

ABSTRAK

Annisa Khaira Ummah

Latar belakang: Puding SOYDRA, kombinasi susu kedelai dan buah naga merah, mengandung senyawa aktif seperti flavonoid, isoflavon, dan serat yang memiliki potensi menurunkan tekanan darah serta memperbaiki profil lipid.

Tujuan: Mengetahui pengaruh pemberian puding Soydra sebagai makanan selingan terhadap tekanan darah dan profil lipid (kolesterol total, trigliserida, LDL, dan HDL) pada pasien hipertensi rawat jalan di RSUD Arosuka, Sumatera Barat.

Metode: Desain penelitian adalah *randomized crossover trial* pada 32 pasien hipertensi derajat 1 (usia 40–60 tahun). Subjek dibagi menjadi 2 kelompok EG dan GE yaitu dengan mendapatkan intervensi konsumsi puding Soydra 2×150 gram/hari dan edukasi gizi selama 30 hari dengan periode washout selama 15 hari. Pengukuran tekanan darah dan lipid dilakukan pada pre-test, post-test 1 dan post-test 2 setelah intervensi.

Hasil: Pemberian puding SOYDRA terbukti menurunkan tekanan darah sistolik median pada pre test kelompok EG 151,44±6,04 dan kelompok GE 151,44±4,96 ($p=1,000$), dengan penurunan paling nyata terjadi pada post test 1 ($p=0,000$) dan pada post 2 ($p=0,008$). tekanan darah diastolik median pada pre test kelompok EG 97,00(90-99) dan kelompok GE 95,50(90-99) ($p=0,648$), dengan penurunan pada post test 1 ($p=0,008$) dan pada post 2 ($p=0,001$). Kolesterol total pada pre test kelompok EG 261,00(220-288) dan kelompok GE 231,00(200-280) ($p=0,005$) dengan penurunan pada post test 1 ($p=0,001$) dan pada post 2 ($p=0,001$). LDL pada pre test kelompok EG 174,50(135-198) dan kelompok GE 170,50(101-198) ($p=0,0462$) dengan penurunan pada post test 1 ($p=0,000$) dan pada post 2 ($p=0,001$). Sedangkan pada HDL pada pre test kelompok EG 58,00(50-70) dan kelompok GE 59,50(50-78) ($p=0,307$) dengan penurunan pada post test 1 ($p=0,113$) dan pada post 2 ($p=0,985$) tetapi tidak bermakna secara signifikan. pada Trigliserida pada pre test kelompok EG 155,60(150-161) dan kelompok GE 154,43(150-160) ($p=0,592$) dengan penurunan pada post test 1 ($p=0,672$) dan pada post 2 ($p=0,386$) tetapi tidak bermakna secara signifikan.

Kesimpulan: Pemberian puding SOYDRA sebesar 2×150 gram/hari selama 30 hari pada pasien hipertensi. Berpengaruh signifikan terhadap perubahan tekanan darah sistolik, diastolik, kolesterol total dan LDL. Sedangkan tidak memberikan pengaruh yang bermakna terhadap perbaikan kadar trigliserida dan HDL.

Kata kunci: Puding SOYDRA, tekanan darah, profil lipid, hipertensi, kedelai, buah naga