

**PEMANFAATAN DAN PEMBUATAN MINUMAN KESEHATAN KOMBINASI BUNGA
TELANG PLUS JAHE DI MASA PANDEMI COVID-19 DI PKK KELURAHAN KAUMAN
KOTA MALANG**

Luluk Anisyah^{1*}, Sugiyanto²

¹⁻²STIKes Panti Waluya Malang

Email Korespondensi: luluk.anisyah1977@gmail.com

Disubmit: 27 Januari 2022

Diterima: 04 Februari 2022

Diterbitkan: 01 Juni 2022

DOI: <https://doi.org/10.33024/jkpm.v5i6.5861>

ABSTRAK

Peningkatan kejadian penyakit degeneratif cenderung meningkat seiring bertambahnya usia sehingga lebih banyak dialami oleh lansia sehingga rentan mengalami kelelahan atau kondisi kesehatan yang terkadang tidak optimal. Berdasarkan kondisi tersebut, maka diperlukan peningkatan pengetahuan tentang cara menjaga kesehatan tubuh serta upaya pencegahan dan penanganan kejadian tersebut. Salah satunya minuman yang menawarkan khasiat kesehatan bagi tubuh adalah kombinasi teh bunga telang dan jahe sebagai ramuan tradisional untuk minuman kesehatan berbentuk seduhan atau celup, sehingga dengan adanya pemberian edukasi kepada kader PKK pendamping lansia di Kelurahan Kauman Kota Malang tentang manfaat minuman kesehatan secara luring dengan menggunakan simplisia bunga telang dan jahe, sehingga didapatkan tubuh dan imunitas yang sehat. Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengangkat manfaat bahan alami simplisia bunga telang dan jahe sebagai bahan dasar sediaan minuman kesehatan yang aman untuk lansia. Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengangkat manfaat bahan alami simplisia bunga telang dan jahe sebagai bahan dasar sediaan minuman kesehatan yang aman untuk lansia. Metode pelaksanaannya meliputi 3 kegiatan antara lain: Tahap persiapan, pelaksanaan serta hasil yang diperoleh dari kegiatan dengan menggunakan lembar kuesioner terhadap peningkatan tingkat pengetahuan 75,8 % terkait edukasi penurunan sistem organ tubuh pada manusia, manfaat dan khasiat bunga telang dan jahe 67 % dan terhadap keterampilan pembuatan sediaan minuman kesehatan 61 %. Kesimpulan bahwa untuk meningkatkan pengetahuan terkait pengetahuan terhadap fungsi sistem organ pada lansia, manfaat dan khasiat bunga telang, dan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman kesehatan kepada para kader PKK dapat tercapai

Kata Kunci: Minuman kesehatan, Lansia, Bunga Telang, Jahe

ABSTRACT

The increase in the incidence of degenerative diseases tends to increase with age so that the elderly are more likely to experience fatigue or health conditions that are sometimes not optimal. Based on these conditions, it is necessary to increase knowledge about how to maintain body health as well as efforts to prevent and handle these events. One of the drinks that offer health

benefits for the body is a combination of telang flower tea and ginger as traditional ingredients for health drinks in the form of steeping or dipping, so that by providing education to PKK cadres who accompany the elderly in Kauman Village, Malang City about the benefits of offline health drinks using simplicia telang flower and ginger, so you get a healthy body and immunity. This community service activity aims to raise the benefits of natural ingredients simplicia telang flower and ginger as the basic ingredients for the preparation of health drinks that are safe for the elderly. This community service activity aims to raise the benefits of natural ingredients simplicia telang flower and ginger as basic ingredients for safe health drink preparations for the elderly. The method of implementation includes 3 activities, including: Stages of preparation, implementation and the results obtained from activities using a questionnaire sheet to increase the level of knowledge is 75.8% related to education on the decline of body organ systems in humans, the benefits and efficacy of telang flower and ginger 67% and the skills of making health drink preparations 61%. The conclusion is that to increase knowledge related to knowledge of organ system functions in the elderly, the benefits and efficacy of telang flower, and training on how to make health drink preparations for PKK cadres can be achieved.

Keywords: Health drink, Elderly, Telang flower, Ginger

1. PENDAHULUAN

Penyakit degeneratif dapat dicegah dengan cara meminimalkan faktor-faktor risiko penyebabnya. Penekanan terhadap pencegahan dan promosi kesehatan ini tidak terlepas dari masalah-masalah penyakit akibat perilaku dan perubahan gaya hidup sebagai akibat semakin cepatnya perkembangan dalam era globalisasi. Akibat kompleksitas masalah kesehatan ini maka perbaikan salah satunya dapat dilakukan pada aspek pelayanan kesehatan yang juga mempunyai andil cukup besar terhadap munculnya masalah kesehatan (Suiraoaka, 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%.

Indonesia adalah negara yang kaya akan rempah. Pemanfaatan rempah sudah lama digunakan sebagai ramuan tradisional yang berkhasiat bagi kesehatan. Jahe var gajah adalah rempah yang sering dimanfaatkan sebagai ramuan tradisional yang berkhasiat tinggi bagi kesehatan (Prasetyo et al., 2018). Jahe memiliki kandungan antioksidan yakni oleoresin yang lebih dikenal sebagai gingerol. Jahe dimanfaatkan sebagai minuman fungsional (Sukmawati & Merina, 2019). Untuk mengoptimalkan pemanfaatannya, rimpang jahe ini biasanya dapat diolah menjadi minuman kesehatan dalam kemasan celup (Prasetyo et al., 2018). Jahe memiliki kandungan antioksidan yakni oleoresin yang lebih dikenal sebagai gingerol. Jahe dimanfaatkan sebagai minuman fungsional (Sukmawati & Merina, 2019). Dalam mempertahankan umur simpan jahe itu sendiri diperlukan metode-metode untuk pengawetan jahe. Salah satu metode yang digunakan adalah pengeringan yaitu dengan mengubah jahe menjadi serbuk jahe (Sukmawati & Merina, 2019).

Antioksidan menghambat reaksi oksidasi akibat radikal bebas. Flavonoid dan fenol merupakan antioksidan. Bunga *Clitoria ternatea* mengandung antioksidan. Hal tersebut terlihat dari warna mahkota karena mengandung antosianin. Antosianin merupakan pigmen dari flavonoid yang bersifat antioksidan. Fraksi antosianin hanya sekitar 27% dari total flavonoid dalam bunga telang. Antosianin secara umum dikenal sebagai kelompok pigmen larut air yang memiliki manfaat fungsional yang luas.

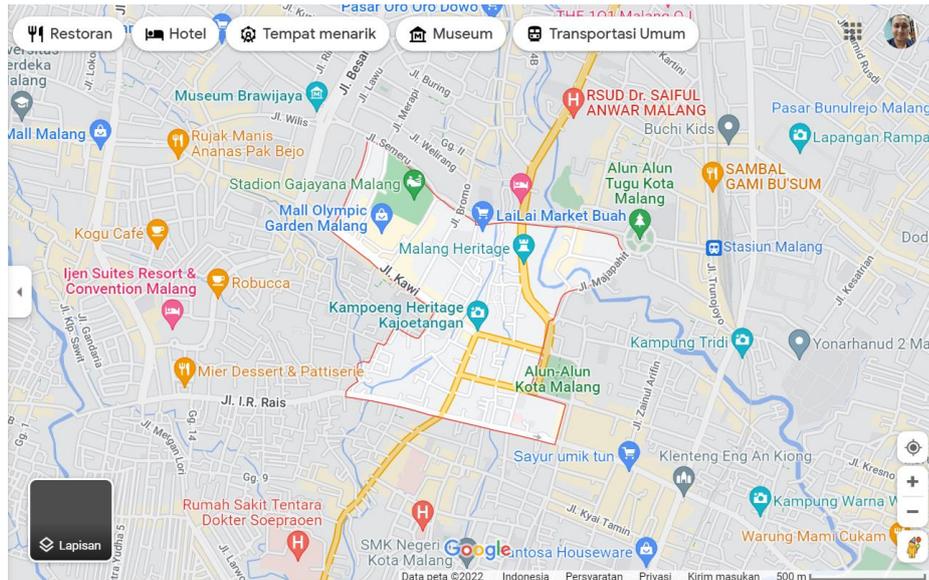
Kecenderungan masyarakat saat ini adalah lebih suka menggunakan produk yang kemasan dan penyajiannya lebih praktis dan cepat, karena tidak perlu membutuhkan banyak waktu dalam mempersiapkannya (Sukmawati & Merina, 2019). Keunggulan pada sediaan minuman kesehatan yang diformulasikan ini adalah terdiri dari kombinasi dari simplisia bunga telang dan jahe dalam bentuk kemasan celup.

Pemberian ketrampilan pembuatan minuman kesehatan

Keunggulan pada sediaan minuman kesehatan yang diformulasikan ini adalah terdiri dari kombinasi simplisia bunga telang dan jahe. Keunikan dari sediaan minuman kesehatan ini adalah dalam bentuk simplisia kering dan dalam bentuk celup sehingga dalam pemakaiannya bisa langsung dipakai sesuai dengan kebutuhan, berasa lebih segar, serta warna alamiahnya yang menarik, rasa dari kombinasi dari bunga telang dan jahe yang enak, segar, dan juga adanya rasa hangat yang menyertainya. Jahe yang digunakan dalam sediaan minuman sehat ini menggunakan jahe var gajah, dimana rasa dari jahe tersebut terasa hangat (tidak terlalu pedas), sehingga cocok untuk digunakan sebagai kombinasi dari minuman kesehatan ini dan dapat dikonsumsi oleh semua kalangan masyarakat, terutama pada lansia. Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk mengangkat manfaat bahan alami simplisia bunga telang dan jahe sebagai bahan dasar sediaan minuman kesehatan yang aman untuk lansia.

2. MASALAH

- a. Tingginya prevalensi penyakit degenerative di Kelurahan Kauman, sehingga aspek pelayanan kesehatan masih sangat dibutuhkan dalam mengurangi tingkat morbiditas dan mortalitas komplikasi penyakit tersebut.
- b. Pengetahuan pendamping lansia yang terbatas terkait khasiat dan kandungan dari kombinasi simplisia bunga telang dan jahe, sehingga dapat terciptanya salah satu produk kesehatan yaitu sediaan minuman kesehatan, dimana sediaan tersebut terdiri dari kombinasi simplisia bunga telang dan jahe juga dibuat dalam bentuk formula celup .
- c. Keterampilan terkait cara pembuatan dan pengolahan sediaan minuman kesehatan kombinasi dari bunga telang dan jahe secara tepat



Gambar 1. Peta Lokasi Kegiatan

3. METODE

a. Tahap Persiapan

Melakukan pendekatan pada kader PKK Kelurahan Kauman Kota Malang, dan menyiapkan bahan dan alat yang digunakan untuk pembuatan minuman kesehatan.

b. Tahap pelaksanaan

Memberikan edukasi kesehatan dan pelatihan terkait manfaat, cara pembuatan dan penggunaan minuman kesehatan.

c. Tahap evaluasi

Dilakukan terhadap apresiasi kader PKK Kelurahan Kauman Kota Malang dengan menghitung prosentase dari pertanyaan yang di ajukan pada lembar kuesioner.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Kegiatan Pengabdian Masyarakat

Tabel Kegiatan dan Hasil Kegiatan Pkm di Kabupaten Malang

Tahap	Waktu	Kegiatan	Tujuan	Hasil
Persiapan	1 dan 2 Desember 2021	Pengeringan bunga telang	Mendapatkan sediaan simplisia kering	Simplisia yang sudah kering dan siap digunakan
	6, 7, 8 Desember 2021	Pengeringan jahe	Mendapatkan sediaan simplisia kering	Simplisia yang sudah kering dan siap digunakan
	9-12-2021	Pembelian bahan kemasan (kertas pembungkus teh, wadah kemasan)	Sebagai bahan pengemas primer dan sekunder	Didapatkan bahan kemasan dari Distributor

	13-12-2021	1.Pembuatan sediaan Label 2.Pengambilan video pada saat pembuatan sediaan teh bunga telang	1.Didapatkan label untuk sediaan teh bunga telang 2. Didapatkan video pembuatan sediaan teh bunga telang	1.Sediaan teh bunga telang 2.Video pembuatan sediaan
	16-12-2021	Edit video	Didapatkan hasil video yang baik	Video pembuatan sediaan
Pelaksanaan	17-12- 2022	Presentasi pemberian edukasi pengetahuan Pendidikan terkait terjadinya perubahan penurunan fungsi organ tubuh pada lansia melalui luring/offline ke kelompok PKK Kauman	Memberikan Edukasi Pendidikan kesehatan melalui luring/offline	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui luring/offline
	07-01-2022	Presentasi pemberian edukasi manfaat dan khasiat dari bunga telang sebagai antioksidan	Memberikan Edukasi Pendidikan kesehatan melalui zoom	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui luring/offline
	08-01-2022	Memberikan pelatihan cara pembuatan sediaan teh bunga telang ke kelompok PKK Kauman dan evaluasi kegiatan tersebut	Memberikan Edukasi terkait manfaat dan khasiat simplisia bunga telang sebagai antioksidan	Sudah terlaksananya kegiatan PkM tersebut melalui luring/offline



Gambar 2. Bunga Telang dan Jahe yang telah dikeringkan dengan oven



Gambar 3. Presentasi pemberian materi



Gambar 4. Memberikan pelatihan cara pembuatan sediaan minuman kesehatan kombinasi bunga telang dan jahe

Hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat dengan topik Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pemanfaatan Sediaan Minuman Kesehatan Kombinasi Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L) Dan Jahe (*Zingiber officinale* L) var. Gajah Untuk Meningkatkan Imunitas di Masa Pandemi Covid 19 di PKK 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 terlaksana atas kerjasama antara tim pengabdian masyarakat STIKes Panti Waluya serta para partisipasi pendamping lansia. Peran aktif peserta pendamping lansia dalam kegiatan PkM ini dapat disimpulkan baik.

5. KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim STIKes Panti Waluya Malang terhadap partisipasi pendamping lansia dapat berjalan dengan baik, lancar, dan sukses. Hal ini disebabkan adanya kerjasama yang baik antara pihak STIKes Panti Waluya dengan para partisipasi pendamping lansia pada saat pelaksanaan kegiatan tersebut. Adapun kesimpulan untuk peningkatan tingkat pengetahuan 75,8 % terkait edukasi penurunan sistem organ tubuh pada manusia, manfaat dan khasiat bunga telang dan jahe 67 % dan terhadap keterampilan pembuatan sediaan minuman kesehatan 61 %.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Amrih, D., & Sutakwa, A. (2021). An alternative to a butterfly pea flowers and spices dip as a creative endeavour in the village of Bawuran. *Journal of Physics: Conference Series*. <https://doi.org/10.1088/1742-6596/1823/1/012045>
- Anggraini, V., Eurika, N., & Komarayanti, S. (2018). Tumbuhan Lokal Sebagai Bahan Baku Produk Minuman Herbal Fungsional Di Kabupaten Jember. *Jurnal Biologi Dan Pembelajaran Biologi*, 3(2).
- Angriani, L. (2019). Potensi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Pewarna Alami Lokal Pada Berbagai Industri Pangan. *Canrea Journal*, 2(1).
- 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), 327-340. <https://doi.org/10.24843/itepa.2020.v09.i03.p09>
- Budiasih, K. S. (2017). Kajian Potensi Farmakologis Bunga Telang (*Clitoria ternatea*). *Prosiding Seminar Nasional Kimia UNY*.
- Cahyaningsih, E., Yuda, P. E. S. K., & Santoso, P. (2019). Skrining Fitokimia dan Uji Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Dengan Metode Spektrofotometri uv-vis. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 5(1), 51-57. <https://doi.org/10.36733/medicamento.v5i1.851>
- Dewi, A. P., Setyawardani, T., & Juni Sumarmono. (2019). Pengaruh Penambahan Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Terhadap Sineresis dan Tingkat Kesukaan Yogurt Susu Kambing (The Effect of Butterfly Pea (*Clitoria ternatea*) Addition on Syneresis and Levels of Pleasure of Goat Milk Yoghurt). *Journal of Animal Science and Technology*, 1(2).
- Dwitiyanti, N., Widiyatun, F., & Suharmanto, P. (2019). Pelatihan Pembuatan Gula Kristal Dari Jahe Pada PKK KP. Babakan RT 03/08, Sukatani, Tapos, Depok. *Logista Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2).
- Endang Christine Purba. (2020). Kembang Telang (*Clitoria ternatea* L.): Pemanfaatan dan Bioaktivitas. *Jurnal EduMatSains*, 4(2), 111-124. Ersalita Rahmadhani Pratiwi, Rahmandani, S. O. A., Ibrahim, A. R., &
- Isbandiyah, I. (2020). Potensi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Pencegah Acute Kidney Injury (AKI). *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 1(2), 92-100. <https://doi.org/10.37148/comphijournal.v1i2.16>
- Gafar, P. A., & Maurina, L. (2018). Pengembangan Produk Jahe Instan dengan Campuran Madu dan Susu Skim. *Jurnal Prosiding Seminar Nasional 1 Hasil Litbangyasa Industri*.
- Imayanti, R. A., Rochmah, Z., Aisyah, S. N., & Alfaris, M. R. (2019). Pemberdayaan Masyarakat dalam Pengolahan Bunga Telang di Desa Pangreh Kecamatan Jabon Kabupaten Sidoarjo. *Ciastech*.
- Marpaung, A. M. (2020). Tinjauan Manfaat Bunga Telang (*clitoria ternatea* L.) Bagi Kesehatan Manusia. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 1(2), 47-69. <https://doi.org/10.33555/jffn.v1i2.30>
- Mulangsri, D. A. K. (2019). Penyuluhan Pembuatan Bunga Telang Kering

- Sebagai Seduhan Teh kepada Anak Panti Asuhan Yatim Putra Baiti Jannati. *Abdimas Unwahs*, 4(2).
- Prasetyo, R. A., Setiawan, M. J., & Harismah, K. (2018). Pembuatan Minuman Instan Jahe Merah (*Zingiber officinale* var *Rubrum*) Dengan Pemanis Stevia. *URECOL*.
- 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.
- Purwandhani, S. N., Kusumastuti, C. T., & Indroprahasto, S. (2019). Pemberdayaan Kelompok Wanita Tani Melalui Perbaikan Budidaya Dan Penggarapan Pasca Panen Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Sebagai Minuman. In *Media Cetak Kedaulatan Rakyat*.
- Redi Aryanta, I. W. (2019). Manfaat Jahe Untuk Kesehatan. *Widya Kesehatan*, 1(2).
<https://doi.org/10.32795/widyakesehatan.v1i2.463>
- Suiraoaka, I. (2012). Penyakit Degeneratif: Mengenal, Mencegah dan Mengurangi Faktor Resiko 9 Penyakit Degeneratif. In *nuMed*.
- Sukmawati, W., & Merina. (2019). Pelatihan Pembuatan Minuman Herbal Instan Untuk Meningkatkan Ekonomi Warga. *Jurnal PKM*, 25(4).
<https://doi.org/10.24114/jpkm.v25i4.14874>
- tvone. (2020). *Obat Alami Ampuh Turunkan Kolesterol, Gula Darah Hingga Sebagai Antiaging*.
- UMM, M. P. (2021). Mahasiswa PMM UMM 90 Sosialisasi Wedang Uwuh Bunga Telang Kepada Ibu PKK. In *JurnalPost*.