

IMPLEMENTASI TEH BUNGA TELANG (*CLITORIA TERNATEA*) SEBAGAI UPAYA MENURUNKAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA HIPERTENSI DI DESA SEPANJANG JAYA KECAMATAN RAWALUMBU

Arabta M. Peraten Pelawi^{1*}, Lina Indrawati², Lenny Irmawaty³, Dewi Rostianingsih⁴,
Lisna Nuryanti⁵, Cindy Arta Lestari⁶

^{1,2,5,6} Program Studi Sarjana Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia

^{3,4} Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia

E-mail: arabtapelawi65@gmail.com

Abstract

Butterfly pea flower (*Clitoria ternatea*), used in traditional medicine as a herbal remedy, has benefits for improving organ function. The objective of this research implementation in Rawalumbu District, specifically in Sepanjang Jaya Village, is to utilize butterfly pea flower as a healthy tea to lower blood pressure. Hypertension is a condition of persistently high blood pressure caused by risk factors that disrupt normal blood pressure regulation. The PAR method with pre-test and post-test techniques was used in this implementation. The results showed an average decrease in blood pressure from 143.09 mmHg in the pre-test to 132.09 mmHg in the post-test. During the material presentation and implementation of butterfly pea flower tea, respondents' blood pressure was measured first before being given the tea, and then measured again after consumption to determine the reduction in blood pressure. Therefore, it can be concluded that consuming butterfly pea flower tea has an effect on lowering blood pressure in hypertensive patients in RT 01/RW 02 of Sepanjang Jaya Village, Rawalumbu District. Although the residents were initially less enthusiastic about participating in the implementation, they became aware and concerned about their health after the implementation and thus could benefit from butterfly pea flower tea as a health drink.

Keywords: *Telang Flower Tea, Hypertension, Herbal Plants*

Abstrak

Bunga Telang dalam pengobatan tradisional yang merupakan salah satu tanaman herbal, memiliki khasiat untuk memperbaiki fungsi organ. Menurunkan tekanan darah di kecamatan Rawalumbu tepatnya di desa Sepanjang Jaya, dengan pemanfaatan bunga telang (*Clitoria Ternatea*) yang dijadikan sebagai teh kesehatan merupakan tujuan dari implementasi penelitian ini. Hipertensi adalah kondisi tekanan darah tinggi yang terus-menerus dan disebabkan oleh faktor risiko yang mengganggu pengaturan normal tekanan darah. Metode PAR dengan teknik *pre-test* dan *post-test* merupakan metode yang digunakan pada implementasi ini. Hasil menunjukkan penurunan rata-rata tekanan darah dari 143,09 mmHg pada pre-test menjadi 132,09 mmHg pada post-test. Kegiatan penyampaian materi dan implementasi teh bunga telang (*Clitoria Ternatea*), responden diukur tekanan darah terlebih dahulu sebelum diberikan teh bunga telang setelah pemberian diukur kembali tekanan darah untuk mengetahui penurunan tekanan darahnya. Oleh karena itu, bahwa konsumsi teh bunga telang memiliki efek dalam menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi di RT 01/RW 02 di Kelurahan Sepanjang Jaya, Kecamatan Rawalumbu, serta partisipasi Warga dalam implementasi teh bunga telang kurang antusias, namun setelah implementasi tersebut Warga akhirnya sadar dan peduli tentang kesehatan sehingga dapat memanfaatkan bunga teh telang sebagai minuman kesehatan.

Kata Kunci: Teh Bunga Telang, Hipertensi, Tanaman Herbal

Submitted: 2024-08-09

Revised: 2024-08-19

Accepted: 2024-09-05

Pendahuluan

Indonesia memiliki banyak jenis tanaman obat yang sering digunakan oleh masyarakat sebagai alternatif untuk mengobati penyakit dan mendukung gaya hidup sehat. Salah satu tanaman yang populer dalam menjaga kesehatan adalah bunga telang. Bunga telang (*Clitoria ternatea*), yang berasal dari Ternate, Maluku, dapat beradaptasi dan tumbuh di berbagai daerah tropis di Asia, Amerika Selatan, Afrika, Brasil, Pasifik Utara, dan Amerika Utara. Penyebaran bunga telang di daerah tropis tersebut dipermudah oleh biji sebagai alat perkembangbiakan (Lisa, 2019) dikutip dalam Siregar et al, 2021.

Bunga telang (*Clitoria ternatea*) merupakan tanaman herbal yang terkenal akan khasiatnya dalam pengobatan tradisional. Setiap bagian tanaman ini, mulai dari akar hingga bunga, dipercaya memiliki kemampuan untuk menyembuhkan serta memperkuat fungsi organ tubuh. (Mukherjee et al, 2008). Dikutip dalam Putri & Baharza (2023).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengungkapkan bahwa kondisi medis serius yang secara signifikan meningkatkan risiko penyakit jantung, stroke, ginjal, dan masalah kesehatan lainnya dapat disebut hipertensi. Mayoritas (dua pertiga) yang tinggal di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah menderita penyakit ini, yaitu berusia 30 tahun hingga 79 tahun dengan jumlah sekitar 1,28 miliar di tahun 2021. (Wulandari et al, 2023).

Hipertensi adalah kondisi di mana tekanan darah meningkat secara tidak normal dan terus-menerus dalam beberapa pengukuran, akibat dari satu atau lebih faktor risiko yang mengganggu mekanisme normal dalam menjaga tekanan darah tetap stabil (Wijaya & Putri, 2013).

Dalam masyarakat modern, masih banyak yang belum menyadari manfaat kesehatan yang di dapatkan dari tanaman herbal yang ada di sekitar tempat tinggalnya, karena mereka lebih familiar dengan obat-obatan berbahan kimia, baik yang diresepkan maupun yang dibeli di apotek atau warung terdekat. Akibatnya, banyak orang kurang memahami kelebihan tanaman herbal. Teh bunga telang (*Clitoria ternatea*) merupakan salah satu terpai non-farmakologi. Penelitian tentang penggunaan bunga telang untuk mengatasi hipertensi juga telah dilakukan sebelumnya. (Evi, 2023).

Bunga telang (*Clitoria ternatea*) adalah tanaman yang sering ditemukan di halaman rumah warga dan biasa dibudidayakan. Pemanfaatan untuk keperluan seperti pewarna makanan, kue, dan bahan pembuatan minuman biasanya diguankan pad atanaman ini karena memiliki bunga yang berwarna biru keunguan serta warna putih yang cantik sebagai pewarna alami. Bunga telang terkenal memiliki banyak manfaat kesehatan. Bunga ini dapat digunakan untuk membuat minuman baik secara langsung setelah dipetik maupun melalui proses pengeringan dan kemudian dicampur dengan air hangat (Ikhwan et al, 2022).

Metode

Kegiatan implementasi teh bunga taelang (*Clitoria Ternatea*) yang dilakukan oleh kelompok komisaris 1 KKN STIKes Medistra Indonesia Bekasi Timur pada Kamis 11 Juli 2024, Adapun tempat pelaksanaan KKN di RT 01/RW 02 Kelurahan Sepanjang Jaya, Kecamatan Rawalumbu.

Kegiatan ini adalah pra-eksperimental dengan pendekatan *One Group Pre-test* dan *Post-test design* yang merupakan metode yang digunakan guna mengetahui pengaruh pemberian teh bunga telang terhadap penurunan tekanan darah pada warga RT 01/RW 02 Sepanjang Jaya, Rawalumbu. Warga RT 01/RW 02 yang mengalami hipertensi yang merupakan populasi pada penelitian ini, terutama pada lansia. Teknik sampling yang digunakan adalah *non-random sampling* dengan metode pengambilan sampel *Acidental Sampling*. Perhitungan sampel menggunakan rumus Slovin menghasilkan 22 responden. Uji *Paired t-test* digunakan untuk menganalisis data yang didapatkan.

Sebelum penyampaian materi, responden terlebih dahulu diukur tekanan darahnya dan diberikan teh bunga telang (*Clitoria ternatea*). Setelah penyampaian materi, tekanan darah responden diukur kembali untuk mengetahui hasil pengaruh teh bunga telang (*Clitoria ternatea*).

Hasil dan Pembahasan

Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat yang melibatkan demonstrasi pemberian teh bunga telang (*Clitoria ternatea*) sebagai minuman herbal menunjukkan efeknya dalam menurunkan tekanan darah pada warga RT 01/RW 02 menunjukkan bahwa pada Kamis, 11 Juli 2024, 22 responden hadir dalam demonstrasi yang diadakan di wilayah RT 01/RW 02 di Sepanjang Jaya, Rawalumbu.

Kurangnya pemahaman masyarakat mengenai pemanfaatan tanaman herbal bunga telang (*Clitoria Ternatea*) sehingga diadakannya demonstrasi ini untuk memberikan pemahaman terhadap warga RT 01/ RW 02. Tujuan dilakukan kegiatan tersebut diharapkan Masyarakat dapat mengimplementasikan dalam kehidupan sehari-hari secara teratur untuk membuat minuman teh bunga telang (*Clitoria Ternatea*) sesuai dengan dosis yang telah disampaikan.



Gambar 1 Pre test (Pengecekan tekanan darah sebelum pemberian teh bunga telang)



Gambar 2 Post test (Pengecekan tekanan darah sesudah pemberian teh bunga telang)



Gambar 3. Demonstrasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) oleh Kelompok 1

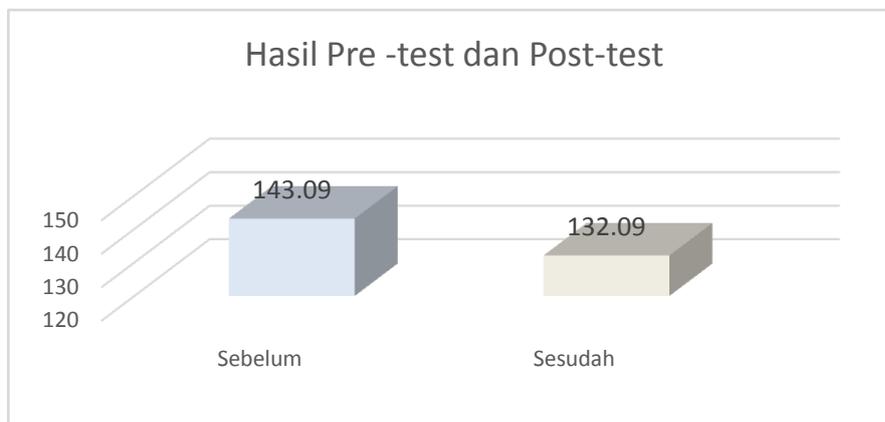


Gambar 4 Penyampaian manfaat bunga telang untuk menurunkan tekanan darah

Tabel 1. Hasil Pengukuran Tekanan Darah

No	Nama	Tekanan Darah	
		Pre Test	Post Test
1.	Sarianah	198/99	204/103
2.	Neni	134/69	123/81
3.	Titi	118/70	100/81
4.	Rudin	162/80	132/78
5.	Karta	156/89	138/88
6.	Maryanah	115/69	98/66
7.	Martanin	116/72	122/89
8.	Sobari	158/89	145/87
9.	Dede	111/78	110/70
10.	Maryani	164/110	150/102
11.	Ade Suparno	213/100	200/118
12.	Dirman	147/103	135/111
13.	Sukim	140/77	100/77
14.	Ani	158/108	142/90
15.	Nami	146/78	146/90
16.	Nenih	114/70	117/80
17.	Ponirah	142/88	130/81
18.	Gita	151/112	144/103
19.	Intan	138/102	120/81
20.	Wahya	120/68	111/66
21.	Evi	138/80	124/80

22. Jayadi	109/78	115/70
Median	141	127



Gambar 5. Hasil Pre-test dan Post-test

Tabel 2. Hasil Pengolahan Data

	Mean	Median	Min	Correlation
Sebelum	143,09	141	11	0,912
Sesudah	132,09	127		

Diketahui dari tabel 2, bahwa warga RT 01/RW 02 sebelum diberikan teh bunga telang rata-ratanya sebesar 143,09 dengan median 141 setelah diberikan teh bunga telang rata-ratanya turun menjadi 132,09 dengan median 127 dengan selisih 11 dan korelasi 0,912 yang artinya ada pengaruh kuat setelah pemberian teh bunga telang.

Setelah dilakukan pemberian teh bunga telang warga RT 01/02 menjadi antusias untuk mengikuti proker selanjutnya karena demonstrasi yang telah diberikan efektif dalam menurunkan tekanan darah. Masing-masing warga diberikan bunga telang 3 – 5 helai untuk sekali minum dan dapat diimplementasikan dirumah.

Kesimpulan

Dari hasil demonstrasi menggunakan metode PAR, dapat disimpulkan bahwa teh bunga telang efektif dalam menurunkan tekanan darah pada warga RT 01/RW 02, Sepanjang Jaya, Kecamatan Rawalumbu. Partisipasi warga pada awalnya kurang antusias, namun setelah implementasi, mereka menjadi lebih sadar dan peduli terhadap kesehatan. Hal ini mendorong masyarakat untuk mulai membudidayakan bunga telang sebagai tanaman herbal keluarga.

Daftar Pustaka

- Afifah, I. N. (2023). Pengaruh Terapi Herbal Teh Bunga Telang Terhadap Tekanan Darah Penyandang Hipertensi Di Puskesmas Pandak Ii Bantul Yogyakarta (Publikasi OJS) (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- Anisyah, L., Hasana, A. R., & Tindaon, S. L. V. (2022). Pemberdayaan Kelompok Pkk Kelurahan Kauman Kota Malang dalam Pemanfaatan Bunga Telang sebagai Teh Herbal di Masa Pandemi Covid 19. *Selaparang: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(1), 175-179.
- Aprilia, E. N. (2023). Pengaruh Pemberian Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) terhadap Penurunan Tekanan Darah pada Lansia dengan Hipertensi. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 5(3), 1191-1198.
- Dewi, D. A. P. S., Setiawan, P. Y. B., & Suryaningsih, N. P. A. (2024). Pengolahan bunga telang (*Clitoria Ternatea*) dan bunga rosela (*Hibiscus Sabdariffa L.*) sebagai minuman herbal pendamping pasien hipertensi di Posyandu Lansia Puskesmas Payangan. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 8(2), 1121-1127.
- Faridy, N., Nuraini, N., Bania, A. S., & Chairuddin, C. (2022). Pelatihan Pembuatan Teh Celup Bunga Telang Sebagai Suplemen Daya Tahan Tubuh. *DedikasiMU: Journal of Community Service*, 4(3), 297-304.
- Febriyani, N., Azmi, A. R., & Huda, N. (2023). Peningkatan Inovasi Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Bahan Dasar Olahan Makanan dan Minuman oleh Masyarakat Desa Krangkong Kecamatan Kepohbaru Bojonegoro. *Journal of Research Applications in Community Service*, 2(2), 37-42.
- Ikhwan, A., Hartati, S., Hasanah, U., Lestari, M., & Pasaribu, H. (2022). Pemanfaatan teh bunga telang (*Clitoria ternatea*) sebagai minuman kesehatan dan meningkatkan UMKM di masa pandemi covid 19 kepada masyarakat di Desa Simonis Kecamatan Aek Natas. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(1), 1-7.
- Khairina, H., dkk. (2021). Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Di Desa Manik Maraja, Kec. Sidamanik, Kab. Simalungun Dalam Rangka Pengabdian Masyarakat. *Best Journal (Biology Education, Sains and Technology)* 4(2):298–304. doi: 10.30743/best.v4i2.4448.
- Kusumawati, D. E., & Putri, C. N. (2023). Edukasi Dan Workshop Pemanfaatan Bunga Telang Menjadi Teh Antioksidan Pada Siswa Sdn Pedurungan Kidul 04 Semarang. *Gemakes: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(2), 128-132.
- Marwanto, YN (2022). Pengaruh Pemberian Teh Sari Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Karyawan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. *Poltekkes Kemenkes Yogyakarta*.
- Nisa, H. K., Fadila, I., Rahmatin, I. P., Natasya, N., Oktavian, L., Hidayatullah, R., ... & Agusriadi, A. (2024, June). Pengembangan Sumber Daya Manusia (Sdm) Dan Promosi Wisata Melalui Pemanfaatan Teh Bunga Telang Sebagai Produk Wisata Desa Aik Bukaq. In *Prosiding Seminar Nasional Gelar Wicara (Vol. 2, No. 1, pp. 201-207)*.
- Ovita, O., Alfatah, D., Rahayu, N., & Amrullah, A. (2022). Pemanfaatan Bunga Telang Dalam Upaya Peningkatan Kesejahteraan Ekonomi Di Dusun II Desa Air Sebakul Kecamatan Talang Empat. *Jurnal Semarak Mengabdi*, 1(1), 23-28.
- 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.
- Putri, D. U. P., & Baharza, S. N. (2023). Pengaruh konsumsi teh bunga telang (*Clitoria Ternatea*) sebagai alternatif antioksidan dan booster imunitas pada masa pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, 13(1), 109-118.

- Siregar, N., Hartati, S., Azhar, S., & Jayanti, U. N. A. D. (2021). Edukasi Pembuatan Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Di Desa Manik Maraja, Kec. Sidamanik, Kab. Simalungun Dalam Rangka Pengabdian Masyarakat. *Best Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 4(2), 298-304.
- TELANG, K. (2020). Pengaruh suhu dan lama pengeringan terhadap karakteristik teh bunga telang (*Clitoria ternatea* L.). *Jurnal Itepa*, 9(3), 327-340.
- Wahibah, N. N., Zul, D., Martina, A., Yulminarti, Y., Nurulita, Y., Cahyadi, E., ... & Rakhman, N. P. (2022). Pemanfaatan bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) sebagai teh yang bermanfaat bagi kesehatan masyarakat di kampung eduwisata alam sungai masjid kota dumai. *Semnas Pemberdayaan Masyarakat*, 144-148.
- Wijaya, S.A & Putri., M.Y. (2013). KMB 1: Keperawatan Medikal Bedah. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Wulandari, A., Sari, SA, & Ludiana, L. (2023). Penerapan Relaksasi Benson Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi RSUD Jenderal Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2022. *Young Scholar Journal*, 3 (2), 163-171.
- Yulandasari, V., Hardiansah, Y., Husen, L. M. S., Mastuty, A., & Azhari, A. P. (2023). Edukasi Pemanfaatan Bunga Telang Sebagai Tanaman Herbal Di Desa Mertak Tombok, Lombok Tengah. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 12453-12457.