

# TEH BIJI SEMANGKA (*Citrullus lanatus*) SEBAGAI OBAT HERBAL ALTERNATIF JANTUNG dan ANTI KANKER

Ratih Pramita Wardhani <sup>1)</sup>, Rini Rahayu Ningsih.<sup>2)</sup>, Rika Ramadhona.<sup>3)</sup>,  
Hutari Puji Astuti.<sup>4)</sup>, Noor Fitriyani<sup>5)</sup>

<sup>1,2,3,4)</sup> Prodi D-III Kebidanan, STIKes Kusuma Husada Surakarta

<sup>5)</sup> Prodi D-III Keperawatan, STIKes Kusuma Husada Surakarta

## ABSTRAK

*Semangka buah yang manis dan menyegarkan, berkhasiat hingga bijinya. Biji semangka, kaya protein, vitamin B, zat lycopene, mineral dan lemak esensial dapat mengatur tekanan darah sehingga membantu mengobati penyakit jantung. Suatu terobosan baru yaitu pengembangan produksi biji semangka menjadi teh selain untuk memanfaatkan biji semangka agar tidak terbuang. Tujuannya untuk mengungkap pembuatan, keunggulan teh dan memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang manfaat biji semangka. Hasil yang diperoleh yaitu mengetahui resep pembuatan teh dan keunggulan produk, memiliki taktik dan strategi pemasaran yang menghasilkan keuntungan termasuk pada industri rumah tangga.*

**Kata kunci:** *teh, biji semangka, obat herbal, penyakit jantung, anti kanker*

## ABSTRACT

*Watermelon is sweet and fresh fruits, therefore efficacious until seeds. Watermelon seeds, rich in protein, vitamin B, substance lycopene, minerals and essential fatty acids can regulate blood pressure to help treat heart disease. The purpose this paper to development production tea of watermelon seed, in addition to utilizing a watermelon seed that is not wasted. The goal is to uncover the making, the benefits of tea and give knowledge to the public about the benefits of watermelon seeds. The result obtained is to know the recipe of making tea and product excellence, has tactics and marketing strategies including profit on domestic industry.*

**Keywords:** *watermelon seed, tea, herbs medicine, cardiac disease, anti cancer.*

## PENDAHULUAN

Semangka merupakan tanaman menjalar yang sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh kita. Buah yang bernama lain *Citrullus lanatus* merupakan tanaman yang berasal dari daerah setengah gurun di Afrika Selatan. Buah semangka memiliki kulit yang keras

berwarna hijau muda ataupun hijau pekat. Daging buahnya yang banyak mengandung air memiliki warna merah ataupun kuning.

Buah ini banyak memiliki kandungan yang bermanfaat untuk tubuh kita, seperti memiliki tingkat lycopene atau sumber antioksidan yang sangat baik untuk tubuh. Buah

semangka juga mengandung 6% gula alami dan 92% air. Selain itu, buah semangka kaya akan vitamin A, C, B6, B12 sumber senyawa thiamin, kalium, magnesium, lemak, sodium, kalium, zeaxanthin, protein 30-40%, kalori yang bermanfaat bagi kesehatan, enzim urease dan sejumlah citrulline atau asam amino yang sangat baik untuk tubuh kita. Tidak hanya itu saja, biji buah semangka juga dapat dimanfaatkan sebagai obat. Khasiatnya dapat dijadikan penyembuh penyakit jantung. Zat yang terkandung dalam biji semangka mampu membantu mengatur tekanan darah. Selain itu juga dapat dijadikan sebagai peluruh kencing, menyejukan radang kandung kemih, melembabkan usus, dan menyehatkan ginjal dan anti kanker.

Lycopene merupakan suatu zat yang terdapat didalam semangka dan biji semangka, yang berfungsi sebagai obat zat anti kanker. Artinya, zat lycopene dapat membasmi bibit kanker dan memperbaharui jaringan yang rusak sel kanker dalam tubuh. Selain bagi penderita tersebut, biji semangka juga bermanfaat bagi para lansia yaitu dapat memulihkan kesehatan setelah sakit dan berkhasiat menajamkan daya ingat. Bahkan menurut sebuah penelitian, biji semangka mempunyai protein yang setara dengan kedelai.

Percobaan ini bertujuan untuk membuat sebuah produk yang berasal dari biji buah semangka yang dapat dijadikan sebuah teh yang dapat membantu mengatasi penyakit jantung dan mampu menangkal segala macam kanker khususnya kanker prostat. Percobaan ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan kepada masyarakat, sehingga dapat bermanfaat bagi masyarakat sebagai dasar pertimbangan pengobatan herbal untuk berbagai penyakit dengan menggunakan bahan yang alami seperti biji semangka ini.

## METODOLOGI

### Bahan dan Alat

Bahan yang digunakan pada percobaan ini adalah biji semangka dari buah semangka (*Citrullus lanatus*) yang ditanam secara men-jalar. Alat yang digunakan pada percobaan ini adalah loyang, pisau, oven.

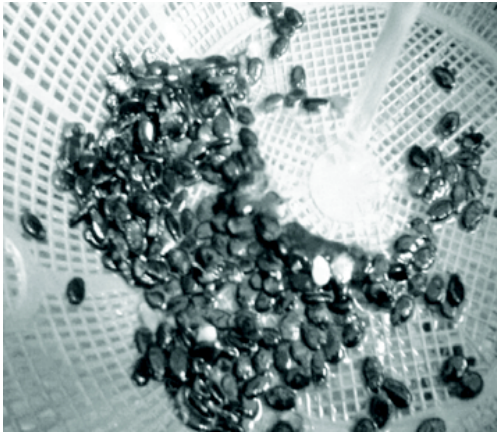
### Proses Pembuatan Teh Biji Semangka

#### 1. Proses Pemisahan Bahan

Menyiapkan bahan yang dibutuhkan yaitu buah semangka. Kemudian memisahkan antara biji dan daging semangka. Sekitar 100 gram biji semangka menyediakan sekitar 600 kalori yang sama dengan 10 potong roti. Sekitar 400 kalori berasal dari lemak dalam biji semangka. Kadar lemak dalam 100 gram biji semangka adalah sekitar 80% dari kebutuhan makanan per hari lemak. Sekitar sepertiga dari biji semangka adalah protein, protein yang sangat esensial seperti lisin. Kuaci biji semangka adalah sumber yang baik dari vitamin B seperti thiamin, niasin, mineral dan folat yang penting untuk gerakan usus yang sehat dalam pencernaan. Selanjutnya memilah dan mengambil biji yang berkualitas baik. Kemudian untuk daging buah akan diolah untuk dijadikan sumber produk alternatif rumahan lainnya.



Gambar 1. Pemilahan biji semangka



**Gambar 2.** *Pencucian biji semangka*

2. Proses Penjemuran

Sebelum melakukan proses pemanggangan, biji semangka sebaiknya dicuci terlebih dahulu agar bersih dan terhindar dari kuman. Pada tahap ini biji semangka diletakkan diatas loyang, kemudian dimasukkan kedalam oven. Kemudian biji semangka dipanggang dengan suhu 325°C selama 10-15 menit. Atau bisa juga dijemur dengan sinar matahari hingga biji semangka kering. Proses pemanggangan ini dilakukan untuk mengurangi kadar air dalam biji semangka serta untuk memudahkan proses selanjutnya yaitu pada proses penggilingan.



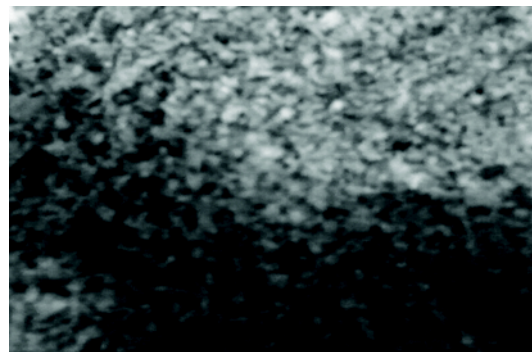
**Gambar 3.** *Penjemuran bahan teh*



**Gambar 4.** *Hasil penjemuran bahan teh*

3. Proses Penggilingan

Selanjutnya biji semangka yang telah dikeringkan masuk pada tahap penggilingan. Pada tahap ini, biji semangka akan digiling untuk memecah sel-sel biji semangka. Biji semangka digiling halus hingga menjadi serbuk.



**Gambar 5.** *Hasil tahap penggilingan bahan teh*

4. Proses Oksidasi

Serbuk teh biji semangka yang telah digiling disimpan pada tempat atau ruangan yang sejuk dan kering. Pada tahap ini, serbuk teh biji semangka dibiarkan mengalami oksidasi. Enzim dalam teh akan bekerja dan membentuk warna, rasa, dan aroma teh biji yang khas.

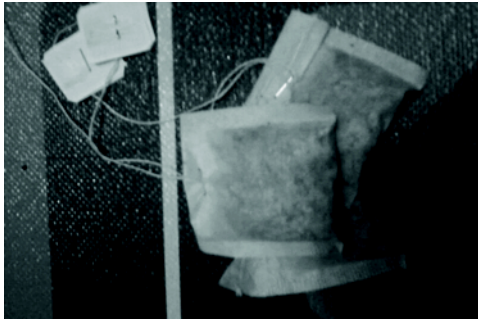
5. Proses Pengerinan

Serbuk teh biji semangka selanjutnya dikeringkan. Pengerinan serbuk teh

biji semangka menggunakan mesin agar suhu yang dihasilkan stabil dan menghasilkan kualitas teh yang baik. Serbuk teh biji semangka dikeringkan oleh mesin pengering dengan suhu sekitar 49°C kurang lebih selama 20 menit sampai kadar air dalam teh mencapai 2-3 persen.

#### 6. Tahap Sortir dan Pengemasan

Selanjutnya, teh yang telah dikeringkan dibungkus menggunakan kertas osmofilter dan dikemas dengan kotak kardus yang telah didesain menarik. Sebelum dikemas, dilakukan penyortiran teh agar dapat dikemas sesuai permintaan pasar.



**Gambar 6.** Pengemasan teh dalam kertas osmofilter.

#### Perencanaan Produksi

Jenis usaha teh biji semangka kaya protein selalu mengutamakan kualitas produksi. Persiapan bahan baku usaha teh biji semangka yaitu dari petani buah semangka di Kabupaten Karanganyar. Hal itu dikarenakan di Kabupaten Karanganyar penghasil buah terbesar sehingga produk buah yang dihasilkan terjamin kualitasnya.

#### Teknik Produksi

Adapun tahapan yang akan dilaksanakan dalam usaha pembuatan teh biji semangka sebagai alternatif baru pengusaha teh di Kabupaten Karanganyar adalah sebagai berikut : (1) Mengadakan rapat koordinasi tim dan membentuk struktur organisasi, (2) membuat

peraturan kesehatan dan keselamatan kerja, (3) membeli peralatan dan bahan yang dibutuhkan, (4) mengadakan proses produksi, (5) menjalin hubungan kerja sama dengan retail atau pedagang eceran, (6) mendistribusikan produk kepada para retail, (7) mengadakan evaluasi penjualan produk.

#### Taktik dan Strategi Pemasaran

Karakteristik produk teh biji semangka kaya protein merupakan produk baru dari jenis-jenis teh yang telah ada, sebagai contoh: teh bunga melati, teh bunga rosela, teh bunga kryan. Jumlah pengusaha teh juga masih terbatas di daerah Karanganyar sehingga penjualan produk ini bisa dijadikan keuntungan tersendiri

#### Segmenten

Karanganyar memiliki aspek geografi yang cukup menguntungkan karena terdapat sumber daya yang melimpah dan jalur perdagangan yang strategis. Hal itu disebabkan Karanganyar merupakan kota yang berada di tengah-tengah antara Solo dan Sragen sehingga akan menarik minat wisatawan. Sedangkan ditinjau dari aspek demografi, produk ini akan mudah didapatkan di agen resmi teh biji semangka, toko oleh-oleh dan toko makanan khas. Kemudian dari segi konsumsi, produk ini dapat dikonsumsi oleh khalayak umum

#### Target Penjualan

Target penjualan produk teh biji semangka adalah 50 kotak perbulan dan meningkat sesuai dengan permintaan konsumen. Teh dikemas menggunakan kantong osmofilter di dalam kotak yang didesain khusus dan menarik dengan merk "Health Tea" serta memiliki surat izin dari Dinas Kesehatan dan Dinas Perindustrian. Teh dapat bertahan dalam 3 bulan. Teh dikemas ke dalam kotak yang berisi 5 kantong teh tiap kotaknya. Strategi promosi teh biji semangka

kaya protein adalah dengan memperkenalkan melalui *launching* produk, membuka kios penjualan di lokasi produksi, website, dan brosur.

Dalam satu kali produksi menghasilkan 100 kotak teh biji semangka kaya protein. Satu kotak kemasan teh berisi 5 kantong teh biji semangka dengan harga terjangkau. Keunggulan dari teh biji semangka ini adalah rasanya yang khas dan tidak sepatit teh umumnya sehingga pengonsumsi tanpa menambahkan gula akan mencapai hasil yang maksimal. Teh biji semangka "Health Tea" ini berkhasiat untuk membantu mengobati penyakit jantung, karena biji semangka yang kaya akan protein dan vitamin B yang mampu membantu mengatur tekanan darah dan sebagai penangkal penyakit kanker karena mengandung lycopene yang berperan sebagai zat anti kanker. Selain itu teh biji semangka juga dapat mengobati infeksi kandung kemih, kencing manis dan infeksi cacing usus.

## KESIMPULAN

1. Biji semangka dapat diolah menjadi teh herbal
2. Produksi teh biji semangka dapat menambah pendapatan bagi masyarakat.
3. Teh biji semangka dapat dimanfaatkan sebagai herbal alternative pengobatan penyakit jantung dan anti kanker

## DAFTAR PUSTAKA

- Kardinan Agus, Taryono. 2003. *Tanaman Obat Penggempur Kanker*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Rahmat Rukmana. 2012. *Budidaya Semangka Hibrida*.
- Redaksi AgroMedia. 2003. *Budi Daya Semangka*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- Wahyu. 2012. *Bertanam Kabocha, Melon dan Semangka Hibrida dengan Teknologi EMP*. Jakarta: AgroMedia Pustaka.
- <http://berita-ipitek.blogspot.com/2008/06/proses-pembuatan-teh.html>. Diakses pada tanggal 12 Februari 2013
- <http://kesehatan.trolibelanja.com/?p=52>. Diakses pada tanggal 12 Februari 2013
- <http://manado.tribunnews.com/2012/04/12/ini-manfaat-semangka-yang-wajib-anda-ketahui>. Diakses pada tanggal 12 Februari 2013
- <http://wahw33d.blogspot.com/2010/11/proses-pembuatan-produksi-teh-dari-awal.html>. Diakses pada tanggal 12 Februari 2013
- <http://wahw33d.blogspot.com/2010/11/proses-pembuatan-produksi-teh-dari-awal.html#ixzz2Mva8YhV1>. Diakses pada tanggal 12 Februari 2013

-oo0oo-