

Penyuluhan Akan Pengolahan Chamomile Menjadi Teh Kantong Kemasan Sebagai Antioksidan

Devina Chandra¹, Ahmad Hafizullah Ritonga², Tumpak Rudi Aman Manik³

^{1,2,3}Prodi S-1 Farmasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Indonesia
Email: devinazchandraz94@gmail.com

ABSTRAK

Penduduk Indonesia kurang meminati teh herbal karena kurangnya pengetahuan terutama tentang khasiatnya, cara pengolahan yang tepat, adanya aroma dan rasa pahit atau hambar (tidak berasa) yang biasa muncul dari teh herbal serta kemasan yang kurang praktis dan menarik. Chamomile, mempunyai manfaat untuk mengurangi rasa cemas dan mengatasi insomnia, kandungan flavonoid pada chamomile juga berperan sebagai antioksidan yang dapat mengurangi risiko terkena beberapa penyakit, seperti penyakit kardiovaskular, kanker, dan lainnya. Kegiatan Pengabdiaan kepada Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengetahuan dan penyuluhan kepada masyarakat terkait pengolahan teh celup kemasan dari tanaman herbal Chamomile yang memiliki cita rasa aroma yang nikmat sebagai antioksidan alami. Pada kegiatan Pengabdiaan kepada Masyarakat ini dilakukan dengan metode yaitu penyuluhan akan pengolahan chamomile menjadi teh kantong kemasan sebagai antioksidan dalam bentuk pemberian informasi dan edukasi menggunakan *power point*. Setelah melaksanakan kegiatan pelatihan ini, masyarakat memahami cara melakukan pengolahan chamomile menjadi teh kantong kemasan yang dapat digunakan sebagai antioksidan alami.

Kata kunci: **chamomile; teh kantong kemasan, antioksidan**

ABSTRACT

Indonesian people are less interested in herbal teas because of a lack of knowledge, especially about their properties, proper processing methods, the presence of a bitter or bland (tasteless) aroma and taste that usually comes from herbal teas and packaging that is not practical and attractive. Chamomile, has benefits for reducing anxiety and overcoming insomnia, the flavonoid content in chamomile also acts as an antioxidant which can reduce the risk of developing several diseases, such as cardiovascular disease, cancer, and others. This Community Service activity aims to provide knowledge and counseling to the community regarding the processing of packaged tea bags from Chamomile herbal plants which have a delicious aroma taste as natural antioxidants. In this Community Service activity, the method is carried out, namely counseling on the processing of chamomile into packaged tea bags as antioxidants in the form of providing information and education using power point. After carrying out this training activity, the community understands how to process chamomile into packaged tea bags that can be used as natural antioxidants.

Keywords: **Chamomile; packaged tea bags, antioxidants**

PENDAHULUAN

Keanekaragaman hayati merupakan asset yang bernilai tinggi untuk pengembangan industri agromedisin di dunia. Potensi bahan baku di dalam negeri sebenarnya sangat melimpah. Tetapi potensi sumber daya alam yang tersedia itu belum dimanfaatkan secara

optimal (Akbar & Arini, 2019). Teh adalah minuman yang sangat umum dalam kehidupan kita sehari-hari. Teh merupakan salah satu minuman yang banyak disukai dan dikonsumsi oleh masyarakat di seluruh dunia serta sebagian besar masyarakat memanfaatkan teh sebagai minuman penyegar dan menyehatkan (Akbar & Arini, 2019).

Produk teh tidak hanya terbuat dari pucuk daun tanaman teh, namun dapat dihasilkan dari bunga chamomile. Chamomile merupakan tumbuhan obat tradisional yang sudah dikenal puluhan tahun lalu. Chamomile merupakan tanaman dari famili Astereceae yang memiliki dua varietas umum yaitu German Chamomile (*Matricaria recutita*) dan Roman Chamomile (*Chamaemelum nobile*). Tumbuhan chamomile ini berasal dari daerah subtropis yaitu Eropa dan Asia sedangkan kata "chamomile" sendiri berasal dari bahasa Yunani, yaitu Khamai yang berarti di atas tanah dan Melon yang berarti apel. Dinamai "chamomile" karena bunga dari chamomile memiliki bau seperti apel. Chamomile dikenal sebagai tanaman obat paling populer yang dapat digunakan untuk berbagai macam penyakit seperti demam, radang, kejang otot, gangguan menstruasi, dan lain-lain. Chamomile juga banyak digunakan dalam beberapa bidang seperti pada industri makanan, tembakau, kosmetik, wewangian, aromaterapi, farmakologi dan obat-obatan. Kita tentu telah mengenal teh yang berasal dari bunga chamomile dan memiliki banyak manfaat salah satunya dapat meningkatkan kualitas tidur (Safitri, 2020).

Aromanya yang harum membuat tumbuhan ini sering dijadikan sebagai bahan untuk aromaterapi. Dibalik aromanya yang harum, chamomile juga mengandung berbagai flavonoid, seperti apigenin, quercetin, dan patuletin, yang berperan dalam kesehatan. Teh chamomile sering dikonsumsi untuk mengurangi rasa cemas dan mengatasi gangguan tidur, seperti insomnia. Sebab chamomile dipercaya mempunyai efek yang menenangkan. Efek ini timbul karena adanya senyawa apigenin yang melekat pada reseptor spesifik, yaitu reseptor benzodiazepine, di otak. Namun selain mempunyai manfaat untuk mengurangi rasa cemas dan mengatasi insomnia, kandungan flavonoid pada chamomile juga berperan sebagai antioksidan yang dapat mengurangi risiko terkena beberapa penyakit, seperti penyakit kardiovaskular, kanker, dan lainnya.

Hambali et al., (2005) menyatakan bahwa teh herbal biasanya disajikan dalam bentuk kering dan dapat dimanfaatkan untuk konsumsi sehari-hari. Jika setiap hari minum teh herbal secara rutin, maka sangat bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan bahkan bisa sebagai alternatif untuk mencegah berbagai penyakit atau sebagai pengobatan alternatif. Namun teh herbal kurang diminati masyarakat luas karena penjualan yang kurang menarik serta kurang tersedianya teh dalam kemasan langsung minum menjadi salah satu faktor utama masyarakat

lebih memilih untuk mengkonsumsi teh produksi luar negeri dibanding teh herbal olahan pelaku ekonomi mikro dalam negeri.

Selain itu, harga teh keluaran pabrik modern tersebut relatif lebih murah sehingga mampu dijangkau oleh masyarakat menengah ke bawah. Sedangkan harga olahan teh herbal lebih mahal dibanding harga teh produksi pabrik sehingga masyarakat menengah ke bawah akan berfikir untuk membelinya. Selain itu tampilan yang masih kurang menarik membuat masyarakat lebih tidak tertarik untuk membelinya. Kebanyakan teh herbal dibuat dalam bentuk teh celup sehingga lebih mudah dan lebih praktis penggunaannya, cukup dengan dicelup untuk beberapa waktu hingga menghasilkan warna dan aroma teh. Teh celup merupakan produk olahan teh yang dikemas di dalam kemasan kantong (bag) yang terbuat dari filter paper (kantong kertas celup dari bahan tissue dan tahan panas) (Balittri. 2014). Konsumen lebih menyukai teh celup dibanding teh seduh karena lebih praktis dan cepat (Hambali et al., 2005).

Diharapkan melalui kegiatan penyuluhan pengolahan produk teh herbal ini dapat menumbuhkan rasa cinta pada produk dalam negeri dan menggerakkan perekonomian bangsa dari usaha mikro. Selain itu, adanya upaya dari masyarakat agar mampu meningkatkan gaya hidup sehat dengan teh herbal. Teh herbal sebagai minuman sehat dan digemari masyarakat serta mengangkat teh herbal indonesia yang kurang diminati masyarakat, Menumbuhkan jiwa kreativitas dan kewirausahaan pada masyarakat Mengembangkan semangat kemandirian finansial dan mengasah semangat serta kemampuan kerjasama bagi masyarakat.

METODE PELAKSAAN

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan ini dilakukan pada 1 Agustus 2022, yang berlokasi di Desa Beruam Kecamatan Kuala Kabupaten Langkat, Provinsi Sumatera Utara. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk memberikan informasi dan penyuluhan kepada masyarakat tentang pengolahan Chamomile menjadi Teh Kantong Kemasan sebagai Antioksidan.

HASIL KEGIATAN

Setelah melaksanakan penyuluhan tentang pengolahan Chamomile menjadi teh kantong kemasan sebagai Antioksidan masyarakat telah mendapat pembelajaran dalam bentuk pelatihan tentang cara memberi pengetahuan umum tanaman obat tradisional dan pengolahan tanaman obat tradisional dengan benar sampai dihasilkan bahan yang dapat digunakan secara parktis dan ekonomis sehingga dapat meningkatkan peminat teh berbahan alami. Kegiatan

penyuluhan ini juga dilakukan dengan adanya pre dan post test dalam bentuk diskusi dan tanya jawab dari pertanyaan yang diberikan kepada masyarakat.

KESIMPULAN

Setelah melaksanakan kegiatan penyuluhan ini, masyarakat dapat melakukan pengolahan chamomile sebagai the kantong kemasan yang praktis sehingga dapat dikonsumsi setiap hari secara rutin yang bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan dan sebagai alternatif untuk mencegah berbagai penyakit, serta sebagai antioksidan yang sangat bagus untuk kulit karena kandungan flavonoidnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, C.I., Arini, F.A., Fauziyah, A. (2019). Teh Rambut Jagung Dengan Penambahan Daun Stevia Sebagai Alternatif Minuman Fungsional Bagi Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*. 8(2):67-73.
- Santi, I., Amirah, S., Andriani, I. (2022). Sosialisasi Pembuatan Teh Herbal Dalam Kemasan Teh Celup Pada Kelompok PKK Kalabbirang, Kabupaten Takalar. *Dharmakarya: Jurnal Aplikasi Ipteks untuk Masyarakat*. 11(1):22-25.
- Hambali, E., Nasution, M. Z., Herliana, E. (2006). *Membuat Aneka Herbal Tea*. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Srivastava J.K., Gupta S. (2015). *Chamomile: A Herbal Agent for Treatment of Disease of the Elderly*. Elsevier. 171-183.
- Srivastava, J.K., Shankar E., Gupta S. (2011). Chamomile: A Herbal Medicine of The Past with Bright Future. *Molecular Medicine Report*. 3(6):895-901.