

**LITERATURE REVIEW : POTENSI BUNGA TELANG TELANG (*Clitoria ternatea* L.) TERHADAP DISLIPIDEMIA**

Tri Yanuarto<sup>1</sup>, Difa Anastasya Dwi Saputri<sup>2</sup>, Herlina<sup>3</sup>  
<sup>123</sup>Sekolah Tinggi Kesehatan Al-Fatah Bengkulu  
<sup>1</sup>yanuartiga@gmail.com

**ABSTRAK**

Dislipidemia didefinisikan sebagai kelainan metabolisme lipid yang ditandai dengan peningkatan atau penurunan kadar lipid dalam darah yang abnormal. Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) menjadi salah satu terapi alternatif terhadap dyslipidemia. Tujuan penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk menelusuri potensi efektivitas bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) terhadap dislipidemia sebagai terapi pendamping berbahan alam. Metode: menggunakan pendekatan komparatif dengan menghimpun berbagai sumber dari literatur yang diakses melalui platform seperti Google Scholar, pubmed, ResearchGate, yang dipublikasikan dalam rentang waktu lima tahun terakhir (2020-2025) dan membahas efektifitas bunga telang terhadap dyslipidemia. Hasil: berdasarkan penelusuran delapan literatur menunjukkan bahwa bunga telang berpengaruh terhadap dislipidemia dengan menurunkan kadar kolesterol total, kolesterol LDL dan atau trigliserid (TG), serta menaikkan kadar kolesterol HDL. Bunga telang dapat digunakan sebagai terapi alternatif dislipidemia yang memiliki potensi menghambat enzim lipase untuk mengurangi penyerapan lemak, menekan lipogenesis, serta menghambat jalur HMG-CoA reductase dalam sintesis kolesterol, sehingga menurunkan kadar kolesterol total, trigliserida, LDL, dan menaikkan HDL. Kesimpulan: bunga telang berpotensi mengatasi dislipidemia dengan menurunkan kadar kolesterol total, LDL, serta trigliserida, sekaligus meningkatkan kadar HDL. Direkomendasikan pengembangan produk guna untuk mempermudah pengaplikasi klinis sehari-hari.

**Kata Kunci:** Potensi, Bunga telang, Dislipidemia.

**PENDAHULUAN**

Tanaman telang (*Clitoria ternate* L) memiliki kandungan bioaktif seperti senyawa flavonol glikosida, flavonol, flavon, alkaloid asam fenolat, antosianin, terpenoid dan, serta senyawa peptide yang bisa berpotensi sebagai antioksidan, antiobesitas, antidiabetes, antikanker, antibiotik, dan antiinflamasi. Penelitian (Yanuarto dkk, 2025) bahwa sari bunga telang dalam bentuk serbuk dengan penambahan asam ttrat mempunyai kadar total antosianin 0,70 mg/L. Dan berdasarkan pengujian yang telah di

lakukan, antosianin yang terkandung dalam bunga telang mampu meningkatkan kadar HDL serta menurunkan kadar LDL pada pasien dyslipidemia (Irawan dkk, 2023).

Dislipidemia sering dikaitkan dengan berbagai perubahan pada metabolisme lemak yang dapat memengaruhi keseimbangan lipid dalam tubuh. Gangguan metabolisme lemak yang ditandai oleh naik atau turunnya kadar berbagai fraksi lipid dalam plasma menjadi salah satu ciri penting kondisi ini. Ketidakseimbangan tersebut dapat

meningkatkan risiko masalah kardiometabolik dan memperburuk kondisi kesehatan secara keseluruhan. Pada akhirnya, dislipidemia ditandai dengan peningkatan kadar kolesterol total, low-density lipoprotein (LDL), trigliserida, atau penurunan high-density lipoprotein (HDL) dalam darah. Klasifikasi kadar lipid plasma digunakan untuk menilai risiko dislipidemia dan penyakit kardiovaskular berdasarkan nilai kolesterol total, LDL, HDL, dan trigliserida (Aman dkk, 2021).

Kolesterol total dinyatakan baik apabila berada di bawah 200 mg/dl, dan  $\geq 240$  mg/dl dianggap tinggi. Pada kolesterol LDL, kategori optimal berada di bawah 100 mg/dl, tinggi pada 160–189 mg/dl, dan sangat tinggi jika mencapai  $\geq 190$  mg/dl. Sementara itu, kolesterol HDL dinilai rendah apabila kurang dari 40 mg/dl dan dianggap protektif atau tinggi jika mencapai  $\geq 60$  mg/dl. Untuk trigliserida, nilai  $< 150$  mg/dl termasuk normal, 150–199 mg/dl tergolong borderline, 200–499 mg/dl termasuk tinggi, dan  $\geq 500$  mg/dl diklasifikasikan sebagai sangat tinggi. Klasifikasi ini penting untuk menilai status lipid individu serta sebagai dasar dalam menentukan strategi pencegahan maupun penatalaksanaan dyslipidemia (Aman dkk, 2021).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh (Irawan *et al.*, 2023), rata-

rata kadar kolesterol total responden sebelum mengonsumsi teh bunga telang (*Clitoria ternatea*) tercatat sebesar  $258,06 \pm 47,093$  mg/dL, sedangkan setelah pemberian teh tersebut menurun menjadi  $245,13 \pm 42,746$  mg/dL. Dan pada penelitian (Arifah *et al.*, 2022) pemberian ekstrak bunga telang (*Clitoria ternatea* L) dengan dosis 400 mg/kgBB hewan uji, efeknya sebanding dengan kontrol positif (simvastatin), menunjukkan bahwa ekstrak bunga telang mampu menurunkan kadar LDL.

Selain berdampak pada kualitas hidup, dislipidemia juga menjadi beban ekonomi yang signifikan bagi sistem pelayanan kesehatan, sehingga penanganannya membutuhkan pendekatan tepat dan berkelanjutan. Berdasarkan uraian tersebut, diperlukan telaah ilmiah yang komprehensif untuk memahami sejauh mana efektivitas bunga telang dalam mengatasi gangguan profil lipid. Oleh karena itu, studi tinjauan pustaka ini disusun untuk mengidentifikasi, mengkaji, dan mengevaluasi potensi tanaman telang (*Clitoria ternatea* L.) sebagai agen yang berpengaruh terhadap kondisi dislipidemia, sehingga dapat memberikan gambaran ilmiah yang lebih jelas mengenai manfaatnya dalam upaya pencegahan maupun penatalaksanaan dislipidemia. Hal ini didukung dari penelitian (Kuswandari *et al.*, 2022) bahwa

kandungan flavonoid, antosianin dan polifenol dalam bunga telang berperan sebagai antioksidan yang dapat mengurangi oksidasi lipid.

**METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam tinjauan ini merupakan pendekatan komparatif dengan menghimpun berbagai sumber dari literatur ilmiah yang diakses melalui platform seperti Google Scholar, pudmed, ResearchGate, dan sumber daring lainnya yang dipublikasikan dalam rentang waktu lima tahun terakhir yang telah bereputasi maupun terakreditasi

Penelitian ini menggunakan desain kualitatif berbasis studi pustaka (*library*

*research*), di mana buku, artikel ilmiah, serta literatur relevan lainnya menjadi sumber parameter utama. Studi literature kualitatif ini menempatkan temuan-temuan penelitian sebelumnya dalam konteks pengetahuan terbaru, tanpa bermaksud melakukan verifikasi mendalam terhadap penelitian terdahulu, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran komprehensif mengenai potensi tanaman telang (*Clitoria ternatea L.*) terhadap dislipidemia.

Penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental yang dilakukan di Sekolah Tinggi Kesehatan Al-Fatah Bengkulu.

**HASIL**

**Tabel I. Hasil Perlakuan Bunga Telang (*Clitoria ternatea L.*) Terhadap Dislipidemia**

No	Judul	Metode	Hasil			
			Kolesterol	Trigliserida	LDL	HDL
1.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang Terhadap Kadar HDL	30 ekor tikus jantan galur wistar				Sebelum 26.05 mg/dl Sesudah 79.83 mg/dl
2.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea L.</i> ) Terhadap Kadar LDL	30 ekor tikus			Sebelum 78.20 mg/dl Sesudah 29.45 mg/dl	
3.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea L.</i> ) Terhadap Kadar Trigliserida	30 ekor tikus jantan jenis galur wistar		Sebelum 140.91 mg/dl Sesudah 81.40 mg/dl		
4.	Potential Of Butterfly Pea Flower ( <i>Clitoria ternatea L.</i> ) Tea and Kombucha as Neutraceutical Drinks To Improve Lipid Profile Of Dyslipidemia Subjects	Jumlah subjek minimum dari hasil perhitungan adalah 10 orang/kelompok. Kriteria inklusi meliputi pria dan wanita berusia 25-45 tahun, tidak menopause (wanita),	Sebelum 207 mg/dl Sesudah 198 mg/dl	Sebelum 123 mg/dl Sesudah 112 mg/dl	Sebelum 132 mg/dl Sesudah 122 mg/dl	Sebelum 50 mg/dl Sesudah 53 mg/dl

		LDL-C > 100 mg/dL				
5.	Antiobesity And Antidyslipidemic Properties Of Clitoria Ternatea Petals Aqueous Extract Against Rats Induced By High-Fat Diet	Sebanyak 25 tikus Wistar jantan sehat (8–10 minggu)	Turun signifikan pada dosis 750 mg/kgbb	Turun signifikan pada dosis TG 500 mg/kgBB	Turun signifikan pada dosis 250mg/kg BB	Naik tidak signifikan pada 250mg/kg BB
6.	Potensi Teh Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> ) Terhadap Penurunan Kadar Kolestrol Total Masyarakat Desa Indrapuri Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023	Jenis penelitian adalah Pre dan Post Control Group Design. Responden adalah 15 warga.	Sebelum 258,06 mg/dL dan sesudah 245,13 mg/dL			
7.	Efek Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> L.) Terhadap Kolesterol Total, LDL, HDL Pada Tikus ( <i>Rattus norvegicus</i> )	Pada penelitian ini hewan coba yang digunakan adalah sebanyak 30 ekor dan dibagi menjadi 6 kelompok perlakuan, masing-masing kelompok terdiri dari 5 ekor	Sebelum 186,62 mg/dl sesudah 112,62 mg/dl		Sebelum 80,94 mg/dl Sesudah 32,54 mg/dl	Sebelum 25,22 mg/dl Sesudah 69,29 mg/dl
8.	Modulation of gut microbiota and markers of metabolic syndrome in mice on cholesterol and fat enriched diet by butterfly pea flower kombucha	Sepuluh ekor tikus albino Swiss jantan ( <i>Mus musculus</i> ) dengan berat 21,53g (umur 3–5 minggu)	Turun signifikan pada dosis 65mg/kgbb	Turun signifikan pada dosis 130mg/kg bb	Turun signifikan pada dosis 130mg/kg bb	Meningkat signifikan pada dosis 130mg/kg b

**Tabel II. Penjelasan Efektivitas Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Terhadap Dislipidemia**

No	Judul	Penulis / Tahun	Penjelasan
1.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang Terhadap Kadar HDL	Farrel Akbar Ghani Syahputra / 2025	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa nanoemulsi ekstrak bunga telang mungkin memiliki potensi yang lebih baik dalam meningkatkan kadar HDL secara alami yang dapat menjadi alternatif atau pelengkap terapi statin untuk meningkatkan profil lipid secara menyeluruh.
2.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> L.) Terhadap Kadar LDL	Maharani Putri / 2025	Formulasi nanoemulsi membuat partikel aktif lebih mudah diserap oleh tubuh, meningkatkan bioavailabilitas, stabilitas, dan efikasi terapeutik dari senyawa aktif. Pemberian nanoemulsi ekstrak bunga telang pada penelitian ini berpengaruh terhadap kadar LDL ( <i>Low Deneity Lipoprotein</i> ) dan memiliki efek yang sama baiknya dengan atorvastatin ataupun ekstrak bunga telang dengan dosis yang lebih tinggi.
3.	Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> L) Terhadap Kadar Trigliserida	Vicky Hindriyanto Nugroho / 2025	Pemberian nanoemulsi ekstrak bunga telang berpengaruh terhadap penurunan rerata kadar trigliserida pada tikus putih ( <i>Rattus norvegicus</i> ) jantan galur wistar.
4.	Potential Of Butterfly Pea	Rosyanne Kushargina,	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa teh BPF

	Flower ( <i>Clitoria ternatea</i> L.) Tea and Kombucha as Nutraceutical Drinks To Improve Lipid Profile Of Dyslipidemia Subjects	Rimbawan Rimbawan, Mira Dewi, Evy Damayanthi, Ikrimah Nisa Utami / 2025	dan kombucha memiliki potensi yang sama untuk memperbaiki profil lipid. Untuk lebih meningkatkan profil lipid, konsumsilah teh BPF atau kombucha dan seimbangkan dengan menjaga asupan makanan dan mengoptimalkan aktivitas fisik.
5.	Antiobesity And Antidyslipidemic Properties Of <i>Clitoria Ternatea</i> Petals Aqueous Extract Against Rats Induced By High-Fat Diet	Aizar Vesa Prasetyo, Desak Made Wihandan, I Gede Aswin Parisya Sasmana, I Gede Krisna Arim Sadeva, Wilson Halim, Putu Putri Agustini, Lalita Samala, I Gusti Ngurah Agung Lidiya Nuraliza Rachmawati, Ni Komang Ayu Amanda Setiari jaya, Surya Pratama, / 2024	Kesimpulannya, <i>Clitoria ternatea</i> menunjukkan aktivitas antioksidan dengan kandungan antosianin dan tanin. Lebih lanjut, <i>Clitoria ternatea</i> memiliki potensi efek yang signifikan sebagai agen antiobesitas dan antidislipidemia yang dimediasi oleh efek signifikannya dalam mengurangi profil lipid (kolesterol, LDL, VLDL), berat badan, dan indeks obesitas (BMI dan Lee).
6.	Potensi Teh Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> ) Terhadap Penurunan Kadar Kolestrol Total Masyarakat Desa Indrapuri Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023	Mega Pratiwi Irawan, Shinta Wulandari, Wahyu Margi Sidoretno/ 2023	Hasil menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar kolesterol total sebelum dan setelah pemberian teh bunga telang ( <i>Clitoria ternatea</i> ). Flavonoid mampu menurunkan kadar kolesterol dan LDL. Hal ini terjadi karena adanya peningkatan sintesa asam empedu yang membutuhkan kolesterol sebagai bahan baku.
7.	Modulation Of Gut Microbiota And Markers Of Metabolic Syndrome In Mice On Cholesterol And Fat Enriched Diet By Butterfly Pea Flower Kombucha	Apollinaire Tsopmo, Chairiyah Batubara, Fahrul Nurkolis, Happy Kurnia Permatasari, Hardinsyah Hardinsyah, Jati Kusuma, Muhammad Yusuf, Mrinal Samtiya, Nelly Mayulu, Nurpudji Astuti Taslim, Siti Rio Nindy Sabrina, Vincentius Mario Yusuf, William Ben Gunawan. / 2022	<i>Clitoria</i> dapat diolah atau diinovasi menjadi minuman probiotik fungsional, yaitu KBPF, yang memiliki 79 senyawa metabolit sekunder potensial. Kombucha bunga kupu-kupu (KBPF) menunjukkan aktivitas antioksidan, anti-gangguan metabolisme, dan anti-inflamasi yang menjanjikan dalam meredakan gangguan metabolisme dan penyakit inflamasi secara in vitro dan in vivo. Didukung oleh modulasi yang baik terhadap keragaman mikrobioma usus, KBPF dapat menjadi makanan fungsional terapeutik yang menjanjikan dalam mencegah sindrom metabolik dengan efek imunomodulator.
8.	Efek Bunga Telang ( <i>Clitoria ternatea</i> L.) Terhadap Kolesterol Total, LDL, HDL Pada Tikus ( <i>Rattus norvegicus</i> )	Yustiyan Arifah, Sunarti, Rani Prabandari / 2022	Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian ekstrak etanol bunga telang ( <i>Clitoria ternatea</i> L.) mampu menurunkan kadar kolesterol total, LDL dan meningkatkan kadar HDL pada tikus ( <i>Rattus norvegicus</i> ). Dosis ekstrak etanol bunga telang yang paling efektif dalam menurunkan kadar koleterol total dan LDL serta meningkatkan kadar HDL pada tikus yang diindikasi diet tinggi lemak adalah dosis 3 (400 mg/kgBB).

## PEMBAHASAN

Hasil penelusuran *literature review* tentang penelitian bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) sebagai agen antilipidemia dimulai dengan penentuan kata kunci penelusuran yang menggunakan website seperti *Google Scholar*, *pubmed*, dan *ResearchGate*, seperti “bunga telang (*Clitoria ternatea* L.), dislipidemia, antihiperlipidemia dan profil lipid”. Kemudian artikel yang diperoleh diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berupa topik yang relevan, jenis artikel penelitian dan rentang tahun publikasi. Hasil penelusuran artikel yang memenuhi kriteria selanjutnya dianalisis dengan memperhatikan metode penelitian yaitu jenis sampel bunga telang yang digunakan, model penelitian (*in vitro* atau *in vivo*), dan parameter lipid yang diamati (kolesterol total, LDL, HDL dan trigliserida). Selanjutnya dari berbagai artikel yang diperoleh hasil penelusuran dibuat kesimpulan yang komprehensif terkait potensi bunga telang sebagai agen antilipidemia.

Berdasarkan hasil penelusuran di dapatkan 8 artikel yang sesuai dengan kata kunci yang terkait dengan “Potensi bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) terhadap dislipidemia”. Literatur tersebut dipublikasi dalam 5 tahun terakhir yaitu 2020-2025 dalam jurnal bereputasi

maupun terakreditasi. Literatur yang di review fokus membahas efektivitas bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) terhadap dislipidemia seperti penurunan kadar Kolesterol, Kadar LDL, Kadar Trigliserida, dan kenaikan kadar HDL di dalam tubuh. Pengujian dilakukan dengan hewan uji sebanyak 10-30 ekor dengan pembagian 5 ekor perkelompok perlakuan dan menggunakan manusia 10 orang perkelompok.

Dislipidemia adalah kondisi yang menggambarkan kadar lipid abnormal dalam tubuh manusia. Dislipidemia dikaitkan dengan risiko penyakit jantung, salah satu cara untuk memperbaiki gaya hidup adalah melalui diet, yang membantu menjaga profil lipid normal (Kushargina *et al.*, 2025). Pengelolaan pasien yang mengalami dislipidemia meliputi dua pendekatan, yaitu dengan obat dan terapi tanpa obat. Pendekatan dengan obat melibatkan penggunaan obat penurun lipid. Pendekatan tanpa obat mencakup modifikasi pola hidup, termasuk peningkatan aktivitas fisik, program diet medis, penurunan berat badan, berhenti merokok, dan penggunaan bahan alam sebagai alternatif (Aman dkk, 2021).

Salah satu bahan alam yang bermanfaat terhadap dislipidemia yaitu bunga telang (*Clitoria ternatea* L.). Kelopak dari bunga telang memiliki potensi sebagai zat antioksidan,

antidiabetes, pencegah obesitas, antikanker, antiinflamasi, dan sebagai antibiotik. Ini terjadi karena bunga telang mengandung berbagai senyawa, seperti antosianin, flavonol flavon, flavonol, asam fenolat, terpenoid, alkaloid, glikosida, dan juga senyawa peptida. Kandungan yang paling tinggi dalam bunga telang adalah polifenol. Selain itu, bunga telang juga kaya akan asam palmitat yang termasuk dalam kategori asam lemak jenuh (Rezaldi *et al.*, 2022).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Arifah *et al.*, 2022) yang menggunakan hewan uji tikus jantan. Uji aktivitasnya yang terbagi atas 6 kelompok perlakuan yaitu kelompok kontrol normal, kontrol positif, kontrol negatif, dosis 1 (ekstrak 100 mg/kgBB), dosis 2 (ekstrak 200 mg/kgBB) dan dosis 3 (ekstrak 400 mg/kgBB). Perlakuan menggunakan ekstrak kental yang menggunakan metode meserasi perpaduan dengan pelarut etanol 70% dengan perbandingan simplisia dan pelarut (1 : 5). Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian ekstrak etanol bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) mampu menurunkan kadar kolesterol total, LDL dan meningkatkan kadar HDL pada tikus (*Rattus norvegicus*).

Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) tidak hanya berdampak pada hewan uji, tetapi juga memengaruhi kadar lipid pada manusia, sebagaimana ditunjukkan dalam

penelitian oleh (Irawan *et al.*, 2023). Penelitian tersebut menggunakan teh bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) yang dibuat dengan merebus 1 gram bunga telang kering dalam 250 mL air selama 7 menit. Teh diberikan kepada responden untuk diminum sekali sehari selama 7 hari berturut-turut pada malam hari. Sebelum pemberian teh, responden diminta berpuasa selama 8-10 jam sebelum pengambilan sampel darah kapiler. Salah satu jari responden dibersihkan dengan alkohol 70% menggunakan kapas dan dibiarkan kering. Jari tersebut dipegang agar tetap stabil, lalu ditusuk menggunakan lanset steril. Tetesan darah pertama dibuang dengan menghapusnya menggunakan kapas kering, dan tetesan darah berikutnya ditempatkan pada strip kolesterol yang terpasang di perangkat *Easy Touch* GCU. Kadar kolesterol responden diukur sebelum dan sesudah pemberian teh bunga telang. Hasilnya menunjukkan bahwa kadar kolesterol rata-rata sebelum konsumsi teh adalah 258,06 mg/dL, sedangkan setelahnya turun menjadi 245,13 mg/dL. Hal ini menunjukkan adanya perubahan kadar kolesterol total pada responden sebelum dan sesudah mengonsumsi teh bunga telang (*Clitoria ternatea* L.).

Bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) bekerja mengatasi dislipidemia melalui senyawa bioaktif utama seperti antosianin

(78,0943 mg/100 g) dan tanin (1424,90 mg/100 g) dalam ekstrak air kelopakannya, yang menghambat enzim lipase untuk mengurangi penyerapan lemak, menekan lipogenesis, serta menginhibisi jalur HMG-CoA reductase dalam sintesis kolesterol, sehingga menurunkan kadar kolesterol total (MD 111,12 mg/dL), trigliserida (MD 190 mg/dL), LDL (MD 76,38 mg/dL), dan VLDL (MD 0,37 mg/dL) (Sasmana *et al.*, 2024). Mekanisme ini juga melibatkan peningkatan lipolisis melalui aktivasi lipase sensitif hormon, pengurangan adipogenesis dengan downregulasi gen PPAR $\gamma$  dan C/EBP $\alpha$  via jalur Akt1/ERK1/2, serta pengikatan tanin terhadap kolesterol dan asam empedu untuk ekskresi feses yang lebih tinggi, yang secara keseluruhan menurunkan indeks aterogenik, berat badan pada model tikus diet tinggi lemak (Yildiz, 2020).

Keterbatasan tinjauan pustaka ini pada sumber referensi literatur dari hasil pencarian 5 tahun terakhir yaitu dari tahun 2020-2025 menunjukkan bahwa bunga telang dapat memperbaiki profil lipid baik secara *in vivo* (pada model tikus diet tinggi lemak) maupun secara *in vitro* yaitu dapat

menurunkan kolesterol total, trigliserida dan LDL, serta dapat meningkatkan rasio HDL pada model hyperlipidemia.

## KESIMPULAN

Studi literature atau *Literature review* ini menunjukkan bahwa bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) berpotensi mengatasi dislipidemia dengan menurunkan kadar kolesterol total, LDL, serta trigliserida, sekaligus meningkatkan kadar HDL. Efek positif ini tidak hanya diperoleh dari ekstrak tanaman, tetapi juga dari bentuk teh yang sama-sama dapat memengaruhi profil lipid secara menguntungkan.

Saran yang diberikan ialah merekomendasikan pengembangan produk turunan seperti kapsul atau minuman siap saji berbasis bunga telang (*Clitoria ternatea* L.) untuk aplikasi klinis sehari-hari, disertai studi farmakokinetik untuk menentukan bioavailabilitas optimal. Penelitian kolaboratif dengan pendekatan metabolomik dapat mengidentifikasi biomarker spesifik dislipidemia yang paling responsif terhadap intervensi ini, mendukung integrasi ke dalam pedoman nutrisi terapi

## DAFTAR PUSTAKA

Arifah, Y., Sunarti, S., & Prabandari, R. (2022). Efek Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Terhadap

Kolesterol Total, LDL, HDL Pada Tikus (*Rattus Norvegicus*). *Journal Syifa Sciences and Clinical Research*, 4(1), 18–31.

- Irawan, M.P., Wulandari, S., & Sidoretno, W.M. (2023). Potensi Teh Bunga Telang (*Clitoria ternatea*) Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Total Masyarakat Desa Indrapuri Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023. *Journal of Scientech Research and Development*, 5(1), 202–207.
- Kushargina, R., Rimbawan, R., Dewi, M., Damayanthi, E., & Utami, I. N. (2025). Potential of Butterfly Pea Flower (*Clitoria ternatea* L.) Tea and Kombucha as Nutraceutical Drinks to Improve Lipid Profile of Dyslipidemia Subjects. *Journal of Functional Food and Nutraceutical*, 94–105.
- Kuswandari, F., Sinaga, E., Nurbaiti and Husni, A. 2022. Analysis of Total Phenols, Total Flavonoids and Anthocyanin Levels in Blue Pea Flowers (*Clitoria ternatea* L.) *Journal of Tropical Biodiversity*. Vol. 2, No (3), 152-159.
- Nugroho, Vicky Hindriyanto. (2025). Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L) Terhadap Kadar Trigliserida. *Skripsi Sarjana Kedokteran*. Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Permatasari, H.K., Fahrul, N., William, B.G., Vincentius, M. Y., Muhammad, Y., Rio, J. K., Nindy, S., Farizal, R. M., Nurpudji, A.T., Nelly, Ma., Siti, C.B., Mrinal, S., Hardinsyah, and Apollinaire, T. (2022). Modulation of gut microbiota and markers of metabolic syndrome in mice on cholesterol and fat enriched diet by butterfly pea flower kombucha. *Current Research in Food Science*. Vol. 5. 1251–1265.
- Putri, Maharani. (2025). Pengaruh Nanoemulsi Ekstrak Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) Terhadap Kadar LDL. *Skripsi Sarjana Kedokteran*. Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Sasmana, I. G. A. P., Wihandani, D. M., Sadeva, I. G. K. A., Halim, W., Agustini, P. P., Samala, L., Pratama, I. G. N. A. S., Rachmawati, L. N., Prasetyo, A. V., & Jaya, N. K. A. A. S. (2024). Antiobesity and antidyslipidemic properties of *Clitoria ternatea* petals aqueous extract against rats induced by high-fat diet. *Turkish Journal of Medical Sciences*. Vol. 54, No (2), 401–410.
- Syahputra dan Farrel, A.G. (2025). Pengaruh nanoemulsi ekstrak bunga telang terhadap kadar HDL: Studi eksperimental pada tikus putih (*Rattus norvegicus*) jantan galur Wistar dengan sindrom metabolik. *Skripsi Sarjana Kedokteran*. Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Sultan Agung, Semarang.
- Yanuarto, T., Herlina, dan Novia, D. 2025. Penentuan Kadar Total Antosianin Serbuk Ekstrak Air Bunga Telang (*Clitoria ternatea* L.) dengan Metode pH Diferensial. *Jurnal Farmasi Malahayati* (JFM). Vol. 8. No (1): 149-157.
- Yildiz, E., Guldaz, M., Ellergezen, P., Acar, AG., and Gurbuz, O. (2020). Obesityassociated pathways of anthocyanins. *Food Science and Technology*. Vol. 1. No (3): 7-20.