



MANFAAT KANDUNGAN BUAH KURMA SEBAGAI PENCEGAH PENYAKIT STROKE

SKRIPSI

diajukan guna melengkapi tugas akhir dan memenuhi salah satu syarat
untuk menyelesaikan Fakultas Kedokteran (S1)
dan mencapai gelar Sarjana Kedokteran

Oleh

**Putri Yulastuti
NIM 052010101051**

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS JEMBER
2009**

RINGKASAN

Manfaat Kandungan Buah Kurma Sebagai Pencegah Penyakit Stroke. Putri Yuliasuti, 052010101051; 2009; 34 halaman; Fakultas Kedokteran Universitas Jember.

Stroke merupakan salah satu penyebab kematian terbesar saat ini. Hampir 85% kasus stroke adalah jenis stroke iskemik yang disebabkan oleh tersumbatnya aliran darah ke otak dan 15% jenis stroke hemoragik. Hampir 70% kasus stroke hemoragik terjadi pada penderita hipertensi. Tindakan pencegahan penyakit stroke bisa juga dilakukan dengan mengonsumsi bahan-bahan alami seperti buah-buahan. Berdasarkan penelitian David Conning, Direktur Jenderal British Nutrition Foundation, keunggulan buah kurma adalah mengandung berbagai vitamin dan mineral penting, seperti vitamin A, tiamin, riboflavin, niasin dan kalium dalam jumlah yang sangat ideal. Dalam setiap 100 g kurma kering terkandung vitamin A 50 IU, tiamin 0,09 mg, riboflavin 0,10 mg, niasin 2,20 mg, serta kalium 666 mg. Selain itu, kurma juga mengandung salisilat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui manfaat kandungan buah kurma sebagai pencegah penyakit stroke yang merupakan penyebab kematian tertinggi di Indonesia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang manfaat kandungan buah kurma sebagai pencegah penyakit stroke.

Penelitian ini adalah penelitian non eksperimental, yang berbentuk *literary review* (tinjauan pustaka). Masalah dikaji dan ditelusuri dari informasi berdasarkan pustaka atau literatur yang ada. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari-Mei 2009. Studi pustaka dilakukan di UPT Perpustakaan Universitas Jember, Perpustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Jember, dan media internet.

Buah kurma mengandung kalium dalam jumlah yang tinggi dan salisilat yang bermanfaat untuk mencegah penyakit stroke. Kandungan kalium kurma yang tinggi, sangat menguntungkan jantung dan pembuluh darah. Denyut nadi menjadi semakin teratur dan otot-otot menjadi kontraksi sehingga membantu menstabilkan tekanan darah. Kalium merupakan ion utama di dalam cairan intraseluler. Cara kerja kalium adalah kebalikan dari natrium. Konsumsi kalium yang banyak akan meningkatkan konsentrasinya di dalam cairan intraseluler, sehingga cenderung menarik cairan dari bagian ekstraseluler dan menurunkan tekanan darah. Berdasarkan mekanisme kerja kalium tersebut, kandungan kalium buah kurma bermanfaat sebagai pencegah penyakit stroke, terutama jenis stroke hemoragik yang sering disebabkan oleh hipertensi. Selain kalium yang berguna bagi kesehatan jantung dan pembuluh darah, kurma juga mengandung salisilat. Salisilat atau bahan baku aspirin terbukti mampu menurunkan risiko terbentuknya pembekuan darah (trombosis) yang berpotensi menimbulkan penyakit jantung koroner dan stroke karena aspirin punya keistimewaan lain yaitu pada dosis kecil bisa berfungsi untuk mengencerkan darah karena bersifat sebagai antiplatelet. Kandungan salisilat sebagai antiplatelet dalam buah kurma bermanfaat dalam mencegah penyakit stroke, terutama jenis stroke iskemik yang disebabkan oleh adanya bekuan darah yang menyumbat aliran darah ke otak.

Kurma mengandung kalium dalam jumlah tinggi sehingga dapat menurunkan tekanan darah, hal ini bermanfaat untuk mencegah stroke akibat hipertensi. Selain itu, kurma mengandung salisilat yang berfungsi sebagai antiplatelet sehingga mencegah trombosis arteri, hal ini bermanfaat mencegah stroke iskemik yang disebabkan aliran darah menuju otak tersumbat bekuan darah.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
HALAMAN PERNYATAAN	v
HALAMAN PEMBIMBINGAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
RINGKASAN	viii
PRAKATA	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	3
1.3. Tujuan	3
1.4. Manfaat	3
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. Kurma	4
2.1.1 Taksonomi Kurma	4
2.1.2 Morfologi Buah Kurma.....	4
2.1.3 Tahap Pertumbuhan dan Perkembangan Buah Kurma.....	5

2.1.4 Kandungan dan Manfaat Buah Kurma.....	6
2.2 Stroke	13
2.2.1 Definisi Stroke.....	13
2.2.2 Klasifikasi Stroke.....	13
2.2.3 Faktor Risiko Stroke.....	17
2.2.4 Gejala Stroke.....	20
2.2.5 Diagnosis Stroke.....	20
2.2.6 Penanganan Stroke.....	21
2.2.7 Pencegahan Stroke.....	21
BAB 3. METODE PENELITIAN	
3.1 Jenis Penelitian	23
3.2 Waktu dan Lokasi Penelitian	23
3.3 Metode	23
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN.....	24
4.1 Kandungan Buah Kurma Bagi Kesehatan.....	25
4.2 Manfaat Kandungan Buah Kurma Sebagai Pencegah Penyakit Stroke	26
4.2.1 Kalium.....	26
4.2.2 Salisilat.....	28
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Kesimpulan	31
5.2 Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	32

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stroke merupakan salah satu penyebab kematian terbesar saat ini. Berdasarkan penelitian epidemiologi tahun 1996, diketahui bahwa hipertensi resiko tinggi untuk stroke (40%) di Indonesia. Berdasarkan laporan WHO tahun 1999 terungkap bahwa penyakit jantung dan stroke (PJS) menyebabkan kematian sebanyak 25% dari seluruh kematian di Indonesia. Laporan dari WHO tahun 2003 mengungkapkan bahwa 8,6 juta wanita di dunia meninggal karena PJS, sedangkan jumlah pria di dunia yang meninggal karena penyakit ini diperkirakan sebesar 7,9 juta orang. Menurut survei tahun 2004, stroke merupakan pembunuh nomor satu di rumah sakit pemerintah di seluruh penjuru Indonesia. Diperkirakan ada 500.000 penduduk yang terkena stroke. Dari jumlah tersebut, sepertiganya bisa pulih kembali, sepertiga lainnya mengalami gangguan fungsional ringan sampai sedang dan sepertiga sisanya mengalami gangguan fungsional berat yang mengharuskan penderita terus-menerus di tempat tidur (Yayasan Stroke Indonesia, 2003).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2007, stroke menjadi penyebab kematian tertinggi di wilayah perkotaan. Insiden stroke di negara maju cenderung menurun karena usaha prevensi primer yang berhasil terutama dalam hal pencegahan terhadap hipertensi. Akan tetapi di negara berkembang insiden ini justru menaik akibat pengaruh urbanisasi, perubahan gaya hidup, dan bertambahnya umur harapan hidup. Berdasarkan data dari Medical Research Unit Fakultas Kedokteran Unpad, insiden stroke pada daerah perkotaan (urban) di Indonesia diperkirakan lima kali lebih besar daripada insiden di daerah pedesaan (rural). Hal ini dapat dilihat dari jumlah pasien stroke yang dirawat di rumah sakit terutama Rumah Sakit tipe B yang merupakan rumah sakit yang berada di daerah perkotaan. Tidak dapat dipungkiri bahwa peningkatan jumlah penderita stroke di Indonesia identik