

**PENGETAHUAN KELUARGA TENTANG PENGOBATAN
TRADISIONAL PADA PENDERITA KOLESTEROL
DUSUN MAWAR KECAMATAN SELESAI
KABUPATEN LANGKAT**

*Family's Knowledge About Traditional Medication For Cholesterol
Sufferers*

Ade Irma Triana Siregar

AKPER KESDAM I/BB BINJAI
Jl. Bandung No.4, Binjai Selatan
E-mail : adesiregar792@gmail.com

DOI: 10.35451/jkf.v5i1.1236

Abstrak

Kolesterol merupakan salah satu precursor semua senyawa steroid lainnya yang didalam tubuh, misalnya kortikosteroit, hormone seks, asam empedu, dan vitamin D. Tubuh membuat kolesterol dengan mengubah asetil-KoA menjadi mevalonat melalui proses yang rumit. Setelah China, India, dan Amerika Serikat, Indonesia memiliki jumlah penderita kolesterol tertinggi keempat di dunia. Pada tahun 2030 diperkirakan akan mencapai 21,3 juta. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif kuantitatif untuk mengetahui seberapa baik keluarga di Desa Mawar, mengetahui tentang obat tradisional untuk penderita kolesterol tinggi. Keluarga di Kecamatan Mawar dijadikan sebagai sampel penelitian. Metode "Stratified Random Sampling" digunakan dalam penelitian ini. Menurut Notoatmodjo (2014), teknik purposive sampling digunakan untuk memilih sampel dari populasi sesuai dengan tujuan peneliti (tujuan atau masalah penelitian). Berdasarkan temuan penelitian yang dilakukan dengan 23 responden dan mengandalkan wawasan keluarga terkait pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di dusun mawar kecamatan selesai kabupaten Langkat yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan cukup 11 Orang (47,8%), berpengetahuan cukup 3 orang (13,1%), berpengetahuan baik sebanyak 9 orang (39,1%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi berdasarkan pengetahuan keluarga tentang pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di dusun mawar kecamatan selesai kabupaten Langkat yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 9 Orang (39,1%), berpengetahuan cukup 11 individu (47,8%), berwawasan minim sejumlah 3 individu (13,1%).

Kata kunci: Pengetahuan, Keluarga dan Kolesterol.

Abstract

Cholesterol is one of the precursors for another steroid compound inside the body, for example corticosteroid, sex hormone, bile acid, and vitamin D. cholesterol is synthesized inside the body from Acetyl-CoA established

meyalonate through a complex track. Indonesia as a country with the 4th highest number of cholesterol sufferers in the world after China, India, and United States of America and expected will increase become 21,3 million sufferers in 2030. The design used in this research is descriptive quantitative. This design was done to know the level of family's knowledge about traditional medication for cholesterol sufferers in Mawar village, Selesai sub-district, Langkat district. The sample of this research used Stratified Random sampling technique. The sampling technique is using by purposive sampling technique where the sample selection by using choose the sample among populations according to what the researcher wants (purpose or problems in the research) (Notoatmodjo, 2014). Based on the research which has done to 23 respondents basically family's knowledge about traditional medication for cholesterol sufferers in Mawar village, Selesai sub-district, Langkat district. From 23 respondents found that the majority of respondent which has sufficient knowledge about 11 people (47,8%), sufficient knowledge about 3 people (13,1%), well knowledge about 9 people (39,1%).

Keywords : Knowledge, Family, and Cholesterol

1. PENDAHULUAN

Lemak, khususnya kolesterol, merupakan zat yang paling dibutuhkan tubuh kita dan berperan penting dalam kehidupan manusia selain sebagai sumber energi. Hati terus menerus memproduksi atau mensintesis kolesterol. Bahkan sekitar 70% kolesterol dalam darah dibuat oleh hati, sedangkan kolesterol sisanya berasal dari makanan. Selain itu, kolesterol total, LDL (low density lipoprotein), HDL (high density lipoprotein), dan trigliserida biasanya merupakan hasil dari tes kolesterol yang dilakukan di laboratorium (Anies, 2015). Di mana LDL, HDL, dan trigliserida membentuk kolesterol total (Devinda Mulyanto, 2012).

Beberapa penyakit yang diakibatkan oleh tingginya kolesterol seperti jantung koroner, stroke, hipertensi. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan 194 juta orang di seluruh dunia memiliki kolesterol, dan jumlah ini akan meningkat menjadi

335 juta pada tahun 2025 karena meningkatnya harapan hidup.

WHO menyebutkan, 20% penderita stoke disebabkan oleh kelebihan kolesterol, dan 50% kasus jantung coroner dikarenakan kolesterol tinggi. Sedangkan di Indonesia sendiri pada tahun 2012, penduduk dengan kadar HDL (Hight Density Lipoprotein) dibawah nilai normal secara keseluruhan didapatkan 22,9% penduduk Indonesia memiliki kadar HDL dibawah nilai normal. Di mana pada laki-laki dua kali lipat lebih tinggi (34,8%) dibandingkan dengan perempuan (15,3%) (Kumar, et al. 2012).

Secara keseluruhan didapatkan sebagian besar penduduk Indonesia masuk dalam kategori near optimal dan borderline (60,3%), dan lebih dari 15,9 persen penduduk dengan kadar LDL tinggi dan sangat tinggi. Selanjutnya jika ditinjau dari kadar kolesterol total, proporsi penduduk >15 tahun dengan kadar kolesterol total di atas nilai normal adalah sebesar 35,9 persen, yang merupakan gabungan penduduk

kategori borderline (nilai kolesterol total 200-239 mg/dl) dan tinggi (nilai kolesterol total >240 mg/dl). Sedangkan jika dilihat dari kadar LDL (Low Density Lipoprotein) proporsi penduduk dengan kategori near optimal yang digabungkan dengan kategori borderline tinggi, sedangkan kategori tinggi digabung dengan kategori sangat tinggi (Risksdas 2013).

Kolesterol jahat juga dikenal sebagai LDL. LDL menyimpan kolesterol di sepanjang dinding arteri dan mengangkut kolesterol ke dalam sel-sel tubuh yang membutuhkannya, seperti sel otot jantung, otak, dan fungsi tubuh lainnya. Risiko penyakit jantung meningkat seiring dengan bertambahnya usia. kadar LDL yang sudah mengandung sekitar 70% LDL di dalam tubuh (Devinda Mulyanto, 2012). Namun, persentase ini tidak mutlak dan bervariasi dari orang ke orang.

Istilah "kolesterol baik" mengacu pada HDL. HDL, menurut para ahli, menghentikan penyakit arteri. HDL mengangkut kolesterol kembali ke hati dari sel-sel tubuh. Semakin baik, semakin tinggi kadar HDL dalam darah. Namun, semakin rendah HDL, semakin baik kita seharusnya waspada akan resiko penyakit jantung (Devinda Mulyanto, 2012).

Potensi penemuan obat baru yang bersumber dari bahan alam di Indonesia sangat besar. Ia mengatakan, beberapa senyawa alami telah digunakan untuk pengobatan kanker, contohnya vincristine dari tapak dara (*Catharanthus roseus*). Prof Subehan menuturkan, potensi kekayaan alam Indonesia sangat besar dan telah dimanfaatkan sejak lama untuk pengobatan secara tradisional yang terbukti secara empiris. Ini merupakan sumber dalam penemuan

obat baru untuk mengatasi berbagai permasalahan kesehatan. Pembuktian secara ilmiah akan khasiat, keamanan dan pengembangannya masih perlu digali. Prof Subehan menyebut, itu menjadi tantangan para peneliti agar mampu diterima oleh masyarakat modern dan sistem pelayanan kesehatan modern (Subehan, 2022).

Pengobatan dengan menggunakan bahan alami ataupun pengobatan secara tradisional sudah diakui. Hingga 75% penduduk Cina dan Amerika penderita kolesterol tinggi (LDL) berhasil diobati ataupun dinormalkan kembali (Murray, 2012).

Menurut AgroMedia 2008, ada beberapa tumbuhan yang berkhasiat sebagai penurun kolesterol yaitu: Buah Merah, buah Delima, Blueberry, Bawang Merah, Alpukat, Tempe, Ikan dan asam lemak Omega-3, teh Rosella, Apel, Kacang-kacangan. Pada umumnya masih banyak masyarakat yang belum mengerti tentang penggunaan obat tradisional untuk Kolesterol, terutama keluarga yang ada di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat.

2. METODOLOGI PENELITIAN

Desain Penelitian

Desain yang dipakai pada eksplorasi ini yakni *deskriptif kuantitatif*, desain ini dilakukan untuk mengetahui tingkat pengetahuan keluarga tentang pengobatan tradisional pada penderit kolesterol di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat.

Populasi pada eksplorasi ini ialah 13% dari 157 atau sebanyak 23 anggota keluarga yang ada di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat. Sampel pada eksplorasi ini yakni keluarga yang terdapat di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten

Langkat. Teknik dalam penelitian ini menggunakan teknik "Stratified Random sampling".

Penghimpunan data dilaksanakan memakai data primer, dengan menyebarkan kuesioner sebagai alat ukur, berikutnya kuesioner dihimpun kembali oleh peneliti sesudah kuisisioner selesai di isi oleh responden tentang tujuan, manfaat, dan prosedur pengisian kuesioner. Penelitian ini dilakukan setelah mendapat rekomendasi dari Akper Kesdam I/BB Binjai dan surat izin dari Kepala Desa Mancang Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat.

3. HASIL PENELITIAN

Pada bab ini nantinya diuraikan data capaian eksplorasi dan pembahasan terkait wawasan keluarga mengenai pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di dusun mawar kecamatan Selesai Kabupaten Langkat yang di laksanakan bulan Juni 2021.

Hasil penelitian yang dilakukan pada 23 orang responden terdapat keluarga yang mengikuti penelitian tentang pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di dusun mawar kecamatan Selesai Kabupaten Langkat yang di laksanakan bulan Mei 2013 yaitu usia 21-25 tahun sejumlah 5 individu (22%), 26-30 tahun sejumlah 7 individu (29%), 31-35 tahun sejumlah 2 individu (9%), 36-40 tahun sejumlah 5 individu (22%), 41-45 tahun sejumlah 2 individu (9%), dan 46-50 tahun sebanyak 2 orang (9%).

Hasil penelitian yang dilakukan pada 23 responden yaitu Tidak tamat SD sejumlah 5 individu (17%), SD-SMP sejumlah 8 individu (35%), SMA sejumlah 6 individu (26%) dan yang berpendidikan Tinggi sejumlah 5 individu (22%).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan terdapat keluarga yang berprofesi menjadi petani sejumlah 5 individu (21,7%), wiraswasta 8 orang (34,7%), PNS 2 orang (8,6%), IRT 7 orang (30,4%), tidak bekerja 1 orang (4,3%).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 responden terdapat keluarga yang berpenghasilan 1 juta - 3juta sebanyak 11 orang (47,8), berpenghasilan >3 juta 1 orang (4,3%), < 1 juta sebanyak 8 orang (34,7%), dan yang tidak berkerja 3 orang (13,1%).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan terhadap 23 informan terdapat sumber informasi dari Media Massa sebanyak 19 orang (82,6%), dari Instansi Kesehatan sebanyak 4 orang (17,4%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi dan Persentasi Pengetahuan tentang defenisi pengobatan tradisional terhadap kolesterol berdasarkan usia (n=23)

Usia	Pengetahuan Responden	
	F	P(%)
21-25 tahun	5	22
26-30 tahun	7	29
31-35 tahun	2	9
36-40 tahun	5	22
41-45 tahun	2	9
46-50 tahun	2	9
Total	23	100

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan mayoritas responden yang berusia 28 tahun berpengetahuan baik sebanyak 4 orang (17.4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi dan Persentasi Pengetahuan tentang defenisi pengobatan tradisional terhadap kolesterol berdasarkan pendidikan (n=23)

Pendidikan	Pengetahuan Responden	
	Baik	
	F	P(%)
Tidak sekolah	4	17
SD-SMP	8	35
SMA	6	26
Perguruan Tinggi	5	22
Total	23	100

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan terdapat bahwa mayoritas informan yang berpendidikan SMA berwawasan bagus sejumlah 8 individu (34,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi dan Persentasi pengetahuan tentang defenisi pengobatan tradisional terhadap kolesterol berdasarkan pekerjaan (n=23)

Pekerjaan	Pengetahuan Responden	
	Baik	
	F	P(%)
Petani	5	21,7
IRT	8	34,7
PNS	2	8,6
Wiraswasta	7	30,4
Tidak bekerja	1	4,3
Total	23	100

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 responden terdapat bahwa mayoritas PNS bekerja sebagai yang pekerjaan sebagai IRT berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (34,7%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi dan persentasi pengetahuan tentang defenisi pengobatan tradisional terhadap kolesterol berdasarkan penghasilan (n=23)

Penghasilan	Pengetahuan Responden	
	Baik	
	F	P(%)
Tidak berpenghasilan	3	13,1
< 1 juta	8	34,7
1 juta - 3 juta	11	47,8
>3 juta	1	4,3
Total	23	100

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 responden mayoritas responden yang berpenghasilan baik 1 juta - 3 juta sebanyak 11 orang (47,8%).

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan persentasi pengetahuan tentang defenisi pengobatan tradisional terhadap kolesterol berdasarkan sumber informasi (n=23)

Sumber informasi	Pengetahuan Responden	
	Baik	
	F	P(%)
Media Massa	19	82,6
Instansi Kesehatan	4	17,4
Total	23	100

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan mayoritas informan yang mendapat informasi baik sebanyak 19 orang (82,6%).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 responden terdapat bahwa mayoritas responden yang berpengetahuan baik Jenis obat

tradisional pada kolesterol sebanyak 5 responden (22,7%).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan terdapat bahwa mayoritas yang berpengetahuan baik 6 Orang (26%), berpengetahuan cukup 13 orang (52%) berpengetahuan kurang sejumlah 4 individu (17,4%). Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan terdapat bahwa mayoritas yang berpengetahuan baik dalam pekerjaan 5 Orang (21%), berpengetahuan cukup 14 orang (24,7%) berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (17,2%). Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan mayoritas responden yang berpenghasilan, baik dalam pekerjaan 5 Orang (21,7%), berpengetahuan cukup 13 individu (56,5%) berwawasan minim sebanyak 5 orang (21,7%)

Hasil penelitian yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpenghasilan, baik dalam sumber informasi 5 Orang (21,7%), berpengetahuan cukup 13 individu (56,5%) berwawasan minim sebanyak 5 orang (21,7%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan usia yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpenghasilan, baik 13 Orang (56,5%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan pendidikan yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 12 Orang (52,1%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan pekerjaan yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 12 Orang

(52,1%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan penghasilan yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 11 Orang (47,8%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan Sumber informasi yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 10 Orang (43,4%). Dari hasil penelitian Distribusi Frekuensi dan persentasi berdasarkan pengetahuan keluarga tentang pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 9 Orang (39,1%), berpengetahuan cukup 11 individu (47,8%), berwawasan minim sejumlah 3 individu (13,1%).

4. PEMBAHASAN

Eksplorasi terhadap informan terkait wawasan keluarga terkait pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat (n=23) melalui penyebaran kuesioner yang berisikan pengetahuan keluarga tentang defenisi jenis obat, cara mengelola, yang mencakup umur, pendidikan, profesi, penghasilan dan sumber keterangan.

Berdasarkan hasil penelitian data yang didapat bahwa lebih banyak reponden yang berpengetahuan cukup yaitu 11 responden (47,8%), berwawasan baik yakni 9 informan (39,1%), berpengetahuan kurang yaitu 3 responden (13,1%).

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 23 orang responden terdapat keluarga yang mengikuti

penelitian tentang pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di Dusun Mawar Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat yang di laksanakan bulan Mei 2013 yaitu usia 21-25 tahun sejumlah 5 individu (22%), 26-30 tahun sejumlah 7 individu (29%), 31-35 tahun sejumlah 2 individu (9%), 36-40 tahun sejumlah 5 individu (22%), 41-45 tahun sejumlah 2 individu (9%), dan 46-50 tahun sebanyak 2 orang (9%).

Usia, atau umur, yakni ukuran waktu keberadaan suatu benda atau makhluk, baik yang masih hidup maupun yang sudah mati. Misalnya, seseorang dianggap berumur lima belas tahun sejak ia dilahirkan sampai saat umurnya ditentukan. Hasilnya, umur diukur dari tanggal lahirnya sampai sekarang. Umur juga diukur dari saat kejadian sampai dengan tanggal Kementerian Kesehatan saat ini (saat ini) tahun 2013.

Berdasarkan pendidikan data di atas dapat diketahui responden. Berlandaskan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan yang tidak berpendidikan sejumlah 4 individu (17,4%), berpendidikan SD sebanyak 7 orang (2,3%), SMP sebanyak 1 orang (4,3%), SMA sejumlah 8 individu (34,7%), dan Perguruan Tinggi sejumlah 3 individu (13,1%).

Segala upaya terencana untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok, atau masyarakat, agar mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan dari mereka disebut sebagai pendidikan pada umumnya. Masukan individu, kelompok, dan masyarakat adalah tujuan pendidikan; pendidik adalah orang yang mengajar; prosesnya adalah upaya terencana untuk mempengaruhi orang lain; dan output adalah apa yang diharapkan atau apa yang terjadi (Notoatmodjo, 2012).

Berdasarkan pekerjaan data di atas dapat diketahui responden. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 23 responden terdapat keluarga yang bekerja sebagai petani sebanyak 5 orang (21,7%), wiraswasta 8 orang (34,7%), PNS 2 orang (8,6%), IRT 7 orang (30,4%), tidak bekerja 1 orang (4,3%). Pekerjaan adalah salah satu usaha untuk memenuhi kebutuhan hidup sehari-hari. Dalam pekerjaan, juga berpengaruh dalam pengambilan penelitian ini.

Berdasarkan penghasilan. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada 23 responden terdapat keluarga yang berpenghasilan 1 juta – 3 juta sebanyak 11 orang (47,8%), berpenghasilan >3 juta 1 orang (4,3%), < 1 juta sebanyak 8 orang (34,7%), dan yang tidak berkerja 3 orang (13,1%). Penghasilan adalah suatu hak yang diperoleh seseorang setelah melaksanakan kewajibannya.

Berdasarkan sumber informasi, Dari hasil penelitian yang di lakukan terhadap 23 responden terdapat sumber informasi dari Media Massa sebanyak 19 orang (82,6%), dari Instansi Kesehatan sebanyak 4 orang (17,4%).

Dapat ditarik kesimpulan bahwa informasi adalah data yang telah diolah menjadi bentuk yang lebih baik dan informasi adalah data yang telah diolah menjadi suatu bentuk yang berguna bagi pemakai yang berguna dalam pengambilan keputusan saat ini atau sumber informasi pendukung. bermanfaat dalam pengambilan keputusan bagi penerimanya (Asmara R, 2016).

Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan berdasarkan wawasan keluarga terkait pengobatan tradisional pada penderita kolesterol di dusun mawar Kecamatan

selesai Kabupaten Langkat. yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan cukup 11 Orang (47,8%), berpengetahuan cukup 3 orang (13,1%), berpengetahuan baik sebanyak 9 orang (39,1%).

Pengetahuan yakni sebuah capaian tau atas individu atas pengkolaborasi antara sebuah subjek yang memahami dan obyek yang dipahami. Seluruh apa yang dipahami terkait perihal obyek tertentu (Nurroh, 2017).

5. KESIMPULAN

- Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan Distribusi Frekuensi dan persentasi cara mengelola Berdasarkan 23 informan mayoritas informan yang berpenghasilan baik sebanyak 13 Orang (56,5%), mayoritas informan yang berpendidikan SMA berpengetahuan baik ada 8 orang (34,7%), mayoritas PNS bekerja sebagai yang pekerjaan sebagai IRT berpengetahuan baik ada 8 orang (34,7%), mayoritas informan yang mendapat informasi baik sebanyak 19 orang (82,6%).
- Berdasarkan capaian eksplorasi Distribusi Frekuensi dan persentasi berdasarkan pengetahuan keluarga tentang pengobatan tradisional pada penderita kolesterol Yang dilakukan pada 23 responden mayoritas responden yang berpengetahuan baik 9 Orang (39,1%), berpengetahuan cukup sebanyak 11 orang (47,8%), berpengetahuan kurang ada 3 orang (13,1%).
- Berdasarkan capaian eksplorasi yang dikerjakan pada 23 informan terdapat bahwa mayoritas yang berwawasan baik 6 Orang (26%),

berwawasan cukup 13 orang (52%) berpengetahuan kurang sebanyak 4 orang (17,4%).

DAFTAR PUSTAKA

- Anies. 2015. Kolestrol dan Penyakit Jantung Koroner. Yogyakarta: ArRuzz Media.
- Asmara, R. (2016). Sistem Informasi Pengolahan Data Penanggulangan Bencana Pada Kantor Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) Kabupaten Padang Pariaman . Jurnal J-Click Vol: 3, No: 2. ISSN : 2355-7958.
- Kumar.et.al.2012.<https://eprints.umm.ac.id/54404/2/BAB%20I.pdf>
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Riset Kesehatan Dasar Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan Republik Indonesia; 2013.
- Devinda Mulyanto 2016. *Panjang Umur Degan Kontrol Kolesterol dan Asam Urat*, yogyakarta: Cahaya Atma Pustaka
- Murray RK, 2012. *Protein Plasma dan Immunoglobulin*. Dalam : Murray RK, Granner DK, Rodwell VW. Biokimia Harper ed 27. Jakarta: EGC
- Natoatmojo, soekidjo. 2012. *Metode Penelitian Layanan Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nurroh, S. (2017). *Filsafat ilmu. Assignment paper of philosophy of geography science*. Universitas Gajah Mada.
- Subehan, 2022. *Indonesia Kaya akan Obat Herbal*.
<https://www.republika.co.id/berita/r5wq0r414/indonesia-kaya-akan-obat-herbal-pembuktian-khasiatnya-secara-ilmiah-masih-jadi-tantangan-part1>