BAB II. MANFAAT BUAH SIRSAK

II.1 Sirsak

Sirsak (*Annona Muricata Linn*) merupakan tanaman yang dapat tumbuh dan berbuah sepanjang tahun. Tanaman ini diperkirakan berasal dari Karibia, Amerika Tengah dan Amerika Selatan. Tanaman tropis ini kemudian menyebar keseluruh Benua. Di Indonesia tanaman ini menyebar dan tumbuh baik mulai dari dataran rendah beriklim kering sampai daerah beriklim basah dengan baik pada ketinggian 1000m dari permukaan laut. (Muktiani, 2011, h.1)

Di Indonesia, tanaman ini menyebar merata diberbagai daerah. Hal ini ditunjukan dengan adanya berbagai nama yang berbeda untuk tanaman sirsak. Penyebutan “Belanda“ dan variasinya menunjukan buah sirsak berasal dari bahasa Belanda yaitu *Zuurzak* yang berarti kantung asam. Tanaman ini dapat tumbuh di sembarang tempat, namun pertumbuhannya akan mencapai optimal jika ditanam di daerah yang cukup berair. Tanaman ini bisa mencapai ketinggian 9 meter. Di negara lain pun sirsak memiliki nama yang berbeda pula. (Muktiani, 2011, h.2)



Gambar II.1 Buah Sirsak
Sumber : http://buahdaun.com/manfaat-buah-sirsak.jpg
(Diakses pada 02/04/ 2016)

II.1.1 Jenis – jenis Buah Sirsak

Buah sirsak ternyata memiliki beberapa jenis yang telah menyebar ke seluruh wilayah Indonesia. Ada 4 jenis buah sirsak yaitu :

- **Sirsak Ratu**



Gambar II.2 Buah Sirsak Ratu

Sumber : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak/sirsakratu.jpg

(Diakses pada 02/04/2016)

Buah sirsak yang satu ini memiliki ukuran yang bermacam – macam, mulai dari ukuran yang kecil hingga ukuran yang paling besar. Bentuk kulit sirsak ratu terasa licin dan berduri sedangkan daging buahnya bertepung dan memiliki rasa yang manis sehingga sangat cocok untuk dikonsumsi sebagai jus. Dinamakan buah sirsak ratu karena jenis sirsak ini penyebarannya di daerah Palabuhan Ratu, Sukabumi, Jawa Barat. (Jenis – Jenis Sirsak tersedia di : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak.html [2 april 2016]).

- **Sirsak Biasa**



Gambar II.3 Buah Sirsak Biasa

Sumber : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak/sirsakbiasa.jpg

(Diakses pada 02/04/2016)

Jenis sirsak biasa ini hampir mirip dengan buah sirsak ratu yaitu memiliki tekstur yang bertepung dan memiliki kadar air yang lebih banyak. Jenis buah yang satu ini biasa dikonsumsi setelah di olah terlebih dahulu. Jenis sirsak ini penyebarannya hampir terdapat di seluruh wilayah Indonesia. (Jenis – Jenis Sirsak tersedia di : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak.html [2 april 2016]).

- **Sirsak Bali**



Gambar II.4 Buah Sirsak Bali

Sumber : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak/sirsakbali.jpg

(Diakses pada 02/04/2016)

Sirsak Bali ini biasanya memiliki ukuran yang lebih kecil daripada sirsak yang lainnya, beratnya pun hanya sekitar 200 – 300 gr tiap buahnya. Sirsak jenis ini biasanya tidak berduri dan daging buahnya manis sehingga cocok untuk diolah menjadi jus. Penyebaran sirsak ini seperti namanya yaitu di Bali, biasa disebut dengan sirsak gundul dan sirsak mentega. (Jenis – Jenis Sirsak tersedia di : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak.html [2 april 2016]).

- **Sirsak Mandalika**



Gambar II.5 Buah Sirsak Mandalika

Sumber : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak/sirsak.jpg

(Diakses pada 02/04/2016)

Sirsak jenis ini memiliki daging buah yang berwarna kuning dan memiliki banyak biji. Di bagian luarnya hanya terdapat sedikit duri yang letaknya berjauh – jauhan. Jenis sirsak ini penyebarannya hampir di seluruh wilayah Indonesia. (Jenis – Jenis Sirsak tersedia di : http://www.obatherbalalami.com/2012/12/jenis-jenis-buah-sirsak.html [2 april 2016]).

II.1.2 Kandungan Buah Sirsak

Kandungan yang terdapat dalam sirsak adalah air dan karbohidrat, vitamin. Made Astawan (2011), ahli Teknologi Pangan dan Gizi IPB, menjelaskan bahwa kandungan zat gizi yang terbanyak dalam sirsak sirsak, setelah air, adalah karbohidrat. (Hieronymus Budi Santoso, 2011, h.15).

Karbohidrat yang terdapat dalam sirsak adalah gula pereduksi (glukosa dan fruktosa) dengan kadar 81,9% - 93,6% dari kandungan gula total. Buah sirsak mengandung sangat sedikit lemak, sehingga baik untuk kesehatan. Rasa asam yang terdapat pada buah sirsak berasal dari asam organic non volatil, terutama asam malat, sitrat, dan isositrat. (Hieronymus Budi Santoso, 2011, h.15).

Vitamin yang paling banyak terdapat pada buah sirsak adalah Vitamin C. Kandungan Vitamin C yang cukup tinggi berasal dari antioksidan yang sangat baik untuk daya tahan tubuh.

Tabel II.1 Kandungan zat gizi dan serat pangan sirsak
Sumber : Buku "*3 rahasia sirsak terkuak"* hal.13, Santoso (2011)

Kandungan	**Jumlah**
Energi	65,00 kal
Protein	1,00 gr
Lemak	0,30 gr
Karbohidrat	16,30 mg
Kalsium	14,00 mg
Fosfor	27,00 mg
Serat	2,00 gr

Zat Besi	0,60 mg
Vitamin A	1,00 re
Vitamin B1	0,07 mg
Vitamin B2	0,04 mg
Vitamin C	20,00 mg
Niacin	0,70 mg

II.1.3 Manfaat Buah Sirsak

Sebagian besar masyarakat mengenal tanaman sirsak sebagai tanaman buah. Ternyata sirsak merupakan tanaman yang memiliki manfaat terutama dalam bidang kesehatan.

Contohnya pada bagian buah sirsak yang dapat mengobati berbagai penyakit kanker. Hardhi Pranata (2011) selaku Ketua Umum Perhimpunan Dokter Herbal Medik Indonesia mengatakan, bahwa sirsak diketahui bisa mencegah dan juga ampuh untuk mengobati beberapa jenis kanker “Untuk sirsak sendiri telah diteliti dapat mengobati kanker usus besar (kolon), kanker paru – paru, kanker pankreas, kanker prostat, dan juga kanker payudara”. (Hieronymus Budi Santoso, 2011, h.10).

Cara menghilangkan sel kanker oleh sirsak ini memang berbeda dari herbal lainnya. Sirsak hanya membunuh sel – sel spesifik seperti radikal bebas yang ada di sel – sel kankernya. Tapi sirsak tidak merusak sel – sel yang sehat. Unsur kimia yang terdapat dalam sirsak adalah mampu memilih dan membedakan serta menghilangkan sel kanker setara atau lebih kuat dibandingkan dengan dan kemoterapi. (Hieronymus Budi Santoso, 2011, h.10).

- Manfaat sirsak lainnya

  Selain buahnya, bagian lain dari tanaman sirsak memiliki manfaat yang baik bagi kesehatan. Bagian biji dari sirsak mengandung zat emesis yang dapat digunakan untuk mengurangi mual dan muntah. Rebusan dari daun sirsak

berguna untuk menyembuhkan penyakit hati ringan dan lepra. Kulit akar tanaman sirsak bisa dijadikan penawar racun.

II.2 Kanker

Kanker adalah salah satu penyakit yang disebabkan oleh pertumbuhan sel-sel jaringan tubuh yang tidak normal. Sel-sel kanker akan berkembang dengan cepat, tidak terkendali. Selanjutnya sel-sel tersebut akan menyusup ke jaringan sekitarnya dan terus menyebar melalui jaringan ikat, darah, dan menyerang organ-organ penting. (Muktiani, 2011, h.35)

Dalam keadaan normal, sel-sel tubuh hanya akan membelah diri jika ada penggantian sel-sel yang telah mati dan rusak. Sebaliknya sel – sel kanker akan membelah terus – menerus, meskipun tubuh tidak memerlukannya. Akibatnya, akan terjadi penumpukan sel – sel baru yang disebut kanker ganas. Kanker dapat terjadi di berbagai jaringan dalam berbagai organ disetiap tubuh, mulai dari kaki hingga kepala. (Muktiani, 2011, h.36)

II.3 Analisis

Memecahkan atau menemukan jawaban terhadap suatu objek permasalahan merupakan tujuan penelitian. Namun, analisa masalah yang terkait pada manfaat buah sirsak adalah sebuah tahap awal yang harus dilakukan, melalui kuesioner. Hasil yang di dapat ternyata beberapa responden tidak mengetahui manfaat dari buah sirsak.

II.3.1 Kondisi Saat Ini

Data berikut ini akan menampilkan hasil dari kuisioner yang yang telah disebarkan kepada sebanyak 50 responden berupa tabel, yang bertujuan untuk mengetahui sejauh mana responden mengetahui manfaat dari buah sirsak.

Tabel II.2 Pengetahuan tentang manfaat buah sirsak

Sumber : Dokumentasi Pribadi, 2016

Pertanyaan	Sangat	Cukup Tahu	Tahu	Tidak

	Tahu			Tahu
Apakah anda mengetahui manfaat dari buah sirsak?	0%	10%	15 %	75%

Dilihat hasil kuesioner di atas menyebutkan bahwa 75% responden Tidak mengetahui jenis dari buah sirsak. Sedangkan 15% responden menjawab mengetahui, lalu 10% responden menyebutkan cukup mengetahui dan 0% responden sangat mengetahui.

Tabel II.3 Pendapat responden tentang buah sirsak

Sumber : Dokumentasi Pribadi, 2016

Pertanyaan	Ya	Ragu- ragu	Tidak
Menurut anda apakah buah sirsak dapat mengatasi penyakit kanker?	30%	50%	20 %

Berdasarkan hasil kuesioner di atas menyebutkan bahwa 30% responden menjawab ya buah sirsak dapat mengatasi penyakit kanker. Sedangkan 50% responden menjawab ragu - ragu, lalu 20% responden menyebutkan buah sirsak tidak dapat mengatasi penyakit kanker.

II.4 Usulan Perancangan

Sebagian masyarakat tidak mengetahui bahwa buah sirsak ternyata memiliki manfaat bagi kesehatan tubuh. Padahal sebenarnya buah sirsak memiliki manfaat untuk mengatasi penyakit kanker. Maka untuk memberikan informasi tentang manfaat buah sirsak dan mau mengkonsumsi buah sirsak harus dibuatkan perancangan informasi melalui media kampanye dengan membuat *motion graphic.*