

## 1. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kandungan gizi zat makanan dapat ditemukan pada berbagai macam makanan, salah satunya yaitu pada buah. Buah-buahan sangat penting untuk dikonsumsi walaupun dalam jumlah yang sedikit, karena buah sangat bermanfaat bagi sistem pencernaan. Buah merupakan sumber bahan makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral yang bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan (Mohammad dan Madanijah, 2015). Buah mengandung kandungan gizi seperti vitamin, mineral, air, sumber serat makanan, dan antioksidan, sehingga buah berfungsi sebagai zat pengatur dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, buah dapat menyeimbangkan kadar asam basa tubuh dan dengan mengonsumsi buah tubuh akan terhindar dari penyakit. Kurangnya mengonsumsi buah juga dapat mengakibatkan perkembangan penyakit degeneratif seperti obesitas, jantung koroner, diabetes, hipertensi dan kanker (Kant *et al.*, 2013).

Berdasarkan data *World Health Organization*, penderita penyakit demensia Alzheimer meningkat dengan pesat dan menurut perkiraan akan mencapai angka 46,8 atau 50 penderita di dunia dan sebanyak 20,9 juta penderita di Asia Pasifik. Penderita penyakit demensia Alzheimer di Indonesia pada tahun 2016 ada sekitar 1,2 juta dan diperkirakan akan meningkat menjadi 2 juta penderita pada tahun 2030, dan terus meningkat hingga tahun 2050 yang diperkirakan mencapai 4 juta penderita (Alzheimer's Indonesia, 2019). Menurut laporan *Asia Pasific Regional Adult*, (2013) menjelaskan bahwa penduduk Indonesia usia 50 – 70 tahun pada tahun 2050 mendatang diperkirakan bertambah menjadi 113 juta, dan usia lebih dari 50 tahun sebanyak 1/3 paling berisiko untuk osteoporosis. Serta untuk kasus penyakit katarak di Indonesia diperkirakan pada tahun 2030 mendatang akan bertambah 25%, dan ada perkiraan penambahan *aging population* sebanyak 15,77% untuk tahun 2035. Penyakit yang diderita lansia cenderung tidak

menular seperti diabetes, penyakit jantung, penurunan daya ingat, katarak dan masalah tulang (Kemenkes, 2020).

Salah satu buah yang memiliki banyak manfaat untuk kesehatan adalah buah anggur. Buah anggur merah populer di seluruh dunia dan bermanfaat karena keberadaan dan jumlah senyawanya. Tradisi pembuatan anggur dan konsumsi anggur telah dikenal selama berabad-abad. Kuno Bangsa Romawi mengetahui manfaat kesehatan dari anggur dan mempopulerkannya (Lukacs, 2012). Produk utama buah anggur adalah anggur. Anggur terutama terdiri dari air, karbohidrat, asam organik, mineral, alkohol, polifenol, dan aromatik (Snopek, 2018). Menurut Sandrasari dan Abidin, (2012), buah anggur mengandung flavonoid dan antioksidan. Buah anggur dapat dikonsumsi dengan berbagai cara contohnya dengan dibuat menjadi jus. Saat ini, masyarakat Indonesia suka minum jus, termasuk jus anggur. Buah anggur memiliki warna merah, memiliki biji, rasa manis. Buah anggur mengandung 108 mg vitamin C, 18,1 g karbohidrat, serat isi buah/100 g (USDA *Nutrient Database* untuk *Standard Reference*, 2018 Jus anggur memiliki senyawa fenolik memberikan efek kesehatan seperti hepatoproteksi, neuroproteksi dan perlindungan pada jantung (Hilger *et al.*, 2015).

Selain buah anggur, mengkonsumsi biji anggur juga dapat bermanfaat bagi kesehatan. Proantosianidin dan proisianidin banyak terdapat di biji anggur (Fauzi, 2009). Proantosianidin merupakan komponen polifenol yang memiliki manfaat sebagai antioksidan. Proantosianidin sebagai antioksidan berpotensi 20 dan 50 kali lebih efektif daripada vitamin E dan vitamin C (Hassan *et al*, 2010). Tidak hanya dikonsumsi secara langsung, anggur yang telah diolah juga memiliki manfaat bagi kesehatan. Hasil fermentasi dari buah anggur merah yang telah dihancurkan disebut dengan *wine*. Kadar alkohol dalam *wine* umumnya berkisar antara 12–15%. Jenis minuman beralkohol ini dikenal tinggi antioksidan sehingga dipercaya dapat memberikan manfaat bagi kesehatan.

Penelitian *review literature* sebelumnya telah membahas bahwa produk *wine* memiliki manfaat seperti antioksidan, anti kanker, anti inflamasi, anti aging dan antimikroba. Polifenol dari buah anggur mempunyai efek yang menguntungkan yaitu dapat menghambat penyakit seperti penyakit jantung, kanker, mengurangi oksidasi plasma dan memperlambat penuaan (Xia *et al.*, 2010). Namun penelitian Zhong *et al.*, (2011) dan xu *et al.*, (2016), mengungkapkan bahwa konsumsi minuman yang mengandung dapat menyebabkan kanker hati dan peningkatan kanker payudara. Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Hydes, T.J *et al.*, (2019) yang menyatakan bahwa satu botol anggur per minggu dikaitkan dengan peningkatan risiko kanker seumur hidup absolut untuk non-perokok. Hal serupa juga terjadi pada jus anggur, menurut Hasan *et al.*, (2014) dan Spanier *et al.*, (2009) jus anggur memiliki dampak positif yang mendalam pada kesehatan manusia, termasuk efek anti karsinogenik, anti kanker, anti inflamasi, dan anti penuaan dan kemampuan untuk menurunkan gula darah dan penyakit kardiovaskular. Sedangkan biji anggur menurut West *et al.* (2020), Lorenzo *et al.* (2015), dan Blumberg *et al.* (2015) terbukti bahwa ekstrak biji anggur memberikan manfaat terhadap banyak penyakit yaitu peradangan, penyakit kardiovaskular, hipertensi, diabetes, kanker, peptikum, maag, infeksi mikroba

*Review* ini, akan melihat dari sudut pandang yang berbeda yaitu dengan mengumpulkan dan membandingkan *review* terdahulu dari aspek atau metode yang digunakan seperti sampel yang digunakan serta sumber yang berbeda. Penelitian sebelumnya sudah meneliti mengenai pengaruh jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* pada penyakit seperti obesitas, jantung koroner, diabetes, hipertensi dan kanker (Kant *et al.*, 2013). Potensi lain yang dapat dikembangkan dari pengaruh jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* pada kesehatan adalah pengaruhnya untuk kesehatan tulang, otak, mata, anti depressant, dan kulit. Maka dari itu *review* ini akan memfokuskan untuk mendalami dampak konsumsi dari jus, biji dan *wine* pada kesehatan tulang,

otak, mata, anti deppresant, dan kulit. Hal ini bertujuan untuk mengetahui tentang pengaruh konsumsi jus anggur, biji anggur, dan *wine* terhadap kesehatan dengan menggunakan *review*.

## 1.2. Identifikasi Masalah

Permasalahan utama yang akan diidentifikasi dalam artikel *review* ini, yaitu:

1. Bagaimana pengaruh konsumsi jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* terhadap kesehatan otak, tulang, kulit, dan antidepresi?
2. Apa saja senyawa yang paling baik untuk kesehatan otak, tulang, mata, kulit, dan antidepresi?
3. Bagaimana kadar konsumsi jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* terhadap kesehatan otak, tulang, mata, kulit, dan antidepresi?
4. Manakah konsumsi diantara jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* yang paling baik untuk kesehatan?

## 1.3. Tujuan

Tujuan dari *review* ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh konsumsi jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* terhadap kesehatan otak, tulang, mata, kulit, dan antidepresi.
2. Untuk mengetahui senyawa apa saja yang paling baik untuk kesehatan otak, tulang, mata, kulit, dan antidepresi.
3. Untuk mengetahui kadar konsumsi jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* terhadap kesehatan otak, tulang, mata, kulit, dan antidepresi.
4. Untuk mengetahui konsumsi mana diantara jus anggur, ekstrak biji anggur dan *wine* yang paling baik untuk kesehatan.