

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit diabetes melitus merupakan penyakit dimana kadar gula dalam darah tinggi. Penyakit ini menjadi sangat ditakuti oleh masyarakat dikarenakan jumlah penderita diabetes melitus baik tipe 1 dan 2 dari tahun ke tahun semakin meningkat. Menurut IDF (*International Diabetes Federation*) terdapat 382 juta orang yang hidup dengan diabetes pada tahun 2013 dan pada tahun 2035 diperkirakan penderita diabetes diperkirakan akan meningkat menjadi 592 juta orang, 175 juta orang diantaranya belum terdiagnosis sehingga terancam berkembang progresif menjadi komplikasi tanpa disadari dan tanpa pencegahan.

Pada saat sekarang mulai banyak penelitian yang mengungkapkan beberapa potensi dari teh hijau dan teh hitam untuk kesehatan pencegahan atau pengobatan penyakit. Salah satunya penggunaan teh hijau dan teh hitam sebagai anti diabetes tipe 2. Teh merupakan minuman yang sangat dekat dalam kehidupan sehari-hari. Di Indonesia, teh menjadi salah satu minuman yang paling populer. Jenis-jenis teh dibedakan menjadi beberapa macam seperti teh hijau, teh hitam, teh putih, dan teh oolong, perbedaan jenis teh tersebut didasarkan pada proses pengolahan yang berbeda.

Ada tiga jenis teh yang dikonsumsi di dunia yang dibedakan berdasarkan cara pengolahannya, yaitu teh hitam (mengalami proses oksidasi enzimatis), teh oolong (mengalami proses semioksidasi enzimatis), dan teh hijau (diolah tanpa melewati proses oksidasi enzimatis) (Mukhtar dan Ahmad, 2000). Proses pengolahan teh hijau lebih singkat dibandingkan proses pengolahan teh lainnya dan mengandung polifenol lebih banyak berperan

sebagai antioksidan yang sangat bermanfaat untuk tubuh. Namun konsumsi teh hijau masih sangat rendah dibandingkan teh hitam dikarenakan rasa teh hijau yang sepat dan sedikit pahit sehingga kurang disukai.

Teh hijau dan teh hitam merupakan minuman yang paling sering dikonsumsi dan terbuat dari daun *Camellia sinensis*. Minuman teh hitam lebih banyak digemari di seluruh dunia dikarenakan minuman teh hitam memiliki rasa yang cenderung lebih disukai masyarakat, namun kedua minuman teh tersebut memiliki potensi dalam pencegahan dan pengobatan banyak penyakit. Umur panjang sering dikaitkan dengan kebiasaan minum teh hijau, tetapi konsumsi teh hitam di dunia lebih banyak dibanding teh hijau meskipun khasiat teh hijau lebih tinggi dibanding dengan teh hitam. Oleh karena itu perlu dilakukan pengkajian lebih lanjut tentang potensi kedua jenis teh tersebut dalam menjaga kesehatan terutama penyakit diabetes tipe 2.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana potensi teh hijau dan teh hitam sebagai minuman fungsional anti diabetes tipe 2 ?

1.3. Tujuan

Untuk mengkaji potensi teh hijau dan teh hitam sebagai minuman fungsional anti diabetes tipe 2