

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia membutuhkan waktu tidur rata-rata 8 jam sehari, kebutuhan tidur manusia berbeda satu dengan yang lainnya. Hal ini dipengaruhi antara lain oleh faktor usia, kebiasaan hidup, lamanya waktu jaga dan lain-lain. Kebutuhan tidur dianggap sebagai suatu perlindungan dari organisme untuk menghindarkan pengaruh-pengaruh yang merugikan tubuh akibat kurang tidur. Kebutuhan tidur yang tidak terpenuhi akan menimbulkan degenerasi lokal di otak sehingga fungsi fisiologis tidur ini sangat penting bagi kesehatan tubuh (Tan Hoan Tjay & Kirana Rahardja, 2002).

Analog dengan sebuah komputer yang dipakai terus- menerus, maka secara bertahap komputer ini akan kehilangan “garis dasar” (*base line*) kerjanya. Efek yang sama juga dapat muncul pada sistem saraf pusat manusia. Penggunaan secara berlebihan beberapa area otak selama keadaan siaga dengan mudah dapat mengganggu keseimbangan sistem saraf. Otak yang kurang tidur seperti mesin yang bekerja dengan empat silinder, sedang biasanya delapan silinder. Keadaan siaga yang berkepanjangan dapat menyebabkan aktivitas perilaku abnormal dari sistem saraf (Guyton & Hall, 1997) (Pinandojo,2004).

Manusia rata-rata menghabiskan seperempat sampai sepertiga dari kehidupannya untuk tidur (Sherwood, 2001). Menurut penelitian, hampir setiap manusia pernah mengalami masalah tidur. Sebagian pengunjung praktek dokter datang dengan keluhan “tidak bisa tidur”. Mereka yang terlampau banyak tidur pada umumnya tidak menyampaikan keluhan ini pada dokter. Insomnia yang lebih dikenal dengan keluhan “tidak bisa tidur” dapat disebabkan oleh berbagai hal, sehingga untuk mengobatinya perlu diketahui kausanya (Harsono, 1999. Metta Sinta Sari Wiria & Toni Handoko,1995).

Terapi insomnia bisa dilakukan secara nonfarmakologis dan farmakologis. Pada kasus insomnia tertentu terapi perilaku atau psikoterapi mungkin lebih bermanfaat. Terapi farmakologis umumnya menggunakan obat golongan hipnotik sedatif. Sebelum menggunakan obat golongan hipnotik sedatif perlu dijelaskan oleh dokter bahwa ketergantungan terhadap obat hipnotik sedatif ini akan membuat seseorang lebih menderita dibandingkan gangguan tidur yang dialaminya (Metta Sinta Sari Wiria & Toni Handoko,1995).

Efek samping yang merugikan dari obat golongan hipnotik sedatif seperti habituasi, toleransi bahkan adiksi atau ketergantungan, membuka pemikiran baru untuk mencari alternatif pengobatan insomnia dengan efek samping yang lebih ringan. Potensi alam dan keanekaragaman tumbuh-tumbuhan obat yang tersebar di Indonesia dapat dimanfaatkan untuk pengobatan ini. Penggunaan tanaman obat dengan khasiat hipnotik sedatif diharapkan dapat mengurangi efek samping pengobatan insomnia dibanding efek samping yang ditimbulkan pada penggunaan obat-obat sintesis.

Salah satu kandungan bioaktif yang terdapat pada tumbuh-tumbuhan adalah minyak atsiri. Minyak atsiri sesuai dengan sifatnya mempunyai bau dan aroma yang khas, umumnya digunakan sebagai pengharum pada produk kosmetik, produk rumah tangga dan pemberi cita rasa pada makanan.

Dalam bidang kesehatan minyak atsiri dikenal memiliki banyak kegunaan, selain digunakan sebagai “Aromaterapi” minyak atsiri juga digunakan sebagai antiseptik, antibakteri, karminatif, ekspektoran, dan sedatif. Efek sedatif yang dimiliki oleh komponen tertentu minyak atsiri ini memungkinkan penggunaan tumbuh-tumbuhan obat dengan kandungan tersebut sebagai alternatif alami pengobatan insomnia (Balkman,2001)

1.2 Identifikasi Masalah

1. Apa yang dimaksud insomnia dan apa saja bentuk terapi insomnia?
2. Apa yang dimaksud minyak atsiri dan bagaimana minyak atsiri dapat berefek hipnotik sedatif ?

3. Minyak atsiri apa saja yang berefek hipnotik sedatif?

1.3 Maksud dan Tujuan

Maksud penulisan ini untuk memperkenalkan tumbuh-tumbuhan obat Indonesia dengan kandungan minyak atsiri.

Tujuan penulisan ini untuk memperkenalkan tumbuh-tumbuhan obat Indonesia dengan kandungan minyak atsiri yang berefek hipnotik sedatif dan dapat digunakan dalam pengobatan insomnia.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

Karya tulis ini diharapkan dapat menambah wawasan di bidang farmakologi menyangkut pemanfaatan tumbuh-tumbuhan yang mengandung minyak atsiri khususnya untuk alternatif alami pengobatan insomnia.

1.5 Metoda Penelitian

Studi Pustaka

1.6 Lokasi dan Waktu Penulisan

Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha, mulai bulan Februari 2004 sampai Januari 2005.