

PELATIHAN BUDIDAYA TANAMAN OBAT BUNGA TELANG SEBAGAI SUMBER IMUNITAS TUBUH MASA PANDEMI COVID 19 DI PAGUYUBAN IBU-IBU CLUSTER CIBEREM INDAH SUMBANG BANYUMAS

Ipong Jazimah

Ipongjazimah@ump.ac.id

Sumiyatun Septianingsih

Sumiyatunseptianingsih@ump.ac.id

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO

ABSTRAK

Permasalahan yang dihadapi oleh mitra adalah masih rendahnya pengetahuan ibu-ibu di Cluster Ciberem Indah tentang tanaman obat bunga telang dan pemanfaatannya sebagai sumber imunitas tubuh di masa pandemi COVID-19, serta rendahnya budidaya tanaman obat bunga telang di Cluster Ciberem Indah. Program ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai manfaat dan budidaya tanaman obat bunga telang sebagai sumber imunitas tubuh di masa pandemi COVID-19. Metode yang digunakan adalah pelatihan dan pendampingan. Kelompok sasaran yang mengikuti pengabdian yaitu Paguyuban Ibu-Ibu Cluster Ciberem Indah Sumbang Banyumas. Hasil dari kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan kemampuan peserta tentang budidaya tanaman obat bunga telang.

Kata kunci: Bunga Telang, Pandemi COVID-19, Tanaman Obat.

1. PENDAHULUAN

Indonesia dan dunia memasuki tahun 2020 dilanda pandemi virus COVID-19. Virus ini dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Beberapa jenis virus corona diketahui menyebabkan infeksi saluran nafas pada manusia mulai dari batuk pilek hingga yang lebih serius seperti yang terjadi saat virus MERS atau SARS yang dulu pernah menyerang dunia. Jenis baru dari virus corona inilah yang kemudian disebut dengan COVID-19.

Tingkat persebaran COVID-19 pun dinilai sangat masif dan cepat karena itu Indonesia bahkan dunia melakukan

tindakan-tindakan pencegahan agar virus COVID-19 ini tidak semakin menyebar luas. Ada banyak kebijakan yang dilakukan pemerintah Indonesia untuk mencegah penularan virus COVID-19 salah satunya adalah dengan melarang adanya kerumunan orang. Kebijakan lain yang juga diterapkan di Indonesia adalah kewajiban menggunakan masker untuk mencegah penularan virus dari satu orang ke orang lain serta menjaga jarak minimal 1 meter. Masyarakat diminta untuk mengkonsumsi makanan-makanan yang bergizi tinggi, serta meningkatkan imunitas tubuh agar tidak mudah terserang penyakit.

Sejak adanya pandemi COVID- 19 masyarakat mulai memburu tanaman-tanaman yang berkhasiat untuk meningkatkan imunitas tubuh. Salah satu tanaman obat tersebut adalah bunga telang. Bunga telang atau yang bernama latin *Clitoria Ternatea* ini sudah lama dikenal oleh masyarakat Indonesia sebagai tanaman obat dan tanaman hias. Bunga telang memiliki banyak khasiat untuk kesehatan, mulai dari obat mata, pewarna rambut, meningkatkan imunitas tubuh sampai dengan menurunkan kolesterol. Bunga telang memang dikenal sebagai produk tambahan untuk pembuatan minuman, makanan sampai kosmetik.

Manfaatnya yang bisa meningkatkan imunitas tubuh membuat bunga telang saat pandemi COVID- 19 ini banyak dicari yang menyebabkan harganya pun melonjak naik. Bunga berwarna biru yang tumbuh merambat ini sekarang memiliki nilai jual tinggi. Harga per kilogramnya bisa mencapai Rp500.000 dan paling rendah Rp150.000 dengan kondisi sudah kering (Kuntadi, 2020). Cara mengkonsumsi bunga telang untuk meningkatkan imunitas tubuh sangat mudah yaitu bisa diseduh seperti kita membuat teh. Bisa dinikmati saat hangat maupun dingin. Cara menyeduh teh bunga telang juga sangat mudah yaitu dengan cara melarutkan kelopak bunga telang dalam air panas. Bunga telang akan lebih mudah larut pada air dengan suhu mendidih sebagaimana seduhan teh pada umumnya. Bisa dicampur dengan gula atau madu bila ingin rasa yang lebih manis.

Cara menikmati teh bunga telang juga bisa dengan proses pengeringan terlebih dahulu seperti daun teh pada umumnya. Namun proses pengeringan alami dengan sinar matahari membutuhkan waktu yang cukup lama. Pengeringan bunga telang bertujuan agar daya simpannya menjadi lebih lama (Melizsa, 2021:32).

Proses pengeringan dengan waktu yang bervariasi menyebabkan penguapan kadar air yang berbeda. Semakin lama waktu pengeringan yang dilakukan, maka panas yang diterima oleh bahan akan lebih lama

sehingga jumlah air yang diuapkan dalam bahan pangan tersebut semakin banyak, dan kadar air yang terukur menjadi rendah. Interaksi antara suhu dan lama pengeringan berpengaruh sangat nyata terhadap kadar air, kadar sari, total fenol, flavonoid, antosianin dan aktivitas antioksidan (Martini, 2020: 333).

Metode pengeringan dapat dipilih sesuai kebutuhan namun harus tepat agar manfaat dari bunga telang tidak hilang. Jika menginginkan proses pengeringan yang lebih cepat dapat menggunakan oven pengering. Pengeringan yang dilakukan harus tepat untuk menjaga senyawa yang terkandung di dalam bunga telang agar tidak rusak. Bila menggunakan oven pengering harus tepat dalam mengatur suhunya, dan bila dengan sinar matahari hanya dijemur dari jam 08.00 sampai jam 12.00 saja (Mulangsri, 2019:94)

Khasiat lain dari bunga telang adalah sebagai obat alternatif untuk mengencerkan dahak bagi penderita batuk dan flu berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan menggunakan *Viskometer oswald* (Kusuma, 2019:72). Penderita COVID-19 gejalanya seperti penderita influenza sehingga bunga telang ini layak untuk dijadikan sebagai obat herbal alternatif.

Manfaat lainnya yang bisa diambil dari bunga telang demi meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi COVID-19 adalah sebagai anti oksidan untuk memberikan rasa rileks pada pikiran, mengurangi kadar diabetes dalam darah, melawan lemak jahat dan mengurangi kolesterol, analgesik, menghambat pertumbuhan bakteri, mencegah kerusakan hati dan juga antikanker (Marpaung, 2020: 1). Penggunaan bunga telang dalam pengobatan memang sudah dikenal cukup lama di dunia walaupun variasi cara pengolahan tidak sebanyak sekarang.

Tingkat kebutuhan bunga telang yang tinggi akibat pandemi COVID-19 membuat harganya melonjak naik. Melihat kondisi ini alangkah baiknya jika masyarakat membudidayakan sendiri bunga telang sebagai salah satu tanaman obat bagi

keluarga. Oleh karena itu perlu dilakukan pelatihan tentang budidaya tanaman obat bunga telang. Masyarakat yang telah memiliki pengetahuan tentang khasiat tanaman obat dan menguasai cara penanaman dan pengolahannya dapat membudidayakan tanaman obat secara individual dan memanfaatkannya sehingga akan terwujud prinsip kemandirian dalam pengobatan keluarga. Selain itu juga dapat dikembangkan menjadi usaha kecil dan menengah di bidang obat-obatan herbal, yang selanjutnya dapat disalurkan ke masyarakat.

Mengingat tanaman obat sangat bermanfaat untuk kesehatan terutama bunga telang untuk meningkatkan imunitas tubuh, sehingga perlu ada pemanfaatan sumberdaya masyarakat dengan melibatkan kelompok masyarakat khususnya ibu-ibu di Cluster Ciberem Indah Sumbang. Budidaya tanaman obat ini diharapkan mampu mendukung peningkatan kesehatan masyarakat dan sekaligus pemberdayaan ibu rumah tangga dalam upaya menciptakan kegiatan yang berdaya guna.

Tim pengabdian melibatkan paguyuban ibu-ibu di Cluster Ciberem Indah Sumbang dengan alasan Ciberem adalah sebuah desa sentra bunga dan tanaman hias namun belum dikembangkan secara lebih lanjut tentang tanaman obat khususnya bunga telang. Paguyuban ibu-ibu di Cluster Ciberem Indah juga masih minim pengetahuan tentang budidaya dan manfaat bunga telang untuk meningkatkan imunitas tubuh. Bisa dilihat dari halaman dan tanah-tanah kosong di Cluster Ciberem Indah belum terlihat adanya budidaya tanaman obat bunga telang.

Berbagai latar belakang dan alasan yang sudah dijelaskan di atas, dipandang perlu bagi Tim Pengabdian untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan mengambil judul *"Pelatihan Budidaya Tanaman Obat Bunga Telang sebagai Sumber Imunitas Tubuh Masa Pandemi COVID 19 di Paguyuban Ibu-Ibu Cluster Ciberem Indah Sumbang Banyumas"*.

2. METODOLOGI PELAKSANAAN

Kegiatan ini dilakukan di Cluster Ciberem Indah Sumbang pada hari Minggu 13 Desember 2020. Pelatihan ini menggunakan metode pelatihan dan pendampingan. Metode ini dipilih karena cocok dengan situasi dan kondisi peserta pelatihan. peserta perlu mendapat pendampingan agar lebih memahami apa saja materi dan langkah-langkah dalam budidaya tanaman obat bunga telang.

Untuk mencapai tujuan kegiatan yang telah ditetapkan, maka pendekatan yang digunakan pada kegiatan pengabdian yaitu melalui pelatihan, pendampingan dan pemantauan, dengan mengembangkan partisipasi peserta secara langsung. Cara ini ditempuh dengan pertimbangan bahwa pelatihan dan pendampingan memiliki berbagai kelebihan dibanding cara atau metode lainnya, yaitu peserta pelatihan dapat bertatap muka secara langsung dengan pihak pelatih (tim pelaksana pengabdian) sehingga setiap permasalahan yang terkait dengan permasalahan tanaman obat bunga telang dapat langsung didiskusikan.

Pelatihan akan menghasilkan transfer ilmu yang maksimal apabila pelaksana memiliki pengalaman dan kualifikasi di bidangnya. Tim pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan yang memiliki pengalaman dalam bidang pelatihan.

Berikut ini tahapan kegiatan yang dilakukan oleh tim pelaksana:

- 1) Pelaksana kegiatan bekerjasama dengan ketua Paguyuban Cluster Ciberem Indah Sumbang untuk menentukan peserta dan waktu pelatihan.
- 2) Kegiatan akan dilakukan bersamaan dengan acara kumpulan rutin bulanan Paguyuban Cluster Ciberem Indah Sumbang dengan pertimbangan lebih mudah untuk koordinasi.
- 3) Peserta pelatihan diberi pengetahuan terlebih dahulu tentang gambaran umum mengenai tanaman obat bunga telang sebelum praktek membudidayakannya.

- 4) Kegiatan selanjutnya adalah ceramah atau penjelasan dari tim pelaksana. Tujuan dari ceramah ini adalah menjelaskan langkah-langkah apa saja yang harus dilakukan dalam budidaya tanaman obat bunga telang.
- 5) Berlatih mempraktekkan budidaya tanaman obat bunga telang dengan pendampingan dari tim pelaksana. Tujuan pendampingan adalah agar setiap kesulitan yang dihadapi peserta dalam proses penanaman bisa segera dibantu diatasi.
- 6) Kegiatan pendampingan dilakukan selama 3 bulan berturut-turut dengan cara melakukan pertemuan di minggu kedua pada setiap bulannya.
- 7) Tim pengabdian melakukan evaluasi setelah pertemuan dengan mitra selesai dilakukan. Hasil evaluasi akan memberikan gambaran tentang hasil apa saja yang sudah tercapai dan terlaksana pada setiap kegiatannya dan apa kekurangan yang dialami selama program kegiatan.

3. HASIL DAN LUARAN

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah sebagian besar peserta antusias mendengarkan penjelasan dari tim pelaksana dan bersemangat untuk mempraktekkan budidaya tanaman obat. Selain langkah-langkah budidaya tanaman obat, isi materi yang disampaikan yang lainnya adalah tentang pemanfaatan tanaman obat bunga telang sebagai bahan makanan tambahan.

Hasil kegiatan pelatihan ini akan dijabarkan dalam tabel-tabel berikut ini:

Tabel 1. Hasil ceramah pemberian informasi umum mengenai bunga telang

No	Kegiatan	Ket.
1.	Pengenalan tanaman obat bunga telang	Tim
2.	Penjelasan manfaat bunga telang	Tim

3.	Peserta bertanya apakah bunga telang bisa ditanam di lahan sempit	Ibu Ning
4.	Peserta bertanya apakah tanaman ini mudah dalam perawatannya	Ibu Esti
5.	Penjelasan contoh-contoh pemanfaatan bunga telang	Tim
6.	Peserta bertanya cara membuat minuman teh bunga telang	Ibu Ning
7.	Peserta bertanya pemanfaatan lain bunga telang selain minuman	Ibu Sur
8.	Penjelasan tentang pemakaian bunga telang sebagai bahan tambahan makanan	Tim

Dari hasil kegiatan tahap 1 yaitu penjelasan umum tentang bunga telang yang telah dilakukan diketahui bahwa sebagian besar ibu-ibu Cluster Ciberem Indah Sumbang menyatakan belum mengetahui tentang bunga telang dan manfaatnya. Ibu-ibu Cluster Ciberem Indah Sumbang merasa perlu untuk mendapatkan pelatihan budidaya tanaman obat bunga telang karena merasa bahwa manfaat bunga telang sangat banyak. Apalagi di masa pandemi COVID 19 dimana masyarakat harus lebih meningkatkan imunitas tubuh.

Tabel 2. Hasil kegiatan praktek menanam

No.	Kegiatan	Ket.
1.	Menyiapkan alat dan bahan	Tim dan peserta
2.	Memisahkan biji bunga telang dari kulitnya	Tim dan peserta
3.	Memasukkan media tanaman ke dalam pot	Tim dan peserta
4.	Memasukkan biji-biji bunga telang ke dalam pot	Tim dan peserta
5.	Membuat tiang penyangga untuk perambatan tanaman	Tim dan peserta

6.	Perawatan tanaman dan pendampingan yang dilakukan secara berlanjut	Tim dan peserta
----	--	-----------------

Selama proses kegiatan pelatihan dan pendampingan dilakukan, diketahui bahwa peserta sangat senang dan bersemangat dalam proses pelatihan. Mereka antusias bertanya pada tim pengabdian dan berdiskusi dengan peserta lain tentang cara-cara menanam dan merawat tanaman. Kesulitan yang mereka hadapi dalam budidaya tanaman obat bunga telang adalah lahan di perumahan yang sempit namun hal tersebut dapat diatasi karena tanaman bunga telang adalah tanaman jenis merambat yang tidak perlu lahan luas asal ada tiang rambatan.



Gambar 1. Penjelasan dari tim pengabdian

Tujuan pelatihan pada umumnya sudah tercapai baik karena sebagian besar peserta telah mengerti dan memahami alur dan langkah-langkah menanam bunga telang. Keterbatasan waktu menjadi kendala bagi tim pengabdian untuk dapat mencapai target sempurna dalam pelatihan ini. Sebagai solusinya, tim pengabdian membuka diri setiap saat apabila peserta ingin bertanya atau berdiskusi tentang tanaman obat bunga telang di luar waktu pelatihan.

Untuk melihat lebih rinci ketercapaian pelatihan budidaya tanaman obat ini bisa dilihat dalam tabel berikut:

Tabel 3. Luaran Kegiatan berupa hasil kemampuan peserta pelatihan budidaya tanaman obat

No.	Kegiatan	Ket.
1.	Ceramah atau penjelasan oleh tim pelaksana	Tercapai
	<ul style="list-style-type: none"> a. Peserta pelatihan mampu menyerap penjelasan materi mengenai bunga telang b. Peserta mampu memahami manfaat bunga telang dan bagaimana cara mengolahnya 	
2.	Pelatihan	Tercapai
	<ul style="list-style-type: none"> a. Peserta mampu melakukan langkah pertama yaitu menyiapkan alat dan bahan b. Peserta mampu melakukan langkah kedua yaitu memisahkan biji bunga telang dari kulitnya 	Tercapai
	<ul style="list-style-type: none"> c. Peserta mampu melakukan langkah ketiga yaitu memasukkan biji-biji bunga telang ke dalam pot 	Tercapai
	<ul style="list-style-type: none"> d. Peserta mampu membuat tiang rambatan apabila lahan di rumah terbatas dan tidak ada tempat rambatan 	Tercapai
3.	<ul style="list-style-type: none"> a. Tim berdiskusi dengan peserta tentang 	Tercapai

	keberhasilan yang sudah dicapai dan kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi selama proses penanaman	
	b. Tim pengabdian mencari jalan keluar dari setiap permasalahan yang dihadapi oleh peserta	Tercapai
	c. Tim pengabdian memberikan pengarahan kepada peserta mengenai langkah-langkah selanjutnya dalam proses budidaya tanaman bunga telang	Tercapai

Dari tabel tersebut dapat digambarkan bahwa peserta mampu menyerap penjelasan materi dan memahami langkah-langkah budidaya tanaman obat bunga telang. Peserta mampu mempraktekan cara menanam bunga telang dan melakukan perawatan tanaman setelahnya. Pelatihan dan pendampingan dikatakan berhasil karena secara umum tujuan telah tercapai.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil pelatihan dan pendampingan budidaya tanaman obat bunga telang adalah (1) Peserta mampu mengerti dan memahami tentang tanaman obat bunga telang, (2) Peserta mampu mempraktekan budidaya tanaman obat bunga telang, (3) Kegiatan ini dapat meningkatkan kreatifitas peserta pelatihan untuk senantiasa memanfaatkan lahan yang ada di rumah sebagai lahan tanaman obat sederhana, (4) Ibu-Ibu Paguyuban Cluster Ciberem Indah Sumbang dapat mengembangkan tanaman obat bunga telang menjadi bahan tambahan pembuatan

makanan dan minuman di rumah yang sangat baik untuk meningkatkan imunitas tubuh di masa pandemi COVID-19.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Kusuma D., Aisyah. (2019). Potensi Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) sebagai Obat Pengencer Dahak Herbal melalui Uji Mukositas. *Jurnal Risenologi: Jurnal Sains, Teknologi, Sosial, Pendidikan, dan Bahasa* Volume 4 Issue 2, 65-73.
- Marpaung, Muzi A. (2020). Tinjauan Manfaat Bunga Telang (*Clitoria Ternatea L.*) Bagi Kesehatan Manusia. *Jurnal of Functional Food and Nutraceutical* Volume 1(2), 1-23.
- Martini, Ni Ketut Ayu (2020). Pengaruh Suhu dan Lama Pengeringan terhadap Karakteristik Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea L.*). *Jurnal Itepa* Volume 9 (3), 327-340.
- Melizza (2021). Pengolahan Minuman Herbal dari Bunga Telang untuk Meningkatkan Imunitas Pada Masa Pandemi di Komplek Inkopad Kabupaten. *Jurnal JAM: Jurnal Abdi Masyarakat* Vol. 2 No. 2, 28-35.
- Mulangstri, Kunti D. A. (2019). Penyuluhan Pembuatan Bunga Telang Kering sebagai Seduhan Teh kepada Anak Panti Asuhan Yatim Putra Baiti Jannati. *Jurnal Abdimas Unwahas* Vol. 4 No. 2, 93 -96.
- Kuntadi (2020, Oktober 01). Bantu Jaga Imunitas di Masa Pandemi, Harga Bunga Telang Tembus Rp500.000 per Kg. *Yogya Inews*. <https://yogya.inews.id/berita/bantu-jaga-imunitas-di-masa-pandemi-harga-bunga-telang-tembus-rp500000-per-kg>.