

Pemanfaatan Bunga Telang (*Clitoria Ternatea*) Sebagai Suport Nutrisi Guna Peningkatan Daya Tahan Tubuh Pada Anak Dengan Kebutuhan Khusus

Etik Pratiwi¹, Giri Susilo Adi²

¹⁻³ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta

Email: veronikaetikp@gmail.com

ABSTRAK

Di Indonesia saat ini adalah maraknya penyakit Covid-19 yang disebabkan oleh virus corona yang mampu mengakibatkan kematian. Bunga telang merupakan salah satu tanaman obat dan keluaraga yang saat ini dibudidayakan dan bisa dikonsumsi guna meningkatkan daya tahan tubuh. Kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan edukasi anak dengan kebutuhan khusus (tuna grahita) agar mereka bisa mengetahui, memahami bagaimana cara penegelolaan bunga telang guna peningkatan kesehatan dan daya tahan tubuh Kegiatan ini dilakukan dengan metode preekperimental design , yakni memberikan olahan bunga telang diantaranya adalah singkong bunga telang, nasi bunga telang , dan infus water bunga telang , selain itu anak diberikan pula edukasi terkait bagaimana cara mengolah bahan tersebut. Kegiatan dilaksanakan di SLB Negeri Pembina Yogyakarta . Terdapat 30 peserta yang mengikuti kegiatan ini yang terdiri dari 26 siswi dan 4 orang siswa. Hasil evaluasi menunjukkan peserta dapat mengikuti kegiatan ini. Anak dengan kebutuhan khusus diberikan edukasi mengenai cara pembuatan infus water bunga telang khususnya menggunakan buah-buahan dengan hasil 26 anak (86,67%) anak memahami proses pembuatan ini. Sebanyak 27 anak (90%) memahami mengenai proses pembuatan nasi bunga telang, dan 25 anak (83,3%) anak memahami pula mengenai pembuatan singkong bunga telang. Rata-rata anak dengan gizi baik. Anak jarang mengalami sakit, dan dalam kurun waktu 1 minggu tidak ada anak yang melaporkan mengalami gejala covid 19.

Kata Kunci : Bunga Telang, Nutrisi, Anak Kebutuhan Khusus

ABSTRACT

In Indonesia at this time is the rise of the Covid-19 disease caused by the corona virus which can cause death. Telang flower is one of the plants that are currently cultivated and can be consumed to increase endurance. This community service activity is to provide education for children with special needs (tuna grahita) so that they can know, understand how to manage telang flowers to improve health and endurance. Telang flower cassava, telang flower rice, and telang flower water infusion, besides that, children are also given education regarding how to process these ingredients. The activity was carried out at SLB Negeri Pembina Yogyakarta. There were 30 participants who took part in this activity consisting of 26 students and 4 students. The evaluation results show that participants can participate in this activity. Children with special needs were given education about how to make telang flower water infusion, especially using fruit, with the result that 26 children (86.67%) understood the process of making this. A total of 27 children (90%) understood the process of making telang flower rice, and 25 children (83.3%) also understood about making telang flower cassava. The average child with good nutrition. Children rarely get sick, and within 1 week no child has been reported to have COVID-19 symptoms.

Keywords: *Telang Flower, Nutrition, Children with Special Needs*

LATAR BELAKANG

Anak berkebutuhan khusus (ABK) adalah anak-anak dengan keterbatasan mental dan fisik yang memiliki kondisi perkembangan fisik, perilaku atau emosi yang terbatas. Hal ini menyebabkan disfungsi fisiologis, struktur psikologis atau anatomi menghilang atau berkurang, mengakibatkan perubahan dalam pikiran, sifat perasaan dan tindakan sehingga anak-anak dengan kebutuhan khusus tidak dapat melakukan kegiatan kehidupan sehari-hari yang normal anak dengan kebutuhan khusus. [1]

Jumlah Anak dengan kebutuhan khusus di setiap provinsi saat ini belum memiliki jumlah yang pasti, namun menurut data statistic menunjukkan bahwa jumlah anak dengan kebutuhan khusus di Indonesia belum terlalu jelas jumlah pastinya. Di Daerah istimewa Yogyakarta ABK usia sekolah terbagi dalam tiga kelompok usia yaitu dari 737 (21%) ABK berusia 0-5 tahun, 1.227 (35%) ABK berusia 6-12 tahun dan 1.543 (44%) berusia 13- 18 tahun terbagi di 5 wilayah kabupaten/ kota di DIY. [2]

Kebutuhan pangan untuk anak-anak di masa pandemi ini diharapkan memenuhi kualitas gizi yang beragam, bergizi dan seimbang. Anak berkebutuhan khusus (autis) adalah sekelompok anak yang cukup terdampak dari pandemi covid -19. Pada situasi era baru ini anak dengan ebutuhan khusus memerlukan perhatian terhadap nutrisi khususnya bagi pertumbuhan dan perkembangannya Nutrisi yang dibutuhkan tidak hanya menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak, tapi juga untuk membentuk imunitas atau daya tahan tubuh agar anak terhindar dari penyakit.

Anak-anak dengan kebutuhan khusus ini pada umumnya memiliki kekebalan tubuh dan sistem pencernaan yang lebih sensitif. Selain itu anak autis cenderung memiliki tingkat alergi yang lebih tinggi dibandingkan dengan anak normal pada umumnya.

METODE

Desain dalam proses kegiatan ini adalah menggunakan desain preekperimental desain yakni dengan memberikan penyuluhan mengenai bagaimana cara menjaga daya tahan tubuh , meningkatkan tingkat kebugaran tubuh, meningkatkan asupan nutrisi dengan olahan bunga telang, dan juga melakukan demonstrasi cara pembuatan nutrisi olahan bunga telang yakni, infus water bunga telang, nasi bunga telang, dan singkong bunga telang, serta cara penanaman bunga telang.

Proses pengambilan data dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan beberapa tahapan sebagai berikut adalah sebagai berikut : pelaksanaan tahap awal dilakukan dengan koordinasi pelaksanaan dengan kepala sekolah, salah satunya adalah mengelompokkan target sasaran yakni anak-anak dengan kebutuhan khusus. Anak yang berpartisipasi dalam kegiatan ini adalah anak dengan Tuna Grahita stadium ringan. Kemudian guru atau wali sekolah dilibatkan dalam kegiatan ini guna mendampingi dan berkomunikasi agar anak-anak bisa lebih mudah memahami . terdapat 30 anak yang terdiri dari 26 siswi dan 4 siswa.

Kegiatan dilaksanakan pada tanggal 16 Februari 2022. Kegiatan ini telah mendapatkan ijin dari institusi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Notokusumo Yogyakarta dengan nomor ijin 050/LA.15.02/I/2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Tabel Karakteristik Responden

No	Karakteristik	N (%)
1	Jenis Kelamin	
	Laki-laki	4 (1,4 %)
	Perempuan	26 (86,6%)
2	Sebaran Usia	
	Dewasa 14 -15 tahun	10 (38,46%)
	Pertengahan (16 -17 tahun)	7(2,69%)
	Lanjut Usia (18 -19 tahun)	9 (3,46%)

Hasil analisa pada Tabel 1 tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta adalah perempuan yakni 26 anak atau (86,6%), dan mayoritas usia adalah 14 -15 tahun yakni sebanyak 10 orang (38,46%)

Tabel 2. Hasil Pemahaman Proses Pengolahan bunga telang pada anak dengan kebutuhan khusus

No	Kegiatan	Pemahaman	
		Memahami	Kurang bisa memahami
1	Pembuatan infus water bunga telang	26 anak (86,67%)	4 anak (1,33%)
2	Pembuatan Nasi bunga telang	27 anak (90%)	3 anak (1 %)
3	Pembuatan singkong bunga telang	25 anak (83,3%)	5 anak (1,67 %)

Anak dengan kebutuhan khusus diberikan edukasi mengenai cara pembuatan infus water bunga telang khususnya menggunakan buah-buahan dengan hasil 26 anak (86,67%) anak memahami proses pembuatan ini. Sebanyak 27 anak (90%) memahami mengenai proses pembuatan nasi bunga telang, dan 25 anak (83,3%) anak memahami pula mengenai pembuatan singkong bunga telang.

Tabel 3. Hasil Evaluasi Status Daya Tahan Tubuh Anak Kebutuhan Khusus

No	Pertanyaan Evaluasi	N (%)	
		Ya	Tidak
1	Konsumsi buah dan sayur pada responden	28 (93,33%)	2 (0,66%)
2	Kebiasaan berolah raga	29 (99%)	1(1%)
3	Sakit yang bergejala covid 19	0 (0%)	30 (100%)
4	Stamina terjaga dan kesehatan optimal dalam 1 minggu ini	29 (99%)	1 (1%)

Dari hasil Analisa Tabel 3 mengenai evaluasi status daya tahan tubuh anak kebutuhan khusus, menunjukkan bahwa mayoritas anak yakni sebanyak 28 anak (93,3%) mengkonsumsi buah dan sayur, anak memiliki kebiasaan olahraga sebanyak 29 (99%) , dan tidak ada anak yang mengalami sakit khususnya yang bergejala covid 19, stamina anak mayoritas terjaga dalam 1 minggu ini atau sebanyak 29 anak (99%).



Gambar 1

Gambar Pelaksanaan Kegiatan Penyuluhan Pengolahan Bunga Telang

Pada gambar tersebut merupakan proses kegiatan penyuluhan manfaat bunga telang sebagai nutrisi meningkatkan daya tahan tubuh yang dilakukan kepada anak dengan kebutuhan khusus.. Dalam kegiatan tersebut penyuluh juga memberikan sosialisasi mengenai bagaimana cara menjaga kesehatan tubuh di masa pandemi. Kegiatan dilaksanakan pada hari Rabu, 16 Februari 2022 pada pukul 09:00 WIB sampai dengan pukul 11:00 WIB. Kegiatan dilaksanakan dengan menerapkan protokol kesehatan dan pada akhir sesi peserta menikmati hasil olahan bunga telang yakni nasi imun bunga telang, infus water bunga telang dan singkong bunga telang. Anak dibagikan leflet, poster dan juga media bunga telang kering untuk bisa dipraktikkan dirumah masing -masing guna membuat bahan olahan tersebut.

Pembahasan

Bunga telang merupakan salah satu jenis tanaman obat dalam keluarga. Tanaman ini mengandung mengandung Ternatin A1-3, B1-4, C1-5, D1(antiosianin)-3, kaempferol, kuersetin, mirisetin [3]. Bunga ini sangat menarik dari segi warnanya, ekstraknya memiliki potensi sebagai antikatarak,, antioksidan, antidiabetes serta sebagai pewarna alami makanan. [4]

Bunga telang juga mengandung manfaat lain diantaranya adalah mengobati insomnia, epilepsi, disentri, keputihan, rematik, bronkhitis, asma, maag, tuberkulosis paru, demam, sakit telinga, penyakit kulit seperti eksim, impetigo, (akumulasi kelebihan cairan pada rongga perut) (ii) untuk memperlancar menstruasi, melawan bisa ular dan sengatan kalajengking, (iii) sebagai antiperiodik (obat untuk mencegah terulangnya penyakit kambuhan seperti malaria), obat cacing, pencahar, diuretan, pendingin, pemicu mual dan muntah sehingga membantu mengeluarkan dahak bronkitis kronis, dan stimulan seksual. [5]

Dalam peran menjaga daya tahan tubuh, Bunga telang yang diekstraksi menggunakan berbagai pelarut menunjukkan rentang aktivitas antimikroorganisme yang luas meliputi bakteri gram positif, bakteri gram

negatif maupun fungiekstra bunga telang mampu menghambat aktivitas bakteri patogen diantaranya adalah *Bacillus subtilis*, *Staphylococcus aureus* and *Escherichia coli* [6]. Ekstrak bunga telang juga menghambat pertumbuhan beberapa bakteri patogen penghasil enzim extended-spectrum beta-lactamase (ESBL) yaitu *E. coli*, Enteropathogenic *E. coli* (EPEC), Enterotoxigenic *E. coli* (ETEC), *Klebsiella pneumoniae* dan *Pseudomonas aeruginosa* [7]. Ekstrak methanol bunga telang menghambat pertumbuhan bakteri *Salmonella typhi*, sementara . Secara umum, methanol dan etanol adalah pelarut terbaik untuk ekstraksi komponen bioaktif bunga telang sebagai antimikroorganisme.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Kegiatan pembuatan olahan bunga telang dilakukan dengan memberikan edukasi kepada anak kebutuhan khusus dengan berbagai bentuk pengolahan makanan yakni nasi bunga telang, infus water bunga telang dan juga singkong bunga telang. Anak dengan kebutuhan khusus mampu memahami cara pembuatan bahan olahan tersebut.

Saran

Keterlibatan orang tua dalam edukasi pada anak dengan kebutuhan khusus diperlukan dalam kegiatan ini sehingga proses pemahaman anak bisa lebih baik. Kegiatan edukasi kedepan bisa dilanjutkan pula dengan kegiatan pemberdayaan bunga telang sehingga bisa sebagai pilihan aktivitas yang bermanfaat bagi anak dengan kebutuhan khusus.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih diucapkan kepada unit LPPM Stikes Notokusumo Yogyakarta yang telah mendanai kegiatan ini dan juga pihak sekolah SLBN Pembina juga turut mensupport kegiatan ini dari awal hingga akhir.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Irwan. 2016. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Deepublish.
- [2] Badan Perencana Pembangunan DIY. 2013
- [3] Gollen B, Mehla J dan Gupta P. 2018. *Clitoria ternatea* Linn: A Herb with Potential Pharmacological Activities: Future Prospect as Therapeutic Herbal Medicine. *J Pharma Reports*. 3(1):1-8
- [4] Kusriani E., Trisanti D. dan Izza N., 2017, Uji Aktivitas Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Sebagai Agen Anti-Katarak, *Jurnal Jamu Indonesia*, 2(1): 30
- [5] Manuntung, A. 2018. *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi*. Malang: Wineka Media.
- [6] Mahmud, N. et al., 2018. Anthocyanin as potential source for antimicrobial activity in *Clitoria ternatea* L. and *Dioscorea alata* L.. *Pigment & Resin Technology*
- [7] Nisa Ulfatun, Ulfa Fitriani, Enggar Wijayanti. 2017. Aktivitas Ramuan Daun Salam, Herba Pegagan, Akar Alang-Alang dan Biji Pala pada Tikus Hipertensi yang Diinduksi Prednison dan Garam. *Jurnal Kefarmasian Indonesia*. vol. 7 no 4, p 87 – 94.