombinasi bunga telang, <i>black garlic</i> dan rempah yang siap di sajikan sebagai sampel
	13-11-2023	Edit video	Didapatkan hasil video yang baik	Video pembuatan sediaan yang sudah siap di tampilkan

Pelaksanaan	04-11-2023	1.Pemberian <i>Pretest</i> , 2.Presentasi pemberian edukasi pengetahuan Pendidikan terkait khasiat, manfaat Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, <i>Black garlic</i> dan Rempah yang dapat digunakan untuk menjaga stamina tubuh melalui tatap muka ke anggota PKK Kelurahan Kauman	Memberikan Edukasi Pendidikan kesehatan melalui tatap muka	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui tatap muka
	18-11-2023	Pemberian cara pembuatan sediaan Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang <i>black garlic</i> , dan rempah dengan menggunakan video	Memberikan Edukasi terkait manfaat dan khasiat komposisi sediaan minuman Teh Kombinasi Bunga Telang <i>black garlic</i> , dan rempah	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui tatap muka
	04-12-2023	Memberikan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman Teh Kombinasi Bunga Telang <i>black garlic</i> , dan rempah ke anggota PKK Kauman.	Memberikan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman Teh Kombinasi Bunga Telang <i>black garlic</i> , dan rempah ke anggota PKK Kauman dan evaluasi	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui tatap muka

Evaluasi *post-* kegiatan
test kegiatan tersebut
tersebut



Gambar 2. Bahan - bahan pembuatan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic*, dan rempah



Gambar 3. Presentasi pemberian materi



Gambar 4. Memberikan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic*, dan rempah

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Pemberdayaan Anggota PKK dalam Pengenalan dan Pembuatan Minuman Teh Kombinasi Bunga Telang, *Black garlic* dan Rempah di RW 08 Kelurahan Kauman Kota Malang dapat berjalan dengan baik dan lancar sesuai dengan yang telah dijadwalkan oleh tim pengabdian masyarakat STIKes Panti Waluya Malang. Keberhasilan ini tergantung atas kerjasama antara tim pengabdian masyarakat STIKes Panti Waluya dalam pembuatan sediaan minuman teh kesehatan serta para anggota PKK Kelurahan Kauman. Peran aktif peserta anggota PKK Kauman dalam kegiatan PkM ini dapat disimpulkan baik. Hal ini terlihat para anggota tersebut sangat antusias sekali dalam mengikuti acara dan sangat tertarik dengan kegiatan tersebut, serta kegiatan tersebut dilakukan secara tatap muka karena untuk saat ini lagi *trend* untuk kembali ke produk alam (*back to nature*), dikarenakan olahan kombinasi dari bawang hitam atau *black garlic* dan bunga telang berbahan dasar dari tanaman herbal, sehingga kegiatan ini dapat memberikan manfaat bagi para anggota PKK dalam meningkatkan kesehatan di masa sekarang, serta dapat meningkatkan ketrampilan dan menambah wawasan dalam pembuatan tetap dengan menggunakan bunga telang tetapi dengan kombinasi yang berbeda (dengan menggunakan bawang hitam). Pada saat kegiatan berlangsung terlihat sekali antusias mereka dalam mendengarkan, menyimak, serta bertanya pada saat kegiatan tersebut berlangsung. Adapun pertanyaan pada saat setelah diberikan edukasi terkait khasiat dan kegunaan untuk membantu kesehatan tubuh di kegiatan tersebut berlangsung antara lain: 1 Berapakah aturan pakai dalam sehari untuk konsumsi bawang hitamnya, 2. Bagaimana cara pembuatan bawang hitam yang baik dan tepat, 3. Apakah rasanya sama antara bawang putih dan bawang hitam, 4. Apakah boleh bawang hitam dicampurkan dalam masakan, 5. Apakah bawang hitam boleh dicampurkan dan direndam dalam madu atau dalam bentuk seperti infusa, 6. Berapakah harga dari bawang hitam, 7. Kegunaan dilapisi *tissue* atau kain serbet pada setiap lapis bawang putihnya di *magic com*, 8. Jika fermentasinya kurang dari 14 hari bagaimana, 9. Apa yang terjadi jika terlalu banyak mengkonsumsi bawang hitam dalam sehari-harinya, kemudian kita memberikan jawaban dan arahan yang tepat sesuai dengan yang ditanyakan para anggota PKK tersebut. Faktor kendala yang kita alami adalah penyesuaian waktu kita dengan waktu pelaksanaan kegiatan PKK tersebut kadangkala masih belum cocok waktunya dikarenakan adanya kepentingan yang berbeda-beda jadwalnya, istilah dalam kefarmasian yang mungkin terasa baru bagi mereka (misal antioksidan, serta istilah kandungan zat aktif dari tanaman herbal tersebut), adapun testimoni dari rasa minuman kesehatan kombinasi *black garlic*, bunga telang dan rempah tersebut adalah enak dan segar serta pas atau sesuai dengan selera para *audien*, dimana juga terdapat bau khas dari bawang hitam dan warna dari bunga telangnya yang bagus.

Tabel 2

Usia (Tahun)	Jumlah	%
30 - 35	2	7%
36 - 40	2	7%
41 - 45	6	20%
45 - 50	3	10%
51 - 55	8	26%

56 - 60	6	20%
61 - 65	3	10%

Adapun jumlah prosentase usia anggota PKK yang mengikuti acara tersebut adalah rata-rata usianya adalah 30-35 tahun dan 36-40 tahun adalah 7%; usia 41-45 tahun adalah 20%, usia 45-50 tahun sebanyak 10%, 51-55 tahun adalah 26 %; usia 56-60 tahun sebanyak 20% dan 61-65 tahun sebesar 10%, serta mereka semua masih dapat mengikuti acara pengabdian tersebut secara tatap muka dengan melihatnya secara langsung kegiatan pengabdian kepada masyarakat tersebut.

Tabel 3

Pendidikan	Jumlah	%
SMP	6	20%
SMA	17	57%
D3	3	10%
S1	4	13%

Adapun jumlah prosentase tingkat Pendidikan para anggota PKK yang mengikuti acara tersebut adalah rata-rata adalah SMP 20%, SMA 57%, D3 adalah 10%, serta S1 13% dan mereka semua masih dapat mengisi sekaligus menjawab kuesioner yang kita bagikan pada saat evaluasi.

Tabel 4

Pertanyaan No	Jumlah Jawaban Benar	Jumlah Jawaban Benar
	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1	67	87
2	63	87
3	60	90
4	73	93
5	60	93
6	73	93
7	63	80
8	63	73
9	70	93
10	60	80
Rata-rata	65	87

Adapun evaluasi untuk edukasi pengetahuan terkait manfaat, khasiat dan formula dari minuman teh kombinasi bunga telang, *Black garlic* dan rempah, rata-ratanya untuk *pre-test* adalah 65 %, sedangkan untuk *post-test* rata-rata adalah 87%. Hasil akhir dapat diketahui bahwa telah terjadi peningkatan pemahaman akan pengetahuan terkait manfaat serta khasiat dan formula dari tanaman herbal yang digunakan pada sediaan tersebut.

Tabel 5

Ketrampilan	Taha p 1	Taha p 2	Taha p 3	Taha p 4	Taha p 5	Taha p 6	Taha p 7	Taha p 8
Kelompok 1	✓	✓	✓	0	✓	✓	✓	✓
Kelompok 2	✓	✓	✓	0	✓	✓	✓	✓
Kelompok 3	✓	✓	0	✓	✓	✓	✓	✓
Kelompok 4	✓	✓	✓	0	✓	✓	✓	✓

Keterangan : ✓ = Dilakukan

0 = Tidak dilakukan

Untuk hasil evaluasi pada ketrampilan dalam pembuatan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah rata-rata 87,5%, dari hasil tersebut telah menunjukkan bahwa ketrampilan anggota PKK telah meningkatkan pemahaman terkait cara pembuatan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah secara baik dan tepat, sudah sesuai dengan harapan mereka, dan acara tersebut bermanfaat sekali bagi mereka di saat seperti ini, karena pengetahuan tersebut juga dapat memotivasi serta memberikan ide baru dalam sebagai sediaan yang mudah didapatkan bahannya serta berkhasiat bagi kesehatan

6. KESIMPULAN

Kesimpulan bahwa tujuan untuk meningkatkan pengetahuan terkait peningkatan pengetahuan terkait khasiat tanaman herbal dan evaluasi ketrampilan dengan menggunakan lembar kuesioner dapat tercapai dengan baik, hal tersebut dapat terlihat dari jumlah prosentase dengan nilai rata-rata untuk peningkatan pengetahuan terhadap manfaat, khasiat dan formula dari minuman teh kombinasi bunga telang, *Black garlic* dan rempah sebesar 33,85%, dimana pada awal (*pre-test*) 65% dan setelah diberikan edukasi pengetahuan (*post-test*) 87% ; evaluasi ketrampilan dalam pembuatan sediaan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah rata-rata 87,5% melakukan sesuai dengan urutan yang tertulis pada *ceklis*. Sediaan minuman teh kombinasi bunga telang, *black garlic* dan rempah bisa diseduh dengan penambahan air hangat (30 - 40°C) ± 200 cc akan memberikan rasa hangat, disertai aroma khas bawang hitam dan rempah-rempah serta warna ungu dari bunga telang, untuk rasa bisa dengan menggunakan gula pasir/madu/gula batu/gula khusus untuk penyakit diabetes (tergantung pada selera masing-masing untuk rasa manisnya), untuk air 200 cc bisa juga dengan menggunakan air dingin (sesuai selera), dikemas dalam bentuk kantong celup, serta memberikan efek yang menguntungkan bagi kesehatan dan dapat tercapai dengan baik.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Angriani, L. (2019). Potensi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Pewarna Alami Lokal pada Berbagai Industri Pangan. *Canrea Journal*, 2(1).
- Anisyah, L., Andika, V. K., & Tindaon, L. V. (2022). Pemberdayaan Kader PKK Posyandu Lansia dalam Pengenalan dan Pembuatan Minuman Kesehatan Wedang Uwuh untuk Meningkatkan Kesehatan di Kelurahan

- Kauman Kota Malang. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (Pkm)*, 5(10), 3296-3306.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i10.7034>
- Anisyah, L., Hasana, A. R., & ... (2022). Pemberdayaan Kelompok Pkk Kelurahan Kauman Kota Malang Dalam Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Teh Herbal Di Masa Pandemi Covid-19. *Selaparang Jurnal ...*, 6(1).
<http://journal.ummat.ac.id/index.php/jpmb/article/view/7321>
- Anisyah, L., & Sugiyanto. (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.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i6.5861>
- BPOM. (2020). *Pedoman Penggunaan Herbal dan Suplemen Kesehatan dalam Menghadapi Covid-19 di Indonesia*.
- Fabanyo, R. A., & Agung, I. G. (2023). Edukasi dan Pelatihan Pembuatan Minuman Kesehatan Temulawak untuk Peningkatan Imunitas dan Pencegahan Penyakit pada Masyarakat. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(7), 2706-2722.
<https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i7.9998>
- Fizriani, A., Quddus, A. A., & Hariadi, H. (2020). Pengaruh Penambahan Ekstrak Bunga Telang terhadap Sifat Kimia dan Organoleptik pada Produk Minuman Cendol. *Jurnal Ilmu Pangan Dan Hasil Pertanian*, 4(2).
<https://doi.org/10.26877/jiphp.v4i2.7516>
- Hartanti, D., Dhiani, B. A., Charisma, S. L., & Wahyuningrum, R. (2020). The Potential Roles of Jamu for COVID-19: A Learn from the Traditional Chinese Medicine. *Pharmaceutical Sciences and Research (PSR)*, 7.
<https://doi.org/10.7454/psr.v7i4.1083>
- Indah, W., Eka, A., Raditya, D., Fitri, D., & Fajrina, H. (2021). Gambaran Konsumsi Suplemen dan Herbal Pada Mahasiswa Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan Kesehatan Dan Gizi JAKAGI*, 1(April).
- Krisnawan, A. H., Alkindi, F. F., Muttaqin, D., & Wahyudi, E. S. (2021). Pemberdayaan masyarakat dalam pemanfaatan tanaman herbal Indonesia sebagai minuman fungsional peningkat imunitas tubuh. *CARADDE: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 163-172.
<https://doi.org/10.31960/caradde.v4i1.913>
- Mulyati, B. (2020). Potensi Herbal dalam Pencegahan dan Penanganan Pasien Covid-19. *Indept*, 9(1).
- Pratimasari, D., & Lindawati, N. Y. (2018). Optimasi Zat Warna Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Pewarna Alami Pada Sirup Parasetamol. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 4(2), 89-97.
- Pulungan, M. H., Santoso, E. F. S. M., Sukardi, S., & Purwaningsih, I. (2022). Pelatihan Pembuatan Minuman dan Makanan Camilan Fungsional dari Bawang Hitam. *JPPM (Jurnal Pengabdian Dan Pemberdayaan Masyarakat)*, 6(1), 177. <https://doi.org/10.30595/jppm.v6i1.7664>
- Purwandhani, S. N., Kusumastuti, C. T., & Indropurahasto, S. (2019). *Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Melalui Perbaikan Budidaya Dan Penggarapan Pasca Panen Bunga Telang (Clitoria ternatea) Sebagai Minuman*.
- Rahmawati, F. (2011). Kajian Potensi "Wedang Uwuh" Sebagai Minuman Fungsional. *Semnas 2011 "Wonderfull Indonesia."*
- Sugiyanto. (2022). Pemberdayaan Kelompok PKK dalam Pengenalan Poteni

dan Pembuatan Kripik Buah Pare dalam Meningkatkan Kesehatan.
Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan Selaparang, 6(1).

Suiraoaka, IP. (2012). *Penyakit Degeneratif*.

Sukrianto, In Harianto, L., Rizqiya, F., Muzadid Al Falaqi, H., & Akbar, J. (2022). Produksi dan Konsumsi Bawang Hitam untuk Imunitas Masyarakat. *Produksi Dan Konsumsi Bawang Hitam Untuk Imunitas Masyarakat*. <http://jurnal.umj.ac.id/index.php/semnaskat>

UMM, M. P. (2021). Mahasiswa PMM UMM 90 Sosialisasi Wedang Uwuh Bunga Telang Kepada Ibu PKK. In *JurnalPost*.

Wulantresna, D., Zuhrotun, A., & Chaerunisa, A. Y. (2020). Herbal Potential In Indonesia For Adjuvant Therapy To Corona Virus-19 Disease. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 7(10).