

BAB II

TINJAUAN UMUM

2.1 Tinjauan Spa

SPA merupakan suatu singkatan kata dari bahasa latin yang berasal dari kata *Solus Per Aqua* (Solus = Pengobatan atau Perawatan, Per = Dengan dan Aqua = Air). Berdasarkan arti tersebut maka dapat dikatakan bahwa SPA adalah suatu sistem pengobatan atau perawatan dengan air atau dalam bahasa Inggris dikenal sebagai *Hydrotherapy*. Secara lebih rinci SPA didefinisikan sebagai suatu cara penatalaksanaan kesehatan dengan mempergunakan air dalam berbagai bentuk untuk mengobati suatu penyakit atau untuk mempertahankan kesehatan individu.

(Menelusuri Asal Usul Spa, 2012, www.conectique.com, 11 Maret 2012).

2.1.1 Sejarah Spa

Konsep dari Spa sebenarnya berasal dari zaman kekaisaran Romawi 3000 tahun yang lalu, ketika pasukan Legion terkena luka ringan akibat perang. Mereka berusaha untuk mencari cara untuk sembuh dari luka-luka ringan tersebut. Mereka mencari galian sumber air panas dan kemudian membuat kolam-kolam mandi supaya mereka dapat menyembuhkan tubuh yang terluka. Mereka menamai tempat itu dengan “*aquae*” dan kegiatan mandinya disebut spa, yang berasal dari bahasa Yunani yaitu *Sanus per Aquam* yang berarti perawatan dan penyembuhan melalui air. Kemudian kota spa, di Belgia didirikan untuk tujuan ini, yang kemudian menjadi terkenal pada abad ke-14 dan masih ada sampai sekarang (Sumber: *Brown, Anita*)

Secara Etimologi menurut kamus bahasa Inggris Meriem-Webster, kata spa berarti tempat yang berair di kota kecil provinsi Belgia Liege, Belgia. Di kota Spa ini, ada sebuah mata air terkenal yang mengandung mineral dan telah dikunjungi sejak abad ke-14, temperatur mata air panas sekitar 32°C. Penggunaan Spa sebagai sarana pengobatan telah tercantum dalam suatu kepustakaan medis pada tahun 1500 SM dengan judul *Rig Veda* yang berarti “perawatan air untuk penyembuhan demam”.

Dalam dunia kedokteran, “Hipokrates” sebagai Bapak Kedokteran Modern telah mempergunakan Spa secara luas untuk pengobatan sejak tahun 400 SM. Ia juga menjelaskan secara

luas indikasi dan kontra-indikasi perawatan dengan air. Prinsip prinsip dasar yang diuraikan Hipokrates ini menjadi titik tolak munculnya Spa Medic (Terapi Air). Di jaman modern perawatan Spa Medic dimulai pada abad 17 (1697), diperkenalkan oleh Sir John Floyer dalam tulisannya yang berjudul *The History of Cold Bathing*.

Mengikuti cara Floyer yang mempunyai dasar ilmiah klinis kuat mengenai penggunaan air sebagai upaya penyembuhan maka di daratan Eropa mulai muncul beberapa ahli baik medis maupun non-medis yang berkecimpung dalam dunia SPA di antaranya adalah Priessnitz, Rausse dan Father Kneipp. Mereka sangat populer dalam mempergunakan SPA sebagai metode pengobatan sampai akhir abad 19. (Asal Usul Spa(Solus Per Aqua), 2012).

Dalam perkembangannya spa bermunculan untuk menawarkan beragam program bagi yang membutuhkan kesegaran, tenaga serta semangat yang baru. Bahkan dengan kemajuan teknologi dan kebutuhan manusia, spa modern tidak lagi sekedar kegiatan berendam di air panas atau pijat tradisional, tapi lebih dari itu spa ini telah menjadi pendekatan holistik atau sarana yang bertujuan untuk menyelaraskan kehidupan manusia melalui terapi alternatif secara tiga dimensi yaitu tubuh, pikiran dan emosi yang disalurkan melalui enam indra. Enam indra yang dimaksud antara lain sebagai berikut:

1. Indra mata, melalui warna serta keindahan ruang atau apa yang disebut sebagai atmosfer terapi.
2. Indra hidung, melalui penciuman atau aroma terapi, karena dengan mencium aroma terapi essensial yang khas dapat menimbulkan efek menyenangkan.
3. Indra telinga, melalui musik terapi dengan mendengarkan musik-musik yang tenang.
4. Indera lidah, melalui minuman dan makanan yang sehat tentunya menjadi suguhan setiap tamu di spa guna menunjang perawatan spa.
5. Indra kulit, melalui pijatan yang lembut sehingga membuat perasaan yang nyaman yang disebut pijatan terapi.
6. Indra otot, melalui tekanan pada bagian-bagian tubuh tertentu akan di capai efek rileks.

(Benge and Tara, 2004)

2.1.2 Pembagian Jenis Spa

Menurut ISPA (*International Spa Association*) ada 7 kategori Spa, antara lain :

1. *Club Spa*

Biasanya lebih banyak menawarkan fasilitas kebugaran dengan penawaran pelayanan di siang hari.

2. *Cruisheship Spa*

Spa diatas kapal pesiar dengan pelayanan profesional, tersedia *personal training* (pelatih pribadi) da pelayanan kecantikan di salon.

3. *Day Spa*

Spa dengan pelayanan terorganisir secara profesional yang ditawarkan dalam 1 hari, dengan pelayanan dari penataan rambut hingga perawatan kaki.

4. *Destination Spa*

Spa yang berfokus pada peningkatan gaya hidup dan perbaikan kesehatan melalui pelayanan yang terorganisir secara profesional, menyediakan kebugaran fisik, program edukasi dan fasilitas penginapan. Biasanya terletak di tempat terpencil dan harus menginap beberapa hari.

5. *Medi Spa*

Spa secara individual, berkelompok dan secara institusi dimana menggabungkan pengobatan medis dan spa tradisional dibawah pengawasan dokter.

6. *Mineral Spring Spa*

Perawatan hidroterapi yang menggunakan mineral alami atau air panas atau air laut yang berada disumber lokasi tersebut.

7. *Resort Hotel Spa*

Spa yang menjadi satu lokasi dengan sebuah *resort* atau hotel, dengan pelayanan spa yang terorganisir secara profesional dengan pilihan pelayanan bermacam-macam selain spa, juga makanan sehat yang tersedia, bisa dilakukan dalam sehari maupun beberapa hari.

2.1.3 Pembagian Jenis Ruang Dalam Spa

Pada dasarnya, aktivitas spa merupakan proses terapi baik sendiri maupun lebih dari satu orang yang berlangsung dalam ruangan yang berbeda. Pertama tamu yang datang langsung diantar untuk didaftar dan bila perlu diajak berkonsultasi untuk menentukan jenis terapi yang sesuai dengan kebutuhannya. Susan stein, pakar terapi dan manajemen spa mengungkapkan, bahwa area masuk sebuah spa seharusnya memiliki suasana *welcoming*, memberikan keteduhan dan santai. Desain ruangnya terbuka namun tetap menyekat pandangan langsung ke arah ruang-ruang perawatan. Elemen- elemen interior atau dekoratif seperti sofa yang empuk dan nyaman, kolam ikan, air mancur, atau taman dapat menjadi alternatif untuk mengisi ruang agar mood tamu lebih santai, tenang dan menikmati perawatan.

Tahap selanjutnya, tamu diantar menuju ruang loker untuk berganti pakaian maupun alas kaki. Sesuai dengan proses perawatan, jenis terapi dibagi dalam dua jenis, terapi kering dan terapi basah. Terapi kering, biasanya perawatan *massage*, *aromatherapy*, *manicure*, *pedicure*, dan refleksi dilakukan dalam ruangan privat. Jenis terapi basah biasanya berupa berendam di air wangi, lulur, *bodyscrub*, dan *bodymask*. Terapi ini membutuhkan tempat bilas (*shower*) atau *bathub*. Tamu juga dapat menikmati terapi kombinasi, yaitu, kombinasi antara terapi kering dan terapi basah dalam satu perawatan. Terapi ini membutuhkan sebuah ruang sendiri sehingga seluruh perabot dan alat dapat ditempatkan dalam satu ruang perawatan, yang tujuannya untuk memberikan kenyamanan dan kemudahan kepada tamu serta kemudahan operasional.

2.1.4 Fungsi dan Manfaat Spa

Fungsi spa bukan untuk menyembuhkan penyakit, melainkan untuk membuat seseorang merasa nyaman, baik tubuh maupun jiwanya. Spa adalah terapi dengan menggunakan air, serta air

garam, minyak dan aromaterapi, hubungan antara tubuh, pikiran dan jiwa, aliran energi positif dan negative dalam diri anda dan pusat energi tubuh. Kesegaran tubuh dan jiwa membuat seseorang mampu melakukan banyak aktivitas dan rutinitasnya dengan lebih baik dan penuh semangat. Manusia selalu membutuhkan stamina fisik, pikiran serta emosi yang prima agar dapat melakukan pekerjaannya dengan baik serta kecepatan yang konsisten. (Benge and Tara, 2003).

Spa juga berfungsi sebagai media membuang racun dari dalam tubuh biasa dikenal dengan *detoxifying* spa. Perawatan spa ini dapat membantu efektivitas pembuangan racun melalui kulit. Penumpukan racun dalam tubuh dapat mempengaruhi kebugaran tubuh seseorang. Setelah menjalani perawatan spa orang tersebut diharapkan dapat mendapatkan kembali kebugaran tubuhnya .

Manfaat spa sendiri banyak sekali diantaranya menghaluskan kulit, mengencangkan, memutihkan dan memberi nutrisi pada kulit, mengendurkan ketegangan otot, detoksifikasi tubuh.

Disamping itu spa juga dapat meningkatkan sistem kekebalan tubuh, menghilangkan kecemasan, kemarahan dan depresi, mencegah alergi, tanda-tanda diabetes. Selanjutnya migrain dan asma, menurunkan tekanan darah tinggi dan hipertensi, mengurangi insomnia, stress dan kelelahan, mengembalikan keseimbangan alami tubuh, mencapai kebahagiaan, percaya diri dan kreativitas serta memperlambat proses penuaan.

Melakukan perawatan tubuh sebaiknya sebanyak satu sampai dua kali dalam sebulan. Setelah perawatan kita akan lebih percaya diri dan siap lagi menghadapi aktivitas rutin berikutnya. Spa diperlukan untuk menghindari stress dan penuaan kulit sebelum waktunya. Aktivitas yang berlebihan dan kelelahan, bisa membuat kulit menjadi stress dan kendur. (Asal Usul Spa (Solus Per Aqua), 2012)

2.1.5 Macam – macam Perawatan Spa

Spa sendiri merupakan perawatan yang bersifat terapi dan tidak sekaligus. Bentuknya secara menyeluruh meliputi jasmani dan rohani, seperti :

a. Terapi Pemijatan

Pijatan terapi alternatif yang ditawarkan spa untuk mendukung otot dan melancarkan peredaran darah di tubuh manusia. Setiap spa memiliki terapi pijatan unggulan, baik yang

mengarah pada teknik tradisional maupun internasional, seperti pijatan gaya Hawaiian, France, Swedia serta Japanese.

b. Aroma Terapi

Merupakan terapi alternative seperti seni dan ilmu dalam penggunaan minyak beraroma, yang diekstrak dari daun, bunga, kulit pohon, biji maupun akar tanaman untuk perawatan dan penyembuhan fisik serta mental.

Minyak esensial berupa ekstrak yang diperoleh dari tanaman dimana bentuk cairan yang sangat mudah menguap saat terkena panas atau cahaya. Hal ini disebabkan karena minyak essential larut dalam lemak, sehingga mudah meresap dalam tubuh. Dalam penciuman wangian dapat langsung mencapai paru-paru dan sistem darah begitu aromanya tercium. Efek terbesar terjadi pada bagian otak, melalui sistem syaraf yang berhubungan dengan indra penciuman. (Gaya Spa, Majalah Perkawinan. Edisi Januari 2002; hal 14).

c. Terapi Air

Uap dari air panas bagian dari terapi ini untuk kebersihan, kesehatan kulit dan relaksasi. Perawatan dengan uap dan air panas antara lain steam, sauna, kompres dan mandi. Manfaat uap dan air panas antara lain:

- Melancarkan peredaran darah dan melembabkan kulit.
- Mengendurkan otot yang tegang.
- Memudahkan penyerapan nutrisi bagi kulit.
- Relaksasi untuk menimbulkan rasa tenang, santai dan nyaman. (Gaya Spa, Majalah Perkawinan. Edisi Januari 2002; hal 41)

Pengertian mandi dalam spa:

- Mandi aroma dapat menyembuhkan penyakit sinusitis, asma, influenza, tekanan darah rendah, kulit.
- Mandi mineral: yaitu air panas dan garam untuk menyembuhkan penyakit kulit, jerawat, eksim, infeksi kulit, sakit pinggang, dan rematik.
- Mandi rempah untuk menghilangkan gatal-gatal alergi, rematik, keputihan, dan untuk melancarkan peredaran darah, kesegaran tubuh, mengurangi bau badan.
- Mandi sauna untuk menghancurkan lemak.

- Mandi teh (herbal tea) untuk meremajakan kulit dan kesegaran wajah.
- Mandi buah untuk melembabkan kulit.
- Mandi susu (milky bath) untuk menghaluskan dan memutihkan kulit.

d. Relaksasi

Relaksasi adalah suatu kegiatan untuk melepas ketegangan, tekanan, dan beban yang dapat berupa kegiatan rekreasi . Relaksasi membuat seluruh tubuh kita menjadi tenaga dan tenang. (Eukaristia, Teknik Relaksasi,2012)

e. Facial

Spa facial biasanya tersedia beberapa macam jenis pilihan aroma:

a. Strawberry enzyme

Mencegah dan menghilangkan jerawat, mengecilkan pori-pori besar

b. Lavender

Menenangkan, menyejukan kulit stress, sensitive, dan kusam

c. Honey Cucumber

Melembabkan dan menghaluskan kulit berminyak, pori-pori besar, dan kulit kasar

d. Aloe Vera Anti Acne

Kulit jerawat, memerah, kasar dan kusam

e. Avocado Moisturizing

Kulit kering, sensitif, kasar dan bersisik

f. Oxygen Whitening

Memudarkan flek, pigmentasi, kulit kering, dan sensitif

g. Vitamin C Whitening

Mencernakan dan memutihkan kulit berminyak dan kusam

h. Green Tea

Menghaluskan dan melembabkan kulit berminyak, berkomedo, kasar, dan kusam.

f. Body Slimming and Accupunture

Body Slimming dan Accupunture memiliki beberapa. Manfaat antara lain:

- menghancurkan lemak
- mengurangi berat badan

- mengencangkan kulit dan membentuk tubuh ideal

g. *Ear Candling*

Ear Candling ini memiliki beberapa manfaat untuk kesehatan antara lain:

- Mengeluarkan kotoran telinga
- Meningkatkan ketajaman indera
- Meringankan sakit kepala atau migran, serta alergi (sinusitis)
- Menghaluskan dan meremajakan kulit
- Menenangkan dan menyamakan jiwa
- Membantu mengurangi flek, pori-pori besar, dan jerawat

h. *Eye Contour Treatment*

Perawatan ini bagus untuk bagian mata serta mempunyai manfaat sebagai berikut:

- Melancarkan sirkulasi jaringan mata
- Mengurangi keriput dan garis ketuaan
- Mengencangkan kantong mata
- Menghilangkan lingkaran hitam dan kelelahan mata

i. *Foot Spa*

Foot Spa merupakan jenis perawatan yang mempunyai beberapa manfaat antara lain:

- Menghilangkan stress dan kelelahan
- Kelelahan pada kaki, detoksifikasi, pegal linu
- Melembutkan dan menghaluska kaki (kapalan)
- Mengurangi keringat berlebih dan bau kaki

j. *Chocolate Dream Spa*

Chocolate Dream Spa memiliki kandungan antioksidant dan nutrisi yang bermanfaat untuk:

- Meremajakan dan menghaluskan kulit
- Memberi perasaan cinta kasih
- Rileksasi dan kedamaian

(Perawatan Spa Facial, <http://www.internationalbeautyspa.com/>, 11 Maret)

k. *V-Spa*

V- Spa merupakan jenis treatment yang mempunyai beberapa manfaat antara lain :

- kebersihan dan stamina vagina tetap terjaga
- bisa menguatkan dan melenturkan otot dasar panggul. Efeknya bias memberikan sensasi virginitas pada pasangan
- melancarkan sirkulasi darah dan energi tubuh serta meningkatkan stamina tubuh.
- merelaksasikan
- mencerahkan kulit setelah memperoleh nutrisi dan aromaterapi
- mampu menghilangkan keluhan seputar vagina, seperti keputihan, bau tak sedap, peradangan ringan karena kandungan antiseptik pada ramuan V-Spa
- mampu menyeimbangkan kelembapan daerah intim.
- meningkatkan dan menstabilkan gairah seksual secara alami

2.1.6 Tinjauan tentang Perawatan Spa

Dalam spa ada beberapa perawatan yang harus dilakukan agar kecantikan dan kesehatan tetap terjaga, yaitu:

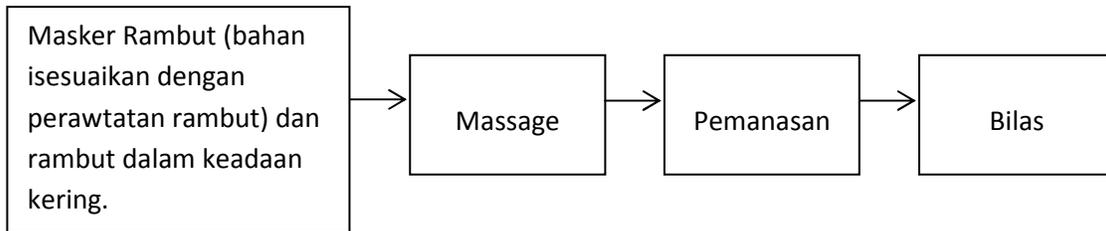
2.1.6.1 Perawatan Rambut

Perawatan rambut secara intensif dapat mengatasi segala permasalahan rambut seperti rambut rusak, pecah-pecah, rontok, bercabang, tidak bercahaya atau rusak karena bahan-bahan kimia akibat pewarnaan dan penataan. Uap dan air panas yang digunakan untuk perawatan rambut dapat membuka pori-pori kulit kepala, sehingga penyerapan nutrisi yang masuk ke dalam akar dapat berjalan lebih baik. Ada tiga jenis perawatan rambut yang menggunakan uap atau air panas:

- **Terapi Basah**
Setelah dirawat dengan cara creambath atau diolesi conditioner rambut dibungkus dengan handuk hangat selama 15 menit.
- **Terapi Lembab**
Setelah creambath rambut diuapi dengan alat khusus selama 10-15 menit.
- **Terapi Kering**
Setelah diberi oil treatment rambut dibungkus dengan alumunium foil sehingga kontak langsung antara hot-oil treatment dan tubuh akan menghasilkan panas yang membantu

membuka pori-pori kulit kepala, membuka kutikula rambut dan memperlancar nutrisi ke akar rambut. (Yeane,2004)

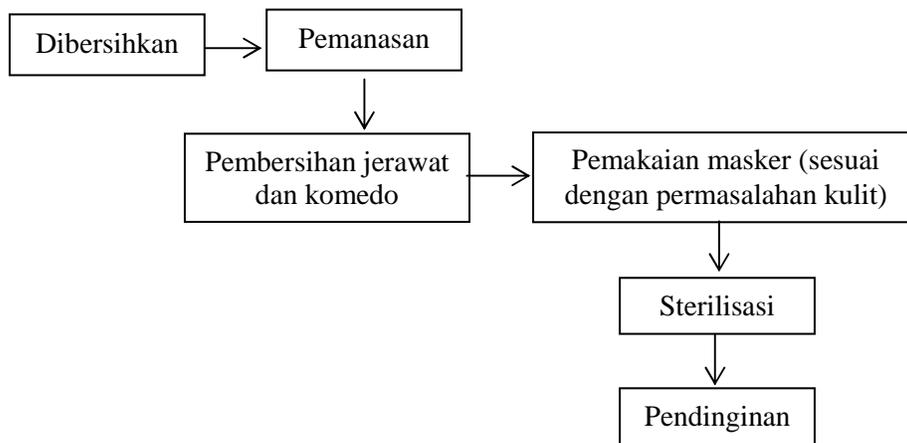
Tahap perawatan rambut adalah:



Bagan 2.1 Skema Tahap Perawatan Rambut

2.1.6.2 Perawatan Wajah

Perawatan wajah ini meliputi perawatan untuk membersihkan jerawat atau komedo, mengencangkan kulit yang kendur, mengangkat sel-sel kulit mati dan permasalahan-permasalahan wajah lainnya. Tahapan perawatan wajah adalah :



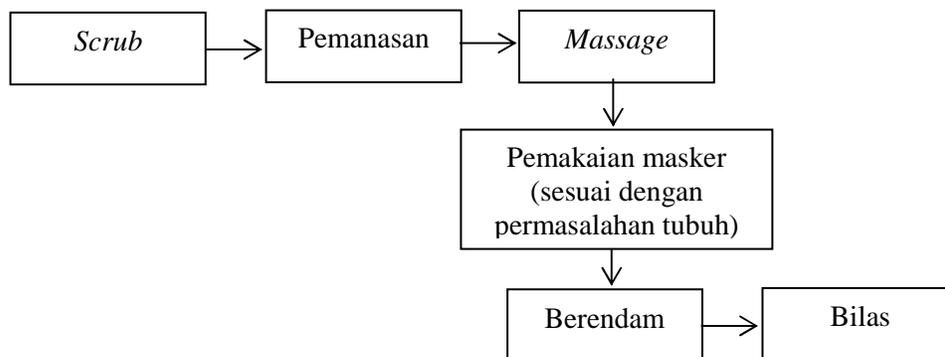
Bagan 2.2 Skema Tahap Perawatan Wajah

2.1.6.3 Perawatan Tubuh

Mandi berendam merupakan salah satu cara yang efektif yang dipakai dalam perawatan aromaterapi untuk perawatan tubuh, baik untuk keperluan pengobatan maupun perawatan kecantikan. Pemijatan juga salah satu cara yang digunakan untuk perawatan tubuh dengan

aromaterapi. Selama pemijatan, energy penyembuhan dari tangan dan minyak esensial akan tersalur menjadi satu untuk memecahkan ketegangan pada sistem tubuh. Pemijatan secara teratur dapat mencegah terjadinya kekurangan serat otot pada jaringan otot (fibrosis) yang dapat menurunkan fungsi otot tersebut. Untuk perawatan tubuh diperlukan bahan-bahan yaitu: minyak aromaterapi, masker tubuh/*body polibsh/body scrub*, *milk bath*, *bath soap*.

Tahap perawatan tubuh adalah :



2.16.4 Perawatan Ka Bagan 2.3 Skema Tahap Perawatan Tubuh

Kaki sering sakit atau ngilu karena mengalami kelelahan dan sebaiknya mendapat perawatan khusus untuk memperlancar peredaran darah, mencegah varises, membuatnya bersih dan mulus.

Penyebab kaki lelah adalah tidak lancarnya peredaran darah karena penimbunan asam laktat yang merupakan sisa metabolisme dari otot saat berkontraksi dan beratnya kerja sirkulasi darah balik (vena) dari kaki menuju ke atas (kearah jantung). Berikut adalah beberapa hal yang dapat menyebabkan gangguan pada kaki:

- a. Terlalu banyak berdiri dan diam
- b. Terlalu banyak berjalan dengan alas kaki yang tidak nyaman (sepatu berhak tinggi, alas sepatu keras, sepatu terlalu sempit/runcing)
- c. Sikap duduk yang salah (terlalu lama menopang atau melipat kaki)
- d. Memakai pakaian yang terlalu ketat (celana, stocking, kaos kaki)
- e. Melakukan pijatan terlalu keras akan mengakibatkan tekanan ekstra pada kaki.

2.2 Tinjauan Teh

2.2.1 Tanaman Teh

Nama latin dari TEH adalah *Camelia Sinensis* (keluarga *Camelia*) Pada umumnya, teh tumbuh di daerah tropis dengan ketinggian antara 200-2000 meter diatas permukaan laut. Suhu cuaca antara 14-25 derajat celsius. Ketinggian tanaman dapat mencapai hingga 9 meter untuk Teh Cina dan Teh Jawa, ada yang berkisar antara 12-20 meter tingginya untuk tanaman Teh jenis *Assamica*. Hingga saat ini, di seluruh dunia terdapat sekitar 1500 jenis teh yang berasal dari 25 negara.

Untuk mempermudah pemetikan daun-daun teh, maka pohon teh selalu dijaga pertumbuhannya, dengan cara selalu dipangkas sehingga ketinggiannya tidak lebih dari 1 meter. Dengan ketinggian ini, maka sangatlah mudah untuk memetik pucuk-pucuk daun muda yang baik.

2.2.2 Sejarah Teh Dunia

'Teh' dengan segala variasinya di dunia dalam pengejaan dan pengucapan berasal dari sumber tunggal. 'Te', berarti 'teh' dalam dialek Cina Amoy. Bahasa Cina nasional dari kata teh, 'cha', juga menghasilkan beberapa turunan kata lain di dunia.

Kisah yang paling banyak ditulis tentang asal usul teh adalah cerita tentang Kaisar Shen Nung yang hidup sekitar tahun 2737 sebelum Masehi. Kaisar Shen Nung terkenal bukan hanya sebagai seorang Kaisar tetapi juga disebut sebagai *The Divine Healer* (Sang Penyembuh dari Ilahi). Cerita penemuan teh oleh sang Kaisar juga sangat tidak disengaja ketika daun teh pertama dari tanaman teh yang ada di kebun Kaisar Shen Nung jatuh kedalam air panas yang sedang dimasak oleh Sang Kaisar. Ketika daun teh tersebut terseduh dengan air panas, aroma sedap langsung muncul membuat Sang Kaisar sangat tergoda untuk meminumnya. Bukan hanya aromanya yang sedap, rasa sepat dan pahit yang ditimbulkan oleh daun teh juga sangat disukai oleh Sang Kaisar karena dipercaya dapat membuat tubuh lebih segar dan menurut penelitian Kaisar Shen Nung, minuman teh dapat menyembuhkan beberapa penyakit. Sejak itu, Kaisar Shen Nung kerap kali meminum teh dan sejak itu teh menjadi sangat populer di seluruh penjuru Cina.

Legenda dari India menghubungkan penemuan teh dengan biarawan Bodhidharma. Sang biarawan sangat kecapekan setelah mengakhiri pertapaannya selama 7 tahun. Dalam keputus-asaan

dia mengunyah beberapa daun yang tumbuh didekatnya, yang dengan serta-merta menyegarkannya kembali.

India saat ini merupakan penghasil teh terbesar di dunia, tetapi tidak ada catatan sejarah mengenai minum teh di India sebelum abad kesembilan belas. Eksperimen dari Bodhidharma mengunyah teh tidak pernah disebarkan kepada masyarakat umum pada saat itu

Mitologi lain dari Jepang mengenai biarawan yang bertapa yaitu, Daruma adalah pembawa ajaran agama Zen Buddha (Father of Zen Buddha) di Jepang pada tahun 600 Masehi. Terdapat beberapa versi tentang penemuan tanaman teh di Jepang yang dihubungkan dengan Daruma.

Legenda menyebutkan bahwa Daruma yang sedang mempelajari agama Zen Buddha tersebut tahan duduk bertapa tanpa tidur ataupun memejamkan matanya selama 7 tahun (ada yang menyebutkan 9 tahun), versi lain menyebutkan Daruma duduk bertapa tanpa bergerak sampai akhirnya kedua kakinya lumpuh dan legenda paling eksterm menyebutkan bahwa Daruma sengaja merobek kedua kelopak matanya untuk menghindari tertidur pada saat bertapa. Kelopak matanya terjatuh di tanah dan menurut legenda keajaiban terjadi ketika tempat dimana kelopak mata tersebut jatuh, tumbuh tanaman teh yang pertama di Jepang. Hal tersebut yang membuat Daruma terkenal dengan kedua matanya yang besar sebagai icon dan dijadikan boneka terkenal dinegeri Jepang.

(Sumber :www.sosro.com)

2.2.3 Penyebaran Teh di Dunia

1. Jalur Sutera

Selama masa pemerintahan Dinasti Han, Tang, Song dan Yuan, komoditas Teh diperkenalkan ke dunia luar (dari Cina) melalui pertukaran kebudayaan menyeberangi Asia Tengah menyusuri benua Eropa sambil memperdagangkan kain sutera (disebut Jalur Sutera).

2. East India Company

East India Company atau Perusahaan Hindia Timur Britania yang didirikan oleh Ratu Elizabeth I pada 31 Desember 1600 yang bertujuan untuk memonopoli perdagangan di Hindia Timur. Pada tahun 1669, East India Company mendapatkan lisensi dengan mendatangkan teh dari

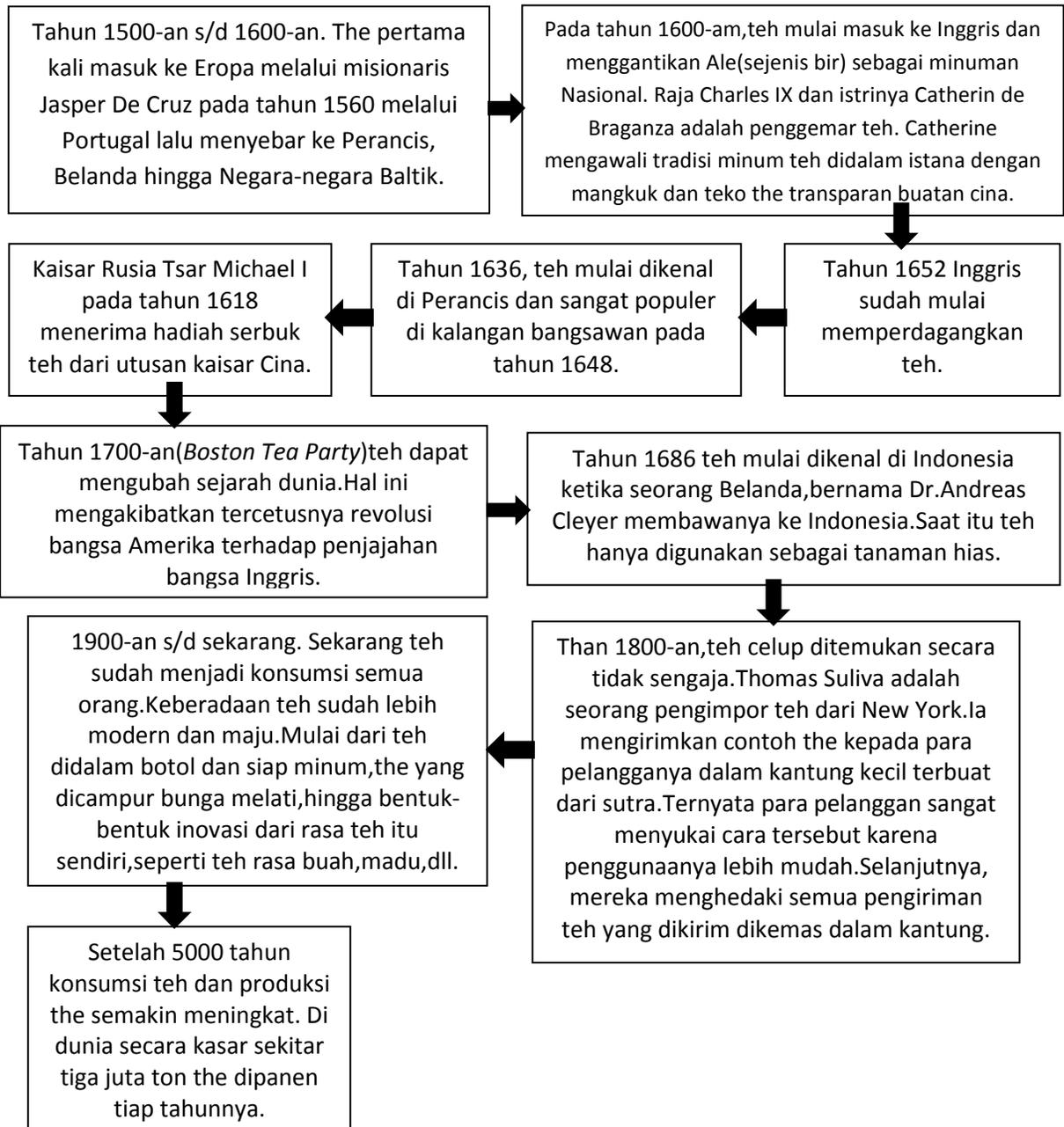
Cina ke Inggris menggunakan kapal Elizabeth I. Monopoli perdagangan teh dikuasainya sampai dengan tahun 1833.

3. Boston Tea Party

East India Company pada tahun 1773 boleh berdagang Teh langsung dari Cina ke Amerika dengan memotong jalur perdagangan dan perpajakan yang merugikan eksportir Eropa dan importir Amerika. Sehingga mengakibatkan marahnya penduduk Boston, dengan cara membuang seluruh peti yang berisi komoditas Teh kedalam laut dikenal sebagai Boston Tea Party yang berakibat pula teretusnya revolusi Bangsa Amerika terhadap penjajahan bangsa Inggris.

4. Masuknya Teh ke Eropa

Tanaman teh telah menyebar ke seluruh dunia dipelopori oleh Marcopolo. Negara-negara Eropa lah yang memegang peranan penting dalam penyebaran teh ke seluruh dunia. (1001 Teh – Dari Asal Usul, Tradisi, Khasiat, Hingga Racikan Teh, 2010).



Bagan 2.4 Skema Masuknya Teh ke Eropa

2.2.4 Sejarah Teh di Indonesia

Tanaman teh diperkenalkan di Indonesia pada tahun 1686 oleh ahli botanikal sekaligus dokter dari Belanda bernama Andreas Cleyer di perkebunan Batavia. Negara Indonesia pernah Berjaya sebagai salah satu produsen teh terbesar di dunia. Indonesia memiliki banyak perkebunan di Jawa dan Sumatera. Namun sayangnya, sekarang ini hasil produksi terus mengalami kemunduran.

Perkebunan teh (*tea garden*) di Indonesia banyak dibuka pada masa pemerintahan Hindia Belanda, zaman Gubernur Jendral Van De Bosch (1830 – 1870), sebagai bagian dari politik tanam paksa. Pada mulanya bibit teh yang ditanam berasal dari Cina, namun setekah datang bibit teh dari India (Assam) pada tahun 1872 maka banyak perkebunan teh memakai bibit teh Assam karena lebih cocok di iklim Indonesia.

Indonesia mempunyai cukup banyak perkebunan the terkenal, bahkan diantaranya ada yang termasuk perkebunan terluas (no.1) dan tertinggi ke-2 di dunia.

Perkebunan the tersebut tersebar di Indonesia, seperti di Jawa Barat (Bogor, Sukabumi, Garut). Jawa Tengah (pegunungan Dieng, Wonosobo, Penanggung, Pekalongan), Sumatera Utara (Pematang Siantar), dan Sumatera Barat.

(Sumber: 1001 Teh – Dari Asal Usul, Tradisi, Khasiat, Hingga Racikan Teh, 2010).

2.2.5 Negara Penghasil Teh

China, India, Srilangka, Indonesia, Kenya, Malawi, Tanzania dan Zimbabwe adalah negara-negara berkembang di Asia Selatan dan Afrika Timur yang menghasilkan lebih dari 85% produksi dan ekspor teh dunia. Tanaman teh juga tumbuh di Malaysia, Jepang, Rusia, Iran, Turki, Rwanda, Uganda, Zaire, Argentina, Brazil dan Papua New Guinea.

2.2.6 Negara Peminum Teh

Indonesia, Marocco, Egypt, Syria, Pakistan, Iraq, Iran, Afganistan, Dubai, USA, Canada, Poland, Germany, Russian, UK, China, Jepang, Taiwan, India, Srilangka, dan Bangladesh adalah negara-negara yang sebagian penduduknya adalah peminum teh.

2.2.7 Jenis dan Manfaat Teh

Teh adalah minuman yang mengandung kafein, sebuah infusi yang dibuat dengan cara menyeduh daun, pucuk daun, atau tangkai daun yang dikeringkan dari tanaman *Camellia sinensis* dengan air panas. Teh yang berasal dari tanaman teh dibagi menjadi 4 kelompok: teh hitam, teh oolong, teh hijau, dan teh putih.

a. Teh Putih (White Tea)

Merupakan jenis teh yang tidak mengalami proses fermentasi. Pada saat proses pengeringan dan penguapan juga dilakukan sangat singkat. Teh Putih diambil hanya dari daun teh pilihan yang dipetik dan dipanen sebelum benar-benar mekar.

Disebut teh putih karena ketika dipetik kuncup daunnya masih ditutupi seperti rambut putih yang halus. Karena proses yang lebih singkat ini kandungan katekin pada teh putih adalah yang tertinggi untuk menangkal radikal bebas lebih ampuh dibanding teh lainnya serta berfungsi sebagai antioksidan dalam tubuh. Teh putih terkenal sebagai dewa dewinya teh karena diambil dari kuncup daun terbaik dari setiap pohonnya.

b. Teh Hijau (Green Tea)

Teh hijau adalah jenis teh yang juga tidak mengalami proses fermentasi akan tetapi mengalami proses pengeringan dan penguapan daun yang sedikit lebih lama dibandingkan teh putih. Semua jenis teh mengandung katekin, akan tetapi saat ini teh hijau lebih populer karena kandungan katekinnya lebih tinggi dibandingkan dengan teh hitam. Sehingga teh hijau lebih dikenal sebagai jenis teh yang dapat mencegah pertumbuhan penyakit kanker.

Manfaat lain dari teh hijau adalah untuk mencegah dan menurunkan tekanan darah tinggi, menurunkan kadar kolesterol jahat (LDL), resiko terkena stroke dan menghaluskan kulit.

c. Teh Oolong (Oolong Tea)

Disebut sebagai teh semi fermentasi. Nama oolong diambil dari sebuah nama pria Cina yakni Wu Long atau Oolong. Pria ini menemukan teh oolong secara tidak sengaja ketika daun teh yang dipetikanya ditinggalkan demi mengejar seekor kijang. Ketika kembali, teh itu telah

terfermentasi. Legenda lain menyebutkan bahwa oolong dalam bahasa Cina berarti naga hitam, karena daunnya mirip naga hitam kecil yang tiba-tiba terbangun ketika diseduh.

Seperti halnya teh yang lain, Teh oolong juga mempunyai khasiat sehat yang dapat membantu kinerja pencernaan, mengobati sakit kepala. Bahkan pada penelitian modern terhadap teh oolong menunjukkan bahwa teh ini efektif mengontrol kadar kolesterol dan membantu menurunkan kadar gula.

d. Teh Hitam (Black Tea)

Teh Hitam Adalah daun teh yang mengalami proses fermentasi paling lama sehingga warnanya sangat pekat dan aromanya paling kuat. Teh hitam merupakan jenis teh yang paling banyak dikonsumsi oleh masyarakat di dunia (khususnya oleh bangsa Inggris). Teh Hitam lebih dipercaya memberikan banyak manfaat seperti : meningkatkan konsentrasi dan mencegah kantuk.

e. Teh Melati (Jasmine Tea)

Teh melati atau disebut juga teh wangi, sangat populer di Indonesia, yaitu Teh Hijau yang dicampur dengan bunga melati dan bunga gambir sehingga menimbulkan aroma melati atau wangi yang khas. Menurut hasil riset bahwa Teh Melati dapat bermanfaat untuk menurunkan kadar kolesterol dan meyegarkan badan.

(Sumber :www.sosro.com)

2.2.8 Variasi Teh di Seluruh Dunia

- Teh Pu-erh

Ada 2 macam teh Pu-erh, yang mentah dan matang. Pu-erh mentah, bisa langsung diolah atau disimpan selama bertahun-tahun. Sedangkan Pu-erh matang, diproses dengan mengontrol kelembaban daun (seperti membuat kompos). Pu-erh termasuk golongan teh hitam. Banyak dijual dalam bentuk kepingan padat. Teh Pu-erh sudah terbukti mampu menurunkan berat badan dan kadar LDL.

Dari proses pembuatannya, dapat disimpulkan bahwa semakin lama proses fermentasi daun teh, semakin berkurang kadar polifenolnya. Sehingga, teh hitam dan teh Oolong ada di urutan terbawah, alias merupakan jenis teh yang paling sedikit mengandung polifenol.

- **Teh Kuning**
Sebutan untuk the berkualitas tinggi yang disajikan di istana kaisar. Daun teh ini diolah seperti teh hijau.
- **The Bunga**
Teh hijau atau teh hitam yang diproses atau dicampur dengan bunga. Teh bunga yang paling populer adalah teh melati. Merupakan campuran teh hijau atau teh oolong yang dicampur bunga melati. Bunga-bunga lain yang sering dijadikan campuran adalah mawar, seroja, leci dan seruni.
- **Green Monkey**
Teh istimewa ini berasal dari pegunungan Tai-Mu di daerah utara, propinsi Fujian, Cina. Teh ini berkarakter lembut dan pucuk daunnya berwarna putih. Teh ini dibuat secara hati-hati menggunakan tangan untuk memberikan kesegaran tersendiri.
- **Green Mu Dan**
Green Mu Dan adalah teh mawar hijau yang terbuat dari 50 pucuk daun muda yang dijalin bersama pada teh mawar dengan menggunakan tangan. The berbentuk bunga ini akan mengembang dengan sempurna ketika diseduh dengan air panas, tunggu sebentar dan aroma sedap akan segera menguar dari poci anda.
- **Green Pekoe**
Teh ini berasal dari Provinsi Fujian di Cina. Green Pekoe berwarna hijau pucat. Daun yang digunakan hanya yang tipis, sementara bagian yang diambil hanyalah bagian pucuk daunnya. Daun tersebut kemudian digulung dengan seksama. Green Pekoe memiliki aroma yang sedap, segar dan nyata.
- **Gu Zhang Mao Jian**
Teh Cina berasal dari Pegunungan Wuyi sepanjang Sungai Quishui. Sedikit manis, berkarakter seperti kastanye. Dipanen selama 10 hari di musim semi dan sedikit difermentasi.

- Gunpowder
Varietas teh hijau dengan daun keras dan bergulung dengan rapat. Daunnya digulung seperti bentuk bola dengan ukuran seragam menggunakan telapak tangan dan diatas panci perebus.
- Chun Mee
Teh hijau berasal dari Cina dengan daun yang panjang dan menggulung.
- Hui Ming
Teh Hui Ming namanya diambil dari nama Kuil Huiming di Jungnning, propinsi Zhejiang, Cina bagian selatan. Bertepatan dengan upacara pembukaan terusan Panama pada tahun 1915, digelar pameran internasional yang diselenggarakan di San Francisco untuk setiap negara yang terpilih atas produk terbaiknya. Teh Cina terpilih sebagai yang terbaik dan mendapatkan medali emas. Sejak itu dikenal secara luas sebagai Medali Emas Hui Ming.
- Keemun
Teh berdaun hitam klasik dari Cina dengan daun kecil, lembut dan beraroma manis. Kadar kafeinnya rendah dibandingkan teh hitam lainnya. Digunakan sebagai komponen dalam berbagai macam “Teh Rusia” karena kadar tanninnya yang rendah.
- Lapsang Souchong
Teh hitam Cina klasik, dibumbui dengan aroma akar pohon cemara yang diasapi.
- Lung Ching
Teh hijau dari Cina dengan daun panjang dan datar. Daunnya pertama-tama direntangkan dengan jari kemudian ditekan secara mendatar.
- Pi Lo Chun
"Siput Hijau Musim Semi". Teh hijau berdaun liat yang memiliki bau wangi yang segar dan istimewa serta mempunyai rasa buah-buahan.
- Pai Mu Than
Berarti “Peony Putih”, teh putih ini beraroma bunga dan lembut. Berasal dari pucuk daun (Jarum Perak) dan daun kedua dari bagian teratas, yang berwarna hijau jamrud, dan sedikit diuapi.
- Young Hyson

Teh Cina berasal dari propinsi Zhejiang . Proses pembuatannya, daun yang tebal dan berwarna kuning-kehijauan digulung hingga berbentuk panjang dan tipis. Menghasilkan minuman hijau dan beraroma kuat.

- Yunnan

Yunnan dikatakan sebagai tempat lahirnya teh. Propinsi ini terletak di bagian tenggara Cina, dimana masih ditanam teh dengan rasa kuat, yang berdaun tebal dan pucuk daun keemasan. Sedikit ada kesamaan dengan teh dari Assam.

- Dragon Pearl

Merupakan jenis yang sangat langka dan teh istimewa yang digulung menggunakan tangan, berdaun hijau dengan ujung perak (terkenal dengan nama Jarum Perak).

- Assam

Teh ini ditemukan di wilayah timur laut India setelah perang Opium antara Cina dan Inggris. Di wilayah itulah produksi teh terbesar kedua di dunia setelah Cina. Teh Assam mempunyai cita rasa yang sangat kuat, warna yang terang dan rasa yang tajam dan memabukan.

- Darjeeling

Pada awal abad ke-19. Kolonial Inggris secara sistematis memperkenalkan perkebunan teh yang luas di lereng Himalaya . Sinar matahari yang terik di pegunungan dan temperatur yang rendah di malam hari menyebabkan dedaunan pohon teh tumbuh lambat, menghasilkan teh dengan aroma istimewa dan lembut. Teh Darjeeling menduduki ranking terbaik dan paling mahal diantara jenis-jenis lain di dunia.

- Dimbula

Teh yang tumbuh di kawasan Ceylon barat. Merupakan teh kelas satu yang berproduksi tinggi.

- Dooars

Teh yang tumbuh di daerah India bagian utara, tepatnya di Assam bagian barat, aroma yang kuat mengingatkan pada teh Assam .

- English Breakfast

Teh campuran dikarakterisasikan dengan rasa Inggris. Selalu didasarkan pada teh dari Assam dan Ceylon .

- Earl Grey

Pemberian dari nama teh ini memang disesuaikan dengan nama seseorang, yaitu Charles Grey-Earl Grey yang kedua yang merupakan Perdana Menteri Inggris periode 1830-1834. Ada banyak versi dan cerita bagaimana nama Earl Grey diambil untuk nama the. Salah satunya adalah bahwa ia diberi resep (campuran the) oleh orang Cina Mandarin yang kehidupannya telah diselamatkan. Ketika hadiah yang enak dari Mandarin mulai habis, Earl Grey meminta pada pedagang tehnya. Twinings, untuk membuat campuran the yang serupa untuknya. Campuran teh ini menjadi favorit keluarga Grey untuk waktu yang lama.

Ketika tamu keluarga Grey meminta keterangan tentang campuran the ini, mereka dianjurkan untuk ke Twinings di Jalan Stand di London, di mana mereka menyebutnya sebagai “teh Earl Grey”.

Jeruk Bergamot adalah kunci teh ini. Buah inilah yang digunakan untuk membumbui the Earl Grey. Minyak bergamot diekstrak dari kulit jeruk bergamot (*Citrus bergamia* atau *Citrus aurantium bergamia*), yang memiliki rasa asam, dan berbentuk seperti buah pir. Jeruk bergamot saat ini banyak dikembangbiakan di daerah selatan Italia, namun aslinya berasal dari Vietnam dan Cina Selatan.

- Orange Pekoe

Tidak ada aroma orange (jeruk) dalam teh ini. Pekoe, penyesuaian kata dari Bai Hao (atau Pak-Hao) dalam bahasa Tionghoa adalah padanan kata untuk pucuk putih sebutan untuk tunas daun yang tidak tergulung dan tertutup oleh lapisan putih. Pucuk putih merupakan tanda yang bisa dipakai sebagai jaminan dari daun yang masih muda. Hal ini membuat Orange Pekoe menjadi salah satu teh yang paling enak. Eh ini berasal dari Cina lalu dibawa ke Belanda untuk dipersembahkan pada keluarga kerajaan tersebut sebagai jaminan kualitas. Orange Pekoe termasuk teh hitam, dibuat dari kuncup bunga yang dipetik beserta dua daun yang paling muda.

- Hazelbank

Dari kebun kecil namun menarik di wilayah Assam di India, memproduksi salah satu teh terbaik di dunia. Dinamakan demikian dari Hazel, anak perempuan dari pegawai sipil, Dr. Mead. Daun yang penuh, ukuran dan warna dari Hazelbank membuat teh ini menjadi favorit diantara pedagang.

- Highgrown
Teh yang berwarna sangat pucat dengan aroma lembut tumbuh di daerah pegunungan di Ceylon .
- Java
Jawa memproduksi teh yang berasa kuat, gelap, dan sedap – kebanyakan berupa remahan(hancur) – selama musim kering. The ini berkualitas tinggi.
- Muscatel
Teh yang berasal dar wilayah Darjeeling, yang dipetik pada akhir musim semi.
- Pettiagala
Mempunyai cita rasa yang sangat lembut. Berdaun panjang dan liat, beraroma harum sangat kuat. Perkebunannya terletak di daerah dengan ketinggian 1.000 m di distrik Balangoda.
- Silver Sprout
Silver sprout adalah teh berdaun seperti sabit merupakan minuman berwarna kuning kehijauan serta beraroma lembut dan sangat segar.
- Snow Buds
Teh hijau dengan pucuk daun berwarna putih dan merupakan minuman berwarna madu 'berkarakter Teh Putih' yang sedap, mempunyai rasa lembut dan licin.

(Sumber: 1001 Teh – Dari Asal Usul, Tradisi, Khasiat, Hingga Racikan Teh, 2010).

- Teh Herbal
Berbeda dengan teh jenis lain, teh herbal tidak terbuat dari hanya daun teh.

Melainkan juga dicampur dengan buah, biji, dan akar tertentu (sesuai tujuan manfaatnya). Kandungan antioksidannya lebih rendah ketimbang teh hijau, putih, atau Oolong. Efek kesehatan teh herbal bermacam-macam. Contohnya teh chamomile yang dikatakan bisa mencegah komplikasi akibat diabetes, kerusakan saraf dan ginjal, serta melawan sel kanker.

(Sumber: Health kompas.com, Anna, Teh beda Jenis dan Manfaatnya, 2010).

Teh herbal sebenarnya bukan terbuat dari daun teh, tetapi seduhan yang terbuat dari jenis tumbuhan lain, seperti jenis teh berikut ini

- Peppermint tea
Teh peppermint memiliki rasa yang mirip balsam mentol. Sangat bermanfaat untuk mengurangi kontraksi otot perut yang meningkat pada saat terjadi iritasi pada usus.
- Chamomile tea
Menurut sebuah penelitian di Jepang, konsumsi Teh Chamomile tanpa gula setiap hari bisa mencegah risiko komplikasi diabetes. Salah satunya adalah peningkatan tekanan darah yang bisa memicu kerusakan saraf dan gangguan penglihatan. Selain itu, Aroma khasnya dapat membantu Anda untuk menenangkan diri. Teh ini juga baik dinikmati untuk Anda yang memiliki gangguan tidur. Dalam chamomile terdapat 100% obat alami anti inflamasi, yang dapat membantu meredakan kram saat menstruasi.
- Juniper tea
Konsumsi juniper tea secara rutin akan membantu Anda mendetoksifikasi pada tubuh. Manfaat lainnya adalah teh ini juga dapat berfungsi sebagai antiseptik yang dapat mencegah peradangan pada kantung kemih. Bahkan sebagian orang juga percaya kalo teh herbal satu ini dapat menyembuhkan flu babi.
- Ginger tea
Teh jahe digunakan untuk meredakan mabuk perjalanan, membantu saluran dan sistem pencernaan, serta membantu mengurangi gas. Selain itu, teh jahe juga berguna untuk menyegarkan nafas dan menjadi aphrodisiac.
- Lemon balm tea
Untuk Anda yang sedang menjalani program diet, sebaiknya menghindari jenis teh yang satu ini. Karena teh ini akan membuat perut Anda menjadi lapar. Teh ini cocok diminum untuk orang yang memiliki masalah dengan nafsu makan. Teh ini juga kaya antioksidan seperti dengan teh hijau, hanya bedanya yang satu menurunkan berat badan, yang ini menaikkan berat badan.

(Sumber: Vivanews.com, Indriyani, 6 Jenis Teh Herbal dan Manfaatnya, 2012)

2.2.9 Macam Teh berdasarkan Kemasan

- Teh Celup
Teh yang kemasannya tercipta tanpa sengaja ini termasuk teh yang paling banyak dikonsumsi di Negara kita. Teh dikemas dalam kantong kecil yang biasanya dibuat dari kertas. Teh celup sangat populer karena praktis untuk membuat teh, tapi pecinta teh kelas berat biasanya tidak menyukai rasa teh celup. Mengingat faktor kesehatan maka jangan terlalu lama meletakkan kantong teh celup dalam cangkir.
- Teh seduh (daun teh)
Teh dikemas dalam kaleng atau dibungkus dengan pembungkus dari plastik atau kertas/box kardus. Di dalam kaleng atau box biasanya teh dibungkus lagi oleh plastik atau aluminium (sebaiknya pilih bungkus dari aluminium karena kualitas teh akan terjaga lebih lama). Takaran teh bisa diatur sesuai selera. Teh seduh kurang disukai warga metropolitan yang menghendaki semuanya serba praktis. Saringan lebih bisa dipakai sebagai solusi agar teh yang mengambang tidak ikut terminum. Selain itu, teh juga bisa dimasukkan dalam kantong teh sebelum diseduh. Bangsa Tiongkok mengkalinya dengan menggunakan mangkuk teh yang bertutup yang disebut gaiwan. Gaiwan dapat digunakan untuk menyaring daun teh ketika menuang teh ke mangkuk teh yang lain.
- Teh yang dipres
Teh dipres agar padat untuk keperluan penyimpanan dan pematangan. Teh Pu-erh dijual dalam bentuk padat dan diambil sedikit demi sedikit ketika ingin diminum. Teh yang sudah dipres mempunyai masa simpan yang lebih lama dibandingkan daun teh biasa.
- Teh stik
Teh dikemas di dalam stik dari lembaran aluminium tipis yang mempunyai lubang-lubang kecil yang berfungsi sebagai saringan teh.
- Teh Instan
Teh berbentuk bubuk yang tinggal dilarutkan dalam air panas atau air dingin. Pertama kali diciptakan pada tahun 1930-an tapi tidak diproduksi hingga akhir tahun 1950-an. Teh instan ada yang mempunyai rasa vanilla, madu, buah-buahan atau dicampur susu bubuk.

(1001 Teh – Dari Asal Usul, Tradisi, Khasiat, Hingga Racikan Teh, 2010).

2.2.10 Tradisi Teh

a. Jepang

Teh dikenal di Jepang sekitar abad ke-12. Teh yang dikenal di sana adalah teh matcha yang terbuat dari bubuk teh hijau. Sementara upacara minum teh diperkenalkan Sen No Rikyu pada abad ke-16. Upacara teh masih berlangsung hingga kini. Tradisi upacara minum teh ini berlangsung sekitar empat jam. Pertama-tama tamu datang dan diantar keruang tunggu. Mereka akan disuguhi air panas dari ketel di sebuah cangkir. Diruang ini, tamu diharapkan memuji tuan rumah.

Lalu, bersama-sama mereka menuju taman. Tamu berhenti untuk mencuci tangan dan mulut di air pancuran di taman. Lalu, tamu melepaskan sepatu dan beberapa barang bawaan sebelum masuk ke ruang penyuguhan teh. Disini tamu menikmati dekorasi dan rangkaian bunga sambil minum sake. Tamu kemudian kembali ke taman sambil menunggu tuan rumah menyiapkan teh kental.

Setelah selesai, tuan rumah akan membunyikan gong yang menandakan tamu segera kembali ke ruang penyuguhan teh. Di ruang penyuguhan, tamu dipersilahkan minum teh kental dengan beberapa makanan. Teh panas disajikan dengan wiski. Para tamu hendaknya cermat mengagumi taman, perkakas, dekorasi, arsitektur, keramik, dan bunga-bunga yang ada di ruangan.

b. Korea

Darye adalah bentuk upacara teh tradisional yang dipraktikkan di Korea. Darye adalah *etika minum teh* atau *tatacara minum teh* yang telah diwariskan oleh nenek moyang bangsa Korea sejak ribuan tahun lalu.

Upacara teh Korea bermula dari upacara teh Tionghoa dari Tiongkok. Bagian terpenting dari tatacara teh ini adalah bahwa menikmati teh ala Korea dipraktikkan dalam suasana formal namun santai dan tenang.

Upacara teh korea selain dimaksudkan untuk menemukan ketenangan dan harmoni dalam cepat berubahnya masyarakat Korea, juga untuk meneruskan tradisi lama bangsa Korea.

c. Cina

Orang China sangat memerhatikan rasa dan aroma teh. Mereka juga senang membanding-bandingkan satu jenis teh dengan teh yang lainnya. Di China, penyajian minum teh tidak disertai dengan hidangan makanan. Dalam tradisi minum teh di China, ada dua wadah yang digunakan. Sebuah gelas dan sebuah mangkuk. Gelas berfungsi untuk menghirup aroma teh, sedangkan mangkuk berfungsi untuk meminum air teh.

Orang China membuat teh secara bersama-sama. Daun teh dimasukkan hingga menutupi lingkaran dasar poci. Poci terbuat dari tanah liat merah yang berpori rapat sehingga ketika dituangi air, lambat laun poci akan menjadi kering kembali. Poci ditaruh di atas mangkuk yang lebih besar, lalu dituangi air mendidih hingga luber. Air yang luber akan tertampung di mangkuk besar itu. Kemudian poci ditutup sekitar dua menit. Air teh dituang ke dalam gelas lalu dipindahkan ke mangkuk. Selesai memindahkan air teh, tamu menghirup aroma teh dari gelas sebagai tanda penghormatan pada tuan rumah yang telah menyajikan teh. Setelah itu, barulah teh bisa diminum. Proses ini dilakukan berulang-ulang dengan jenis teh yang berbeda

d. Rusia

Orang Rusia mengenal teh sejak abad ke-17. mereka minum teh sambil berdiri, mengikuti tradisi orang Barat. Orang Rusia menggunakan ketel samovar, mirip ketel orang Mongol. Samovar dulu dikenal untuk membuat minuman madu berempah. Air dididihkan di ketel samovar dengan tungku dan arang.

Di musim panas, samovar ditempatkan di meja di sebuah taman sehingga asap dari air mendidih bisa keluar dengan leluasa. Sementara di musim dingin, samovar ditempatkan di dalam ruangan. Leher ketel disambungkan dengan pipa menuju cerobong asap agar asap dari air mendidih bisa langsung dilepas ke luar rumah. Sambil menunggu air mendidih, zavarka atau poci teh dipanaskan.

Setelah itu, uap yang menempel di zavarka dilap dengan serbet. Daun teh dimasukkan sampai hangat dan layu dalam zavarka yang ditutup hingga aroma teh keluar. Lalu air mendidih dituangkan pada zavarka hingga daun tenggelam. Air teh dituangkan dalam gelas-gelas perak. Untuk menikmati teh, dimasukkan satu sendok selai atau gula

putih kedalam mulut, lalu teh yang biasanya telah ditetesi lemon diminum. Biasanya teh disajikan dengan kue-kue manis.

e. Inggris

Teh dikenalkan di Inggris sekitar tahun 1652. Harganya sangat tinggi karena dianggap sebagai minuman bangsawan. Salah satu bangsawan yang menggemari teh adalah pangeran Charles II dan istrinya, Catherine de Braganza. Dari bangsawan-bangsawan Inggris, teh dikenal sampai ke beberapa Negara. Teh yang bisa disajikan saat sarapan dan makan malam diperkenalkan seorang bangsawan Inggris sebagai minuman pergaulan. Mereka menikmati teh sambil jalan-jalan di halaman rumah.

Gaya hidup para bangsawan ini ditiru oleh para keluarga Inggris. Kebiasaan minum teh di Inggris masih berlangsung hingga kini. Ada dua jenis upacara teh di Inggris. Teh cair biasanya disajikan pada siang hari dalam pertemuan keluarga. Dihidangkan dengan roti berselai, sandwich, atau makanan kecil lainnya

f. Irak

Bagaimana pun sibuknya, orang Irak selalu menyempatkan diri untuk berkumpul pada sore hari sambil menikmati teh. Tiap orang duduk melingkar diruang tamu sambil menanti sajian teh. Apresiasi orang Irak pada penyajian teh sangat tinggi. Jadi, menyuguhkan teh celup sangat tidak dianjurkan karena bisa dicemooh.

Setiap keluarga memiliki tradisi sendiri dalam membuat teh, tetapi proses intinya sama. Air dididihkan dalam ketel. Daun teh dimasukkan ke dalam poci dan dituangi air mendidih hingga daunnya naik ke atas. Poci ditaruh di atas ketel agar tetap panas hingga daun teh tenggelam.

g. Indonesia

Dalam budaya Indonesia, minum teh adalah minum air yang mengandung seduhan daun teh. Untuk menambah nikmat, biasanya ditambahkan gula. Teh dapat disajikan pada pagi hari sambil menemani sarapan, maupun saat santai disore hari sambil ditemani pisang goreng hangat. Teh juga biasa disuguhkan jika ada tamu yang datang. Tidak ada aturan yang terdapat dalam minum teh ala Indonesia. Jika ingin minum teh, tinggal buat sendiri. Wadahnya pun sesuka hati, bisa menggunakan gelas dan bisa juga menggunakan cangkir.

(Sumber: Kristiani, Mengenal Tradisi Minum Teh, 2009).

2.3 Tinjauan Tea Spa

Daun teh selain memberi kehangatan dan perasaan nyaman saat diminum, ternyata juga memiliki manfaat lain untuk kecantikan dan kesehatan kulit. Kini spa teh semakin populer, selain spa kopi dan cokelat yang juga eksotis untuk dicoba. Namun, berbeda dengan kopi dan cokelat, teh memiliki kelebihan karena mampu memberikan ketenangan. Jenis teh yang paling populer untuk spa adalah teh hitam dan teh hijau. Berendam di dalam teh hitam diyakini berkhasiat menenangkan diri sehingga pikiran dapat menjadi lebih segar.

Sementara itu, teh hijau dimanfaatkan untuk spa karena mengandung antioksidan dan minyak esensial yang bermanfaat untuk perawatan dan peremajaan kulit, menghancurkan lemak, dan relaksasi. Teh dapat mencegah keriput dan kanker, hal ini disebabkan oleh zat antioksidan yang tinggi dalam kandungan teh dapat mencegah radikal bebas masuk ke dalam tubuh. Radikal bebas dalam tubuh dapat merusak struktur kulit, menyebabkan dehidrasi, keriput, pigmentasi, bahkan kanker. Selain itu terdapat teh hijau yang mengandung zat diuretik sehingga dapat melarutkan lemak dan menghilangkan selulit dan menurunkan kolesterol.

Bukan hanya di klinik kecantikan, teh juga banyak digunakan sebagai terapi penenangan diri yang dapat menyembuhkan kesulitan tidur. Selain itu, spa teh juga memiliki khasiat beragam, seperti merawat rambut dan kuku agar lebih sehat dan cantik, dengan cara melakukan perawatan spa dengan menggunakan ramuan teh tersebut. (Sumber: Cantik & Bugar dengan Spa, Sindo, 2012).