

Mengkaji Pengaruh Minuman Suplemen Buah Sirsak Pada Penderita Prehipertensi

Thursday, 12 Juli 2018 WIB, Oleh: Agung



Hipertensi masih menjadi masalah kesehatan utama di dunia dengan jumlah penderita hampir 1 miliar orang. Data World Health Organization (WHO) pada tahun 2013 memperlihatkan sekitar 1 miliar orang penduduk dunia menderita hipertensi, dan angka tersebut terus meningkat pada tahun-tahun berikutnya.

dr. Haidar Alatas, Sp.PD. KGH, spesialis penyakit dalam RSUD Banyumas, menyatakan prevalensi hipertensi meningkat di negara-negara Afrika sebesar 46 persen dan lebih rendah di negara maju sebesar 35 persen. Di Amerika Serikat, prevalensi hipertensi ini mencapai 31 persen, dengan laki-laki jauh lebih tinggi dibanding perempuan, 39 persen dan 23 persen.

"Insidensi hipertensi ini bisa meningkat 10 persen pada umur 30 tahun dan meningkat 30 persen di umur 60 tahun," katanya di auditorium Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan UGM, Kamis (12/7) saat menempuh ujian terbuka Program Doktor.

Haidar mengatakan hipertensi merupakan faktor risiko utama peningkatan angka kesakitan dan kematian karena penyakit kardiovaskular, serebrovaskular dan gagal ginjal. Data National Health and Nutrition Examination Survey (NHANES) 2011-2012 menyebut sepertiga penduduk dewasa di AS adalah penderita hipertensi dan separuhnya tidak terkontrol.

"Padahal, dengan melakukan kontrol tekanan darah akan menurunkan insiden penyakit jantung koroner sebesar 20-25 persen dan stroke 30-35 persen dan payah jantung sebesar 50 persen," katanya.

Haidar menuturkan pada pasien dengan tekanan darah tinggi seringkali ditemui adanya hiperurikemia. Sementara hubungan antara hiperurikimia dan tekanan darah tinggi ini hanya diketahui karena dilatarbelakangi oleh gangguan ginjal atau abnormalitas metabolik.

"Hiperurikimia sendiri mencerminkan peningkatan kadar asam urat sebagai akibat kelebihan produksi, ekskresi yang kurang atau gabungan keduanya," papar Haidar.

Lebih lanjut Haidar menuturkan maraknya isu back to nature, munculnya berbagai efek samping obat modern, dan akibat krisis yang menurunkan daya beli masyarakat mengakibatkan banyak masyarakat menggunakan obat herbal. Dari sekian banyak tumbuhan yang ada di dunia maka sirsak (*Annona muricata*) menjadi salah satu tanaman yang menghasilkan buah dengan rasa enak.

Buah ini secara tradisional sering dipergunakan untuk membantu memelihara kesehatan, mencegah serta mengobati. Bahkan, dari penelitian memperlihatkan betapa penting dan bermanfaatnya buah sirsak secara klinik sebagai penurun tekanan darah, penurun asam urat serta pengaruhnya terhadap fungsi ginjal dan kardiovaskular.

"Penelitian dilakukan dengan menggunakan suplemen minuman buah sirsak, penelitian lainnya dengan menggunakan biji, daun dan dalam bentuk ekstrak," katanya.

Penelitian Haidar menyimpulkan konsumsi minuman suplemen buah sirsak pada subjek dengan LDL tinggi tidak berpengaruh menurunkan rerata LDL pada minggu 7 dan 13 dibanding kelompok tanpa konsumsi sirsak. Sementara 60 subjek HDL rendah pada minggu 0, menjadi 49 minggu 7 dan menjadi 46 minggu 13.

Nilai rerata subjek HDL rendah konsumsi sirsak, pada minggu ke-7 dan minggu 13 mengalami peningkatan dari 32 menjadi 40 dan 41 mg/dL. Dibanding nilai rerata subjek HDL rendah tanpa konsumsi sirsak, pada minggu ke-7 dan 13 mengalami peningkatan dari 32 menjadi 40 dan 42 mg/dL.

"Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsumsi suplemen buah sirsak tidak berpengaruh menaikkan rerata HDL kolesterol dibanding non sirsak," paparnya.

Sedangkan 35 subjek hipertrigliserida pada minggu 0, menjadi 29 minggu 7 dan 28 minggu 13. Nilai rerata hipertrigliserida konsumsi sirsak pada minggu ke-7 dan 13 dari 205 menjadi 183 dan 188 mg/dL. Dibanding nilai rerata subjek hipertrigliserida tanpa konsumsi sirsak, pada minggu ke-7 dan 13 dari 233 menjadi 339 dan 324 mg/dL.

"Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa konsumsi minuman suplemen buah sirsak pada subjek hipertrigliserida dapat menurunkan rerata kadar trigliserida dibanding tanpa konsumsi sirsak," tandasnya saat mempertahankan disertasinya berjudul Pengaruh Pemberian Minuman Suplemen Buah Sirsak Pada Penderita Prehipertensi dengan Asam Urat Normal Tinggi. (Humas UGM/ Agung)

Berita Terkait

- [Pasien Gagal Ginjal Semakin Meningkat, Dianjurkan Perbanyak Mengonsumsi Makanan Berserat](#)
- [UGM Kembangkan Wisata Perkebunan di Bantul](#)

- 
- [Selow Funcisa Minuman Suplemen Berbahan Herbal](#)
 - [Buah Nona Potensial sebagai Obat Anti Kanker dan Gagal Ginjal](#)
 - [OST-D, Inovasi Suplemen Kesehatan Bagi Penderita Defisiensi Vitamin D](#)