

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Kesehatan No.36 Tahun 2009 Kesehatan adalah keadaan sehat, baik secara fisik, mental, spiritual, maupun sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomis. Kesehatan atau kondisi prima merupakan modal yang penting dalam menjalani berbagai aktivitas untuk memenuhi segala kebutuhan manusia guna memperoleh kehidupan yang lebih baik. Aktivitas itu tentunya akan menguras tenaga, baik fisik ataupun pikiran.

Saat ini gaya hidup masyarakat mengalami perubahan yang sangat drastis. Gaya hidup serba cepat dan instan serta kerja ekstra keras menjadi tuntutan untuk memenuhi kebutuhan hidup. Oleh karena itu kebutuhan masyarakat terhadap suplemen stamina menjadi meningkat. Stamina adalah kemampuan daya tahan lama organisme manusia untuk melawan kelelahan dalam batas waktu tertentu, dimana aktivitas dilakukan dengan intensitas tinggi (tempo tinggi, frekuensi tinggi, dan selalu menggunakan tenaga) (Nur'amilah, 2010).

Penggunaan obat penambah stamina pada zaman sekarang ini makin meluas. Hal ini seiring dengan kebutuhan masyarakat yang semakin meningkatkan pola dari aktivitas kerjanya, masyarakat pada era ini membutuhkan kerja ekstra keras karena makin banyaknya tuntutan ataupun persaingan guna memenuhi kebutuhan sosial dan ekonomi. Pola aktivitas kerja dan aktivitas yang semakin meningkat membutuhkan stamina yang ekstra, sehingga dapat menyebabkan kelelahan, tak jarang banyak masyarakat yang kelelahan karena aktivitas fisik yang padat.

Kelelahan adalah kondisi kehilangan efisiensi dan penurunan kapasitas kerja serta ketahanan tubuh. Rasa lelah merupakan hubungan dengan aktivitas fisik berarti ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas tertentu. Rasa lelah dapat terjadi karena aktivitas fisik atau mental dan dapat merupakan gejala suatu penyakit (Nur'amilah, 2010).

Untuk mengatasi kelelahan, selain istirahat banyak masyarakat biasa mengonsumsi minuman penambah stamina atau tonikum. Tonikum adalah

suatu bahan atau campuran bahan yang dapat memperkuat tubuh atau memberi tambahan tenaga pada tubuh. Tonikum merupakan obat berupa minuman yang dipakai untuk memulihkan atau menambah tenaga (kekuatan) bagi orang yang kondisi badannya lemah, kurang darah, dan sebagainya (Kamus Besar Bahasa Indonesia). Efek tonikum disebut efek yang memacu dan memperkuat semua sistem dan organ serta menstimulan perbaikan sel-sel tonus otot. Efek tonik terjadi karena efek stimulan yang dilakukan terhadap sistem saraf pusat.

Sejumlah stimulan telah digunakan untuk mengatasi kelelahan misalnya dengan minuman yang mengandung kofein. Sejak dahulu, ekstrak dari tumbuhan yang termasuk dalam golongan alkaloid digunakan sebagai minuman. Penggunaan stimulant di dalam berbagai sediaan obat-obatan, minuman penyegar dan suplemen lain dipilih karena kepraktisannya. Kofein berkhasiat menstimulasi SSP, dengan efek menghilangkan rasa letih, lapar dan mengantuk dan juga meningkatkan daya konsentrasi dan kecepatan reaksi dipertinggi, prestasi otak dan suasana jiwa diperbaiki. Kerjanya terhadap kulit otak lebih ringan dan singkat daripada amfetamin.

Disamping penggunaan bahan kimia obat, untuk meningkatkan stamina dapat juga digunakan tanaman obat. Salah satu tanaman obat yang dapat digunakan sebagai obat penambah stamina yaitu umbi bit. Umbi bit merupakan umbi yang sudah lama dikenal masyarakat Indonesia. Selain digunakan sebagai obat tradisional, umbi bit juga dibuat sebagai jus. Dengan minum segelas jus umbi bit setiap hari akan meningkatkan stamina, menurunkan hipertensi, menambah sel darah merah, memperkuat sistem peredaran darah dan sistem kekebalan (Handayani, 2011).

Umbi bit memiliki berbagai kandungan senyawa aktif yang bermanfaat bagi tubuh, salah satunya adalah Nitrat yang berfungsi untuk meningkatkan stamina atau meminimalkan kelelahan, terutama bagi orang-orang yang memiliki aktivitas yang banyak, serta dapat mengurangi konsumsi suplemen peningkat stamina yang cenderung banyak mengandung zat-zat kimia yang dapat membahayakan tubuh.

Berdasarkan keterangan di atas, peneliti mencoba melakukan penelitian tentang "*Uji Efek Tonikum Ekstrak Etanol Umbi Bit (Beta vulgarisL.) pada Mencit Putih (Mus musculus)*".

1.2 Rumusan Masalah

- a. Apakah ekstrak etanol umbi bit mempunyai efek tonikum pada mencit putih?
- b. Pada dosis berapakah ekstrak etanol umbi bit yang dapat memberikan efek tonikum pada mencit putih ?
- c. Berapakah dosis ekstrak etanol umbi bit yang paling tinggi efek tonikunya pada mencit putih jika dibandingkan kofein?

1.3 Tujuan Penelitian

- a. Untuk mengetahui efek tonikum dari ekstrak etanol umbi bit (*Beta vulgaris* L.) pada mencitputih (*Mus musculus*).
- b. Untuk mengetahui dosis ekstrak etanol umbi bit (*Beta vulgaris* L.) yang dapat memberikan efek tonikum pada mencit putih (*Mus musculus*).
- c. Untuk mengetahui pada dosis berapa ekstrak etanol umbi bit memberikan efek tonikum paling tinggi pada mencit putih yang hampir samadengan kofein.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan keilmuan mengenai manfaat Ekstrak Etanol Umbi Bit terutama sebagai tonikum dan digunakan sebagai bahan acuan penelitian berikutnya untuk pengembangan potensi dari khasiat Umbi Bit (*Beta vulgaris* L.)