

ABSTRAK

Pendahuluan

Kejadian hiperlipidemia meningkat disebabkan oleh penurunan HDL. Kurma mengandung *flavonoid*, serat, dan asam lemak yang sangat berperan terhadap peningkatan kadar HDL. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pemberian kurma terhadap kadar HDL pada uji eksperimental hewan coba tikus dan manusia.

Metode

Metode penelitian ini menggunakan *Systematic Literature Review*. Pemilihan data penelitian disesuaikan dengan pedoman PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analysis*). Serta sumber data dari literature yang diperoleh dari pencarian dengan menggunakan *Search engine (Google Chrome)*. Variabel dependennya adalah buah kurma dan variabel independennya adalah kadar HDL. *Keyword* yang digunakan dalam pencarian literature adalah “Date Palm AND HDL (*High Density Lipoprotein*)” dan “*Phoenix dactylifera L AND HDL*”.

Hasil

Hasil Analisis secara deskriptif yang dilakukan pada berbagai artikel bahwa mayoritas pemberian kurma pada subjek hewan uji coba tikus menunjukkan hasil uji $p < 0,05$ yaitu adanya pengaruh signifikan terkait peningkatan kadar HDL. Selain itu, hasil pada subjek manusia menunjukkan hasil uji $p < 0,05$ yaitu adanya pengaruh signifikan terkait peningkatan kadar HDL.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dengan menggunakan studi literatur review dapat ditarik kesimpulan terdapat pengaruh konsumsi kurma (*Phoenix dactylifera L*) terhadap kadar HDL pada subjek manusia dan pada tikus. Disarankan untuk dapat mengkonsumsi kurma Ajwa dan Hallawi dan menerapkan asupan makan dengan tinggi serat, vitamin dan mineral serta memberikan informasi gizi terkait pangan fungsional (kurma) dalam mengurangi tingkat risiko keparahan penyakit.

Kata Kunci : Buah Kurma, HDL, *High Density Lipoprotein*