

ABSTRAK

PENGARUH SEROTONIN TERHADAP NAFSU MAKAN PADA

PENDERITA OBESITAS DIPANDANG DALAM

ILMU KEDOKTERAN DAN ISLAM

Serotonin merupakan salah satu neurotransmitter yang terdapat di otak. Serotonin juga dikenali sebagai *5-hydroxytryptamine* (5-HT). Serotonin atau 5 hidroksitriptamin (5-HT) berasal dari triptofan di dalam makanan. Triptofan mengalami hidroksilasi menjadi 5-hidroksitriptofan (5 HTP), kemudian mengalami dekarboksilasi menjadi 5-HT. Serotonin tersebar di seluruh tubuh, terutama di saluran cerna, trombosit dan otak. Serotonin melalui hipotalamus berperan dalam mengontrol peran pada sistem saraf pusat dalam mengatur selera makan, pola makan, keseimbangan berat badan dan energi. Berkurangnya kadar serotonin menyebabkan keadaan hiperfagia yang menyebabkan masukan karbohidrat akan meningkat dan menyebabkan obesitas.

Tujuan umum yang diharapkan adalah mendapatkan pengetahuan mengenai pengaruh serotonin terhadap nafsu makan pada penderita obesitas ditinjau dari kedokteran dan Islam. Tujuan khususnya adalah menjelaskan hubungan serotonin dalam mengatur nafsu makan pada penderita obesitas. Serotonin melalui hipotalamus berperan dalam mengontrol peran pada sistem saraf pusat dalam mengatur selera makan, pola makan, keseimbangan berat badan dan energi. Dalam hal mengatur pola makan, serotonin mempunyai peran khusus dalam mengatur masukan karbohidrat. Penelitian menunjukkan berkurangnya kadar serotonin menyebabkan keadaan hiperfagia yang menyebabkan masukan karbohidrat akan meningkat dan menyebabkan obesitas.

Di dalam pandangan Islam mengenai hukum makanan, Islam tidak hanya menyinggung tentang pola makan dan kandungannya saja, tetapi juga kesempurnaan dan kesehatan makanan, serta cara mengonsumsinya. Islam selalu mengajarkan untuk tidak berlebih-lebihan terutama dalam mengkonsumsi makanan sehingga terhindar dari obesitas dan terhindar dari berbagai penyakit yang ditimbulkan. Selain mengatur pola makan Islam mengajarkan pola hidup sehat yang meliputi keseimbangan aktivitas dan istirahat serta olahraga. Pada prinsipnya, semua jenis makanan/minuman adalah halal untuk dimakan/diminum, kecuali yang dilarang dengan tegas di dalam *nash*. Kedokteran dan Islam sependapat mengenai pengaruh serotonin terhadap nafsu makan pada penderita obesitas dalam mengurangi nafsu makan sehingga dapat digunakan sebagai terapi obesitas.

Keyword : Obesitas, Serotonin, Nafsu Makan