

Mahasiswa UMY Temukan Khasiat Biji Pepaya Bagi Penurunan Kadar Kolesterol

Selasa, 13-09-2011

Yogyakarta- Kebanyakan masyarakat memanfaatkan buah pepaya hanya untuk dikonsumsi daging buah dan daunnya, dan membuang bijinya. Baru – baru ini sekelompok mahasiswa Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan - Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (FKIK – UMY) melakukan penelitian terhadap ekstrak biji buah pepaya dan berhasil mengungkapkan jika biji buah tersebut ternyata juga berkhasiat bagi kesehatan manusia.

Hal tersebut disampaikan salah satu peneliti, Muti'ah Nuraini, di Kampus Terpadu UMY, Selasa (13/9). Penelitian ini dibimbing oleh S. Orbayinah (Bagian Biokimia FKIK-UMY) dan dibantu tiga mahasiswa lainnya, D. Asharini, A.P. Dewi, N.Wulandari.

Menurut Muti'ah , dalam penelitiannya mengenai jus biji buah Pepaya (*Carica papaya L*), mereka menemukan jika biji pepaya terbukti secara signifikan dapat menurunkan kadar kolesterol dan LDL (*lipoprotein densitas rendah*), serta meningkatkan kadar HDL. Analisa ini memberikan hasil signifikan yang bermanfaat bagi orang dengan konsumsi jus biji buah pepaya karena berdasarkan analisis fitokimia, ekstrak biji pepaya ini menunjukkan adanya *alkaloid, flavonoid, tanin, saponin, anthraquinones*, dan *anthocyanosides*. "Dengan adanya kandungan ekstrak tersebut, biji buah ini mempunyai efek *hipolipidemia* dan anti oksidan dalam darah." terangnya.

Lebih lanjut Muti'ah menerangkan jika efek *hipolipidemia* sangat berguna bagi terapi alternatif *hiperlipidemia* yang disebabkan adanya lemak nabati atau kolesterol dalam jumlah terlalu tinggi. "Jika kalori dalam makanan yang dikonsumsi melebihi dari batas yang diperlukan oleh tubuh, kalori yang berlebihan akan tersimpan di dalam otak dalam bentuk *trigliserida* dan menjadi lemak, lalu hal tersebut menyebabkan kandungan lemak dalam darah meningkat," paparnya.

Secara khusus saponin yang ada dalam biji buah pepaya, bermanfaat untuk menurunkan aktifitas kolesterol serum seperti aksi resin, yaitu dengan mengurangi sirkulasi enterohepatik asam empedu. "Melalui penghambatan reaksi oksidasi kolesterol LDL ini maka dapat menurunkan kadar kolesterol darah," tambah Muti'ah.

Sementara itu, *Fitokimia* sendiri biasanya merujuk pada senyawa yang ditemukan pada tumbuhan yang tidak dibutuhkan untuk fungsi normal tubuh, tapi memiliki efek yang menguntungkan bagi kesehatan atau memiliki peran aktif bagi pencegahan penyakit.

Flavonoid merupakan antioksidan yang dapat menangkap radikal bebas. *Flavonoid* menghentikan tahap awal reaksi dengan membebaskan satu atom *hydrogen* dari gugus hidroksilnya yang kemudian berikatan dengan satu radikal bebas. Dengan ikatan ini maka akan menstabilkan radikal peroksi yang membuat energi aktivasi berkurang, dan selanjutnya akan menghambat atau menghalangi reaksi oksidasi dari kolesterol LDL.

Muti'ah menyadari penggunaan bahan alam sebagai obat cenderung mengalami peningkatan saat ini dengan adanya konsep *back to nature* dan krisis berkepanjangan yang mengakibatkan turunnya daya beli masyarakat terhadap obat-obat modern yang relatif lebih mahal harganya. Sediaan jus yang dikembangkan melalui biji buah pepaya ini juga menjadi pemikiran agar masyarakat dapat mengkonsumsinya dengan lebih mudah dan praktis.

Ia juga berharap penelitian yang dilakukan timnya dapat memberikan referensi ilmiah untuk penelitian lebih lanjut bagi pengembangan jus biji pepaya sebagai obat *antihiperlipidemia* dan apabila terbukti efektif mempercepat penurunan kadar kolesterol, LDL, serta meningkatkan kadar HDL, maka jus biji pepaya ini potensial untuk dikembangkan sebagai terapi alternatif *hiperlipidemia* pada manusia.