

Pembuatan Teh Celup Daun Alpukat Di Sabungan Jae Padangsidempuan

**Elmi Sariani Hasibuan, Sindi Rama Fitri, Liana, Tasya Yuspa Herlina Siregar, Rini Amalia
Batubara, Mutia Sari Lubis**
Universitas Aufa Royhan Kota Padangsidempuan
elmisariani@gmail.com

ABSTRAK

Teh merupakan minuman non-alkohol yang dibuat dari daun atau pun bagian tumbuhan lainnya. Teh mengandung banyak senyawa yang bermanfaat kesehatan. Saat ini produk teh sudah banyak mengalami perkembangan, tidak hanya teh saja yang dibuat dari daun teh tapi bisa juga dibuat dari daun alpukat. Daun alpukat mengandung dari flavonoid, saponin, tanin, alkaloid, dan polisakarida. Flavonoid salah satu antioksidan adalah senyawa yang berfungsi sebagai pemulung radikal bebas. Pelaksanaan meliputi proses pemetikan daun alpukat, pencucian daun alpukat setelah itu di lakukan perajangan kemudian daun alpukat tersebut di keringkan menggunakan oven,yakni selama 25 menit. Setelah di keringkan, tulang daun dipisahkan dari daunnya. Daun yang telah di pisahkan tulangnya tersebut kemudian di haluskan menggunakan blender dan di saring dengan ayakan. Selanjutnya, serbuk teh instan daun alpukat siap untuk di seduh.

Kata kunci : Teh, Daun Alpukat, Aktivitas Antioksidan

ABSTRACT

Tea is a non- alcoholic drink made from tea leaves in a certain medicinal process. Tea contains many compounds that have health benefits. Currently, tea products have experienced a lot of development, not only tea is made from tea leaves but it can also be made from avocado leaves. Avocado leaves contain flavonoids, saponins, tannins, alkaloids and polysaccharides. Flavonoids, one of the antioxidants, are compounds that function as free radical scavengers. Implementation includes the process of picking avocado leaves, washing the avocado leaves, then chopping them, then drying the avocado leaves in the oven for 25 minutes. After drying, the leaf veins are separated from the leaves. The leaves that have had their bones separated are then ground using a blender and filtered using a sieve. Next, the avocado leaf instant tea powder is ready to be brewed.

Keywords: tea, avocado leaves, antioxidant activity

1. PENDAHULUAN

Pohon alpukat merupakan salah satu pohon yang tumbuh di daerah tropis dan subtropis, sehingga pohon ini mudah ditemukan di Indonesia.. Daun alpukat dikenal sebagai sumber antioksidan yang baik dan mempunyai manfaat kesehatan yang sangat baik terutama untuk penyakit kardiovaskular seperti menurunkan tekanan darah (Tahla et al., 2011), anti hipertensi obat lipid darah (Kolawole et al., 2012) dan obat antidiabetes (Marrero-Faz dkk.,2014). Manfaat daun alpukat dalam mengobati berbagai penyakit kardiovaskular berasal

dari komponen bioaktif tinggi sehingga dapat di manfaatkan sebagai pangan fungsional seperti teh herbal (Rauf,2017). Daun alpukat jika dikonsumsi kaya akan flavonoid dapat menurunkan risiko penyakit jantung koroner dan kematian akibat penyakit kardiovaskular.

Daun alpukat (*Persea americana miller*) rasanya pahit berkhasiat sebagai diuretik dan menghambat pertumbuhan beberapa bakteri seperti *Staphylococcus* sp, *Pseudomonas* sp, *Proteus* sp, *Escherichia* sp, dan *Bacillus* sp. Selain itu, berkhasiat untuk

menyembuhkan kencing batu, darah tinggi, dan sakit kepala. Daun yang dibuat teh dapat menyembuhkan nyeri saraf, nyeri lambung, bengkak saluran pernapasan dan haid tidak teratur. Kandungan zat aktif yang terdapat di daun alpukat (*Persea americana miller*) adalah flavonoid dan quersetin mencegah terjadinya proses peroksidasi lemak. Quersetin memperlihatkan kemampuan mencegah proses oksidasi dari Low Density lipoproteins (LDL) dengan cara menangkap radikal bebas dan menghelat ion logam transisi. [1.] flavonoid, quersetin dan polifenol. Flavonoid dalam tubuh manusia berfungsi sebagai antioksidan sehingga sangat baik untuk mencegah kanker. Manfaat flavonoid antara lain adalah untuk melindungi struktur sel, meningkatkan efektivitas vitamin C, anti inflamasi, mencegah keropos tulang, dan sebagai antibiotik. Flavonoid dapat berperan secara langsung sebagai antibiotik dengan mengganggu fungsi dari mikroorganisme seperti bakteri dan virus. Quersetin adalah senyawa kelompok flavonol terbesar, quersetin dan glikosidannya berada dalam jumlah sekitar 60- 75% dari flavonoid. Quersetin dipercaya dapat melindungi tubuh dari beberapa jenis penyakit degenerative dengan cara menangkap radikal bebas dan menghelat ion logam transisi.

Daun alpukat selama ini sangat jarang dimanfaatkan oleh masyarakat, meskipun ada sebagian kecil masyarakat yang telah

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Daun alpukat (*Persea americana Mill*) adalah salah satu bagian dari tanaman alpukat yang memiliki kemampuan menghambat pertumbuhan beberapa bakteri seperti *Staphylococcus sp*, *Pseudomonas sp*, *Proteus sp*, *Escherichia sp*, dan *Bacillus sp* (Hasbi,2012). Beberapa penelitian telah dilakukan untuk melihat manfaat daun alpukat bagi kesehatan. Kemampuan aktivitas antibakteri pada daun alpukat tersebut dikarenakan adanya kandungan senyawa zat aktif pada daun alpukat. Zat aktif yang memiliki mekanisme untuk menghambat

mengolahnya menjadi minuman. Pengolahannya sangat sederhana hanya dengan merebus daun alpukat kemudian air rebusan tersebut digunakan untuk minuman. Oleh karena itu, perlu dilakukan pengkajian secara ilmiah pemanfaatan untuk uji sensoris. Tiap kantong diisi dengan 2 g bubuk teh herbal daun alpukat.

2. METODE PELAKSANAAN

Pembuatan dilaksanakan pada tanggal oktober 2023. Pelaksanaan meliputi proses pemetikan daun alpukat, pencucian daun alpukat setelah itu di lakukan perajangan kemudian daun alpukat tersebut di keringkan menggunakan oven,yakni selama 25 menit. Setelah di keringkan, tulang daun dipisahkan dari daunnya. Daun yang telah di pisahkan tulangnya tersebut kemudian di haluskan menggunakan blender dan di saring dengan ayakan. Selanjutnya, serbuk teh instan daun alpukat siap untuk di seduh.

Metode pelaksanaan aktivitas dimulai dengan mengundang Masyarakat sekitar, setelah mengundang, kegiatan berikutnya adalah memberikan pengarahan serta mengajak Masyarakat dalam memanfaatkan hasil potensi yang ada di daerah sekitar, seperti pohon alpukat dengan memanfaatkan daun nya agar dapat diolah sebagai pembuatan teh celup dan dapat di konsumsi sebagai minuman teh herbal. Dan melaksanakan pengerjaan pembuatan teh celup daun alpukat di depan Masyarakat secara berlangsung di kelurahan Sabungan Jae

bakteri pada daun alpukat adalah flavonoid, alkaloid, tanin dan quersetin (Anggorowati, 2016).

Senyawa flavonoid yang bersifat lipofilik mempunyai aktivitas antibakteri dengan merusak membran dan dinding sel bakteri sehingga dapat menyebabkan kematian (Heinrich, 2009). Membran sel bakteri berfungsi sebagai pelindung bagian dalam bakteri sedangkan dinding sel bakteri berfungsi sebagai pengatur sistem reproduksi, apabila terjadi kerusakan maka bakteri akan mengalami kematian (Jawezt, 2012). Senyawa Saponin yang bersifat hidrofobik memiliki kemampuan dalam meningkatkan permeabilitas membran sel. Jika saponin berikatan dengan sel bakteri

maka akan menyebabkan terjadinya hemolisis sel sehingga sel tersebut akan rusak. Tanin

berfungsi dalam menghambat pertumbuhan bakteri dan juga berperan sebagai antibakteri dengan cara mengkoagulasikan protoplasma bakteri sehingga terbentuk ikatan stabil dengan protein bakteri (Utami, 2013)

4. KESIMPULAN

Daun alpukat mengandung saponin, alkaloida, flavonoida, polifenol, dan quersetin. Selain itu daun alpukat bersifat diuretik alias peluruh kencing, dan antibakteri. Berbagai kandungannya tersebut membuat daun alpukat bisa dimanfaatkan untuk mengobati batu ginjal.

Daun alpukat (*Persea americana mill*) memiliki potensi sebagai antibakteri. Hal tersebut dikarenakan kandungan senyawa metabolit sekunder yang terdapat pada daun alpukat. Senyawa metabolit sekunder yang memiliki mekanisme untuk menghambat bakteri pada daun alpukat adalah flavonoid, alkaloid, tanin dan quersetin. Masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan perlakuan yang berbeda terhadap jenis bakteri lainnya.

5. Daftar Pustaka

- Tahla J., Priyanka, M., Akanksha, A. 2011. Hypertension and herbal plants. *International Research Journal of Pharmacy* 2(8): 26-30
- Marrero-Faz E., Sánchez-Calero, J., Young, L., Harvey, A. 2014. Inhibitory effect of *Persea americana* Mill leaf aqueous extract and its fractions on PTP1B as therapeutic target for type 2 diabetes. *Boletín Latinoamericano y del Caribe de Plantas Medicinales y Aromáticas*

13 (2): 144 – 151

- Anggorowati, priandini, thufail, 2016. Potensi Daun Alpukat (*Persea Americana miller*) Sebagai Minuman Teh Herbal Kaya Antioksidan. Malang, Prodi Teknik Kimia, Fakultas Teknologi Industri, Institut Teknologi Nasional Malang.
- Hasbi. 2012. Perbaikan Teknologi Pascapanen Padi di Lahan Suboptimal. *Jurnal Lahan Suboptimal*. Universitas Sriwijaya. Palembang. 11 hal
- Jawetz, Melnick, Adelberg., 2012. *Jawetz, Melnick, And adelber's Medical Microbiologi Edisi 25*. A. Adityaputra et al., eds., Jakarta.
- Utami, P., & Puspaningtyas, D. E. (2013). *The Miracle of Herbs*. Jakarta: PT AgroMedia Pustaka.

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

