

Reaksi Kimia dalam Tubuh Ketika Jatuh Cinta

Ketika kita jatuh cinta, ada banyak unsur kimia yang berseliweran di sekitar otak dan tubuh kita. Para peneliti mempelajari tentang pengaruh unsur-unsur kimia ini saat kita jatuh cinta dan ketika kita berada dalam hubungan jangka panjang. Tentu saja, hormon estrogen dan testosteron berperan dalam hal timbulnya hasrat seksual. Tanpa kedua hormon ini, kita mungkin tidak akan pernah masuk ke tahap “bercinta yang sebenarnya”.

Tanda-tanda yang muncul saat kita jatuh cinta antara lain jantung berdebar, kulit memerah dan telapak tangan berkeringat. Para peneliti mengatakan ini disebabkan oleh norepinefrin, dopamin dan phenylethylamine yang kita dilepaskan tubuh kita. Dopamin ini dianggap sebagai “bahan kimia kebahagiaan” yang menghasilkan perasaan yang penuh kenikmatan. Norepinephrine mirip dengan adrenalin dan menyebabkan rasa berdebar. Menurut Helen Fisher, seorang antropolog dan peneliti tentang cinta dari Rutgers University, kedua bahan kimia ini menghasilkan kegembiraan, energi yang kuat, sulit tidur, perasaan merindu, kehilangan nafsu makan dan perhatian terfokus. Dia juga mengatakan, “Tubuh manusia melepaskan bahan kimia cinta hanya jika kondisi tertentu terpenuhi dan... pria lebih siap untuk memproduksinya dibandingkan wanita, karena sifat mereka yang lebih visual.”

Para peneliti menggunakan pencitraan resonansi magnetik fungsional (functional Magnetic Resonance Imaging / fMRI) untuk melihat otak seseorang ketika ia melihat foto dari orang yang mereka cintai. Menurut Helen Fisher, hasil scan otak menunjukkan bahwa sang obyek penelitian sedang mengalami tahap ketertarikan yang dijelaskan sebagai tahap dimana seseorang merasa tergila-gila dan tidak bisa memikirkan hal lain selain orang yang dia cintai. Hasil scan menunjukkan peningkatan

aliran darah di daerah otak dengan konsentrasi tinggi untuk reseptor dopamin – yang juga terkait dengan perasaan euforia dan kecanduan. Tingginya kadar dopamin juga terkait dengan norepinefrin, yang meningkatkan perhatian, memori jangka pendek, hiperaktif, sulit tidur dan perilaku-perilaku yang berorientasi pada tujuan (dalam hal ini tujuannya tentu saja “jadian dengan orang yang dicintai”). Dengan kata lain, orang yang sedang jatuh cinta seringkali hanya fokus pada hubungan cintanya dan melupakan hal lainnya.

Penjelasan lain tentang fokus yang intens ini juga dikemukakan oleh para peneliti di University College London. Mereka menemukan bahwa orang yang sedang jatuh cinta memiliki tingkat serotonin yang lebih rendah dan juga bahwa jaringan saraf yang terkait dengan cara kita menilai orang lain dalam keadaan tertekan. Tingkat serotonin yang lebih rendah juga dimiliki oleh orang dengan gangguan obsesif-kompulsif. Hal ini bisa menjelaskan mengapa orang yang sedang jatuh cinta menjadi “terobsesi” tentang orang yang dicintainya.

