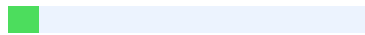




Plagiarism Checker X - Report

Originality Assessment

8%



Overall Similarity

Date: Jan 24, 2025 (08.28 AM)

Matches: 222 / 2678 words

Sources: 23

Remarks: Low similarity detected, consider making necessary changes if needed.

Verify Report:

Scan this QR Code



Eksplorasi Tanaman Bunga Telang pada Asrama Tanaman Obat Keluarga (TOGA) di Desa Sumokembangsri

ABSTRAK

Artikel ini bertujuan untuk memperkenalkan tanaman bunga telang beserta manfaat yang dimilikinya. Bunga telang, juga dikenal sebagai **16 clitoria ternatea, adalah tanaman berbunga yang** dikenal karena kelopaknya yang berwarna biru yang indah. Bunga telang bukan hanya tanaman yang cantik namun juga memiliki banyak manfaat lain yang membuatnya menarik dalam berbagai aspek kehidupan. Metode yang digunakan dalam artikel ini adalah Metode Pembangunan Komunitas Berbasis Aset (ABCD) Pendekatan berbasis aset membantu komunitas melihat kenyataan kondisi internal dan potensi perubahan. Metode ini berfokus pada perubahan dan membantu komunitas mencapai tujuan. Hasil dari penulisan artikel ini yakni pemaparan tentang asal-usul bunga telang, sifatnya, dan manfaatnya bagi lingkungan dan kesehatan. Bunga telang dapat digunakan sebagai pewarna makanan dan minuman alami, bunga telang juga dianggap memiliki manfaat dalam pengobatan tradisional untuk mengobati berbagai penyakit karena mudah dibudidayakan dan memiliki banyak manfaat, bunga telang menjadi pilihan yang menarik baik bagi pecinta tanaman hias maupun mereka yang mencari bahan alami yang kaya manfaat.

1. Pendahuluan

Indonesia merupakan negara dengan kekayaan alam yang melimpah, termasuk keanekaragaman hayati yang tersebar di seluruh nusantara. Kekayaan ini mencakup tumbuhan yang unik dan **7 memiliki potensi besar untuk** dikembangkan lebih lanjut, terutama dalam bidang kesehatan dan estetika (Darmawan et al., 2021). Indonesia masih memiliki sedikit pengembangan bunga. Karakteristik **1 bunga, seperti jumlah petal dan warna bunga,** serta keragaman morfologi tanaman telang, adalah bagian dari karakteristik bunga. Keanekaragaman flora dan fauna Indonesia sangat kaya. Masyarakat sering menggunakan flora lokal untuk manfaat kesehatan. Tanaman ini dapat diolah menjadi obat

tradisional yang berkhasiat (Dwinata et al., 2023). Peningkatan popularitas obat herbal di kalangan masyarakat mendorong penggunaan tanaman sebagai pengobatan alternatif (Khayru et al., 2021). Banyak produk herbal sekarang mulai berkembang dan beredar. Obat herbal ¹⁷ memiliki efek samping yang lebih rendah daripada obat kimia karena efeknya alami (Halizah et al., 2022).

Tanaman berkhasiat obat yang telah dipelajari dan diteliti secara ilmiah mengandung senyawa aktif atau zat-zat yang telah terbukti menguntungkan kesehatan manusia (Azizah & Retnowati, 2022). Obat-obatan yang berasal dari tanaman ini telah lama dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia. Tanaman obat dapat ditanam dengan mudah di halaman rumah, pemanfaatan TOGA juga mendukung pelestarian budaya pengobatan tradisional dan pengelolaan lingkungan yang berkelanjutan (Putri & Nugroho, 2023). Keberlanjutan penggunaan tanaman lokal sebagai bahan dasar obat herbal tidak hanya mendukung kesehatan masyarakat, tetapi juga memperkuat ketahanan ekonomi lokal. Upaya ini sekaligus menjadi bagian penting dalam menjaga kelestarian keanekaragaman hayati Indonesia untuk generasi mendatang.

⁶ Indonesia memiliki kekayaan hayati yang melimpah, termasuk berbagai jenis tanaman obat yang dapat dimanfaatkan untuk mendukung kesehatan masyarakat. Pemanfaatan tanaman lokal sebagai bahan obat tradisional merupakan bagian dari warisan budaya yang perlu dilestarikan dan dikembangkan. ¹¹ Tanaman Obat Keluarga (TOGA) pada dasarnya adalah tanaman berkhasiat yang digunakan sebagai obat yang ditanam di pekarangan rumah (Badriyah et al., 2023). Tanaman ini ditanam untuk memenuhi kebutuhan keluarga akan obat tradisional. Pada dasarnya, ¹⁰ obat yang berasal dari bahan alami terutama tanaman, telah menunjukkan peranannya dalam menjaga kesehatan masyarakat. TOGA membantu tanaman obat berhubungan dengan upaya kesehatan masyarakat seperti pencegahan, promotif (meningkatkan/menjaga ¹⁹ kesehatan), dan kuratif (penyembuhan penyakit). Sejak kecil, penting untuk menanamkan kesadaran akan pentingnya menjalani gaya hidup sehat (Nabilah et al., 2025). Obat herbal yang tidak memiliki efek samping seperti obat sintetik umumnya dapat digunakan untuk

menjalani gaya hidup yang lebih sehat (Mukharromah, 2022).

Penanaman TOGA sangat penting bagi yang sulit mendapatkan ¹⁴ layanan medis seperti klinik, puskesmas, atau rumah sakit. *Clitoria ternatea*, atau bunga telang, adalah spesies dari keluarga Fabaceae yang terkenal dengan bunganya yang berwarna biru cerah. Bunga telang memiliki varietas lain, warna biru tetap menjadi identitasnya. Kandungan antosianin yang tinggi dalam bunga ini memberikan sifat antioksidan yang kuat, menjadikannya bahan alami yang populer dalam berbagai produk, seperti makanan, minuman, dan kosmetik (Sharma & Goyal, 2019). Pengembangan pemanfaatan tanaman obat seperti TOGA menjadi solusi lokal yang ramah lingkungan untuk menjaga kesehatan. Hal ini juga mendukung pelestarian tradisi serta membuka peluang ekonomi berbasis bahan alami untuk masyarakat (Alifani et al., 2024).

Indonesia memiliki kekayaan tanaman herbal yang menawarkan beragam manfaat ⁶ untuk kesehatan, salah satunya adalah bunga telang. ¹³ Bunga ini tidak hanya dikenal karena keindahannya, tetapi juga karena potensinya sebagai bahan obat alami yang aman dan berkhasiat. Bunga telang menampilkan beragam warna menarik, mulai dari biru cerah hingga putih. Warna-warna ini unik pada setiap tahap pertumbuhan tanaman. Tanaman telang merujuk pada keseluruhan tumbuhan, bukan hanya bunganya yang mana setiap bagian dari akar hingga daun, memiliki potensi manfaat. Kecemasan tentang efek samping dapat muncul akibat ⁴ penggunaan obat jangka panjang (Rizkawati et al., 2023).

Pengobatan hipertensi, menggunakan tanaman herbal Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) dapat menjadi pilihan yang lebih baik. Menurut Purba (2020) tanaman bunga telang memiliki sifat anti-depresan dan anthelmintic. ¹ Daun dan bunga tanaman telang relatif aman untuk digunakan, karena aktivitas antioksidannya (termasuk fenolik, flavonoid, antosianin, dan tanin) tidak menunjukkan potensi toksik. Dengan pengembangan lebih lanjut, tanaman ini berpotensi menjadi solusi alternatif ⁵ yang lebih ramah lingkungan dan ekonomis. Pemanfaatannya juga mendukung pelestarian keanekaragaman hayati dan tradisi pengobatan herbal lokal.

Pemanfaatan tanaman herbal sebagai bahan baku obat dan pangan terus berkembang

seiring meningkatnya ⁸ kesadaran masyarakat akan pentingnya kesehatan alami. Salah satu tanaman yang semakin dikenal adalah bunga telang, yang memiliki berbagai manfaat kesehatan dan potensi ekonomi. Menurut Kumar et al. (2018) mengungkapkan bahwa ekstrak bunga telang memiliki beragam sifat farmakologis yang menjanjikan. Sejalan dengan tren global menuju bahan alami, bunga telang semakin diminati dalam industri pangan dan kesehatan. Penelitian di Indonesia juga menunjukkan bahwa tanaman ini mudah tumbuh di berbagai lingkungan, mendukung potensinya sebagai sumber bahan baku alami (Setyawan & Indriyani, 2021). ¹² Bunga telang mengandung berbagai senyawa bioaktif, termasuk flavonoid seperti flavonol, kaempferol, quersetin, mirisetin, dan antosianin. Senyawa-senyawa ini memberikan berbagai manfaat, mulai dari sifat antioksidan hingga potensi sebagai obat. Dengan diversifikasi produk berbahan bunga telang, seperti minuman herbal dan kosmetik, masyarakat dapat lebih mudah mengakses manfaatnya. Selain itu, pengembangan bunga telang juga mendukung upaya keberlanjutan lingkungan dan pemberdayaan ekonomi lokal.

Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya tanaman ²⁰ herbal semakin meningkat seiring dengan tren kembalinya bahan alami dalam berbagai aspek kehidupan. Salah satu tanaman yang ⁷ memiliki potensi besar untuk dikembangkan adalah bunga telang, yang kaya manfaat kesehatan dan nilai ekonomis. Pengenalan bunga telang secara lebih luas dapat dilakukan melalui program kegiatan talkshow. Tujuan dari pelaksanaan program talkshow pengenalan tanaman bunga telang di Desa Sumokembangsri adalah ¹⁸ untuk memberikan edukasi kepada masyarakat mengenai manfaat kesehatan dan nilai ekonomis dari bunga telang, serta cara budidaya tanaman ini secara mandiri di lingkungan rumah. Talkshow ini diharapkan dapat memahami ¹⁵ potensi bunga telang sebagai bahan alami yang kaya akan antioksidan dan pewarna alami yang aman, yang dapat dimanfaatkan dalam kehidupan sehari-hari, mulai dari minuman herbal hingga produk olahan lainnya. Hasil dari pelaksanaan program ini menunjukkan antusiasme masyarakat yang tinggi, ditandai dengan peningkatan pengetahuan peserta mengenai manfaat bunga telang, serta adanya keinginan dari beberapa warga untuk memulai budidaya tanaman tersebut di

pekarangan rumah sebagai langkah awal menuju kemandirian dalam pemanfaatan tanaman herbal. Dengan adanya inisiatif ini, diharapkan bunga telang dapat menjadi salah satu solusi lokal untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat. **5** Program ini juga dapat menjadi model pemberdayaan berbasis komunitas yang mengintegrasikan aspek kesehatan, ekonomi, dan keberlanjutan lingkungan.

2. Metode Kegiatan

Tanaman herbal semakin menjadi perhatian karena manfaatnya yang luas untuk kesehatan dan ekonomi, terutama dalam mendukung gaya hidup alami. Salah satu tanaman yang berpotensi besar untuk dikembangkan adalah bunga telang, yang tidak hanya mudah dibudidayakan tetapi juga memiliki nilai tambah dalam industri kuliner dan kesehatan. Pelaksanaan kegiatan ini bertujuan untuk memperkenalkan bunga telang kepada umum, terutama ibu rumah tangga dan pengusaha kuliner, dengan menghadirkan ibu Kanthi selaku narasumber yang mengelola dan bertanggungjawab mengenai tanaman bunga telang yang ada di desa Sumokembangsri dengan pembahasan seputar asal **2** bunga telang, manfaat bunga telang, cara pengelolaan bunga telang dan lain sebagainya. Pengenalan tanaman bunga telang dilakukan secara virtual dengan memanfaatkan media sosial youtube yang dikemas semenarik mungkin dengan memadukan pemaparan materi bersama narasumber yang ahli dalam bidangnya.

Metode yang digunakan pada program pengabdian ini adalah metode pembangunan masyarakat berbasis aset (ABCD). Observasi dilaksanakan sebelum kegiatan ini diadakan dan hasil survei menemukan bahwa desa Sumokembangsri memiliki aset tanaman bunga telang yang dikumpulkan menjadi satu pada asrama tanaman (ASMAN). Setelah melakukan observasi mahasiswa mendatangi penanggung jawab tanaman bunga telang yang nantinya akan menjadi narasumber saat kegiatan talkshow pengenalan tumbuhan bunga telang. Perencanaan kegiatan dilakukan setelah narasumber sanggup dan menerima tawaran atas pelaksanaan program pengenalan bunga telang. Sebelum pelaksanaan kegiatan mahasiswa harus mempersiapkan segala sesuatu secara matang

termasuk daftar pertanyaan yang akan digunakan saat talkshow.

3. Hasil Dan Pembahasan

Pendidikan masyarakat tentang potensi tanaman lokal sangat penting untuk mendukung kesejahteraan dan kemandirian dalam menyediakan kebutuhan sehari-hari. Dengan mengenal lebih jauh manfaat tanaman seperti bunga telang, masyarakat dapat lebih sadar akan pentingnya keberagaman **7 sumber daya alam yang** ada di sekitar mereka. Hasil diskusi dengan Ibu Kanthi memaparkan bahwa masyarakat di Desa Sumokembangsri belum banyak mengetahui manfaat bunga telang. Penyuluhan ini sangat penting untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang potensi tanaman lokal dan cara pemanfaatannya (Hidayati et al., 2024).

Gambar 1. Pertemuan dengan narasumber untuk konfirmasi pelaksanaan kegiatan

Salah satu cara untuk mengantisipasi dan mengatasi masalah kesehatan keluarga adalah dengan menggunakan Toga, juga dikenal sebagai Tanaman Obat Keluarga. Hal ini digunakan untuk mengantisipasi atau mengobati secara mandiri dengan menggunakan tanaman obat yang tersedia bagi keluarga (Sumarno et al., 2024). **2 Bunga telang (Clitoria ternatea L.)** adalah tanaman legum. Salah satu jenis bunga telang yang sangat umum di Asia Tenggara adalah bunga dua petal (Aziza et al., 2021). **Bunga telang (Clitoria ternatea L.)** adalah salah satu tumbuhan leguminosae yang memiliki berbagai potensi farmakologis. Tumbuhan ini belum banyak dibudidayakan dan sebagian besar orang memanennya di alam. Sangat penting untuk melakukan upaya untuk menghentikan masa dormansi benih bunga telang ketika menanam bunga telang dengan biji (Hawari et al., 2021). Dengan pemahaman yang lebih baik, diharapkan masyarakat dapat memanfaatkan tanaman ini secara lebih efektif untuk kesehatan keluarga dan sebagai sumber daya ekonomi. Oleh karena itu, penyuluhan mengenai cara budidaya dan pengolahan bunga telang perlu terus digalakkan.

Penting untuk selalu memperhatikan dosis yang tepat dalam mengonsumsi bahan herbal,

terutama untuk tanaman yang memiliki sifat aktif seperti bunga telang. Konsumsi yang tidak terkontrol dapat berisiko menimbulkan efek samping meskipun bahan tersebut berasal dari alam (Fachrurazi et al., 2022). Dosis yang aman untuk dikonsumsi dari bunga telang yang telah diolah menjadi minuman atau campuran makanan adalah sekitar 1-3 gram bunga kering atau 5-10 kuntum bunga segar setiap hari. Jumlah ini cukup untuk mendapatkan manfaat antioksidan dan zat aktif lainnya tanpa efek samping, terutama jika dikonsumsi sebagai teh herbal.

Meskipun bunga telang dianggap aman, konsumsi berlebihan dapat menyebabkan masalah pencernaan ⁹ pada beberapa orang, terutama mereka yang menderita kondisi kesehatan tertentu. Selain itu, disarankan untuk berkonsultasi dengan dokter sebelum mengonsumsi olahan bunga telang secara teratur, terutama bagi mereka yang hamil, menyusui, atau mengonsumsi obat tertentu untuk memastikan dosis yang tepat dan aman. Dengan informasi yang tepat dan konsumsi yang bijak, bunga telang dapat memberikan manfaat optimal tanpa menimbulkan efek negatif. ³ Oleh karena itu, penting untuk selalu mengikuti anjuran dosis dan memperhatikan kondisi tubuh saat mengonsumsi bahan herbal.

Pemberdayaan masyarakat melalui pengenalan tanaman lokal ²¹ memiliki potensi besar untuk mendukung perekonomian dan kesehatan masyarakat. ¹² Salah satu tanaman yang memiliki banyak manfaat adalah bunga telang, yang juga memiliki potensi besar dalam industri lokal. Menurut keterangan yang disampaikan oleh ibu kanthi sebagai narasumber bunga telang merupakan tanaman yang sangat mudah dibudidayakan. Perawatan tanaman bunga telang cukup dengan menyiramnya secara rutin. Bunga telang cocok ditanam pada cuaca dan keadaan lingkungan apapun. Tumbuhan bunga telang juga mengalami pertumbuhan yang cukup cepat dengan jumlah yang cukup banyak. Tanaman bunga telang juga tidak memiliki efek samping apapun saat dikonsumsi selama dikonsumsi dalam batas wajar.

Industri makanan dan minuman, seperti produsen teh herbal, minuman berenergi, dan produk makanan alami yang berfokus pada gaya hidup sehat, tertarik pada bunga telang

dan memanfaatkannya sebagai bahan baku untuk produk kesehatan, kecantikan, dan makanan. Pasar bunga telang mencakup berbagai segmen pasar, mulai dari konsumen individu hingga industri kecil dan besar yang menggunakan bunga ini sebagai bahan baku untuk produk kesehatan, kecantikan, dan makanan. Ke depan, dengan pengembangan yang tepat, bunga telang dapat menjadi salah satu komoditas unggulan yang mendukung pertumbuhan ekonomi lokal dan **8** meningkatkan kesadaran masyarakat akan manfaat tanaman herbal. **3** Oleh karena itu, penting untuk terus mendukung inisiatif budidaya dan pengolahan bunga telang secara berkelanjutan.

Gambar 2. Pelaksanaan program talkshow pengenalan tanaman bunga telang

Masyarakat Sumokembangsri memiliki kreativitas yang tinggi dalam mengelola tanaman lokal menjadi produk-produk yang bernilai tambah. Salah satunya adalah pengolahan **15** bunga telang menjadi berbagai kreasi kreatif yang tidak hanya berfungsi sebagai tanaman obat. Masyarakat Sumokembangsri mengelola bunga telang menjadi beberapa kreasi kreatif bukan hanya sebagai tanaman pengobatan misalnya membuat agar-agar dari tanaman bunga telang, memberi warna pada taplak meja dengan bunga telang karena warna yang dimiliki bunga telang cukup indah ada yang berwarna toska, biru dan ungu.

Gambar 3. Contoh taplak meja yang warnanya berasal dari air rebusan bunga telang

Masyarakat Sumokembangsri juga sering memenangkan lomba kreasi yang menggunakan bahan dasar bunga telang. Ibu kanthi memaparkan cara pembuatan agar-agar dari bunga telang sebagai berikut. Untuk membuat agar-agar dari bunga telang, beberapa kuntum bunga (segar atau kering) dimasukkan ke dalam air panas hingga air berubah menjadi warna biru pekat. Ini mengeluarkan warna alami dan kandungan antioksidan dari bunga. Setelah itu, air rendaman disaring untuk membedakan ampas bunga. Campuran **13** ini digunakan untuk membuat agar-agar. Setelah menggabungkan air bunga telang dengan bubuk agar-agar, tambahkan gula sesuai selera Anda. Aduk semuanya dengan benar. Agar larutan menjadi kental dan siap dicetak, panaskan campuran sambil diaduk perlahan

hingga mendidih. Setelah mendidih, tuangkan ke dalam cetakan dan biarkan hingga mengeras pada suhu ruangan atau disimpan dalam lemari pendingin untuk tekstur yang lebih segar dan kenyal. Agar-agar yang berasal dari bunga telang bukan hanya memiliki warna yang menarik namun juga bermanfaat untuk kesehatan. Selain itu, produk olahan bunga telang seperti ini dapat meningkatkan daya tarik wisata kuliner lokal dan menjadi sumber pendapatan tambahan bagi masyarakat setempat. ³ Oleh karena itu, penting untuk terus mengembangkan potensi produk kreatif berbasis bunga telang ini.

Salah satu inovasi yang berkembang di masyarakat Sumokembangsri adalah pemanfaatan bunga telang untuk menciptakan produk kreatif dan bernilai tambah. Selain digunakan untuk kesehatan, bunga telang juga dapat digunakan sebagai bahan pewarna alami untuk berbagai produk, termasuk tekstil. Ibu kanthi juga menjelaskan cara pembuatan warna pada taplak meja dengan air rebusan bunga telang sehingga menghasilkan warna ⁵ yang cantik dan menarik, berikut adalah cara yang disampaikan oleh ibu kanthi. Pertama, air panas harus digunakan untuk merendam ²² bunga telang segar atau kering hingga air berubah menjadi biru pekat. Setelah itu, saring untuk menyingkirkan ampas bunga.

Gambar 4. Contoh agar-agar dari tanaman bunga telang

Upaya untuk menghasilkan berbagai warna, campurkan larutan bunga telang biru ini dengan bahan alami lain. Misalnya, air jeruk lemon dapat memberi warna ungu muda atau kunyit dapat memberi warna hijau kebiruan. Setelah campuran warna selesai, celupkan kain taplak meja yang telah dicuci bersih secara menyeluruh atau sebagian ke dalam campuran bunga telang, tergantung motif yang diinginkan. Setelah kain dimasukkan ke dalam campuran, diamkan selama beberapa waktu hingga warna meresap dengan baik. Setelah itu, angkat kain, bilas dengan air dingin, dan jemur hingga kering. Hal ini akan membuat warna bunga telang lebih tahan lama dan membuat taplak meja dengan gradasi warna yang indah dan alami. Setelah taplak meja kering, Anda bisa melihat hasilnya yang mempesona dengan warna yang alami dan elegan. Teknik pewarnaan ini juga dapat

diterapkan pada berbagai produk lainnya, seperti kain atau aksesoris rumah, untuk menciptakan nuansa alami yang segar dan penuh warna.

4. Simpulan

Program pengabdian masyarakat di Desa Sumokembangsri bertujuan mengintegrasikan bunga telang dalam program **10** **Tanaman Obat Keluarga (TOGA) untuk** memberdayakan masyarakat. Melalui pendekatan yang berbasis pada pemanfaatan tanaman herbal, masyarakat diajak untuk mengenal dan mengembangkan potensi bunga telang menunjukkan bahwa pemanfaatan tanaman bunga telang sebagai bagian dari program TOGA di desa. Hasil program ini meningkatkan pengetahuan warga tentang manfaat kesehatan dan ekonomi bunga telang. Pelatihan dan pendampingan telah memotivasi masyarakat **23** **mengolah bunga telang menjadi produk** seperti pewarna alami dan bahan kesehatan, yang berpotensi dipasarkan secara lokal maupun luas. Untuk keberlanjutan, pelatihan lanjutan tentang pengolahan bunga telang diperlukan agar masyarakat lebih terampil menciptakan produk bernilai jual tinggi. Partisipasi aktif pemerintah desa dan dinas terkait penting untuk mendukung pengembangan program ini. Selain itu, diperlukan strategi pemasaran efektif agar produk olahan bunga telang dikenal luas, **8** sehingga berkontribusi pada peningkatan ekonomi masyarakat dan menjadikan program ini berdaya saing tinggi.

Sources

1	https://ejournal.gunadarma.ac.id/index.php/jpp/article/download/8601/pdf INTERNET 1%
2	https://catatanpangan.com/tentang-bunga-telang-clitoria-ternatea-l/ INTERNET 1%
3	https://www.jurnalindo.com/manfaat-tanaman/250-jenis-tanaman-obat-dan-manfaatnya-yang-wajib-diketahui/ INTERNET 1%
4	https://www.researchgate.net/publication/373320078_POTENSI_TANAMAN_HERBAL_BUNGA_TELANG_CLITORIA_TERNATEA_SEBAGAI_ALTERNATIF_ANTIHIPERTENSI/fulltext/64e602270453074fbda94728/POTENSI-TANAMAN-HERBAL-BUNGA-TELANG-CLITORIA-TERNATEA-SEBAGAI-ALTERNATIF-ANTIHIPERTENSI.pdf INTERNET 1%
5	https://mediajurnalindonesia.id/ragam-informasi/tanaman-cantik-refugia-menjadi-solusi-inovatif-untuk-pertanian-berkelanjutan-di-desa-dilem INTERNET 1%
6	https://www.kompas.com/tren/read/2021/07/10/171000465/lebih-dari-30-penyakit-dapat-diobati-dengan-tanaman-herbal-indonesia INTERNET <1%
7	https://kadinregforest.com/menggali-potensi-bioekonomi-di-tengah-kekayaan-alam-indonesia/ INTERNET <1%
8	https://www.kompasiana.com/yessyrahmaroselowati4326/66ee3beced64154d496677c2/peran-pendidikan-kesehatan-dalam-meningkatkan-kesadaran-masyarakat-terhadap-pentingnya-pola-hidup-sehat INTERNET <1%
9	https://www.kompas.com/food/read/2024/12/20/113100375/bahaya-konsumsi-bunga-telang-berlebihan-bisa-bikin-diare INTERNET <1%
10	https://id.wikipedia.org/wiki/Tanaman_obat_keluarga INTERNET <1%
11	https://repository.pertanian.go.id/bitstream/handle/123456789/8691/BukuSaku_Toga.pdf?sequence=1 INTERNET <1%
12	https://www.alodokter.com/bunga-telang-ketahui-manfaat-dan-cara-mengonsumsinya INTERNET <1%

13	https://www.kompasiana.com/muhammadmardanungnurilhami9559/66cd233634777c597a3bd9b3/bunga-telang-bunga-yang-dapat-digunakan-sebagai-pewarna-alami INTERNET <1%
14	https://www.researchgate.net/publication/334206562_Pemanfaatan_Tanaman_Obat_Keluarga_TOGA_Pada_Masyarakat INTERNET <1%
15	https://proceedings.ums.ac.id/abdimas/article/view/5194 INTERNET <1%
16	https://www.ilmupot.com/jenis-bunga-telang/ INTERNET <1%
17	https://denizarastirma.com/obat-herbal-vs-obat-kimia-memahami-perbedaan-dan-manfaatnya/ INTERNET <1%
18	https://www.esaunggul.ac.id/wp-content/uploads/2023/01/Penyuluhan-Budidaya-dan-Pemanfaatan-Tanaman-Kembang-Telang-Clitoria-Ternatea-L.-di-Desa-Tegaldirto-Sleman-Daerah-Istimewa-Yogyakarta-Universitas-Esa-Unggul.pdf INTERNET <1%
19	https://www.researchgate.net/publication/343816728_Pemanfaatan_dan_Penanaman_Tanaman_Obat_Keluarga_TOGA_Menuju_Keluarga_Sihat_Pada_Ibu_Pemberdayaan_Kesejahteraan_Keluarga_PKK INTERNET <1%
20	https://www.kompasiana.com/agusalifahmi6559/672708c5ed64156ba4565da3/potensi-ekonomi-tumbuhan-herbal-di-indonesia INTERNET <1%
21	https://www.panda.id/pemberdayaan-masyarakat-desa-2/ INTERNET <1%
22	https://www.liputan6.com/health/read/5889645/cara-merebus-bunga-telang-obat-herbal-kolesterol-tinggi-dan-anti-hipertensi INTERNET <1%
23	https://www.kompasiana.com/fakultassainsdanteknologi5482/66c5afccc925c4552b007882/pemberdayaan-warga-desa-sumorame-oleh-tim-abdimas-umsida-mengolah-bunga-telang-menjadi-produk-pangan-fungsional INTERNET <1%

EXCLUDE CUSTOM MATCHES	ON
EXCLUDE QUOTES	OFF
EXCLUDE BIBLIOGRAPHY	OFF