

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan jiwa masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang cukup signifikan di berbagai negara termasuk di Indonesia. Menurut *World Health Organization* (2017) gangguan mental yang umum terjadi adalah gangguan kecemasan dan depresi. Kecemasan dibutuhkan sebagai pertanda akan bahaya yang mengancam sehingga menjadi suatu hal yang normal dalam kehidupan. Namun ketika kecemasan terjadi terus-menerus, tidak rasional dan intensitasnya meningkat, kecemasan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari sehingga disebut sebagai gangguan kecemasan (Akbar, 2015).

Kecemasan adalah suatu keadaan khawatir yang mengeluhkan sesuatu yang buruk akan terjadi. Kecemasan ditandai oleh gejala-gejala jasmaniah seperti ketegangan fisik dan adanya perasaan khawatir (Durand dan Barlow, 2006). Gejala kecemasan bervariasi antara individu yang satu dengan individu yang lain. Gejala dapat berupa perasaan yang tidak menyenangkan, ketakutan yang berlebihan, serta gejala otonom seperti palpitasi, berkeringat, sakit kepala, jantung berdebar, sakit perut, gelisah dan ketidakmampuan berdiri atau duduk dalam waktu yang lama (Kaplan dan Sadock, 2010).

Kecemasan berlebih berdampak pada gangguan tidur. Gangguan dimana seseorang merasa sulit untuk tertidur atau mempertahankan keadaan tidur disebut insomnia. Kesulitan tidur ini bisa menyangkut lamanya waktu tidur (kuantitas) atau kelelahan (kualitas). Penyebab umum dari insomnia adalah stres, cemas berlebih, kondisi medis, ataupun pengaruh obat-obatan tertentu. Insomnia memiliki dampak yang merugikan bagi penderitanya, antara lain penurunan kualitas hidup, pencetus penyakit gangguan jiwa, serta menurunkan stamina dan produktivitas (Lanywati, 2001).

Diperkirakan 4,4% dari populasi global menderita depresi dan 3,6% lainnya menderita gangguan kecemasan. Asia Tenggara menempati prevalensi gangguan

kecemasan tertinggi sekitar 23% dari populasi global. Di Indonesia, dengan berbagai faktor biologis, psikologis dan sosial dengan keanekaragaman penduduk, jumlah kasus gangguan jiwa terus bertambah yang berdampak pada penambahan beban negara dan penurunan produktivitas manusia untuk jangka panjang. Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala-gejala depresi dan kecemasan untuk usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6.1% dari jumlah penduduk Indonesia (Kemenkes RI, 2018).

Sementara itu, setiap tahun diperkirakan sekitar 20-50% orang dewasa melaporkan adanya gangguan tidur dan sekitar 17% mengalami gangguan tidur yang serius. Di Indonesia prevalensi insomnia pada lansia tergolong tinggi yaitu sekitar 67% dari populasi yang berusia diatas 65 tahun. Hasil penelitian didapatkan insomnia sebagian besar dialami oleh perempuan yaitu sebesar 78,1% dengan usia 60-74 tahun (Sulistyarini & Santosa, 2016). Sementara itu, sekitar 25-33% penduduk Amerika Serikat menderita insomnia yang diakibatkan oleh kondisi kesehatan tertentu, gangguan mental, merokok, alkohol, sakit kronis (Lombardero dkk., 2019).

Dalam mengatasi kecemasan berlebih biasanya digunakan obat-obatan yang mampu mempercepat induksi tidur dan memberi efek menenangkan (sedatif-hipnotik). Sedatif-hipnotik merupakan golongan obat pendepresi sistem saraf pusat (SSP). Efek samping akibat depresi susunan saraf pusat berupa kantuk dan ataksia. Penggunaan obat sedatif yang terlalu sering dapat menimbulkan efek akumulasi, yaitu kerusakan degeneratif hati serta reaksi alergi yang kerap kali muncul. Penggunaan secara terus-menerus dan tidak rasional dalam dosis tinggi dan dalam jangka waktu lama dapat menyebabkan ketergantungan fisik dan gejala putus obat. Gejala putus obat meliputi intensifikasi masalah-masalah yang awalnya menyebabkan penggunaan obat, seperti insomnia dan ansietas (Ganiswara dkk., 2009; Goodman dan Gilman, 2012).

Tanaman obat yang telah banyak digunakan masyarakat adalah temu-temuan. Temu-temuan atau yang dikenal sebagai famili Zingiberaceae ini belum diketahui secara pasti berapa jumlahnya. Sekitar 50% dari total genera famili Zingiberaceae ditemukan di hutan tropis. Hingga saat ini famili Zingiberaceae

memiliki 47 genera dan 1.200 spesies. Bagian yang digunakan sebagai bahan obat sebagian besar adalah rhizoma atau rimpang dari tanaman tersebut. Pada rimpangnya mengandung minyak atsiri yang mudah menguap dan berbau aromatik (Pandey, 2003; Poulsen, 2006).

Famili Zingiberaceae mengandung banyak metabolit sekunder yang banyak dimanfaatkan. Menurut Adeyemi dkk., (2006), flavonoid, saponin, tannin, resin, dan minyak atsiri pada tanaman menunjukkan adanya aktivitas pada sistem saraf pusat. Komponen minyak atsiri apabila terhirup akan memberikan efek relaksasi dan memberikan rangsangan terhadap sistem saraf pusat (Muchtaridi dan Moelyono, 2015). Sifat lipofil pada minyak atsiri memungkinkan senyawa-senyawanya terabsorpsi dengan baik pada membran biologis otak sehingga jumlah senyawa yang berinteraksi dengan reseptor akan lebih banyak (Gursoy-Ozdemir, 2017). Selain itu, senyawa fenolik dan flavonoid memiliki peran sebagai antioksidan yang melindungi sistem saraf pusat dari *neurodegenerative* (Kumar dan Singh, 2008). Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji aktivitas famili Zingiberaceae terhadap sistem saraf pusat terutama yang memberikan efek ansiolitik dan sedatif-hipnotik. Pengkajian juga meliputi kandungan senyawa, metode ekstraksi yang sesuai, dan toksisitasnya dari berbagai penelitian yang telah dipublikasikan pada jurnal ilmiah.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah tanaman famili Zingiberaceae memiliki aktivitas ansiolitik dan sedatif-hipnotik?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui aktivitas ansiolitik dan sedatif-hipnotik dari famili Zingiberaceae.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Melakukan kajian terhadap kandungan senyawa dari famili Zingiberaceae yang memiliki aktivitas sebagai ansiolitik dan sedatif-hipnotik.

- 2) Melakukan kajian terhadap teknik ekstraksi yang sesuai untuk famili Zingiberaceae yang memiliki aktivitas sebagai ansiolitik dan sedatif-hipnotik.
- 3) Melakukan kajian terhadap aktivitas kandungan senyawa dari famili Zingiberaceae terhadap sistem saraf pusat.
- 4) Melakukan kajian terhadap efek ansiolitik dan sedatif-hipnotik dari famili Zingiberaceae.
- 5) Melakukan kajian terhadap toksisitas dari famili Zingiberaceae yang memiliki aktivitas sebagai ansiolitik dan sedatif-hipnotik.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat untuk Peneliti

Kajian literatur ini dapat memberikan tambahan pengetahuan dan wawasan bagi peneliti mengenai aktivitas ansiolitik dan sedatif-hipnotik famili Zingiberaceae.

1.4.2 Manfaat untuk Institusi

Dapat memberikan informasi mengenai aktivitas ansiolitik dan sedatif-hipnotik famili Zingiberaceae dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat untuk Masyarakat

Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai penanganan ansietas dan insomnia serta kegunaan famili Zingiberaceae sebagai terapi tambahan atau terapi alternatif.