

PENDAHULUAN

BAB I

A. Latar Belakang

Semakin banyaknya masyarakat yang mengalami obesitas saat ini menjadi indikasi masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian yang serius. Masyarakat sendiri sering tidak menganggap obesitas sebagai suatu penyakit, tetapi justru merupakan sesuatu yang wajar dan melambangkan kesuburan. Berbagai laporan terkini mengindikasikan bahwa prevalensi obesitas diseluruh dunia baik di negara berkembang maupun negara yang sedang berkembang telah meningkat dalam jumlah yang mengkhawatirkan (Booth *et al.*, 2003). Badan kesehatan dunia menyatakan masalah obesitas di dunia meningkat 50% dalam sepuluh tahun terakhir ini (World Health Organization (WHO), 2007). Jumlah penderita obesitas di Indonesia terus bertambah dari tahun ke tahun. Tahun 1989, prevalensi obesitas di Indonesia adalah 1,1 persen pada wanita dan 0,7 persen pada laki-laki. Angka tersebut meningkat hampir lima kali menjadi 5,3 persen pada wanita dan 4,3 persen pada laki-laki pada tahun 1999 (Siagian, 2009). Tahun 2004 prevalensi obesitas telah mencapai kisaran 11% (Susenias, 2004).

Pentingnya pengetahuan tentang obesitas pada masyarakat secara lebih dalam, mengingat obesitas sering menimbulkan risiko kesehatan yang serius. Sebuah penelitian terbaru yang dipublikasikan dalam *American Journal of Epidemiology* mengungkapkan, obesitas yang dialami seseorang pada saat remaja berkaitan erat dengan peningkatan risiko kematian di usia paruh baya.

Penelitian tersebut melibatkan 227.000 pria dan wanita Norwegia yang diukur tinggi dan berat badannya antara tahun 1963-1975 saat mereka berusia antara 14-19 tahun. Dengan mengikuti perkembangan mereka sampai tahun 2004, saat mereka rata-rata berusia 52 tahun, 9650 orang diantaranya meninggal. Melalui hasil penelitian diketahui bahwa mereka yang mengalami obesitas saat remaja diketahui 3-4 kali lebih berisiko mengalami penyakit pernapasan seperti asma dan emfisema, risiko kanker kolon. Begitu juga dengan kelainan kardiovaskuler, ginjal, dan metabolic (Grundy *et al.*, 2004; Widjaya *et al.*, 2004). Sehingga angka kematian juga meningkat. Prevalensi obesitas yang tinggi mendorong perlunya pemikiran dan usaha kearah pencegahan.

Berbagai cara dilakukan untuk mencegah obesitas. Seperti yang diketahui pada orang yang mengalami obesitas asupan kalorinya melebihi jumlah kalori yang dibakar. Pada hakikatnya, tubuh memerlukan asupan kalori untuk kelangsungan hidup dan aktivitas fisik. Namun untuk menjaga berat badan, perlu adanya keseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar. "Tidak ada bejana yang diisi manusia lebih buruk dari pada perutnya. Cukuplah engkau makan untuk menegakkan tulang punggungmu. Jika tidak bisa maka isilah perutmu sepertiga untuk makanan, sepertiga untuk minuman dan sepertiga lagi untuk udara."(HR Turmidzi). Upaya untuk menjaga keseimbangan energi yang masuk dan energi yang keluar dalam rangka mencapai berat badan yang sehat dapat dilakukan melalui perubahan pola makan dengan mengurangi asupan kalori total dengan lebih banyak mengonsumsi buah dan sayur, serta membatasi gula dan lemak. Peningkatan

aktivitas fisik yang bertujuan untuk membakar lebih banyak kalori, sampai penggunaan obat antiobesitas seperti sibutramin dan orlistat.

Selain itu banyak cara baru yang coba diteliti untuk menurunkan berat badan melalui penurunan nafsu makan misalnya dengan akupunktur. Pada teknik akupunktur jarum ditusukkan di titik lapar, hypothalamus, dan tiroid menyebabkan saraf-saraf berfungsi normal sehingga makan tidak berlebihan. Ada juga yang menggunakan *virgin coconut oil*, teh, mengkudu dan air zam-zam untuk menurunkan nafsu makan. Air zam-zam dikenal menyimpan khasiat yang memiliki sisi ilmiah. Dari pandangan ilmu hidrologi, cabang ilmu geologi yang khusus mempelajari air. Kandungan mineral tidak seperti air mineral yang umum dijumpai, air zam-zam mengandung elemen-elemen alamiah sebesar 2000 mg /liter. Positif ion seperti sodium, kalsium, potasium dan magnesium. Negatif ion misalnya sulphur, bikarbonat, nitrat, posphat dan ammonia Biasanya air mineral alamiah tidak akan lebih dari 260 mg/liter (Anonim, 2007) Kandungan mineralnya ini memiliki kemampuan mengikat kolesterol sehingga dapat menurunkan berat badan (Pramono, 2004).

Kandungan-kandungan elemen-elemen kimiawi inilah yang juga menjadikan rasa dari air zam-zam sangat khas dan dipercaya dapat memberikan khasiat khusus.

Sebagaimana hadist Rasulullah SAW:

"Sebaik-baik air dipermukaan bumi ialah air zam-zam. Padanya terdapat makanan yang bermanfaat, minuman yang menyegarkan, serta penawar dan penvembuh berbagai penvakit"(HR At Tabrani dan Ibnu Hibban)

"Zam-zam adalah penawar segala penyakit"(HR Al Bazzar & Al Baihaqi)

"Zam-zam adalah makanan bagi orang yang meminumnya" (HR Muslim 2473)

“Air zamzam adalah (berguna) untuk apa yang peminumnya inginkan. Kalau seseorang minum supaya disembuhkan (dari penyakit), Allah akan menyembuhkannya. Jika seseorang meminumnya supaya kenyang, Allah akan membuatnya kenyang. Dan bila seseorang meminumnya untuk menghilangkan dahaganya, maka Allah akan menghilangkannya”(HR Ahmad dan Ibnu Majah)

Hadis di atas menunjukkan betapa besar khasiat dan keutamaan air zam-zam untuk berbagai kebutuhan; salah satu di antaranya adalah untuk pengobatan.

Ibnul Qoyyim berkata, "Banyak orang, bukan hanya saja telah mencoba menyembuhkan penyakit dengan air zam-zam. Ternyata air ini menghasilkan hal-hal yang menakjubkan. Telah ku obati berbagai penyakit dengannya dan ternyata sembuh dengan izin Allah. Kusaksikan sendiri orang yang mengkonsumsi air ini selama lebih kurang setengah bulan. Selama jangka waktu itu ia tidak merasa lapar bahkan mampu berthawaf mengelilingi Ka'bah sebagaimana orang pada umumnya”.

Berbagai penjelasan dan uraian diatas menjadi alasan peneliti untuk mengambil judul **”Pengaruh Pemberian Air Zam-Zam Terhadap Nafsu Makan Pada Tikus Putih (*Rattus novergicus*)”**

B. Permasalahan

Apakah pemberian air zam-zam dapat menurunkan nafsu makan pada tikus

C. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelusuran keaslian penelitian yang dilakukan mulai dari majalah kesehatan dan buku kumpulan jurnal yang ada di perpustakaan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, artikel-artikel di internet (*website* koran, tabloid dan lain-lain), serta jurnal-jurnal, belum ditemukan adanya penelitian tentang pengaruh pemberian air zam-zam terhadap nafsu makan pada tikus putih. Namun, ada penelitian mengenai kandungan yang terdapat di dalam air zam-zam dengan judul Kadar Mineral Kalsium, Magnesium, Fluorida dan Daya Anti Mikroba Air Zam-zam yang dibawa Jamaah Haji Yogyakarta, yang disusun oleh Ardi Pramono dan Ana Madjawati. Selain itu, terdapat jurnal mengenai pengaruh kalsium terhadap penurunan berat badan dan lemak dengan judul Calcium and Dairy Acceleration of Weight and Fat Loss during Energy Restriction in Obese Adults yang diteliti oleh Michael B. Zemel, Warren Thompson, Anita Milstead, Kristin Morris dan peter Campbell pada tahun 2004.

D. Tujuan penelitian

1. Umum :

Untuk mengetahui pengaruh pemberian air zam-zam terhadap nafsu makan pada tikus putih.

2. Khusus :

a. Untuk mengetahui efek pemberian air zam-zam dengan dosis 25%,

50%, 75%, 100% dalam menurunkan nafsu makan pada tikus putih

- b. Untuk mengetahui perbedaan efek antar dosis perlakuan dalam menurunkan nafsu makan pada tikus putih

E. Manfaat penelitian

1. Untuk menambah wawasan ilmu dan pengetahuan baru bagi penulis dan pembaca.
2. Sebagai bahan perbandingan dan landasan bagi penelitian selanjutnya.
3. Untuk memberikan informasi tentang manfaat air zam-zam terhadap nafsu