

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Stres merupakan ketegangan fisiologis atau psikologis akibat stimulus (internal ataupun eksternal) yang merugikan, baik stimulus fisik, mental, ataupun emosional, yang cenderung mengganggu fungsi organisme dan sesungguhnya ingin dihindari oleh organisme tersebut ^[1]. Respon terhadap stres sangatlah beragam baik fisik maupun psikologis. Stres secara fisik dapat membuat otot menjadi tegang, tekanan darah meningkat bahkan dapat mempengaruhi nafas menjadi cepat ^[2]. Salah satu efek stresor terhadap gangguan psikologis adalah timbulnya gangguan emosi atau perasaan seperti depresi, gangguan mood bahkan gangguan nafsu makan. Stres yang berkepanjangan dapat menimbulkan penumpukan stres yang mengakibatkan menjadi stres kronik seperti *Post Traumatic Stress Disorder* (PTSD). Stres fisik dapat merespon sebagai stres psikologis dan juga sebaliknya, hal tersebut terjadi karena sistem limbik dapat menyimpan memori buruk karena stresor fisik (terutama kronik) maupun psikologis ^[3]. Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*), 322 juta jiwa yang berada di dunia 4,4% diantaranya terkena depresi. WHO juga mencatat terjadinya peningkatan sebesar 18,4% dari 2005 hingga 2015. Pada kecemasan WHO mencatat 3,6% dari 264 juta jiwa dan terjadi peningkatan sebesar 14,9% dari tahun 2005 sampai 2015 ^[4]. Menurut riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 terdapat peningkatan prevalensi gangguan mental emosional pada kelompok penduduk berumur lebih dari 15 tahun dari 6% di tahun 2013 yang meningkat menjadi 9,8% di tahun 2018 ^[5]. Pada riset tingkat

stres pegawai kementerian kesehatan Indonesia dapat disimpulkan prevalensi stres pada PNS Kemenkes cukup tinggi yakni 79%, selain tingginya tingkat prevalensi stres pada PNS kemenkes juga didapatkan faktor-faktor resiko yang menimbulkan tingkat stres yang lebih tinggi antara lain obesitas, umur dibawah 40 tahun, suku Sunda, pegawai dengan jabatan struktural, pegawai dengan pendidikan sarjana, dan pegawai perempuan dengan kurangnya aktivitas fisik^[6].

Stres juga memiliki hubungan terhadap penambahan nafsu makan dan berat badan hingga beresiko obesitas ^[7]. Di Indonesia, proporsi berat badan lebih dan obesitas terlihat naik dari tahun 2007 sebesar 8.6% untuk berat badan lebih dan 10.5% untuk obesitas, tahun 2013 sebesar 11.5% untuk berat badan lebih dan 14.8% untuk obesitas, lalu tahun 2018 sebesar 13.6% untuk berat badan lebih dan 21.8% untuk obesitas ^[5]. Respon tubuh terhadap stres bisa berupa rangsangan peningkatan katekolamin untuk rangsangan simpatis atau biasa disebut *fight or flight* dan rangsangan hipotalamus untuk peningkatan glukokortikoid. Pada individu yang mengalami stres yang akut maupun berkepanjangan bisa menimbulkan anoresigenik atau obesogenik. Menurut Rabasa dan Dickson pada stres akut hipotalamus -pituitari- adrenal axis akan mengeluarkan corticotropin releasing hormon (CRH) yang memiliki efek anoresigenic, CRH juga merangsang sistem nervus simpatis dan pelepasan katekolamin yang menyebabkan hypofagia dan penurunan berat badan. Di sisi lain, stres kronik dapat menyebabkan pelepasan glucocorticoid dan neuropeptide Y sehingga timbulnya efek-efek obesogenic antara lain terjadi peningkatan nafsu makan, peningkatan lemak visceral dan peningkatan berat badan^[8].

Penatalaksanaan utama untuk menghilangkan dampak stres berlebihan dengan menggunakan obat-obat yang memiliki efek psikotropika / sedatif. Padahal penggunaan yang berlebihan pada obat ini dapat menimbulkan efek negatif dan obat ini juga dapat dengan mudah disalahgunakan. Terapi alternatif sudah pernah digunakan pada 6000 tahun yang lalu terutama pada penduduk Mesir, Cina dan India ^[9]. Menurut penelitian yang digunakan pada tahun 2007 pasien penderita kanker mengalami penurunan kecemasan setelah diberi pijatan aromaterapi tetapi pijatan aromaterapi tidak berefek pada rasa sakit, insomnia, mual dan muntah ^[10]. Aromaterapi dapat digunakan dengan berbagai cara seperti inhalasi, *pads*, *mouthwashes* dan mandi dengan larutan minyak atsiri ^[11]. Penelitian ini bertujuan untuk meringankan atau membantu penderita stres untuk menjadi rileks dan juga diharapkan dapat membantu mengurangi peningkatan berat badan lebih dan obesitas akibat stres berlebih. Terapi yang digunakan adalah minyak atsiri yang berbahan cedarwood atlantica untuk mengatasi stres, sebagai penanda kondisi stres menggunakan nafsu makan dan berat badan. Minyak atsiri cedarwood dalam beberapa penelitian dapat mengurangi cemas, stres berlebih dan memiliki efek sedatif ^[10,12]. Walaupun cedarwood memiliki efek yang baik dalam mengurangi stres tetapi penelitian terhadap kegunaan minyak atsiri cedarwood masih sedikit, maka penelitian ini dapat menjadi landasan untuk penelitian selanjutnya.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pemberian minyak atsiri cedarwood 10%, 20%, dan 30% terhadap nafsu makan dan berat badan?

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

- Menjelaskan pengaruh pemberian balsam minyak atsiri cedarwood dengan konsentrasi 10%, 20%, dan 30% terhadap nafsu makan dan berat badan tikus wistar jantan

1.3.2. Tujuan Khusus

- Menganalisis pengaruh pemberian minyak atsiri cedarwood 10%, 20% dan 30% pada nafsu makan tikus yang diberi stresor
- Menganalisis pengaruh pemberian minyak atsiri cedarwood 10%, 20% dan 30% pada berat badan tikus yang diberi stresor

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Memberikan suatu informasi tentang pengaruh balsam minyak atsiri cedarwood dengan konsentrasi 10% , 20% dan 30% terhadap nafsu makan dan berat badan.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Manfaat bagi Masyarakat

Balsam minyak atsiri dapat digunakan sebagai salah satu terapi alternatif untuk menurunkan stres dan menstabilkan asupan makan.

1.4.2.2. Manfaat bagi Perkembangan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi

Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan landasan untuk penelitian selanjutnya tentang pemberian balsam minyak cedarwood terhadap nafsu makan dan berat badan.

1.4.2.3. Manfaat bagi Bidang Kedokteran

Diharapkan balsam minyak atsiri cedarwood dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai terapi alternatif untuk menurunkan stres dan menstabilkan asupan makanan.