

## 2. TINJAUAN TEORITIS

### 2.1. Tinjauan tentang Teh

Teh atau *Camellia sinensis* merupakan salah satu tanaman komoditas yang sangat populer di manca negara maupun dalam negeri. Indonesia juga termasuk salah satu negara penghasil teh terbesar di dunia. Banyak sekali varietas teh yang dibudidayakan, baik pada lahan-lahan kebun milik rakyat maupun milik negara. Di Indonesia, tanaman ini umumnya dibudidayakan di daerah dataran rendah.

Produsen sekaligus eksportir teh dunia didominasi oleh lima negara, yaitu Sri Lanka, Kenya, India, Cina, dan Indonesia. Pangsa produksi kelima negara tersebut terhadap total produksi dunia pada tahun 1998 mencapai 76,5%, sedangkan pangsa ekspornya mencapai 80,3%. Urutan pangsa produksi mulai dari yang terbesar adalah India (29,4%), Cina (22,4%), Kenya (9,9%), Srilanka (9,5%), dan Indonesia (5,6%). Karena jumlah dan pola konsumsi di kelima negara tersebut berbeda, maka urutan pangsa ekspor menjadi Sri Lanka (21,0%), Kenya (20,8%), Cina (17,2%), India (16%) dan Indonesia (5,3%).<sup>1</sup>

#### 2.1.1. Asal-usul Teh

Tanaman teh pertama kali ditemukan sekitar ribuan tahun yang lalu di daratan Cina – tidak ada yang mengetahui kepastiannya, yaitu diperkirakan terletak di daerah Yunnan, Guizhou, dan Sichuan.<sup>2</sup> Karena itu, Cina adalah negara pertama yang mengembangkan dan meminum teh. Di hutan Pegunungan Nannuo di Menghai, Yunnan, ada sebuah tanaman teh liar yang tingginya lebih dari 30 meter, dan berusia lebih dari 1.700 tahun.

Menurut cerita, teh ditemukan oleh penguasa legendaris Shennong yang memerintah selama 17 generasi pada tahun 2700 SM. Ia juga merupakan ‘bapak’ tanaman obat-obatan di Cina. Ia sangat terkenal karena pengetahuannya mengenai tanaman obat-obatan. Ada dua versi cerita tentang bagaimana Shennong menemukan teh.

---

<sup>1</sup> Indonesia, Departemen Pertanian, *loc.cit.*

<sup>2</sup> Wang Xuanming, *Asal Mula Minum Teh dan Arak Sesuai Tradisi China*. Trans. Andre Wiriadi. Jakarta: PT Elex Media Komputindo, 2004, Trans. of *Origins of Chinese Tea and Wine*, 2004, hal 3.

Cerita yang pertama mengatakan bahwa ketika itu Shennong sedang mencoba berbagai jenis ramuan tanaman untuk mencari berbagai kemungkinan penggunaan ramuan tersebut sebagai makanan atau obat. Tiba-tiba ia merasa sangat tidak enak badan, panas, mulutnya terasa sangat kering, dan lidahnya terasa sangat tidak nyaman. Karena itu, ia pun mencari tanaman di sekitarnya yang dapat menyembuhkan dirinya. Lalu ia menemukan daun-daun yang telah berjatuhan dari pohon di dekatnya. Ketika mencoba daun itu, Shennong merasakan agak pahit, namun juga ada bau wangi yang menyegarkan, bahkan ia merasa lebih baik. Maka ia pun membawa pulang sejumlah daun dari pohon itu untuk diteliti.

Versi cerita yang lain menggambarkan bahwa suatu hari Shennong merasa sangat lelah karena pekerjaannya. Kemudian ia membuat api di bawah pohon untuk merebus air. Seketika itu juga, beberapa lembar daun terjatuh dari pohon itu ke dalam periuk yang dipakainya untuk merebus air. Ketika dicicipi, pertama kali air itu terasa agak pahit dan manis. Setelah meminum seluruh airnya, Shennong merasa lebih segar dan terjaga. Maka ia pun segera menyadari bahwa dedaunan itu sangat bermanfaat dan perlu diteliti lebih lanjut.

Saat menikmati minuman teh, dikatakan bahwa Shennong merasakan kehangatan di seluruh tubuhnya, seperti sesuatu yang sedang menguji tiap bagian tubuhnya. Hal inilah yang melatarbelakangi mengapa minuman itu disebut 'cha' (茶) dalam bahasa Mandarin, yang cara mengejanya sama dengan kata lain 'cha' yang berarti menguji, memeriksa, atau menyelidiki. Setelah itu, tanaman teh diberi simbol dengan huruf baru, yang menggambarkan kayu (木) di bagian bawah, bunga (花) dan rumput (草) di atas, serta seorang manusia (人) di antaranya. Hal ini melambangkan bagaimana teh dapat membantu manusia mencapai keseimbangan dengan alam.<sup>3</sup>

---

<sup>3</sup> Lam Kam Chuen, *The Way of Tea: The Sublime Art of Oriental Tea Drinking.*, London: Gaia Books Ltd, 2002, hal 14.



Gambar 2.1. Aksara bahasa Mandarin untuk teh (baca: *cha*)

Setelah penemuan Shennong tersebut, orang-orang di negeri Cina mempelajari daun teh dan mulai membudidayakannya. Catatan pertama mengenai panen tanaman teh adalah sekitar tahun 2000 SM, ketika minuman teh telah benar-benar dikembangkan.

## 2.1.2. Sejarah Teh

### 2.1.2.1. Teh di Negeri Cina

Khasiat teh untuk memberikan kesegaran mengalami kemunduran fungsi medikalnya selama masa Dinasti Zhou. Pada saat itu, para raja biasa meminum olahan teh mentah, meskipun rasanya sangat pahit. Sedangkan pada masa pemerintahan Dinasti Han (206 SM-221 M), masyarakat Cina telah memperhalus metode pengumpulan dan persiapan teh dari tanaman mentahnya. Teh merupakan minuman yang lebih sesuai dan sering dicari oleh pihak kekaisaran. Ada seorang bawahan Kaisar yang menolak untuk meminum anggur karena mudah membuatnya mabuk, sehingga sejak saat itu Kaisar selalu menyuguhkan teh untuknya. Kaisar tersebut kemudian turut serta mempopulerkan teh ketika ia memberikan teh pada bawahannya sebagai hadiah. Pada zaman Tiga Kerajaan (221-227 M), teh telah menggantikan posisi minuman anggur dalam bangket kekaisaran Cina, karena orang-orang masa itu lebih menyukai minuman teh yang menyegarkan daripada minuman anggur yang memabukkan.

Perlahan-lahan muncul tradisi minum teh sebagai bagian dari budaya masyarakat Cina. Teh menjadi sangat modern menjelang akhir masa pemerintahan Dinasti Dang (618-907 M). Kemudian popularitas tersebut mencapai puncaknya pada masa Dinasti Song (960-1279 M), yang dikenal sebagai *Golden Age of Tea*

(zaman keemasan teh).<sup>4</sup> Teh telah menjadi minuman nasional di Cina. Waktu itu, daun teh yang digunakan untuk minuman lebih banyak dikukus dan dibentuk menjadi kotak atau bola teh, baru kemudian menelupkannya ke dalam air untuk menyeduh teh. Sedangkan daun teh yang belum dibentuk, masih terlepas-lepas, umumnya diberikan oleh atau kepada raja sebagai hadiah dan penghargaan. Seiring dengan semakin pentingnya peranan teh, maka kerajaan mengutus para ahli untuk meneliti varitas teh yang baru dan mengembangkan cara membudidayakannya. Kerajaan juga mengutus para ahli yang lain untuk menciptakan cara baru dalam menyeduh dan meminum teh. Bahkan, kerajaan menetapkan pajak untuk tanaman teh, karena makin populer dan identiknya teh dengan budaya serta tata krama masyarakat Cina.

Selama masa pemerintahan Dinasti Song, budaya minum teh yang telah berkembang sejak Dinasti Tang terus berlanjut. Kaisar Hui Song (1170-1125 M) menulis *Da Guan Cha Lun*, di mana ia menggambarkan secara akurat dan terperinci mengenai keahlian-keahlian yang diperlukan dalam proses membudidayakan, mengolah, menyeduh, hingga meminum teh. Keluarga Kaisar tersebut mempercayai bahwa *white tea* (teh putih) merupakan teh terbaik, meskipun sangat langka dan sangat sulit diproses. Ia menyarankan kepada semua orang untuk menikmati keuntungan meminum teh, yang dapat membantu menerangi jiwa dan menghadirkan ketenteraman pikiran. Maka, saat itu para ahli berusaha mengembangkan cara menyeduh daun teh tanpa terlebih dulu dibentuk kotak atau bola-bola. Orang-orang pun mulai menyeduh teh dalam poci maupun cangkir yang didesain khusus. Mereka menemukan bahwa barang tembikar sangat mempengaruhi rasa dari teh yang diseduh, dan karena itu para perajin mulai mengembangkan serta memperhalus kerajinannya. Dengan demikian, pengaruh dari teh telah menyebar hingga pada banyak aspek sosial.

Penelitian yang dilakukan selama masa Dinasti Ming (1368-1644) difokuskan kepada cara pengawetan teh dan penyederhanaan cara persiapannya tanpa mempengaruhi rasanya. Mereka menemukan cara baru untuk membuat poci teh keramik yang kuat, tahan panas, dan bagus. Saat itu, kualitas karya kerajinan Cina tidak terkalahkan, sekapan barang porselin diekspor ke Eropa. Saat ini, *Jixing*

---

<sup>4</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 16.

*zi sha tea sets*, yang mengandung besi berkualitas tinggi dan terkenal di seluruh dunia, masih dianggap sebagai yang terbaik. Ketika itu, *tes testing* (mencoba teh) telah menjadi sebuah profesi, yang kemudian menjadi sebuah *trend* untuk mengikuti kompetisi-kompetisi teh. Kompetisi semacam itu akan memberikan penghargaan bagi pembuat dan pembuatan teh terbaik serta *tea sets* terbaik. Pemerintah juga mengurangi pajak untuk teh, mulai mempromosikan produksi teh secara massal dan pembudidayaannya.

Di masa pemerintahan Dinasti Qing (1644-1912), semangat orang-orang Cina menurun, maka demikian juga dengan popularitas teh. Hal ini disebabkan oleh pengaruh barat, termasuk juga faktor peperangan dan masuknya opium di negeri Cina. Bukan hanya penelitian teh yang sangat terhambat, namun juga terjadi perubahan budaya minum teh. Jika sebelumnya teh digunakan untuk menyambut kedatangan para tamu dan membuat mereka tinggal lebih lama, maka pada saat itu yang terjadi adalah para petinggi maupun pebisnis mengharapkan tamu-tamunya untuk segera pergi setelah mereka selesai minum teh.

Republik Cina berdiri pada tahun 1911, setelah menggulingkan Dinasti Manchuria. Sedangkan Republik Rakyat Cina dibentuk pada tahun 1949. Selama lebih dari 100 tahun terakhir, teh telah dikomersilkan, dan masyarakat banyak meminumnya sambil melakukan aktivitas lain. Misalnya, di daerah Fujian, rumah teh juga merupakan pemandian umum, dan orang-orang daerah Kanton menyajikan teh bersama dengan *dim sum*. Rumah teh juga menjadi tempat yang penting bagi pendongeng. Meskipun begitu, ketertarikan masyarakat terhadap teh mulai kembali meningkat, bahkan orang-orang kaya mulai membentuk tim penelitian untuk menemukan teh istimewa yang mewah, yang dapat dinikmati tanpa ditambah dengan bahan-bahan lain – seperti pada zaman keemasannya dulu.

Selama beberapa generasi, menyeduh teh telah menjadi suatu seni yang mendalam dan diminati. Budaya minum teh ini menjadi sangat hidup di kalangan masyarakat Cina, dan kemudian menyebar ke seluruh dunia. *Tea wisdom* (kebijaksanaan teh) maupun kebiasaan minum teh berkembang dan diturunkan secara turun-temurun di berbagai daerah. Mereka membudidayakan, mempersiapkan, menyeduh, dan meminum teh dengan cara yang berbeda-beda. Misalnya, orang-orang di daerah Xinjiang meminum teh dengan susu dan garam

seperti halnya orang-orang Mongolia. Cara ini juga yang diterapkan oleh orang-orang Inggris. Sedangkan di Cina bagian utara, orang suka meminum teh dengan menambahkan garam dan *gui pi* (kulit pohon Cassia) ke dalam seduhan tehnya, merebusnya selama sekitar empat menit, baru kemudian menuangkannya ke dalam cangkir dan meminumnya. Cara ini dianggap sangat sehat, karena garam dapat menambah selera makan dan *gui pi* membantu kapasitas bernafas seseorang. Untuk manfaat yang maksimal, disarankan untuk meminum teh seperti ini tiga kali sehari bersamaan dengan waktu makan.<sup>5</sup>

Berbagai daerah mengembangkan adat minum tehnya, baik cara menyeduh, menyajikan, maupun meminumnya, seperti halnya berbagai jenis teh yang mereka budidayakan. Banyaknya variasi dalam kebiasaan minum teh pada tiap daerah di Cina mencerminkan identitas budaya dan sejarah yang berbeda-beda pula, serta bagaimana teh tersebut merasuk ke dalam aspek kehidupan masyarakatnya.

#### 2.1.2.2. Persebaran Teh ke Negara-negara di Asia

Teh menjadi sangat populer sejak zaman Dinasti Dang, dan ketika itu juga teh mulai tersebar keluar Cina. Komoditas teh diperkenalkan ke dunia luar melalui pertukaran kebudayaan menyeberangi Asia Tengah menyusuri Jalur Sutera. Pertama kali teh tersebar ke Jepang dan Korea, lalu ke daerah Timur Tengah. Teh merupakan salah satu jenis minuman yang paling populer di dunia, bahkan beberapa negara menganggapnya sebagai kebutuhan sehari-hari.

Ketika Cina mulai mengekspor tehnya, kata *cha* yang berarti teh sering diadaptasi ke dalam bahasa lain. Orang-orang Portugis di Makau mengadopsinya begitu saja, orang Rusia menyebutnya *chai*, orang-orang Jepang, Hindu, dan Persia menyebutnya *cha* dengan nada datar. Dalam bahasa Arab teh adalah *shai*, dan dalam bahasa Turki dinamakan *chay*. Tiap daerah di Cina memiliki bahasanya sendiri-sendiri. Masyarakat kota Xiamen menyebut teh sebagai *te*, karena di sana terdapat pelabuhan internasional yang mengekspor teh ke berbagai daerah di Eropa, maka orang-orang Eropa mengadaptasi namanya berdasarkan cara mengeja bahasa daerah itu. Misalnya, dalam bahasa Inggris disebut *tea*, bahasa Belanda

---

<sup>5</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 20-21.

dan Jerman menjadikannya *tee*, dalam bahasa Perancis dinamakan *teh*, sedangkan orang-orang Itali, Spanyol, Denmark, Norwegia, dan Swedia mengatakannya sebagai 'te' seperti bahasa asalnya.

Pada awal abad ke-9, orang-orang Jepang membawa serta budaya minum teh saat kembali ke negaranya. Sebuah catatan mengatakan bahwa seorang biksu Jepang belajar di negeri Cina hingga tahun 705, lalu membawa pulang sejumlah benih ke biaranya ketika ia kembali ke Jepang. Karena itu, pada mulanya teh hanya dikonsumsi oleh para biksu untuk membuat diri mereka terjaga selama beberapa waktu meditasi. Baru mulai abad ke-13, teh mulai populer di kalangan luar biara. Maka, orang-orang Jepang mulai meneliti tentang teh dan mengembangkan upacara minum tehnya sendiri yang berbeda dari budaya Cina. Tidak seperti masyarakat Cina yang memfokuskan acara minum teh pada nikmatnya teh itu sendiri, orang Jepang lebih menitikberatkan pada acara upacara minum tehnya.

*Zen Buddhism* bertanggung jawab dalam fokus upacara minum teh, yang disebut *cha do*. *Cha do* menempatkan nilai keselarasan yang tinggi dengan keadaan sekitar, menciptakan atmosfer yang teduh, tenang, dan damai, juga memberikan penghargaan bagi teh maupun *tea sets* itu sendiri. *Cha do* merupakan suatu cara untuk mengajarkan tatakrama dan aturan-aturan yang membedakan kelas-kelas sosial. Di zaman itu, seorang wanita harus mempelajari bagaimana melakukan upacara minum teh sebelum ia menikah.

Pada abad ke-15, upacara minum teh telah bergeser menjadi suatu jenis kepercayaan, yang disebut *teaism*. Dalam buku *The Book of Tea*, Kakuzo Okakura menggambarkan *teaism* sebagai suatu cara pemujaan yang didasarkan atas keindahan di antara fakta-fakta sehari-hari yang kotor. Ajaran ini menjadikan kemurnian dan keselarasan sebagai norma penting yang menjadi misteri kemurahan hati seseorang, seperti *romanticism* dalam bidang sosial.<sup>6</sup>

Dalam upacara minum teh, tuan rumah memasuki ruangan dengan membawa *tea sets*, menyiapkan teh, dan menyuguhkannya pada para tamu dengan sejumlah manisan. Upacara ini dilaksanakan dengan sangat terorganisir. Saat ini upacara semacam itu biasa diadakan di rumah-rumah, namun pada waktu yang

---

<sup>6</sup> Kakuzo Okakura, *The Book of Tea*, Ed Matthew and Gabrielle Harbowy, 1997. 27 Feb 2006, <<ftp://ibiblio.org/pub/docs/books/gutenberg/etext97/tboft10.txt>>

lalu upacara minum teh diadakan di sebuah bangunan di taman, yaitu *cha shitsu*. Dekorasi ruang dibuat sederhana untuk merefleksikan filosofi *Zen*. Teh yang dikonsumsi terbuat dari serbuk teh hijau dan air panas. Umumnya teh tersebut tidak pekat, meskipun terkadang dapat juga dibuat pekat.

Para tamu akan duduk berlutut di bawah, sementara sang tuan rumah menempatkan diri di depan mereka. Di situ sudah tersedia berbagai peralatan, seperti mangkuk untuk air buangan, sendok dari bambu, tempat teh, dan lain-lain. Sebagian besar dari alat-alat ini dibersihkan dengan kain sutra. Di tengah ruangan tersebut umumnya terdapat perapian kecil untuk memanaskan air dan menyiapkan teh. Apabila tamu menginginkan minuman yang manis, tuan rumah akan segera mengambil cangkir, memberi bubuk teh dengan air panas dalam mangkuk, lalu dengan hati-hati memutar mangkuk sehingga akan terbentuk hiasan di salah satu mukanya. Acara minum teh ini biasanya berlangsung satu setengah jam. Jika disajikan dengan makanan kecil, maka diperlukan waktu lebih lama lagi, kurang lebih sekitar 3 atau 4 jam.

Hakikat dari seni minum teh ini ialah setiap pertemuan antarmanusia mempunyai makna yang khusus. Pada dasarnya, tuan rumahlah yang memutuskan peristiwa-peristiwa apa saja yang akan dirayakan dan peralatan teh macam apa yang akan dipilih. Ketika para tamu datang dan merayakan bersama tuan rumah, maka akan tercipta hubungan yang erat di antara mereka.

Sekitar tahun 820, orang-orang *Chaxian* – yang sekarang adalah orang Korea, ingin membudidayakan teh mereka sendiri, daripada harus mengimpornya dari Cina. Maka, mereka pun mengirim utusan ke negeri Cina untuk membawa pulang bibit tanaman teh, mempelajari cara pembudidayanya, serta teknik dalam menyiapkan teh. Masyarakat Korea tidak menciptakan budaya minum teh mereka sendiri, melainkan mengadaptasinya dari budaya teh Cina dan Jepang.

Orang-orang Tibet memiliki teh istimewa yang cenderung berminyak, dinamakan *Suyou Cha*. Mereka biasa menyuguhkannya pada tamu-tamu penting. Seorang putri Dinasti Dang dari Cina memperkenalkannya ketika ia menikahi keluarga kerajaan Tibet, kemudian resep tersebut diadaptasi sesuai dengan selera masyarakat setempat. Untuk menyiapkan teh tersebut, tuan rumah akan menghancurkan daun teh dan meletakkannya ke dalam poci panjang yang terbuat

dari logam untuk memasaknya selama setengah jam, sebelum kemudian menambahkan mentega *yak* serta garam. Setelah itu poci dikocok-kocok untuk mencampur rata bahan-bahannya. Teh semacam itu memiliki rasa yang sangat kuat, juga membutuhkan lambung yang kuat untuk dapat meminumnya.

Ada sebuah etiket yang baku sewaktu meminum *Suyou Cha*. Ketika tuan rumah telah menuangkan teh untuk tamu, akan dianggap tidak sopan apabila tamu tersebut meminumnya sampai habis.<sup>7</sup> Maka, pertama kali tamu itu harus meminum setengahnya terlebih dahulu, sehingga seperti mengisyaratkan pada tuan rumah bahwa tamu itu menginginkan secangkir lagi. Jika tamu itu telah puas setelah minum beberapa cangkir, maka ia diharapkan untuk menuangkan sisa teh yang diminumnya di lantai.

Di Malaysia dan Thailand, orang-orang meminum teh seperti cara masyarakat Cina. Namun, karena pengaruh negara Barat, mereka biasa menambahkan susu, gula, atau lemon. Ciri-ciri yang paling khusus dari acara minum teh di negara Malaysia yaitu poci teh mereka memiliki lubang yang sangat kecil. Ketika mereka menuangkan teh ke dalam cangkir, mereka akan mengangkat poci semakin tinggi untuk menciptakan ‘ekor’ yang panjang. Karena itu, akan timbul semacam busa dan gelembung pada teh di cangkir tersebut, yang dapat membuat teh mengandung lebih banyak oksigen, sehingga rasa tehnya menjadi lebih lembut.

Teh mulai dikenal di Indonesia sejak tahun 1686, dibawa oleh seorang Belanda bernama Dr. Andreas Cleyer. Namun pada saat itu tanaman teh hanya dikenal sebagai tanaman hias.<sup>8</sup> Pada tahun 1694, seorang pendeta bernama F. Valentijn melaporkan bahwa ia melihat perdu teh muda yang berasal dari Cina tumbuh di Taman Istana Gubernur Jendral Champhuys di Jakarta.<sup>9</sup> Baru kemudian pada tahun 1728, pemerintah Belanda mulai memperhatikan teh, sehingga mendatangkan biji-biji teh secara besar-besaran dari Cina untuk dibudidayakan di pulau Jawa. Meskipun demikian, usaha tersebut baru berhasil pada tahun 1824, setelah Dr. Van Siebold – seorang ahli bedah tentara Hindia

---

<sup>7</sup> Wang Xuanming, *op.cit.*, hal 78.

<sup>8</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 24-28.

<sup>9</sup> Indonesia, PT. Perkebunan Nusantara VIII, *Sejarah Teh*, 28 Jan 2006, <[http://www.pn8.co.id/detil\\_teh.asp?mteh=Sejarah\\_Teh](http://www.pn8.co.id/detil_teh.asp?mteh=Sejarah_Teh)>.

Belanda yang pernah melakukan penelitian alam di Jepang – mempromosikan usaha pembudidayaan dengan bibit teh dari Jepang.<sup>10</sup>

Pada tahun 1826 tanaman teh berhasil ditanam dalam rangka melengkapi Kebun Raya Bogor. Penanaman juga dilakukan pada tahun 1827 di Kebun Percobaan Cisurupan, Garut, Jawa Barat. Berhasilnya penanaman percobaan skala besar di Wanayasa (Purwakarta) dan di Raung (Banyuwangi) membuka jalan bagi Jacobus Isidorus Loudewijk Levian Jacobson, seorang ahli teh, untuk menaruh landasan bagi usaha perkebunan teh di Jawa.<sup>11</sup>

Usaha perkebunan teh pertama di Indonesia dipelopori oleh Jacobson pada tahun 1828. Ia menyadari bahwa teh mulai populer di Eropa, dan memiliki pasar yang cukup potensial. Ia beberapa kali pergi ke Cina untuk mempelajari seni dan pembudidayaan teh. Kemudian, pada sekitar tahun 1827 hingga 1833, ia membawa banyak petani teh yang profesional ke Indonesia, beserta *tea sets* dan peralatan dalam jumlah yang cukup besar. Jacobson membangun perkebunan teh besar-besaran, dan memproduksinya secara massal untuk diekspor ke Eropa. Sejak saat itu, teh menjadi komoditas yang menguntungkan pemerintah Hindia Belanda. Oleh karena itu, pada masa pemerintahan Gubernur Van Den Bosh, teh menjadi salah satu tanaman yang harus ditanam rakyat melalui politik Tanam Paksa (*Culture Stetsel*).

Tanaman teh yang dibawa Jacobson ke Indonesia adalah varitas teh yang berasal dari Gunung Mo Yi. Karena perluasan pasar teh yang dilakukannya di Indonesia tersebut, maka rakyat Indonesia menyebutnya bapak teh Indonesia.<sup>12</sup> Pada masa kemerdekaan, usaha perkebunan dan perdagangan teh diambil alih oleh pemerintah RI. Sekarang, perkebunan dan perdagangan teh juga dilakukan oleh pihak swasta.

Dalam Petunjuk Kultur Teknis Edisi Kedua PPTK Gambung, dikatakan bahwa teh dari Jawa tercatat pertama kali diterima di Amsterdam tahun 1835. Teh *jeis Assam* mulai masuk ke Indonesia (Jawa) dari Sri Lanka (Ceylon) pada tahun 1877, dan ditanam oleh R.E. Kerkhoven di kebun Gambung, Jawa Barat. Dengan masuknya teh Assam tersebut ke Indonesia, secara berangsur tanaman teh China

---

<sup>10</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 30.

<sup>11</sup> Indonesia, PT. Perkebunan Nusantara VIII, *loc.cit.*

<sup>12</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 30.

diganti dengan teh Assam, dan sejak itu pula perkebunan teh di Indonesia berkembang semakin luas. Pada tahun 1910 mulai dibangun perkebunan teh di daerah Simalungun, Sumatera Utara.<sup>13</sup>

Jenis teh yang dibawa dari Cina ke India dan Srilanka adalah teh hitam. Tetapi, karena ditanam di tanah yang berbeda dari tempat asalnya, maka rasa tehnya menjadi berbeda, lebih kuat. Masyarakat setempat menyukai rasa manis, karena itu mereka mengadopsi cara orang Inggris biasa meminum tehnya, yaitu dengan menambahkan susu dan gula. Mereka juga menciptakan cita rasa teh lokal dengan menambahkan bahan-bahan lain seperti jahe, mint, dan pala. Kadang kala mereka bukan menuangkan air panas ke dalam poci yang berisi daun teh, melainkan memasaknya, dengan tujuan agar rasa tehnya lebih keluar dan lebih terasa aroma tehnya.

Pada akhir abad ke-17, orang-orang India telah menjadi sangat pandai membudidayakan tanaman teh, namun mereka masih belum begitu memahami bagaimana cara menyiapkan teh dengan baik. Pada tahun 1728, *East India Company* dari Belanda menyadari hal tersebut, sehingga mereka memutuskan untuk memproduksi teh Cina secara massal di India dan Srilanka. Mereka mempekerjakan sejumlah besar pembuat teh dari negeri Cina, mengimpor tanaman teh, lalu mengatur cara mempersiapkan teh ala Cina.

Tahun 1833, *East India Company* dari Inggris kehilangan posisi monopolinya dalam perdagangan dengan Cina, sehingga mulai membuka perkebunan teh di Assam, India bagian utara. Mulanya, para pengusaha perkebunan mengimpor bibit tanaman teh dari Cina, dan para ahli teh Cina mengajarkan pada mereka bagaimana cara membudidayakan teh serta cara mengolahnya. Setelah itu, mereka pun segera melaksanakan produksi massal teh Assam yang ditemukan oleh Major Robert Bruce dan Charles saudaranya di tepi Sungai Brahmaputra di Assam, pada tahun 1823. Varitas Assam tumbuh lebih tinggi dari pohon teh umumnya, dengan daun yang lebih berat dan lebih sesuai dengan iklim maupun kondisi tanah di India. Pada tahun 1839, teh Assam mulai dijual di London untuk pertama kalinya.

---

<sup>13</sup> Indonesia, PT. Perkebunan Nusantara VIII, *loc.cit.*

Robert Fortune, seorang ahli tumbuh-tumbuhan yang merupakan mata-mata *The British East India Company*, memindahkan 23.000 tanaman teh yang masih muda beserta 17.000 semaian dari Cina ke India pada tahun 1851. Fortune juga menulis buku-buku yang terkenal, yang penuh dengan petualangan dan kehebohan selama perjalanannya dari Cina ke India.<sup>14</sup>

Orang-orang Inggris memperkenalkan suatu sistem manajemen untuk memaksimalkan produksi teh, yaitu permesinan seperti penggilingan, pembakaran, dan pengeringan. Pembuatan teh menjadi lebih efisien, karena prosesnya menjadi lebih sederhana. Langkah yang dilakukan Inggris ini membuat India sebagai produsen dan eksportir teh terbesar, bahkan mengalahkan Cina yang pada saat itu merupakan yang terbesar.

#### 2.1.2.3. Persebaran Teh ke Eropa

Teh baru mencapai Eropa pada abad ke-16, kurang lebih 800 tahun setelah zaman keemasannya di Cina. Pada saat itu, teh dianggap sebagai hadiah terbaik yang pernah diberikan negeri Timur kepada negeri Barat. Saat ini teh telah dibudidayakan di banyak negara di dunia, juga diekspor ke negara-negara lain. Walaupun demikian, menurut Lam Kam Chuen dalam bukunya *Teh Way of Tea*, tidak ada sumber yang benar-benar pasti mengenai siapa yang membawa teh ke Eropa. Pada permulaan abad ke-17, Portugis mengimpor teh dari Cina ke Lisbon, lalu menjualnya juga ke Perancis dan Belanda. Sementara itu, Belanda juga mengimpor teh dari Jepang melalui koloninya di Jawa, *Dutch East Indies*. Kemudian Belanda menjualnya pula ke Perancis dan Jerman. Masyarakat Belanda sangat berminat meminum teh, sehingga pada pertengahan abad ke-17, di Belanda telah terbentuk kebiasaan untuk meminum teh di sore hari (*afternoon tea*).

Desas-desus mengenai teh dan manfaatnya telah diketahui oleh masyarakat Inggris dari daratan Cina selama beberapa tahun sebelum pernyataan Thomas Garraway pada tanggal 9 September 1958 pada acara pelepasan teh di London. Orang-orang Inggris mengadopsi kebiasaan *afternoon tea* dari orang Belanda, dan budaya tersebut segera menggeser posisi kedai-kedai kopi di London. Catherine dari Braganza, Portugal, yang menikah dengan Raja Charles sangat menyukai teh.

---

<sup>14</sup> Lam Kam Chuen, *op.cit.*, hal 30.

Ia menyuguhkan *afternoon tea* pada teman-temannya, sehingga teh menjadi buah bibir di kalangan para bangsawan seluruh ibukota. Namun, yang memberikan peranan besar pada kebiasaan minum teh di Inggris adalah Duchess dari Bedford. Ia tidak dapat berdiam diri selama selang waktu antara makan siang dan makan malam, karena itu ia pun memperkenalkan kebiasaan minum teh pada sore hari bersama dengan kue.

Dengan adanya peningkatan jumlah permintaan terhadap teh dan keuntungan yang menjanjikan, akan lebih ekonomis bagi pihak Inggris untuk melakukan transaksi perdagangan langsung dengan Cina, daripada jika harus mengimpornya dari Belanda. Maka, *The British East India Company* yaitu perusahaan perdagangan Inggris yang berada di bawah pemerintahan Ratu Elizabeth I, pada tahun 1600 mengirimkan beberapa kapal bermuatan barang-barang ke Kanton untuk perdagangan teh. Dengan demikian, mulailah tercapai kesuksesan dari sebuah organisasi yang termasuk salah satu kelompok terkuat di dunia tersebut. Di bawah pengaruhnya, maka terbentuklah *British India*, Hongkong, dan Singapore.

Pada tahun 1644, *East India Company* dari Inggris tersebut membuka kantor di Xiamen. Mereka membawa daun teh berkualitas tinggi dari Cina sebanyak 964 gram, yang diberikan sebagai hadiah bagi Kerajaan Inggris. Tahun 1669, *The British East India Company* mendapatkan lisensi untuk mendatangkan komoditas teh dari Cina ke Inggris dengan menggunakan kapal Elizabeth I. Tahun 1715, *The British East India Company* membeli sejumlah besar teh hijau berkualitas rendah dari Cina untuk dijual kepada publik, bukan melalui kedai kopi, melainkan mendirikan toko-toko khusus untuk menjual teh. *The British East India Company* memonopoli perdagangan teh selama sembilan tahun, yaitu sampai dengan tahun 1833.

Izin yang diperoleh *The British East India Company* pada tahun 1773 untuk berdagang teh langsung dari Cina ke Amerika – yang pada saat itu masih termasuk ke dalam koloni bangsa Inggris – mengakibatkan marahnya penduduk Boston. Hal ini disebabkan mereka memotong jalur perdagangan dan perpajakan yang merugikan exportir Eropa maupun importir Amerika. Karena itu, pada saat kapal pengangkut komoditas teh merapat di pelabuhan Kota Boston, serentak

penduduk kota tersebut menaiki kapal dan membuang seluruh peti yang berisi teh itu kedalam laut. Peristiwa tersebut dikenal sebagai *Boston Tea Party*, yang akhirnya melatarbelakangi tercetusnya revolusi Bangsa Amerika terhadap penjajahan bangsa Inggris.<sup>15</sup>

### 2.1.3. Jenis-jenis Teh

Teh yang kita kenal berasal dari dedaunan muda dan pucuk daun tanaman teh *Camellia sinensis*. Di seluruh dunia, hanya ada tiga varietas *Camellia sinensis*, yaitu varietas Cina, Assam, dan Kamboja. Seluruh pohon teh di mana pun adalah salah satu atau merupakan hibrida baru campuran tiga varietas ini. Faktor yang membedakan berbagai macam teh adalah daerah dimana pohon itu hidup, waktu pemetikan daun tehnya, daun yang mana yang dipetik, dan terutama proses pengolahannya. Tanaman teh sangat tergantung pada lingkungannya, sehingga ada kebun-kebun tertentu yang terkenal karena kualitas produk mereka

Varietas Cina dari *Camellia sinensis* bisa tumbuh setinggi kurang lebih 2,75 meter, dan merupakan perdu berbatang banyak. Ukuran daunnya kurang lebih sepanjang 3,8-6,4 cm, bersifat kaku, sedikit bergerigi, tegak, dan beruas pendek. Varitas ini tahan terhadap keadaan iklim yang bervariasi, baik pada musim semi yang kering, maupun di tengah musim dingin. Usia ekonomisnya pun lebih dari 100 tahun, namun kuantitasnya relatif agak rendah. Di daerah tinggi seperti Darjeeling, India, atau di Sri Lanka, varitas Cina ini bisa tumbuh dengan tambahan aroma khas yang membuat harganya lebih mahal.

Teh varitas Assam adalah jenis pohon teh berbatang tunggal yang bisa tumbuh hingga mencapai tinggi 6-8 meter. Panjang daunnya antara 15-20 cm, berbentuk oval, agak kilap, bergerigi banyak dengan ujung yang jelas, berwarna hijau tua, dan agak lunak. Dengan cara pemetikan dan pemangkasan biasa, umur ekonomis varietas ini bisa mencapai 40 tahun. Kuantitasnya lebih tinggi dibanding dengan varitas Cina.

Sementara varietas Kamboja, yang juga merupakan *Camellia sinensis* berbatang tunggal, bisa mencapai ketinggian 5 meter. Panjang daunnya rata-rata 7,6 cm, mempunyai permukaan yang kilap, halus, keras, agak bergerigi dengan

---

<sup>15</sup> “Sejarah Teh.”, *Info Tentang Teh*, 2006, Sosro. 25 Januari 2006, <<http://www.sosro.com>>.

ujung yang kurang jelas, dan lembarannya terlipat berbentuk huruf v. Pada musim gugur, daunnya akan berwarna kemerahan. Kuantitasnya cukup tinggi, namun kualitasnya relatif agak rendah. Dan varietas terakhir ini biasanya tidak ditanam sebagai pohon produksi.<sup>16</sup>

Karena tanaman teh semakin berkembang menjadi tanaman perdagangan, maka jenis tanaman teh juga berkembang menjadi beraneka ragam. Keragaman ini adalah hasil dari penyilangan berbagai jenis tanaman teh serta pengaruh tanah dan iklim yang menghasilkan hasil panen yang berbeda. Hingga saat ini, kurang lebih terdapat 1.500 jenis teh di seluruh dunia, yang berasal dari 25 negara yang berbeda. Namun, jenis teh pada dasarnya hanya terdiri dari 3 kelompok utama :

- a. *Black tea* (teh hitam) adalah jenis teh yang dalam pengolahannya, melalui proses fermentasi secara penuh.
- b. *Oolong tea* (teh *oolong*) adalah jenis teh yang dalam pengolahannya hanya melalui setengah proses fermentasi.
- c. *Green tea* (teh hijau) adalah jenis teh yang dalam pengolahannya tidak melalui proses fermentasi.

Menurut beberapa sumber, terdapat juga yang disebut *white tea* (teh putih), yaitu jenis teh yang tidak mengalami proses oksidasi, seperti halnya teh hijau. Namun bedanya, teh putih ini hanya menggunakan pucuk paling kecil dari daun teh yang masih terselubungi oleh rambut daun. Selain keempat jenis teh di atas, ada yang disebut dengan teh wangi. Teh ini merupakan hasil campuran dedaunan teh dengan berbagai jenis bunga-bunga, buah-buahan, dan sebagainya.

Teh dikategorikan menurut proses yang dilaluinya, juga menurut ketuhan dan warna daunnya, sehingga suatu kebun dapat menghasilkan berbagai macam jenis teh dengan kualitas yang berbeda-beda. Karena itulah terdapat banyak sekali varian teh yang dapat diperoleh. Di Indonesia, jenis teh yang paling populer adalah *jasmine tea* (teh wangi melati), yaitu teh hijau yang dicampur bunga melati sehingga menimbulkan aroma atau wangi yang khas.

Teh yang benar-benar baik umumnya berasal dari pucuk daun teh atau daun teh muda yang belum mekar. Untuk menghasilkan 1 *pound* (0,45 kg) teh

---

<sup>16</sup> Universitas Widya Mandala, Jurusan Pangan dan Gizi, Diktat Perkuliahan, Mata Kuliah Kopi dan Teh, 2005.

yang berkualitas paling baik, diperlukan lebih dari 80.000 petikan.<sup>17</sup> Produksi teh merupakan proses padat karya dan setiap tahap sangat penting diperhatikan untuk mendapatkan teh berkualitas tinggi. Perbedaan yang cukup besar antara proses pengolahan teh hijau, *oolong*, dan teh hitam terletak pada tingkat katekinnya, yang dipengaruhi oleh proses fermentasi.

Bahkan, ada juga minuman yang dikenal dengan nama teh herbal, yang disebut juga dengan istilah *infusion*. Namun, sesungguhnya teh ini bukan terbuat dari daun teh, melainkan dari jenis-jenis daun atau bunga tertentu. Minuman ini sangat populer dan banyak diminum untuk tujuan kesehatan.

#### 2.1.3.1. Teh Hitam

Teh hitam adalah jenis teh yang paling sering diketahui atau dikonsumsi masyarakat sebagai 'teh'. Menurut beberapa sumber, sebanyak 80% konsumsi teh dunia didominasi oleh teh hitam. Teh ini merupakan teh yang paling dikenal di Amerika untuk saat ini, yang lebih sering dikonsumsi dalam bentuk *iced tea* (es teh). Popularitas teh hitam dimulai sejak penemuan *tea bag* (kantong teh) pada tahun 1904 oleh Thomas Sullivan. Teh hitam terbaik di dunia dihasilkan di India (Assam, Darjeeling, dan Nilgiri), Sri Lanka (Ceylon), dan Cina. Teh ini difermentasi secara penuh, sehingga kandungan kafeinnya sangat tinggi, paling sedikit mengandung antioksidan serta nutrisi penting dibanding jenis lain. Namun meskipun demikian, akhir-akhir ini ada penelitian yang menyatakan bahwa manfaat teh hitam dapat dibilang setara dengan teh hijau.<sup>18</sup>

Dalam proses produksi teh hitam, proses fermentasi berlangsung penuh, sehingga menyebabkan daun-daun teh berubah menjadi hitam dan memberi rasa yang khas. Setelah pemetikan, daun yang masih hijau ditebar di atas wadah pada rak untuk dilayukan selama 12 hingga 18 jam, sehingga kehilangan banyak kadar air, menjadi lembut, dan mudah digiling.

Selama proses penggilingan, membran daun akan hancur, sehingga memungkinkan keluarnya sari teh dan minyak esensial yang memunculkan aroma khas. Selanjutnya daun-daun itu difermentasi, untuk menentukan warna dan

---

<sup>17</sup>

<sup>18</sup> "Black Tea", *Black Teas*, 2006, Adagio Teas, 30 Jan 2006, <<http://www.adagio.com/black/?SID=c510e0d9c15c7654e03cdc273d3a3370>>

aroma teh. Kemudian, dilakukan pengeringan, yang membuat sarinya mengering di permukaan daun, dan dapat bertahan relatif tetap sampai dilepaskan oleh air panas selama penyeduhan. Lalu daun-daun itu dipisahkan menurut ukurannya, juga menunjukkan kualitasnya.<sup>19</sup>

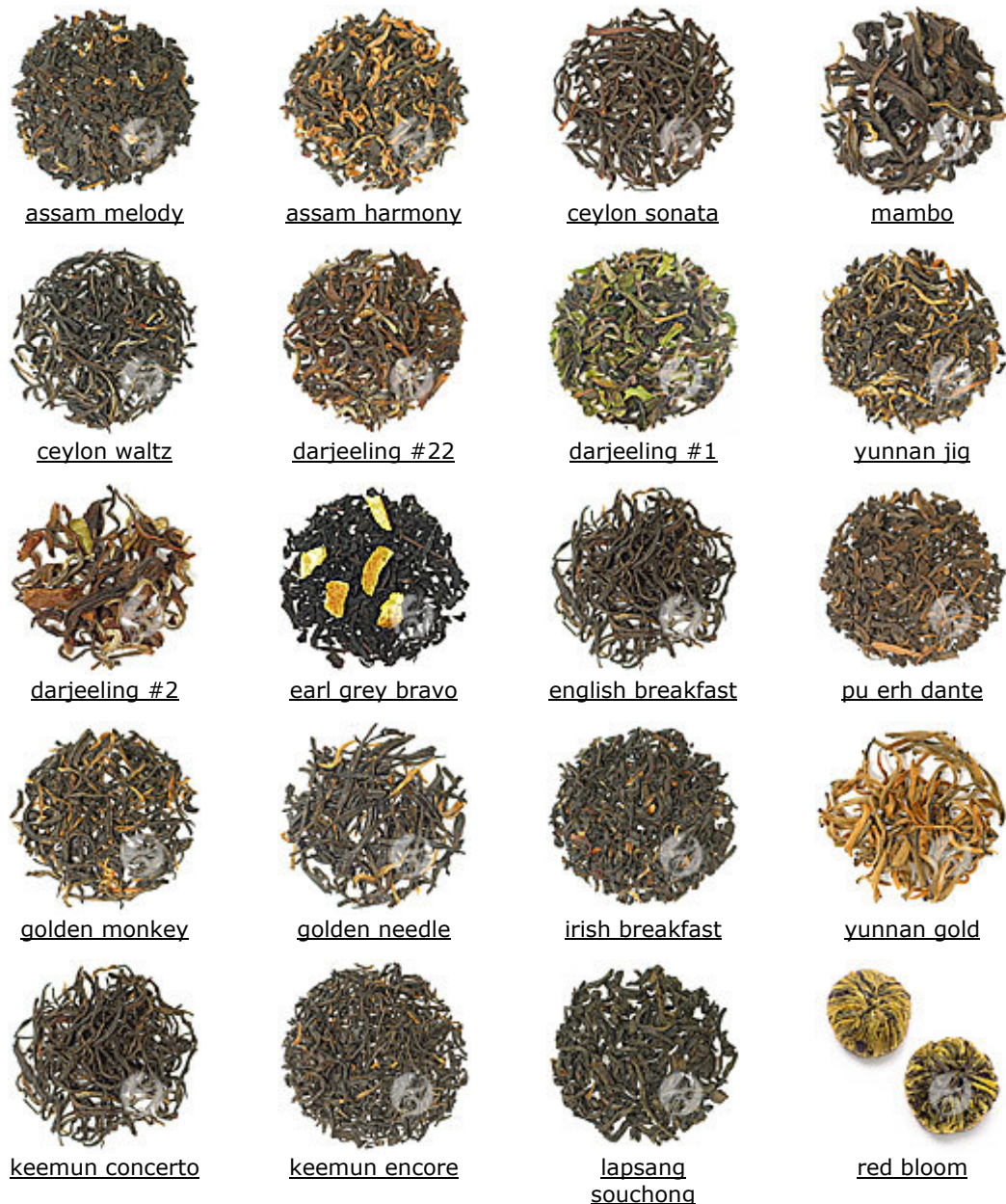
Tabel 2.1. Beberapa contoh seduhan teh hitam.

<b>Darjeeling</b>	Disebut " <i>Champagne of Tea</i> ", <i>Darjeeling</i> secara umum punya aroma yang halus, punya rasa yang kokoh dengan warna yang lebih muda dari teh hitam yang lain. Rasanya cenderung seperti buah dan mengandung sedikit rasa kacang.
<b>Ceylon</b>	Dari Sri Lanka, teh ini adalah minuman dengan rasa lemon, cocok dipadukan dengan susu dan gula.
<b>Assam</b>	Teh <i>Assam</i> secara umum penuh rasa, "hearty", cocok untuk diminum pada pagi hari dengan campuran susu dan gula batu sesuai selera. Teh ini mempunyai aroma yang <i>malty-fruity</i> .
<b>Yunnan</b>	Teh Yunnan adalah <i>pu-er</i> yang terkenal untuk kesehatan, halus dan memiliki 'rasa tanah', cocok diminum setelah makan, dan dapat menurunkan efek mabuk setelah minum alkohol.
<b>Pasir Nangka</b>	Karakteristiknya begitu halus dan lembut. Pada umumnya, teh Indonesia memang tidak kecut dan aromanya berbumbu..
<b>Cinnamon Orange Spice</b>	Teh ini merupakan campuran dari teh hitam terpilih dengan kayu manis dan bahan perasa jeruk.
<b>Dream of Fruits</b>	Teh hitam yang dicampur dengan potongan buah <i>strawberry</i> , <i>raspberry</i> , dan <i>rhubarb</i> .
<b>Ginseng</b>	Teh hitam dicampur dengan ginseng untuk menghasilkan sebuah minuman penuh dengan khasiat untuk kesehatan.
<b>Raspberry</b>	Teh hitam dicampur dengan potongan buah dan daun <i>raspberry</i> .
<b>Earl Grey</b>	Teh yang paling dikenal di dunia barat, rasanya berasal dari minyak "bergamot". Dasar teh ini adalah campuran teh hitam dengan rasa citrus. Cocok diminum pada pagi atau sore hari.

<sup>19</sup> Hasil observasi di Pabrik Teh Wonosari milik PTPN XII.

<b>English Breakfast</b>	Teh yang penuh rasa ini terbuat dari teh hitam yang memiliki sifat <i>brisk</i> . Campuran ini cocok diminum sehari-hari dan cocok dicampur dengan susu dan gula.
--------------------------	---

Sumber: Adagio Teas



Gambar 2.2. Beberapa ramuan teh hitam dalam bentuk dedaunan kering.

Sumber: Dharma Teas

### 2.1.3.2. Teh Hijau

Selain teh putih, teh hijau adalah teh yang paling singkat proses pembuatannya. Oleh karena itu, teh hijau mempunyai banyak khasiat kesehatan. Sebagai minuman sehari-hari di Jepang dan Cina, teh hijau sedang menarik perhatian dunia bukan saja karena berkhasiat, tetapi juga karena rasanya. Teh ini lebih jernih dan segar daripada teh hitam atau teh *oolong*. Seperti yang dilakukan orang Cina, teh ini cocok diminum setelah makan makanan berminyak karena menyerap minyak dan membersihkan mulut sehingga terasa segar dan bersih.

Teh hijau dibedakan menjadi dua macam menurut asalnya, yakni teh hijau Cina dan teh hijau Jepang. Teh ini seringkali identik dengan manfaat kesehatan, meskipun rasanya juga banyak disukai. Hampir semua teh yang diminum di Cina adalah teh hijau. Begitu pula dengan di Jepang. Di Amerika Serikat, popularitas teh jenis ini meningkat setelah menjadi bagian penelitian ilmiah yang mengaitkannya dengan penurunan risiko terhadap kanker. Banyak sekali variasi pengolahan akhir dari teh hijau ini, sehingga menghasilkan produk yang berbeda-beda warna, bentuk, rasa, dan aromanya.

Pertama-tama setelah dipetik, daun-daun yang masih hijau dilayukan. Begitu menjadi layu, daun-daun itu didinginkan, sehingga tidak terjadi oksidasi. Kemudian daun baru digulung, dikeringkan, lalu disortasi. Perbedaan antara teh hijau Jepang dan teh hijau Cina terletak pada teknik inaktivasi enzim polifenol oksidasinya, yang kemudian menyebabkan perbedaan bentuk kedua jenis teh tersebut. Teh hijau Jepang berbentuk jarum pipih, sedangkan teh hijau Cina berbentuk benang keriting.<sup>20</sup>

Tabel 2.2. Beberapa contoh seduhan teh hijau.

<b><i>Lung Qing</i></b>	<i>Lung Qing</i> adalah teh hijau yang paling disukai. <i>Lung Qing</i> ini mempunyai rasa segar, berbau kacang, aromanya sedikit manis, dan warnanya hijau giok. Bentuk daratnya adalah ciri khasnya. Teh yang mengandung vitamin C dosis tinggi ini cocok untuk diminum sepanjang hari.
-------------------------	---

<sup>20</sup> Andi Nur Alam Syah, *Taklukkan Penyakit Dengan Teh Hijau*, Depok: PT Agromedia Pustaka, 2006, hal 62-63.

<b><i>Sencha</i></b>	Aromanya wangi dengan rasa yang segar dan manis. Sencha yang mengandung vitamin C dosis tinggi cocok sekali untuk diminum sambil makan sushi.
<b><i>Titiran Green</i></b>	Teh yang berasal dari Jawa Barat ini sering dikatakan sebagai teh hijau terbaik dari Indonesia.
<b><i>Genmai-Cha</i></b>	Sesuai dengan namanya, "teh beras coklat" ini dicampur dengan beras yang digoreng untuk memberikan rasa seperti dipanggang. Teh ini memakai teh campuran <i>Sencha</i> dan <i>Bancha</i> yang berkualitas tinggi agar beraroma enak dan memiliki kadar kafein yang lebih rendah daripada teh hijau yang lain.
<b><i>Green Tea Citrus</i></b>	Teh ini mengandung <i>Sencha</i> sebagai bahan dasar, lalu diberi aroma dari bunga-bunga dan buah-buahan.
<b><i>Green Tea Mango</i></b>	Menggunakan teh hijau dari daerah Assam, India, dan dicampur dengan potongan dari buah mangga serta kelopak bunga matahari.
<b><i>Green Tea Paradise</i></b>	<i>Sencha</i> yang dicampur dengan buah-buahan dari hutan untuk rasa yang mendekati rasa <i>strawberry</i> , <i>raspberry</i> , dan <i>rhubarb</i> .
<b><i>Jasmine</i></b>	Teh melati umumnya menggunakan teh hijau sebagai bahan dasar, karena karakteristiknya begitu lembut, cocok dengan rasa melati.
<b><i>Moroccan Mint</i></b>	Teh <i>Gunpowder</i> dari Cina yang diberi rasa <i>spearmint</i> .

Sumber: Adagio Teas



casablanca twist



dragonwell



genmai cha



white monkey



green anji



green pekoe



gunpowder



sencha premier



Gambar 2.3. Beberapa ramuan teh hijau dalam bentuk dedaunan kering.

Sumber: Dharma Teas

#### 2.1.3.3. Teh *Oolong*

Teh *oolong*, meskipun tidak sepopuler teh hijau, juga memiliki penggemar sendiri. Teh *oolong* merupakan perpaduan antara teh hijau dan teh hitam, karena hanya mengalami setengah proses fermentasi, atau disebut juga dengan semifermentasi. Teh ini seduhannya jernih dan harum seperti teh hijau, juga menyegarkan seperti teh hitam. Aroma alaminya melekat di mulut dan menyegarkan tenggorokan.<sup>21</sup>

Teh *oolong* ini diproses dengan menjaga agar daun tehnya tetap utuh, karenanya dibuat dari daun-daun teh yang lebih besar dan lebih tua. Segera setelah dipetik, daun dilayukan untuk menurunkan kadar air dan menjadikannya lebih lembut. Proses fermentasi akan merusak pinggiran daun, sehingga daun yang rusak akan berubah menjadi merah akibat proses fermentasi, sementara bagian tengahnya masih berwarna hijau. Berikutnya, daun-daun itu dikeringkan.

Kedua proses tersebut diulang beberapa kali, dengan tingkat fermentasi tergantung pada tipe teh *oolongnya*. Begitu tingkat fermentasi yang diinginkan tercapai, proses tersebut harus segera dihentikan, dengan memanaskan daun-daun itu dengan temperatur tinggi. Teh *oolong* terbaik di dunia kebanyakan diproduksi secara eksklusif di Cina, Darjeeling (India), dan Pulau Formosa (Taiwan).

<sup>21</sup> Universitas Widya Mandala, *loc.cit.*



Gambar 2.4. Beberapa ramuan teh *oolong* dalam bentuk dedaunan kering.

Sumber: Dharma Teas

#### 2.1.3.4. Teh Putih

Teh putih merupakan jenis yang paling langka, karena itu hanya terdapat sedikit variasi produk teh jenis ini. Teh jenis ini hanya menggunakan daun-daun teh terbaik dari tiap pohon, dengan pemrosesan yang minimal. Teh putih berwarna terang hingga abu-abu. Seduhannya berwarna kuning pucat sampai merah terang, dan rasanya sedikit manis. Teh ini lebih banyak mengandung polifenol (*epigallocatechin gallate*) dibandingkan dengan jenis teh yang lain.<sup>22</sup>

Teh putih sangat digemari di negeri Cina, bahkan banyak yang menganggapnya sebagai teh yang terbaik. Teh ini masih kurang dikenal di Amerika dan negara Barat lainnya. Namun, pandangan tersebut akan segera berubah sejak adanya hasil penelitian yang membuktikan bahwa teh putih mempunyai kemampuan 10% lebih efektif dalam meningkatkan kekebalan tubuh dibanding dengan teh hijau sekalipun.<sup>23</sup>

<sup>22</sup> Universitas Widya Mandala, *loc.cit.*

<sup>23</sup> "White Tea", *White Teas*, 2006, Adagio Teas, 30 Jan 2006, <<http://www.adagio.com/white.htm>>

Untuk menghasilkan teh putih, diperlukan daun teh pilihan yang menuntut penanganan ekstra hati-hati setelah pemetikan. Daun-daun yang digunakan hanyalah daun-daun paling muda yang masih dipenuhi bulu putih pendek atau bulu halus. Proses produksi teh putih ini terdiri atas dua tahap, yakni penguapan dan pengeringan. Terkadang teh putih juga difermentasi dengan sangat ringan. Tanpa adanya pelayuan, penggilingan dan fermentasi ini, membuat penampilannya nyaris tak berubah. Teh yang dihasilkan pun berwarna putih keperakan. Ketika dihidangkan, teh putih memiliki warna kuning pucat dan aroma yang lembut dan segar. Teh putih ini merupakan yang paling lembut di antara semua jenis teh.



Gambar 2.5. Beberapa ramuan teh putih dalam bentuk dedaunan kering.

Sumber: Dharma Teas

#### 2.1.4. Penanaman Hingga Pemetikan

Tanaman teh pada umumnya tumbuh di daerah yang beriklim tropis dengan ketinggian antara 200-2.000 meter di atas permukaan laut. Suhu yang dibutuhkan berkisar antara 14°C -25°C, diikuti cahaya matahari yang cerah, dan dengan kelembaban relatif pada siang hari yang tidak kurang dari 70%.



Gambar 2.6. Kebun teh terletak di kawasan yang sejuk, dan pemetikan dilakukan setiap hari di area kebun tertentu secara bergantian.

Ketinggian tanaman dapat mencapai 9 meter untuk *Camellia sinensis*, sedangkan untuk teh jenis *Camellia sinensis assamica* dapat mencapai ketinggian 12 hingga 20 meter. Namun, untuk mempermudah pemetikan daun-daun teh dan untuk mendapatkan pucuk daun muda yang baik, maka pohon teh selalu dijaga pertumbuhannya. Setiap empat tahun sekali, dilakukan pemangkasan pohon teh hingga tinggi 60 cm dari permukaan tanah. Daun-daun yang dipetik untuk diproses menjadi produk teh kering adalah daun pucuk yang memenuhi syarat. Umumnya pemetikan yang benar terdiri dari *orange pekoe* (daun pucuk yang paling kecil dan paling ujung), peko muda 1, peko muda 2, dan peko muda 3.<sup>24</sup>



Gambar 2.7. Daun pucuk *Camellia sinensis* yang biasa dipetik.

---

<sup>24</sup> Hasil wawancara dengan pihak PT. Perkebunan Nusantara XII, Wonosari, Malang.

## 2.1.5. Kandungan Senyawa Kimia Dalam Teh dan Fungsinya

Tabel 2.3. Komposisi Pucuk Daun Teh (% berat kering).

Bagian dari Sel	Senyawa	Total	Yang Larut Dalam Air
Dinding Sel	Selulosa	24,0	0,0
	Hemiselulosa		
	Lignin	6,5	2,3
	Pektin		
Protoplasma	Protein	17,0	0,0
	Lemak	8,0	
	Tepung	0,5	0,0
Vakuola	Polifenol/Katekin	22,0	22,0
	Kafein	4,0	4,0
	Asam amino	7,0	7,0
	Asam gula	3,0	3,0
	Asam organik	3,0	3,0
	Abu/mineral	5,0	4,0
Jumlah		100,0	45,3

Sumber buku: Taklukkan Penyakit Dengan Teh Hijau.

Variasi komposisi komponen kimia pada teh dipengaruhi oleh jenis klon, musim, klon, kondisi tanah, perlakuan kultur teknis pada waktu pembibitan, dan sinar matahari yang mempengaruhi proses fotosintesis. Komposisi kimiawi daun teh secara umum terdiri dari substansi fenol, substansi bukan fenol, substansi aromatis, dan substansi enzim.

Teh berisi hanya empat kalori per gelas bila dikonsumsi tanpa bahan tambahan lain. Di dalamnya terkandung vitamin B-kompleks, termasuk B<sub>2</sub> dan asam nikotin. Rasa teh dihasilkan oleh minyak *volatil* dan *astringency*<sup>25</sup>, sementara warnanya dihasilkan oleh tanin. *Astringency* dan perkembangan rasa meningkat semakin lama.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Pusat Penelitian Teh dan Kina (PPTK) Gambung di Jawa Barat, ditunjukkan bahwa kandungan polifenol – yang

<sup>25</sup> Sensasi dari *astringency* disebabkan oleh suatu reaksi antara polifenol dan protein pada air liur, yang menciptakan sensasi sepanjang sisi lidah pencicip teh.

merupakan komponen aktif untuk kesehatan – pada teh Indonesia mencapai kurang lebih 1,34 kali lebih tinggi dibanding teh dari negara lain. Katekin merupakan senyawa polifenol utama pada teh, yaitu sebesar 90% dari total kandungan polifenol. Rata-rata kandungan katekin pada teh Indonesia berkisar antara 7,02-11,60% b.k., sedangkan pada teh di negara lain, kandungan tersebut berkisar antara 5,06-7,47 b.k.

#### 2.1.5.1. Substansi Fenol

##### a. Katekin (tanin teh)

Polifenol atau yang sering disebut dengan katekin merupakan zat yang unik, karena berbeda dengan katekin yang terdapat pada tanaman lain. Katekin dalam teh bersifat antimikroba (bakteri dan virus), antioksidan, antiradiasi, memperkuat pembuluh darah, melancarkan sekresi air seni, dan menghambat pertumbuhan sel kanker.

Katekin merupakan kelompok utama dari substansi teh hijau, dan paling berpengaruh terhadap seluruh komponen teh. Dalam pengolahan teh, perubahan senyawa ini berkaitan dengan hampir semua karakter mutu teh, yaitu rasa, warna, dan aroma.<sup>26</sup> Katekin adalah kelompok terbesar dari komponen daun teh, terutama kelompok katekin flavanol.

Katekin tanaman teh dibagi menjadi dua kelompok utama, yaitu proanthocyanidin dan poliester. Katekin teh hijau sebagian besar tersusun atas senyawa-senyawa katekin (C), *epicatechin* (EC), *galocatechin* (GC), *epigallocatechin* (EGC), *epicatechin gallate* (ECG), *galocatechin gallate* (GCG), dan *epigallocatechin gallate* (EGCG). Konsentrasi katekin sangat tergantung pada umur daun. Pucuk dan daun pertama paling kaya katekin galat. Kadar katekin bervariasi tergantung pada varietas tanaman tehnya.

Senyawa katekin membentuk beberapa kompleks dalam reaksinya dengan kafein, protein, peptida, ion tembaga, atau siklodekstrin. Dalam kemunculan oksigen tidak terlarut, tampak bahwa sifat-sifat kimia pembentukan katekin teh hijau dengan substansi yang disebutkan di atas sangat berhubungan dengan fungsi fisiologis katekin teh hijau.

---

<sup>26</sup> Universitas Widya Mandala, *loc.cit.*

## b. Flavanol

Flavanol tanaman teh menunjukkan suatu kelompok senyawa yang sangat mirip komposisi kimianya dengan katekin, namun tidak terlalu berpengaruh dalam menentukan kualitas teh. Flavanol pada teh hijau meliputi *quersetin*, *kaemferol*, *mirisetin*. Flavanol merupakan satu di antara sekian banyak antioksidan alami yang terdapat dalam tanaman pangan dan mempunyai kemampuan mengikat logam.<sup>27</sup> Senyawa ini mampu menguatkan dinding pembuluh darah kapiler dan memacu pengumpulan vitamin C.<sup>28</sup>

### 2.1.5.2. Substansi Bukan Fenol

#### a. Karbohidrat

Daun teh juga mengandung karbohidrat, dari gula sederhana hingga yang kompleks. Karbohidrat yang penting di antaranya sukrosa, glukosa, dan fruktosa. Interaksi glukosa, fruktosa, fenilalanin, dan katekin pada suhu tinggi akan menghasilkan aldehyd-aldehyd yang merupakan prekursor aroma, misalnya aroma karamel. Keseluruhan karbohidrat yang terkandung dalam teh adalah 0,75% dari berat kering daun.

#### b. Substansi pektin

Substansi pektin terutama terdiri dari pektin dan asam pektat. Jumlahnya bervariasi, yaitu antara 4,9-7,6% dari berat kering daun. Substansi ini dianggap ikut menentukan sifat baik teh hitam. Salah satunya adalah pembentukan gel yang membuat daun mempertahankan bentuk keritingnya setelah digulung.

#### c. Alkaloid

Popularitas teh sebagian besar disebabkan oleh adanya alkaloid yang dikandungnya. Sifat penyegar teh berasal dari bahan tersebut, yaitu sebesar 3-4% dari berat kering daun. Alkaloid utama dalam teh adalah kafein. Kafein tidak mengalami perubahan selama pengolahan teh, tetapi dipandang sebagai bahan yang menentukan kualitas teh. Kafein akan bereaksi dengan katekin atau hasil oksidasinya membentuk senyawa yang menentukan kesegaran (*briskness*) dari seduhan teh.

---

<sup>27</sup> Andi Nur Alam Syah, *op.cit.*, hal 49-50.

<sup>28</sup> Universitas Widya Mandala, *loc.cit.*

d. Klorofil dan Zat Warna yang Lain

Salah satu unsur penentu kualitas teh hijau adalah warnanya. Warna hijau pada daun teh ditentukan oleh adanya klorofil. Zat warna dalam daun teh mendukung 0,019% dari berat kering daun. Dalam proses inaktivasi enzim, terjadi perubahan dari warna hijau segar menjadi hijau zaitun, karena klorofil diubah menjadi feofitin. Jika terjadi suasana yang sangat asam, maka feofitin akan diubah menjadi feoforbid yang berwarna hijau kecoklatan.

e. Protein dan Asam-asam Amino

Daun teh mengandung protein yang sangat besar perannya dalam pembentukan aroma pada teh. Perubahan utama selama proses pelayuan teh hitam adalah pembongkaran protein menjadi asam-asam amino. Asam amino bersama karbohidrat dan katekin akan membentuk senyawa aromatis. Asam amino yang banyak berpengaruh dalam hal ini adalah *alanin*, *fenil alanin*, *valin*, *leucin*, dan *isoleucin*. Seluruh kandungan protein dan asam amino bebas adalah 1,4-5% dari berat kering daun.

Asam amino mempunyai peran penting dalam menentukan aroma teh. Reaksi asam amino dengan katekin pada temperatur tinggi akan menghasilkan aldehid yang bertanggung jawab atas aroma teh. Dalam daun teh juga muncul asam amino yang biasa dikenal sebagai *theanin*. Kemunculannya dalam teh hijau berhubungan dengan kualitas minuman tehnya.

f. Asam Organik

Dalam proses metabolisme (terutama respirasi), asam organik berperan penting sebagai pengatur proses oksidasi dan reduksi. Selain itu, asam organik juga merupakan bahan pembentuk karbohidrat, asam amino, dan lemak untuk tanaman. Selama pengolahan teh, peranan asam organik yang tampak adalah reaksinya dengan metil alkohol (akibat terbongkarnya pektin) membentuk poliester yang memberi aroma sedap pada teh.

g. Substansi Resin

Aroma teh juga tergantung pada minyak esensial dan resin. Sebagai bahan kimia, resin sulit dibedakan dengan minyak esensial dan terpene. Kandungan resin besarnya 3% dari berat kering daun. Peranan resin yang lain adalah meningkatkan daya tahan tanaman teh terhadap kondisi beku.

#### h. Vitamin

Daun teh mengandung beberapa jenis vitamin, yaitu vitamin C, K, A, B1, dan B2. Vitamin C merupakan senyawa yang sangat peka terhadap oksidasi. Laju oksidasi vitamin C dan komponen lain dipacu oleh adanya temperatur yang tinggi. Kandungan vitamin C dalam teh akan semakin berkurang jika proses fermentasinya semakin penuh. Demikian juga dengan kandungan vitamin E yang akan semakin berkurang selama proses pengolahan dan penyimpanan. Kandungan vitamin C dalam teh sebesar 100-125 mg. Namun, kandungan sebesar itu hanya terdapat dalam teh hijau. Vitamin K dalam teh hijau juga terdapat dalam jumlah besar. Vitamin K sangat penting dalam proses pembekuan darah, serta berperan dalam pembentukan tulang.

#### i. Substansi Mineral

Substansi ini bertanggung jawab atas perubahan koloid, dan langsung berpengaruh pada metabolisme sel. Kandungan mineral dalam daun teh cukup banyak. Mineral ini berfungsi dalam pembentukan enzim di dalam tubuh, termasuk antioksidan. Ternyata, teh menyimpan potensi sebagai sumber mineral tubuh yang penting dalam berbagai proses metabolisme, yang sangat diperlukan sebagai nutrisi tubuh.

Tabel 2.4. Kandungan Mineral Dalam Daun Teh

<b>Mineral</b>	<b>Fungsi</b>
Magnesium	Berperan dalam reaksi seluler, sebagai pengatur elektrolit tubuh, hormon reseptor, berperan dalam metabolisme vitamin D, dan pembentukan tulang.
Kalium	Mineral utama untuk menjaga keseimbangan elektrolit tubuh, turut berperan dalam metabolisme energi, transportasi membran, dan mempertahankan permeabilitas sel, serta berfungsi menyampaikan pesan saraf otot.
<i>Flour</i>	Penting dalam mempertahankan dan menguatkan gigi agar terhindar dari karies, dan sebuah studi di Jepang menunjukkan bahwa teh membantu mencegah pembentukan plak gigi serta membunuh bakteri mulut penyebab pembengkakan gusi.
Natrium	Merupakan salah satu mineral utama, berperan erat dalam mengatur keseimbangan elektrolit dalam tubuh.

Kalsium	Penting dalam pembentukan tulang, dan diduga turut berperan dalam memperbaiki tulang.
Seng	Berperan penting dalam metabolisme tubuh, berperan erat dalam pertumbuhan, perkembangan, sintesis vitamin A, peningkatan sistem kekebalan tubuh, dan pembentukan enzim pemusnah radikal bebas. Kandungan seng yang cukup tinggi menjadi salah satu keunggulan teh.
Mangan	Merupakan koenzim berbagai metallo enzim dan juga sebagai aktivator enzim, berperan penting dalam menghancurkan radikal bebas. Konsentrasi mangan yang relatif tinggi mampu menyumbang 10% dari kekebalan tubuh.
<i>Cuprum</i>	Semakin penting peranannya dalam berbagai proses metabolisme tubuh, salah satunya berfungsi sebagai pemusnah radikal bebas. Sebagai antioksidan, kandungan Cu dalam teh berpotensi menurunkan peluang terkena penyakit degeneratif.
Selenium	Berfungsi dalam pembentukan enzim antioksidan, juga erat hubungannya dengan metabolisme yodium.

Sumber buku: Taklukkan Penyakit Dengan Teh Hijau.

### 2.1.5.3. Substansi Aromatis

Salah satu sifat penting dari kualitas teh adalah aroma. Munculnya aroma pada teh hitam baik langsung atau tidak, dihubungkan dengan terjadinya oksidasi senyawa katekin. Aroma teh digolongkan ke dalam empat kelompok, yaitu fraksi karboksilat, fenolat, karbonil, dan fraksi netral bebas karbonil.

Ada beberapa pendapat mengenai sumber aroma dari teh. Pendapat tertua mengatakan bahwa aroma teh berasal dari glikosida yang terurai menjadi gula sederhana dan senyawa yang beraroma. Peneliti lain menyatakan bahwa munculnya aroma teh adalah akibat dari penguraian protein. Adanya minyak esensial yang mudah menguap juga disebut sebagai sumber aroma teh. Sementara pendapat lain mengatakan bahwa aroma berasal dari oksidasi karotenoid yang menghasilkan senyawa mudah menguap (aldehid dan keton tak jenuh).

#### 2.1.5.4. Substansi Enzim

Peranan penting dari enzim-enzim dalam daun teh adalah sebagai biokatalisator pada setiap reaksi kimia di dalam tanaman. Enzim yang dikandung dalam daun teh antara lain adalah *invertase*, *amilase*,  *$\beta$ -glukosidase*, *oximetilase*, *protease*, dan *peroksidase*. Enzim lain yang penting dalam proses pengolahan teh adalah *polifenol oksidase* yang dapat menganalisa reaksi oksidasi katekin. Enzim ini tersimpan dalam sitoplasma, sedangkan katekin tersimpan dalam vakuola. Kedua enzim ini saling bertemu untuk bereaksi jika ada perusakan sel.

Enzim *polifenol oksidase* pada teh merupakan bagian terpenting dalam pengolahan teh, karena bertanggung jawab langsung pada sebagian besar atau keseluruhan reaksi yang terjadi selama oksidasi enzimatis. Aktivitas polifenol oksidase yang paling besar terdapat pada daun teh yang paling muda.

#### 2.1.6. Manfaat Teh

Teh merupakan minuman alami dan menyehatkan. Konon di masa lampau ketika ilmu obat-obatan masih sangat sederhana, manusia yang rajin mengkonsumsi teh mampu memiliki umur yang relatif lebih panjang daripada yang tidak. Teh kaya akan nutrisi, termasuk beberapa zat yang vital dalam pertumbuhan dan mempertahankan kesehatan seseorang. Kaisar Qianlong dari Dinasti Qing gemar meminum teh. Sebagai kaisar yang berumur paling panjang di negeri Cina, daya tahannya dipercaya berkaitan dengan kebiasaannya minum teh.

Khasiat utama teh berasal dari senyawa polifenol yang dikandungnya. Di dalam tubuh, senyawa ini membantu kinerja enzim SOD yang berfungsi menyingkirkan radikal bebas. Radikal bebas ini dihasilkan dari proses oksidasi di dalam tubuh dan berbahaya bagi kesehatan, karena menghambat aliran darah, yang akhirnya dapat menimbulkan penyakit jantung. Selain itu, radikal bebas menyebabkan kulit menjadi keriput dan membentuk noda hitam. Secara medis, senyawa katekin dalam teh, terutama yang mengalami sedikit oksidasi, memiliki antioksidan yang sangat bermanfaat untuk mencegah berbagai macam penyakit. Kemampuan katekin untuk menangkap radikal bebas 100 kali lebih efektif daripada vitamin C, dan 25 kali lebih efektif daripada vitamin E.

Selain polifenol, mineral dan alkaloid dalam teh juga sangat bermanfaat. Fluor dalam teh bagus untuk kesehatan gigi. Kafein dapat membantu memperlancar keluarnya cairan urin. Vitamin C dapat menurunkan stres dan mencegah terkena flu, vitamin B-kompleks mampu membantu metabolisme karbohidrat, sedangkan asam amino menurunkan tekanan darah. Berkat kemampuan antibakterinya, teh dapat membantu menghambat terjadinya infeksi tenggorokan. Penelitian juga menunjukkan bahwa meminum teh akan memperbaiki konsentrasi serta kemampuan dalam memecahkan masalah.

Teh dapat juga digunakan sebagai obat luar. Misalnya di Cina, teh hijau digunakan untuk menyembuhkan luka, penyakit kulit, dan penyakit-penyakit kaki seperti kutu air. Hasil hipotesis dari beberapa riset mengatakan bahwa teh berkhasiat untuk mengobati berbagai penyakit, seperti *stroke*, gangguan jantung, keluhan *gastrointestinal*, perawatan gigi, perawatan kulit, mengurangi gula darah, mencegah *arthritis*, mencegah kerusakan hati, dan membantu menurunkan berat badan bagi yang menjalankan diet.

Studi di Belanda menunjukkan bahwa meminum dua cangkir teh sehari akan mengurangi resiko terkena penyakit jantung hingga 50%. Sedangkan menurut studi di Jepang, meminum teh juga dapat mengurangi resiko terkena *stroke*. Hasil riset di beberapa jurnal nasional dan dunia menyatakan bahwa tingkat konsumsi teh hijau yang tinggi mampu memperpanjang tingkat usia dan memperbaiki kualitas kesehatan seseorang.

#### a. Teh sebagai antikanker

Kandungan terbesar dalam teh, terutama teh hijau, adalah senyawa *epigallocatechin gallate* yang diunggulkan sebagai senyawa pencegah kanker. Mengonsumsi teh hijau satu gelas sehari bermanfaat untuk mencegah peradangan pada lambung yang merupakan salah satu penyebab kanker perut. Senyawa polifenol merupakan antioksidan yang sangat ampuh menetralkan radikal bebas yang menjadi penyebab kanker payudara. Senyawa EGCG dalam teh hijau mampu menghambat pertumbuhan sel kanker prostat, dan dalam dosis yang tinggi dapat menghancurkannya. Ekstrak teh hijau bersifat mengatur dan memperbaiki sistem imun, sehingga resiko kanker dapat

dikurangi. Ekstrak ini dapat menghambat sel kanker, karena dapat menghambat aktivitas mutagenik beberapa senyawa karsinogen.

b. Teh sebagai antimikroba dan antibakteri

Katekin teh bersifat antimikroba dan menghambat racun. Dalam saluran pencernaan, teh hijau membantu melawan keracunan makanan dan berbagai penyakit. Mikroba pembentuk racun dalam makanan maupun mikroba penyebab penyakit pencernaan dan diare dapat ditangkal, sekaligus menekan pembentukan senyawa merugikan oleh bakteri. Kandungan vitamin C yang tinggi dapat mencegah terjangkitnya virus influenza, sementara vitamin E bertindak sebagai antioksidan dan penunda penuaan.

c. Teh dan *arterosklerosis*<sup>29</sup>

Studi yang melibatkan 262 pria Jepang berusia 30 tahun ke atas membuktikan bahwa mereka yang mengonsumsi teh hijau 2-4 cangkir sehari memiliki resiko yang lebih rendah terhadap penyakit ini. EGCG dalam teh tersebut menjadi kunci penting penurunan resiko penyakit *aterosklerosis*.

d. Teh bagi kesehatan jantung

Antioksidan dalam teh dapat menghancurkan lemak dalam arteri sehingga menurunkan resiko terserang penyakit jantung. Teh dapat membantu menjaga tekanan darah agar tidak meningkat, mengurangi pengentalan dan agregasi darah, menurunkan kadar kolesterol darah, juga menghambat pertumbuhan sel otot halus di sekitar urat nadi yang dipicu oleh kolesterol.

e. Teh menurunkan tekanan darah tinggi

*Epigallocatechin* dan *epicatechin gallat* yang merupakan varian dari katekin dalam teh terbukti menghalangi aktivitas dan menekan produksi senyawa kimia penyebab timbulnya tekanan darah tinggi.

f. Teh untuk kesehatan ginjal

Katekin dalam teh, terutama EGCG, mampu mencegah dan menyembuhkan penyakit ginjal.

---

<sup>29</sup> *Arterosklerosis* adalah penyakit yang menyebabkan mengerasnya pembuluh arteri karena adanya penyumbatan oleh kolesterol.

g. Teh sebagai antidiabetes

Penderita diabetes dapat berkurang kadar glukosa darahnya dengan mengkonsumsi teh. *Mangan* dalam teh membantu menguraikan gula menjadi energi. Katekin juga dapat membantu menurunkan kadar gula dalam darah.

h. Teh menurunkan kolesterol

Kadar kolesterol yang tinggi dalam darah akan meningkatkan risiko terkena berbagai penyakit. Katekin yang terkandung dalam teh hijau bisa mencegah pengaruh buruk yang ditimbulkan oleh kolesterol.

i. Teh untuk kesehatan gigi

Unsur *flouride* yang cukup tinggi pada teh dapat membantu dalam mencegah tumbuhnya karies pada gigi serta dapat memperkuat gigi. Seduhan teh hijau juga menghambat pertumbuhan bakteri penyebab karies gigi. Dengan demikian, maka katekin bersama dengan *fluoride* menyetatkan gigi.

j. Teh mencegah nafas tak sedap

Katekin dalam teh membantu pasta gigi dan obat kumur dalam membunuh virus, menghambat pertumbuhan bakteri sampai 30% dan mengurangi produksi senyawa penyebab nafas tak sedap.

k. Teh mencegah oksidasi dalam tubuh

Sifat antioksidan katekin dalam teh berfungsi sebagai pelindung bagi membran butir darah terhadap oksidasi, sehingga melindungi butir darah merah dari kerusakan. Sifat ini juga dapat dimanfaatkan dalam mengawetkan makanan, melindungi lemak maupun minyak makanan dari kerusakan, serta melindungi beberapa jenis vitamin yang peka terhadap oksidasi.

l. Teh melancarkan sekresi air seni

Teh adalah senyawa diuretik (peluruh air seni), karena mengandung *methylxanthine* yang dapat menghambat penyerapan kembali garam-garam dan air dalam ginjal, sehingga sekresi air seni menjadi lancar.

m. Teh dan *osteoporosis*<sup>30</sup>

Selama ini muncul anggapan bahwa senyawa tanin dapat menghambat penyerapan kalsium dan senyawa kafein akan meningkatkan persentase kehilangan kalsium tubuh. Ternyata efek negatif tersebut tidak berlaku pada

---

<sup>30</sup> *Osteoporosis* menyebabkan massa tulang menyusut, sehingga tulang mudah patah dan badan menjadi bungkuk.

tanin dan kafein teh. Teh banyak mengandung vitamin K, yang berhubungan dengan kepadatan tulang dan berperan mengurangi resiko patah tulang. Magnesium dalam teh membantu mengatur kecukupan jumlah kalsium yang masuk ke dalam sel. Mineral *fluor* dalam teh juga berperan dalam metabolisme tulang. *Flavonoid* teh mempengaruhi dan menjaga massa tulang sehingga tidak mudah rapuh.

n. Teh untuk kecantikan

Teh efektif melindungi kulit dari sinar matahari yang dapat menyebabkan kanker kulit. Aktivitas antioksidan katekin dapat mengurangi kerusakan sel, sehingga memperlambat proses penuaan. Teh juga merupakan *astringent* yang dapat membantu mengatasi mata sembab, jerawat, mengencangkan bibir, merawat kulit wajah, dan menghitamkan rambut.

o. Teh membantu diet

Polifenol dalam teh akan menghambat penyerapan vitamin B1, sehingga mengurangi metabolisme gula darah yang selanjutnya berpengaruh pada pengurangan berat badan. Teh hijau berpotensi meningkatkan pembakaran kalori dan lemak dalam tubuh.

p. Teh sebagai antialergi

Teh diketahui dapat menekan terbentuknya senyawa-senyawa alergi seperti histamin, melalui penghambatan aktivitas enzim *hyaluronidase*.

### 2.1.7. Teh di Indonesia

Industri teh, khususnya di Jawa Barat, mempunyai porsi yang strategis untuk meningkatkan kesejahteraan masyarakat, kelestarian lingkungan, dan kesehatan. Meski begitu, apresiasi konsumen terhadap teh sebagai minuman masih rendah, karena keterbatasan pengetahuan masyarakat terhadap keragaman jenis teh, dan manfaat minuman teh untuk kesehatan. Hal tersebut dikemukakan oleh Deni Drimawan, SE, MM, CQM, Direktur Kaminari, yang juga sebagai pelaksana penyelenggara "Tea Festival 2005".

Acara tersebut berlangsung di Bandung Super Mall dan Hotel Horison, 2-4 Desember 2005. Festival teh tersebut merupakan kerja sama seluruh *stake holders* agrobisnis teh, seperti PTPN VIII, PT Teh Sinar Sosro, PPTK Gambung, PT KBP

Chakra, GPP Jabar Banten, ATI, Apteindo, Apte Jabar, serta dinas/badan dan lembaga yang erat kaitannya dengan pengembangan agrobisnis teh. Festival ini merupakan kegiatan tahunan, sebagai ajang promosi untuk meningkatkan konsumsi teh per kapita. Tingkat konsumsi teh di Indonesia masih rendah, baru sekitar 300 gram per kapita.

Kegiatan tersebut diisi seminar forum ilmiah dan forum bisnis, pameran produk teh, dan kegiatan lain yang menunjang seperti senam sehat bersama. Sasaran yang ingin dicapai adalah meningkatnya apresiasi masyarakat tentang teh dan citra teh sebagai minuman bergengsi dan menyehatkan. Sehingga, pada gilirannya akan memacu perkembangan industri teh dalam negeri.<sup>31</sup>

Komoditas teh Indonesia yang pada masa lalu menjadi salah satu primadona ekspor Indonesia, kini posisinya terancam dengan semakin banyaknya muncul produsen teh baru di pasar dunia. Di sisi lain, tiga tahun terakhir pasokan teh dunia selalu lebih besar dari serapannya, sehingga harga teh terus tertekan. Oleh karena itu, konsumsi teh di dalam negeri harus ditingkatkan sehingga komoditas teh yang menghidupi jutaan rakyat Indonesia bisa bertahan.

Hal tersebut mengemuka pada diskusi ringan sekitar Pasar Teh Indonesia pada saat ini sebagaimana disampaikan Ketua Asosiasi Teh Indonesia (ATI) Rachmat Badrudin, Kepala Dinas Perkebunan Jawa Barat Mulyadi Sukandar, Direktur Utama PTPN VI Insyaf Malik, dan Direktur Pemasaran PT Perkebunan Nusantara VIII Indra B Djenie, Rabu (24/9), di Bandung. Rachmat menjelaskan pada pertemuan Inter Governmental on Tea belum lama ini di Colombo, semua negara produsen teh mengaku dirugikan oleh kenyataan bahwa persediaan teh tiga tahun terakhir selalu lebih besar dari daya serapnya, sehingga harga teh terus tertekan. Pertemuan itu pun kemudian sampai pada satu kesepakatan bahwa "musuh" bagi teh adalah jenis-jenis minuman lain, seperti soft drink, air mineral, kopi, dan lain-lain.<sup>32</sup>

---

<sup>31</sup> "Festival Teh Tingkatkan Konsumsi", *Pikiran Rakyat*, 2005, Pikiran Rakyat Cyber Media. 27 Januari 2006, <<http://www.pikiran-rakyat.com/cetak/2005/1105/17/0314.htm>>.

<sup>32</sup> "Pasar Teh Indonesia Terancam, Konsumsi Teh Dalam Negeri Harus Ditingkatkan", *Kompas Cyber Media*, 2003, *Harian Kompas*, 20 Desember 2006, <<http://www.kompas.com/kompas-cetak/0309/25/daerah/582297.htm>>.

#### 2.1.8. Variasi Pemanfaatan Teh

Dalam budaya Indonesia, minum teh tidak lain adalah minum air yang mengandung seduhan daun teh. Padahal di banyak negara lain, variasi konsumnsi teh cukup banyak, misalnya sebagai bahan obat atau masakan. Untuk menambah kenikmatan, orang sering menambahkan gula. Biasanya minuman teh disajikan pada pagi, siang, atau sore hari, dan seringkali tak ada aturannya. Jika ingin minum teh, orang biasa membuat sendiri atau memesan di rumah makan. Wadah yang digunakan pun sesukanya, bisa gelas atau cangkir. Di depot kecil atau warung, banyak orang meminum teh dengan mengangkat kaki sambil mengunyah singkong goreng atau atau makanan kecil lainnya.

Minum teh di negara kita sangat berbeda dengan tradisi minum teh di negeri Jepang yang masyarakatnya menghormati teh. Sampai-sampai untuk minum teh saja, mereka melakukannya dengan upacara. Di Indonesia, walau minum teh tak memerlukan perlakuan khusus, namun sebagian rumah makan kini menggunakan teko khusus yang terbuat dari gerabah, keramik atau porselen.<sup>33</sup>

Akhir-akhir ini telah dipatahkan opini umum yang mengatakan bahwa teh hanya berguna sebagai minuman pendamping camilan di sore hari. Kini telah semakin banyak koki di restoran-restoran terkemuka di seluruh dunia yang memperkenalkan bahan teh dalam menciptakan menu-menu baru. Mereka mengaplikasikannya baik untuk makanan pembuka, hidangan utama, makanan penutup, maupun berbagai macam minuman, sebagai salah satu bahan yang sangat berpengaruh. Teh adalah suatu bahan yang mampu meningkatkan selera, misalnya dapat digunakan sebagai bahan tambahan ketika membuat menu piknik seperti roti lapis, maupun menu klasik seperti tart lemon. Bahkan, kita dapat menambahkan teh pada hidangan tradisional yang menggunakan ikan, daging, atau tofu sebagai variasi baru yang menggugah selera.

Minum teh pada zaman dulu hanya dinikmati oleh sedikit orang. Biarawan pertama kali memperkenalkan teh kepada murid-muridnya. Kemudian teh baru tersebar pada kaum bangsawan, sebelum akhirnya dinikmati oleh orang banyak. Kemudian dengan cepat masing-masing daerah bereksperimen dengan pengolahan

---

<sup>33</sup> “Kegemaran Minum Teh Semakin Membuka Peluang bagi Perajin”, *Harian Umum Sore Sinar Harapan*, 2002, Sinar Harapan. 27 Januari 2006, <<http://www.sinarharapan.co.id/feature/ritel/2002/094/rit01.html>>.

teh, menambahkan perencah, serta beberapa upaya inovatif lainnya, hingga muncul gagasan untuk memasak dengan teh. Jepang ‘menyumbangkan’ es krim rasa teh hijau, dan ibu-ibu rumah tangga di Jepang memanfaatkan kelebihan teh hijau untuk memasak beras dan sebagai kaldu, selain menggunakan daun teh segar sebagai hiasan. Orang Brma menggunakan daun teh yang diawetkan untuk campuran salad yang disebut *laphet*, yang hingga saat ini masih diterapkan di beberapa area negara itu. Masyarakat negeri Cina membumbui hidangan teh dengan kuncup mawar kecil yang elok, menambahkan suatu rasa selembut sutera ke dalam teh hitam, dan menggunakan buah-buahan seperti leci, bunga-bunga seperti bunga krisan, bunga jeruk, dan *osmanthus* untuk menghasilkan minuman teh yang menyegarkan.

Dengan bukti yang kuat bahwa teh hitam dan teh hijau kaya akan antioksidan, maka tercipta pula dorongan yang lebih besar untuk menikmati teh baik di cangkir maupun di atas piring hidangan. Teh merupakan suatu bahan menyehatkan dengan sejarah panjang dan bahkan masa depan yang lebih menjanjikan bagi menu-menu dapur rumah tangga.<sup>34</sup>

Dari berbagai observasi dan penelitian yang dilakukan, ternyata cara dan kebiasaan mengkonsumsi teh di Indonesia tidak memiliki kecenderungan yang pasti seperti di luar negeri. Ada yang terbiasa meminumnya di pagi hari, saat makan siang, atau di sore hari ketika bersantai, juga di saat-saat lain yang tidak begitu menentu. Satu hal umum yang dapat dilihat kasat mata adalah sebagian besar orang Indonesia menyukai teh manis, bukan teh asli. Dan cara ini menjadi hampir satu-satunya menu favorit konsumsi teh di negeri kita. Namun, bagi para penggemar teh, beberapa di antara mereka masih ada yang mencoba mengkombinasikan bahan teh dengan berbagai bahan lain. Beberapa orang bereksperimen dengan menambahkan minuman instan seperti Nutrisari Jambu, potongan buah-buahan, wedang ronde, daun mint, jeli berbagai rasa, dan lain-lain.<sup>35</sup> Mereka cukup kreatif dalam menciptakan resep-resep kesukaannya.

---

<sup>34</sup> Robert Wemichner dan Diana Rosen, *Cooking with Tea: Techniques and Recipes, for Appetizers, Entrees, Desserts, and More*. Singapore: Periplus Editions, 2000, hal xv-xvi.

<sup>35</sup> “Snitz Forums 2000”, *Snitz Communications*, 2002, Lautan Indonesia, 29 Desember 2006, <<http://www.indosiar.com/forum/default.asp>>.

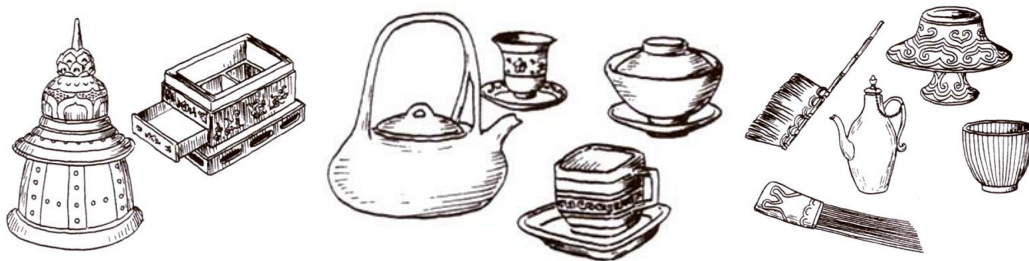
Akhir-akhir ini beberapa perusahaan teh juga mulai mempopulerkan teh dengan sering mengadakan ajang lomba membuat resep masakan dan minuman dengan teh, seperti yang dilakukan oleh Teh Sosro dan Sariwangi beberapa waktu lalu. Selain itu, juga telah muncul situs-situs di internet yang membahas mengenai teh, misalnya variasi resepnya, ataupun forum terbuka yang mengundang para pecinta teh untuk saling bertukar informasi mengenai teh.

Buku yang akan dibuat kali ini akan membahas secara cukup detail mengenai cara mengolah dan menyeduh teh, karena teh yang akan digunakan untuk tujuan yang berbeda, diolah dengan cara berbeda pula. Misalnya, teh yang akan digunakan sebagai bahan memasak atau dicampurkan ke dalam masakan, cara mengolahnya berbeda dengan jika akan diseduh dan diminum begitu saja. Selain itu, juga akan dipaparkan mengenai cara memilih teh yang tepat, serta cara menyimpannya dengan baik dan aman.

### 2.1.9. Menyajikan Teh

#### 2.1.9.1. Peralatan Minum Teh

Pada zaman Dinasti Dang, peralatan minum teh secara bertahap terpisah dari peralatan minum anggur dan peralatan makan. Sebagai penghargaan, perlengkapan teh juga menjadi semakin indah dan artistik. Pada saat itu, kegiatan minum teh melibatkan banyak hal dan langkah-langkah yang rumit. Dalam buku *Tea Classic*, Lu Yu mencatat lebih dari 20 jenis peralatan khusus untuk memanaskan, merebus, dan merawat daun teh. Demikian pula untuk memegang, menyaring, dan menyendok airnya. Ia juga mencatat peralatan yang berbeda untuk memegang dan meminum teh, juga untuk membawa serta mencuci perlengkapan minum teh.





**Cangkir dengan penutup:**  
Cangkir teh ini disertai dengan tutup dan bisa digunakan untuk membuat teh. Biasanya terbuat terdiri dari cangkir, tutup dan lepek.

**Pembawa Teh:**  
Sebuah kotak untuk membawa daun teh. Sekarang, biasanya terbuat dari baja anti karat.

**Kendi teh:**  
Untuk membawa minuman teh atau air.

**Sendok teh:**  
Digunakan untuk mengambil teh dari kotak pembawa daun teh. Terbuat dari tanah liat, bambu atau kayu.



**Serbet teh:**  
Digunakan untuk membersihkan cangkir teh dan teko teh.

**Pembawa teko:**  
Digunakan untuk membawa teko teh dan bisa diisi dengan air panas agar teko teh itu tetap hangat.

**Meja pembawa teh:**  
Digunakan untuk membawa cangkir teh. Beberapa meja terdiri dari dua tirai dan satu penyaring.

**Mangkuk teh:**  
Untuk memastikan konsentrasi yang seragam pada minuman, teh di teko bisa dituangkan pada mangkuk teh terlebih dahulu.

Gambar 2.8. Beberapa contoh perlengkapan teh.

Sumber buku: Asal Mula Minum Teh dan Arak Sesuai Tradisi China.

Namun, mengikuti popularitas teh butiran yang semakin menyebar, peralatan minum teh juga menjadi semakin sederhana. Setiap jenis teh mempunyai karakteristik yang berbeda-beda, maka cara menyajikannya pun berbeda pula. Namun, ada hal-hal pokok yang penting untuk diperhatikan. Saat ini, perlengkapan minum teh termasuk mangkuk, teko, cangkir, alat penyaring, dan meja kecil.<sup>36</sup> Namun, cara memasak maupun peralatan yang digunakan sebaiknya disesuaikan dengan jenisnya yang khas.

Ada banyak cara untuk menyiapkan teh, baik untuk banyak orang atau untuk satu orang. Salah satu cara yang sering dianjurkan, pertama-tama sepertiga poci diisi dengan daun teh. Air mendidih dituangkan ke dalamnya, dan gelembung pada permukaan air dipindahkan dengan tutup poci, kemudian tutup tersebut direkatkan. Ada beberapa orang yang suka membuang air seduhan pertama tersebut, dan menyebutnya 'membersihkan teh', yaitu membersihkan daun teh sehingga aromanya lebih mudah keluar. Namun, tidak setiap jenis teh perlu dicuci seperti itu, misalnya teh hitam dan teh hijau dapat memberikan rasa yang kaya, bahkan dalam seduhan pertamanya.

Sebagian orang suka menyiramkan air panas ke atas teko yang telah berisi seduhan teh, lalu menuangkan teh dalam teko itu ke cangkir yang sudah dipanaskan.<sup>37</sup> Namun bagi sebagian yang lain, sebelum digunakan untuk menyeduh teh, sebaiknya cangkir dan poci dibilas dengan air panas terlebih dahulu, lalu ditiriskan. Kemudian baru menimbang teh dan mengukur temperatur air yang tepat untuk digunakan, dan menuangkannya ke dalam poci yang berisi daun teh tadi. Seduhan teh itu dapat dibiarkan hingga 1 menit, lalu dirasakan. Jika kurang, kita dapat membiarkannya lebih lama lagi hingga sesuai selera. Penjual teh yang profesional akan memberi petunjuk mengenai jumlah teh yang sebaiknya digunakan serta lama waktu menyeduhnya.<sup>38</sup>

Jika menyiapkan teh hanya untuk satu orang, maka dapat digunakan cangkir teh yang memiliki pegangan dan tutup, dan di dalamnya diberi penyaring. Setelah cangkir dipanaskan, dituangkan sedikit air panas ke dalamnya dan ditambahkan daun teh, lalu cangkir dipenuhi dengan air panas hingga 80%. Tutup

---

<sup>36</sup> Wang Xuanming, *op.cit.*, hal 3.

<sup>37</sup> *ibid*, hal 42.

<sup>38</sup> Robert Wemichner dan Diana Rosen, *op.cit.*, hal 13.

cangkir direkatkan dan teh dibiarkan terendam selama 1-3 menit atau lebih, sesuai selera. Setelah itu tutup beserta penyering diangkat, dan teh siap dinikmati. Untuk membuat secangkir berikutnya, cukup menempatkan kembali penyaring yang berisi daun teh tersebut dan merendaminya lagi.<sup>39</sup>

#### 2.1.9.2. Menyeduh Teh Untuk Minuman

Resep untuk menghasilkan secangkir teh yang baik, bervariasi sesuai dengan jenis teh yang digunakan. Jika hanya menggunakan teh dalam kantung, 1 kantung teh per orang dengan 180 ml air mendidih akan menghasilkan teh yang enak. Ketika menggunakan teh hijau, air yang digunakan sebaiknya air yang hampir (belum) mendidih. Untuk teh jenis *loose*, jumlah teh yang digunakan harus ditimbang dan bukan diukur. Beberapa daun teh bersifat kecil dan berat, sedang yang lain berukuran besar namun sangat ringan, sehingga diperlukan jumlah yang banyak untuk menghasilkan rasa yang cukup.<sup>40</sup>

Temperatur waktu menyeduh teh sangat penting untuk menghasilkan seduhan yang pas. Teh putih dan teh hijau dapat diseduh lebih lama, namun pada beberapa kali penyeduhan, bukan sekaligus dalam waktu yang lama. Teh putih dan teh hijau yang berkualitas tinggi akan dapat diseduh sedikitnya tiga kali, bahkan sering kali lebih. Dengan cara penyeduhan bertahap semacam itu, untuk jenis teh putih, waktu penyeduhan sebaiknya sangat singkat, sekitar 30 detik dengan air bersuhu 79-85°C. Sedangkan teh hijau sebaiknya diseduh selama 35-45 detik dengan air bersuhu 85-88°C air.<sup>41</sup> Namun hal ini dapat disesuaikan dengan selera masing-masing.

Teh hijau cocok disajikan dalam jumlah sedikit, dalam cangkir kecil yang tanpa pegangan. Ini akan 'memaksa' orang untuk mencicipi secara pelan-pelan daripada langsung meneguk semuanya sekaligus. Air yang digunakan adalah air matang yang dididihkan hingga bersuhu sekitar 80°C atau ketika gelembung udara kecil baru mulai timbul. Umumnya orang menyeduh dan merendam teh hijau selama 2-3 menit dalam poci tertutup, untuk mempercepat pembukaan daunnya. Dengan menggunakan air yang belum mendidih dan waktu merendam yang lebih

---

<sup>39</sup> Wang Xuanming, *op.cit.*, hal 43.

<sup>40</sup> Robert Wemichner dan Diana Rosen, *loc.cit.*

<sup>41</sup> *ibid*, hal 14.

singkat (seperti telah disebutkan sebelumnya), teh hijau akan mengeluarkan rasa yang maksimal. Tidak dianjurkan untuk mencampurkan gula, jeruk nipis, atau susu ke dalam teh hijau. Seperti halnya pada teh *oolong*, bahan-bahan tersebut akan menyelimuti rasa teh hijau yang begitu halus.<sup>42</sup>

Untuk menyeduh teh hitam, air harus mencapai 91-95°C, atau sudah mulai mendidih. Air panas dituangkan ke dalam poci yang berisi daun teh dan direndam selama 2-4 menit dengan poci tertutup. Apabila teh tidak segera dikeluarkan, maka akan mulai terasa pahit dan rasa aslinya berkurang sehingga tidak maksimal. Namun jika teh direndam kurang dari waktunya, infusnya akan berwarna tetapi tidak akan beraroma atau berasa, sama halnya dengan jika menggunakan air yang kurang panas. Tidak akan menjadi masalah bila teh hitam dicampur dengan bahan lain, namun sebaiknya ditambahkan setelah teh diseduh secara penuh. Jika tidak, maka bahan tambahan tersebut akan menghambat proses seduh teh, sehingga dapat mengubah rasa tehnya.<sup>43</sup>

Teh *oolong* sebaiknya diminum seperti ketika minum minuman keras, yaitu dalam jumlah sedikit dan memakai cangkir kecil. Bahkan, di Cina ada yang menggunakan cangkir sekecil ibu jari manusia. Cara paling tepat untuk menyajikan teh *oolong* agak berbeda dari teh yang lain, yaitu satu sendok teh untuk setiap orang. Teh sebaiknya diseduh dan direndam selama 1-3 menit dengan air bersuhu 88°C, kemudian dituangkan ke dalam cangkir. Untuk teh *oolong*, lebih baik dimasak beberapa kali dengan sedikit air daripada dimasak banyak sekaligus. Dengan cara ini, orang dapat lebih menikmati tehnya melalui proses pembuatannya dan teh akan tetap panas setiap akan menikmati. Sangat tidak dianjurkan mencampurkan teh *oolong* dengan gula, jeruk nipis, atau susu. Jika teh *oolong* dicampur bahan lain, bukan berarti tehnya akan menjadi beracun, namun teh *oolong* memiliki budaya yang sangat kuat dan telah ratusan tahun diminum dengan cara khasnya. Mencampurnya dengan gula atau bahan lain akan

---

<sup>42</sup> “Cara Masak Teh Hijau“, *Dharma Teas*, 2005, Dharma Jakti Home, 30 Jan 2006, <<http://www.dharma-jakti.com/tehind/mashitam.html>>.

<sup>43</sup> “Cara Masak Teh Hitam“, *Dharma Teas*, 2005, Dharma Jakti Home, 30 Jan 2006, <<http://www.dharma-jakti.com/tehind/mashitam.html>>.

mengganggu rasa yang begitu halus dan murni, sehingga kenikmatan keindahan teh tidak menjadi seolah tidak ada lagi.<sup>44</sup>

### 2.1.9.3. Menyeduh Teh Untuk Bahan Memasak

Tantangan paling kritis dalam memasak dengan teh adalah bagaimana cara mendapatkan rasa paling maksimal dari teh, tanpa melepaskan *astringency* yang kasar yang sering kali terjadi ketika daun teh dibiarkan terlalu lama di dalam air. Suatu hal yang pasti, jika teh tersebut tidak enak diminum, maka teh itu pasti juga tidak layak digunakan untuk memasak.

Ada teknik tertentu untuk memasak dengan bahan teh. Hal terpenting adalah untuk tidak menggunakan teh sisa seduhan, dan tidak menyeduhnya terlalu pekat. Kebanyakan dari resep masakan yang memanfaatkan teh, menggunakan teh yang diseduh dengan ringan dalam air bersuhu 85°C selama 1-3 menit. Ini adalah suatu teknik yang relatif mudah dan cepat, terutama jika tidak mempunyai banyak waktu untuk memasak dengan santai. Pada resep yang lain, teh diseduh dan dipanaskan kembali atau dimasak dengan bahan lain tanpa mempengaruhi kualitasnya, karena daun teh diseduh dengan ringan untuk pertama kali. Kedua langkah ini memungkinkan penyeduhan teh tanpa menjadi pahit.

Dalam beberapa resep, terutama yang menggunakan sejenis protein, teh dituangkan ke dalam air mendidih, krim, atau sari buah dalam waktu yang singkat, untuk memberikan rasa dan aroma teh yang maksimal ke dalam masakan. Jika kita memiliki waktu cukup banyak untuk memasak, maka sebaiknya memilih menggunakan cara tradisional untuk memasak dengan teh. Cara ini menggunakan air dingin untuk menyeduh daun teh, sehingga memerlukan waktu 2 jam ke atas. Namun kelebihan metode ini adalah menghasilkan seduhan yang lebih baik, yaitu ekstrak teh yang benar-benar terasa tanpa rasa pahit sedikit pun, apa pun jenis tehnya. Dua sendok teh atau sekitar 10 gram daun teh untuk setiap 240 cc air dingin akan memberikan ekstrak teh yang terasa lebih maksimal. Namun, tentu saja ada pengecualian tertentu, tergantung jenis teh dan resep yang digunakan. Terkadang, menyeduh daun teh dengan waktu yang lebih pendek atau lebih

---

<sup>44</sup> “Cara Masak Teh *Oolong*“, *Dharma Teas*, 2005, Dharma Jakti Home, 30 Jan 2006, <<http://www.dharma-jakti.com/tehind/masoolong.html>>.

panjang dapat menjadi lebih baik. Ekstrak teh yang dingin dapat dipanaskan untuk memperkuat rasanya tepat sebelum menambahkannya ke dalam hidangan.

Ketika teh digunakan sebagai bahan untuk melembutkan (misalnya bumbu untuk mencelup daging atau sayuran sebelum dimasak), maka proporsi daun teh sebaiknya sekitar 10 gram untuk 240 cc air. Namun jika teh digunakan sebagai saus *marinade* untuk waktu yang lama, jumlah daun tehnya dapat ditambah lagi untuk memperkuat rasanya.<sup>45</sup>

#### 2.1.10. Memilih dan Menyimpan Teh

Secara umum, semua orang ingin mengkonsumsi produk yang terbaik, namun mengenai teh tidak semua orang mengenal apa itu teh yang berkualitas dan yang tidak. Terutama bagi masyarakat Indonesia yang lebih senang mengkonsumsi teh dalam kantong dan tidak begitu menghargai cita rasa teh asli, hanya segelintir orang yang benar-benar memilih teh berdasarkan kualitasnya. Ada empat rahasia dalam membeli teh yang baik, yaitu:

- Melihat atau memeriksa apakah bentuk, ukuran, dan warna daun tehnya seragam, serta apakah teh tersebut mengandung partikel yang tidak diinginkan seperti debu dan tangkai teh.
- Mencium aromanya, karena daun teh yang bagus tidak seharusnya berbau rumput atau hal-hal yang tidak murni lainnya, melainkan saat tehnya siap seharusnya berbau segar, kaya rasa, dan tahan lama.
- Menyentuh atau merasakan daun teh dengan tangan, memperkirakan kekesatan, besar, dan ukuran daun serta tangkai, sebab semakin berat daun teh, maka semakin bagus kualitasnya.
- Mencicipi rasa tehnya, karena teh yang baik akan kaya rasa, segar, dan memiliki sedikit rasa manis.<sup>46</sup>

Namun, keempat cara di atas kadang dapat menjadi terlalu sulit bagi orang awam. Karena itu, secara sederhana sebenarnya ada beberapa cara untuk mengetahui kualitas daun teh, antara lain melalui penampilan fisiknya. Seperti layaknya kulit manusia, daun teh yang segar akan terlihat lebih kencang,

---

<sup>45</sup> Robert Wemichner dan Diana Rosen, *op.cit.*, hal 16.

<sup>46</sup> Wang Xuanming, *op.cit.*, hal 40.

sementara yang layu akan terlihat seperti mengendur atau keriput. Selain itu, daun harus cukup kering, hingga terdengar bunyi gemerisik ketika diusapkan di tangan. Selanjutnya, daun teh dapat dikenali dari baunya. Aroma teh yang baik tidak memiliki campuran bau asam, dan teh asli pada umumnya akan tercium seperti sedikit bau melati. Semakin kuat aroma tehnya, berarti kualitasnya semakin baik pula. Bila diseduh, daun teh yang segar akan mengembang dan tenggelam secara perlahan ke dasar gelas. Larutannya akan berwarna hijau segar atau kuning keemasan. Rasa pahit yang terasa di lidah akan segera berganti dengan rasa manis setelah meminumnya.

Setiap jenis teh memiliki rasa, aroma, dan tujuan tersendiri. Karena itu, demi menghasilkan seduhan dengan cita rasa prima, ada beberapa hal yang harus diperhatikan sebelum membeli teh, yaitu:

- Mengetahui dengan baik jenis-jenis teh, untuk disesuaikan dengan kebutuhan.
- Mengetahui dengan jelas riwayat kesehatan, sehingga apabila perlu mengurangi kadar kafein, sebaiknya memilih teh hijau atau teh putih yang memiliki kadar kafein sekitar sepertiga kadar pada teh hitam.
- Memilih teh yang berkualitas tinggi sesuai kemampuan.
- Memilih antara teh seduh dan teh dalam kantong, dengan pertimbangan aroma teh seduh lebih segar dan terasa, namun membutuhkan proses yang cukup rumit serta waktu penyeduhan yang relatif lebih lama.
- Membaca label kemasan dengan baik, berusaha untuk tidak terpengaruh dengan merek atau negara asal produk, karena kualitas teh terbaik tumbuh di Asia, dan bukan setiap merek di negara produsen teh terkemuka menghasilkan produk yang bagus.
- Mengetahui dengan jelas perbedaan antara teh dan teh herbal, karena jenis-jenis minuman teh herbal di pasaran masih banyak disamaratakan dengan teh.<sup>47</sup>

Untuk menikmati keharuman teh, sangat penting untuk menyimpannya baik-baik. Lebih baik jika tidak membeli teh dalam jumlah banyak sekaligus. Dengan membeli sedikit setiap beberapa periode, maka akan memungkinkan kita mendapatkan teh yang segar. Hal-hal yang terpenting dalam menyimpan teh yaitu:

---

<sup>47</sup> Menyelaraskan Selera dan Cita Rasa Teh

- Tempat penyimpanan sebaiknya terbuat dari tanah liat, timah, baja, atau kaca berwarna.
- Tempat penyimpanan sebaiknya kering dan memiliki aliran udara yang bagus, dijauhkan dari tempat lembab, bertemperatur tinggi, atau terkena sinar matahari secara langsung.
- Teh mudah menyerap bau dan karena itu tidak seharusnya disimpan bersama makanan atau barang lain yang memiliki bau menyengat seperti obat-obatan, rokok, atau kosmetik.
- Teh dengan jenis dan tingkatan yang berbeda tidak seharusnya disimpan dalam wadah yang sama.

## **2.2. Tinjauan tentang Buku**

### **2.2.1. Sejarah dan Perkembangan Buku**

Selama lima ratus tahun, buku telah memonopoli transmisi dan gudang informasi. Saat ini peran buku mulai terancam oleh munculnya teknologi baru seperti video, mikrofilm, komputer, serta media-media audio visual. Tetapi buku mempunyai suatu keunikan yang tidak tergantikan oleh media lain, seperti bau segar kertas dan tinta yang dikemas sangat menarik, dapat dimiliki secara lebih 'nyata', serta mudah untuk dibaca di mana saja dan kapan saja.

Hingga saat ini, penerbitan buku masih saja melimpah. Tiap-tiap negara industri mempunyai banyak penerbit untuk konsumsi lokal maupun ekspor, dan beribu-ribu judul baru diedarkan setiap tahunnya. Hampir semua buku yang diterbitkan tersebut harus didesain, dan itu berarti ada seseorang yang bertanggung jawab atas seluruh tampilan fisik dan visualnya.

Perkembangan buku dari format awal menjadi bentuk seperti yang kita kenal sekarang, membutuhkan suatu proses yang rumit. Informasi tertulis pertama yang dapat dipindah-pindahkan berupa lempeng tanah liat yang digunakan di Mesopotamia, serta gulungan lontar yang digunakan orang Mesir sekitar 5000 SM. Buku mulai dibuat dengan format yang modern pada sekitar abad pertama atau kedua, dengan bentuk seperti naskah kuno – lembaran dari lontar atau kertas perkamen yang dilipat vertikal untuk menciptakan halaman-halamannya.

Meskipun bentuknya mudah dibawa-bawa, buku masih bersifat benda berharga yang disimpan di perpustakaan istana dan tempat-tempat ibadah.

Buku cetak terkuno yang masih dapat ditemukan sekarang diproduksi di Cina pada tahun 868. Cetakannya terbuat dari balok kayu, dan dicetak di atas suatu gulungan perkamen. Bukti cetak *portable* pertama yang ditemukan mengarah pada mesin cetak dari Cina pada abad ke-13. Namun, perkembangan mesin cetak yang paling signifikan berasal dari Eropa. Hal tersebut menjadi kunci bagi perkembangan percetakan di masa selanjutnya, dengan memperkenalkan efisiensi produksi dan distribusi informasi tercetak secara massal.

Pada zaman Renaisans di Eropa, seni mencetak berkembang menjadi industri seperti yang kita kenal saat ini. Karena abjad dari bahasa Eropa hanya memiliki 26 karakter – tidak seperti aksara Mandarin yang begitu banyak dan rumit, maka menjadi lebih praktis untuk diterapkan. Sementara itu industri penerbit membantu penulis mengumumkan suatu gagasan kepada publik secara terbuka. Pada saat itu, percetakan menjadi faktor yang dominan bagi perdagangan buku, dan menjadi kunci utama bagi seluruh proses penerbitan, kecuali dalam proses pembuatan kertas dan penjilidan. Namun akhir-akhir ini, penerbit telah menjadi faktor yang dominan, sebagai pihak yang bertanggung jawab atas teks, desain, dan keseluruhan buku.

Inovasi buku yang sederhana dan mudah dibawa, dengan tulisan yang dapat dibaca dengan jelas serta desain yang elegan, menjadi dasar bagi penerbitan buku modern. Pengaruh yang signifikan terhadap penerbitan modern bermula pada abad ke-19, dan berkaitan dengan produksi massal. Dengan adanya revolusi industri, maka muncul metode mekanis untuk pembuatan kertas, penyusunan tulisan, hingga pencetakan.<sup>48</sup>

## 2.2.2. Elemen-elemen dalam Desain Buku

### 2.2.2.1. Sampul dan Jacket Buku

Pengemasan merupakan aspek yang relatif baru bagi penerbitan buku, namun sangat besar pengaruhnya. Pengemasan buku adalah suatu aktivitas di mana tiap-tiap aspek dari suatu buku – yaitu bagian editorial, desain dan seluruh

---

<sup>48</sup> Simon Jennings, *The New Guide to Illustration and Design*, London: Quarto Publishing, 1987, hal 132-133.

konsepnya, termasuk menentukan target pasar yang tepat – dikendalikan oleh suatu kelompok kreatif. Seorang pengemas menciptakan desain buku yang sesuai untuk target pasar, termasuk ide desain, susunan teks, format buku, dan sampul beserta jaket buku.

Buku bukanlah pajangan seperti poster, namun buku tetap harus dapat menarik perhatian ketika disusun di rak perpustakaan atau dijajar pada etalase toko buku bersama buku-buku bagus lainnya. Karena itu, di samping isinya, sampul dan jaket buku memiliki peran yang cukup menentukan sebagai pencipta impresi pertama bagi peminat buku. Selain melindungi isi buku, sampul buku harus mampu mencerminkan intisari buku tersebut.<sup>49</sup>

*Cover* harus dapat dengan jelas menggambarkan isi buku yang bersangkutan, menarik perhatian target khalayak, dan memiliki tipografi yang jelas sehingga dapat dengan mudah dibaca. *Cover* buku merupakan sebuah alat pemasaran yang secara tidak langsung mempromosikan buku tersebut, sekaligus alat untuk bersaing dengan judul-judul lain. Dalam menciptakan sebuah desain *cover* buku, harus juga dikaitkan dengan elemen-elemen pemasaran.

#### 2.2.2.2. *Layout* Halaman

Perancangan suatu *layout* yang baik melibatkan pemikiran yang serupa, seperti apa tampilannya, di mana ditampilkan, siapa targetnya, hasil apa yang diharapkan untuk dicapai, serta huruf dan visualisasi yang bagaimana yang dapat mewujudkannya. Desain bukanlah seperti sihir yang instan, melainkan harus mencoba berbagai macam tampilan *layout* sebelum akhirnya ditemukan yang pas.

Suatu *layout* merupakan pengaturan dari huruf dan seni (foto, ilustrasi, atau bentuk grafis lainnya) secara tertulis. Tidak ada patokan atau aturan pasti yang dapat menjamin bahwa suatu *layout* itu dikatakan baik atau buruk, tetapi ada beberapa petunjuk yang dapat diikuti. Ada tiga kriteria dasar untuk suatu *layout* yang baik, yaitu jika pengaturannya berhasil, terorganisir, dan menarik audiens. *Layout* yang baik haruslah memenuhi ketiganya, bukan salah satu atau dua di antaranya. Suatu *layout* dinilai berhasil jika mampu menyampaikan pesan ke audiens dengan cepat dan tepat. *Layout* harus terorganisir, sehingga mata dapat

---

<sup>49</sup> Simon Jennings, *op.cit.*, hal 134-135.

bergerak dengan lembut dan mudah ke seluruh halaman. Suatu *layout* juga harus lebih menonjol dari sekelilingnya untuk menarik perhatian.<sup>50</sup>

Untuk menciptakan suatu *layout* sering kali diperlukan bantuan *grid*. *Grid* merupakan alat bantu untuk menata tipografi dan gambar, dan dipakai hampir di segala aspek desain, terutama di bidang editorial. *Grid* harus cukup fleksibel untuk berbagai perubahan seperti perubahan *layout* dan tulisan, dan cukup fungsional untuk pemotongan kertas pasca-cetak serta *binding*. Format dari ukuran halaman pada umumnya memang disesuaikan dengan keinginan klien, atau dipertimbangkan dari faktor pemasaran. Namun desainer juga harus mengajukan format yang disesuaikan dengan pertimbangan estetika, yaitu format yang tetap elegan namun fungsional.

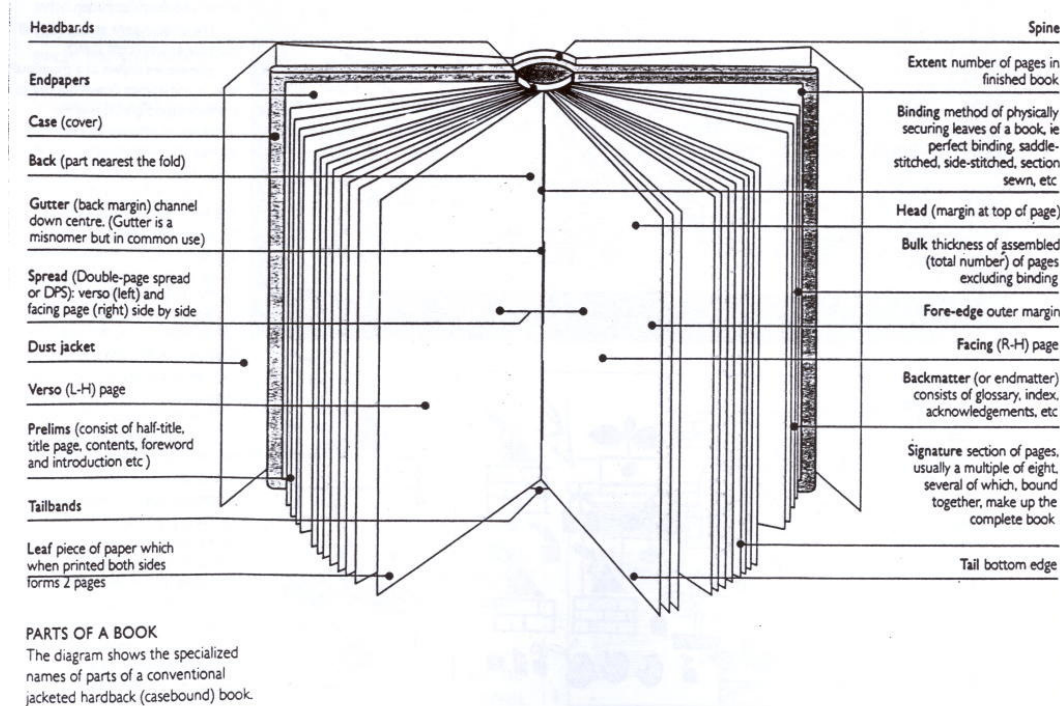
Visualisasi ide-ide desain awal dapat dituangkan dalam bentuk sketsa *thumbnail* atau *storyboard layout* sederhana. Pada tahap ini, unsur-unsur seperti besar-kecilnya huruf dan jenis ilustrasi yang akan digunakan mulai ditentukan, sehingga gambaran kasar mengenai penataan buku tersebut mulai dibayangkan. Beberapa klien mungkin memiliki kemampuan untuk membayangkan desain hanya dari sketsa kasar, namun ada beberapa klien yang membutuhkan gambaran yang lebih jelas. Dalam kondisi tertentu diperlukan *mock-up* untuk penataan tulisan dengan jenis huruf sesungguhnya, yang dilengkapi dengan keterangan untuk gambar dan foto-foto yang akan digunakan.

Gaya desain dalam *layout* bisa jadi merupakan hasil pengarahan dari editor atau penerbit yang bersangkutan, asalkan desain tersebut bisa menampilkan variasi tampilan dan irama yang beragam. Pada tahap desain akhir *layout* ini, desainer harus telah memutuskan *grid system* dan elemen fotografis yang dikembangkan dari sketsa *thumbnail* sebelumnya.<sup>51</sup>

---

<sup>50</sup> Lori Siebert & Lisa Ballard, *Making a Good Layout*, United States of America: north Light Books, 1992, hal 1.

<sup>51</sup> Simon Jennings, *op.cit.*, hal 141-142.



Gambar 2.9. Bagian-bagian Sebuah Buku.

Sumber buku: The New Guide To Illustration and Design.

### 2.2.2.3. Unsur-unsur Desain

Suatu *layout* halaman memiliki banyak unsur yang disusun sesuai dengan gaya dan tujuan tertentu. Elemen-elemen dalam *layout* adalah sebagai berikut:

#### a. Garis

Garis ada di mana-mana, tepat di sekitar kita juga. Kita dapat menjumpai garis lurus (misalnya tusuk gigi atau pensil), garis lengkung (seperti leher seekor angsa atau bulan sabit), atau garis bergelombang. Garis dapat berupa garis tebal, tipis, atau titik-titik. Garis-garis dapat menuntun (misalnya batas gambar di buku mewarnai anak-anak), menunjukkan (seperti petunjuk untuk mengikuti garis kuning untuk sampai tujuan), memisahkan (seperti garis pemisah jalur pada suatu jalan raya), mengisyaratkan suatu emosi (misalnya garis berbentuk kilatan menandakan bahaya), atau menciptakan suatu irama (suatu barisan tiang pagar).

Garis juga dapat digunakan semacam itu di dalam *layout*. Sebuah *rule* adalah suatu garis yang memisahkan bagian dari *layout* satu sama lain. *Rule* vertikal dapat digunakan untuk memisahkan kolom-kolom. Untuk

menghubungkan informasi dapat digunakan garis titik-titik atau garis putus-putus, misalnya menghubungkan judul bab dan halaman pada sebuah daftar isi, atau nama makanan dan harga pada menu restoran. Garis lengkung dapat diterapkan pada poster musik atau poster pertunjukan ballet untuk mengesankan keluwesan dan keanggunan.<sup>52</sup>

#### b. Bentuk

Segala sesuatu mempunyai bentuk. Anak-anak belajar mengidentifikasi objek dengan mempelajari bentuknya, misalnya mereka dapat mengenali perbedaan bentuk buah apel dan buah mangga. Ketika mulai membaca, mereka pun mengetahui bahwa huruf-huruf mempunyai bentuk yang berbeda-beda.

Ada tiga jenis bentuk. Pertama yaitu bentuk geometris, bentuk yang terstruktur dan reguler, seperti bentuk segi tiga, bujur sangkar, persegi panjang, dan lingkaran. Bentukan alami, yaitu bentuk yang tidak beraturan dan tidak tetap, misalnya binatang, tumbuhan, atau manusia. Bentukan abstrak, yaitu bentuk alami yang disederhanakan, contohnya sebuah simbol geometri yang melambangkan seseorang duduk di atas kursi roda.

Dalam suatu desain, selain menggambarkan objek, bentuk juga dapat mengkomunikasikan suatu konsep gagasan. Misalnya, pada logo untuk suatu perusahaan internasional, suatu lingkaran bisa menggambarkan dunia. Bentuk yang unik akan menarik perhatian. Ketika orang-orang telah terbiasa dengan foto berbentuk segi empat, maka foto yang berbentuk bintang akan menarik perhatian mereka.<sup>53</sup>

#### c. Tekstur

Dunia akan sangat janggal tanpa adanya tekstur, seperti jika kita melihat pepohonan tanpa tekstur batangnya, atau seekor macan tutul tanpa tekstur bulunya. Tekstur dapat digunakan untuk memperkaya dan menambahkan dimensi ke dalam *layout*. *Tactile texture* dapat benar-benar dirasakan, seperti ketika kita mencetak suatu desain pada kertas keras yang kasar atau menerapkan cetak *emboss*. Tekstur yang bersifat visual bekerja dengan menciptakan ilusi dari suatu tekstur pada hasil cetak, misalnya jika kita

---

<sup>52</sup> Lori Siebert & Lisa Ballard, *op.cit.*, hal 12.

<sup>53</sup> *ibid*, hal 14.

mencetak tekstur bebatuan pada kertas yang halus, dari jauh terlihat seolah-olah kertas tersebut benar-benar bertekstur.

*Pattern* merupakan salah satu jenis tekstur yang visual. Ketika sebuah gambar atau satu baris huruf diulang berkali-kali pada kertas, akan menghasilkan efek irama gelap terang, sehingga menambahkan dimensi pada permukaannya. Mencetak pada kertas yang bertekstur lembut dengan warna pastel terang mengisyaratkan kehalusan. Tekstur juga dapat digunakan untuk penekanan, misalnya huruf hitam pekat dikombinasikan dengan suatu tekstur atau *pattern* yang lembut akan semakin menguatkan hurufnya.<sup>54</sup>

#### d. Ruang

Ketika mendesain sebuah *layout*, seorang desainer tidak hanya perlu memikirkan tempat yang bagus untuk meletakkan garis-garis dan bentuk, tetapi juga bagaimana mereka dapat saling berhubungan. Selain itu, harus dipikirkan juga seberapa banyak ruang yang diinginkan di sekitar maupun di antara masing-masing elemen desain, bagaimana huruf dan gambar dapat bekerja sama. Setelah itu, barulah akhirnya dipertimbangkan secara keseluruhan, apakah desain itu bagus atau tidak.

Bahkan ketika terdapat banyak unsur dalam suatu *layout*, tetap harus ada area yang bebas dari gambar dan teks (*white space*). Ruang yang terbuka ini akan memberikan ruang istirahat bagi mata, serta secara visual mengorganisir unsur-unsur pada sebuah halaman. *White space* di antara kolom-kolom teks menyediakan batasan-batasan untuk membantu mata bergerak dengan mudah sewaktu membaca seluruh isi halaman.

Peletakan dan nilai dari bentuk-bentuk dalam halaman menciptakan fokus perhatian dan hubungan antarruang. Jika ada sebuah kata dituliskan dengan ukuran sangat besar dan diberi banyak ruang kosong di sekitarnya, maka mata pembaca akan terfokus secara langsung pada kata itu, sekalipun ada banyak kata-kata lain pada halaman yang sama.<sup>55</sup>

Desain pada era digital, khususnya *simplicity*, banyak memberikan *white space* atau ruang kosong untuk memberikan tempat istirahat bagi mata. Kesan simpel yang muncul akan mengurangi kejenuhan dalam membaca. Selain itu,

---

<sup>54</sup> *ibid*, hal 16.

<sup>55</sup> *ibid*, hal 18.

ruang kosong itu juga dimanfaatkan untuk menentukan fokus utama pesan yang ingin disampaikan. Gambar atau tulisan warna putih sebesar ibu jari pada latar belakang hitam berukuran folio akan menarik perhatian pembaca langsung pada tulisan itu, karena kekontrasan dan ruang kosongnya.

e. Ukuran

Ukuran memiliki peran penting dalam menjadikan suatu *layout* fungsional, menarik, dan terorganisir. Desainer juga harus mempertimbangkan ukuran dari desain itu sendiri di samping elemen-elemennya, apakah penggunaannya membatasi ukurannya (misalnya harus muat pada sebuah amplop berukuran tertentu), atautkah daya tarik merupakan tujuan utama, sehingga perlu dibuat ukuran sangat besar untuk menarik perhatian audiens.

Untuk membuat suatu *layout* fungsional, perlu dipilih ukuran huruf dan gambar yang mudah dibaca audiens pada jarak di lokasi yang sebenarnya. Misalnya, sebuah brosur untuk perumahan pensiunan yang ditargetkan bagi penduduk yang potensial, maka huruf yang digunakan harus cukup besar untuk dibaca orang-orang tua. Ukuran dapat digunakan untuk menarik perhatian dengan desain yang kontras antara unsur-unsur kecil dan besar, atau memotret sebuah objek berukuran sangat kecil dan memperbesar fotonya hingga mendominasi seluruh halaman. Untuk membantu mengorganisir *layout*, hal utama yang ingin disampaikan pada audiens dapat dibuat menonjol, dan hal lainnya dibuat tidak sebaliknya, misalnya ukuran huruf judul berita umumnya lebih besar daripada teksnya. Objek yang besar tampak lebih dekat dibanding dengan yang kecil, sehingga ukuran dapat digunakan untuk menekankan tingkat kepentingan informasi dalam sebuah desain.<sup>56</sup>

Gaya desain minimalis pada buku-buku seperti buku masakan dan buku interior, umumnya banyak menggunakan ilustrasi foto yang dominan dan teks minim dengan ukuran huruf yang relatif kecil. Cara ini membuat pembaca terfokus langsung pada daya tarik gambar, kemudian baru mengarahkan mata untuk mencari informasi yang menjelaskan tentang gambar itu.

---

<sup>56</sup> *ibid*, hal 20.

f. *Value*

*Value* memberikan bentuk dan tekstur pada segala sesuatu di sekitar kita. Walaupun warna mempunyai *value*, namun sering kali lebih mudah memvisualisasikannya dengan hitam dan putih. Misalnya, pada suatu foto hitam putih, area yang gelap akan tampak hitam, yang terang akan tampak putih, dan area lainnya akan menjadi abu-abu.

Tiap-Tiap unsur dalam *layout* mempunyai nilai. Karena nilai bersifat relatif, maka suatu nilai unsur dapat dipengaruhi oleh latar belakangnya dan unsur-unsur lain di sekitarnya. *Value* penting untuk mengekspresikan sesuatu. Misalnya, sedikitnya variasi gelap terang (kontras yang rendah) dapat menciptakan suasana hati yang tenang., sebaliknya penggunaan nilai kontras gelap terang yang tinggi dapat menyampaikan suatu perasaan yang menggugah atau gembira.<sup>57</sup>

g. Warna

Warna memiliki peran besar pada berbagai hal dalam hidup kita, misalnya membantu kita mengidentifikasi benda-benda, juga membantu kita mengkomunikasikan perasaan maupun suasana hati, dan sebagainya. Begitu juga halnya peran warna dalam sebuah *layout*. Contohnya, hal-hal yang penting untuk diperhatikan atau diingat dapat dicetak dengan warna merah, dan untuk menciptakan suasana romantis digunakan warna-warna yang lembut.

Cara menerapkan warna akan memberikan hasil akhir yang berbeda-beda. Mengambil sampel warna dari suatu foto dan dijadikan sebagai warna *background* akan menghasilkan tampilan yang harmonis. Lain halnya dengan perasaan yang ditimbulkan ketika kita menggunakan warna kontras dengan warna-warna dalam foto. Sebuah foto matahari terbenam yang diletakkan pada *background* hitam akan berbeda kesannya dengan jika diletakkan di atas *background* putih.<sup>58</sup>

Banyak sekali jenis warna yang ada. Sedikit perbedaan campuran warna akan menghasilkan warna yang berbeda pula. Namun, berkaitan dengan makanan dan minuman, dengan cara tertentu warna akan memberikan perasaan tertentu pula. Misalnya, warna yang berkesan panas, hangat, sejuk, atau dingin.

---

<sup>57</sup> *ibid*, hal 22.

<sup>58</sup> *ibid*, hal 24.

Warna merah, jingga, dan kuning berkesan panas hingga hangat, sedangkan warna hijau dan biru memberikan perasaan sejuk atau dingin.

Buku masakan modern terbitan luar negeri umumnya dibuat berkesan eksklusif dan minimalis, sehingga memiliki jangkauan pasar yang lebih luas. Sekarang gaya semacam ini juga telah diikuti oleh beberapa penerbit dalam negeri. Gaya yang digunakan cenderung minimalis dan bersih karena dominan dengan warna putih. Namun walaupun demikian, suasana yang ditampilkan tetap mengacu pada warna-warna hangat, terutama dalam fotografinya. Hal ini disebabkan makanan lebih identik dengan warna hangat yang menggugah selera dan *'fresh from the oven'*. Dalam buku-buku minuman dan salad yang menyajikan segar dan dingin sekalipun, nuansa yang ditampilkan juga didukung oleh warna-warna hangat pada hiasan maupun latar.

#### h. Tipografi

Jenis dan ukuran huruf pada umumnya disesuaikan dengan konsep awal desain, dengan memperhatikan juga faktor keterbacaannya. Agar mudah untuk memasukkan naskah awal ke dalam sebuah *layout* desain, naskah asli dibuat dalam ukuran sebesar bidang yang diinginkan, dengan jarak antar huruf dan antar baris seperti yang dikehendaki. Ini untuk menghindari ketidaksesuaian antara besar bidang desain dengan jumlah kata dalam naskah.<sup>59</sup>

Beberapa buku masakan sebelum era *simplicity* banyak menggunakan huruf berserif seperti huruf Roman. Meskipun saat ini masih ada beberapa yang menerapkan gaya semacam itu, namun umumnya desain buku saat ini banyak yang berkesan simpel. Maka, untuk mendukung kesan minimalis tersebut, *font* yang digunakan kebanyakan adalah yang tidak berserif. *Font* serif dan *script* banyak dipakai untuk aksentuasi dan variasi.

#### i. Ilustrasi

Ilustrasi merupakan cara untuk menyampaikan informasi secara visual, dan karena itu indera penglihatan memegang peranan penting untuk penyampaian informasi melalui cara ini. Hal tersebut dapat digambarkan dengan gambaran tangan, ilustrasi komputer grafis, maupun melalui fotografi. Ilustrasi biasanya digunakan untuk memperjelas kata-kata atau gagasan,

---

<sup>59</sup> Simon Jennings, *op.cit.*, hal 142.

sehingga informasi yang ingin disampaikan lebih mudah diserap maupun dibayangkan oleh pembaca. Ada tiga fungsi utama ilustrasi, yaitu sebagai elemen dekoratif, memberi informasi, dan menjelaskan.<sup>60</sup>

Untuk menyajikan informasi dalam bentuk ilustrasi, diperlukan kepekaan pikiran, perasaan, dan penglihatan. Dengan sensitivitas yang cukup tinggi, pesan akan dapat disampaikan dengan tepat dan akurat kepada audiens. Ilustrasi yang bersifat memperjelas informasi atau pengetahuan harus digambarkan secara jelas dan mudah dimengerti, agar tidak menimbulkan salah pengertian. Sedangkan ilustrasi yang bersifat mengkomunikasikan suatu gagasan harus mampu mewakili gagasan utamanya, baik dalam hal kesan maupun suasana yang ditimbulkan.

Dalam hal ini, pengetahuan mengenai teknik menggambar maupun fotografi berperan penting. Teknik goresan, pewarnaan, latar belakang, pencahayaan, dan sebagainya, dapat menentukan impresi yang timbul pada benak audiens. Karena itu, penggunaan teknik atau elemen yang salah akan menimbulkan ambiguitas yang mengganggu penyampaian pesan.

Jenis ilustrasi pada buku masakan, khususnya buku resep, lebih banyak menggunakan pendekatan fotografis. Cara ini terbukti lebih mampu menarik minat pembaca maupun pembeli, karena terkesan lebih nyata. Pada beberapa buku mengenai makanan atau minuman yang memuat informasi, digunakan juga ilustrasi manual (gambar tangan) atau pun komputer grafis untuk memberikan gambaran informatif mengenai penampang, susunan, grafik, detail, proses pembuatan, dan sebagainya.

---

<sup>60</sup> *ibid*, hal 12.