

ALBUMIN IKAN GABUS (*Snakeheads fish*) DAN KESEHATAN

Oleh :

Sumarno*

ABSTRAK

Albumin merupakan protein terbanyak dalam plasma darah mencapai kadar 60%, dan bermanfaat untuk membantu jaringan sel baru. Dalam ilmu kedokteran, albumin ini digunakan untuk mempercepat pemulihan jaringan sel tubuh yang terbelah/rusak. Albumin juga berperan mengikat obat-obatan serta logam berat yang tidak mudah larut dalam darah.

Kadar albumin di darah manusia direkomendasikan normal oleh paramedis bila kandungannya antara 3,5-5,5 g/dl. Kadar albumin di bawah normal sering terjadi pada anak yang mengalami gizi buruk, ibu hamil dan manula.

Kadar albumin yang berasal dari ikan gabus dan kerang kece berdasarkan uji laboratorium kandungannya tinggi. Produk albumin siap saji yang diproses tanpa pemanasan atau melalui bioproses mengandung kadar albumin jauh lebih tinggi dari produk lainnya.

Bagi sebagian orang dimana ikan gabus tak masuk hitungan lauk favorit, namun ditangan paramedic dan ahli gizi ternyata memiliki kadar albumin tinggi. Ikan yang kurang disukai karena baunya amis, bila diolah menjadi suplemen makanan dan minuman kesehatan berfungsi menjaga metabolisme tubuh, menaikkan kadar albumin dan mempercepat pemulihan kesehatan.

Kata kunci : Albumin, ikan gabus, kesehatan

PROTEIN ALBUMIN

Albumin merupakan protein terbanyak dalam plasma darah mencapai kadar 60%. Manfaatnya untuk membantu jaringan sel baru. Dalam ilmu kedokteran, albumin ini digunakan untuk mempercepat pemulihan jaringan sel tubuh yang terbelah/rusak. Albumin juga berperan mengikat obat-obatan serta logam berat yang tidak mudah larut dalam darah.

FUNGSI ALBUMIN

1. Mengatur tekanan osmotik dalam darah. Albumin menjaga keberadaan air dalam plasma darah sehingga bisa mempertahankan volume darah. Bila jumlah albumin turun maka akan terjadi penimbunan cairan dalam jaringan (edema) misal terjadi pembengkakan di kedua kaki. Atau bisa terjadi penimbunan cairan dalam rongga tubuh
-

misal di perut yang disebut ascites.

2. Sebagai sarana pengangkut/transportasi. Albumin membawa unsur-unsur yang kurang larut dalam air melewati plasma darah dan cairan sel. Unsur-unsur seperti asam lemak bebas, kalsium zat besi dan beberapa unsur obat. Albumin juga bermanfaat dalam pembentukan jaringan tubuh yang baru. Secara umum albumin membantu proses metabolisme di dalam tubuh manusia.

KHASIAT DAN KEGUNAAN

1. meningkatkan kadar albumin dan daya tahan tubuh.
2. mempercepat penyembuhan luka luar maupun luka dalam.
3. membantu proses penyembuhan pada penyakit : Hepatitis, TBC, Infeksi Paru-paru, Nephrotic, Syndrome, Tonsilitis, Typhus, Diabetes, Patah tulang, ITP, HIV, Grastitis, Sepsis, Stroke, dan Thalasemia Minor.
4. Mempercepat proses penyembuhan pasca operasi.
5. Menghilangkan Oedem (pembengkakan).
6. Memperbaiki gizi buruk pada bayi, anak dan ibu hamil.
7. Membantu penyembuhan autis.
8. Sebagai larutan pengganti pada keadaan defisiensi albumin.

KADAR ALBUMIN NORMAL PADA TUBUH MANUSIA

Kadar albumin di darah manusia direkomendasikan normal oleh para medis bila kandungannya antara 3,5 – 5,5 g/dl (Eddy Suprayitno, 2009). Kadar albumin di bawah normal sering terjadi pada anak yang mengalami gizi buruk, ibu hamil dan manula. Pada kondisi tersebut jika albumin kurang, metabolisme dalam tubuh terganggu dan akan menimbulkan dampak-dampak yang lain.

SUMBER ALBUMIN

Sumber albumin pada hewan didapat dalam daging sapi, ikan, ayam, telur dan susu. Pada tanaman seperti kacang – kacangan dan sayuran , kadar albuminnya rendah (Anonimus, 2009). Kadar albumin yang berasal dari ikan gabus dan kerang kece, berdasarkan uji laboratorium kandungannya tinggi (Pangestu dan Erna Rochmawati, 2009).

IKAN GABUS SEBAGAI SUPLEMEN KESEHATAN

Sejak dahulu ikan gabus dipercaya oleh para medis dapat mempercepat penyembuhan luka sehingga dianjurkan untuk dikonsumsi pasien operasi, pasca melahirkan. Hal ini dikarenakan ikan gabus mengandung protein yang tinggi (albumin), sehingga dapat mempercepat penyembuhan luka. Bagi pasien kurang mampu biasanya disarankan untuk mengukus ikan gabus yang baunya amis.

Hampir semua pasien berkadar albumin rendah yang diberi sari ikan gabus naik lebih cepat dari pada

pemberian albumin lewat infus. Bahkan pasien berkadar albumin rendah yang diikuti komplikasi penyakit seperti Hepatitis, TBC (infeksi paru-paru), Nephrotic syndrome, Tonsilitas, Typus, Diabetes, Patah tulang, Gastritis, Gizi buruk, Sepsis, Stroke, ITP (Idiopatik Trombositopenia Purpura), HIV, Thalasemia Minor, Autis, kondisi ini bisa lebih baik dengan pemberian albumin sari ikan gabus (Nurpudji Astuti di dalam Neny Sri Taslim, 2007).

Ikan gabus atau yang dikenal sebagai Snakeheads fish di Malaysia dikategorikan makanan kesehatan (Wan Ahmad di dalam Walter R. Courtney, Jr., and James D. Williams, 2004).

Secara realita, albumin memiliki aplikasi dan kegunaan yang luas dalam makanan atau pangan serta produk farmasi. Dalam produk industri pangan albumin antara lain berupa : bubur manula, permen, roti dan podeng bubuk (Anonimus, 2009).

Proses produksi bahan nabati yang tidak menggunakan pemanas tinggi, dapat mempertahankan keberadaan vitamin dan enzim-enzim yang terkandung di dalamnya (Andy Nur Alam Syah, 2005).

Tingkat teknologi madya untuk penerapan bioteknologi terendam dalam pemanis pada agroindustri, akan menaikkan nilai tambah sedang sampai tinggi (Mangunwidjaja dan Suryani, 1994).

Ikan gabus juga bisa diolah tanpa pemanasan menjadi suplemen berupa minuman melalui bioproses dengan madu asli dan produknya berupa madu albumin. Produk albumin ini pada satu sisi tidak

berbau amis dan pada sisi yang lain berkadar albumin tinggi (Sumarno, 2007).

PEMBAHASAN

Pasien berkadar albumin rendah bagi yang mampu di rumah sakit biasanya diberi infus untuk menaikkan kadar albuminnya. Namun, infus albumin biayanya mahal Rp. 1,4 juta setiap pemberian. Minimal harus diberikan tiga kali infuse. (Nurpudji Astuti di dalam Reny Sri Ayu Taslim, 2007). Informasi terkini pemberian infuse albumin dalam sekali pemberian biayanya bisa mencapai Rp. 1,8 juta – Rp. 2,5 juta. Bagi pasien tak mampu dengan adanya kapsul serbuk dan cairan albumin (madu albumin) sebagai suplemen kesehatan, diharapkan dapat meringankan beban biaya.

Bagi pasien kurang mampu yang membutuhkan albumin, ikan gabus yang penyebarannya cukup luas dan masih mudah di dapat sangat membantu masyarakat kecil. Dengan cara mengukus cairannya diambil, maka albumin sudah bisa diasupkan dan kadar albumin dalam tubuh dapat ditingkatkan. Mengonsumsi ikan gabus sebagai suplemen albumin untuk kesehatan biayanya paling murah dibandingkan menggunakan produk pabrik.

KESIMPULAN

1. Bagi sebagian orang dimana ikan gabus tak masuk hitungan lauk favorit, namun ditangan paramedis dan ahli
-

gizi ternyata memiliki kadar albumin tinggi.

2. Ikan yang kurang disukai karena baunya amis, bila diolah menjadi suplemen makanan dan minuman kesehatan berfungsi menjaga metabolisme tubuh, menaikkan kadar albumin dan mempercepat pemulihan kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

Andy Nur Alam Syah, 2005. *Virgin Coconut Oil*. Media Pustaka, Jakarta.

Anonimus, 2009. Apa itu Albumin. www.ikan.kutuk.com

Eddy Suprayitno, 2009. Gabus Temuan Sang Profesor. www.ikan.kutuk.com

Mangunwidjaja, D dan Suryani, A, 1994. *Teknologi Bioproses*. Penebar Swadaya, Jakarta.

Pangestu dan Erna Rochmawati, 2009. [http : yukmancing.blogspot.com/2009/08/ikan-gabus.html](http://yukmancing.blogspot.com/2009/08/ikan-gabus.html)

Sumarno, 2007. *Madu ikan kutuk “Produk Bioproses” (Penelitian Pendahuluan)*. Faperta UNARS, Situbondo.

Reny Sri Ayu Taslim, 2007. Nurpudji Astuti dan Nilai Tambah Ikan Gabus, *Kompas*, 31 Mei 2007.

Walter R. Courtney, Jr., and James D. Williams, 2004. *Snakeheads (Pisces, Channidae)- A biological Synopsi and Risk Assesment*, U.S. Department of the Interior/ U.S. Geological Survey. Circular 1251. Florida.