



**PENGARUH KONSUMSI TEH BUNGA TELANG (*CLITORIA TERNATEA*)
SEBAGAI ALTERNATIF ANTIOKSIDAN DAN BOOSTER IMUNITAS PADA
MASA PANDEMI COVID-19**

Dian Utama Pratiwi Putri*, Satria Nandar Baharza

Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Jl. ZA. Pagar
Alam No.7, Gedong Meneng, Kec. Rajabasa, Kota Bandar Lampung, Lampung 40115, Indonesia

*dian@umitra.ac.id

ABSTRAK

Bunga Telang adalah tanaman herbal di dalam pengobatan tradusional. Semua bagiannya mulai dari akar sampai bunga dipercaya memiliki efek mengobati dan memperkuat kinerja organ. Bunga Telang memiliki kadar polifenol relatif tinggi sehingga potensial memberikan manfaat kesehatan bagi manusia. Manfaat bunga telang sebagai antioksidan, antidiabetes, anti-obesitas, anti-inflamasi, antimikroorganisme, antikanker, hepatoprotektif, dan manfaat fungsional lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi teh bunga telang sebagai alternatif antioksidan dan booster imunitas pada masa pandemi covid-19. Rancangan penelitian ini adalah deskriptif laboratorik menggunakan metode DPPH (2,2-difenil-1-pikril hidrazil) untuk menguji aktivitas antioksidan dari ekstrak etanol 80% bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.). Sampel dalam penelitian adalah bunga telang segar yang tumbuh di daerah Kabupaten Pringsewu, Lampung. Bahan-bahan yang digunakan dalam penelitian ini, selain Bunga Telang adalah etanol 80%, etanol 96% (Bratacem), pereaksi Mayer, peraksi Dragendroff, larutan HCL 1%, serbuk Mg, HCL pekat, HCL 1 N, H₂SO₄ pekat, FeCl₃ 10%, NaOH 1 N dan baku DPPH (2,2-difenil-1-pikril hidrazil) (Aldrich). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ekstrak Bunga Telang tergolong sebagai senyawa antioksidan kategori kuat, karena nilai IC₅₀ sebesar 0,9958 ppm. Bunga Telang yang tumbuh di Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung di ekstrak dengan etanol mengandung metabolit sekunder. yaitu: flavonoid, saponin, terpenoid, dan tanin. Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Responden merasakan rasa segar di tubuh setelah meminum teh telang.

Kata kunci: antioksidan; booster imunitas; konsumsi; teh bunga telang

***THE EFFECT OF CONSUMPTION OF TELANG BLOWER TEA (CLITORIA
TERNATEA) AS AN ALTERNATIVE ANTIOXIDANT AND IMMUNITY BOOSTER
DURING THE COVID-19 PANDEMIC***

ABSTRACT

*Telang flower is an herbal plant in traditional medicine. All parts, from roots to flowers, are believed to have healing effects and strengthen organ performanc. Telang flower has relatively high levels of polyphenols so it has the potential to provide health benefits to humans. The benefits of butterfly pea flower as an antioxidant, antidiabetic, anti-obesity, anti-inflammatory, anti-microorganism, anticancer, hepatoprotective, and other functional benefits. This study aims to analyze the effect of consuming pea flower tea as an alternative antioxidant and immunity booster during the Covid-19 pandemic. The research design was a descriptive laboratory using the DPPH (2,2-diphenyl-1-picryl hydrazyl) method to test the antioxidant activity of the 80% ethanol extract of Telang flower (*Clitoria ternatea* L.). The sample in this study was fresh butterfly pea flowers that grow in the Pringsewu Regency, Lampung. The materials used in this study, apart from Telang Flower, were 80% ethanol, 96% ethanol (Bratacem), Mayer's reagent, Dragendroff's reagent, 1% HCL solution, Mg powder, concentrated HCL, 1 N HCL, concentrated H₂SO₄, 10 FeCl₃ %, 1 N NaOH and standard DPPH (2,2-diphenyl-1-picryl hydrazyl) (Aldrich).The results of this study indicate that the extract of the butterfly pea flower is classified as a strong antioxidant compound, because the IC₅₀ value is 0.9958 ppm. Telang flower that grows in Pringsewu Regency, Lampung Province is extracted with ethanol containing secondary metabolites.*

namely: flavonoids, saponins, terpenoids, and tannins. Telang flower (Clitoria ternatea L.) Respondents felt a fresh feeling in their bodies after drinking eggplant tea.

Keywords: antioxidant; consumption; immunity booster; telang flower tea

PENDAHULUAN

Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) adalah tanaman yang merambat liar yang tergolong dalam keluarga Fabaceae atau polong-polongan. Bunga Telang tumbuh di berbagai belahan dunia beriklim tropis dan subtropis di benua Asia dan Pasifik, Amerika dan Karibia, Afrika dan Australia (Gomez dan Kalamani, 2003). Bunga Telang merupakan tanaman herbal yang memiliki keistimewaan untuk pengobatan tradisional. Semua bagiannya mulai dari akar sampai bunga dipercaya memiliki efek mengobati dan memperkuat kinerja organ (Mukherjee et al, 2008). Bunga Telang memiliki kadar polifenol relatif tinggi sehingga potensial memberikan manfaat kesehatan bagi manusia (Kamkaen & Wilkinson, 2009,; Marpaung et al 2013; Rabeta dan An Nabil 2013). Manfaat ekstrak bunga telang sebagai antioksidan, antidiabetes, anti-obesitas, anti-inflamasi, antimikroorganisme, antikanker, hepatoprotektif, dan manfaat fungsional lainnya.

Bunga Telang mengandung Flavonoid yang dapat mencegah penyakit aterosklerosis, yaitu penyakit menyerang dinding arteri dimana adanya lemak yang berlebihan. Dan Manfaat flavonoid lainnya adalah sebagai anti alergi, anti virus , mencegah thrombus, sebagai anti diare dan untuk kekebalan tubuh (Anonim, 2015). Bunga telang juga mengandung antosianin berwarna biru (Suebkhampet dan Sotthibandhu, 2011) sehingga bunga yang dilarutkan dalam air akan menjadi warna biru. Pada mahkota bunga telang mengandung 14 jenis glikosida flavonol dan 19 jenis antosianin. Salah satunya adalah fenol dan delfinidin yang menurut Hutajulu et al. (2008) yang dapat menyembuhkan radang pada mata. Minuman dari mahkota bunga telang ini lebih sering dibuat menjadi teh dan dijadikan sebagai obat-obatan (sayuran kita, 2017). Pandemi Covid-19 di Indonesia telah merubah pola hidup, pola aktivitas, hingga pola konsumsi masyarakat di Indonesia. Masyarakat lebih sadar akan kebutuhan untuk mengkonsumsi makanan dan minuman yang membantu mempertahankan dan meningkatkan imunitas tubuh. Minuman dengan kandungan antioksidan yang tinggi dipercaya dapat meningkatkan imunitas tubuh. Menurut penelitian yang telah dilakukan, bunga telang mengandung senyawa kimia seperti tanin, karbohidrat, saponin, triterpenoid, fenol, flavonoid, glikosida flavonol, protein, alkaloid, antrakuinon, antosianin, glikosida jantung, stigmast-4-ene-3,6-dione, minyak atsiri dan steroid. Dimana kandungan senyawa tersebut memiliki khasiat sebagai antimikroba, obat cacing atau agen antiparasit dan insektisidal, obat demam dan pereda nyeri, antikanker, antioksidan, penurun kadar gula darah, penyakit Alzheimer's, antiulcer, antikolesterol, antialergi, imuomodulator dan dapat digunakan dalam pengobatan luka (Al Sanafi, 2016).

Di daerah Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung khususnya yang dikenal dengan daerah dataran rendah dan beriklim tropis. Dimana Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) yang mempunyai ciri khas berwarna biru, banyak tumbuh di daerah tersebut. Bunga Telang lebih dikenal sebagai pewarna makanan alami. Walaupun banyak terdapat di daerah di Indonesia, terutama daerah beriklim tropis dan subtropis. Belum terdapat metode terstandarisasi untuk pengolahan bunga telang untuk menjadi teh atau minuman yang mengandung antioksidan dan bermanfaat sebagai booster imunitas. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi teh bunga telang sebagai alternatif antioksidan dan booster imunitas pada masa pandemi Covid-19.



Gambar 1. Bunga Telang yang dipanen dari pohonnya



Gambar 2. Bunga Telang segar

METODE

Rancangan penelitian ini adalah deskriptif laboratorik menggunakan metode DPPH (2,2-difenil-1-pikril hidrazil) untuk menguji aktivitas antioksidan dari ekstrak etanol 80% bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.). Sampel dalam penelitian adalah bunga telang segar yang tumbuh di daerah Kabupaten Pringsewu, Lampung. Bahan-bahan yang digunakan dalam penelitian ini, selain Bunga Telang adalah etanol 80%, etanol 96% (Bratacem), pereaksi Mayer, peraksi Dragendroff, larutan HCL 1%, serbuk Mg, HCL pekat, HCL 1 N, H₂SO₄ pekat, FeCl₃ 10%, NaOH 1 N dan baku DPPH (2,2-difenil-1-pikril hidrazil) (Aldrich).

Bunga Telang segar yang dipetik di daerah Kabupaten Pringsewu, Lampung, kemudian di keringkan di oven dengan suhu 40°C. lalu diperoleh simplisia bunga telang kering, Simplisia bunga telang yang sudah kering kemudian dicacah sehingga diperoleh serbuk kasar bunga telang yang akan dijadikan the. Skrining Fitokimia Skrining fitokimia secara reaksi tabung pada ekstrak etanol 80% bunga Telang meliputi pemeriksaan alkaloid, flavonoid, tannin/polifenol, saponin, terpenoid, tanin serta antrakuinon.

- a. Alkaloid
Sebanyak 20 mg ekstrak ditambahkan beberapa tetes HCL 1% ,setelah larut kemudian ditambahkan 1 ml pereaksi mayer. (Sudjarwo, 2017).
- b. Flavonoid
Sebanyak 20 mg ekstrak bunga telang ditambahkan dengan 100 ml air panas, kemudian dididihkan selama 5 menit, dan selanjutnya disaring. Filtrat diukur sebanyak 5 ml kemudian ditambahkan 0,05 mg serbuk Mg dan 1 ml HCl pekat, selanjutnya dikocok kuat. (Wijaya dkk, 2014).
- c. Saponin
Sebanyak 20 mg ekstrak ditambahkan dengan 10 ml air, kemudian dikocok selama 1 menit, selanjutnya ditambahkan 2 tetes HCl 1 N. (Wijaya dkk, 2014).
- d. Terpenoid
Sebanyak 20 mg ekstrak ditimbang kemudian dilarutkan dengan menggunakan air sebanyak 10 ml. Selanjutnya ekstrak yang sudah larut diambil sebanyak 2 ml kemudian ditambahkan dengan 3 tetes HCl pekat dan 1 tetes H₂SO₄ pekat. (Septianingsih dalam Ergina dkk, 2014).
- e. Tanin
Sebanyak 20 mg ekstrak di larutkan dengan 4 ml air, selanjutnya ekstrak yang sudah larut diambil sebanyak 2 ml kemudian ditambahkan 1 ml FeCl₃ 10%. (Robinson dalam Simaremare, 2014).
- f. Antrakuinon
Sebanyak 20 mg ekstrak ditambah 10 ml air kemudian dipanaskan selama 5 menit selanjutnya disaring. Sebanyak 3 ml larutan dimasukkan ke dalam 2 tabung reaksi
 1. Tabung I, digunakan sebagai blanko
 2. Tabung II, ditambahkan beberapa tetes larutan NaOH 1 N (Amelia., 2011).
- g. Aktivitas Antioksidan
Uji aktivitas antioksidan ekstrak etanol 80% bunga Telang dilakukan dengan tahapan sebagai berikut:
 - 1) Pembuatan larutan baku induk Dibuat larutan induk ekstrak etanol 80% bunga Telang dengan konsentrasi 1000 ppm dengan menimbang 20 mg ekstrak kental dan dimasukkan kedalam labu terukur 10 ml kemudian dilarutkan dengan etanol 96% sampai tanda batas, dikocok hingga homogen.
 - 2) Pembuatan Sampel Uji Pembuatan larutan ekstrak etanol 80% bunga Telang konsentrasi 10, 20, 30, 40, dan 50ppm. Dari larutan induk ekstrak etanol bunga telang dipipet sebanyak 0,4 ml, 0,5 ml, 0,6 ml, 0,7 ml, 0,8 ml, dan 0,9 ml masing-masing dimasukkan kedalam labu terukur 10 ml, ditambahkan etanol 96% sampai tanda batas. Dikocok sampai homogen.
 - 3) Pembuatan larutan baku induk DPPH konsentrasi 100 ppm Ditimbang 20 mg serbuk DPPH dimasukkan ke dalam labu terukur 100 ml, ditambahkan etanol 96% ad 100 ml, dikocok hingga homogen.
 - 4) Pembuatan larutan baku kerja DPPH konsentrasi 40 ppm Dari larutan baku induk DPPH 100 ppm dipipet sebanyak 40 ml dimasukkan kedalam labu terukur 100 ml dan ditambahkan etanol 96% sampai tanda batas, dikocok hingga homogen.
 - 5) Penentuan panjang gelombang maksimum larutan baku DPPH 40 ppm Larutan baku DPPH 40 ppm dipipet sebanyak 4 ml dimasukkan kedalam kuvet dan diukur dengan spektrofotometer Uv-Vis, kemudian dicatat absorbansinya pada panjang gelombang 400-800 nm. Untuk larutan blangko digunakan 4 ml etanol 96%. Dari kurva serapan, dapat ditentukan panjang gelombang maksimum.
 - 6) Pengukuran absorbansi DPPH Larutan DPPH 40 ppm dipipet sebanyak 2 ml dimasukkan kedalam tabung reaksi ditambah 2 ml etanol 96%, dikocok dan didiamkan

selama 30 menit selanjutnya dimasukkan kedalam kuvet, kemudian diamati dengan spektrofotometer Uv-Vis absorbansinya pada panjang gelombang maksimum.

- 7) Pengukuran aktivitas peredaman radikal bebas DPPH dengan spektrofotometer Uv-VIS Larutan sampel uji dengan konsentrasi 10, 20, 30, 40, dan 50 ppm. masing – masing dipipet sebanyak 2 ml, kemudian dimasukkan pada masing-masing tabung reaksi, ditambah larutan baku kerja DPPH 40 ppm sebanyak 2 ml ke dalam masing-masing tabung reaksi, kemudian semua larutan dalam tabung reaksi dikocok hingga homogen dan didiamkan selama 30 menit. Setelah itu diukur serapannya dengan spektrofotometer Uv-Vis. Pengukuran aktivitas peredaman radikal bebas DPPH dilakukan tiga kali pengulangan.
- 8) Penentuan Nilai IC50 dan Pembuatan Kurva Kalibrasi Dari hasil absorbansi yang diperoleh dari masing-masing konsentrasi selanjutnya digunakan untuk menghitung nilai persentase peredaman dengan rumus:

$$\% \text{ peredaman} = \frac{\text{absorbansi DPPH} - \text{Absorbansi sampel uji}}{\text{absorbansi DPPH}} \times 100 \%$$

Berdasarkan nilai persentase peredaman pada masing-masing konsentrasi, selanjutnya dibuat kurva regresi, sehingga didapatkan persamaan $y = bx + a$ dimana konsentrasi ekstrak (ppm) sebagai absis (sumbu x) dan nilai presentase peredaman sebagai ordinatnya (sumbu y). Kemudian dilakukan perhitungan nilai IC50 (inhibitory concentration) yaitu konsentrasi sampel yang memiliki penghambatan absorbansi DPPH sebesar 50%. Berdasarkan persamaan regresi linier akan diperoleh nilai IC50 dimana semakin rendah nilai IC50 menunjukkan aktivitas antioksidan yang semakin tinggi (Adrianta dkk, 2017).

HASIL

Hasil Pembuatan Simplisia

Simplisia dari bunga telang segar sebanyak 800 gram diperoleh serbuk simplisia sebanyak 80 gram, kemudian sebanyak 80 gram.

Tabel 1.

Hasil Skrining Ekstrak Etanol Bunga Telang Keterangan: (-) : Tidak mengandung senyawa metabolit sekunder tersebut. (+): Mengandung senyawa metabolit sekunder tersebut.

Pemeriksaan senyawa	Pereaksi	Hasil Pengamatan			Keterangan
		Pustaka	Hasil		
Alkaloid	Meyer	Endapan kekuningan	Putih/ Tidak endapan	terbentuk	(-)
	Dragendorff	Endapan coklat/kuning	Tidak endapan	berbentuk	(-)
Flavanoid	Metode Bate Smith & Mercalf	Warna merah tua kuning jingga	kuning atau		(+)
Tanin/ Polifenol	(+) FeCl	Warna kebiruan hingga kehitaman	hijau tua	Hijau kehitaman	(+)
Saponin	Uji Forth	Busa stabil	Busa stabil		(+)
Steroid	/ HCL pekat + asam sulfat	Warna merah tua kuning	kuning		(+)
Terpenoid					
Antrakuinon	NaOH 1 N	Warna merah	Hijau kekuningan		(-)

Hasil Penentuan Panjang Gelombang Maksimum Penentuan panjang gelombang maksimum larutan baku DPPH dilakukan dengan mengukur serapan larutan DPPH 50 ppm pada panjang gelombang 431 nm. Berdasarkan hasil pengukuran larutan DPPH menggunakan alat spektrofotometer Uv-Vis diperoleh serapan maksimum pada panjang gelombang 516,2 nm. Pengujian tersebut dilakukan pada panjang gelombang maksimum yaitu 516,2 nm dengan alasan pada panjang gelombang maksimum kepekaannya juga maksimal karena pada panjang gelombang maksimal tersebut, perubahan absorbansi untuk setiap satuan konsentrasi adalah yang paling besar (Gandjar dan Abdul Rohman, 2007). Hasil uji Aktivitas Antioksidan dengan ekstrak etanol 80% bunga Telang dilakukan pada konsentrasi 10 ppm, 20 ppm, 30 ppm, 40 ppm, dan 50 ppm yang ditambahkan larutan baku DPPH 40 ppm kemudian diukur serapannya dengan spektrofotometer UV-Vis. Sehingga diperoleh hasil absorbansi larutan baku DPPH 40 ppm yaitu 0,691.

Hasil uji aktivitas antioksidan dari enam konsentrasi pada panjang gelombang 744,8 nm menunjukkan setiap konsentrasi mengalami perubahan absorbansi dimana semakin tinggi konsentrasi larutan uji semakin menurun nilai absorbansinya, hal ini dapat diartikan bahwa DPPH yang berperan sebagai radikal bebas telah dapat diredam radikal bebasnya oleh antioksidan yang terdapat pada larutan sampel uji. Perhitungan Persentase Peredaman Berdasarkan hasil absorbansi yang didapat dari keenam konsentrasi sampel, selanjutnya dilakukan perhitungan persentase peredaman dengan menggunakan rumus perhitungan persentase peredaman yaitu:

$$\text{Rumus : \% peredaman} = \frac{\text{absorbansi DPPH} - \text{Absorbansi sampel uji} \times 100 \%}{\text{absorbansi DPPH}}$$

Dari perhitungan nilai persen peredamannya menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi konsentrasi maka kemampuan ekstrak etanol 80% bunga Telang untuk meredam radikal bebas juga semakin kuat. Perhitungan Nilai IC50 Perhitungan nilai IC50 dilakukan dengan membuat kurva hubungan antara konsentrasi sampel uji dengan persentase peredaman sehingga diperoleh persamaan regresi linier yaitu $y = bx + a$, dimana x merupakan konsentrasi (ppm) dan y merupakan persentase IC50.

Hubungan antara konsentrasi larutan uji dengan persen peredaman, diperoleh persamaan regresi $y = 0.0135x + 0,1943$, dengan $R^2 = 0.9958$. Dari nilai R^2 dapat diketahui bahwa terdapat keeratan hubungan yang signifikan antara konsentrasi pelarut dengan persentase peredaman yang diamati dengan derajat keeratan sebesar 0.9958. Hal ini menunjukkan bahwa 97% derajat penghambatan dipengaruhi oleh konsentrasi bahan, sedangkan kurang dari 3% dipengaruhi oleh faktor lain seperti kurang ketelitian dalam penimbangan, penambahan pelarut, pemipetan atau adanya pengotor pada larutan. Nilai R^2 yang diperoleh tersebut dapat diartikan bahwa dari ekstrak Bunga Telang memiliki koefisien determinasi hampir mendekati +1 (bernilai positif) yang artinya data hasil penelitian yang diperoleh sangat baik (Parwati Fina, 2014). Berdasarkan hasil persamaan regresi yang diperoleh dengan mengganti nilai y dengan 50. Maka nilai IC50 sebesar 0,9958 ppm. Secara spesifik, antioksidan dikategorikan kuat jika nilai IC50 kurang dari 50 ppm, kuat jika IC50 bernilai 50- 100 ppm, sedang jika IC50 bernilai 100-150 ppm, dan antioksidan dikategorikan lemah jika IC50 bernilai 150 - 200 ppm. Semakin kecil nilai IC50 berarti semakin kuat daya antioksidannya (Molyneux, 2004 dalam Tristantini Dewi, 2016). Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, menunjukkan bahwa ekstrak Bunga Telang tergolong sebagai senyawa antioksidan kategori kuat, karena nilai IC50 sebesar 0,9958 ppm.

Pembuatan Teh Bunga Telang

Memetik langsung dari pohon bunga telang yang masih segar dan utuh. Setelah itu, bunga dicuci dengan air mengalir dan ditiriskan. Lalu dikeringkan dengan menggunakan oven pada suhu 40 derajat celsius selama lebih kurang 1 jam. Bunga telang yang telah kering di cacah lalu di masukkan ke kantung teh celup. Teh siap di seduh dengan air panas dan siap dikonsumsi sebagai minuman antioksidan dan booster imunitas yang membuat tubuh juga menjadi merasa segar.



Gambar 3. Proses persiapan oven / pengeringan bunga telang



Gambar 4. Bunga Telang yang sudah dikeringkan



Gambar 5. Bunga Telang kering yang sudah dicacah



Gambar 6. Teh celup Bunga Telang yang sudah jadi

Pemberian minuman teh bunga Telang kepada responden 1 gelas berisi air panas sebanyak 500ml dicelupkan teh bunga telang sehingga berubah warna menjadi kebiruan. Dapat ditambahkan madu untuk menambah rasa manis. Harapannya setelah meminum teh bunga telang, responden merasakan segar pad atubuhnya dan system imun menjadi terpenuhi.



Gambar 7. Perubahan warna saat teh bunga telang dicelupkan ke air panas



Gambar 8. Responden meminum teh telang

PEMBAHASAN

Bunga telang (*Clitoria ternatea*) adalah tanaman yang terkenal karena bunganya yang berwarna biru cerah dan dapat dimakan. Selain dari banyak kegunaan kulinernya, bunga telang juga telah digunakan dalam Ayurveda serta pengobatan tradisional Asia dan Timur Tengah selama berabad-abad. Bunga telang dikenal juga untuk meningkatkan vitalitas dan proses penuaan yang sehat. Bunga ini penuh dengan antioksidan, termasuk pro antosianidin (yang mendukung kolagen dan elastisitas kulit) dan antosianin (mendukung kesehatan rambut dan mata). Bunga telang memiliki antosianin 10 kali lebih banyak dari tanaman yang lain, disebut sebagai ternatin dan kandungan inilah yang membuat bunga telang menjadi warna biru cerah, namun warna akan berubah saat tingkat keasaman meningkat. Kandungan nutrisi di dalamnya, antara lain mengandung vitamin A, C, dan E yang dapat menahan oksidasi, mempercantik kulit, memperbaiki selaput lendir mata, meningkatkan kekebalan tubuh, dan melancarkan peredaran darah. Kandungan antioksidan lainnya yang dimiliki bunga telang adalah kaempferol, asam p-coumaric, dan delphinidin-3,5-glukosida.

Bunga telang memiliki banyak manfaat antara lain : Mencegah penyakit mata (miopia, rabun senja, retinopati, kerapuhan kapiler), memperbaiki selaput lendir mata. Bermanfaat untuk kecantikan , seperti anti penuaan, mempercantik kulit, meningkatkan produksi kolagen yang dijadikan serum. Menjaga bentuk badan, dengan dapat menurunkan berat badan, mencegah

obesitas, menghambat akumulasi lemak visceral dan pembentukan sel lemak. Menjaga kesehatan tubuh dengan meningkatkan imunitas tubuh, melancarkan peredaran darah, menahan oksidasi, menstabilkan kadar gula darah, menurunkan tekanan darah, mengurangi peradangan dan mencegah pertumbuhan sel kanker, Menjaga kesehatan rambut yang dijadikan sebagai bahan sampo. Sebagai pengobatan tradisional Ayurveda untuk meningkatkan daya ingat, depresi, obat kecemasan dan penenang. Warna bunga telang yang cerah, sering dijadikan sebagai bahan pewarna alami pada makanan dan kosmetik (Marpaung,2020).

SIMPULAN

Hasil penelitian yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa: 1. Metabolit sekunder yang terkandung dalam ekstrak etanol bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) yang tumbuh di Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung yaitu: flavonoid, saponin, terpenoid, dan tanin. 2. Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) yang tumbuh di Kabupaten Pringsewu, Provinsi Lampung memiliki aktivitas antioksidan kategori kuat dengan nilai IC50 sebesar 0,9958 ppm. Responden merasakan rasa segar di tubuh setelah meminum teh telang.

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.
- Andriani, D., & Murtisiwi, L. (2018). Penetapan Kadar Fenolik Total Ekstrak Etanol Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Dengan Spektrofotometri UV Vis. *Cendekia Journal of Pharmacy*, 2(1), 32-38.
- Choiriyah, N. A. (2020). Kandungan antioksidan pada berbagai bunga edible di Indonesia. *AGRISAINTEFIKA: Jurnal Ilmu-Ilmu Pertanian*, 4(2), 136-143.
- <https://sayurankita.com/2017/05/01/bunga-telang/comment-page-1/>.diakses 01 May 2017
- Imayanti, R. A., Rochmah, Z., Aisyah, S. N., & Alfari, M. R. (2019, November). Pemberdayaan Masyarakat Dalam Pengolahan Bunga Telang di Desa Pangreh Kecamatan Jabon Kabupaten Sidoarjo. In *Conference on Innovation and Application of Science and Technology (CIASTECH)* (Vol. 2, No. 1, pp. 77-82)
- Izzati, Siti, Astuti. Pengaruh Cara Pengeringan dan Ukuran terhadap Warna dan Aktivitas Antioksidan Teh Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*).
- Kushargina, R., Kusumaningati, W., & Yuniyanto, A. E. (2022). Pengaruh Bentuk, Suhu, Dan Lama Penyeduhan terhadap Sifat Organoleptik Dan Aktivitas Antioksidan Teh Herbal Bunga Telang (*Clitoria Ternatea* L.). *GIZI INDONESIA*, 45(1), 11-22.
- Marpaung, A. M. (2020). Tinjauan manfaat bunga telang (*clitoria ternatea* l.) bagi kesehatan manusia. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 63-85.
- Telang, B. Bunga Telang.
- Ramadhan, M. I. (2019). Pendugaan Umur Simpan Produk Minuman Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Dalam Kemasan Dengan Analisa Sensori (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS BAKRIE).

- Nainggolan, J. D. O. M. (2021). Efektivitas Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) terhadap Pertumbuhan Bakteri *Streptococcus mutans* Secara In Vitro.
- Muntaha, F. M. (2019). Analisis Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) dengan Variasi Ph Metode High Performance Liquid Chromatograph-Tandem Mass Spectrometry (LC-MS/MS) (Doctoral dissertation, Universitas Pasundan).
- Melizsa, M., Sayyidah, S., Imansari, A. N. R., Satria, B. M., Utami, S. M., Mahmudah, N., ... & Amalia, T. Z. (2021). Pengolahan Minuman Herbal dari Bunga Telang untuk Meningkatkan Imunitas pada Masa Pandemi di Komplek Inkopad Kabupaten Bogor. *Jam: Jurnal Abdi Masyarakat*, 2(2), 28-35.
- Melati, R., & Rahmadani, N. S. (2020, November). Diversifikasi dan Preferensi Olahan Pangan dari Pewarna Alami Kembang Telang (*Clitoria ternatea*) di Kota Ternate. In *Prosiding Seminar Nasional Agribisnis* (Vol. 1, No. 1).
- Rohmanti, G. (2019). PENETAPAN KADAR FLAVONOID METODE $AlCl_3$ PADA EKSTRAK METANOL BUNGA TELANG (*Clitoria ternatea* L.) (Doctoral dissertation, STIKES Muhammadiyah Klaten).
- Ulimaz, T. A. DIVERSITAS BUNGA TELANG (*Clitoria ternatea*) Biru Asal Indonesia Berdasarkan Karakter Agromorfologi (Doctoral dissertation)
- Sativa, I. A. (2021). Pengaruh Cara Pengeringan Dan Ukuran Terhadap Warna Dan Aktivitas Antioksidan Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*). Naskah Publikasi Program Studi Teknologi Hasil Pertanian.
- Fauzi, R. A., Widyasanti, A., Perwitasari, S. D. N., & Nurhasanah, S. (2022). Optimasi Proses Pengeringan terhadap Aktivitas Antioksidan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Menggunakan Metode Respon Permukaan. *Jurnal Teknologi Pertanian*, 23(1), 9-22.
- Rezaldi, F., Fadillah, M. F., Abdilah, N. A., & Meliyawati, M. (2022). Potensi Kombucha Bunga Telang sebagai Himbauan Kepada Wisatawan Pantai Carita Dalam Meningkatkan Imunitas. *Selaparang Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(2), 867-871.
- Nisa, R. A., & Suryani, T. (2021). Aktivitas Antioksidan Dan Organoleptik Teh Herbal Campuran Bunga Telang Dan Daun Mint Dengan Variasi Lama Pengeringan (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- TELANG, K. T. B. (2020). Pengaruh suhu dan lama pengeringan terhadap karakteristik teh bunga telang (*Clitoria ternatea* L.). *Jurnal Itepa*, 9(3), 327-340.
- Mubarok, Z. R., Rohmah, N., & Kusmuldayinah, N. I. (2022). Pembuatan dan Karakterisasi Teh Herbal Penurun Gula Darah dari Buah Mahkota Dewa dan Bunga Telang. *Jurnal Ilmiah Teknik Kimia*, 6(1), 48-54.