

Herba *Sacha Inchi* sarat manfaat kesihatan

Oleh DR. NORSYAHIDA
MOHD. FAUZI
gayautusan@mediamulia.com.my

SACHA Inchi atau nama saintifiknya *Plukenetia volubilis* L. merupakan sejenis herba yang semakin mendapat perhatian dalam kalangan masyarakat di negara ini.

Selain Sacha Inchi, herba itu turut dikenali sebagai *Sacha Peanut*, *Inca Peanut* dan *Mountain Peanut*.

Sacha Inchi berasal dari hutan hujan tropika di rantau Amazon di Amerika Selatan seperti di Peru dan Barat Laut Brazil.

Ia digunakan dalam bentuk biji yang dipanggang, daun yang dimasak dan minyak yang merupakan sebahagian daripada diet masyarakat Peru.

Minyak itu juga telah digunakan secara tradisional untuk penjagaan kulit, penyembuhan luka, gigitan serangga dan jangkitan kulit.

Sejak dikenali sebagai herba yang mempunyai potensi ekonomi tinggi, *Sacha Inchi* mula diusahakan oleh beberapa buah negara lain di seluruh dunia termasuk Malaysia.



TANAMAN herba *Sacha Inchi* masih belum mencukupi untuk menampung permintaan.

Kemajuan Pekebun Kecil Perusahaan Getah (RISDA) turut menggalakkan penanamannya sebagai sumber pendapatan tambahan kepada pekebun kecil di beberapa negeri di Semenanjung Malaysia seperti Perak, Perlis dan Pulau Pinang.

Di Sarawak, ia diusahakan pengusaha tempatan dengan

Bagaimanapun, penanaman *Sacha Inchi* di negara ini masih tidak mampu menampung permintaan yang tinggi dari dalam dan luar negara.

Pelbagai produk berasaskan herba ini berjaya dipasarkan.

Antara produk *Sacha Inchi* yang berada dalam pasaran tempatan ialah kacang

Sejajar dengan hasil kajian ini, penurunan kolesterol dapat dilihat dalam kajian yang dilakukan terhadap pesakit yang mempunyai tahap kolesterol yang tinggi dalam darah."

KEKURANGAN SUMBER

Penanamannya di Malaysia dan penghasilan produk daripada herba berkenaan semakin meningkat.

Malah pihak Berkuasa

penanaman sebanyak 10, 000 pokok sejak tahun 2018.

Selain itu, kerajaan di negeri Sabah dan Kelantan turut memberi galakan dan insentif kepada pekebun yang berminat dalam penanaman herba ini.

panggang, minyak makan, minuman dan kosmetik.

PELBAGAI GUNA

Penyelidikan telah dijalankan bagi mengkaji kesan perubatan beberapa bahagian yang berbeza



MINYAK herba Sacha Inchi digunakan secara tradisional untuk penjagaan kulit, penyembuhan luka, gigitan serangga dan jangkitan kulit.



BANYAK ruang penyelidikan boleh dijalankan bagi memahami herba ini daripada segi perubatan.

membabitkan biji, kulit biji dan daun.

Ekstrak daripada ketiga-tiga bahagian ini menunjukkan aktiviti antioksidan yang baik.

Ekstrak daun herba berkenaan didapati mempunyai kesan antikanser manakala minyak bijinya mempunyai kesan antibakteria, antikanser dan antihiperlipidemik.

Satu kajian melaporkan bahawa minyak biji *Sacha Inchi* dari Peru mampu mengurangkan paras jumlah kolesterol dan *trigliserida* serta meningkatkan paras HDL atau kolesterol baik dalam tikus.

Sejajar dengan hasil kajian ini, penurunan kolesterol dapat dilihat dalam kajian yang dilakukan terhadap pesakit mempunyai tahap kolesterol tinggi dalam darah.

Beberapa mekanisme penurunan tahap kolesterol oleh minyak biji *Sacha Inchi* turut dikenalpasti :

- Minyak biji *Sacha Inchi* mengandungi asid lemak tidak tepu berkhasiat dengan hanya 6.8-9.1 peratus daripada keseluruhan lipid adalah asid lemak tepu.

- Minyak biji *Sacha Inchi*

mempunyai kurang jumlah asid lemak tepu berbanding minyak yang diperolehi daripada biji kanola, biji bunga matahari, biji rami, jagung dan zaitun.

Omega-3 (Asid -Linolenik (ALA), 46.8-50.8 peratus) merupakan asid lemak tidak tepu yang paling tinggi dalam minyak biji *Sacha Inchi*, diikuti oleh omega-6 (asid linoleik, 33.4-36.2 peratus) dan omega-9 (asid oleik, 8.7-9.6 peratus).

Omega 3 berperanan dalam aktiviti antiradang manakala omega 6 berperanan dalam aktiviti pro-radang.

Bagi memperoleh kebaikan daripada asid lemak tak tepu, nisbah omega-6 dan omega-3 yang rendah iaitu daripada 4:1 hingga 1:1, dicadangkan sebagai sesuai untuk kesihatan manusia.

Menariknya, nisbah omega-6 dan omega-3 daripada biji *Sacha Inchi* adalah sekitar 1:1.

KAJIAN TERPERINCI

Pengeluaran dan kualiti *Sacha Inchi* yang dihasilkan boleh dipengaruhi oleh faktor altitud dan musim.

Oleh itu, *Sacha Inchi* yang ditanam di lokasi yang berbeza

daripada lokasi asal tumbuhan ini haruslah dikaji dengan lebih terperinci bagi mengetahui kandungan fitokimia dan kualitinya.

Kajian saintifik mengenai khasiat herba ini secara keseluruhannya adalah masih terhad walaupun penyelidikan yang sedia ada membuktikan bahawa herba ini mempunyai potensi sangat tinggi untuk kesihatan.

Masih terdapat banyak ruang penyelidikan yang boleh dijalankan bagi memahami kesan perubatan herba ini.

Herba ini mendapat permintaan tinggi dalam kalangan masyarakat di seluruh dunia.

Perusahaan herba itu juga semakin giat dijalankan di Malaysia.

Bagaimanapun, kajian lebih mendalam seharusnya dijalankan bagi meneroka potensinya untuk kesihatan, seterusnya membangunkan herba berkenaan sebagai produk kesihatan berkualiti tinggi.

Penulis adalah Pensyarah di Fakulti Farmasi Universiti Kebangsaan Malaysia (UKM).