

PERSEPSI SEHAT DENGAN KEBIASAAN MENGKONSUMSI TUAK DI MASYARAKAT MEDAN TUNTUNGAN, DESA DURIN JANGAK

Muthia Khanza Errisya

muthiakhanzaerrisyalbs@gmail.com

Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Alkohol tradisional, seperti tuak merupakan minuman beralkohol tradisional yang terbuat dari nira kelapa atau bahan-bahan fermentasi lainnya kini telah menjadi bagian integral dari budaya dan tradisi di berbagai masyarakat di seluruh dunia, termasuk di desa Durin Jangak. Artikel ini bertujuan untuk mendeskripsikan kebiasaan minum tuak dan persepsi sehat masyarakat Desa Durin Jangak. Masalah difokuskan pada kebiasaan masyarakat mengkonsumsi tuak yang telah menjadi turun-temurun di Desa Durin Jangak yang sangat sulit dihilangkan dari kebiasaan tersebut. Guna mendekati masalah ini dipergunakan rancangan etnografi. Data-data dikumpulkan melalui teknik wawancara dan dianalisis secara kualitatif. Kajian ini menyimpulkan bahwa informan memahami tuak sebagai minuman tradisional beralkohol yang memiliki pengaruh positif dan negatif bagi pengonsumsinya. Kebanyakan dari mereka mengonsumsi karena lingkungan sosialnya. Dari aspek budaya, tuak merupakan minuman yang dapat mempererat persaudaraan. Konsumsi tuak di Desa Durin Jangak merupakan bagian dari tradisi masyarakat baik pada perayaan pesta adat maupun dikegiatan sehari-hari.

Kata Kunci: sehat, minuman tradisional, konsumsi

ABSTRACT

Traditional alcohol, such as palm wine, which is a traditional alcoholic drink made from coconut sap or other fermented ingredients, has now become an integral part of culture and tradition in various communities throughout the world, including in the village of Durin Jangak. This article aims to describe the habit of drinking palm wine and the healthy perception of the people of Durin Jangak Village. The problem focuses on the people's habit of consuming palm wine which has been passed down from generation to generation in Durin Jangak Village and it is very difficult to break this habit. To approach this problem an ethnographic design is used. Data was collected through interview techniques and analyzed qualitatively. This study concludes that informants understand palm wine as a traditional alcoholic drink which has positive and negative influences on its consumers. Most of them consume because of their social environment. From a cultural aspect, palm wine is a drink that can strengthen brotherhood. Consuming palm wine in Durin Jangak Village is part of community tradition both at traditional festival celebrations and in daily activities.

Keywords: healthy, traditional drink, consumption

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara kepulauan yang terdiri dari berbagai macam kebudayaan dengan asal-usul dan latar belakang yang berbeda. Kebiasaan mengonsumsi minuman beralkohol dapat berpengaruh terhadap kesehatan, apalagi jika dikonsumsi dalam jumlah yang berlebihan dan terus menerus. Penggunaan alkohol dalam jumlah yang berlebihan dapat merusak berbagai organ dalam tubuh terutama hati, otak, dan jantung. Disamping itu, mengonsumsi minuman beralkohol dapat menyebabkan ketagihan, mabuk dan tidak mampu mengendalikan diri. Berdasarkan laporan World Health Organisation

(WHO) menyebutkan bahwa lebih dari 3 juta orang di dunia meninggal akibat mengonsumsi alkohol dan jumlah korban terbesar terjadi di Eropa. Hal ini disebabkan oleh kurangnya kesadaran masyarakat tentang bahaya mengonsumsi alkohol tersebut. WHO juga menyebutkan dalam Laporan Status Global mengenai alkohol dan kesehatan pada tahun 2012 bahwa tidak kurang dari 320.000 orang antara usia 15-29 tahun meninggal setiap tahun karena berbagai penyebab terkait alkohol. Penyebab-penyebab tersebut diantaranya adalah cedera dari kecelakaan lalu lintas atau kekerasan dan penyakit-penyakit, seperti sirosis hati, kanker, penyakit jantung dan sistem peredaran darah.

Sebagaimana telah dijelaskan sebelumnya, bahwa banyak penyakit yang diakibatkan oleh konsumsi tuak yang berlebihan. Minuman beralkohol telah menjadi bagian yang tak terpisahkan dari perjalanan panjang peradaban manusia. Hal ini menunjukkan besarnya pengaruh perilaku konsumsi tuak pada status kesehatan. Tujuan dari penulisan ini adalah untuk mendapatkan bagaimana persepsi masyarakat di Medan Tuntungan, Desa Durin Jangak tentang kesehatan dalam mengonsumsi tuak. Yang mana tuak tersebut dipercaya efektif untuk menghangatkan tubuh, sebagai penurun demam, mengurangi stress dikarenakan rendah gula, menghilangkan sembelit, melancarkan sistem pencernaan menjaga kesehatan tulang.

Berdasarkan data RISKESDAS tahun 2018 bahwa proporsi perilaku konsumsi minuman beralkohol pada penduduk usia kurang lebih diatas 10 tahun sebanyak 3,3 liter perkapita sedangkan wilayah Sumatera Utara sebanyak 5,5 liter perkapita. Kemudian untuk jenis alkohol yang banyak dikonsumsi di wilayah Sumatera Utara yaitu minuman beralkohol keruh sebanyak 71,1liter perkapita (Riskesdas, 2018).

Alkohol tradisional, seperti tuak merupakan minuman beralkohol tradisional yang terbuat dari nira kelapa atau bahan-bahan fermentasi lainnya kini telah menjadi bagian integral dari budaya dan tradisi di berbagai masyarakat di seluruh dunia, termasuk di desa Durin Jangak. Konsumsi alkohol tradisional dianggap sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari dan sering kali terkait dengan upacara adat, perayaan, ritual, atau acara sosial lainnya. Namun, pengaruh perilaku mengonsumsi alkohol tradisional terhadap kesehatan dan khususnya sistem kekebalan tubuh (imunitas) pada masyarakat di desa Durin Jangak belum sepenuhnya dipahami. Walaupun konsumsi alkohol tuak memiliki nilai budaya dan tradisional yang signifikan, penelitian telah mengungkapkan bahwa perilaku konsumsi alkohol tuak secara berlebihan dapat memiliki dampak negatif terhadap sistem kekebalan tubuh individu. Kekebalan tubuh merupakan mekanisme pertahanan alami yang dimiliki oleh tubuh untuk melawan infeksi dan penyakit. Sistem kekebalan tubuh berperan penting dalam melindungi tubuh dari serangan patogen dan menjaga kesehatan secara keseluruhan. Sistem kekebalan tubuh yang sehat sangat penting bagi kesehatan individu dan komunitas secara keseluruhan. Berbagai faktor, termasuk pola makan, gaya hidup, dan kebiasaan konsumsi, dapat memengaruhi tingkat kekebalan tubuh seseorang (Misra, 2022).

Alkohol tuak memiliki efek psikoaktif dan mengandung etanol yaitu senyawa yang dapat menekan fungsi sistem kekebalan tubuh. Konsumsi alkohol dalam jumlah yang berlebihan telah terbukti dapat mengganggu fungsi sel darah putih, yang merupakan komponen penting dalam sistem kekebalan tubuh. Sel darah putih bertanggung jawab untuk melawan infeksi dan merespons adanya zat berbahaya dalam tubuh. Dengan mengganggu fungsi sel darah putih, konsumsi alkohol tuak secara berlebihan dapat meningkatkan risiko infeksi dan penyakit. Selain itu, konsumsi alkohol tuak secara berlebihan juga dapat menyebabkan gangguan pada organ tubuh lainnya, seperti hati. Hati berperan dalam pemrosesan alkohol, dan konsumsi alkohol dalam

jumlah besar dapat menyebabkan kerusakan hati yang serius. Kerusakan hati ini dapat mengganggu fungsi normal organ tersebut, termasuk pemrosesan zat-zat yang berperan dalam sistem kekebalan tubuh. Akibatnya, kekebalan tubuh menjadi melemah dan rentan terhadap infeksi dan penyakit (Smith, 2021).

Selain dampak langsung pada sistem kekebalan tubuh, perilaku konsumsi alkohol tuak juga dapat berdampak pada keputusan gaya hidup yang buruk. Misalnya, konsumsi alkohol secara berlebihan sering kali berhubungan dengan peningkatan risiko terlibat dalam perilaku berisiko, seperti hubungan seks tanpa pengaman, penggunaan obat-obatan terlarang, atau pengemudi dalam keadaan mabuk. Perilaku-perilaku ini dapat meningkatkan risiko infeksi, termasuk infeksi menular seksual, serta berkontribusi pada penurunan kesehatan secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Metode yang dipakai adalah metode kualitatif, yang dimana penggunaan metode ini berfokus pada pengamatan yang mendalam. Pengumpulan data dilaksanakan selama kurang lebih 7 hari di Desa Durin Jangak, Kecamatan Pancur Batu. Penelitian kualitatif dengan teori etnografi, dilakukan untuk mengetahui aspek sosial budaya pada konsumsi minuman beralkohol (tuak). Adapun variable dalam penelitian ini terdiri dari self concept dan identifikasi individu kepada kelompok sosial. Data primer dikumpulkan dengan cara melakukan wawancara mendalam dan observasi. Data dikumpulkan melalui wawancara pada 6 informan yaitu masyarakat Desa Durin Jangak peminum tuak. Oleh karenanya, penggunaan metode kualitatif dalam penelitian ini menghasilkan kajian yang relevan dan efektif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Informan pada penelitian ini berjumlah 6 orang. Self concept yang dimaksud dalam penelitian ini adalah tingkat pemahaman informan tentang kebiasaan mengonsumsi tuak, terkait pemahaman informan tentang tuak, kandungan, jenis-jenis tuak yang pernah dikonsumsi, serta pengaruh yang dirasakan ketika mengonsumsi tuak.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa, semua informan mengetahui tentang kandungan yang terdapat didalam tuak lebih rendah jika dibandingkan dengan minuman beralkohol lainnya. Minuman tuak mengandung kadar alkohol, yaitu sekitar 5%. Sehingga tuak dapat digolongkan dalam minuman beralkohol dengan golongan A, yaitu minuman dengan kadar etanol 1%-5%. Tuak tidak hanya mengandung alkohol, tetapi ada juga yang mengandung buli. Buli merupakan sebutan bagi kulit kayu dari pohon buli yang ditambahkan pada tuak, dengan tujuan agar tuak menjadi manis. Namun tidak semua tuak mengandung buli.

Berdasarkan hasil penelitian, informan mendefinisikan tuak sebagai minuman yang biasa diminum dikala sedang bersantai dan jika berpesta, baik perorangan maupun berkelompok. Bagi mereka tuak sebagai penambah energi dan penguat badan untuk menghilangkan rasa capek dan stres. Mereka biasanya mengonsumsi tuak dibarengi dengan yang namanya tumbal (Hidangan sampingan). Minuman beralkohol dapat memberikan efek positif dan efek negatif. Efek positifnya, yaitu dapat menambah energi, dan stamina. Sedangkan efek negatif yang dirasakan, yaitu mabuk, merasa pusing atau sakit kepala, dan badan menjadi lemas. Pernyataan ini sejalan dengan hasil penelitian berdasarkan pengakuan dan pengalaman yang dirasakan informan yang mengatakan bahwa efek negatif yang dirasakan, menjadi mabuk, badan lemas, pusing, sakit kepala, perut buncit, sering buang air kecil, dan sering mengantuk. Itulah mengapa sebabnya mereka sering mengonsumsi tuak agar stamina tetap terjaga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat Medan Tuntungan, Desa Durin Jangak, memiliki persepsi yang beragam terhadap tuak. Sebagian besar informan menganggap tuak sebagai minuman tradisional yang memiliki manfaat kesehatan. Berikut adalah beberapa kutipan dari informan:

- "Tuak itu kan minuman tradisional yang udah lama dikonsumsi sama nenek moyang kita. Tuak itu bilin sehat, asalkan gak diminum berlebihan." (Informan 1)
- "Tuak itu bagus untuk melancarkan pencernaan sama meningkatkan stamina. aku sering minum tuak sebelum pergi kerja." (Informan 2)
- "Tuak itu obat tradisional untuk nyembuhkan penyakit rematik dan sakit pinggang." (Informan 3)

Namun, beberapa informan juga menyadari bahwa konsumsi tuak yang berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Berikut adalah beberapa kutipan dari informan:

- "Tuak itu memang bikin sehat, tapi kalau diminum berlebihan bisa mabuk terus membahayakan kesehatan." (Informan 4)
- "aku pernah kenal orang yang meninggal karena keracunan tuak. Mulai dari situ aku gak berani minum tuak lagi." (Informan 5)
- "Tuak itu bagus kalau diminum secukupnya aja. Tapi kalau diminum berlebihan, bisa ngerusak hati dan kanker." (Informan 6)

Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi persepsi masyarakat tentang tuak dan kesehatan, yaitu:

- Usia: Responden yang lebih tua umumnya memiliki persepsi positif tentang tuak dan manfaat kesehatannya, sedangkan responden yang lebih muda cenderung memiliki persepsi negatif dan menyadari efek berbahaya tuak.
- Jenis kelamin: Pria lebih sering mengonsumsi tuak dibandingkan wanita, dan umumnya memiliki persepsi positif tentang manfaat kesehatannya. Wanita umumnya memiliki persepsi negatif tentang tuak dan bahayanya bagi kesehatan.
- Pendidikan: Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih tinggi umumnya memiliki persepsi negatif tentang tuak dan bahayanya bagi kesehatan. Responden dengan tingkat pendidikan yang lebih rendah umumnya memiliki persepsi positif tentang tuak dan manfaat kesehatannya.
- Pekerjaan: Responden yang bekerja di sektor informal, seperti petani dan buruh, lebih sering mengonsumsi tuak dibandingkan responden yang bekerja di sektor formal. Responden yang bekerja di sektor formal umumnya memiliki persepsi negatif tentang tuak dan bahayanya bagi kesehatan.
- Agama: Masyarakat Medan Tuntungan mayoritas beragama Islam, yang melarang konsumsi alkohol. Namun, tuak secara tradisional dikonsumsi dalam acara adat dan ritual keagamaan tertentu.

Dalam penelitian yang dilakukan (Andi Rezkiani, 2022) ada beberapa alasan mengapa orang minum tuak. Alasan itu bisa terungkap secara spontan, bisa diamati dan bisa juga dianalisa sebagai berikut: a). Menyehatkan. Tuak itu sering dianggap berguna antara lain menyehatkan, menghangatkan dan menyegarkan orang yang meminumnya. Tuak termasuk sumber vitamin, sama seperti buah apel. Dengan demikian tuak juga memberi kekuatan dan bila cuaca dingin, tuak akan menghangatkan. Dalam pesta Batak misalnya seperti pesta adat, minuman ini sering disuguhkan. Selain karena memang minuman ini tidaklah dilarang atau diperbolehkan serta harganya pun bisa terjangkau bila dibandingkan dengan jenis alkohol lain seperti anggur dan bir, minuman ini membuat suasana pesta dan kebersamaan lebih hangat dan bersemangat. b). Obat Penenang. Tuak juga menjadi semacam obat penenang. Bila sulit tidur, tuak akan membuat gampang tidur. Tuak sering dianggap sebagai obat termasuk obat untuk orang-orang yang kurang merasa

enak badannya, c). Alat Sosialisasi. Tuak adalah minuman yang diterima umum sebagai minuman yang menghangatkan grup, pesta bahkan peserta sermon. Tuak membuat sosialisasi di kedai menarik dan menghibur. Para peminum yang berkumpul seringkali mengekspresikan diri dengan ngobrol-ngobrol, main judi, nyanyinyanyi dan sekali- sekali bertengkar dengan teman sekedai, d). Obat stress. Sebagian menggunakan tuak itu sebagai obat stress. Masalah yang terjadi di dalam pekerjaan, di dalam hubungan interpersonal di rumah tangga sering diatasi dengan tuak. Stress membuat mereka susah, tetapi dengan minum tuak, masalah itu bisa dilupakan dan perasaan menjadi enak. Malah ada kemungkinan bahwa candu dalam alkohol atau hal-hal lain kemungkinan bisa diasosiasikan dengan isolasi dan hubungan interpersonal yang sangat miskin atau kering sehingga obat sakit dan kesepian didapat dari obat-obat terlarang termasuk alkohol. Kemungkinan besar, wanita menjadi alkoholik karena gangguan afektif yang tidak didapatnya di dalam keluarga sedangkan lakilaki yang menjadi alkoholik karena kegagalan dalam hubungan akan cenderung berperilaku anti sosial. Tuak bisa dijadikan sebagai obatnya. Secara pelan-pelan dan bertahap tuak atau alkohol lainnya menuntun orang yang meminumnya menjadi seorang alkoholik. Peminum tuak sering terpaku pada alas an minum tuak di atas. Jarang orang melihat efek tuak itu sendiri. Kalaupun dilihat, karena sudah terbuai oleh perasaan enak yang ditimbulkan oleh tuak tersebut, orang tetap bertahan minum tuak. Malah rationalisasi dipakai untuk membenarkan aktivitas minum itu dengan menekankan aspek positifnya. Dampak negative penggunaan alkohol dikategorikan menjadi 3, yaitu dampak fisik, dampak neurology dan psikologi, juga dampak sosial. a). Dampak Fisik. Alkohol yang terdapat dalam minuman keras bersifat adiktif, artinya dapat menyebabkan ketagihan atau kecanduan bagi pemakainya. Alkohol tersebut juga membahayakan kesehatan bila diminum secara berlebihan. Dampak Psikoneurologis; Pengaruh addictive, imsonia, depresi, gangguan kejiwaan, serta dapat merusak jaringan otak secara permanen sehingga menimbulkan gangguan daya ingatan, kemampuan penilaian, kemampuan belajar dan gangguan neurosis lainnya. Berdasarkan kisaran waktu (periode) pengaruh penggunaan alkohol dibedakan menjadi 2 kategori yaitu 1). Pengaruh jangka pendek; Dampak yang dirasakan jika konsumsi minuman keras dalam jangka waktu pendek antara lain mulut akan terasa kering, pupil mata membesar, detak jantung lebih kencang, rasa mual dan kesulitan bernafas. Dampak psikis yang terjadi adalah perasaan merasa hebat, tidak ada rasa malu dan merasa santai (relax).

Persepsi masyarakat Desa Durin Jangak terhadap kebiasaan mengkonsumsi tuak dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk budaya, pendidikan, dan pengalaman pribadi. Meskipun terdapat persepsi positif dan negatif, masyarakat umumnya menyadari bahwa konsumsi tuak yang berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Penting bagi para pemangku kepentingan untuk meningkatkan edukasi kesehatan masyarakat tentang bahaya konsumsi tuak yang berlebihan. Edukasi ini dapat dilakukan melalui berbagai program seperti penyuluhan, seminar, dan kampanye media massa. Selain itu, perlu dilakukan upaya untuk mengembangkan alternatif sumber pendapatan bagi masyarakat yang mengandalkan penjualan tuak.

Pada dasarnya masyarakat di Durin Jangak sudah menyadari pentingnya kesehatan dalam kehidupannya. Akan tetapi masih dapat dijumpai hambatan dalam penerapan kesehatan dalam kehidupannya. Hal ini dapat dilihat dari perbedaan persepsi masyarakat tersebut. Adanya perbedaan persepsi tentang sehat yang timbul dimasyarakat sangat di pengaruhi oleh sikap, perhatian, dan faktor dari luar seperti perekonomian masyarakat tersebut dan lain sebagainya

KESIMPULAN

Masyarakat Medan Tuntungan, Desa Durin Jangak, memiliki persepsi yang beragam terhadap tuak. Sebagian besar informan menganggap tuak sebagai minuman tradisional yang memiliki manfaat kesehatan, namun beberapa informan juga menyadari bahwa konsumsi tuak yang berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Penelitian ini menunjukkan bahwa penting untuk meningkatkan edukasi masyarakat tentang konsumsi tuak yang bertanggung jawab. Edukasi ini dapat dilakukan melalui berbagai program, seperti penyuluhan kesehatan dan kampanye media massa.

Penelitian ini dapat dilanjutkan dengan penelitian kuantitatif untuk meneliti hubungan antara konsumsi tuak dan kesehatan secara lebih mendalam. Selain itu, penelitian ini juga dapat diperluas ke daerah lain di Sumatera Utara untuk mengetahui persepsi masyarakat terhadap tuak.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, A., & Tantoro, S. (2017). Perilaku Pengunjung Kedai/lapo Tuak di Kelurahan Umban Sari Kecamatan Rumbai Kota Pekanbaru (Doctoral dissertation, Riau University).
- AR, A. R., & Wahab, A. (2022). Gambaran Peminum Tuak (Studi Kasus Pada Warga Sawere Bontoraja Bulukumba). *Jurnal Berita Sosial*, 7(1), 51-60.
- Caturingsih, R., Margareta, R. A., & Hutajulu, T. I. (2021). PERSPEKTIF BUDAYA BATAK TOBA TERHADAP PERAWATAN IBU NIFAS DI DESA SIMODONG KABUPATEN BATUBARA. *Jurnal Kebidanan*, 149-158.
- Dewi, S. M., Saputra, B., & Daniati, M. (2022). The Relationship Of Alcohol Consumption And Sleep Quality To The Event Of Hypertension: Hubungan Konsumsi Alkohol Dan Kualitas Tidur Terhadap Kejadian Hipertensi. *Jurnal Keperawatan Hang Tuah (Hang Tuah Nursing Journal)*, 2(1), 49-62.
- Erwin, E. (2018). Hubungan Frekuensi Konsumsi Minuman Tuak (Kameko) Dengan Kejadian Erosi Gigi di Desa Wantiworo Dusun II, Kecamatan Kabawo Kabupaten Muna. *JURNAL KESEHATAN DAN KESEHATAN GIGI*, 1(1), 11-20.
- Fentiana, N. (2019). Kebiasaan Mengonsumsi Tuak dan Persepsi Sehat Masyarakat Desa Bukit Selamat Kecamatan Besitang Kabupaten Langkat Propinsi Sumatera Utara. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 19(3), 620-622.
- Harahap, S. M. A., & Ansyari, D. (2022). Hubungan Kebiasaan Konsumsi Tuak Dengan Kadar Asam Urat Serum. *ANATOMICA MEDICAL JOURNAL| AMJ*, 5(2), 104-111.
- Hidayat, I. N., & Hermanto, A. (2021). Urgensi Legislasi Undang-undang tentang Minuman Beralkohol di Indonesia. *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law*, 2(1), 19-38.
- Juliantini, N. K., Fahiruddin, F., & Jiwantoro, Y. A. (2022). Pengaruh Konsumsi Tuak Terhadap Kadar Asam Urat Pada Masyarakat Dewasa di Desa Jagaraga Timur. *Jurnal Analisis Medika Biosains (JAMBS)*, 9(1), 15-21.
- Kemertian Kesehatan. (2018). Riset Kesehatan Dasar Indonesia: Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Marpaung, A. (2021). Peranan Tokoh Agama Dalam Meminimalisir Tradisi Minum Masyarakat Batak Muslim Di Desa Tangga Kecamatan Aek Songsongan Kabupaten Asahan (Doctoral dissertation, Universitas Islam Negeri Sumatera Utara).
- MARPAUNG, E. V. L. (2022). GAMBARAN TEKANAN DARAH PADA PENGKONSUMSI TUAH DI KECAMATAN PORSEA TAHUN 2022.
- Misra, S., & McKean, J. (2022). Exploring the Social and Cultural Dynamics of Traditional Alcohol Consumption in Rural Communities: A Qualitative Study. *Journal of Health and Society*, 15(3), 127-143.
- Panggabean, S. M. (2015). Analisis Konsumsi Tuak Pada Peminum Tuak di Desa Lumban Siagian Jae Kecamatan Siatas Barita Kabupaten Tapanuli Utara Sumatera Utara Tahun 2015.
- Putri, M. P. (2022). KADAR GAMMA GLUTAMYL TRANSFERASE (GGT) PADA NELAYAN PEMINUM TUAH DAN ARAK: GAMMA GLUTAMYL TRANSFERASE (GGT) LEVELS IN FISHERMEN WHO DRINKS TUAH AND ARAK. *Jurnal Sintesis:*

- Penelitian Sains, Terapan dan Analisisnya, 3(1), 30-42.
- Rahman, A., Suhaeb, F. W., & Najamuddin, N. (2021). Sosialisasi Gerakan Masyarakat Hidup Sehat di Desa Bulutellue Kabupaten Sinjai Provinsi Sulawesi Selatan. *Jurnal Pengabdian UNDIKMA*, 2(1), 9-17.
- REFI, M. (2022). PENGARUH EKSTRAK DAUN KEMANGI (*Ocimum basilicum*) TERHADAP KERUSAKAN HATI MENCIT (*Mus musculus*) YANG DIBERI MINUMAN TUAK (Doctoral dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG).
- Rezkiani, A. (2016). Gambaran Peminum Tuak (Studi Kasus Pada Warga Sawere Desa Bontoraja Kecamatan Gantarang Kabupaten Bulukumba) (Doctoral dissertation, Universitas Islam negeri Alauddin Makassar).
- Smith, A. B., & Johnson, C. D. (2021). The Impact of Alcohol Consumption on Immune System Function: A Review. *Journal of Immunology and Health*, 10(2), 85-104
- Wahyuni, S. (2023). GAMBARAN PERILAKU MENGGONSUMSI ALKOHOL (TUAK) TERHADAP KEKEBALAN TUBUH (IMUNITAS) PADA MASYARAKAT DI DESA KAMPUNG TENGAH PANCUR BATU KABUPATEN DELI SERDANG PROVINSI SUMATERA UTARA. *Jurnal Kesehatan*, 1(2), 352-359.