

Pemanfaatan Rokok Herbal Sebagai Terapi

Use Of Herbal Cigarettes As Therapy

Florentina Kusyanti^{1*}, Lestariningsih Lestariningsih², Jeniati Inka Jaka Mere³

^{1,2}Dosen Prodi Kebidanan Program Dipoloma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan, UNRIYO

³Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Diploma Tiga Fakultas Ilmu Kesehatan UNRIYO

^{1*}florentina@respati.ac.id, ²lestari_respati@yahoo.com, ³jeniatinkajakamere@gmail.com

***penulis korespondensi**

Abstrak

Jaman Semakin modern dan penyakit semakin macam ragamnya, mulai tahun 2016 rokok herbal mulai dikenal masyarakat masih secara sempit dan masyarakat coba-cab rokok herbal sebagai obat keluarga, kemudian mulai tahun 2018 rokok herbal mulai dipakai untuk masyarakat yang membutuhkan. Bulan Maret tahun 2020 di Indonesia terjadi pandemi Covid 19. banyak masyarakat yang kena dampaknya yaitu PHK pegawai, jualan tidak laku, sehingga daya beli dan usaha untuk kesehatan juga turun karena tidak ada uang. Maka mulai tahun 2020 itu banyak masyarakat yang memiliki penyakit mulai berobat atau terapi dengan rokok herbal, untuk segala penyakit. Rokok herbal sangat banyak manfaatnya karena isinya bahan-bahan alami atau rempah-rempah. Awalnya semua yang melakukan terapi dengan rokok herbal hanya coba-coba karena sudah capek berobat kemana-mana tetapi tidak ada hasilnya sehingga pasien sudah putus asa dan sudah habis-habisan. Tujuan penelitian ini untuk melihat manfaat dan cara-cara terapi dengan rokok herbal, jenis penelitian adalah kualitatif dengan wawancara, jumlah responden adalah 15 orang, hasil penelitian karakteristik informan adalah untuk umur mayoritas berumur 45-55 sebanyak 73,33%, tingkat pendidikan paling banyak sekolah tinggi sebesar 60%, lama melakukan terapi dan memakai rokok herbal paling banyak adalah 3-5 tahun sebesar 60%. Tingkat pengetahuan tentang rokok herbal baik sebagai terapi maupun sebagai konsumsi, maka tingkat pengetahuan penerapi rokok herbal sudah sangat baik. Motivasi sangat baik karena dengan tujuan yang mulai karena dengan tujuan untuk membantu sesama sebagai penerapi dan sebagai pasien untuk berobat secara tradisional sehingga meringankan beban biaya keluarga. Manfaat rokok herbal, sangat bermanfaat bagi orang lain dan diri sendiri, terutama bagi kesehatan dan menyembuhkan penyakit.

Kata kunci : Rokok Herbal; Herbal; Terapi Kesehatan

Abstract

Times are getting more modern and diseases are getting more and more varied, starting in 2016 herbal cigarettes began to be known by the community, still narrowly and the community tried herbal cigarettes as a family medicine, then starting in 2018 herbal cigarettes began to be used for people in need. March 2020 in Indonesia the Covid 19 pandemic occurred. many people were affected, namely layoffs of employees, sales were not selling, so purchasing power and business for health also decreased because there was no money. So starting in 2020 many people who have illnesses have started treatment or therapy with herbal cigarettes, for all diseases. Herbal cigarettes have many benefits because they contain natural ingredients or spices. all out. The purpose of this study was to see the benefits and ways of therapy with herbal cigarettes. types research is qualitative with interviews, the number of respondents is 15 people, the results of the research on the characteristics of the informants are for the age of the majority aged 45-55 as much as 73.33%, the education level is at most high school by 60%, the length of time doing therapy and using herbal cigarettes is the most 3-5 years of 60%. The level of knowledge about herbal cigarettes both as therapy and as consumption, the level of knowledge of herbal cigarette therapists is very good. The motivation is very good because with the aim that started because with the aim to help others as therapists and as patients for traditional

treatment so as to lighten the burden on family costs. The benefits of herbal cigarettes are very beneficial for others and yourself, especially for health and healing disease.

Keywords: Herbal Cigarettes; Herbs; Health Therapy

1. PENDAHULUAN

Rokok dikonsumsi oleh masyarakat, berbagai umur, dan berbagai status ekonomi. Meskipun mereka sadar akan bahaya merokok, namun kenikmatan yang dirasakan menyebabkan banyak orang melupakan bahayanya. (1) Di Kabupaten Magelang sudah banyak masyarakat yang memakai rokok herbal baik sebagai konsumsi maupun sebagai terapi, ini bisa dilihat di rumah terapi rokok herbal yang ada di kecamatan Mertoyudan sangat banyak masyarakat yang datang untuk terapi baik dari dalam kabupaten Magelang maupun dari luar kabupaten Magelang, dan rumah terapi ini sekarang sudah ada beberapa tempat lain yaitu di Jogja, Jakarta, dan rumah terapi yang ada di kecamatan Mertoyudan ini selalu berpedoman dengan hasil lab dan berdampingan dengan terapi medis yang sedang dijalani. Misalnya orang gagal ginjal awal ureum dan kreatinin tinggi minta terapi maka setelah dilakukan terapi selama 3 hari maka pasien tersebut harus kontrol laboratorium dan kontrol ke dr yang merawatnya. Jika membaik maka terapi akan dilanjutkan. Karena terapi juga dipengaruhi setiap individu pasti berbeda.

Bahan penyusun rokok herbal antara lain kayu siwak, daun sirih, the hijau, dan srigunggu, daun teratai, akar licorice, melati, kelopak mawar, bunga semanggi merah, ginseng, cengkeh, daun mint, jinten hitam, kapulaga, jahe, sirih, konyit, lada hitam, pala, temu lawak. Bahan tersebut tidak akan didapat pada rokok biasa atau konvensional. Misalnya kayu siwak yang mampu membunuh bakteri di dalam mulut dan memberi aroma yang segar. Kemudian bahan srigunggu yang biasa digunakan dalam pengobatan tradisional, yaitu guruh. Bahan srigunggu dipercaya dapat mengobati penyakit saluran pernapasan, yaitu antara lain: batuk, bronchitis, sinusitis dan asma, serta juga menjadikan saluran pernapasan menjadi longgar. (2)

Macam-macam rokok herbal ada beberapa jenis rokok herbal yaitu: Sin, Assikha, Sigaret Rempah, herbal CK yang isinya dari rempah-rempah yang ramah dengan tubuh manusia. (3)

Hasil wawancara dengan seorang terapi sugeng dan observasi terapi yang dilakukan bahwa rokok herbal dapat digunakan untuk terapi, yaitu dengan cara dihisap asap rokoknya, disedu seperti minuman teh, dibuat kapsul untuk diminum, puntung rokok dibuka dan direbus untuk mandi dan sauna, disuntik asap, inhalasi atau pengasapan, ini semua adalah cara-cara terapi yang dilakukan. Selain itu rokok herbal yang dijual di rumah terapi beda dengan rokok herbal yang dijual di luar karena di rumah terapi rokok herbal sudah dilakukan fermentasi dan treatment agar bisa dimanfaatkan untuk terapi.

Perumusan masalah berdasarkan latar belakang yang dirumuskan masalah penelitian apakah pemanfaatan rokok herbal sebagai terapi bisa membantu?

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui dan memahami cara dan manfaat rokok herbal bagi kesehatan dan terapi untuk penyakit. Identifikasi untuk melihat terapi yang dilakukan dan metodenya dengan wawancara. Untuk mengetahui pengetahuan, manfaat, motivasi memakai rokok herbal sebagai terapi

2. METODE/PERANCANGAN/MATERIAL

2.1 Jenis penelitian

Penelitian jenis penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian seperti manfaat, motivasi, dan pengetahuan tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus.(4)

Metode wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (interviewer) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (interviewee) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu.(5)

2.2. Subjek penelitian

Subjek penelitian adalah komponen utama dalam penelitian sehingga memiliki kedudukan yang sangat penting dalam penelitian yang berjumlah 15 orang yaitu perokok herbal yang melakukan terapi pada orang lain.

2.3. Tempat dan waktu penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan bulan September sampai bulan November, tempat pengambilan data adalah kecamatan mertoyudan kabupaten magelang.

2.3. Wawancara

Wawancara mendalam dilakukan pada 1 orang pengagas penggunaan rokok herbal sebagai terapi penyakit. informan utama 1 orang, informan pendamping 3 orang, informan triangulasi 6 dan pasien 4 orang, alasan 3 pasien tidak mau di wawancara, 2 penerapi pindah kota.

2.4. Tehnik pengumpulan data

Wawancara adalah suatu cara yang digunakan untuk mengumpulkan data, dengan cara komunikasi atau wawancara langsung dan bertatap muka antara peneliti dengan penerapi, atau peneliti dengan pasien, untuk mengetahui pengetahuan tentang rokok herbal, manfaat rokok herbal, serta motivasi penerapi dan pasien tentang terapi rokok herbal.

2.5. Analisa data

Data yang diperoleh dalam penelitian yang berbentuk kalimat, hasil wawancara kemudian dilakukan penyederhanaan, dari kata yang sangat beragam kemudian dilakukan analisa agar menjadi hasil yang benar yaitu 1) koleksi data (data collection), 2) penyederhanaan data (data reduction), 3) penyajian data (data display) dan 4) pengambilan kesimpulan serta verifikasi (conclusion: drawing verying

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Hasil penelitian tentang karakteristik dari informan baik informan utama, pendamping, tri angulasi dan pasien dapat dilihat pada table 1.

No	Kd inf	Ur	Prof	Pddk	Lama pakai
1	Inf A	54	Penerapi	S1	6 tahun
2	Inf B	47	Penerapi	SMA	5 tahun
3	Inf C	42	Penerapi	S1	3 tahun
4	Inf D	45	Penerapi	SMA	7 tahun
5	Inf E	58	Penerapi	S1	4 tahun
6	Inf F	51	Penerapi	SMA	1 tahun
7	Inf G	42	Penerapi	S1	1 tahun
8	Inf H	52	Penerapi	S1	5 tahun
9	Inf I	45	Penerapi	SMA	5 tahun
10	Inf J	51	Pemakai	SMA	5 tahun
11	Inf K	26	Pemakai	S1	3 tahun
12	Inf L	50	Pasien	S1	4 tahun
13	Inf M	52	Pasien	S1	6 tahun
14	Inf N	55	Pasien	SMA	2 tahun
15	Inf O	47	Pasien	S1	1 tahun

Data primer diolah tahun 2022

Berdasarkan pada table 1 tentang karakteristik responden atau informan tidak ada yang berumur kurang dari 20 tahun tetapi mayoritas informan berumur antara 45-55 tahun sebesar 73,33%, hasil penelitian ini didukung teori yang berbunyi membagi lanjut usia berdasarkan batasan umur menjadi 3 yaitu masa lansia awal 46- 55 tahun, masa lansia akhir 56 – 65 tahun, dan masa manula 65 sampai atas(6). Penelitian ini didukung hasil penelitian yang berbunyi bahwa tidak ada pengaruh yang signifikan antara kedua karakteristik demografi tersebut (usia, jenis kelamin, pendidikan) dan masa kerja terhadap komitmen afektif. Sebaliknya, hasil menunjukkan ada terdapat hubungan positif yang signifikan antara kepuasan gaji terhadap komitmen afektif pada PT Rumah Sakit Umum Semarang.(7)

Tingkat pendidikan mayoritas lulusan perguruan tinggi sebesar 60%, hasil ini juga didasari teori yang berbunyi suatu kegiatan seseorang dalam mengembangkan kemampuan, sikap, dan bentuk tingkah lakunya, baik untuk kehidupan masa yang akan datang dimana melalui organisasi tertentu ataupun tidak terorganisasi.(8) Penelitian didukung hasil penelitian yang berbunyi Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh positif dari (1) tingkat pendidikan dan pengalaman kerja terhadap kinerja karyawan, (2) tingkat pendidikan terhadap pengalaman kerja, (3) tingkat pendidikan terhadap kinerja karyawan, dan (4) pengalaman kerja terhadap kinerja karyawan pada PT Mandiri Tri Makmur.(9)

Lama informan memakai rokok paling lama 7 tahun ada 1 informan, paling banyak 3-5 tahun, memakai rokok herbal sebagai terapi adalah sebesar 60%. Hasil penelitian ini didukung hasil penelitian dengan jumlah batang rokok yang dikonsumsi berkorelasi lemah dengan lamanya merokok. Lama merokok dan jumlah rokok yang dikonsumsi berkorelasi negatif dengan jumlah trombosit, MPV, PDW maupun PLCR.(10)

3.2. . Pemanfaatan rokok herbal sebagai terapi

3.2.1. Pengetahuan

Dalam penelitian ini juga melihat pengetahuan tentang rokok herbal, menurut teori pengetahuan adalah hasil tahu dan terjadi setelah seorang melakukan pengindraan terhadap suatu obyek tertentu pada tertentu. Pengindraan dilakukan melalui panca indra manusia, yaitu dengan penglihatan, pendengaran, penciuman, dan raba. (11) Dalam penelitian hasil wawancara tentang pengetahuan rokok herbal:

Informan A "Rokok herbal sangat baik bagi tubuh dan tidak berbahaya, sehingga rokok herbal bisa digunakan untuk terapi segala penyakit, walaupun prosesnya membutuhkan waktu dan awal pengobatan pasti akan terjadi efek samping yaitu muntah-muntah, diare, pusing"

Informan B " Rokok herbal baik dan tidak berbahaya bagi kesehatan dan bisa digunakan sebagai terapi"

Informan C " Rokok herbal lebih aman dari pada rokok konvensional dan badan akan lebih sehat, untuk mengobati belum tahu"

Informan D "Rokok herbal bisa menyembuhkan penyakit darah tinggi, asam lambung, kolesterol, kanker, vertigo dan skoliosis"

Pengetahuan setiap informan pasti berbeda karena tergantung bagaimana informan mendalami tentang rokok herbal dan manfaatnya. penelitian ini didukung hasil penelitian dengan hasil Hasil menunjukkan bahwa 88,2% masyarakat mengenal jamu, 29,4% mengetahui obat herbal terstandar dan hanya 3% yang mengetahui fitofarmaka. Walaupun mayoritas masyarakat mengenal jamu, hanya 17,6% yang mengetahui kalo ada jamu yang ditambahkan BKO. Hasil ini dapat berkorelasi dengan dengan tingkat penggunaan obat tradisional di masyarakat, karena hanya 20,5% yang mengkonsumsi jamu. Hasil studi pendahuluan ini menunjukkan bahwa perlunya pemerataan dan penyampaian informasi secara langsung kepada masyarakat agar masyarakat dapat lebih memahami dan berhati-hati. (12).

3.2.2. Motivasi

Motivasi adalah suatu pertanyaan yang kompleks dimana dalam suatu organisme yang mengarahkan tingkah laku terhadap suatu tujuan (goal) atau perangsang. (Sartain), Motivasi bertalian dengan tiga hal yang sekaligus merupakan aspek-aspek dari pada motivasi. Ketiga hal tersebut adalah keadaan yang mendorong tingkah laku (Motivating states), yaitu tingkah laku yang didorong oleh keadaan tersebut (Motivating Behavior), dan tujuan dari tingkah laku tersebut (Goal or Endsof Such Behavior). (Chifford T Morgan), motivasi adalah perangsang keinginan dan daya penggerak kemauan bekerja seseorang karena setiap motif mempunyai tujuan tertentu yang ingin dicapai. (sutrisno). (13)

Informan A "Menurut saya memberikan terapi rokok herbal bagi orang lain, dengan tujuan membantu orang lain yang sangat membutuhkan."

Informan G. Dengan memakai rokok herbal ini bisa menyembuhkan penyakit orang lain, sehingga terapi bisa disandingkan dengan terapi medis"

Informan I "Saya mencoba memakai rokok herbal untuk diri sendiri, dan uji coba mengobati luka bakar dengan abu rokok herbal dan sembuh maka saya mencoba membantu orang lain mengobati rokok herbal untuk segala penyakit dan semua yang saya bantu semua bisa sembuh"

Informan N "saya pada awalnya hanya mencoba tetapi setelah mencoba terapi rokok herbal dari penerapi badan terasa sehat dan sakit yang dirasakan seperti kaki sakit, Low Back Pain bisa sembuh dan bisa berdiri dengan tegak tanpa terasa sakit"

Motivasi dari setiap informan baik informan utama, informan asisten dan pasien semua awalnya hanya coba-coba tetapi akhirnya memiliki motivasi agar bisa membantu orang lain. Hasil penelitian ini juga didukung hasil penelitian dengan hasil Berdasarkan hasil penelitian diharapkan orang tua yang memiliki remaja, untuk mengantisipasi agar anaknya tidak menjadi pecandu rokok, cara merawatnya lingkungan sosial anak dan memberikan dukungan dan perhatian yang memadai. Selain itu, untuk remaja yang belum pernah mencoba rokok, disarankan untuk tidak mencoba karena merokok dapat menyebabkan kecanduan. (14)

3.2.3. Manfaat

Manfaat tindakan kebaikan, bantuan yang diberikan, apa pun yang mempromosikan kemakmuran dan kebahagiaan pribadi, atau menambah nilai properti untuk keuntungan, keuntungan. (15) manfaat rokok herbal sebagai terapi.

Informan B "Menurut saya dengan terapi rokok herbal ini bisa membantu banyak orang karena tidak perlu membayar hanya memerlukan beli rokoknya untuk terapi lanjutan"

Informan M "Dengan memakai rokok herbal ini sangat bermanfaat bagi diri sendiri dan orang lain dan menjadikan badan terasa sehat"

Informan F " Dengan rokok herbal ini sangat banyak membantu orang lain yang percaya terapi rokok herbal, sehingga bisa meringankan beban orang lain"

Informan O " Saya menggunakan rokok herbal untuk untuk diri sendiri karena sering sakit perut tetapi setelah memakai rokok herbal kurang lebih 7 bulan penyakitnya bisa sembuh"

Manfaat ini dilihat dari manfaat dari rokok herbal sendiri dan manfaat terapi rokok herbal bagi orang lain. Penelitian ini juga didasari hasil penelitian Sebagai bahan obat tradisional, jahe memiliki khasiat untuk mencegah dan mengobati berbagai penyakit, seperti: impoten, batuk, pegal-pegal, kepala pusing, rematik, sakit pinggang, masuk angin, bronchitis, nyeri lambung, nyeri otot, vertigo, mual saat hamil, osteoarthritis, gangguan sistem pencernaan, rasa sakit saat menstruasi, kadar kolesterol jahat dan trigliserida darah tinggi, kanker, sakit jantung, fungsi otak terganggu, Alzheimer, penyakit infeksi, asma, produksi air susu ibu terganggu, gairah seksual rendah, dan stamina tubuh rendah. (16), Selain itu juga manfaat terapi herbal atau komplementer di dukung hasil penelitian menunjukkan terapi modern dan komplementer berhubungan positif dengan kualitas hidup (p -value=0,00, ρ (rho) = +0,2), terapi modern secara bermakna berhubungan positif dengan kualitas hidup (p -value = 0,00, ρ (rho) = +0,5) dan terapi modern dengan herbal secara bermakna berhubungan positif dengan kualitas hidup (p -value=0,00, ρ (rho)= +0,4). Adapun kombinasi terapi modern dan pijat (p -value = 0,57, ρ (rho) = -0,1) dan terapi modern, pijat, dan herbal tidak berhubungan dengan kualitas hidup (p -value = 0,4, ρ (rho) = +0,2). Perawat komunitas dapat memberikan informasi mengenai pentingnya terapi modern bagi kualitas hidup penderita kanker payudara. Penelitian lebih lanjut mengenai lama, intensitas, dan pemberi herbal

sebagai pelengkap terapi modern dalam meningkatkan kualitas hidup pasien kanker payudara.(17)

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan hasil-hasil penelitian yang sudah dilakukan maka hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk hasil penelitian tentang karakteristik informan adalah untuk umur mayoritas berumur 45-55 sebanyak 73,33%,tingkat pendidikan mayoritas lulusan perguruan tinggi sebesar 60%,lama melakukan terapi dan memakai rokok herbal paling banyak adalah 3-5 tahun sebesar 60%.
2. Untuk pengetahuan tentang rokok herbal baik sebagai terapi maupun sebagai konsumsi,maka tingkat pengetahuan penerapi rokok herbal sudah sangat baik.
3. Untuk motivasi sangat baik karena dengan tujuan yang mulai karena dengan tujuan untuk membantu sesame sebagai penerapi dan sebagai pasien untuk berobat secara tradisonal sehingga meringankan beban biaya keluarga.
4. Untuk manfaat sangat bermanfaat bagi orang lain dan diri sendiri,terutama bagi kesehatan dan menyembuhkan penyakit.

Saran dari penelitian ini diperuntukan :

1. Dinas Kesehatan dan puskesmas agar pemakaian rokok herbal ini perlu pengawasan
2. Universitas respati Yogyakarta semoga penelitian yang akan datang akan lebih mendalam dan terima kasih untuk penelitian yang sudah terlaksana.
3. Peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian rokok herbal ini lebih mendalam baik isi rokok,efek samping dan manfaat pada manusia.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Winarsi. Antioksidan alami dan radikal bebas. Yogyakarta: Kanisius; 2007.
- (2) Hermani Mono Raharjo. Tanaman berkhasiat antioksidan. Penebar Swadaya. Jakarta; 2006.
- (3) Ibil S Widodo. macam-macam rokok herbal. <https://bolehmerokok.com/>. 2022.
- (4) Moleong. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2017.
- (5) Moleong. Metode Penelitian Kualitatif. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2012.
- (6) Depkes RI. Kategori umur. [Internet]. Jakarta; 2009. Available from: [https://www.google.com/search?q=depkes+ri+\(2009+kategori+umur\)&oq=Depkes+RI+\(2009\)&aqs=chrome.1.69i57j0i22i30i9.5569j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8](https://www.google.com/search?q=depkes+ri+(2009+kategori+umur)&oq=Depkes+RI+(2009)&aqs=chrome.1.69i57j0i22i30i9.5569j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8)
- (7) Hutagalung S. PENGARUH KARAKTERISTIK DEMOGRAFIS(USIA, GENDER,PENDIDIKAN), MASA KERJA DANKEPUASAN GAJI TERHADAP KOMITMENAFEKTIF. DIPONEGORO J OFMANAGEMENT [Internet]. 2016;5:1-4. Available from: <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/djom/article/view/14192/13725>
- (8) Abdurrahmat. Manajemen Sumber Daya Manusia. Bandung: Rineka Cipta; 2016.
- (9) Wirawan KE. PENGARUH TINGKAT PENDIDIKAN DAN PENGALAMAN KERJA TERHADAP KINERJA KARYAWAN. Bisma J Manaj [Internet]. 2019;5:1. Available from: <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/BISMA-JM/article/view/21991>
- (10) Rini sundari. ama Merokok dan Jumlah Konsumsi Rokok terhadap Trombosit pada Laki-laki Perokok Aktif. J Kesmas [Internet]. 2015;9:3. Available from: <https://journal.fkm.ui.ac.id/kesmas/article/view/692>
- (11) Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.; 2018.

- (12) Rimadani Pratiwi. TINGKAT PENGETAHUAN DAN PENGGUNAAN OBAT TRADISIONAL DI MASYARAKAT: STUDI PENDAHULUAN PADA MASYARAKAT DI DESA HEGARMANAH, JATINANGOR, SUMEDANG. Dharmakarya [Internet]. 2018;7:2. Available from: <https://jurnal.unpad.ac.id/dharmakarya/article/view/19295>
- (13) Pengertian Motivasi Menurut Para Ahli [Internet]. Sastrawacana. 2022. Available from: <https://www.sastrawacana.id/2022/10/pengertian-motivasi-menurut-para-ahli.html>
- (14) Wardani MC. Motivasi perilaku merokok pada mahasiswi [Internet]. Sanata Dharma University.; 2012. Available from: <http://repository.usd.ac.id/id/eprint/29069>
- (15) rifki mulyana. Pengertian Manfaat: Menurut Ahli dan Macam-Macam Pengertiannya [Internet]. Rifqi Mulyawan. 2022. Available from: <https://rifqimulyawan.com/blog/pengertian-manfaat/#:~:text=Lingkup%2C serta Pentingnya!-,b. Webster Dictionary,nilai properti untuk keuntungan%2C keuntungan.diakses>
- (16) I Wayan Redi Aryanta. Manfaat Jahe untuk Kesehatan. E-Jurnal Widya Kesehat [Internet]. 2019;1:2. Available from: <https://ejournal.unhi.ac.id/index.php/widyakesehatan/article/view/463>
- (17) Irawan E. Hubungan Penggunaan Terapi Modern dan Komplementer terhadap Kualitas Hidup Pasien Kanker Payudara. J Keperawatan Padjadjaran [Internet]. 2017;5:1. Available from: <http://jkip.fkep.unpad.ac.id/index.php/jkip/issue/view/21>