

PENYULUHAN TEH CELUP DAUN GAMBIR DENGAN DISEDUH MENGUNAKAN AIR HANGAT MENGANDUNG

CEMARAN BAKTERI

Kesaktian Manurung¹, Evawani M Silitonga², Ruth Christiani N Daely³

¹²³Prodi S1 Farmasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia
Email : kesaktianmanurung79@gmail.com

ABSTRAK

Teh herbal merupakan teh yang berasal dari hasil pengolahan bunga, biji, daun, kulit dan akar dari tanaman yang dapat dikonsumsi dalam bentuk tunggal maupun campuran dan saat ini banyak dikonsumsi oleh masyarakat karena bahan bakunya lebih mudah didapat dan khasiatnya lebih beragam. Salah satu tanaman yang dapat dimanfaatkan menjadi teh herbal adalah daun gambir tetapi jika dibiarkan terlalu lama terendam didalam air hangat akan menyebabkan cemaran bakteri. Tujuan Pengabdian kepada Masyarakat ini untuk memberikan penyuluhan tentang teh celup daun gambir dengan diseduh menggunakan air hangat mengandung cemaran bakteri. Kesimpulan Pengabdian kepada Masyarakat ini adalah penyuluhan teh celup daun gambir telah terlaksana sesuai pelaksanaan dan rencana, mendapatkan sambutan yang baik. Setelah melaksanakan pelatihan ini, para peserta lebih memahami bahwa teh celup daun gambir dapat mengandung cemaran bakteri.

Kata Kunci : Teh herbal, daun gambir, cemaran bakteri

ABSTRACT

Herbal tea is tea that comes from the processing of flowers, seeds, leaves, skins and roots of plants that can be consumed in single or mixed form and is currently widely consumed by the public because the raw materials are easier to obtain and the benefits are more diverse. One of the plants that can be used as herbal tea is gambier leaves, but if it is left soaked in warm water for too long it will cause bacterial contamination. The purpose of this Community Service is to provide counseling about Gambir leaf tea bags brewed using warm water containing bacteria contamination. The conclusion of this Community Service is that the counseling on gambir leaf tea bags has been carried out according to the implementation and plan, getting a good response. After carrying out this training, the participants understood better that gambier leaf tea bags could contain bacterial contamination.

Keywords: Herbal tea, gambier leaves, bacterial contamination

PENDAHULUAN

Teh herbal merupakan teh yang berasal dari hasil pengolahan bunga, biji, daun, kulit dan akar dari tanaman selain tanaman teh (*Camellia sinensis*). Pada umumnya, pengolahan teh herbal hampir sama dengan pengolahan teh pada umumnya begitu pula dalam cara penyajiannya. Teh herbal dapat dikonsumsi dalam bentuk tunggal maupun campuran herbal yang saat ini banyak

dikonsumsi dan lebih disukai oleh masyarakat karena bahan bakunya lebih mudah didapat dan khasiatnya lebih beragam . Beberapa teh herbal yang saat ini telah dikenal oleh masyarakat seperti teh jahe, teh daun pacar air, teh daun salam, dan teh bunga rosela (Hambali,dkk., 2005).

Gambir (*Uncaria gambir roxb*) termasuk keluarga Rubiaceae. Tanaman ini sangat berkhasiat untuk mencegah dan mengobati kanker. Tanaman gambir biasanya tumbuh di ketinggian antara 200-900 m di atas permukaan laut yang berada di daerah Kalimantan dan Sumatra. Tanaman gambir biasanya dimanfaatkan bagian getahnya sebagai bahan untuk menyirih. Daun gambir mengandung katekin (Amos dkk, 2005). Kandungan katekin memberikan efek antioksidan yang baik untuk tubuh. Teh celup daun gambir yang diseduh menggunakan air hangat bisa mengandung cemaran bakteri karena penggunaan teh celup yang dibiarkan terendam terlalu lama dapat meningkatkan risiko kontaminasi bakteri.

Untuk mengurangi risiko cemaran bakteri dalam teh celup, disarankan untuk menggunakan air yang sudah dimasak atau air minum yang bersih. Selain itu, penting untuk menjaga kebersihan peralatan yang digunakan saat menyeduh teh, seperti cangkir atau teko. Juga, hindari membiarkan teh celup terendam terlalu lama dalam air hangat setelah diseduh. Khasiat dan dampak berbahaya teh tergantung pada cara menyeduh teh. Semakin lama teh direndam, maka kafein dalam teh akan semakin terekstrak sehingga terjadi oksidasi.

METODE PELAKSANAAN

Sebelum melaksanakan kegiatan ini, terlebih dahulu membuat permohonan tertulis kepada pimpinan lokasi pengabdian masyarakat di Mabar Kecamatan Medan Deli Kabupaten Kota Medan. Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat yang dilaksanakan adalah kegiatan penyuluhan teh celup daun gambir dengan diseduh menggunakan air hangat mengandung cemaran bakteri yang dilaksanakan pada hari Sabtu, 25 Januari 2020. Peserta kegiatan ini adalah masyarakat sekitar.

HASIL KEGIATAN

Setelah melaksanakan Penyuluhan teh celup daun gambir dengan diseduh menggunakan air hangat mengandung cemaran bakteri di Mabar Kecamatan Medan Deli Kabupaten Kota Medan. Kegiatan ini disambut dan direspon dengan baik oleh masyarakat Mabar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat tentang penyuluhan teh celup daun gambir dengan diseduh menggunakan air hangat mengandung cemaran bakteri, maka dapat disimpulkan bahwa kegiatan ini membawa dampak dan pengaruh yang baik terhadap pengetahuan masyarakat dalam penggunaan teh celup daun gambir yang diseduh dengan air hangat.

DAFTAR PUSTAKA

- Hambali, E., A. Suryani, dan M. Rivai. (2005). Membuat Sabun Transparan Untuk Gift Dan Kecantikan. Penebar Plus. Jakarta.
- Amos, H. Henanto, S. Royaningsih, dan F. Laura. (2005). Kandungan Catechin pada Gambir. Makalah pada Seminar Nasional ke XVII & Kongres ke X Perhimpunan Biokimia & Biologi Molekuler Indonesia di Pekanbaru, Riau.