

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tidur merupakan komponen penting bagi manusia untuk menjaga kesehatan individu. Tanpa tidur, manusia akan mengalami gangguan kualitas hidup. Tidur merupakan suatu kebutuhan dan proses yang diperlukan oleh manusia untuk pembentukan sel-sel tubuh yang baru, perbaikan sel-sel tubuh yang rusak (*natural healing mechanism*), memberi waktu organ tubuh untuk beristirahat maupun untuk menjaga keseimbangan metabolisme dan biokimiawi tubuh (Puryanto, 2008).

Setiap manusia mempunyai kebutuhan waktu tidur yang berbeda-beda. Jika kebutuhan tidur seseorang meningkat, maka hal tersebut akan mengimbangi kualitas tidur yang menurun. Kualitas tidur merupakan suatu keadaan dimana tidur yang dijalani seorang individu dapat menghasilkan kesegaran dan kebugaran di saat terbangun. Adapun aspek-aspek tidur menurut pandangan islam terdiri atas tujuh aspek (Nashori, dkk., 2015).

Aspek pertama adalah bersuci, berdoa dan berdzikir sebelum tidur. Bersuci yang dimaksud dalam yaitu menyucikan jasad dan rohani, dengan berwudhu. Aktivitas lain yang dianjurkan adalah berdoa menjelang tidur. Inti dari doa adalah penyerahan diri manusia kepada Allah *Azza wa jalla*, Dzat yang menghidupkan dan mematikan manusia. Islam juga menganjurkan umatnya untuk berdzikir atau mengingat Allah sebelum tidur. Sebuah hadis Nabi Muhammad menunjukkan bahwa seseorang melakukan aktivitas berdzikir sebelum tidurnya, maka sepanjang tidurnya dinilai berdzikir. Kalau selama tidur seseorang berdzikir, maka tentu saja secara spiritual tidur seseorang berkualitas atau bermutu tinggi.

Aspek kedua tidur dalam keadaan miring ke kanan dan menghadap kiblat. Miring ke kanan dalam pandangan Islam, sering diistilahkan *ash-habul yamin*, adalah posisi yang baik. Aspek ketiga adalah nyaman secara psikologis. Boleh jadi seseorang dalam keadaan menghadapi beragam masalah, namun yang terpenting adalah bagaimana ia menanggapi masalah tersebut. Bila seseorang tetap optimis

dalam memandang berbagai macam masalah, yakin akan ada jalan keluar, maka ia dapat menjalani tidurnya dengan baik. Aspek keempat adalah badan dalam keadaan rileks menjelang tidur. Secara fisik, aktivitas yang dianjurkan adalah tidak melakukan aktivitas fisik yang berat sesaat menjelang tidur. Aspek kelima, nyenyak selama tidur. Keenam yaitu waktu tidur yang cukup. Dan yang terakhir adalah merasa segar ketika terbangun (Nashori F, dkk.,2005).

Kualitas tidur tidak ditentukan atas lamanya tidur, bagi sebagian besar individu, tidur adalah hal yang mudah dilakukan, namun bagi beberapa individu yang lain tidur merupakan suatu hal yang sulit untuk dilakukan. Kondisi sulit tidur ini disebut sebagai insomnia(Asriadi B, dkk.,2014).

Gangguan tidur dapat dialami oleh semua lapisan warga baik kaya, miskin, berpendidikan tinggi dan rendah maupun orang muda, serta yang paling sering ditemukan pada usia lanjut. Gangguan tidur yang berkepanjangan akan mengakibatkan perubahan-perubahan pada siklus tidur biologiknya, menurunkan daya tahan tubuh serta menurunkan prestasi kerja, mudah tersinggung, depresi, kurang konsentrasi serta kelelahan (Asriadi B, dkk.,2014).

Gangguan tidur dapat diatasi dengan obat hipnotik-sedatif, dimana obat-obat ini berguna untuk menenangkan, membuat kantuk dan menidurkan pemakainya. Hipnotik adalah obat yang bekerja sebagai depresan terhadap sistem saraf pusat sehingga menyebabkan tidur, menambah keinginan tidur atau mempermudah tidur. Sedangkan sedatif adalah obat-obat yang bekerja sebagai depresan terhadap sistem saraf pusat dengan jalan mengurangi kepekaan korteks atau sistem saraf pusat secara ringan, sehingga aktivitas fisiologis menjadi ringan dan memberikan efek menenangkan pada pemakai. Namun, perlu diperhatikan akan adanya efek samping yang ditimbulkan karena cukup berbahaya (Loka, *et al.*, 2004).

Untuk itu, diperlukan pengobatan alternatif lain yang memiliki efek samping yang lebih ringan, salah satunya dengan menggunakan obat-obatan tradisional atau obat herbal. Obat herbal merupakan bahan baku atau sediaan yang berasal dari tumbuhan yang memiliki efek terapi atau efek lain yang bermanfaat bagi kesehatan manusia. Hal ini menjadikan obat herbal dapat diterima secara luas

di negara berkembang maupun negara maju. Tanaman kelor (*Moringa oleifera* Lamk) di Indonesia dikenal dengan berbagai macam nama, yaitu marangghi, molting dan kelor. Tanaman yang biasa digunakan sebagai pagar hidup, batas tanah ataupun penjalar tanaman lain ini memiliki berbagai khasiat dan memiliki kandungan yang multiguna hampir di semua bagian dari tanaman daun kelor (Nurchayati, 2014).

Di beberapa negara, tanaman kelor juga dikenal sebagai “*Drumstick tree*”, bagian daun memiliki sumber yang kaya akan asam amino, protein, vitamin A dan C, kalsium, kalium serta antioksidan alami (Bhattacharya A. *et al.*, 2014). Kandungan fitokimia dari daun kelor terdapat antioksidan alami yang mengandung asam askorbat, flavonoid dan karotinoid (Dubey, *et al.*, 2013).

Pemanfaatan tanaman kelor ini sudah digunakan sebagai obat yang dapat mengatasi berbagai penyakit. Karena itu tanaman kelor sering digunakan sebagai obat herbal. Kelor secara empiris dapat sebagai penenang namun belum dibuktikan secara ilmiah. Untuk itu perlu adanya penelitian untuk membuktikan bahwa kelor dapat digunakan sebagai obat depresan.

1.2 Perumusan Masalah

Secara empiris daun kelor dapat digunakan sebagai obat depresan namun perlu dibuktikan secara ilmiah ekstrak daun kelor terhadap sistem saraf pusat pada mencit sebagai depresan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana potensi aktivitas ekstrak daun kelor terhadap sistem saraf pusat?
2. Apakah ekstrak daun kelor berpotensi sebagai obat depresan?
3. Bagaimana pandangan islam terhadap pengobatan herbal?

1.4 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

1. Mengetahui pengaruh ekstrak daun kelor terhadap aktivitas pada sistem saraf pusat.

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui aktivitas hipnotik pada sistem saraf pusat mencit dari ekstrak daun kelor dengan Uji Induksi dan Lama Tidur.
2. Mengetahui aktivitas sedatif pada sistem saraf pusat mencit dari ekstrak daun kelor dengan *Hole-Board Test*.
3. Mengetahui pandangan Islam terhadap pengobatan herbal.

1.5 Manfaat Penelitian

1. Manfaat metodologik

Memberikan bukti bahwa ekstrak etanol daun kelor dapat dijadikan alternatif mengatasi masalah gangguan tidur.

2. Manfaat aplikatif

Dapat dimanfaatkan sebagai pemecahan masalah dalam kasus penyalahgunaan obat depresan.