

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dalam kehidupan sehari-hari, kebanyakan dari kita pernah mengalami stres pada keadaan dan kondisi tertentu. Menurut (Fachir & Setiawan, 2005), Stres dapat diartikan sebagai kondisi yang mengganggu fungsi normal tubuh yang dapat menurunkan kebugaran serta imunitas tubuh. Stres juga termasuk kedalam penyakit degeneratif yang ditimbulkan oleh pola makan yang tidak sehat, sehingga menyebabkan keadaan fisik tidak stabil bahkan dapat menyebabkan kematian. Selain itu, stres juga dapat diakibatkan adanya stres oksidatif yang merupakan keadaan ketidakseimbangan antara radikal bebas dengan antioksidan di dalam tubuh yang dapat dipicu karena dua kondisi umum yang biasa terjadi yaitu kurangnya antioksidan dan kelebihan radikal bebas yang di produksi oleh tubuh (Fauzi, 2018).

Menurut (Tantona, 2019)., radikal bebas jika diproduksi dalam jumlah normal pada tubuh tidak mengakibatkan bahaya, justru penting untuk fungsi biologis seperti pengaturan pertumbuhan sel di dalam tubuh. Namun, jika diproduksi dalam jumlah yang berlebihan oleh sel, maka radikal bebas dapat menimbulkan bahaya karena ketika radikal bebas masuk ke dalam tubuh, senyawa ini akan mencari pasangan elektron lainnya dengan cara mengambil elektron dari sel tubuh lainnya, sehingga membentuk suatu reaksi berantai dan menghasilkan radikal bebas yang baru. Terdapat beberapa sumber radikal bebas di alam yang dapat berbahaya bagi tubuh antara lain: polusi lingkungan (asap rokok, asap kendaraan, asap pabrik), sinar ultraviolet, radiasi, obat-obatan serta aktivitas fisik yang berlebih (Arief & Widodo, 2018).

Menurut (Su dkk., 2011)., Pengobatan tradisional dengan memanfaatkan bahan-bahan dari alam akan mengurangi efek samping yang berlebih dan berkhasiat sebagai obat. Pengobatan secara tradisional sebagian besar menggunakan ramuan yang berasal dari tumbuh-tumbuhan yang didalamnya mengandung metabolit sekunder. Metabolit sekunder tersebut memiliki aktivitas biologis, salah satunya mampu mengatasi berbagai penyakit secara alami. Bahan hayati yang memiliki