



Peran Anggota Dharmawanita sebagai Perempuan dan Ibu Bangsa dalam Turut Mempersiapkan Bunga Bangsa untuk Mendukung “Gerakan Pulih Lebih Cepat Bangkit Lebih Kuat”

Umi Farichah Bascha¹, Nove Hidajati Anwar², Nur Emma Suriani³, Dian Yulie Reindrawati⁴

D-III Manajemen Perhotelan, Fakultas Vokasi, Universitas Airlangga, Indonesia^{1,3,4}

Departemen Kedokteran Dasar Veteriner, Fakultas Kedokteran Hewan, Universitas Airlangga, Indonesia²

E-mail : umi.f.bascha@vokasi.unair.ac.id¹, nove-h@fkh.unair.ac.id², nuremma.suriani@vokasi.unair.ac.id³, dian.reindrawati@vokasi.unair.ac.id⁴

Abstrak

Menengok sejarah bahwa Kemerdekaan adalah anugerah dari Tuhan Yang Maha Esa untuk meraihnya melalui rangkaian perjuangan panjang. Usaha pahlawan tidak akan pernah sia-sia selama kita terus mengharumkan dan memajukan Indonesia. Ibu bangsa yang dimaksud yakni para perempuan yang mendidik, merawat generasi penerus masa depan bangsa di lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat. Ibu bangsa mempunyai tugas mulia mempersiapkan generasi yang kreatif, inovatif, unggul, memiliki wawasan kebangsaan yang militan dan berdaya saing pada revolusi *industry* 4.0. Era sekarang, ibu bangsa masa kini tidak hanya membina keluarga tapi juga berkiprah di masyarakat. *Edible Flower* merupakan jenis bunga yang dapat dimakan dalam keadaan segar. Penyajian bunga *edible* untuk dikonsumsi ada beragam jenis seperti disajikan dalam bentuk salad, hidangan tunggal, dan pula disajikan dalam bentuk hidangan pendukung makanan utama. Peserta dalam *talkshow* ini termotivasi untuk memaknai momentum Hari Ulang Tahun kemerdekaan RI ke 77 tahun. Tujuan dari *Talkshow* ini adalah untuk memberi pengetahuan kepada ibu-ibu Dharmawanita Persatuan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga agar terinspirasi membuat makanan dan minuman dari kebun sendiri serta menanam bunga yang dapat digunakan sebagai bahan makanan dan minuman, yang berfungsi sebagai penambah cita rasa, pemberi warna, *garnish*, sebagai bagian yang bisa dimakan atau dikonsumsi, maupun meningkatkan kesehatan. Setelah mengikuti kegiatan ini ibu-ibu peserta *talkshow* mengetahui beberapa resep dari bunga yang dapat dimasak di rumah, memanfaatkan bunga yang dapat tumbuh dipekarangan rumah.

Kata kunci: bunga-bangsa, bunga edible, gaya hidup sehat, pendidikan

Abstract

Looking at history that Independence is a gift from God Almighty to achieve it through a long series of struggles. The efforts of heroes will never be in vain as long as we continue to make Indonesia proud and promote Indonesia. The nation's mothers in question are women who educate, take care of the nation's future generations in the family and community environment. The mother of the nation has the noble task of preparing a generation that is creative, innovative, superior, has militant national insight and is competitive in the industrial revolution 4.0. In the current era, the mother of today's nation not only fosters a family but also takes part in society. Edible Flower is a type of flower that can be eaten fresh. There are various types of edible flowers served for consumption, such as being served in the form of a salad, a single dish, and also served in the form of a main meal supporting dish. Participants in this talk show were motivated to interpret the momentum of the 77th anniversary of the independence of the Republic of Indonesia. The purpose of this talkshow is to give knowledge to Dharma Wanita Union of the Vocational Faculty of Airlangga University to be inspired to make food and drinks from their own gardens and to plant flowers that can be used as food and drink ingredients, which function as flavor enhancers, color givers, garnishes, as part that can be eaten or consumed, as well as improve health. After participating in this activity, the mothers who participated in the talk show learned some recipes from flowers that can be cooked at home, using flowers that can grow in the yard of the house.

Keyword: national flower, edible flower, healthy lifestyle, education

Copyright (c) 2022 Umi Farichah Bascha, Nove Hidajati Anwar, Nur Emma Suriani, Dian Yulie Reindrawati

✉ Corresponding author

Address : Jl. Dharmawangsa Dalam 28-30 Surabaya

Email : umi.f.bascha@vokasi.unair.ac.id

DOI : <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i5.693>

ISSN 2721- 9224 (Media Cetak)

ISSN 2721- 9216 (Media Online)

PENDAHULUAN

Konon kata merdeka berasal dari bahasa Sanskerta maharddhika yang berarti rahib/biku atau keramat, sangat bijaksana/ alim. Pengertian tersebut sering pula dikaitkan dengan kesucian yang melekat dalam diri sang biku. Sebuah jabatan prestisius keulamaan dalam agama budha. Itu berarti ada proses otonomisasi individu, telah melepaskan diri dari belenggu yang merampas kekeramatan dan kehormatannya. Atau dengan kata lain merdeka bisa diinterpretasi sebagai realitas baru masing-masing individu atau rakyat terlepas dari segala bentuk keterkungkungan. Dalam konteks demikian, merdeka atau kemerdekaan adalah fitrah manusia dimanapun dan kapanpun. (Priyo Gatut, 2014).

Merdeka memiliki arti (1) bebas dari perhambaan dan penjajahan, (2) tidak terkena atau lepas dari tuntutan, (3) tidak terikat, tidak tergantung kepada orang atau pihak tertentu. Sedangkan kemerdekaan memiliki arti keadaan (hal) berdiri sendiri yakni bebas, lepas dan tidak terjajah lagi. Dalam arti sebuah kebebasan, yang mana kebebasan adalah hak segala bangsa.

Merdeka adalah terbebas dari segala macam belenggu, aturan, dan kekuasaan dari pihak tertentu. Merdeka merupakan sebuah rasa kebebasan bagi makhluk hidup untuk mendapatkan hak dalam berbuat sekehendaknya. Dalam sebuah negara, merdeka berarti bebas dari belenggu, kekuasaan dan aturan penjajah. Merdeka dapat dibagi menjadi dua. Pertama adalah merdeka tanpa syarat dan kedua adalah merdeka bersyarat. (Andri Andi, 2017).

“Dalam perjalanan panjang untuk mencapai Kemerdekaan Indonesia, tidak terlepas dari peran penting perempuan-perempuan Indonesia, yang berjuang mempersembahkan jiwa dan raganya, baik di garis depan maupun garis belakang pertempuran,” ujar Bintang Puspayoga selaku Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA). (Siaran Pers Nomor: B-189/Set/Rokum/MP 01/08/2020).

Perempuan dikatakan merdeka ketika ia bisa mengambil keputusan sendiri, maupun berjuang dan membebaskan diri dari berbagai kekerasan, serta bebas berpartisipasi dalam pembangunan. (Intihaulkhiyarah).

Menyadari pentingnya peran perempuan dalam pembangunan, pemerintah Indonesia membidik empat sektor utama yakni di bidang pendidikan, kesehatan, ketenagakerjaan, serta terkait pencegahan kekerasan. Di samping itu, langkah strategis disiapkan untuk mengatasi isu pemberdayaan perempuan, kesetaraan gender, sekaligus mencapai tujuan pembangunan berkelanjutan atau Sustainable Development Goals (SDG's), terutama tujuan kelima yaitu kesetaraan gender.

1. Bidang Pendidikan. Pemerintah mengimplementasikan wajib belajar 12 tahun serta menyediakan kesempatan bagi anak-anak dari keluarga miskin melalui Kartu Indonesia Pintar dan Program Keluarga Harapan.
2. Bidang Kesehatan, Indonesia fokus untuk memperbaiki akses dan kualitas pelayanan kesehatan untuk ibu, anak, dan remaja, mengakselerasi usaha perbaikan nutrisi,

mengintegrasikan kesehatan reproduksi ke dalam kurikulum pendidikan, mendorong pengetahuan dan keterampilan berkeluarga, serta memperbaiki akses dan kualitas keluarga berencana.

3. Bidang ketenagakerjaan, pemerintah fokus untuk memperluas kesempatan kerja, mendorong fleksibilitas pasar tenaga kerja, menyesuaikan gaji dengan mekanisme pasar, memperbaiki keterampilan dan kapasitas tenaga kerja dengan pelatihan untuk perempuan, dan menguatkan implementasi kebijakan tenaga kerja yang mengakomodasi kesetaraan gender.

4. Terkait pencegahan kekerasan. Indonesia menargetkan peningkatan pemahaman atas definisi kekerasan dan penyelundupan perempuan, menyediakan perlindungan hukum bagi kasus kekerasan terhadap perempuan, dan meningkatkan efektivitas pelayanan bagi penyintas anak dan perempuan. (<https://www.kemenkopmk.go.id>).

Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA), Bintang Puspayoga menegaskan bahwa perempuan harus diberikan kesempatan untuk berperan aktif dan menyalurkan potensinya dalam kerja nyata pada setiap sektor pembangunan demi mewujudkan perempuan Indonesia lebih berdaya.

“Memberikan kesempatan bagi perempuan untuk dapat berpartisipasi aktif, menyuarakan pendapatnya, dan memilih profesinya sendiri merupakan perwujudan dukungan bagi para perempuan sebagai Ibu Bangsa,” ujar Menteri PPPA, Bintang Puspayoga.

Mendorong perempuan aktif berperan dan mewujudkan potensinya menurut Menteri Bintang sangat lah penting. Di samping perannya sebagai tiang bangsa, perempuan memiliki potensi besar dan terbukti dapat diandalkan untuk mendukung kemajuan bangsa. “Perempuan adalah tiang bangsa. Dimulai dari keluarga, perempuan mayoritas berperan sebagai manajer keluarga. Di sektor ekonomi, perempuan adalah setengah dari potensi sumber daya manusia. Pada sektor sosial, perempuan memiliki sensitivitas dan potensi yang luar biasa dalam menanggulangi berbagai masalah sosial seperti konflik atau bencana. Begitu juga pada sektor politik, keterwakilan perempuan berarti mengedepankan pengambilan keputusan yang inklusif dan setara,” jelas Menteri Bintang. (<https://www.kemenpppa.go.id>).

Penggunaan kata bunga bangsa biasanya ditujukan pada hal-hal tertentu. Ungkapan bunga bangsa didasari hal-hal yang melekat pada sosok pahlawan bangsa dengan sifat juang yang tinggi. Istilah Bunga bangsa digunakan untuk individu yang mempunyai karakter pantang menyerah dalam menghadapi musuh, tidak kenal takut dalam bahayanya berperang, berjuang demi kepentingan bangsa tanpa pamrih, serta senantiasa mengedepankan kepentingan orang lain dan negara dibanding kepentingan sendiri. Bunga bangsa dapat digambarkan pada sosok-sosok yang berjuang mempertahankan negara serta mengharumkan nama baik tanah airnya.

Bunga secara tradisional telah digunakan dalam berbagai jenis masakan: Eropa, Asia, India Timur, Inggris Victoria, dan Timur Tengah.

Pemukim Amerika awal juga menggunakan bunga sebagai makanan. Saat ini, ada minat baru pada bunga yang dapat dimakan karena rasa, warna, dan aromanya. Banyak bunga herbal memiliki rasa yang sama dengan daunnya, meskipun yang lain, seperti bunga chamomile dan lavender, memiliki rasa yang lebih halus. (Cyndi Lauderdale & Lucy Bradley).

Pemandangan ladang berbunga atau sensasi menerima buket bunga yang indah selalu menjadi sensasi yang menyenangkan. Kenikmatan ini juga dapat dirasakan dalam makanan saat anda memakan *edible flower (EF)* dalam salad atau hidangan yang dihias dengannya atau saat anda mencium aromanya pada minuman atau makanan yang digunakan sebagai bahannya. (Simone & Isabel, 2021).

Beberapa kegunaan bunga *edible* diantaranya untuk menghias makanan/hidangan dan dikonsumsi secara langsung, digunakan dalam pembuatan koktail, manisan, bunga kering digunakan dalam pembuatan sirup, jelli, saus, teh, minyak dan minuman penutup. Bunga *edible* merupakan pewarna alami yang memiliki efek kesehatan dan bersifat sebagai antioksidan karena mengandung senyawa fenolik, asam galat, antosianin, flavonoid dan karotenoid. Bunga *edible* seperti rosella juga terbukti memiliki sifat antimikroba dan dapat meningkatkan sistem imun.

Penggunaan bunga sebagai makanan bukanlah hal baru dan didasarkan pada fakta bahwa bunga telah digunakan selama ribuan tahun di seluruh dunia, dalam pengobatan alami dan makanan (Rop et al., 2012; Kaisoon et al., 2012;

Deka dan Nath, 2014; Mulik dan Ozuna, 2020). Peradaban kunolah yang, ketika mencoba bunga sebagai makanan, mengidentifikasi mereka yang "dapat dimakan" dan "tidak dapat dimakan" dan banyak spesies, kemudian, ditahbiskan oleh tradisi yang diturunkan dari generasi ke generasi. Saat ini diketahui bahwa jumlah alkaloid (zat kimia yang bertanggung jawab untuk sistem pertahanan tanaman) yang memisahkan kedua kategori tanaman ini (Nicolau dan Gostin, 2016). (Simone & Isabell, 2021).

Bunga yang dapat dimakan dapat digunakan dalam olahan kuliner dengan tujuan untuk memperbaiki warna, rasa, tekstur dan aroma; selain menyediakan senyawa bioaktif penting seperti antioksidan, relevan untuk menetralkan radikal bebas yang bertanggung jawab atas stres oksidatif sel, mencegah penyakit kronis, seperti kanker. Meskipun menjadi faktor yang berpengaruh positif terhadap konsumsi, tumbuhan yang dapat dimakan masih sedikit diketahui dan dikonsumsi oleh penduduk. Seperti halnya bahan-bahan lain, bunga yang dapat dimakan membutuhkan perawatan sanitasi, manipulasi dan konservasi yang memastikan kualitas nutrisi dan biologisnya (Natália K. Simoni, dkk).

Hal yang menarik perhatian dari mengkonsumsi bunga *edible* adalah untuk mengambil manfaat kesehatan. Di negara Asia seperti China dan India, bunga *edible* dikonsumsi tidak hanya sebagai makanan namun sebagai pengobatan herbal untuk menyembuhkan penyakit (Choiriyah, 2020).

Tema *talk show* pertama ini untuk memotivasi para anggota Dharmawanita Persatuan Fakultas Vokasi untuk memaknai momentum Hari Ulang Tahun kemerdekaan RI ke 77 tahun. Dan juga bertujuan untuk memberikan inspirasi membuat makanan dan minuman dari kebun sendiri dan memberi rangsangan menanam bunga yang dapat digunakan sebagai bahan makanan dan minuman yang berfungsi sebagai penambah cita rasa, pemberi warna, *garnish*, sebagai bagian yang bisa dimakan atau dikonsumsi, maupun meningkatkan kesehatan.

METODE

Pengabdian masyarakat ini menggunakan pendekatan sosial masyarakat melalui *talkshow* untuk para peserta dharmawanita dan juga para dosen yang berpartisipasi didalamnya. Dan juga melalui beragam perlombaan untuk membantu memberikan edukasi seputar peran dharmawanita sebagai perempuan dan ibu bangsa dalam turut berperan mempersiapkan bunga bangsa untuk mendukung Gerakan "Pulih lebih cepat bangkit lebih kuat".

Talkshow ini diikuti oleh 20 orang. Pada acara tersebut diisi tiga acara yaitu: Pertama talkshow berjudul "Peran Anggota Dharmawanita Sebagai Perempuan dan Ibu Bangsa Dalam Turut Mempersiapkan Bunga Bangsa untuk Mendukung Gerakan Pulih Lebih Cepat, Bangkit Lebih Kuat" oleh ibu Dr. Nove Hidajati, M.Kes, drh. Tema talk show pertama ini untuk memotivasi para anggota Dharmawanita Persatuan Fakultas Vokasi untuk

memaknai momentum Hari Ulang Tahun kemerdekaan RI ke 77 tahun.

Kedua diisi oleh Anggota Dharma Wanita Program Studi Management Perhotelan, berjudul "Makanan dan Minuman Sehat dari Bunga yang Tumbuh di Pekarangan", oleh ibu Umi Farichah Bascha, SE, MM. Acara yang kedua ini bertujuan untuk memberikan inspirasi membuat makanan dan minuman dari kebun sendiri dan memberi rangsangan menanam bunga yang dapat digunakan sebagai bahan makanan dan minuman, yang berfungsi sebagai penambah cita rasa, pemberi warna, *garnish*, sebagai bagian yang bisa dimakan atau dikonsumsi, maupun meningkatkan kesehatan.

Ketiga adalah lomba resep makanan dan minuman dari bahan bunga. Lomba ini untuk menampilkan kreativitas dan inovasi para anggota Dharmawanita Persatuan Universitas Airlangga dalam mengolah makanan dan minum yang dapat memberi inspirasi masyarakat. Metode pengukuran evaluasi dari talk show ini adalah input jumlah pengumpulan lomba kreasi resep makanan dan minuman berbahan bunga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam rangka memperingati hari kemerdekaan ke 77 tahun, dharmawanita persatuan Fakultas Vokasi Universitas Airlangga menyelenggarakan acara yang bertema "Peran Anggota Dharmawanita Sebagai Perempuan dan Ibu Bangsa Dalam Turut Mempersiapkan Bunga Bangsa untuk Mendukung "Gerakan Pulih Lebih Cepat Bangkit Lebih Kuat". Dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 31 Agustus 2022, pukul 14.00 -

selesai. *Talkshow* ini diikuti oleh 20 orang. Pada acara tersebut diisi tiga acara yaitu: Pertama *talkshow* berjudul "Peran Anggota Dharmawanita Sebagai Perempuan dan Ibu Bangsa Dalam Turut Mempersiapkan Bunga Bangsa untuk Mendukung Gerakan Pulih Lebih Cepat, Bangkit Lebih Kuat" oleh ibu Dr. Nove Hidajati, M.Kes, drh. Beliau menjelaskan cara memaknai momentum 77 Tahun Kemerdekaan RI, ada tiga cara, yaitu: Perempuan sebagai Ibu Bangsa, Mempersiapkan Bunga Bangsa sebagai penerus masa depan Bangsa Indonesia, Kegiatan Dharmawanita Persatuan FV dalam mendukung Gerakan "Pulih lebih Cepat, Bangkit Lebih Baik".

Maka, harga pahlawan yang telah berjuang untuk kemerdekaan Indonesia dengan mengisi kemerdekaan ini dengan semangat turut berpartisipasi dalam mewujudkan visi, misi serta membantu mencapai target telah ditetapkan pemerintah untuk menggapai cita-cita bangsa sesuai dengan tujuan negara Indonesia. Makna Ibu Bangsa dijelaskan bahwa para perempuan yang mendidik, merawat generasi penerus masa depan bangsa di lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat (*Affordable education*).

Kiprah perempuan dan Ibu Bangsa sebelum kemerdekaan, dimana cita – cita para pejuang perempuan tentang Ibu Bangsa dicetuskan setelah sumpah pemuda yaitu sejak 1935 atau 10 tahun sebelum Indonesia merdeka. *Spirit* perempuan di Indonesia tidak cuma gigih dalam menyuarkan hak-haknya, tetapi juga berani turun ke medan perang untuk memperjuangkan kemerdekaan bangsa. Kaum perempuan bukan unsur pasif dalam

gelombang revolusi nasional, melainkan justru memainkan peran strategis.



Gambar 1: Cuplikan Presentasi Bu Nove

Tugas perempuan sebagai Ibu Bangsa masa kini, dijelaskan oleh Bapak Presiden Joko Widodo yang berpesan untuk para perempuan di Indonesia, dalam acara pembukaan *General Assembly International Council of Women* ke – 35 di Yogyakarta, "Menjadi Ibu Bangsa adalah tanggung jawab perempuan Indonesia". Ibu Bangsa mempunyai tugas mulia mempersiapkan generasi yang kreatif, inovatif, unggul, memiliki wawasan kebangsaan yang militan dan berdaya saing pada revolusi *industry* 4.0. Era sekarang, ibu bangsa masa kini tidak hanya membina keluarga tapi juga berkiprah di masyarakat.

Penggunaan kata bunga bangsa biasanya ditujukan pada hal-hal tertentu. Ungkapan bunga bangsa didasari hal-hal yang melekat pada sosok pahlawan bangsa dengan sifat juang yang tinggi. Istilah Bunga bangsa digunakan untuk individu yang mempunyai karakter pantang menyerah dalam menghadapi musuh, tidak kenal takut dalam bahayanya berperang, berjuang demi kepentingan

bangsa tanpa pamrih, serta senantiasa mengedepankan kepentingan orang lain dan negara dibanding kepentingan sendiri. Bunga bangsa dapat digambarkan pada sosok-sosok yang berjuang mempertahankan negara serta mengharumkan nama baik tanah airnya. Anak Bangsa pada tahun 2045, sebagai penerus masa depan bangsa. Hasil analisis ahli ekonomi bangsa Indonesia akan mendapat bonus demografi (usia 15-64 produktif berlimpah) sebagai modal Indonesia tahun 2045. Anak bangsa adalah aset negara yang sangat perlu dipersiapkan untuk menjadi bunga bangsa. Anak bangsa sebagai generasi penerus diharapkan mempunyai karakter kreatif, inovatif, berdaya saing, berdaya juang tinggi, pantang menyerah, unggul dan memiliki wawasan kebangsaan yang militan.

Peran ibu bangsa dalam meningkatkan pergerakan perempuan Indonesia untuk melaksanakan kewajiban sebagai ibu bangsa, dengan proaktif mendidik dan merawat generasi penerus bangsa yang tidak melupakan akar sejarahnya dalam menumbuhkan nasionalisme sebagai bangsa Indonesia di tengah globalisasi dengan kemajuan teknologi 4.0 yang sangat deras.

Tugas perempuan sebagai Ibu Bangsa yaitu menjadi inspirator maupun pendidik, perawat yang akan menghasilkan bunga-bunga bangsa, dan sehubungan dengan hal tersebut anggota DWP FV sebagai perempuan harus menambah wawasan melalui berbagai kegiatan DWP yang mendukung target pembangunan berkelanjutan SDGs guna mewujudkan cita-cita bangsa serta tujuan negara. Tema *talk show* pertama ini untuk memotivasi para

anggota Dharmawanita Persatuan Fakultas Vokasi untuk memaknai momentum Hari Ulang Tahun kemerdekaan RI ke 77 tahun. Para peserta *talkshow* antusias dan juga bertambah wawasan mengenai kemerdekaan terutama kemerdekaan untuk para perempuan, dimana seorang perempuan di era kemerdekaan sekarang bisa melakukan segala hal yang ingin dilakukannya tanpa harus memandang gender. Dan peranan perempuan di situasi sekarang memiliki peranan yang sama pentingnya dalam membangun dan mendidik penerus bangsa Indonesia.

Materi kedua diisi oleh Anggota Dharma Wanita Program Studi Manajemen Perhotelan, berjudul "Makanan dan Minuman Sehat dari Bunga yang Tumbuh di Pekarangan", oleh ibu Umi Farichah Bascha, SE, MM. *Edible Flower* merupakan jenis bunga yang dapat dimakan dalam keadaan segar. Penyajian bunga *edible* untuk dikonsumsi ada beragam jenis seperti disajikan dalam bentuk salad, hidangan tunggal, dan pula disajikan dalam bentuk hidangan pendukung makanan utama. (Fernandes *et al.*, 2017). Penggunaan *edible flowers* dalam masakan sudah ada sejak zaman kuno, tetapi belakangan ini semakin sukses di kalangan konsumen, semakin memperhatikan makanan sehat dan berkualitas tinggi, tanpa mengabaikan rasa, rasa, dan daya tarik visual (Drava, Iobbi, Govaerts, Minganti, Copetta, Ruffoni, & Bisio, 2020). *Edible flowers* telah dikonsumsi secara tradisional dalam berbagai budaya (Fernandes, Casal, Pereira, Saraiva, dan Ramalhosa, 2017).

Di Indonesia, menurut Prabawati (2018) makanan nusantara sudah lazim menggunakan bunga sebagai bahan bakunya. Di banyak daerah bahkan makanan berbahan bunga sangat populer dan umum disantap, contohnya seperti tumis bunga pepaya, sambal honje atau bunga kecombrang, pecel kembang turi, sayur besan khas Betawi yang mana menggunakan bunga terubuk, dan masih banyak masakan lainnya yang memanfaatkan bunga yang ada di sekitar rumah tinggal atau kebunnya (Suwandi Ricky, dkk).

Pemateri juga menjelaskan berbagai macam bunga yang bisa di konsumsi dan banyak dijumpai di pekarangan rumah. Serta menjelaskan khasiat makanan dan minuman yang berbahan dasar bunga. Kemudian memberikan contoh beberapa macam bunga yang bisa di konsumsi dan dijadikan makanan maupun minuman yang kaya akan manfaat untuk tubuh, sebagai berikut:

1. Bunga Telang

Butterfly pea atau yang biasa dikenal dengan bunga telang dapat membantu meningkatkan asetilkolin yang baik untuk kesehatan otak, daya pikir, dan daya ingat. Kandungan zat aktif dalam bunga telang dapat berfungsi sebagai anti-peradangan pada luka, mencegah hipertensi, diabetes, dan baik untuk kesehatan mata.

Asam linoleat dan asam palmitat dalam bunga telang dapat menurunkan gejala mental disorder. Kandungan antioksidannya juga dapat menurunkan resiko kanker dan penyakit jantung serta dapat mencegah penuaan dini dan kerutan pada kulit (yoursay.suara.com).

2. Bunga Rosella

Bunga rosella banyak mengandung senyawa bioaktif yang baik untuk tubuh, zat aktif dalam bunga rosella juga berfungsi untuk menghambat penyerapan asam lemak jenuh serta menurunkan kadar trigliserida dan kolesterol jahat (LDL) dalam tubuh.

Selain itu, rosella juga bermanfaat untuk menjaga kadar gula darah tetap stabil, menurunkan kadar kolesterol total, serta meningkatkan kadar kolesterol baik (HDL). Teh bunga rosella juga bermanfaat untuk menurunkan kadar gula darah, menurunkan lemak dalam darah, sebagai sumber antioksidan yang baik, baik untuk kesehatan hati, cocok untuk diet, dan membantu program diet yang sedang dijalankan (yoursay.suara.com).

3. Bunga mawar

Bunga Mawar mengandung antioksidan yang sangat tinggi, antioksidan pada bunga mawar dapat berfungsi sebagai penangkal radikal bebas yang dapat memicu kerusakan sel. Rutin mengonsumsi teh bunga mawar juga dapat memicu detoksifikasi tubuh, baik untuk kecantikan, berfungsi sebagai antikanker, antiinflamasi, dan analgesik yang dapat menurunkan nyeri haid (yoursay.suara.com).

Bunga mawar diketahui memiliki efek antidiabetes. Aktivitas aspartate transaminase menjadi rendah pada kelompok tikus diabetes induksi streptozotocin ketika diberi perlakuan dengan ekstrak bunga mawar merah. Pasien diabetes biasanya memiliki aktivitas aspartate transaminase yang tinggi. Ekstrak bunga mawar juga mampu memperbaiki kerusakan hati pada tikus diabetes (Ju et al., 2014). (Choiriyah, 2021).

4. Bunga Melati

Jasmine atau yang biasa disebut dengan bunga melati memiliki senyawa antioksidan yang tinggi dan berfungsi sangat baik untuk kesehatan. Bunga melati dapat membantu metabolisme tubuh, dan membantu pembakaran lemak. Kandungan polifenol dalam bunga melati dapat menurunkan kolesterol jahat, serta menurunkan resiko diabetes dengan memaksimalkan rangsangan peran insulin.

Teh bunga melati ini banyak dikonsumsi tidak hanya karena banyak kandungan bioaktif yang bermanfaat bagi tubuh namun aroma wangi seduhan teh bunga melati dapat merangsang perasaan tenang (yoursay.suara.com).

5. Bunga Chamomile

Bunga chamomile diketahui banyak mengandung senyawa *flavonoid apigenin* yang berfungsi sebagai relaksasi dan menurunkan hormon kortisol yang memicu stress. Bunga chamomile dapat menimbulkan efek sedatif, berupa turunnya kecemasan, rasa kantuk, meningkatkan kualitas tidur, dan relaksasi otot.

Bunga chamomile juga diketahui dapat bermanfaat dalam mengatasi migrain dan rasa nyeri, gangguan pencernaan, antiinflamasi, dan menjaga imunitas tubuh. (yoursay.suara.com).

6. Bunga Sepatu

Bunga sepatu (*Hibiscus rosa-sinensis L.*) memiliki berbagai macam variasi warna yaitu merah, pink, putih dan kuning. Bunga sepatu dapat dimakan mentah dan sebagai pangan olahan.

Pangan olahan dari bunga sepatu seperti pikel dan jus. Buah sepatu juga biasa digunakan sebagai pewarna alami. Sebagai obat-obatan, jus bunga

sepatu segar digunakan untuk penyakit *Gonorrhoea* serta infus water bunga sepatu digunakan untuk penyegar pada orang yang menderita demam (Pillai & Mini, 2016). (Choiriyah, 2021).

7. Bunga Turi

Bunga turi (*Sesbania grandiflora*) memiliki karakteristik panjang 7-9 cm, berwarna putih, pink hingga merah, rasa tajam, pahit dan sepat. Bunga turi dapat digunakan sebagai analgetik, antipiretik, antikanker, pelembut kulit, pencahar dan penyejuk kulit, antidepresan, obat pusing, katarak, dan buta senja (Choiriyah, 2021).

Penelitian yang lainnya (Radhika et al., 2014) juga menunjukkan bahwa ekstrak bunga turi mampu menurunkan glukosa plasma, serum insulin, glikogen hati dan hemoglobin glikosilasi dan marker enzim serum ALT, ALP dan AST pada tikus diabetes induksi aloksan dengan dosis pemberian 150mg/kg berat badan.

8. Bunga Krisan

Bunga kenanga (*Cananga odorata*) merupakan tanaman asli dari Asia Tenggara. Bunga kenanga terkenal akan kandungan minyak atsirinya. Minyak atsiri adalah senyawa alami, kompleks, dan mudah menguap yang menunjukkan aroma khas yang diproduksi oleh tanaman aromatik sebagai metabolit sekunder. Minyak atsiri bunga kenanga mengandung hidrokarbon monoterpen, hidrokarbon seskuiterpen, seskuiterpen yang mengandung oksigen, benzenoid, asetat, benzoat, dan fenol (Tan et al., 2015). Antioksidan dominan yang terdapat pada bunga kenanga yaitu sinamaldehyd (Juliastuti et al., 2017). Juliastuti et

al., (2017) melaporkan bahwa bunga kenanga dapat memperbaiki sel endotelial pada pembuluh darah yang diuji cobakan pada hewan tikus yang menopause. Hal ini berkaitan dengan mekanisme perlindungan antioksidan yang terdapat pada bunga kenanga. Dalam penelitian itu berarti bahwa bunga kenanga memicu remodeling atau perbaikan pada vaskular dan ginjal pada usia menopause. (Choiriyah, 2021).



Gambar 2. Dokumentasi peserta offline

Sesi yang kedua ini bertujuan untuk memberikan inspirasi membuat makanan dan minuman dari kebun sendiri dan memberi rangsangan menanam bunga yang dapat digunakan sebagai bahan makanan dan minuman, yang berfungsi sebagai penambah cita rasa, pemberi warna, *garnish*, sebagai bagian yang bisa dimakan atau dikonsumsi, maupun meningkatkan kesehatan dan para peserta merasa terbantu dengan diadakannya talkshow kali ini, dimana para peserta bisa mengetahui macam – macam tanaman yang bisa ditanam sendiri dan dijadikan bahan makanan serta minuman yang bermanfaat untuk tubuh.

Sesi ketiga adalah lomba resep makanan dan minuman dari bahan bunga. Setelah pemberian

materi mengenai makanan dan minuman berbahan dasar bunga yang di sekitar pekarangan rumah. Para peserta diwajibkan untuk mengumpulkan beberapa resep makanan dan minuman berbahan dasar bunga. Lomba ini untuk menampilkan kreativitas dan inovasi para anggota Dharmawanita Persatuan Universitas Airlangga dalam mengolah makanan dan minum yang dapat memberi inspirasi masyarakat. Para peserta merasa tertantang untuk mengikuti lomba tersebut. Sehingga para peserta berlomba – lomba untuk membuat resep makanan dan minuman semenarik mungkin. Dan juga para peserta bisa mengasah kreatifitas melalui perlombaan ini.

SIMPULAN

Peran ibu bangsa dalam meningkatkan pergerakan perempuan Indonesia untuk melaksanakan kewajiban sebagai ibu bangsa, dengan proaktif mendidik dan merawat generasi penerus bangsa yang tidak melupakan akar sejarahnya dalam menumbuhkan nasionalisme sebagai bangsa Indonesia di tengah globalisasi dengan kemajuan teknologi 4.0 yang sangat deras.

Tugas perempuan sebagai Ibu Bangsa yaitu menjadi inspirator maupun pendidik, perawat yang akan menghasilkan bunga-bunga bangsa, dan sehubungan dengan hal tersebut anggota DWP FV sebagai perempuan harus menambah wawasan melalui berbagai kegiatan DWP yang mendukung target pembangunan berkelanjutan SDGs guna mewujudkan cita-cita bangsa serta tujuan negara dan untuk *economic growth*. Selain itu, *Talk show* ini juga bertujuan untuk memberikan inspirasi

membuat makanan dan minuman dari kebun sendiri dan memberi rangsangan menanam bunga yang dapat digunakan sebagai bahan makanan dan minuman, yang berfungsi sebagai penambah cita rasa, pemberi warna, *garnish*, sebagai bagian yang bisa dimakan atau dikonsumsi, maupun meningkatkan Kesehatan dan juga untuk meningkatkan *food producer*.

Serta untuk menampilkan kreativitas dan inovasi para anggota Dharmawanita Persatuan Universitas Airlangga dalam mengolah makanan dan minum yang dapat memberi inspirasi masyarakat serta untuk meningkatkan *healty for life*. Selain memotivasi anggota DWP FV pada kegiatan ini juga turut mendukung pencapaian SDGS, yaitu: SDGs no 2 *Zero hunger*, yang akan dicapai perbaikan kualitas nutrisi dan program ketahanan pangan. SDGs no 3 kehidupan sehat dan sejahtera, yang akan dicapai gaya hidup sehat dengan mengkonsumsi bahan makanan dari kebun sendiri yang mendukung kesejahteraan, keamanan, kualitas pangan. SDGs no 4 Pendidikan berkualitas melalui kegiatan pendidikan untuk peningkatan wawasan kebangsaan yang bertujuan menumbuhkan rasa nasionalisme agar dapat memaknai kemerdekaan, semangat maupun inspirasi untuk mengisi kemerdekaan dengan karya kreatif, inovatif.

DAFTAR PUSTAKA

Andri, Andi. 2017. Kemerdekaan Dan Kedaulatan Rakyat Dalam Perspektif Mohammad Hatta Dan Islam. *Manthiq* Vol. 2, No. 2, November 2017

Choiriyah, Nurul A. 2020. Artikel Review Kandungan Antioksidan Pada Berbagai Bunga Edible Di Indonesia. (Diakses, <https://Journal.Univetbantara.Ac.Id/Index.Php/Agrisaintifika/Article/View/892>)

Intihaukhiiyarah. 2022. Perempuan Dibalik Kemerdekaan. (Diakses, <https://Iaitabah.Ac.Id/Perempuan-Dibalik-Kemerdekaan>)

Izabel, Cristina Dos Santos & Simone Novaes Reis. 2021. Edible Flowers: Traditional And Current Use.

Khairunisa, Siti. 2022. 8 Edible Flowers Indonesia, Teh Seduh Dari Bunga Yang Kaya Akan Manfaat. *Yoursay.Id*. (Diakses, <https://Yoursay.Suara.Com/Health/2022/02/11/102258/8-Edible-Flowers-Indonesia-Teh-Seduh-Dari-Bunga-Yang-Kaya-Akan-Manfaat.>)

Lauderdale, Cyndi, Bradley Lucy. Nc Cooperative Extension. 2020. Choosing And Using Edible Flowers Enjoy The Flavor, Color, And Texture That Flowers Can Bring To Food. (Diakses, <https://Gardening.Ces.Ncsu.Edu/2020/03/Choosing-And-Using-Edible-Flowers/>)

Natália K. Simoni, Dkk. 2018. The Use Of Edible Flowers In Human Food: Sensory Analysis Of Preparations. *International Journal Of Food Engineering* Vol. 4, No. 2, June 2018

Optimalisasi Peran Perempuan Dalam Pembangunan. 2019. Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia Dan Kebudayaan. (Diakses, <https://Www.Kemendikbud.Pk.Go.Id/Optimalisasi-Peran-Perempuan-Dalam-Pembangunan>)

Priowidodo, Gatut. 2014. *Hakekat Kemerdekaan*. Edisi 75 (112) Agustus 2014

Publikasi Dan Media Kementerian Pemberdayaan Perempuan Dan Perlindungan Anak. 2020. Perempuan Setara, Perempuan Merdeka <https://Kemenpppa.Go.Id/Index.Php/Page/Read/29/2820/Perempuan-Setara-Perempuan-Merdeka>

Suwandi, Ricky Pratama, Dkk. 2014. Kesadaran Mahasiswa Terhadap Penggunaan Edible Flowers Sebagai Garnish Dalam Penyajian Makanan (Studi Kasus: Mahasiswa Pengolah

- 936 *Peran Anggota Dharmawanita sebagai Perempuan dan Ibu Bangsa dalam Turut Mempersiapkan Bunga Bangsa untuk Mendukung "Gerakan Pulih Lebih Cepat Bangkit Lebih Kuat" – Umi Farichah Bascha, Nove Hidajati Anwar, Nur Emma Suriani, Dian Yulie Reindrawati*
DOI: <https://doi.org/10.31004/abdidas.v3i5.693>

Makanan Pada Program Studi Pariwisata Universitas Pendidikan Indonesia Dan Stp Bandung). *The Journal Gastronomy Tourism* Volume 1 Nomor 2, Desember 2014, Page 125-137.