

PENGARUH REBUSAN DAUN SIRSAK TERHADAP PENURUNAN KADAR KOLESTEROL PADA PENDERITA HIPERKOLESTEROL DI KELURAHAN NANGA BULIK KECAMATAN BULIK KABUPATEN LAMANDAU

Iswadi¹, Sri Haryuni², Indah Jayani³

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan FIK Universitas Kediri

^{2,3}Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan FIK Universitas Kediri

Jl. Selomangleng no. 1 Kota Kediri, Jawa Timur

E-mail: swd.adie.is@gmail.com¹, sri.haryuni@unik-kediri.ac.id²,

indah.jayani@unik-kediri.ac.id³

ABSTRAK

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana meningkatnya konsentrasi kolesterol dalam darah yang melebihi nilai normal. Kolesterol telah terbukti mengganggu dan mengubah struktur pembuluh darah yang mengakibatkan gangguan fungsi endotel yang menyebabkan lesi, plak, dan emboli. Tingginya angka kejadian hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik dengan meningkatnya penderita hiperkolesterol sebanyak 66,03 % pada tahun 2016 sampai dengan tahun 2017 merupakan masalah yang harus segera ditangani. Kadar kolesterol yang tinggi perlu dilakukan pengobatan, salah satunya dengan pengobatan non farmakologi menggunakan rebusan daun sirsak.

Tujuan penelitian mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun sirsak terhadap penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *Pre eksprimen* dengan *One group pretest-posttest* dengan penelitian termasuk jenis *kuantitatif*. Populasi semua penderita hiperkolesterol yang mempunyai kadar kolesterol 200-239 md/dl. Besar sampel 19 responden. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan rerata kadar kolesterol dengan nilai *pretest* 220,74 mg/dl dan nilai *Posttest* 197,05 mg/dl. Berdasarkan analisa *uji Wilcoxon* menunjukkan *P Value* < 0,05. Berdasarkan hasil penelitian, pemberian rebusan daun sirsak dapat menurunkan kadar kolesterol sehingga disarankan bagi penderita kolesterol dapat menggunakan rebusan daun sirsak.

Kata kunci : Kadar kolesterol, rebusan daun sirsak.

PENDAHULUAN

Hiperkolesterolemia adalah suatu kondisi dimana meningkatnya konsentrasi kolesterol dalam darah yang melebihi nilai normal. Hiperkolesterol telah terbukti mengganggu dan mengubah struktur pembuluh darah yang mengakibatkan gangguan fungsi endotel yang menyebabkan lesi, plak, dan emboli. Selain itu juga kolesterol diduga bertanggung jawab atas peningkatan stress oksidatif (Guyton & Hall 2008).

Data dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) menunjukkan 20% serangan stroke dan lebih dari 50% serangan jantung disebabkan oleh kadar kolesterol tinggi. Kasusnya di Indonesia meningkat per tahunnya sebanyak 28 persen dan menyerang usia produktif yaitu usia di bawah 40 tahun (Harian Rakyat Merdeka, 2013). Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti di kelurahan Nanga Bulik dari data tahun 2016 ditemukan 175 penderita hiperkolesterol di tahun 2017 ditemukan 265 penderita hiperkolesterol, dari data tersebut didapatkan peningkatan hiperkolesterol sebanyak 66,03 %.

Penatalaksanaan hiperkolesterol meliputi pengaturan diet dan pemberian obat. Penggunaan bahan alam sebagai obat tradisional cenderung meningkat dengan adanya krisis berkepanjangan yang mengakibatkan turunnya daya beli masyarakat terhadap obat-obat modern yang lebih mahal harganya (Suyatna, 2008). Obat tradisional secara umum dinilai lebih aman daripada penggunaan obat modern. Hal tersebut dikarenakan obat tradisional mempunyai efek samping yang relatif sedikit dibanding dengan obat modern (Sari, 2016) Salah satu tanaman yang berkhasiat sebagai antihiperkolesterol adalah daun sirsak (Mursito, 2012)

Penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo (2010) menunjukkan bahwa daun sirsak memiliki efek hipolipidemik dengan cara menurunkan serum kolesterol total dan kolesterol LDL serta menaikkan HDL kolesterol. Daun sirsak mengandung senyawa flavonoid, tanin, fitosterol, kalsium oksalat, dan alkaloid (Adjie, 2011). Senyawa flavonoid berfungsi sebagai antioksidan, antimikroba, anti virus, pengatur fotosintesis, dan pengatur tumbuh (Ardiansyah, 2007). Flavonoid dapat menurunkan kadar kolesterol darah dengan cara meningkatkan ekskresi asam empedu dan mengurangi kekentalan (viskositas) darah, sehingga mengurangi terjadinya pengendapan lemak pada pembuluh darah (Zarrabal dkk., 2005).

Berdasarkan uraian latar belakang ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau Tahun 2019”

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019.

METODE

Penelitian ini menggunakan *design Pre eksperiment* dengan *One group pretest-posttest* yaitu mengungkapkan hubungan sebab akibat dengan cara melibatkan satu kelompok subjek. Kelompok subjek di observasi sebelum dilakukan perlakuan (*pre test*), kemudian di observasi lagi setelah perlakuan (*post test*). *Design* ini digunakan untuk mengetahui Pengaruh Rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterol.

Berdasarkan cara pengumpulan data, rancangan penelitian termasuk jenis *survey*. Berdasarkan tempat penelitian termasuk jenis lapangan. Berdasarkan tujuan penelitian termasuk jenis *kuantitatif*. Berdasarkan sumber data penelitian termasuk *primer*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2018 sebanyak 20 orang yang mempunyai kadar kolesterol 200 – 239 mg/dl Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian penderita penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019 sebanyak 19 responden. Analisa data menggunakan uji non parametrik yaitu *wilcoxon test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil nilai pretest kadar Kolesterol responden sebelum diberikan rebusan daun sirsak di kelurahan Nanga Bulik tahun 2019

Tabel 1

Nilai pretest kadar Kolesterol responden sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun sirsak dengan n= (19)

Kadar kolesterol	Mean	SD	Min	Max
Pretest	220,74	10,192	201	238
Posttest	197,05	196,00	187	227

Tabel 1 menunjukkan rerata kadar kolesterol sebelum pemberian rebusan daun sirsak 220,74, standar deviasi 10,192 dengan nilai minimal 201 dan maksimal 238. Setelah pemberian rebusan daun sirsak kadar kolesterol menunjukkan rerata kadar kolesterol 197,05, standar deviasi 196,00 dan nilai minimal 187 nilai maksimal 227.

2. Pengujian Hipotesis

Uji *Wilcoxon* digunakan karena data tidak memenuhi syarat uji parametrik.

Tabel 2
Analisa data Pengaruh kadar kolesterol sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun Sirsak.

<i>Wilcoxon test.</i>		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Post Test - Pre Test	Negative Ranks	19 ^a	10,00	190,00
	Positive Ranks	0 ^b	,00	,00
	Ties	0 ^c		
	Total	19		
Post Test - Pre Test				
Z				-3,825 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)				,000

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa pada sebagian besar responden mengalami *Negative ranks* yaitu terjadi penurunan kadar kolesterol setelah diberikan rebusan daun sirsak. Berdasarkan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai *signifikan (p value) = 0,000 ($\alpha = 0,05$)* sehingga dapat disimpulkan H₀ ditolak dan H₁ diterima yang artinya ada perbedaan kadar kolesterol sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun sirsak pada penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahardjo (2010) menunjukkan bahwa daun sirsak memiliki efek hipolipidemik dengan cara menurunkan serum kolesterol total dan kolesterol LDL serta menaikkan HDL kolesterol. Daun sirsak memiliki beberapa kandungan senyawa aktif, antara lain flavonoid, alkaloid, asam lemak, fitosterol, mirisil alkohol dan anonol (Asprey dan Thornton, 2000). Menurut Zarrabal tahun 2005 bahwa flavonoid dapat menurunkan kadar kolesterol darah dengan cara meningkatkan ekskresi asam empedu dan

mengurangi kekentalan (viskositas) darah, sehingga mengurangi terjadinya pengendapan lemak pada pembuluh darah. Penelitian yang telah dilakukan oleh Uneputty dkk tahun 2013 menyimpulkan bahwa Infusa daun sirsak berpotensi menurunkan kadar kolesterol darah pada tikus jantan (*Rattus novergicus*).

Penelitian yang dilakukan oleh Uneputty tahun 2013 infus daun sirsak befotensi menurunkan kadar kolesterol darah. Begitu pula telah dilakukan penelitian menggunakan ekstrak daun sirsak pada penurunan kadar kolesterol total tikus putih jantan menggunakan pelarut air (Wurdianing, 2014). Penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterol setelah diberikan rebusan daun sirsak dikarenakan kerja dari senyawa aktif flavonoid. Flavonoid dapat menurunkan kadar kolesterol darah dengan cara meningkatkan ekskresi asam empedu dan mengurangi kekentalan (viskositas) darah, sehingga mengurangi terjadinya pengendapan lemak. Secara empiris daun sirsak telah digunakan masyarakat untuk menurunkan kolesterol. Dosis 100 mg/kgBB/hari setara dengan 5 lembar daun sirsak basah (Indrawati Wurdianing 2014).

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa :

1. Kadar kolesterol responden Sebelum diberikan rebusan daun sirsak di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019 memiliki rerata kadar kolesterol 220,74 mg/dl.
2. Kadar kolesterol responden sesudah diberikan rebusan daun sirsak di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019 memiliki rerata kadar kolesterol 197,05 mg/dl.
3. Ada pengaruh rebusan daun sirsak terhadap penurunan kadar kolesterol pada penderita hiperkolesterol di Kelurahan Nanga Bulik Kecamatan Bulik Kabupaten Lamandau tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

- Adjie. (2011). Daun Sirsak dan sejuta Manfaatnya. Jakarta: Rineka Cipta
- Ardiansyah, 2007. Antioksidan dan Peranannya Bagi Kesehatan. Berita iptek.com. Diakses 28 Februari 2007.
- Asprey, dkk. (2000). Daun Sirsak dan manfaat terhadap kadar kolesterol. Jakarta: EGC
- Guyton, dkk. (2008). *Hiperkolesterol yang terjadi pada manusia*. Jakarta: Rineka Cipta
- Harian Rakyat Merdeka, 2013. Kolesterol terjadi pada usia Produktif. Jakarta
- Mursito (2012). *Obat-obat Penting: Khasiat, Penggunaan dan Efek Sampingnya*, Edisi 6, 570-573, PT Elex Media Komputindo, Jakarta
- Rahardjo (2010). *Efek samping daun sirsak*. Jakarta: EGC
- Sari (2016). *Herbal penurun kolesterol*. Jakarta: Rineka Cipta
- Sunarjono. (2015). *Morfologi Daun Sirsak*. Jakarta: EGC
- Uneputty, J.P., Yamlean, P.V.Y., dan Kojong, N.S., 2013, Potensi Infusa Daun
- Wurdianing, I., Nugraheni, S. A., dan Rahfiludin, Z. 2014. Efek ekstrak daun sirsak (*Annona muricata Linn.*) terhadap profil lipid tikus putih jantan (*Rattus Norvegicus*). *Jurnal Gizi Indonesia*, 3 (1): 7 – 12.
- Zarrabal, C.O., Waliszewski, S.M., Barradas dermitz D.M., Nolascohipolito Z.C., Rican, S., dan Trujillo, P.R.L., 2005, The Consumption Of Hibiscus Sabdariffa Dried Calyx Ethanolic Extract Reduced Lipid Profile In Rats, 60, *Journal Plant Foods for Human Nutrition*, 153-159.
- Zuhud. (2011). *Bukti kedahsyatan sirsak menumpas penyakit*. Yogyakarta: Arta