

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berat badan yang ideal dan sehat selalu diinginkan. Berat badan ideal atau normal dapat terpenuhi apabila tercapai keseimbangan antara ketebalan lapisan lemak, berat, dan tinggi badan. Berat badan ideal dapat dihitung dengan menggunakan rumus Berat Badan Ideal (BBI) atau Indeks Massa Tubuh (IMT).

Berat badan yang berlebih dahulu sering disebut sebagai lambang kemakmuran, kewibawaan, dan kesehatan. Seiring dengan perkembangan gaya hidup, beberapa orang mulai menyadari bahwa selain tidak menguntungkan dari sisi penampilan juga dapat menimbulkan beban psikologis. Berlebihnya berat badan dapat mempertinggi resiko terjadinya berbagai masalah kesehatan, terutama jika telah melebihi 20% berat badan ideal yang disebut sebagai kegemukan (Harrison, 1999; Sherwood, 2001).

Obesitas merupakan salah satu permasalahan besar yang muncul di dunia, bahkan *World Health Organization* (WHO, 2006) telah mendeklarasikannya sebagai epidemik global. Prevalensinya meningkat tidak saja di negara-negara maju, tetapi juga di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Obesitas tidak hanya terjadi pada dewasa tetapi juga anak-anak. Obesitas pada anak-anak perlu mendapat perhatian dan penanganan lebih karena besarnya kemungkinan bertambah berat ketika dewasa. Masalah kesehatan yang berkaitan erat dengan obesitas adalah teriadinya hipertensi (Moran, 1999), diabetes mellitus tipe 2

(Dean-Pierre, 1993), penyakit jantung koroner, dan aterosklerosis terutama akibat penumpukan LDL (*Low Density Lipoprotein*) pada dinding pembuluh darah (Kumar, *et al.*, 2005).

Dengan memperhatikan prinsip utama penyebab kegemukan sebagai akibat ketidakseimbangan antara energi yang masuk dan yang digunakan, maka kegemukan dapat diatasi sebelum komplikasi terjadi. Pengurangan energi atau kalori yang masuk dapat dilakukan dengan cara diet (mengatur jumlah dan jenis makanan yang akan dikonsumsi) atau berpuasa teratur, sedangkan peningkatan penggunaan energi dapat dilakukan dengan berolahraga secara teratur atau bekerja. Rasulullah bersabda, “Tidak ada bejana yang diisi manusia lebih buruk daripada perutnya. Cukuplah engkau makan untuk menegakkan tulang punggungmu. Jika tidak bisa maka isilah perutmu sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minum, dan sepertiga lagi untuk udara (Hadits Riwayat Tirmidzi).” Hadits tersebut menunjukkan betapa pentingnya mengatur porsi makan menurut Islam agar tidak berlebihan.

Salah satu alternatif diet yang dapat dipertimbangkan untuk mengatasi kegemukan terlebih obesitas adalah dengan mengonsumsi VCO (*Virgin Coconut Oil*). VCO merupakan salah satu minyak olahan murni dengan atau tanpa pemanasan yang mengandung lemak rantai sedang dan mudah diserap oleh tubuh. Penggunaan VCO sebagai alternatif pengobatan telah banyak dipublikasikan dan diakui keberhasilannya oleh beberapa konsumen. VCO diakui dapat mengurangi resiko aterosklerosis, penyakit jantung, kanker, dan penyakit degeneratif, membantu mencegah infeksi mikroorganisme, mendukung fungsi sistem

kekebalan tubuh, membantu mengontrol diabetes, memberi sumber energi, menopang fungsi metabolisme, memperbaiki pencernaan dan penyerapan zat gizi, memasok nutrisi yang penting untuk kesehatan, membantu mencegah osteoporosis, mempermudah menurunkan berat badan (Setiaji, 2005), dan mencegah pengerutan kulit (Wiseman, 1996).

VCO dipilih sebagai alternatif terapi selain karena alasan manfaat juga sebagai pendukung ide kembali ke alam (*back to nature*). Ide tersebut merupakan suatu proses untuk mendayagunakan alam Indonesia yang kaya akan keanekaragaman hayati (*mega center of biodiversity*). Salah satu kekayaan alam Indonesia adalah kelapa yang dapat diolah menjadi minyak kelapa murni (VCO).

Selama sekitar 3960 tahun yang lalu, dari 4000 tahun sejak adanya catatan sejarah, telah diketahui penggunaan buah kelapa (*Cocos nucifera*) sebagai bahan makanan dan kesehatan. Selama itu, dicatat bahwa buah kelapa memang sangat bermanfaat, tanpa efek samping. Pohon kelapa dipandang sebagai sumberdaya berkelanjutan yang memberikan hasil panen yang berpengaruh terhadap segala aspek kehidupan masyarakat di daerah tropis. Bagian pohon kelapa yang paling penting adalah buah, daging, air, santan, dan minyaknya (Darmoyuwono, 2006).

Hal yang mendukung diajukannya judul penelitian ini adalah penelitian terdahulu oleh Nevin dan Rajamohan (2004) terhadap tikus jenis *Sprague-Dawley* yang diberi VCO peroral selama 45 hari berturut-turut kemudian diukur parameter lemak dan level lipoprotein yang hasilnya menunjukkan bahwa VCO bermanfaat dalam menurunkan komponen lemak, yaitu level kolesterol total, trigliserid, fosfolinid LDL (*Low Density Lipoprotein*), dan VLDL (*Very Low Density*

Lipoprotein), serta meningkatkan HDL (*High Density Lipoprotein*) dalam serum darah dan jaringan tubuh. Penelitian ini dilakukan selama 35 hari atau 10 hari lebih cepat dibanding penelitian di atas. Hal ini bertujuan untuk mengetahui apakah dengan waktu yang lebih singkat sudah dapat memberikan efek pada penurunan komponen lemak tubuh sehingga berat badan juga menurun.

Penelitian yang sejenis dengan penelitian ini pernah dilakukan sebelumnya. Penelitian tersebut berjudul “Pengaruh Pemberian Virgin Coconut Oil yang Beredar di Pasaran terhadap Penurunan Berat Badan dan Sistem Pertahanan Tubuh Tikus Putih” (Makiyah, 2006). Perbedaannya adalah pada penelitian yang diajukan dilakukan pemberian *intake* pakan yang diperkaya lemak dan jenis VCO yang digunakan hanya satu jenis terbaik dari penelitian sebelumnya dengan dosis diragamkan. Peragaman dosis ini mempunyai maksud agar dosis terbaik dari jenis tersebut dapat terlihat.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa penelitian ini perlu dilakukan sebagai sarana penyempurnaan penelitian sebelumnya.

B. Perumusan Masalah

Apakah pemberian VCO pada tikus putih dapat menurunkan berat badan?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui efektifitas VCO sebagai obat alternatif dalam menurunkan

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini :

- a. Memperkaya khasanah ilmu pengetahuan pada umumnya di Indonesia.
- b. Memberikan dukungan ilmiah untuk penelitian lebih lanjut bagi pengembangan VCO sebagai alternatif pengobatan
- c. Apabila VCO terbukti dapat dipakai sebagai alternatif pengobatan yang rasional, aman dan selektif, maka hal ini dapat membantu pemerintah dalam mengatasi peningkatan insidensi obesitas dan komplikasinya