

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Tinjauan Umum

2.1.1 Restoran

2.1.1.1 Definisi Restoran

Menurut Atmodjo (2005:7), restoran adalah suatu tempat atau bangunan yang diorganisir secara komersil, yang menyelenggarakan pelayanan dengan baik kepada semua konsumen baik berupa makanan ataupun minuman. Selain itu, restoran atau rumah makan juga digunakan untuk menyebut suatu usaha yang menyajikan hidangan kepada masyarakat serta menyediakan tempat untuk menikmati hidangan tersebut serta menetapkan tarif tertentu untuk makan dan pelayanannya, dan pada restoran juga bisa melayani *take-out* dan *delivery service*.

Menurut SK Menteri Pariwisata Pos dan Telekomunikasi No. KM 73/PW 105/MPPT-85 menjelaskan bahwa pengusaha restoran meliputi jasa pelayanan makan dan minum kepada tamu restoran, sebagai usaha pokok dan jasa hiburan didalam bangunan restoran sebagai usaha penunjang yang tidak terpisahkan dari usaha pokok sesuai dengan ketentuan dan persyaratan teknis yang ditetapkan. Pemimpin restoran adalah seorang atau lebih yang sehari-hari memimpin dan bertanggung jawab atas penyelenggaraan usaha restoran tersebut, sedangkan bentuk usaha restoran ini dapat berbentuk Perorangan atau Badan Usaha (PT, CV, Fa atau koperasi) yang tunduk kepada hukum Indonesia.

2.1.1.2 Sejarah Restoran

Sejarah restoran berasal dari ratusan tahun yang lalu. Di Mesir pada 512 SM ada sebuah tempat makan dengan menawarkan satu jenis makanan, yaitu kombinasi dari daging burung liar dengan bawang dan sereal. Makan siang untuk para pengusaha dinyatakan pertama kali dibuat oleh seorang penjaga kedai Roman pada tahun 40 SM untuk mereka yang terlalu sibuk dan tidak sempat pulang (Isi, 2011).

Dalam *Encyclopedia Britannica*, rumah makan pertama kali dikenal dengan nama restoran didirikan pada tahun 1765 oleh A. Boulanger, yaitu makanan berupa sup sayur di Paris. Keberadaan rumah makan ditunjukkan dengan memberikan tanda pada pintu rumah dalam bahasa Latin, datanglah pada saya dengan perut buruk kamu (dalam keadaan lapar dan saya akan menyembuhkan kamu).

Selanjutnya banyak ditiru oleh para juru masak dan pelayan yang meninggalkan majikan mereka masing-masing dengan mendirikan usaha yang sama. Hal ini merupakan salah satu peristiwa penting mengikuti perkembangan revolusi Perancis. Keruntuhan kaum bangsawan mengakibatkan mereka tidak dapat membiayai pengikutnya lebih lanjut, termasuk tukang masak dan pelayan-pelayannya. Di antara restoran yang pertama kali berdiri, salah satu diantaranya didirikan oleh seorang yang bernama Antonis Beauvilliers (Isi, 2011).

Di Inggris, restoran dikenal sejak abad ke-16, dalam bentuk penyediaan makanan pada kedai minuman dan penginapan dengan harga dan waktu yang sudah ditentukan terlebih dahulu. Tetapi istilah restoran itu sendiri baru digunakan setelah revolusi Perancis, pada awal abad ke-19. Sedangkan rumah makan di Amerika pada umumnya meniru rumah makan di Inggris, disamping rumah makan yang khusus

untuk imigran. Rumah makan Delmonico di New York dibuka pada awal tahun 1837, dan dianggap sebagai restoran pertama di Amerika, karena restoran itu sendiri didirikan dengan mengikuti sistem restoran di Perancis (Isi, 2011).

Di Indonesia sendiri restoran berkembang setelah G30S/PKI pada tahun 1965, sedangkan sebelum tahun 1945 hanya terdapat warung yang hanya melayani orang pribumi. Kemudian setelah tahun 1945, berkembang menjadi rumah makan, dan pada perkembangan selanjutnya yaitu tahun 1966 yang telah menjadi restoran karena penghasilan per kapital masyarakat Indonesia semakin baik. Pada perkembangan saat ini, dengan adanya tuntutan pelayanan cepat saji, maka telah berkembang restoran dengan sistem pelayanan *fast food* (Bachtiar, 2012).

2.1.1.3 Peraturan Undang-Undang Mengenai Restoran di Indonesia

Berdasarkan Peraturan Pemerintah No. 24 tahun 1979, Rumah Makan merupakan sektor usaha yang tercakup dalam bidang Kepariwisataan, dan pembinaanya diserahkan kepada Pemerintah Daerah Tingkat I. Namun untuk tercapainya kesatuan tata cara pengaturan dan pembinaan urusan rumah makan tersebut, maka pemerintah mengeluarkan SK Menteri Pariwisata, Pos dan Telekomunikasi No.KN.73/PVVI05/ MPPT-85 tentang Peraturan usaha Rumah Makan, dalam peraturan ini yang dimaksud dengan pengusaha Jasa Pangan adalah “Suatu usaha yang menyediakan jasa pelayanan makanan dan minuman yang dikelola secara komersial”. Berdasarkan SK tersebut menunjukkan bahwa pembinaan dan pengawasan rumah makan dilakukan oleh Gubernur, sedangkan tata cara pengawasan ditetapkan oleh Gubernur sebagai Kepala Daerah Tingkat I. Sehingga untuk mengusahakan sebuah Rumah Makan harus memiliki ijin lokasi

dan ijin usaha yang masing-masing ditetapkan oleh Gubernur sebagai Kepala Daerah Tingkat I.

Kewajiban sertifikasi restoran diatur dalam Peraturan Menteri Pariwisata dan Ekonomi Kreatif (Parekraf) No 11 Tahun 2014 tentang Standar Usaha Restoran. Kewajiban itu juga diatur dalam Peraturan Pemerintah No 52 Tahun 2012 Tentang Sertifikasi Kompetensi dan Sertifikasi Usaha di Bidang Pariwisata. Sementara itu, menurut SK Direktorat Jenderal Pariwisata No. 15/U/II/88 tentang Pelaksanaan Ketentuan dan Penggolongan Restoran menunjukkan bahwa perijinan dalam bidang usaha restoran ini secara umum dapat dibagi menjadi dua jenis, yaitu:

1. Ijin Sementara Usaha Restoran.

Ijin Sementara Usaha Restoran adalah ijin yang bersifat sementara yang berlaku sampai 3 tahun dan diberikan oleh Direktur Jenderal untuk membangun restoran.

2. Ijin Tetap Usaha Restoran.

Ijin Tetap Usaha Restoran adalah ijin tetap yang diberikan oleh Direktur Jenderal untuk mengusahakan restoran.

2.1.1.4 Persyaratan Ruang Restoran

Menurut Soekresno (2011), ruang atau area yang ada di dalam suatu restoran dibagi ke dalam dua bagian yang memiliki fungsi dan kegunaan yang berbeda-beda, yaitu:

1. Ruangan Depan (*Front Area*)

Area depan yang dimaksud di sini adalah area-area yang berfungsi dan digunakan untuk melayani pelanggan restoran sebagai wilayah layanan.

Persyaratan ruang restoran:

- a. Luas area memenuhi standar
 - b. Penyekat antara restoran dan dapur harus tahan terhadap api
 - c. Selalu terpasang alat deteksi kebakaran
 - d. Sirkulasi udara memadai dan tersedia pengatur suhu udara
 - e. Bersih, rapi dan sanitasi (memenuhi syarat kesehatan)
 - f. Mudah untuk dibersihkan dan dirawat
2. Ruangan Belakang (*Back Area*)

Ruang belakang merujuk pada area dalam restoran yang berfungsi sebagai tempat penyimpanan, persiapan, dan pengolahan makanan dan minuman. Ruangan ini merupakan tempat kerja bagi karyawan restoran dan tidak diizinkan untuk diakses oleh pelanggan. Beberapa contoh ruangan yang termasuk dalam ruang belakang adalah dapur, gudang, area penyimpanan sampah, ruang *steward*, dan sejenisnya. Syarat-syarat *back area*:

 - a. Cukup penerangan
 - b. Gudang penyimpan bahan makanan terpisah sesuai jenisnya
 - c. Lantai tidak licin dan dibuatkan selokan-selokan saluran pembuangan air yang memadai dan lancar
 - d. Terpasang alat penghisap dan saluran pembuangan asap dapur
 - e. Saluran air bersih cukup lancar dan mencukupi
 - f. Dan lain-lain seperti yang terdapat dalam persyaratan restoran

2.1.1.5 Standar Prosedur Pengoperasian Restoran

Prosedur operasional restoran adalah sebuah instruksi yang mengatur kegiatan tim kerja restoran dalam memberikan pelayanan kepada pelanggan.

Tujuannya adalah agar dipahami dan dilaksanakan dengan baik oleh seluruh staf restoran yang ada. Menurut Prasetya (2017), pedoman kerja tersebut dimulai dari persiapan restoran dibuka sampai restoran ditutup, yaitu:

1. Sebelum restoran dibuka

Tempat makan atau restoran tidak beroperasi selama 24 jam, sehingga ada waktu ketika tempat makan akan dibuka dan ditutup. Sebelum jam buka, staf persiapan akan menyiapkan segala hal yang berkaitan dengan persiapan fisik tempat makan, termasuk kebersihan tempat makan dan lingkungannya, kondisi udara, kelengkapan peralatan penyajian, makanan dan minuman yang bersih dan higienis, serta kebersihan fisik staf seperti kebersihan badan dan kelengkapan serta kerapihan seragam kerja masing-masing.

2. Selama restoran dibuka

Tempat makan akan dibuka sesuai jam yang telah ditetapkan setelah persiapan fisik dan mental serta *briefing* telah dilakukan semua. Saat yang dinantikan oleh kedua belah pihak akhirnya tiba, yaitu saat pelanggan dapat menikmati produk makanan dari restoran dengan harapan memperoleh sesuatu yang diinginkan. Manajemen restoran menjual produknya untuk menciptakan pelanggan dan memperoleh keuntungan tertentu. Agar dapat memadukan dua keinginan yang berbeda tersebut, faktornya terletak pada ketepatan, kecekatan, kejelian, dan kepekaan para tenaga ahli dalam mengelola sumber daya dengan sistem dan langkah-langkah pelayanan yang dapat memenuhi keinginan pelanggan. Langkah-langkah tersebut dimulai dari saat pelanggan memasuki pintu hingga meninggalkan restoran.

3. Menangani pembayaran

Apabila konsumen setelah makan dan minum, maka pegawai restoran harus segera menghubungi kasir untuk mempersiapkan bon tagihan kepada konsumen. Hal ini dilakukan agar tamu tidak menunggu terlalu lama untuk membayar. Bon tagihan tersebut akan disodorkan apabila konsumen sudah memintanya dengan cara memanggil *waiters* atau staff yang sedang bertugas. Bon atau disebut juga dengan *bill* ditaruh diatas baki kecil untuk *cash tray*, dan tidak lupa untuk pegawai restoran harus selalu mengucapkan terima kasih atas kedatangan konsumen ke restoran dan mengharapkan para konsumen untuk berkunjung kembali.

4. Restoran ditutup

Restoran tutup sesuai dengan jam yang telah ditentukan dan setelah pelanggan meninggalkan restoran.

2.1.1.6 Klasifikasi Restoran

Menurut peraturan Menteri Kesehatan RI No. 304/Menkes/Per/89 tentang persyaratan rumah makan maka yang dimaksud rumah makan adalah satu jenis usaha jasa pangan yang bertempat di sebagian atau seluruh bangunan yang permanen dilengkapi dengan peralatan dan perlengkapan untuk proses pembuatan, penyimpanan dan penjualan makanan dan minuman bagi umum di tempat usahanya.

Klasifikasi restoran dikelompokkan menjadi beberapa jenis menurut kegiatan dan makanan atau minuman yang disajikannya, yaitu (Marsum, 1993):

1. *A'la carte restaurant*, yaitu restoran dengan menu lengkap dan merupakan restoran tanpa aturan mengikat atau bebas.
2. *Table d'hotel*, yaitu restoran dengan menu yang lengkap dan menyajikan setiap menu berurutan dari menu pembuka sampai penutup. Biasanya erat hubungannya dengan hotel.
3. *Coffe shop*, merupakan tempat makan dan minum yang menyuguhkan suasana santai tanpa aturan yang mengikat dan biasanya menyuguhkan racikan kopi sebagai menu special diluar makanan-makanan kecil atau makanan siap saji.
4. *Cafetaria*, yaitu merupakan tempat makan dan minum yang terbatas menyajikan roti atau sandwich serta minuman-minuman ringan yang tidak beralkohol, biasanya erat hubungannya dengan kantor.
5. *Canteen*, merupakan tempat makan dan minum yang menyajikan berbagai makanan-makanan instan dengan harga yang terjangkau.
6. *Continental restaurant*, merupakan restoran yang memberikan kebebasan bagi pengunjungnya untuk memilih bahkan mengiris makanan yang dipesannya sendiri.
7. *Carvery*, merupakan restoran yang biasanya terdapat di motel kecil dan menyajikan makanan dan minuman sederhana.
8. *Discoheque*, merupakan tempat makan dan minum yang menyuguhkan suasana hingar bingar music sebagai daya tariknya. Biasanya menyuguhkan makanan dan minuman cepat saji.
9. *Fish and chip shop*, restoran yang menyajikan menu ikan dan kripik atau snack sebagai menu utama

10. *Grill room*, restoran dengan menu masakan panggang atau barbekyu sebagai menu andalan.
11. *Intavern*, restoran kecil di pinggiran kota yang biasanya menyuguhkan makanan cepat saji dan minuman kopi.
12. *Pizzeria*, restoran dengan menu pizza dan pasta sebagai menu utama.
13. *Creeperie*, restoran yang menyajikan berbagai menu kreps dan manisan
14. *Pub*, restoran yang menjual minuman beralkohol.
15. *Café*, tempat untuk makan dan minum dengan sajian cepat saji dan menyuguhkan suasana yang santai atau tidak resmi.
16. *Speciality restaurant*, merupakan tempat untuk makan dan minum yang memiliki tema khusus atau kekhususan menu masakan yang akan disajikan dan biasanya memiliki cita rasa yang berbeda dengan restoran lain.
17. *Terrace restaurant*, merupakan tempat makan dan minum yang umumnya terletak di luar ruangan dan biasanya erat hubungannya dengan fasilitas hotel. Di negara-negara barat terrace restaurant biasanya hanya buka saat musim panas saja.
18. *Gourmet restaurant*, merupakan tempat untuk makan dan minum yang biasanya diperuntukan bagi orang-orang yang sangat mengerti akan citarasa sehingga banyak menyediakan makanan-makanan lezat dengan pelayanan yang megah dan harga yang mahal.
19. *Family restaurant*, merupakan restoran sederhana untuk makan dan minum keluarga atau rombongan dengan harga yang tidak mahal serta menyuguhkan suasana nyaman dan santai.

20. *Main dining room*, merupakan ruang makan besar atau restoran yang umumnya terdapat di hotel, penyajian makanannya secara resmi, servis yang diberikan dapat menggunakan gaya perancis maupun rusia, sedangkan orang-orang yang datang pada umumnya juga menggunakan pakaian resmi formal.

Sedangkan ketika dilihat dari sistem pengelolaan dan system penyajiannya, restoran dapat diklasifikasikan menjadi tiga, yaitu (Soekresno, 2000):

1. *Formal restaurant* (restoran formal)

Restoran formal adalah industri jasa pelayanan makanan dan minuman yang dikelola secara komersial dan profesional dengan pelayanan yang ekslusif

2. *Informal restaurant* (restoran informal)

Restoran informal adalah industry jasa pelayanan makanan dan minuman yang dikelola secara komersial dan profesional dengan lebih mengutamakan kecepatan pelayanan, kepraktisan dan percepatan frekuensi pelanggan yang silih berganti.

3. *Specialities restaurant*

Specialties restaurant adalah industri jasa pelayanan makanan dan minuman yang dikelola secara komersil dan profesional dengan menyediakan makanan khas dan diikuti dengan sistem penyajian yang khas dari suatu negara tertentu.

2.1.1.7 Jenis-Jenis Pelayanan di Restoran

Menurut Arisandi (2009) terdapat berbagai macam jenis-jenis pelayanan yaitu:

1. *Table Service*, merupakan jenis pelayanan restoran di mana tamu dipersilakan untuk duduk dan memesan hidangan ke pelayan. Maka dari itu, pelayan akan menyajikan hidangan tersebut di hadapan para tamu. Saat melakukan *table service*, seorang pelayan harus fokus dan mampu mengingat pesanan dari setiap pengunjung. Hal ini bertujuan agar hidangan yang disajikan di hadapan pengunjung sesuai dengan masing-masing pesanan yang diminta. Layanan *table service* dapat dibedakan ke dalam empat kategori, yaitu:
 - a. *American service*: jenis pelayanan yang praktis dan cepat di mana makanan telah ditata langsung dari dapur dan pelayan hanya perlu mengantarkannya ke meja pengunjung.
 - b. *French service*: tipe pelayanan yang bersifat formal dan eksklusif di mana *chef* menyiapkan makanan secara langsung di hadapan para tamu.
 - c. *English service*: jenis layanan keluarga di mana pelayan mengantarkan makanan ke meja, kemudian tuan rumah akan berkontribusi untuk menyiapkan dan membagikan hidangan ke tamu lainnya.
 - d. *Russian service*: tipe layanan yang mirip dengan *French service*, namun bersifat lebih cepat dan murah. Hidangan telah dipersiapkan dari dapur, sehingga hanya diperlukan satu pelayan untuk menyajikannya.
2. *Buffet/self service*

Biasa dikenal dengan istilah prasmanan, jenis pelayanan ini merupakan yang sangat praktis dan cepat, karena seluruh hidangan telah ditata dan diatur di atas meja hidang, sehingga seluruh tamu atau konsumen diperbolehkan untuk memilih sendiri makanan sesuai selera dan porsi

yang diinginkan. Maka dari itu, tipe layanan ini sangatlah cocok untuk digunakan pada berbagai acara, seperti *banquet* dan pernikahan.

3. *Counter service*

Counter service atau yang juga dikenal dengan *cafeteria service* merupakan tipe layanan yang praktis, cepat, dan hemat energi. Dalam pelayanan jenis ini, konsumen dapat memesan dan mengambil pesanan pada *counter* yang tersedia, kemudian membayarnya di bagian ujung *counter*. Dengan kepraktisan yang ditawarkannya, *counter service* menjadi layanan yang umum ditemukan pada restoran cepat saji.

4. *Take away service*

Take away atau *carry out service* merupakan sistem pelayanan untuk pesanan yang dibawa pulang. Maka dari itu, konsumen membeli makanan yang telah siap atau disiapkan terlebih dahulu, kemudian dibungkus dan mengonsumsinya di luar area restoran. Opsi *take away* ini biasanya terdapat pada hampir semua restoran cepat saji.

5. *Room service*

Jenis layanan ini biasanya tersedia di akomodasi penginapan yang memiliki restoran, seperti hotel, vila, maupun resor. Jenis layanan ini bertujuan untuk mengantarkan hidangan secara langsung ke kamar tamu atau konsumen. Biasanya hidangan kecil disajikan pada nampan, sementara hidangan utama dibawa menggunakan sebuah troli. Pemesannya sangat mudah, hanya perlu melakukan menghubungi *room*

service order taker dan pelayan akan segera menyiapkan pesanan beserta tagihannya.

6. *Gueridon service*

Jenis pelayanan ini merupakan teknik pelayanan di mana hidangan dimasak setengah jadi di area dapur dan dilanjutkan di hadapan para konsumen menggunakan troli dan alat pemasak. Jenis pelayanan satu ini membutuhkan keterampilan khusus, seperti menggunakan teknik *flambe* atau aksi memasak untuk menghibur tamu.

2.1.2 Pijat

2.1.2.1 Definisi Pijat

Pijat adalah terapi sentuh yang paling tua dan paling populer yang dikenal manusia. Pijat merupakan seni perawatan dan pengobatan yang telah dipraktikkan sejak berabad-abad dari awal kehidupan manusia di dunia. Kedekatan ini mungkin disebabkan oleh karena pijat berhubungan erat dengan proses kehamilan dan proses kelahiran manusia (Roesli, 2001).

Pijatan secara umum akan membantu menyeimbangkan energi dan mencegah penyakit. Secara fisiologis, pijatan merangsang dan mengatur tubuh, memperbaiki aliran darah dan kelenjar getah bening, sehingga oksigen, zat makanan, dan sisa makanan dibawa secara efektif dari jaringan tubuh dan plasenta. Dengan mengendurkan ketegangan dan membantu menurunkan tekanan darah. Bila kita sedang merasa tidak sehat, pijatan dapat meningkatkan kemampuan diri kita untuk menyembuhkan diri sendiri dan cara ini dapat digunakan untuk mengalami terapi alami (Balaskas, 2005).

Terjadi perbedaan definisi pada masa berikutnya, tetapi para refleksologis mengutarakan prinsip dasar, bahwa telapak kaki dan telapak tangan terhubung dengan semua bagian tubuh manusia termasuk organ internal, dan dengan memberikan tekanan secara spesifik pada telapak kaki, manfaatnya akan dirasakan oleh seluruh organ tubuh (Snyder & Lindquist, 2010).

Pijat adalah terapi lembut dengan menekan bagian kaki tertentu untuk menghasilkan efek di sisi lain tubuh. Teori pijat didasarkan pada prinsip bahwa energi mengalir melalui zona vertikal melintasi tubuh dari kaki ke arah kepala, ini adalah cara yang sehat untuk mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Pijat mengurangi ketidaknyamanan, seperti sakit punggung, leher kaku, kram kaki, sakit kepala dan edema. Selain itu, pijat pada tubuh bisa mengurangi tekanan pada sendi bantalan beban, mendorong sirkulasi darah dan getah bening, membantu mengendurkan ketegangan saraf yang membantu tidur dengan lebih baik dan dapat membantu meredakan depresi atau kecemasan yang disebabkan oleh perubahan hormonal (Simanjuntak, 2019).

Banyak masyarakat yang memanfaatkan pijat sebagai terapi alternatif segala penyakit karena merupakan terapi penyembuhan yang tidak membutuhkan waktu lama, pengobatan alami dan biaya terjangkau dan secara praktek dapat dibuktikan bahwa pijat dapat melancarkan peredaran darah, menambah energi melatih otot tubuh dan kemampuan saraf untuk menangkal penyakit, menghilangkan stress, nyeri dan peningkatan daya berfikir serta

kualitas tidur, karena manfaat yang banyak dan harga terjangkau, masyarakat termotivasi untuk ke terapi pijat (Nilawati, dkk. 2008). Terapi Pijat sering dikombinasikan dengan terapi lain seperti musik, aroma terapi, shiatsu, dan bahkan jenis pijat yang lain seperti pijat (Sujayanto, 2007). Beberapa studi menunjukkan bahwa efek positif dari pijat dengan atau tanpa terapi lain dapat menimbulkan efek relaksasi, meningkatkan tidur, dan mengurangi nyeri (Snyder, Mariah, dan Lindquist, 2010).

2.1.2.2 Manfaat Pijat

Menurut Gala (2004), pengobatan pijat menghasilkan pemulihan homeostasis yakni, menghasilkan keseimbangan internal. Organ-organ dan kelenjar-kelenjar mulai bekerja secara optimal dan secara harmonis, terapi ini juga dapat mengurangi stres mental dan fisik. Menurut Gunawan (2011) pijat juga dapat memperbaiki kesimbangan potensi elektrikal dari berbagai bagian tubuh dengan memperbaiki kondisi zona yang berhubungan.

Teori Endorphin Pommeranz menyatakan bahwa tubuh akan bereaksi dengan mengeluarkan endorphin karena pemijatan. Endorphin adalah zat yang diproduksi secara alamiah oleh tubuh, bekerja, serta memiliki efek seperti morphin. Endorphin bersifat menenangkan, memberikan efek nyaman, dan sangat berperan dalam regenerasi sel-sel guna memperbaiki bagian tubuh yang sudah usang atau rusak (Hendro dan Yusti, 2015).

- a. Bagi Tubuh, yaitu meningkatkan energi meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan fungsi saraf, melepaskan toksin, sebagai relaksasi, mengatasi migrain dan sakit kepala, sebagai stimulus sistem saraf,

mempercepat penyembuhan luka, menghilangkan pegal-pegal, menjaga kesehatan tulang, menghilangkan kesemutan, menyembuhkan kaki yang keseleo, membuat tubuh menjadi lebih segar, mencegah terjadinya anemia, mencegah terjadinya penyakit kronis.

- b. Bagi Kesehatan Fisik dan Mental, mengurangi stres, meredakan ketegangan dan tingkat cemas berlebihan, membuat tidur lebih nyenyak, meningkatkan mobilitas sendi yang terkait *stroke*.

2.1.2.3 Jenis Pijat

Pijat memiliki banyak macam jenis dan memiliki manfaat yang berbeda-beda, jenis pijat yang biasa ditemukan di tempat refleksi yang sudah beroperasi, yaitu pijatan dalam, pijat *swedia*, pijat batu panas, pijat refleksi, pijat shiatsu, pijat olahraga, pijat *trigger point* (Untung, 2023).

2.1.3 Spa

2.1.3.1 Definisi Spa

Gaya hidup masyarakat masa kini yang selalu dituntut untuk memperhatikan penampilan, tidak hanya dalam berbusana, namun juga penampilan wajah. Wanita sebagai konsumen utama tentunya akan memilih jasa perawatan atau spa terbaik, mengingat kaum wanita dengan karakter yang berbeda-beda dan selalu mempertimbangkan citra adalah hal terpenting bagi wanita untuk memutuskan jasa spa yang akan mereka pilih, maka dari itu tidak heran apabila para wanita ini selalu mengedepankan citra atau image untuk mendapatkan prestige, agar mereka dapat diterima oleh masyarakat luas.

Penampilan diri seutuhnya menjadi sebuah kebutuhan penting untuk menunjang kepercayaan diri khususnya bagi seorang wanita (Trison, 2015).

Bagi sebagian masyarakat kita melaukan perawatan spa masih merupakan prestise dan bukan untuk mendapatkan kesehatan dan kebersihan tubuh. Ibu rumah tangga muda dan mapan secara ekonomis, mengenalkan dunia salon dan spa kepada anak-anaknya di usia dini. Hal ini ditangkap sebagai peluang pasar bagi pebisnis dengan membuka salon dengan fasilitas mewah serta munculnya *Mom and Kid Salon* and spa. Menjamurnya *Ladies Salon and Spa* sebagai filter munculnya gunjingan negatif dari jasa spa ini, khususnya di Salon yang melayani pria maupun wanita (Paramita, 2011).

Spa di Indonesia sebetulnya sudah lama dikenal oleh masyarakat. Tradisi mandi lulur, mandi berendam bunga dan rempah adalah salah satu diantaranya. Berbagai situs seperti Taman Sari Water Castle Yogyakarta adalah konsep perawatan spa yang sudah ada sejak abad 18, dan pada tahun 1995 dinyatakan sebagai situs warisan dunia. Berbagai spa di seantero dunia dengan kekhasan masing-masing merupakan tujuan wisata yang sangat menarik. Disamping itu Indonesia sangat kaya akan ribuan rempah yang tumuh subur di Indonesia sebagai bahan dasar kosmetika spa dan aromaterapi.

2.1.3.2 Manfaat Spa

Terdapat banyak manfaat mengenai spa, yaitu spa merupakan fasilitas pemulihan kesehatan fisik maupun spiritual dengan aktivitas relaksasi dan penyegaran seperti *health screening, wellness center* dan *spa and beauty* yang dikemas dengan memanfaatkan teknologi tinggi maupun tradisional (Marlina,

2008). Sebagai fasilitas kesehatan dan kecantikan yang memanfaatkan air, terdapat beberapa terminologi spa, yaitu: hydrotherapy, balneotherapy, thalassotherapy, crenotherapy.

2.1.3.3 Jenis Spa

Perawatan tubuh Spa merupakan prosedur perawatan non-medis untuk membantu kesehatan tubuh yang meliputi, aromaterapi, mandi dan berendam (onsen (*hot spring japan*), thermae (roman *hot spring*), bak mandi air panas, mandi lumpur), pijat (*massage*), masker, *body wrap*, *facial*, *menicure & pedicure*, nutrisi dan bimbingan berat badan, perawatan rambut (*creambath*), mikrodermabiasi, yoga dan meditasi, *waxing* (Dinna, 2023).

2.1.4 Relaxation Tea House

2.1.4.1 Definisi Relaxation Tea House

Teh yang konon sudah ada sejak ribuan tahun lalu dan berasal dari negri Tiongkok ini terkenal dengan khasiatnya yang menyehatkan tubuh (Kapojos, Aisyah, 2021). Selain itu, aroma dari teh pun dapat menimbulkan rasa tenang bagi yang meminumnya, sehingga teh menjadi minuman yang digemari banyak orang. *Relaxation Tea House* sendiri yang berarti rumah teh dan relaksasi, yang mana *market* untuk penikmat teh serta relaksasi itu masih luas dan banyak diminati oleh masyarakat, terlebih lagi orang sudah mulai jenuh dengan tempat yang menyediakan jenis minuman yang sama, seperti kopi, minuman cepat saji, dan sebagainya, tetapi sekarang orang-orang mencari minuman yang memiliki khasiat serta jenis minuman yang berbeda dari yang ada di pasaran sekarang

ini, selain itu karena teh juga sudah menjadi kebiasaan sehari-hari orang di Indonesia selain air putih.

Menurut Maryani dan Rejamardika (2013), ditemukan perbedaan yang cukup jauh mengenai gaya hidup minum teh di era 80 hingga 90-an dengan masa kini. Konsumen teh masa kini justru menginginkan “lebih dari sekedar dari minum teh”. Oleh sebab itu tradisi minum teh tidak lagi dilakukan di dalam rumah, melainkan di tempat ramai seperti di dalam mall, atau café, atau tea house. Konsumen teh ini mengharapkan suasana yang lebih nyaman dibandingkan di rumah. Acara minum teh ini tidak hanya dilakukan bersama keluarga saja, melainkan bersama teman-teman sebaya, atau bersama rekan bisnis. Acara minum teh yang dulunya hanya dilakukan pada pagi atau sore hari, kini dapat dilakukan setiap saat. Bahkan acara minum teh ini dapat dilakukan saat melakukan hubungan bisnis. Konsumen teh masa kini juga mengharapkan sensasi baru saat minum teh, oleh sebab itu dengan menyediakan jenis teh baru dengan rasa yang unik, serta menggabungkan elemen rasa ke teh, selain itu juga dapat ditambah dengan penyajian yang kreatif/unik, seperti yang ada di Jepang dan Tiongkok, dengan penggunaan peralatan teh tradisional serta sesi mencicipi teh, dimana konsumen bisa mencicipi berbagai jenis teh dan belajar tentang asal-usul serta proses pembuatan teh. Melihat adanya perubahan dalam gaya hidup minum teh di masyarakat, maka para pengusaha melihat hal ini sebagai sebuah peluang. Peluang ini dimanfaatkan oleh para *entrepreneur* dengan memunculkan *tea house*.

Di Indonesia, budaya minum teh tidak hanya menjadi kebiasaan harian saja namun juga merupakan bentuk pelestarian sumber daya alam Indonesia. Indonesia merupakan produsen teh terbesar ke-8 di seluruh dunia, sayangnya hanya 35% dari produksi teh Indonesia yang dinikmati masyarakat Indonesia, didukung dengan cuaca dan lokasinya yang strategis (Afrillia, 2021). Dengan pengembangan dari kebun teh menjadi *public space* yang dapat dinikmati oleh masyarakat umum, diharapkan *tea house* dapat mengembangkan kesadaran masyarakat akan potensi lokal di Indonesia. Konsep *tea house* di Indonesia dapat memberikan kesan nyaman, mengurangi stress, meningkatkan kreatifitas, menjernihkan pikiran, dan meningkatkan kesejahteraan. Oleh sebab itu, perancangan *tea house* ini perlu untuk direalisasikan sesuai paparan di atas yang bertujuan untuk mengetahui daya tarik minum teh yang diharapkan memperkuat daya tarik teh di Indonesia.

2.1.5 Persyaratan Interior di Restoran

2.1.5.1 Pedoman Luas Area Restoran

Luas area yang ada pada restoran di bagi kedalam dua kelompok besar yaitu area restoran dan area dapur, untuk luas restoran (tidak termasuk dapur restoran) = $1,6 \text{ m}^2 / \text{orang}$ dan luas dapur (termasuk tempat penyimpanan makanan panas, ruang penyimpanan masakan dingin, tempat cuci dan *chef office*): = $1,4 \text{ m}^2 \times \text{jumlah pelanggan}$ (Prasetia, 2017).

2.1.5.2 Pedoman Tata Letak Meja dan Kursi pada Area Restoran

Pedoman tata letak meja dan kursi diatur dari jalur pelayanan, kemudian antara tempat duduk yang satu dengan tempat duduk yang

membelakangi merupakan gang atau disebut jalur pelayanan dengan jarak 135 cm sebagai jalur 2 pramusaji atau 1 pramusaji. Pergeseran maju mundur jursi antara 10-20 cm untuk kebutuhan duduk, pergeseran mundur kursi untuk pelanggan berdiri 30 cm, kepadatan untuk meja counter bar 62,5 cm per orang dan jarak duduk pada counter bar antara 1 orang dengan orang lain 7,5 cm (Littlefiels, 2008).

2.1.5.3 Standar Penyimpanan Peralatan Restoran

Standar penyimpanan peralatan yaitu standar tinggi rak gudang untuk penyimpanan barang yang relatif besar, ketinggian pada rak teratas 150 cm dan untuk barang-barang relatif ringan maksimal sesuai jangkauan untuk meraih barang yaitu 195 cm dan standar jarak rak penyimpanan. Untuk peralatan rak penyimpanan antara rak dengan lainnya tanpa kereta barang yaitu 120 cm. untuk peletakan rak penyimpanan antara rak dengan yang lainnya dengan menggunakan kereta barang yaitu 150 cm (Soekresno, 2000).

2.1.5.4 Persyaratan Dapur, Ruang Makan dan Gudang Makanan

Persyaratan untuk dapur, ruang makan dan gudang makanan, yaitu untuk dapur sendiri yang luas dapur sekurang-kurangnya 40% dari ruang makan atau 27% dari luas bangunan, permukaan lantai dibuat cukup landai ke arah saluran pembuangan air limbah, permukaan langit-langit harus menutup seluruh atap ruang dapur, permukaan rata, berwarna terang dan mudah dibersihkan, penghawaan dilengkapi dengan alat pengeluaran udara panas maupun bau-bauan / *exhauster* yang dipasang setinggi 2 meter dari lantai dan kapasitasnya sesuai bangunan, tungku dapur dilengkapi dengan sungkup asap

(*hood*), alat perangkap asap, cerobong asap, saringan dan saluran serta pengumpul lemak, pintu yang berhubungan dengan halaman luar dibuat rangkap, dengan pintu bagian luar membuka ke arah luar daun pintu bagian dalam dilengkapi dengan alat pencegah masuknya serangga yang dapat menutup sendiri, ruangan dapur terdiri dari tempat pencucian peralatan, tempat penyimpanan bahan makanan, tempat pengepakan, tempat persiapan, tempat administrasi, intensitas pencahayaan alam maupun buatan minimal 100 lux, pertukaran udara sekurang-kurangnya 15 kali per jam untuk menjamin kenyamanan kerja di dapur, menghilangkan asap dan debu, dan udara di dapur tidak boleh mengandung angka kuman lebih dari 5 juta/gram, selain itu dapur harus tersedia sedikitnya meja peracikan, peralatan, lemari/fasilitas penyimpanan rak dingin, rak-rak peralatan, bak-bak pencucian yang berfungsi dan terpelihara dengan baik dan tidak boleh berhubungan langsung dengan jamban / WC, peturasan / urinoir kamar mandi dan tempat tinggal (Prasetia, 2017).

Menurut Wulandari (2018) setiap kursi yang tersedia minimal $0,85\text{ m}^2$ dari meja, kursi dan taplak meja harus dalam keadaan bersih, tempat untuk menyediakan atau peragaan makanan jadi harus dibuat fasilitas khusus yang menjamin tidak tercemarnya makanan, rumah makan dan restoran yang tidak mempunyai dinding harus terhindar dari pencemaran, tidak boleh berhubungan langsung dengan jamban/WC, *urinoir*, kamar mandi dan tempat tinggal, harus bebas dari serangga, tikus dan hewan lainnya, untuk lantai, dinding dan langit-langit harus selalu bersih, serta perlengkapan set kursi harus bersih.

Gudang bahan makanan, yaitu gudang bahan makanan tidak boleh untuk menyimpan bahan lain selain makanan, pencahayaan gudang minimal 43 lux pada bidang setinggi lutut, gudang dilengkapi dengan rak-rak tempat penyimpanan makanan, ventilasi yang menjamin sirkulasi udara dan dilengkapi dengan pelindung serangga dan tikus (Wulandari, 2018).

2.1.5.5 Persyaratan Ruang Relaxation Tea House

Pencahayaan yang terlalu terang atau kurang terang dapat mengakibatkan mata menjadi sakit, hal tersebut berkaitan dengan waktu penggunaan yang cukup lama, misal pengunjung yang sedang melakukan relaksasi dengan meminum teh sambil melakukan pijat dan pelayan yang kurang lebih bertugas selama delapan jam. Penempatan ruangan sesuai dengan kebutuhan atau jenis pelayanan yang telah disediakan, ditambah juga dengan penyesuaian suhu ruangan agar tidak terlalu dingin dan tidak terlalu panas untuk melakukan kegiatan relaksasi yang akan dipilih oleh konsumen (Pexio, 2022).

Penyesuaian pijat untuk melakukan relaksasi dari jenis pelayanan yang dipilih, seperti meminum teh menjadi aktifitas utama untuk melakukan relaksasi, maka dari itu pijat bisa dilakukan di seluruh area badan dan teh yang diletakkan di meja, tetapi kembali lagi melalui penyesuaian dari konsumen itu sendiri untuk memilih teh sebagai aroma terapi/minuman. Melakukan spa dengan aroma teh menjadi salah satu jenis pelayanan yang disediakan, karena memberikan efek relaksasi saat melakukan pijat di area punggung tubuh atau di area kepala (Makarim, 2022).

2.2 Tinjauan Khusus

2.2.1 Teh

2.2.1.1 Definisi Teh

Teh merupakan jenis minuman yang dihasilkan dari pengolahan daun tanaman teh. Minuman teh dibuat dari pucuk daun teh muda, pengolahan daun teh sebelum menjadi minuman teh harus difermentasi. Fermentasi daun teh lebih tepat disebut dengan proses oksidasi karena proses nya dibantu oksigen. Tanaman teh memiliki kandungan senyawa kimia, daun teh memiliki senyawa antioksidan yang disebut katekin, tanaman teh juga memiliki kandungan yang sama dengan kopi yaitu senyawa kafein, dan juga memiliki senyawa kimia lainnya yang begitu penting seperti asam amino serta senyawa folifenol (Rohdiana, 2015).

Tanaman teh dapat tumbuh dengan tinggi sekitar 6-9 meter. Di perkebunan, tanaman teh dipertahankan hanya sekitar 1 meter tingginya dengan pemangkasan secara berkala. Hal ini untuk memudahkan pemetikan daun dan agar diperoleh tunas-tunas daun teh yang cukup banyak. Tanaman teh umumnya mulai dapat dipetik daunnya secara terus-menerus setelah umur 5 tahun dan dapat memberi hasil daun teh cukup besar selama 40 tahun (Spillane, 1992).

Teh hijau mulai dikenal di Indonesia pada tahun 1686 oleh Dr. Andreas Cleyer yaitu seseorang yang bekebangsaan Belanda. Terdapat dua kelompok varietas teh yang terkenal, yaitu varietas assamica yang berasal dari India dan varietas sinensis yang berasal dari Tiongkok (Syah, 2006). Adapun taksonomi teh (*Camellia sinensis*) diklasifikasikan sebagai berikut:

- 1) Divisi : Spermatophyta

- 2) Subdivisi : Angiospermae
- 3) Kelas : Dicotyledonae
- 4) Sub Kelas : Dialypetalae
- 5) Ordo : Guttiferales (Clusiaceae)
- 6) Family : Camelliaceae (Theaceae)
- 7) Genus : Camellia
- 8) Spesies : Camellia sinensis

Minuman teh dibuat dengan cara menyeduh daun, pucuk daun, atau tangkai daun yang di keringkan. Teh mengandung polifenol, flavanol, pektin, alkaloid, klorofil, tanin, dan natural fluoride. Minuman teh memiliki manfaat di antaranya sebagai anti kanker, antioksidan, antimikroba, antibakteria, mencegah aterosklerosis, menjaga kesehatan jantung, anti diabetes, menstimulasi sistem imun, mencegah Parkinson, menurunkan kolesterol, mencegah karies gigi, mencegah bau mulut, melancarkan urine, menghindari stroke dan menurunkan tekanan darah (Syah, 2006).

2.2.1.2 Sejarah Teh

Teh, kopi, dan kola merupakan tiga besar minuman yang banyak dikonsumsi di dunia (Yang, 2007). Teh merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pelayanan makanan (Jolliffe, 2007). Teh merupakan minuman penyegar paling populer setelah kopi. Minuman ini sudah dikenal sejak berabad-abad lampau. Negara penghasil teh utama ada di Asia seperti Tiongkok, Sri Lanka, Turki, India, Jepang, Vietnam, dan Indonesia, sisanya di Afrika dan Amerika Selatan.

Teh pertama kali dikonsumsi pada awal periode Paleolitikum sekitar 5000 tahun lalu (Laura, 2007). Begitu pun dengan para arkeolog dunia yang mengindikasikan bahwa pada periode yang sama, daun *Camellia sinesis* pertama kali direbus oleh *Homoerectus* di suatu daerah yang saat ini diketahui adalah Tiongkok.

Berbeda dengan penemuan ilmiah, legenda yang paling terkenal dalam budaya minum teh dikenal sejak 3.000 tahun Sebelum Masehi (SM), yaitu pada zaman Kaisar *Shen Nong* (神农) berkuasa. Penemuan itu disebabkan oleh daun teh yang masuk ke dalam air rebusan Kaisar *Shen Nong*, dan kemudian ketika diminum menimbulkan rasa yang menyegarkan. Sejak itu, Kaisar *Shen Nong* sering meminum teh dan kemudian teh menjadi sangat populer di seluruh penjuru Tiongkok. Perkembangan teh di Tiongkok pun terus meningkat bahkan dalam upacara-upacara keagamaan, penyembahan leluhur, upacara perkawinan, dan dalam kehidupan sehari-hari sekalipun tidak lepas dari satu waktu tanpa minum teh (Tan, 2014).

Dari banyak bangsa di dunia, bangsa Tiongkok merupakan salah satu bangsa yang menjadikan tradisi makan dan minum dalam kehidupan sehari-hari sebagai suatu hal yang penting. Menurut Dorothy Perkins (1999: 104-105), seni makanan dan minuman telah lama dikembangkan secara tinggi di Tiongkok. Hal serupa juga dikemukakan oleh James Danandjaja (2007: 417) yang berpendapat bahwa makanan dan minuman selalu memegang peranan utama dalam adat istiadat, festival, dan ceremonial Tiongkok seperti kelahiran, pernikahan, dan juga pemakaman.

Di Tiongkok, minuman yang sering diminum adalah teh dan arak. Dari kedua jenis minuman tersebut, teh adalah minuman masyarakat Tiongkok yang paling penting, biasanya mereka menyebutnya chá (茶). Menurut Dorothy Perkins (1999: 511-513), teh adalah minuman yang terbuat dari daun kering tanaman perdu (Latin: *Camellia Sinensis*). Di masyarakat seluruh dunia, teh adalah salah satu bahan minuman alami yang sangat populer dan secara universal dikonsumsi di banyak negara serta di berbagai lapisan masyarakat.

Penyebaran teh di dunia mulai dari Tiongkok, Jepang, di negara-negara Eropa, hingga sampai ke Indonesia dan negara-negara Asia lainnya (Attoriolong, 2020). Di Asia, ada beberapa cerita yang beredar dan memiliki isi cerita yang berbeda-beda antar satu sama lain, tetapi menurut catatan sejarah yang ada, tercatat bahwa daratan Tiongkok merupakan negara pertama yang pertama kali menemukan kegunaan teh sebagai minuman maupun obat-obatan.

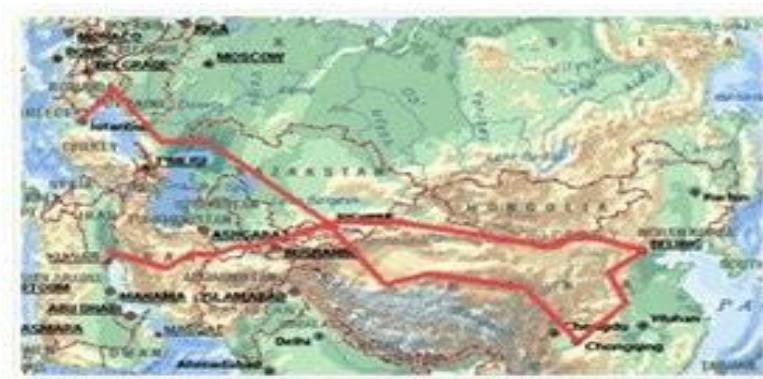
Menurut catatan sejarah, pohon teh telah ditemukan sejak masa lima atau enam ribu tahun yang lalu. Hal tersebut tercatat dalam buku *Zhongguo Shehui Fengsushi* (中国社会风俗史) , *Qin Yongzhou* (秦永洲) menegaskan bahwa Tiongkok adalah negeri asal teh dan memiliki sejarah selama lebih dari lima ribu tahun: “中国是茶的故乡，茶在中国已有5000多年的历史。”(Tiongkok adalah kampung halaman teh, di Tiongkok teh telah memiliki sejarah lebih dari lima ribu tahun). Selain *Qin Yongzhou* (秦永洲), *Ren Qiliang* (任启亮) juga menegaskan hal yang sama mengenai asal dari tanaman berdaun hijau tersebut: “茶树原产于中国”⁵ (Pohonteh berasal dari Tiongkok). Para ilmuan di seluruh dunia juga mengakui

bahwa negeri Tirai Bambu itulah yang menjadi tempat asal tanaman teh (Kompas, 2015).

Selain keberagaman dari jenis teh itu sendiri, tradisi atau kebiasaan minum teh di Tiongkok juga memiliki keunikan tersendiri. Kebiasaan minum teh yang sudah dikenal ribuan tahun ini, sangat sulit dilepaskan dari kehidupan masyarakat Tiongkok. Ada pepatah kuno Tiongkok yang mengatakan bahwa: ”宁可一日无米，不可一日无茶”(Lebih baik tanpa makanan sehari, daripada tanpa teh sehari). Ada juga pepatah Tiongkok dalam bahasa Inggris yang memiliki arti yang hampir sama dengan pepatah Tiongkok di atas: *”Better to be deprived of food for three days, than tea for one.”* Bagi masyarakat Tiongkok, minum teh sudah menjadi ritual sehari-hari yang tak terlewatkan. Anak muda sampai orang lanjut usia semuanya menggemari teh, tentu saja dengan selera teh yang berbeda. Masyarakat di Tiongkok memiliki “ritual” tersendiri sebelum meminum teh, karena masyarakat Tiongkok sangat mengutamakan rasa serta aroma teh saat meminumnya. Budaya minum teh di tengah masyarakat Tiongkok sangatlah erat kaitannya dengan kehidupan mereka (Wijaya, 2019).

Di Jepang, penemuan teh dikenal dengan legenda mengenai seorang rohaniwan Budhidarma, pendeta pendiri aliran Buddhisme Chan pada 520 M yang bernama Daruma. Pada saat itu, Daruma yang sedang mempelajari agama Zen Buddha sedang bertapa, Ia tahan duduk bertapa tanpa tidur ataupun memejamkan matanya selama 9 tahun. Namun tidak seperti biasanya, sang rohaniwan jatuh tertidur saat mengheningkan diri di tempat suci. Dia sangat marah pada dirinya sendiri karena baginya tertidur pada saat bertapa merupakan hal yang sangat

memalukan. Demi membuat matanya tetap terbuka dan tidak tertidur, maka Daruma pun memotong kelopak matanya dan membuang kelopak matanya ke tanah. Tetapi anehnya, di tanah tempat Ia membuang kelopak matanya itu, tumbuh tanaman teh pertama di Jepang. Sejak saat itu, daun teh dipercaya dapat menghilangkan rasa kantuk saat meditasi selama berjam-jam. Kedua, pada awal abad kesembilan, seorang biarawan dari Jepang yang pulang dari pengembalaan, bernama Dengyo Daishi membawa biji tanaman teh dari Tiongkok. Yeisei mengenal teh selama Ia mempelajari agama Buddha di negeri Tiongkok. Tapi hingga saat ini Ia lebih dikenal sebagai “Bapak Teh Jepang”. Karena berasosiasi langsung dengan ajaran Buddha, teh segera mendapat tempat yang aman di hati masyarakat Jepang. Bahkan kemudian tercipta upacara minum teh yang disebut chatō (茶の湯, chatō) atau *cha no yu* (Tan, 2014).



Gambar 2.1 Peta Jalur Sutera
(Sumber: <http://www.campus.ncl.ac.uk/databases/history/chocs/tea.gif>)

Setelah menyebar ke Jepang, pada abad ke-6 pedagang-pedagang Turki membawa hasil teh dari Tiongkok ke negaranya untuk diperdagangkan. Pada abad ke-16, teh mulai dikenal oleh masyarakat di benua Eropa, yaitu setelah pendeta nasrani membawa teh dari Tiongkok sebagai oleh-oleh (Adisewojo, 1982).

Pada masa yang hampir bersamaan, kedatangan para pedagang Arab ke Tiongkok juga memiliki andil dalam penyebaran teh Asia Tengah. Melalui Jalur Sutera, teh dijadikan komoditi dalam perdagangan antar benua tersebut. Sejak tahun 1610, kapal-kapal dagang Belanda membawa teh dari Tiongkok. Sejak abad ke-17, teh dibawa dari Tiongkok ke Eropa melalui jalur darat yang melewati Rusia, sehingga masyarakat Rusia pun mengenal teh. Pada pertengahan abad ke-17, “afternoon tea” menjadi kebiasaan baru bagi kaum bangsawan Inggris (Melati, hlm. 9). Hal yang serupa juga dilakukan oleh *The Dutch East India Company* yang juga membawa teh Tiongkok dan memperkenalkannya ke Eropa. Para koloni Belanda juga membawa teh turut serta dalam penjajahannya di Indonesia. Pada akhir abad ke-17, Gubernur Jenderal Hindia Belanda, Camphyus, mulai menanam teh di halaman rumahnya di Jakarta. Setelah itu, koloni Belanda menjadikan teh sebagai salah satu tanaman wajib dalam *cultuur stelsel* atau tanam paksa (Adisewojo, 1982). Kini sudah lebih dari 40 negara memproduksi teh, negara-negara Asia memproduksi 90 persen dari total komoditi teh di dunia. Penyebaran teh yang telah berlangsung sejak ratusan tahun lalu telah mengakar dalam budaya masing-masing wilayah. Namun walaupun teh telah dikenal di seluruh dunia, Tiongkok merupakan negara yang pertama kali ditemukannya teh.

2.2.1.3 Sejarah Teh di Indonesia

Teh merupakan minuman kedua yang paling banyak dikonsumsi di dunia setelah air mineral (Fanaro, 2009). Teh dikonsumsi oleh sebagian besar penduduk dunia dengan rata-rata konsumsi 120 ml/hari (0,57 kg/hari). Di Indonesia sendiri, pada tahun 2014, konsumsi teh rata-rata per orang per hari

adalah 0,32 kilogram. Minum teh telah menjadi bagian hidup masyarakat Indonesia. Kini budaya minum teh telah hadir dalam konsep yang lebih modern, yaitu *afternoon tea*. Gaya hidup ini telah banyak dapat ditemukan di kota-kota besar di Indonesia maupun di luar negeri, seperti Singapura, Shanghai, Beijing, Amerika, Jakarta, dan Bali. Direktur Jenderal Perdagangan Luar Negeri Kementerian Perdagangan menyebut bahwa, Indonesia merupakan menempati peringkat ke-7 produsen teh terbesar di dunia (Edward, 2015).

Kebiasaan minum teh sudah berlangsung sejak ratusan tahun yang lalu, bahkan para tuan tanah dan pejabat di jaman kolonial Belanda di Indonesia memiliki perkebunan teh tersendiri. Tanaman teh pertama kali masuk ke Indonesia tahun 1684, berupa biji teh dari Jepang yang dibawa oleh seorang Jerman bernama Andreas Cleyer, dan ditanam sebagai tanaman hias di Jakarta. Pada tahun 1694, seorang pendeta bernama F. Valentijn melaporkan melihat perdu teh muda berasal dari Tiongkok tumbuh di Taman Istana Gubernur Jenderal Champuys di Jakarta. Pada 1728, pemerintah kolonial Belanda mendatangkan teh secara besar-besaran dari Tiongkok untuk dibudidayakan di Pulau Jawa. Namun baru seabad kemudian, dengan dipelopori oleh Jacobson, teh menjadi komoditas yang menguntungkan. Pada tahun 1826 tanaman teh berhasil ditanam melengkapi Kebun Raya Bogor, dan 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 Loudeijk Levian Jacobson, seorang ahli teh, menaruh landasan bagi usaha perkebunan teh di Jawa. Pada tahun 1828 masa pemerintahan Gubernur Van Den Bosh, Teh menjadi salah satu tanaman

yang harus ditanam rakyat melalui politik Tanam Paksa (*Culture Stelsel*) (Sosro, 2010).

Teh termasuk komoditas perkebunan strategis. Konsumsi teh dunia selalu mengalami peningkatan. Bahkan di beberapa negara, minum teh sudah menjadi kebudayaan penting. Dewasa ini Indonesia sedang menggalakkan sektor pariwisata dari berbagai pendekatan, salah satunya adalah Pariwisata Gastronomi (kuliner).

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 di sore 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 (Yulianti, 2008).

Temperatur dan kelembaban yang konstan adalah keadaan ideal untuk pertumbuhan tanaman teh. Kondisi tersebut dapat ditemukan di wilayah iklim tropis dan subtropis di Asia tempat lebih dari 60% teh dunia di produksi (Statista, 2015). Dataran tinggi yang dingin merupakan tempat paling baik untuk memproduksi daun teh berkualitas tinggi. Tanaman teh dapat dipanen untuk pertama kalinya setelah mencapai usia kira-kira empat tahun. Ketika panen, hanya daun-daun muda yang dipilih, mengimplikasikan bahwa pemetikan manual lebih efisien dibandingkan menggunakan peralatan mesin. Karenanya, produksi teh adalah bisnis padat tenaga kerja.

Indonesia saat ini adalah produsen teh terbesar ketujuh di dunia, hasil produksi teh telah menurun di beberapa tahun terakhir karena beberapa perkebunan teh telah diubah menjadi perkebunan kelapa sawit, sementara perkebunan-perkebunan teh yang lain telah menghentikan produksi untuk memproduksi sayuran atau produk pertanian lain yang lebih menguntungkan (Sadewa, 2020). Meskipun ada penurunan luas lahan, jumlah produksi teh tetap relatif stabil. Hal ini mengindikasikan bahwa perkebunan-perkebunan teh yang tersisa menjadi lebih produktif. Provinsi-provinsi di Indonesia yang memproduksi teh paling banyak yaitu Jawa Barat, Jawa Tengah dan Sumatra Utara, hampir setengah dari produksi teh Indonesia diekspor keluar negeri. Pasar ekspor utamanya adalah Rusia, Inggris, dan Pakistan.

Teh Indonesia yang diekspor terutama berasal dari perkebunan-perkebunan besar di negara ini, baik yang dimiliki negara maupun swasta (biasanya menghasilkan teh bermutu tinggi atau premium), sementara mayoritas petani kecil lebih berorientasi kepada pasar domestik (karena teh yang dihasilkan berkualitas lebih rendah dan karenanya memiliki harga penjualan yang lebih murah). Teh Indonesia dikenal karena memiliki kandungan katekin (antioksidan alami) tertinggi di dunia (Dewi, 2016). Kebanyakan produksi teh Indonesia adalah teh hitam, kemudian diikuti oleh teh hijau. Mirip dengan komoditi lain, Indonesia bergantung pada ekspor teh produk primer. Kurang berkembangnya industri hilir teh Indonesia mengurangi daya saing industri teh Indonesia di pasar internasional. Ekspor produk-produk hilir teh berkontribusi hanya untuk kira-kira 6% dari total eksport teh. Pada tahun 2014, penduduk Indonesia mengkonsumsi rata-rata 0,32 kilogram

teh per orang per hari (rata-rata dunia adalah 0,57 kilogram di 2014, sementara Turki jelas merupakan pengkonsumsi terbesar dengan 7,54 kilogram) (Dewi, 2016).

Produksi teh nasional selama bertahun-tahun cenderung menurun. Penurunan ini juga karena perkebunan teh rakyat yang semakin ramping. Saat ini luas kebun teh hanya 120 ribu hektare (ha) yang dikelolah swasta, rakyat dan negara. Dengan luas tersebut, setiap tahun Indonesia hanya mampu memproduksi teh kering tak lebih dari 150 ribu ton saja. Negara lain mulai mengejar Indonesia sebagai salah satu pemain teh kelas dunia. Dua negara yang harus diwaspadai yaitu Srilanka dan India. Kedua negara tersebut telah melakukan langkah revitalisasi guna menghasilkan teh yang memiliki daya saing. Indonesia mampu mengekspor 80 ribu ton teh setiap tahunnya. Meskipun cukup besar, angka ini patut diwaspadai mengingat impor teh yang menunjukkan peningkatan menjadi lebih dari 20 ribu ton pertahun (Fauziah, 2013).

Dari tahun 1970 sampai dengan tahun 2000, areal perkebunan teh Indonesia terus mengalami peningkatan. Sejalan dengan pertambahan luas areal, produksi teh Nasional juga mengalami peningkatan secara proporsional. Baik perkebunan rakyat, perkebunan besar swasta, maupun perkebunan besar milik negara. Namun, sesudah tahun 2000, terjadi keadaan yang sebaliknya, yaitu terjadi kecenderungan pencuitan/penurunan luas areal perkebunan teh, rata-rata terjadi pengurangan sekitar 3000 hektar per tahun. Pencuitan terutama terjadi pada perkebunan teh rakyat, namun juga dialami oleh perkebunan besar. Dengan demikian produksi teh nasional juga mengalami penurunan secara proporsional terhadap luas areal yang ada. Pada gilirannya, ekspor teh Indonesia juga mengalami penurunan dalam hal

volume eksportnya. Posisi Indonesia mengalami penurunan peringkat 2 tingkat, sedangkan Turki dan Vietnam yang semula berada di bawah Indonesia, sekarang volume eksportnya sudah melampaui Indonesia (Dewan Teh Indonesia, 2013).

2.2.1.4 Jenis Teh

Teh (*Camelia Sinesis*) merupakan tanaman yang umumnya tumbuh di daerah yang beriklim tropis dengan ketinggian antara 200-2000 meter di atas permukaan laut dengan suhu cuaca antara 14-25 derajat celcius (Yuwono, 2015). Teh adalah minuman yang mengandung kafein, yang dibuat dengan cara menyeduh daun, pucuk daun, atau tangkai daun yang dikeringkan dari tanaman semak *Camellia sinensis* dengan airpanas. Dewasa ini dikenal beragam jenis tanaman teh yang diperoleh dari penyilangan berbagai jenis tanaman teh serta dipengaruhi oleh kondisi tanah dan cuaca. Hingga saat ini terdapat kurang lebih 1.500 jenis teh di seluruh dunia, yang berasal dari 25 negara yang berbeda (Nugroho, 2009). Namun jenis teh terutama teh di Tiongkok pada umumnya terbagi menjadi 6 jenis: teh hijau (绿茶), teh merah (红茶), teh oolong (乌龙茶), teh putih (白茶), teh bunga (花茶), dan teh pres/teh yang dipadatkan (紧压茶). Masing-masing teh memiliki karakteristiknya masing-masing juga, ada yang memiliki aroma yang kuat, ada yang memiliki rasa yang kental, dan ada juga memiliki warna yang khas (Rohdiana, 2015). Keenam jenis teh ini yang paling sering dikonsumsi masyarakat dunia, khususnya masyarakat Tiongkok. Walaupun begitu, masing-masing jenis teh memiliki ciri khas rasa dan aroma yang unik. Di Tiongkok, banyak diproduksi jenis-jenis teh dengan nama-nama teh yang beragam.

1. Teh Putih (白茶)

Diantara jenis teh yang ada, teh putih atau *white tea* merupakan teh dengan proses pengolahan paling sederhana, yaitu pelayuan dan pengeringan. Bahan baku yang digunakan untuk proses pembuatan teh putih inipun hanya berasal dari pucuk dan dua daun dibawahnya. Pelayuan dapat dilakukan dengan memanfaatkan panas dari sinar matahari. Biasanya proses pelayuan ini mampu mengurangi kadar air sampai 12%. Selanjutnya, daun teh yang sudah layu dikeringkan menggunakan mesin pengering. Pucuk teh kemudian akan menjadi jenis mutu *silver needle*, sedangkan dua daun di bawahnya akan menjadi *white poeny*.



Gambar 2.2 Teh Bai Hao Yin Zhen (白毫银针)

(Sumber: esgreen.com/white-tea-bai-hao-yin-zhen-silver-needle-nonpareil-all-buds-1153)

2. Teh Hijau (绿茶)

Secara umum, teh hijau dibedakan menjadi teh hijau Tiongkok (*Panning Type*) dan teh hijau Jepang (*Steaming Type*). Baik teh hijau Tiongkok maupun Jepang, prinsip dasar proses pengolahannya adalah inaktivasi enzim polifenol oksidase untuk mencegah terjadinya oksimatis yang merubah polifenol menjadi senyawa oksidasinya berupa teaflavin dan tearubigin. Pada proses pengolahan teh hijau Tiongkok digunakan mesin pelayuan berupa *rotary panner* untuk menginaktivasi enzim. Sementara itu, proses teh hijau Jepang menggunakan *steamer* dalam menginaktivasi enzimnya. Daun teh yang sudah

dilayukan, kemudian digulung dan dikeringkan sampai kadar air tertentu.



Gambar 2.3 Teh Hijau
(Sumber: <http://chinese-tea.net/htm/1081.htm>)

3. Teh Oolong (乌龙茶)

Setelah sampai di pabrik, daun teh sesegera mungkin dilayukan dengan menfaatkan panas dari sinar matahari sambil digulung halus secara manual menggunakan tangan ataupun menggunakan mesin (Rohdiana, 2015). Tujuan penggulungan halus ini adalah untuk mengoksidasi sebagian polifenol yang terdapat dalam daun teh. Proses ini dikenal sebagai proses semi oksimatis. Setelah dipandang cukup semi oksimatisnya, daun teh kemudian dikeringkan.



Gambar 2.4 Teh Oolong
(Sumber: <http://chinese-tea.net/htm/1017.htm>)

4. Teh Hitam (黑茶) atau Teh Merah (红茶)

Dibandingkan dengan jenis teh lainnya, teh hitam adalah teh yang paling banyak diproduksi yaitu sekira 78%, diikuti teh hijau 20% kemudian sisanya adalah teh oolong dan teh putih yaitu 2%. Teh hitam ini juga merupakan teh

dengan proses pengolahan yang cukup rumit. Berdasarkan prosesnya teh hitam dibedakan menjadi teh hitam ortodoks dan *crushing-tearing-curling* (CTC). Pada proses pengolahan teh hitam ortodoks, daun teh dilayukan semalam 14-18 jam. Setelah layu, daun teh digulung, digiling dan dioksimatis selama kurang lebih 1 jam. Sementara itu, proses pengolahan CTC, pelayuannya lebih singkat yaitu, 8-11 jam dan diikuti dengan proses penggilingan yang sangat kuat untuk mengeluarkan cairan sel semaksimal mungkin. Proses selanjutnya adalah pengeringan yaitu proses pengolahan yang bertujuan untuk menghentikan proses oksimatis dan menurunkan kadar air. Teh kering selanjutnya disortasi dan digrading untuk menghasilkan jenis mutu teh tertentu.



Gambar 2.5 Teh Merah/Teh Hitam
(Sumber: <http://chinese-tea.net/htm/1016.htm>)

5. Teh Bunga (花茶)

Teh bunga (花茶) dibuat dari perpaduan teh hijau dan ditambahkan dengan daun bunga (melati, mawar, anggrek, dan plum), melalui proses pengasapan. Teh bunga yang paling terkenal adalah teh melati/Molicha (茉莉花茶). Empat puluh teh ini sangat populer di daerah Tiongkok bagian utara. Selain teh melati, juga

ada teh bunga lainnya seperti: Teh Yulan (玉兰), teh Zhulan (珠兰), dan teh Youzi (柚子).

6. Teh Pres atau Teh yang dipadatkan (紧压茶)

Teh *press* berasal dari teh merah dan teh hijau. Teh tersebut melalui proses pengolahan khusus dengan penguapan dan pemadatan (*press*), dan kemudian hasil olahan dibuat menjadi bentuk batu bata (砖头) atau bentuk seperti kue. Teh ini memiliki beberapa ciri khas, antara lain: (1) memiliki tekstur padat dan keras; (2) apabila disimpan lama tidak akan mudah berubah baik secara kualitas maupun secara tekstur; (3) mudah dibawa kemana-mana. Jinyacha (紧压茶) sangat sesuai dikonsumsi oleh masyarakat daerah perbatasan, seperti Mongolia/ Mengguzu (蒙古族) dan Tibet/Cangzu (藏族). Teh bata yang paling terkenal adalah teh Pu'er (普洱茶) yang tumbuh di provinsi Yunnan (云南).

2.2.1.5 Manfaat Teh

Teh juga sering dikaitkan dengan kegunaannya untuk kesehatan. Teh hijau sering digunakan untuk diet. Orang juga sering menghubungkan teh dengan keseimbangan *yinyang* (阴阳). Teh hijau cenderung *yin* 阴, teh hitam cenderung *yang* 阳, sedangkan teh oolong dianggap seimbang. Teh *pu-erh* yang berwarna coklat dianggap mengandung energi *yang* 阳 dan sering dicampur bunga seruni yang memiliki energi *yin* 阴 agar seimbang (Tuwijaya, 2009).

Teh memiliki manfaat bagi kesehatan karena ternyata pada teh terdapat beberapa kandungan aktif dalam teh seperti: *polyphenols* (10-25%), dan komponen organik lainnya seperti vitamin C (150-250 mg%), vitamin E (25-70

mg%) , β -carotene (13-20%), caffein (45-50 mg%), dan fluor (0,1-4,2 mg/L).

Sedangkan aroma dan cita rasa yang khas pada teh dikarenakan adanya komponen kandungan volatile (Rohdiana, 2015).

- 1. Quenches thirst
- 2. Inhibits sleep, counteracts the effect of alcohol, and stimulates the mind
- 3. Cools the body, reduces fever, and relieves aches in the head and eyes
- 4. Induces urination, promotes bowel movement and slows down diarrhoea
- 5. Facilitates digestion, counteracts fatty foods and reduces flatulence
- 6. Dissolves phlegm, alleviates boils and sores, and lessens pains in the joints
- 7. Strengthens teeth
- 8. Endows one with a general sense of well-being
- 9. Promotes good health and longevity

Gambar 2.6 Pandangan Tiongkok Tentang Manfaat dari Teh
(Sumber: Susilo, 2021)

Menurut Susilo (2021), Joseph Needham mengatakan bahwa dalam bukunya *Science and Civilisation in China part 5: fermentations and food science*, bahwa teh memiliki manfaat seperti Gambar 2.6 dan itu sudah diketahui sejak ribuan tahun yang lalu.

Indarto (2007) menyebutkan bahwa semua jenis teh mengandung tiga zat penting yang bekerja secara sinergi untuk mempengaruhi sistem metabolisme dan saraf tubuh seperti, *polyphenol*, kafein, *L-Theanine* (*asam amino non-protein*).

Berikut fungsi dari masing-masing zat:

1. Polifenol, yang memiliki manfaat untuk menurunkan kadar kolesterol, menurunkan tekanan dan kadar gula darah, membantu kerja ginjal dan mencegah terjadinya batu empedu, memperlancar pencernaan, dan melarutkan lemak dan mencegah kolesterol jahat.
2. Kafein, yang memiliki manfaat sebagai *mild stimulant* pada sistem saraf pusat sehingga memperlancar sirkulasi darah ke otak. Dengan minum teh

secara teratur akan menaikkan tingkat ingatan, *cognitive, performance, feeling of pleasant* dan *mood*.

3. Essential Oil yang memiliki manfaat untuk melarutkan lemak dan memperlancar pencernaan dan peredaran darah. Syahriyanti (2009) menyebutkan bahwa teh juga memiliki berbagai manfaat terhadap kesehatan, diantaranya mengurangi resiko kanker kulit, mencegah pertumbuhan kanker, jantung, stroke, dan prostat. Teh mengandung kafein yang berbeda dengan kopi dan mampu merangsang sistem saraf tubuh sehingga pengambilan oksigen ke dalam tubuh menjadi lebih lancar.

2.2.1.6 Proses Pengolahan Teh

Menurut Tindao (2009) dan Spillane (1992), pengolahan teh terbesar didominasi oleh teh hitam, sisanya teh hijau. Pengolahan daun teh untuk mengubah komposisi kimia daun teh segar secara terkendali, sehingga menjadi hasil olahan yang dapat memunculkan sifat-sifat yang dikehendaki pada air seduhannya, seperti warna, rasa, aroma yang baik dan disukai. Beberapa tahapan dalam proses pengolahan teh, yaitu penyediaan pucuk daun segar, pelayuan, penggulungan, penggilingan, sortasi basah, fermentasi, pengeringan, sortasi kering, pengemasan

2.2.1.7 Pengaruh Ruangan Untuk Minum Teh Sambil Melakukan Pijat Refleksi dan Spa

Meminum teh dapat membantu dalam menciptakan pengalaman baru dan menenangkan. Meminum teh sambil melakukan pijat atau spa sebagai salah satu relaksasi, melakukan meditasi sambil meminum teh atau menghirup aroma teh khusus (Almuttaqien, 2017).