



Winkanda Satria Putra

Kitab

HERBAL

NUSANTARA

FULL
COLOR

**KUMPULAN RESEP & RAMUAN
TANAMAN OBAT UNTUK BERBAGAI
GANGGUAN KESEHATAN**

Hipertensi | Jantung | Kolesterol | Kanker | Kanker Darah | Diabetes | Leukimia
Batu Empedu | Batu Ginjal | Bronkitis | Sesak Napas | Asma | Batuk & Muntah Darah
Malaria | Sifilis | Tumor Rahim | Pendarahan Rahim | Amandel | Pembengkakan Payudara
Bau Mulut | Infeksi Saluran Cerna | Cacingan | Usus Buntu | Campak | Diare | Alergi | Eksem
Influenza | Jerawat | Keputihan | Rematik | Sariawan | Kencing Tidak Lancar
Mimisan | Wasir | Obesitas | Sakit Kepala | dan masih banyak lagi.





KUMPULAN RESEP & RAMUAN
TANAMAN OBAT UNTUK BERBAGAI
GANGGUAN KESEHATAN

Kitab Herbal Nusantara:

Aneka Resep & Ramuan Tanaman Obat untuk Berbagai
Gangguan Kesehatan

Winkanda Satria Putra

Editor: Andien

Proofreader: Arum

Desain Isi: Joko

Desain Cover: Anto

Penerbit

KATAHATI

Jl. Anggrek No. 126 Sambilegi, Maguwoharjo,

Depok, Sleman, Yogyakarta 55282

Telp./Fax.: (0274) 488132

E-mail: arruzzwacana@yahoo.com

ISBN: 978-602-1579-19-0

Cetakan I, 2015

Didistribusikan Oleh

AR-RUZZ MEDIA

Telp./Fax.: (0274) 4332044

E-mail: marketingarruzz@yahoo.co.id

Perwakilan:

Jakarta: Telp./Fax. (021) 7821480

Malang: Telp./Fax. (0341) 560988

Perpustakaan Nasional: Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Winkanda Satria Putra

Kitab Herbal Nusantara: Aneka Resep & Ramuan
Tanaman Obat untuk Berbagai Gangguan Kesehatan/
Winkanda Satria Putra-Yogyakarta: KATAHATI, 2015
292 hlm, 17 x 24 cm

ISBN: 978-602-1579-19-0

1. Kesehatan—Penyembuhan Alternatif

I. Judul

II. Winkanda Satria Putra



PENGANTAR PENULIS

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT, karena dengan rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan buku ini. Buku ini berisikan resep-resep herbal yang telah digunakan secara luas sebagai terapi berbagai penyakit oleh masyarakat, khususnya di Jawa.

Obat-obatan herbal telah dikenal dan dipraktikkan sejak lama, hanya saja pengetahuan tentang terapi herbal hanya diturunkan dari generasi ke generasi secara turun-temurun, berdasarkan resep nenek moyang, adat-istiadat, kepercayaan, atau kebiasaan setempat, bahkan tahayul, tanpa alasan yang rasional. Meskipun demikian, perhatian dan kecenderungan masyarakat tentang penggunaan terapi herbal semakin meningkat, mengingat banyaknya permasalahan yang timbul dalam penggunaan terapi modern (obat-obatan sintetik).

Komposisi herbal pada dasarnya sama dengan komposisi yang digunakan dalam obat-obatan sintesis. Obat-obatan sintesis sendiri pada dasarnya diturunkan dari komposisi kimia yang ada/terkandung di bahan alam. Situs/bagian aktif dari komposisi kimia bahan alam/herbal yang bermanfaat diambil, kemudian disintesis secara masal. Dalam komposisi herbal sisi aktif yang memberikan efek farmakologis dipertahankan dalam struktur makromolekul yang kompleks, dengan demikian efek samping dan efek farmakologis yang timbul tidak muncul sedrastis efek yang ditimbulkan pada pengobatan modern (obat-obatan sintetik).

Buku ini merupakan rangkuman dari banyak studi (tradisional dan akademik) dari pemanfaatan herbal yang ada di sekitar kita. Penulis berkeinginan setidaknya buku ini dapat bermanfaat sebagai referensi dalam mengembangkan

sistem pengobatan sendiri (swa-farmakologi) yang aman, efektif, efisien dan ekonomis.

Buku ini tidak dapat terbit tanpa bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis ingin mengucapkan rasa terima-kasih yang sebesar-besarnya, terutama kepada penerbit. Akhirnya dengan tangan terbuka dan segala kerendahan diri, penulis memohon masukan yang konstruktif sebagai pertimbangan perbaikan dan penyempurnaan di masa mendatang.

Yogyakarta, 2014

Penulis





PENGANTAR PENERBIT

Indonesia menyimpan keragaman tanaman yang mengandung zat aktif sehingga tanaman tersebut dapat digunakan sebagai obat-obatan atau lebih dikenal dengan obat herbal. Obat herbal telah banyak digunakan sejak zaman dahulu, meskipun pada saat itu pengetahuan akan pengolahan bahan-bahan alami terbatas. Pengolahan bagian dari tanaman, seperti akar, batang, daun, dan bunga secara alami tanpa menggunakan campuran bahan kimia.

Obat herbal banyak diminati masyarakat karena beberapa hal, antara lain sebagai berikut. Pertama, obat herbal kurang menyebabkan efek samping. Hal ini berbeda dengan obat sintetis yang banyak mengandung bahan kimia sehingga memberikan efek samping baik secara langsung maupun dalam jangka waktu lama. Meskipun demikian, waktu dan pengolahan obat herbal harus diperhatikan agar obat herbal tetap aman digunakan. Kedua, beberapa bahan pembuatan obat herbal mudah ditemukan. Obat herbal terdiri atas bahan-bahan alami yang banyak terdapat di sekeliling kita, seperti asam, bawang merah, bawang putih, cengkih, dan jahe. Ketiga, obat herbal bersifat ekonomis. Pengobatan herbal menggunakan cara-cara tradisional dengan bahan-bahan yang didapat dari alam sehingga ekonomis.

Dengan mengetahui beberapa keuntungan obat herbal maka pengobatan secara herbal perlu dikembangkan. Hal ini harus didukung dengan perkembangan ilmu pengetahuan sehingga hasil yang diperoleh dari pengobatan herbal dapat lebih maksimal.

Yogyakarta, September 2014

Redaksi

DAFTAR ISI

PENGANTAR PENULIS	5	17. BELUNTAS	65
PENGANTAR PENERBIT	7	18. BENALU	67
DAFTAR ISI	8	19. BIDARA LAUT	69
		20. BIDARA UPAS	71
PENGobatan HERBAL	10	21. BRATAWALI	75
SEJARAH PENGGUNAAN		22. BROJO LINTANG	78
OBAT/TERAPI HERBAL	12	23. BUAH NONA/SRIKAYA	80
POTENSI EFEK SAMPING		24. BUNGA MATAHARI	82
PADA PENGOBatan HERBAL	14	25. BUNGLI	85
1. ADAS	17	26. CEGUK	87
2. ADEM ATI	20	27. CENDANA	89
3. AJERAN	22	28. CENGKIH	91
4. AKAR WANGI	24	29. CIPLUKAN	93
5. ALANG-ALANG	26	30. DADAP AYAM	96
6. ANDONG	29	31. DAUN DEWA	98
7. ANGSANA	32	32. DAUN ENCOK	100
8. ASAM	35	33. DAUN KENTUT	103
9. AWAR AWAR	40	34. DAUN SENDOK	106
10. BANDOTAN	42	35. DELIMA	109
11. BANGLE	46	36. GANDARUSA	113
12. BARU CINA	50	37. ILER	115
13. BAWANG MERAH	52	38. INGGU	118
14. BAWANG PUTIH	55	39. JAHE	122
15. BAYAM DURI	58	40. JAMBLANG	124
16. BELIMBING WULUH	61	41. JAMBU BIJI	127

42. JARAK	130	75. PETAI CINA	228
43. JAYANTI	133	76. PINANG	231
44. JERUK NIPIS	135	77. PUTRI MALU	234
45. JOMBANG	139	78. RUMPUT MUTIARA	236
46. KACAPIRING	142	79. SALAM	238
47. KAKIKUDA	145	80. SAMBILOTO	240
48. KAPULAGA	148	81. SAMBUNG NYOWO	244
49. KATUK	150	82. SECANG	246
50. KAYU PUTIH	152	83. SELEDERI	249
51. KAYU MANIS	155	84. SEREH	251
52. KECUBUNG	157	85. SIRIH	253
53. KEDELAI	160	86. SIRSAK	257
54. KECIBELING	163	87. SOSOR BEBEK	260
55. KELOR	166	88. TANDUK RUSA	263
56. KEMUNING	169	89. TAPAK DARAH	266
57. KENCUR	173	90. TEH	269
58. KUNYIT	177	91. TEMU HITAM	271
59. LADA	181	92. TEMU KUNCI	274
60. LANDEP	183	93. TEMU PUTIH	277
61. LENGKUAS	186	94. TEMULAWAK	279
62. LIDAH BUAYA	190	95. URANG-ARING	283
63. MAHKOTA DEWA	194		
64. MANGGIS	197	DAFTAR PUSTAKA	286
65. MANGKOKAN	200	INDEKS	289
66. MENGKUDU	203	BIOGRAFI PENULIS	292
67. MENIRAN	206		
68. PACAR AIR	210		
69. PACAR CINA	212		
70. PALA	214		
71. PANDAN WANGI	216		
72. PATAH TULANG	219		
73. PECUT KUDA	222		
74. PEPAYA	224		



PENGOBAT

Seiring meningkatnya kebutuhan masyarakat akan pengobatan yang aman, efektif, selektif dan ekonomis, masyarakat mulai beralih kepada pengobatan herbal. Pengobatan herbal kini menjadi salah satu pilihan terapi kesehatan yang populer di tengah kemajuan pengobatan modern. Masyarakat mulai membudidayakan tanaman obat/herbal, baik dalam skala rumah tangga ataupun secara masal. Tanaman obat/herbal yang dibudidayakan dalam skala rumah tangga lebih sering disebut sebagai Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Berdasarkan definisinya, Herbal sendiri adalah tanaman/tumbuhan yang memiliki kegunaan untuk kepentingan medis dan semacamnya. Tanaman herbal memiliki macam ragam kegunaan termasuk untuk kuliner, pengobatan, dan bahkan aktivitas spiritual. Hampir seluruh bagian dari tanaman dapat dimanfaatkan sebagai herbal seperti daun, buah, batang, dan akar. Pada saat ini sebutan herba ditujukan kepada tanaman yang mengandung satu atau lebih bahan aktif yang dapat digunakan untuk pengobatan atau terapeutik.

Obat herbal/tradisional sejatinya sudah lama dikenal masyarakat Indonesia. Obat herbal/tradisional adalah obat-obatan yang diolah secara tradisional, turun-temurun, berdasarkan resep nenek moyang, adat-istiadat, kepercayaan, atau kebiasaan setempat, baik bersifat magis maupun pengetahuan tradisional. Walaupun sedianya penggunaan pengobatan herbal pada masa lampau tidak didukung studi yang kuat dan rasional, tetapi pengobatan herbal telah terbukti dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit, baik yang ringan maupun kronis.

Pengobatan herbal relatif lebih aman digunakan dan tidak terlalu menyebabkan efek samping sebagaimana penggunaan obat sintetik yang diproduksi pabrik farmasi. Hal tersebut dikarenakan komposisi herbal masih dapat dicerna oleh tubuh.



AN HERBAL

Selain itu, kompleksitas struktur dari sediaan herbal ternyata dapat meminimalkan efek samping yang ditimbulkan dari aksi farmakologis situs/bagian aktif dari struktur kimiawi obat. Banyak penelitian menyebutkan bahwa pengobatan herbal/tradisional tidak kalah efektif dibandingkan dengan pengobatan modern, walaupun waktu terapi lebih panjang. Obat-obatan herbal terbukti bermanfaat bagi kesehatan, dan dewasa ini digencarkan penggunaannya karena lebih mudah dijangkau masyarakat, baik dari segi harga maupun ketersediaannya.

Adapun alasan masyarakat cenderung menggunakan/melakukan pengobatan herbal adalah:

1. Pada umumnya, harga obat-obatan buatan pabrik mahal, sehingga masyarakat mencari alternatif pengobatan yang lebih murah.
2. Efek samping yang ditimbulkan oleh obat tradisional lebih kecil dibandingkan dengan obat buatan pabrik.
3. Kandungan unsur kimia yang terkandung di dalam obat tradisional sebenarnya menjadi dasar pengobatan modern. Artinya, pembuatan obat-obatan pabrik menggunakan rumus kimia yang telah disintetis dari kandungan bahan alami ramuan tradisional.



SEJARAH OBAT/

Pengobatan herbal/tradisional telah lama dikenal dan digunakan untuk mengobati berbagai macam penyakit. Sejak zaman dahulu kala, banyak jenis tanaman, baik tunggal ataupun ramuan, telah digunakan untuk menangkal dan mengobati penyakit. Berikut adalah penggunaan obat-obatan herbal yang digunakan pada zaman dahulu kala:

1. Sekitar 3000 tahun yang lalu, seorang dukun dari Cina yang bernama Dukun Wu, menggunakan tanaman obat untuk penyembuhan tulang rapuh. Menurutny penyakit kerapuhan tulang disebabkan oleh kekuatan jahat, oleh karena itu diperlukan tanaman obat untuk mengusir kekuatan jahat tersebut.
2. Jauh sebelum Dukun Wu, ternyata penggunaan obat herbal telah digunakan di Cina. Penemuan catatan sutra tentang daftar 247 tumbuh-tumbuhan dan bahan-bahan herbal di makam seorang bangsawan Han, membuktikan bahwa negeri Cina telah sejak lama mengenal cara pengobatan herbal.
3. Tahun 2500 SM, para budak di Mesir diberi ransum bawang untuk menghilangkan penyakit demam dan infeksi yang umum terjadi pada masa itu. Pada masa itu pendeta Mesir telah menggunakan dan mempraktikkan pengobatan herbal.
4. Hyppocrates (Tahun 466 Sebelum Masehi), Theophrastus (Tahun 372 Sebelum Masehi) dan Pedanios Dioscorides (Tahun 100 Sebelum Masehi) membuat himpunan keterangan terinci mengenai ribuan tanaman obat dalam De Materia Medica. Pada masa itu orang-orang Yunani telah mengenal dan mempraktikkan pengobatan herbal.
5. Pengobatan herbal telah lama digunakan oleh pendeta-pendeta, khususnya di Wales, Skotlandia. Setelah penemuan mesin cetak pada abad ke-15, berbagai catatan mengenai tanaman obat herbal telah dibukukan, di antaranya: John

PENGGUNAAN TERAPI HERBAL

Parkinson menulis tanaman obat dari berbagai tanaman (1630), Nicholas Culpepper menulis *The Complete Herbal and English Physician, Enlarged* (1616-1654), Henry Potter menulis *Potter's Encyclopaedia of Botanical Drug and Preparations* (1864).

6. Di Nusantara asendiri bukti tentang penggunaan obat herbal tertuang pada catatan seorang botanikus Jacobus Rontius (1592-1631) dalam bukunya *De Indiae Untriusquere Naturali et Medica*. Selain itu, tulisan *Hortus Indicus Malabaricus* karya N.A. van Rheedee tot Draakestein (1637-1691). Selain itu berbagai prasasti dan relief di candi-candi Nusantara menerangkan pula tentang penggunaan obat herbal pada zaman dahulu kala.



POTENSI PADA PENGO

Pemanfaatan obat-obatan herbal tentunya ditujukan untuk memperoleh aksi terapeutik yang sesuai. Adapun aksi/efek farmakologis dijelaskan secara lengkap pada bab selanjutnya. Seperti halnya obat-obatan sintesis buatan pabrik, obat herbal mampu menimbulkan efek farmakologis dikarenakan adanya kesesuaian aksi (*onset*) terhadap mekanisme yang dituju, seperti inhibisi/penghambatan enzimatik, pelapisan kelenjar, mekanisme kompetisi, lisis (kematian) sel, dan lain sebagainya. Seperti halnya obat-obatan sintetis, obat herbal juga mengalami proses absorpsi (penyerapan) di saluran cerna/permukaan kelenjar, distribusi (peredaran) dan ekskresi (pembuangan). Untuk mencapai efek *terapeutik* yang tepat dan efektif tentunya diperlukan kesesuaian dosis sesuai jenis serta tingkat keseriusan dari penyakit yang dialami.

Obat-obatan herbal relatif lebih aman dibandingkan obat sintetis, karena struktur herbal masih besar sehingga masih dapat dicerna oleh tubuh. Alasan lain yang mendukung mengapa obat-obatan herbal relatif lebih aman adalah pada obat-obatan herbal struktur kimia dari sediaan yang digunakan masih kompleks. Kompleksitas struktur ini mampu meminimalkan efek yang ditimbulkan dari *situs* (bagian) aktif dari struktur tersebut. Ketika *situs* aktif dari suatu struktur berinteraksi dengan reseptor tubuh, maka akan timbul efek samping yang tentunya tidak diinginkan. Kompleksitas struktur pada herbal akan meminimalkan efek samping, baik dengan cara menekan efek yang timbul ataupun dengan cara melemahkan interaksi *situs - reseptor* yang terjadi, akibatnya obat herbal tidak semujarab obat-obat sintesis buatan pabrik.

EFEK SAMPING BATAN HERBAL

Meskipun obat herbal relatif aman dibandingkan obat sintesis, akan tetapi tidak serta-merta menghilangkan potensi munculnya efek samping yang dapat merugikan kesehatan. Kandungan herbal tentunya sama dengan kandungan yang ada pada obat-obatan sintesis sehingga memungkinkan pula timbulnya efek samping sebagaimana terapi dengan menggunakan obat-obatan sintesis. Beberapa hal yang perlu diperhatikan untuk meminimalkan efek yang tidak diinginkan adalah:

1. Keamanan obat herbal pada umumnya.
2. Kandungan racun yang mungkin dikandung tanaman herbal yang digunakan.
3. Efek yang merugikan pada organ tertentu, seperti sistem kardiovaskuler, sistem saraf, hati, ginjal, dan kulit.



4. Keamanan obat-obatan herbal untuk pengguna yang rentan, misalnya: anak-anak dan remaja, lansia, wanita selama kehamilan dan menyusui, pasien dengan kanker, dan pasien bedah.
5. Interaksi yang mungkin terjadi di antara komponen obat herbal.
6. Waktu penggunaan yang tepat.

Contoh penggunaan obat herbal yang perlu diperhatikan:

1. Mahkota dewa
Bijinya tidak boleh dikonsumsi secara langsung karena sangat beracun, selain itu mahkota dewa tidak boleh digunakan wanita yang sedang haid.
2. Daun Seledri
Tanaman ini telah terbukti mampu menurunkan tekanan darah, tetapi pada penggunaannya harus berhati-hati karena pada dosis berlebih dapat menurunkan tekanan darah secara drastis.
3. Gambir
Gambir umum digunakan untuk menghentikan diare. Akan tetapi penggunaan lebih dari ukuran satu ibu jari justru bukan hanya menghentikan diare tetapi akan menimbulkan kesulitan buang air besar selama sehari-hari.
4. Minyak Jarak
Minyak ini biasa digunakan untuk mengobati urus-urus. Akan tetapi jika penggunaannya tidak terukur akan menyebabkan iritasi saluran pencernaan.

Berikut adalah penerapan penggunaan terapi herbal beserta dengan penjelasan komposisi yang mendukung kesesuaian terapi.

ADAS (*Foeniculum vulgare*)

Deskripsi

Merupakan tumbuhan berbunga dari famili Apiaceae yang berasal dari kawasan Laut Tengah bagian timur dan Asia barat daya. Tumbuhan ini merupakan tumbuhan semusim berupa terna yang tingginya dapat mencapai satu meter. Daun pada bagian dasar tumbuhan ini berbentuk sederhana, panjangnya 2-5 cm, dan bercuping dangkal, sementara daun pada bagian batang yang lebih tinggi berbentuk menyirip seperti bulu dan terbagi-bagi menjadi banyak anak daun. Bunganya berwarna putih, berdiameter 3 mm, dan bergerombol banyak dalam payungan bunga. Buahnya merupakan *skizokarp* kering berbentuk lonjong dengan panjang 3-5 mm.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Apiales
Famili	: Apiaceae
Genus	: <i>Foeniculum</i>
Spesies	: <i>Foeniculum vulgare</i> P. Mill.

Nama Daerah

Hades (Sunda), adas, adas londa, adas landi (Jawa), adhas (Madura), adas (Bali), wala wunga (Sumba), das pedas (Aceh), adas, adas pedas (Melayu), adeh, manih (Minangkabau), paapang, paampas (Menado), popoas (Alfuru), denggu-denggu (Gorontalo), papaato (Buol), porotomo (Baree), kumpasi (Sangir Talaud), adasa, rempasu (Makasar), adase (Bugis).

Kandungan Utama

Anetol yang dikenal luas sebagai zat *phytoestrogen*.

Khasiat

Mengatasi batuk, sesak napas, sariawan, haid tidak teratur, batu empedu.

Bagian Yang Digunakan Untuk Obat

Daging buah yang sudah masak

Cara Pengobatan

1. BATUK

- a) 5 g serbuk buah adas diseduh dengan $\frac{1}{2}$ cangkir air mendidih. Setelah dingin disaring, tambahkan 1 sendok teh madu. Aduk sampai merata, minum sekaligus. Lakukan 2 kali sehari sampai sembuh.
- b) $\frac{1}{4}$ genggam daun saga, 2 kuntum bunga kembang sepatu, daun poko $\frac{1}{5}$ genggam, bunga tembelean 10 kuntum, bawang merah 2 butir, adas 1 sendok teh, pulosari 1 jari, rimpang jahe 1 jari, gula merah 3 jari, dicuci dan dipotong-potong seperlunya. Rebus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa setengahnya. Setelah dingin disaring, lalu diminum. Lakukan 3 kali sehari, masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas.

2. SESAK NAPAS

- a) 10 tetes minyak adas diseduh dengan 1 sendok makan air panas. Minum selagi hangat. Lakukan 3 kali sehari, sampai sembuh.
- b) $\frac{1}{2}$ sendok teh adas, pulosari $\frac{1}{4}$ jari, rimpang kencur 2 jari, rimpang temulawak 1 jari, jintan hitam $\frac{1}{4}$ sendok teh, daun poncosudo (*Jasminum pubescens*) $\frac{1}{4}$ genggam, gula merah 3 jari, dicuci dan dipotong-potong seperlunya. Bahan-bahan tadi lalu direbus dengan 4 $\frac{1}{2}$ gelas air bersih sampai tersisa kira-kira separonya. Setelah dingin disaring, dan siap untuk diminum. Sehari 3 kali, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

3. SARIAWAN

$\frac{3}{4}$ sendok teh adas, ketumbar $\frac{3}{4}$ sendok teh, daun iler $\frac{1}{5}$ genggam, daun saga $\frac{1}{4}$ genggam, sisik naga $\frac{1}{5}$ genggam, daun sembung $\frac{1}{4}$ genggam, pegagan $\frac{1}{4}$ genggam, daun kentut $\frac{1}{6}$ genggam, pulosari $\frac{3}{4}$ jari, rimpang lempuyang wangi $\frac{1}{2}$ jari, rimpang kunyit $\frac{1}{2}$ jari, kayu manis $\frac{3}{4}$ jari, gula merah 3 jari, dicuci dan dipotong-potong seperlunya. Bahan-bahan tadi lalu direbus dengan 4 $\frac{1}{2}$ gelas air bersih sampai tersisa separonya. Setelah dingin disaring, siap untuk diminum. Sehari 3 kali, setiap kali cukup $\frac{3}{4}$ gelas.

4. HAID TIDAK TERATUR

$\frac{1}{5}$ genggam daun srigading dan $\frac{1}{5}$ genggam bunga srigading, jinten hitam $\frac{3}{4}$ sendok teh, adas $\frac{1}{2}$ sendok teh, pulosari $\frac{1}{2}$ jari, bunga kesumba keling 2 kuntum, jeruk nipis 2 buah, gula batu sebesar telur ayam, dicuci lalu dipotong-potong seperlunya. Bahan-bahan tadi lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 2 $\frac{1}{4}$ gelas. Setelah dingin disaring, minurn 3 kali sehari, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

5. KERACUNAN JAMUR ATAU TUMBUHAN

5 g serbuk buah adas, lalu seduh dengan setengah cangkir arak. Minum selagi hangat.

6. BATU EMPEDU

5 g serbuk buah adas diseduh dengan 1 cangkir air panas. Minum selagi panas.



ADEM ATI

(*Litsea glutinosa*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Laurales
Famili	: Lauraceae
Genus	: Litsea
Spesies	: <i>Litsea glutinosa</i> C.D.

Deskripsi

Berupa pohon, tinggi dapat mencapai 10 meter. Batang berkayu dan bercabang-cabang. Daun tunggal, bentuk elips, warna hijau, dan berbulu halus. Perbungaan bentuk malai, mahkota bunga berwarna putih kekuningan. Buah bulat, buah muda berwarna hijau, setelah tua berwarna hitam. Akar tunggang warna cokelat muda. Bagian yang digunakan: akar, kulit kayu, dan daun.

Nama Daerah

Huru batu, huru beusai, huru tangkalak, madang kapas (Sunda); adem ati, kapu ketek, nyampu wingka, wuru beling (Jawa).

Kandungan

Fenantrena, aporfina, flavonoida, tanin, polifenol, dan minyak asiri.

Khasiat

Anti inflamasi, analgesik, dan hemostatik.

Bagian Yang Digunakan

Akar

Cara Pengobatan

1. KENCING MANIS

5 Gram akar adem ati, 4 lembar daun salam segar dan 140 ml air. Direbus hingga mendidih. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, setiap minum 100 ml.

2. MENCRET DAN RADANG USUS

6 Gram akar adem ati, 6 gram rimpang kunyit segar dan 110 ml air putih. Direbus, diambil airnya, diminum 1 kali sehari 100 ml. Diulang selama 3 hari (mencret), 14 hari (radang usus).

3. RADANG KULIT BERNANAH, RADANG PAYUDARA, LUKA DAN BISUL.

Kulit kayu/daun segar adem ati secukupnya, daun sambilata secukupnya dan air secukupnya.

Dipipis hingga berbentuk pasta. Ratakan pasta pada bagian kulit yang sakit. Sebelum dibaluri dengan pasta tersebut, sebaiknya dibersihkan dengan air hangat dahulu. Diperbaharui setiap 3 jam.





AJERAN

(*Bidens pilosa* L.)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Bidens</i>
Spesies	: <i>Bidens pilosa</i> L.

Deskripsi

Tumbuhan perdu, tinggi dapat mencapai 150 cm. Batang berbentuk segi empat, warna hijau. Daun bertiga-tiga, berbentuk bulat telur, pinggir bergerigi. Bunga bertangkai panjang, mahkota bunga berwarna putih dengan putik berwarna kuning.

Nama Daerah

Ajeran, hareuga (Sunda), jaringan, ketul (Jawa).

Kandungan

Alkaloid poliina, saponin, zat pahit, minyak asiri, dan zat samak.

Khasiat

Antiinflamasi, antipiretik, dan antiseptik.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh bagian tumbuhan yang berada di atas tanah.

Cara Pengobatan

1. SELESMA DAN DEMAM

3 Gram herba ajeran , 200 mg babakan pule, 3 gram daun sembun, 2 gram daun poko dan 130 ml air. Diseduh lalu diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml.

2. USUS BUNTU

5 gram Herba Ajeran diseduh dengan 120 ml Air atau dihaluskan dan dibuat pil. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml, atau 3 kali sehari 9 pil. Diulang selama 20 hari.

AKAR WANGI

(*Vetiveria zizanioides*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Poales
Famili	: Poaceae
Genus	: Vetiveria
Spesies	: <i>Vetiveria zizanioides</i> (L.) Nash



Deskripsi

Merupakan jenis tumbuhan menahun, ketinggian dapat mencapai 1 m. Batang batang beruas-ruas, berbentuk pita. Pelepah berwarna hijau. Buah padi, berwarna putih kecokelatan. Akar serabut, bagian akar mengandung minyak asiri.

Nama Daerah

Useur (Gayo); hapias, usar (Batak); akar babau (Minangkabau); akar banda (Timor); iser, morwastu (Sumatera Utara); usa, urek usa (Makasar); janur, narawastu, usar (Sunda); larasetu, larawastu, rarawestu (Jawa).

Kandungan

Vetiverin, vetiveron, veton, dan vetivazulen.

Khasiat

Menghilangkan bau mulut.

Bagian Yang Digunakan

Akar

Cara Pengobatan

BAU NAPAS

Akar wangi beberapa potong, daun sirih segar 2 lembar, herba pegagan segar 1 genggam, buah kapulaga 6 butir, air 110 ml. Direbus, diambil airnya. Untuk berkumur 2 kali sehari, tiap kali pakai 100 ml bila perlu dapat diencerkan dengan air hangat, sebagian dapat ditelan karena tidak berbahaya.

ALANG-ALANG

(*Imperata cylindrica*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Poales
Famili	: Poaceae
Genus	: Imperata
Spesies	: <i>Imperata cylindrica</i> (L.) Beauv.



Deskripsi

Alang-alang merupakan jenis tumbuhan rumput-rumputan menahun. Alang-alang memiliki tunas yang panjang dan bersisik, merayap di bawah tanah. Ujung tunas yang muncul di tanah runcing tajam, seperti duri. Batang pendek, menjulang naik ke atas tanah dan berbunga, berwarna merah keunguan, dan ditemui rambut di bawah buku. Tinggi tanaman alang-alang 0,2–1,5 m, atau mungkin lebih.

Helaian daun berbentuk pita panjang berujung runcing, dengan pangkal yang menyempit dan berbentuk talang, panjang 12–80 cm, bertepi sangat kasar dan bergerigi tajam, berambut panjang di pangkalnya, dengan tulang daun yang lebar dan pucat di tengahnya.

Nama Daerah

Naleueng lakoe (Aceh); jih (Gayo); rih, ri (Batak); oo (Nias); alalang, hilalang, ilalang (Minang kabau); lioh (Lampung); halalang, tingan, padang, tingan, puang, buhang, belalang, bolalang (Dayak); eurih (Sunda); alang-alang, kambengan (Jawa); kebut, lalang (Madura); ambengan, lalang (Bali); kii, rii (Flores); padengo, padanga (Gorontalo); deya (Bugis); erer, muis, wen (Seram); weli, welia, wed (Ambon).

Kandungan

Arundoin, fernenol, isoarborinol, silindrin, simiarenol, kampesterol, stigmasterol, sitosterol, skopoletin, p-hidroksibenzaldehida, katekol, asam klorogenat, asam p-kumarat, asam neoklorogenat, t, potassium, kalsium, 5-hidroksitriptaminasamasetat, asam oksalat, asam d-malat, asam sitrat, flavonoid dan isoflavon.

Khasiat

Anti inflamasi, analgesic, dan hemostatik.

Bagian Yang Digunakan

Hanya akarnya (rimpang)

Cara Pengobatan

1. PELURUH AIR SENI

49 buah rimpang kering, dipotong-potong kemudian ditambah dengan 2 gelas air dan dididihkan hingga volume air tinggal 1 gelas, disaring, kemudian diminum 2 kali sehari.

2. DEMAM AIR KECIL BERDARAH

1 sendok penuh rimpang alang-alang, rebus dengan beberapa potong *tang kwe* (daging buah beligu setengah matang yang dibuat manisan kering) dalam dua gelas sampai airnya tinggal separuh. Air ini diminum 2 gelas 1 hari. Air kencing akan normal dan suhu badan turun.





ANDONG

(*Cordyline terminalis*)

www.phytoimages.siu.edu

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Liliidae
Ordo	: Liliales
Famili	: Agavaceae
Genus	: Cordyline
Spesies	: <i>Cordyline terminalis</i> (L.) Kunth.

Deskripsi

Merupakan jenis tumbuhan monokotil berbatang, Andong merupakan jenis tanaman perdu, tinggi dapat mencapai 3 m, bahkan lebih untuk beberapa spesies, bentuk daun memanjang, kemerahan hingga merah tua-gelap. Tanaman ini sering dimanfaatkan sebagai tanaman hias.

Nama Daerah

Bak juwang, laklak (Aceh); kalinjuhang katunggal, linjuang, si linjuang (Batak); anjiluwang, jiluwang, lanjuwang, linjuwang (Makasar); anderuwang (Lampung); renjuwang, sabang, sawang (Dayak); hanjuwang (Sunda); andong, endong (Jawa); andong, endong, handwang (Bali); tabongo (Gorontalo).

Kandungan

Steroida, saponin, dan polisakarida.

Khasiat

Anti inflamasi dan hemostatik.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan bunga.





floradania.dk

Cara Pengobatan

1. BATUK BERDARAH DAN HAID

5 helai daun andong segar dan air secukupnya, dibuat infus, diseduh, atau dipipis. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Untuk pipis, diminum 1 kali sehari $\frac{1}{4}$ cangkir.

2. WASIR

3 helai daun andong segar, 7 helai daun wungu segar dan air matang secukupnya. Dipipis. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum $\frac{1}{4}$ cangkir. Diulangi selama 14 hari.

ANGSANA (*Pterocarpus indicus*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Papilionaceae
Genus	: Pterocarpus
Spesies	: <i>Pterocarpus indicus</i> Willd.

Deskripsi

Pohon angšana dapat mencapai ketinggian hingga 40m. Batang beralur atau berbonggol, dengan akar banir. Kulit kayu berwarna kecokelatan, mengeluarkan getah bening kemerahan apabila dilukai. Daun majemuk menyirip, panjang 12-30 cm, bundar telur, ujung meruncing, berwarna hijau terang. Bunga-bunga berkumpul dalam malai, 9-15 cm panjangnya. Bunga berkelamin ganda, berwarna kuning dan berbau harum, berbilangan-5. Buah polong bundar pipih, diameternya 6 cm, tidak memecah ketika masak. Biji 1-4 butir. Polong akan masak dalam waktu 4-6 bulan, berwarna kecokelatan ketika mengering. Bagian tengah polong gundul.



Nama Daerah

Asan, Athan (Aceh); Sena (Gayo); Sena, Hasona, Sona (Batak); Kayu merah (Timor); Asana, Sana kapur, Sana kembang (Minangkabau), Sana kembang (Madura); Kenaha (Solor); Aha, Naga, Aga, Naakir (Sulawesi Utara); Tonala (Gorontalo); Candana (Bugis); Na, Nar, (Roti); Lana (Buru).

Kandungan

asam kinotانات dan zat warna merah.

Khasiat

Adstringen dan diuretik

Bagian Yang Digunakan

Kulit kayu, getah (resin), dan daun muda.

Cara Pengobatan

1. BATU GINJAL

3 gram kulit kayu angšana, 2 gram daun kecibeling, 4 gram daun kumis kucing dan 115 ml air. Diseduh. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Bila batu telah keluar, baik berupa kristal maupun air kencing yang keruh atau air kencing yang berbuih maka pemberian jamu dihentikan. Kemudian dilanjutkan minum teh daun Kumis kucing 6% dalam air.

2. SARIAWAN MULUT

4 gram Kulit kayu angšana, 4 gram daun saga segar, 3 helai daun sirih segar dan 115 ml Air. Diseduh. Bila diperlukan tambahkan 10 gram gips pada beningan, didiamkan beberapa saat, lalu disaring dan diambil bagian beningnya. Dipakai untuk kumur, tiap 3 jam sekali, tiap kali pakai 50 ml, bila perlu dapat diencerkan dengan air.

3. BISUL

Bisul dicuci dengan air bersih atau alkohol 70%. Kemudian daun angšana diremas dan ditempelkan pada bisul tersebut. Diperbaharui tiap 3 jam sekali.

ASAM

(*Tamarindus indica*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae
Genus	: Tamarindus
Spesies	: <i>Tamarindus indica</i> L.

Deskripsi

Pohon asam memiliki ketinggian hingga 15-25 m, bercabang banyak, dan berkayu keras. Daun majemuk, menyirip genap, panjang 5-13 cm.

Helaian anak daun bentuknya bulat panjang, ujung dan pangkal membulat, bagian tepi rata. Bunga dalam karangan berbentuk tandan. Buah polong, bertangkai bulat panjang pipih, bagian ujung lancip, di antara biji kerap menyempit, kulit dinding luar rapuh, dan berwarna coklat muda.

Daging buah berwarna kuning sampai coklat kekuningan, dan rasanya asam.

Nama Daerah

Bak mee (Aceh), cumalagi (Minangkabau), tangkal asem (Sunda), wit asem (Jawa), acem (Madura), celagi (Bali), mangga (Bima), kanefo kiu (Timor), tobi (Solor), asam jawa (Dayak), asam jawi (Gorontalo), comba (Makasar).

Kandungan Utama

Daging buah mengandung gula *invert*, *tartaric acid*, *citric acid*, *nicotinic acid*, *1-malic acid*, *pipecolic acid*, *vitexin*, *isovitexin*, *orientin*, *isoorientin*, vitamin B3, minyak menguap (geranial, *geraniol*, *limonene*), cinnamates, serine, *B-alanine*, *pectin*, *proline*, *phenylalanine*, *leucine*, kalium, dan lemak.

www.onlinemedicines.in

Khasiat

Rasa buah asam, manis, bersifat sejuk, astringent, berkhasiat pencahar (laksant), penyejuk, pereda demam (antipiretik), antiseptic, abortivum, dan meningkatkan nafsu makan. Daun berkhasiat penurun panas, pereda nyeri (analgesic), dan antiseptic. Kulit kayu astringent dan tonik.

Bagian Yang Digunakan Untuk Obat

Daging buah tanpa biji yang sudah masak





Cara Pengobatan

1. ASMA

2 potong kulit pohon asam jawa, adas pulawaras secukupnya. Direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari.

2. BATUK KERING

3 polong buah asam jawa, ½ genggam daun saga. Direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas dan disaring. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore

3. DEMAM

1 genggam daun asam jawa, adas pulawaras secukupnya. Direbus dengan ½ liter air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

4. SAKIT PANAS

2 polong buah asam jawa yang telah masak, garam secukupnya. Diseduh dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring. Diminum biasa.
Catatan: bagi ibu hamil tidak boleh minum resep ini

5. REMATIK

2 genggam daun asam jawa, 2–3 biji asam jawa, ditumbuk halus, dipakai untuk kompres bagian yang sakit.

6. SAKIT PERUT

- a) 3 polong buah asam jawa yang sudah masak, kapur sirih dan minyak kayu putih secukupnya. semua bahan tersebut dicampur sampai merata. Digunakan sebagai obat gosok, terutama pada bagian perut.
- b) 3 polong buah asam jawa, 1 potong gula aren, kedua bahan tersebut diseduh dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring, diminum biasa.
- c) 2 polong buah asam jawa, 1 rimpang kunyit sebesar ibu jari, 1 potong gula kelapa. Kunyit diparut, kemudian dicampur dengan bahan bahan lainnya dan diseduh dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring. Diminum biasa.

7. MORBILI

1–2 potong buah asam jawa yang telah masak, 2 rimpang kunyit sebesar ibu jari. Kunyit diparut, kemudian kedua bahan tersebut dicampur sampai merata. Digunakan sebagai bedak/obat gosok bagi penderita morbili.





8. ALERGI

2-3 golong buah asam jawa yang telah tua, garam secukupnya, ¼ sendok kapur sirih. Semua bahan tersebut direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas dan disaring. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

9. SARIAWAN

2 polong buah asam jawa, 2 rimpang temulawak sebesar ibu jari, 1 potong gula kelapa. Semua bahan tersebut direbus sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum biasa.

10. LUKA BARU

Daun asam jawa secukupnya dikunyah sampai lumat. Ditempelkan pada luka.

11. LUKA BOROK

Beberapa biji asam jawa ditumbuk halus. Ditempelkan pada luka, kemudian diperban.

12. EKSIM DAN BISUL

1 genggam daun asam jawa yang masih muda, 2 rimpang kunyit sebesar ibu jari, ditumbuk sampai halus, kemudian ditempelkan pada bagian yang sakit

13. BENGGAK DISENGAT BINATANG BERBISA

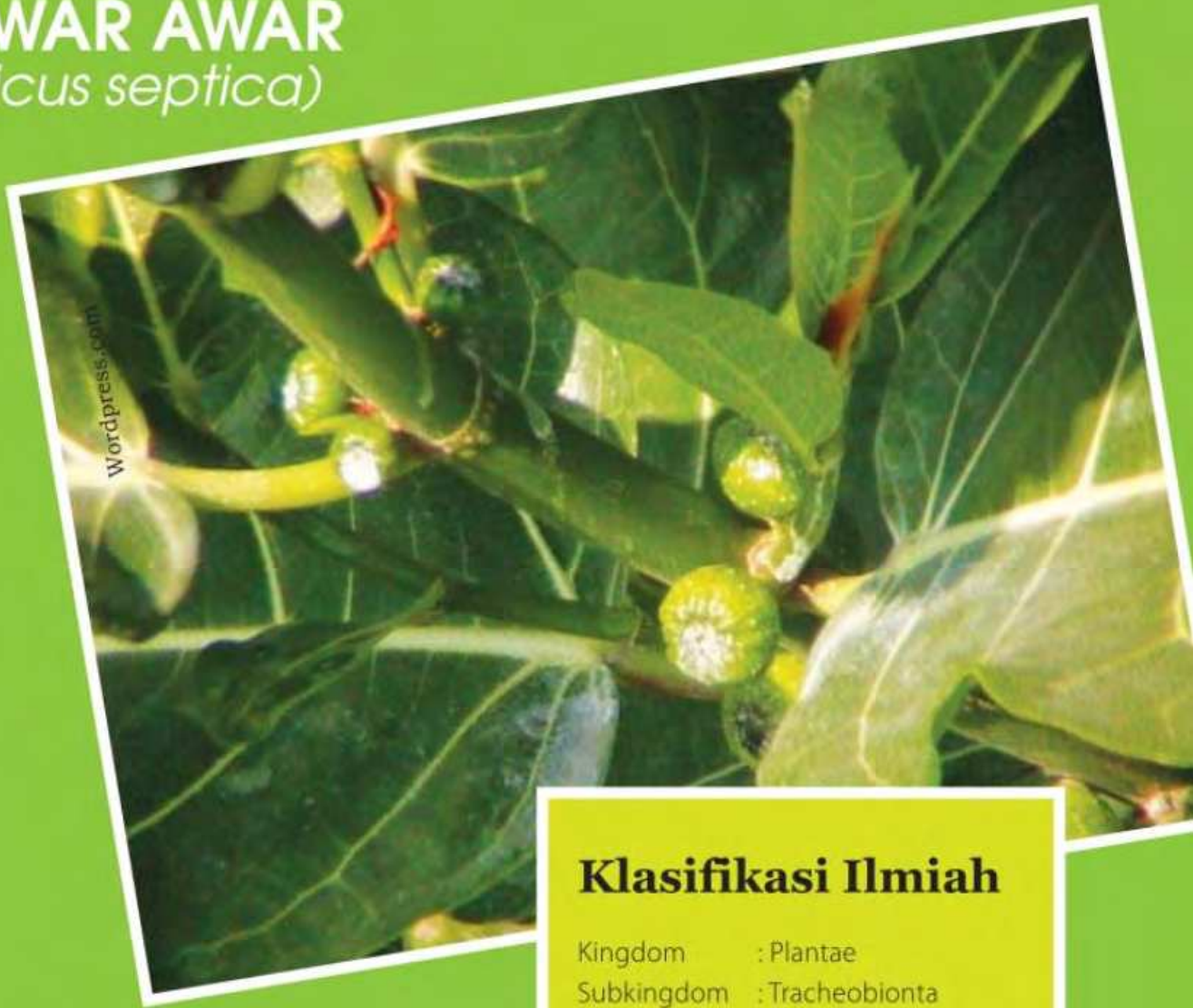
3 - 5 biji asam jawa dan minyak kayu putih secukupnya ditumbuk halus. Bagian yang bengkak dibersihkan terlebih dahulu dengan kain yang dibasahi dengan minyak kayu putih, kemudian ditaburi/ditempeli dengan bubukan biji asam jawa tersebut.

14. MENCEGAH KERONTOKAN RAMBUT

Beberapa biji asam jawa ditumbuk sampai halus. Sebelum keramas dengan sampo, kepala dipijat terlebih dahulu dengan tumbukan biji asam.

AWAR AWAR

(*Ficus septica*)



Deskripsi

Merupakan jenis pohon semak, dengan ketinggian hingga mencapai 1–5 meter. Batang pokok bengkok bengkok, lunak, ranting bulat silindris, berongga, bergetah bening. Daun besar-besar. Helaian daun berbentuk bulat telur berwarna hijau tua mengkilat, dengan banyak bintik-bintik yang pucat. Bunga majemuk berpasangan, bertangkai pendek, pada pangkalnya dengan 3 daun pelindung, berwarna hijau muda atau hijau abu-abu, diameter lebih kurang 1,5 cm. Buah berdaging, berwarna hijau-hijau abu-abu, diameter

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Dilleniidae
Ordo	: Urticales
Famili	: Moraceae
Genus	: Ficus
Spesies	: <i>Ficus septica</i> Burm.F

1,5–2 cm. Waktu berbunga Januari–Desember. Tumbuhan ini banyak ditemukan di Jawa dan Madura; tumbuh pada daerah dengan ketinggian 1200 m dpl,

Nama Daerah

Sirih popar (Ambon) tagalolo, bei, loloyan (Minahasa); ki ciyat (Sunda); awar awar (Jawa); bar-abar (Madura); awar awar (Belitung); tobotobo (Makasar); dausalo (Bugis); bobulutu (Halmahera Utara); tagalolo (Ternate).

Kandungan

hauptalkaloid, *tiloforin*, *septisin*, dan *antofin*, selain itu juga mengandung *flavonoida*.

Khasiat

Antibakteri.

Bagian Yang Digunakan

Akar, getah dan batang.

Cara Pengobatan

BISUL

5 lembar daun dicuci dan digiling halus; ditambah garam secukupnya, kemudian digunakan sebagai kompres pada bisul (1–2 kali sehari).



phytoimages.siu.edu

BANDOTAN

(*Ageratum conyzoides*)

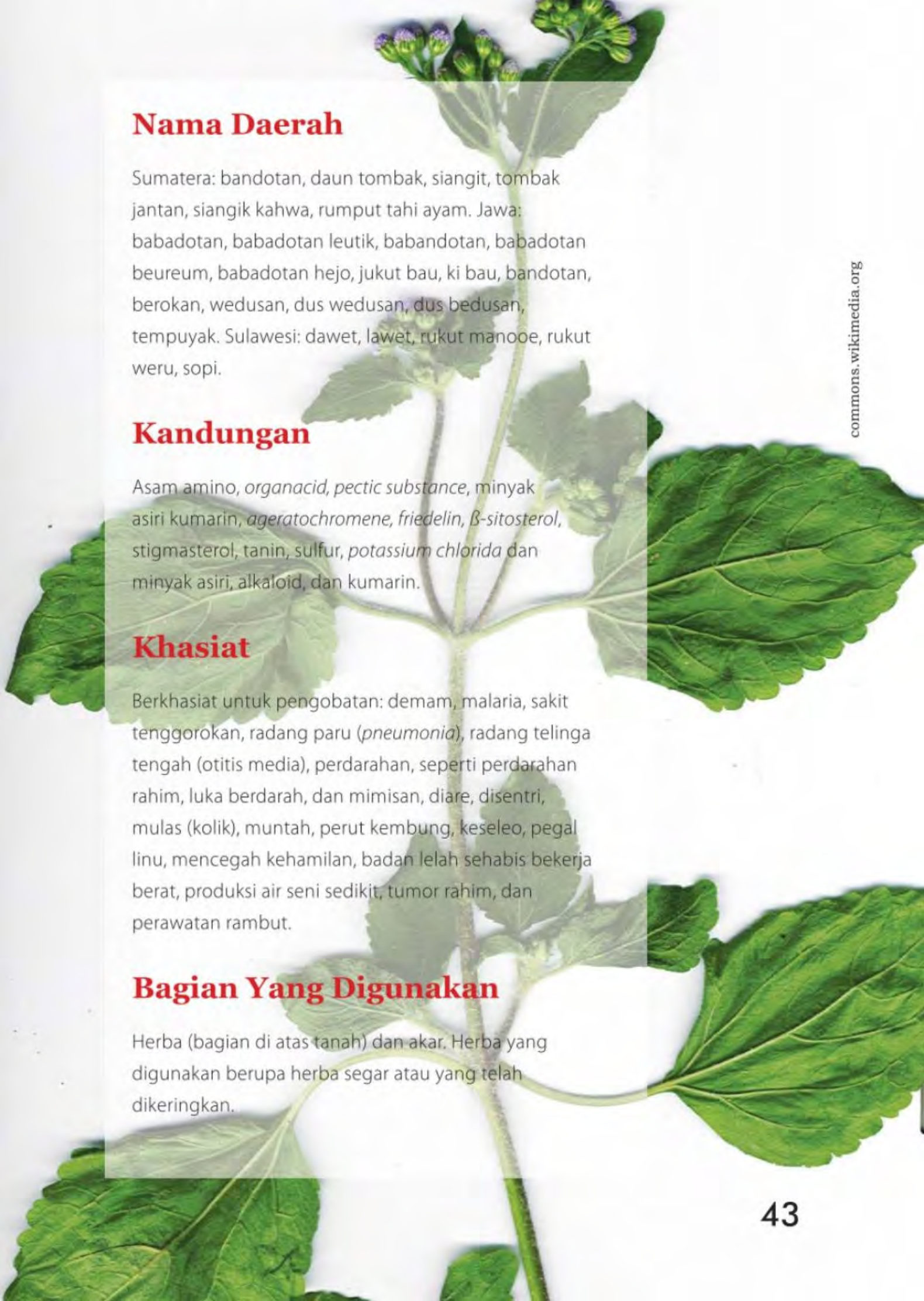
keys.lucidcentral.orgm

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Ageratum</i>
Spesies	: <i>Ageratum conyzoides</i> L.

Deskripsi

Bandotan merupakan tumbuhan tera semusim, tingginya mencapai 30–90 cm. Batang bulat berambut panjang, jika menyentuh tanah akan mengeluarkan akar. Daun berbentuk bulat telur panjang 1–10 cm, lebar 0,5–6 cm, warnanya hijau. Bunga majemuk bilangan 3 atau lebih, berbentuk malai rata yang keluar dari ujung tangkai, warnanya putih. Panjang bonggol bunga 6–8 mm, dengan tangkai yang berambut. Buahnya berwarna hitam dan bentuknya kecil. Dapat tumbuh pada ketinggian 1–2.100 m di atas permukaan laut (dpl).



Nama Daerah

Sumatera: bandotan, daun tombak, siangit, tombak jantan, siangik kahwa, rumput tahi ayam. Jawa: babadotan, babadotan leutik, babandotan, babadotan beureum, babadotan hejo, jukut bau, ki bau, bandotan, berokan, wedusan, dus wedusan, dus bedusan, tempuyak. Sulawesi: dawet, lawet, rukut manooe, rukut weru, sopi.

Kandungan

Asam amino, *organacid*, *pectic substance*, minyak asiri kumarin, *ageratochromene*, *friedelin*, β -sitosterol, stigmasterol, tanin, sulfur, *potassium chlorida* dan minyak asiri, alkaloid, dan kumarin.

Khasiat

Berkhasiat untuk pengobatan: demam, malaria, sakit tenggorokan, radang paru (*pneumonia*), radang telinga tengah (otitis media), perdarahan, seperti perdarahan rahim, luka berdarah, dan mimisan, diare, disentri, mulas (kolik), muntah, perut kembung, keseleo, pegal linu, mencegah kehamilan, badan lelah sehabis bekerja berat, produksi air seni sedikit, tumor rahim, dan perawatan rambut.

Bagian Yang Digunakan

Herba (bagian di atas tanah) dan akar. Herba yang digunakan berupa herba segar atau yang telah dikeringkan.

Cara Pengobatan

1. RADANG TELINGA TENGAH

Cuci herba bandotan segar secukupnya, lalu tumbuk sampai halus. Peras dan saring. Gunakan air perasan yang terkumpul untuk obat tetes telinga. Sehari 4 kali, setiap kali pengobatan sebanyak 2 tetes.

2. LUKA BERDARAH, BISUL DAN EKSIM

Cuci herba bandotan segar secukupnya sampai bersih, lalu tumbuk sampai halus. Turapkan ramuan ke bagian tubuh yang sakit, lalu balut dengan perban. Dalam sehari, ganti balutan 3–4 kali. Lakukan pengobatan ini sampai sembuh.

3. BISUL DAN BOROL

Cuci satu tumbuhan herba bandotan segar sampai bersih. Tambahkan sekepal nasi basi dan seujung sendok teh garam, lalu giling sampai halus. Turapkan ke tempat yang sakit, lalu balut dengan perban.

4. REMATIK

Sediakan satu genggam daun dan batang muda tumbuhan bandotan segar, satu kepal nasi basi, dan $\frac{1}{2}$ sendok teh garam. Selanjutnya, cuci daun dan batang muda sampai bersih, lalu tumbuk bersama nasi dan garam. Setelah menjadi adonan seperti bubur kental, turapkan ramuan ke bagian sendi yang bengkak sambil dibalut. Biarkan selama 1–2 jam, lalu balutan dilepaskan. Lakukan perawatan seperti ini 2–3 kali sehari.

5. PENDARAHAN RAHIM, SARIAWAN, BISUL DAN MEMAR

Rebus 10–15 g herba bandotan dalam dua gelas air bersih sampai tersisa menjadi satu gelas. Setelah dingin, saring dan air saringannya diminum sekaligus. Lakukan 2–3 kali sehari.

6. TUMOR RAHIM

Rebus 30–60 g herba bandotan kering segar atau 15–30 g herba kering dalam tiga gelas air sampai tersisa menjadi satu gelas. Selain direbus, herba



segar dapat juga ditumbuk. Air rebusan atau air perasannya diminum satu gelas sehari.

7. SAKIT TENGGOROKAN

- a) Cuci 30–60 g daun bandotan segar sampai bersih, lalu tumbuk sampai halus. Selanjutnya, peras dan saring. Tambahkan larutan gula batu ke dalam air perasan secukupnya dan aduk sampai rata. Minum ramuan dan lakukan tiga kali sehari.
- b) Cuci daun bandotan secukupnya, lalu jemur sampai kering. Selanjutnya, giling sampai menjadi serbuk. Tiupkan serbuk ke dalam tenggorokan penderita.

8. MALARIA DAN INFLUENZA

Rebus 15–30 g herba bandotan kering dalam dua gelas air sampai tersisa menjadi satu gelas. Setelah dingin, saring dan minum sekaligus. Lakukan dua kali sehari.

9. PERUT KEMBUNG, MULAS, DAN MUTAH

Cuci satu buah tumbuhan bandotan ukuran sedang sampai bersih, lalu potong-potong seperlunya. Rebus dalam tiga gelas air sampai tersisa menjadi satu gelas. Setelah dingin, saring dan minum sekaligus. Lakukan pengobatan ini 2–3 kali sehari sampai sembuh.

10. PERAWATAN RAMBUT

Cuci, daun dan batang bandotan segar sampai bersih, lalu tumbuk sampai halus. Oleskan hasil tumbukan ke seluruh kulit kepala dan rambut. Tutup kepala dengan sepotong kain. Biarkan selama 2–3 jam. Selanjutnya, bilas rambut.

BANGLE

(*Zingiber purpureum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: Zingiber
Spesies	: <i>Zingiber purpureum</i> Roxb



Deskripsi

Herba semusim, ketinggian mencapai 1–1,5 m. Daun tunggal, letak berseling. Helaian daun lonjong, tipis, ujung runcing, pangkal tumpul, tepi rata, berambut halus, jarang, pertulangan menyirip, panjang 23–35 cm, lebar 20–40 mm, warnanya hijau. Bunganya bunga majemuk, bentuk tandan, keluar di ujung batang, panjang gagang sampai 20 cm. Bangle mempunyai rimpang yang menjalar dan berdaging, bentuknya hampir bundar sampai jorong atau tidak beraturan, tebal 2–5 mm, warnanya cokelat muda kekuningan, bila dibelah berwarna kuning muda sampai kuning kecokelatan. Rasanya tidak enak, pedas, dan pahit.

Nama Daerah

Panglai (Sunda), bengle (Jawa), pandhiyang (Madura); mugle, bengle, bungle, baglai, baniai, banglai, bunglai;; Bangle, kunit bolai, kunyit bolai (Sumatera), banggele (Bali).

Kandungan

Sineol, pinen, damar, pati, tanin.

Khasiat

Penurun panas (*antipiretik*), peluruh kentut (*karminatif*), peluruh dahak (*expectorant*), pembersih darah, pencahar (*laksan*), obat cacing (*vermifuge*).

Bagian Yang Digunakan

Rimpang dan daun.

Cara Pengobatan

1. DEMAM DAN MASUK ANGIN

15 g rimpang bangle yang segar dicuci lalu diparut. Tambahkan $\frac{1}{2}$ cangkir air panas dan 2 sendok makan madu. Diaduk merata lalu diperas dan disaring, minum. Lakukan 2 kali sehari.

2. PERUT MULAS

Rimpang bangle, rimpang jahe, kencur dan lempuyang wangi, masing-masing $\frac{1}{2}$ jari tangan dicuci lalu diiris tipis-tipis. Rebus dengan 1 gelas air bersih sampai tersisa $\frac{1}{2}$ gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum.

3. SAKIT KEPALA KARENA DEMAM

Rimpang segar secukupnya dicuci bersih lalu diparut. Tambahkan sedikit air sampai menjadi adonan seperti bubur. Dipakai sebagai pilis pada dahi.

4. SAKIT KUNING

½ jari rimpang bangle dicuci bersih lalu diparut. Tambahkan air masak dan madu masing-masing 1 sendok makan. Peras dan saring, minum. Lakukan 2 kali sehari.

5. NYERI SENDI (RHEUMATISM)

Rimpang segar secukupnya dicuci lalu diparut, tambahkan arak sampai menjadi adonan seperti bubur encer. Borehkan kebagian sendi yang sakit.

6. MENGECILKAN PERUT PASCA MELAHIRKAN

Rimpang bangle secukupnya dicuci lalu diparut, borehkan pada perut.

7. CACINGAN

3 jari rimpang bangle, 2 jari temu hitam, 5 biji ketumbar dan 5 lembar tangkai daun sirih dicuci lalu diiris tipis-tipis, kemudian ditumbuk halus. Tambahkan ½ cangkir air masak, diaduk merata lalu diperas dan disaring. Minum.

8. RADANG SELAPUT MATA

Rimpang bangle dan kunyit sebesar 1 buku jari tangan dan 13 butir jinten hitam dicuci bersih lalu dipotong-potong seperlunya.





Rebus dengan 1 gelas air bersih sampai tersisa setengahnya. Setelah dingin disaring, minum.

9. OBESITAS

- a) Sepotong rimpang bangle dan 7 lembar daun jati belanda dicuci lalu direbus dengan 1,5 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, dibagi untuk 2 kali minum. Pagi dan sore hari.
- b) $\frac{1}{2}$ jari rimpang bangle, $\frac{1}{2}$ jari rimpang temu giring, $\frac{3}{4}$ jari rimpang lempuyang wangi, $\frac{1}{4}$ genggam daun kemuning, $\frac{1}{4}$ genggam daun jati belanda, 3 jari gula enau, dicuci dan dipotong-potong seperlunya. Rebus dengan $4 \frac{1}{2}$ gelas air bersih sampai tersisa $\frac{1}{2}$ -nya. Setelah dingin disaring, minum. Sehari 3 x $\frac{3}{4}$ gelas.
- c) Rimpang bangle dan rimpang temu hitam, masing-masing $\frac{1}{2}$ jari tangan, dicuci lalu diparut. Tambahkan 1 sendok makan air jeruk nipis dan 2 sendok makan madu, aduk merata sambil diremas-remas. Peras dan saring, minum. Lakukan 2–3 kali sehari.

BARU CINA (*Artemisia vulgaris*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Artemisia</i>
Spesies	: <i>Artemisia vulgaris</i> L.

Deskripsi

Semak dengan pota tumbuh menahun, pohon dapat mencapai ketinggian 30–90 cm, batang berkayu, bulan, berwarna putih kecokelatan, daun tunggal, menyirip, berbulu, berwarna keputihan, daun majemuk, berbentuk malai, terdapat pada ketiak atau ujung batang, berkelopak, buah berbentuk jarum, kecil, berwarna cokelat, biji kecil, berwarna cokelat, akar tunjang berwarna kuning gading.

Nama Daerah

Daun manis, brobos krebo (Sumatera); beunghar kucing, jukut lokot mala, suket gajahan (Jawa); kolo, goro-goro cina (Maluku).

Kandungan

Phellandrene, cadinene, alfa-amirin, fernenol, dehydromatricaria ester, cineole, terpinen-4-ol, beta-karyophyllene, 1-quebrachitol, inulin, oxitocin dan ridentin.

Khasiat

Anti nyeri, hemostatic, penghangat badan, pencegah keguguran dan memperlancar menstruasi.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh tanaman, terutama daun.

Cara Pengobatan

1. PEMULIHAN PASCA PENDARAHAN MELAHIRKAN

4 pohon baru cina direbus dengan 6 gelas air, sampai tersisa 2 gelas. Diminum sehari 2 x 1 gelas sebelum makan.

2. LEMAH SYAHWAT

15–45 gram biji digiling halus, makan.

3. EPILEPSI

1 genggam akar Artemisia, 1 ibu jari jahe dan 1 ibu jari gula enau direbus dengan 4 gelas air, sampai rebusan menjadi 2 gelas. Diminum 2 x 1 gelas per hari.

4. SAKIT TENGGOROKAN

Herba segar ditumbuk, peras, minum airnya.

5. DISENTRI

Barucina dan jahe segar, direbus sampai kental, minum 3 x sehari.

BAWANG MERAH

(*Allium cepa*)

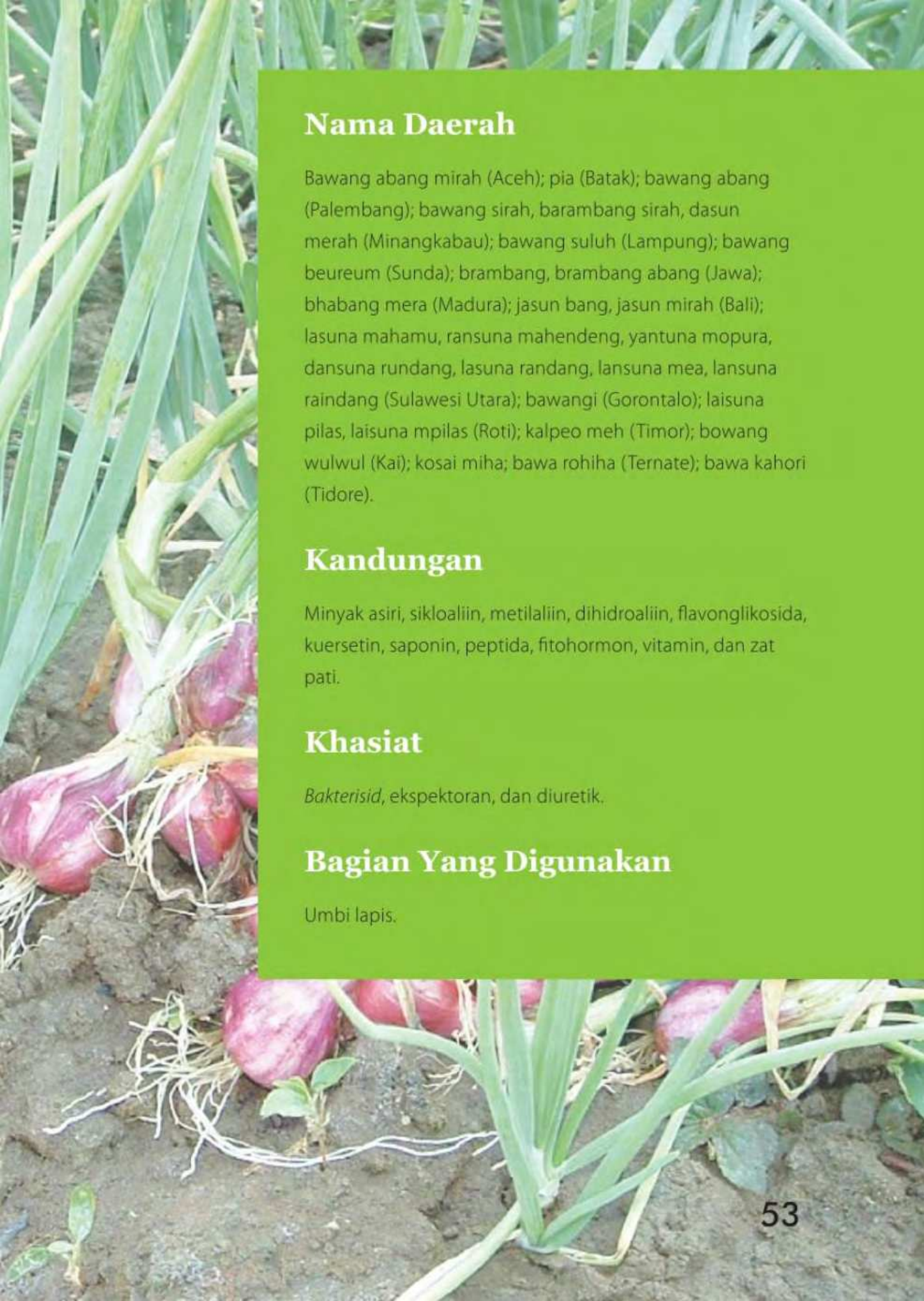


Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Liliidae
Ordo	: Liliales
Famili	: Liliaceae
Genus	: <i>Allium</i>
Spesies	: <i>Allium cepa</i> var. <i>aggregatum</i> L.

Deskripsi

Herba semusim, tidak berbatang. Daun tunggal memeluk umbi lapis. Umbi lapis menebal dan berdaging, warna merah keputihan. Perbungaan berbentuk bongkol, mahkota bunga berbentuk bulat telur. Buah batu bulat, berwarna hijau. Biji segi tiga warna hitam.



Nama Daerah

Bawang abang mirah (Aceh); pia (Batak); bawang abang (Palembang); bawang sirah, barambang sirah, dasun merah (Minangkabau); bawang suluh (Lampung); bawang beureum (Sunda); brambang, brambang abang (Jawa); bhabang mera (Madura); jasun bang, jasun mirah (Bali); lasuna mahamu, ransuna mahendeng, yantuna mopura, dansuna rundang, lasuna randang, lansuna mea, lansuna raಿಂದang (Sulawesi Utara); bawang (Gorontalo); laisuna pilas, laisuna mpilas (Roti); kalpeo meh (Timor); bowang wulwul (Kai); kosai miha; bawa rohiha (Ternate); bawa kahori (Tidore).

Kandungan

Minyak asiri, sikloaliin, metilaliin, dihidroaliin, flavonglikosida, kuersetin, saponin, peptida, fitohormon, vitamin, dan zat pati.

Khasiat

Bakterisid, ekspektoran, dan diuretik.

Bagian Yang Digunakan

Umbi lapis.

Cara Pengobatan

1. BATUK

4 gram umbi bawang merah, 4 gram daun poko segar, 3 gram daun sembung segar, 4 gram herba pegagan segar, 2 gram buah adas dan 125 ml air. Dipipis atau dibuat pil. Diminum sehari 1 kali, pagi hari 100 ml. Apabila dipipis diminum 1 kali sehari ¼ cangkir. Pil diminum 3 kali sehari 9 pil. Diulang selama 14 hari.

2. KENCING MANIS

4 gram umbi bawang merah, 15 gram buah buncis, 10 helai daun salam, ketiganya dirajang. Ditambah 120 ml air. Diminum sehari 1 kali 100 ml. Diulang selama 14 hari.

3. DEMAM DAN PERUT KEMBUNG PADA ANAK

Umbi bawang merah secukupnya dipotong tipis, minyak Kelapa secukupnya dan minyak kayu putih secukupnya. Diremas-remas. Minyak remasan dioleskan pada perut yang kembung, seluruh badan, kaki, dan tangnn pada anak yang demam.



www.mattiapoggi.tv

BAWANG PUTIH

(*Allium sativum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Liliidae
Ordo	: Liliales
Famili	: Liliaceae
Genus	: <i>Allium</i>
Spesies	: <i>Allium sativum</i> L.

Deskripsi

Bawang putih dapat tumbuh dengan tinggi 30–75 cm, mempunyai batang semu yang terbentuk dari pelepah-pelepah daun. Helaian daunnya mirip pita, berbentuk pipih dan memanjang. Akar bawang putih terdiri dari serabut-serabut kecil yang berjumlah banyak. Dan setiap umbi bawang putih terdiri dari sejumlah anak bawang (siung) yang setiap siungnya terbungkus kulit tipis berwarna putih. Bawang putih dan berkembang baik pada ketinggian tanah berkisar 200–250 meter di atas permukaan laut.

Nama Daerah

Bawang (Jawa); bawang bodas (Sunda), bawang handak (Lampung); Kasuna (Bali), lasuna pute (Bugis), bhabang pote (Madura); bawa bodudo (Ternate), Kalfeo foleu (Timor).

Kandungan

Awcin, awn, enzim alinase, germanium, sativine, sinistrine, selenium, scordinin, nicotinic acid.

Bagian Yang Digunakan

Umbi lapis.

Khasiat

Mengobati Hipertensi, Asma, Batuk, Masuk angin, Sakit kepala, Sakit kuning; Sesak napas, Busung air, Ambeien, Sembelit, Luka memar, Abses, Luka benda tajam, digigit serangga, Cacingan, Sulit tidur (Insomnia).

Cara Pengobatan

1. HIPERTENSI

- a) Bahan: 3 siung bawang putih, ditumbuk halus dan diperas dengan air secukupnya, lalu disaring. Diminum secara teratur setiap hari.
- b) 2 siung bawang putih, dipanggang dengan api. Dimakan setiap pagi selama 7 hari.

veggrowing.com

2. ASMA, BATUK, DAN MASUK ANGIN

3 siung bawang putih ditumbuk halus, ditambah 1 sendok makan madu dan gula batu. Diminum setiap pagi sampai sembuh.

3. SAKIT KEPALA

Umbi bawang putih ditumbuk halus. Digunakan untuk kompres dahi.

4. SAKIT KUNING, SESAK NAPAS DAN BUSUNG AIR

1 umbi bawang putih ditumbuk halus, direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih, kemudian ditambahkan 1 potong gula batu sebesar telur ayam diaduk sampai merata, dan disaring. Diminum 2 kali sehari 2 sendok makan, pagi dan sore.

5. AMBEIEN

Umbi bawang putih ditumbuk halus, kemudian diperas dan diambil airnya. Dioleskan di sekitar dubur setiap hari.





6. SEMBELIT

Yoghurt, bawang putih, dan bawang merah secukupnya ditumbuk halus. Diperas untuk diambil airnya. Diminum biasa.

7. LUKA MEMAR

Bawang putih ditumbuk halus, ditambahkan 1 sendok madu, dicampur sampai merata. Dioleskan pada bagian yang luka.

8. LUKA TERKENA BENDA BERKARAT

Umbi bawang putih ditumbuk halus, ditambahkan minyak kelapa secukupnya. Dicampur merata, dioleskan pada bagian yang luka.

9. ABSES

Umbi bawang putih dipanasi dengan minyak cat, kemudian ditumbuk halus. Ditempelkan pada bagian yang bengkak.

10. MENGELUARKAN SERPIHAN KACA, KAYU ATAU DURI

Umbi bawang putih ditumbuk halus, ditempelkan pada bagian yang kemasukan serpihan kaca, kayu atau duri.

11. SENGATAN SERANGGA

Umbi bawang putih ditumbuk halus, kemudian dicampur dengan sendowo dan garam secukupnya. Dioleskan ada bagian tubuh yang disengat serangga.

12. CACINGAN

Beberapa siung bawang putih dikupas dan dicuci bersih. Dimakan langsung.

13. INSOMNIA

Beberapa siung bawang putih dikupas dan dicuci bersih. Dimakan langsung sebelum tidur.

BAYAM DURI

(*Amaranthus spinosus*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Hamamelidae
Ordo	: Caryophyllales
Famili	: Amaranthaceae
Genus	: Amaranthus
Spesies	: <i>Amaranthus spinosus</i> L.

Deskripsi

Bayam duri merupakan terna semusim. Bayam duri relatif tahan terhadap pencahayaan langsung. Batang berair dan kurang berkayu. Daun bertangkai, berbentuk bulat telur, lemas, berwarna hijau, merah, atau hijau keputihan. Bunga tersusun majemuk tipe tukal yang rapat, bagian bawah duduk di ketiak, bagian atas berkumpul menjadi karangan bunga di ujung tangkai dan ketiak percabangan. Bijinya berwarna hitam, kecil, dan keras.

Nama Daerah

Bayem eri, bayem raja, bayem roda, bayem cikron (Jawa); Senggang cucuk (Sunda), Bayam keruai (Lampung); Ternyak duri, ternyak lakek (Madura), Podo maduri (Bugis).

Kandungan

Amarantin, rutin, spinasterol, hentriakontan, tanin, kalium nitrat, garam fosfat, zat besi, serta Vitamin (A, C, K dan piridoksin=B6).

Khasiat

Mengobati kencing nanah, kencing tidak lancar, bronkhitis, eksim, bisul, demam meningkatkan produksi ASI dan penambah darah.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. KENCING NANAH

1 potong akar (dengan bonggolnya) bayam duri, adas, pulawaras secukupnya. Direbus dengan 1 liter air sampai mendidih dan disaring. Diminum pagi dan sore

2. KENCING TIDAK LANCAR

1 potong akar (dengan bonggolnya) bayam duri direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Diminum sekaligus.

3. GANGGUAN PERNAPASAN DAN BRONKHITIS

Sebatang bayam duri lengkap dengan daun, bunga dan akarnya, ditumbuk halus, kemudian direbus dengan 1 liter air dan disaring. Diminum pagi dan sore

4. MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI

Sebatang bayam duri lengkap dengan daun, bunga, dan akarnya ditumbuk halus. Dioleskan/dibobokkan seputar payudara

5. PENAMBAH DARAH

- a) 2 genggam daun bayam ditumbuk halus, ditambah 1 gelas air dan diperas/disaring, telur ayam kampung dimasukan dan diaduk sampai merata. Diminum (untuk orang dewasa)
- b) 1 genggam daun batang bayam duri daun bayam ditumbuk halus dan diambil airnya, kemudian ditambah madu. Diminum biasa (untuk bayi)

6. EKSIM DAN BISUL

1 potong bayam duri ditumbuk halus, dioleskan/dibobokkan pada bagian yang sakit.

7. DEMAM

2 genggam daun batang bayam duri ditumbuk halus, kemudian ditambah air secukupnya. Tempelkan di dahi sebagai kompres.





BELIMBING WULUH

(*Averrhoa bilimbi*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Geraniales
Famili	: Oxalidaceae
Genus	: Averrhoa
Spesies	: <i>Averrhoa bilimbi</i> L.

Deskripsi

Pohon belimbing wuluh dapat mencapai ketinggian hingga 10 m, garis tengah batang mencapai 30 cm. Dapat tumbuh dataran rendah hingga sampai 500 m dpi. Belimbing wuluh mempunyai batang kasar berbenjol-benjol, percabangan sedikit, arahnya condong ke atas. Daun berupa daun majemuk menyirip ganjil dengan 21–45 pasang anak daun. Anak daun bertangkai pendek, bentuknya bulat telur sampai jorong, ujung runcing, pangkal membundar, tepi rata, panjang 2–10 cm, lebar 1–3 cm, warnanya hijau, permukaan bawah hijau muda. Perbungaan berupa malai, berkelompok, keluar dari batang atau percabangan yang besar, bunga kecil-kecil berbentuk bintang warnanya ungu kemerahan. Buahnya berbentuk buah buni, bentuknya bulat lonjong bersegi, panjang 4–6,5 cm, warnanya hijau kekuningan, bila masak berair banyak, rasanya asam. Biji bentuknya bulat telur, gepeng. Rasa buahnya asam.

Nama Daerah

Limeng, selimeng, thlimeng (Aceh), selemeng (Gayo); asom, belimbing, balimbingan (Batak), malimbi (Nias); balimbieng (Minangkabau), belimbing asam (Melayu); Balimbing (Lampung). calincing, balingbing (Sunda); balimbing wuluh (Jawa), bhalingbhing bulu (Madura); blingbing buloh (Bali), limbi (Bima), balimbeng (Flores); libi (Sawu), belerang (Sangi).

Kandungan

Saponin, tanin, glucoside, calsium oksalat, sulfur, asam format, peroksidase.
Daun: Tanin, sulfur, asam format, peroksidase, calsium oksalat, kalium sitrat.

Khasiat

Menghilangkan sakit (analgetik), memperbanyak pengeluaran empedu, antiradang, peluruh kencing, astringent.

Bagian Yang Digunakan

Daun, bunga, dan buah.

Cara Pengobatan

1. PEGEL LINU

1 genggam daun belimbing wuluh yang masih muda, 10 biji cengkih, 15 biji lada, digiling halus lalu tambahkan cuka secukupnya. Lumurkan ketempat yang sakit.

2. GANDONGAN

10 ranting muda belimbing wuluh berikut daunnya dan 4 butir bawang merah setelah dicuci bersih lalu ditumbuk halus. Balurkan ke tempat yang sakit.



3. BATUK ANAK

Segenggam bunga belimbing wuluh, beberapa butir adas, gula secukupnya dan air 1 cangkir, ditim selama beberapa jam. Setelah dingin disaring dengan sepotong kain, dibagi untuk 2 kali minum, pagi dan malam sewaktu perut kosong.

4. BATUK

25 kuntum bunga belimbing wuluh, 1 jari rimpang temu-giring, 1 jari kulit kayu manis, 1 jari rimpang kencur, 2 butir bawang merah, $\frac{1}{4}$ genggam pegagan, $\frac{1}{4}$ genggam daun saga, $\frac{1}{4}$ genggam daun inggu, $\frac{1}{4}$ genggam daun sendok, dicuci dan dipotong-potong seperlunya, direbus dengan 5 gelas air bersih sampai tersisa 2 $\frac{1}{4}$ gelas. Setelah dingin disaring, diminum dengan madu seperlunya. Sehari 3 kali $\frac{3}{4}$ gelas.

5. BATUK REJAN

- a) 10 buah belimbing wuluh dicuci lalu ditumbuk halus-halus, diremas dengan 2 sendok makan air garam, lalu disaring. Minum, lakukan 2 kali sehari.
- b) Buah belimbing wuluh dibuat manisan, sehari makan 3 x 6–8 buah.

6. REMATIK

- a) 100 gr daun muda belimbing wuluh, 10 biji cengkih dan 15 biji merica dicuci lalu digiling halus, tambahkan cuka secukupnya sampai menjadi adonan seperti bubur. Oleskan adonan bubur tadi ketempat yang sakit.
- b) 5 buah belimbing wuluh, 8 lembar daun kantil, 15 biji cengkih, 15 butir lada hitam, dicuci lalu ditumbuk halus, diremas dengan 2 sendok makan air jeruk nipis dan 1 sendok makan minyak kayu putih. Dipakai untuk menggosok dan mengurut bagian tubuh yang sakit. Lakukan 2–3 kali sehari.



7. SARIAWAN

- a) Segenggam bunga belimbing wuluh, gula jawa secukupnya, dan 1 cangkir air direbus sampai kental. Setelah dingin disaring, dipakai untuk membersihkan mulut dan mengoles sariawan.
- b) 2/3 genggam bunga belimbing wuluh, dicuci lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 2 ¼ gelas. Setelah dingin disaring lalu diminum, sehari 3 kali ¾ gelas.
- c) 3 buah belimbing wuluh, 3 butir bawang merah, 1 buah pala yang muda, 10 lembar daun sariawan, ¾ sendok teh adas, ¾ jari pulosari, dicuci lalu ditumbuk halus, diremas dengan 3 sendok makan minyak kelapa, diperas lalu disaring. Dipakai untuk mengoles luka-luka akibat sariawan, 6–7 kali sehari.



8. JERAWAT

- a) Buah belimbing wuluh secukupnya dicuci lalu ditumbuk halus, diremas dengan air garam seperlunya, untuk menggosok muka yang berjerawat. Lakukan 3 kali sehari.
- b) 6 buah belimbing wuluh dan ½ sendok teh bubuk belerang, digiling halus lalu diremas dengan 2 sendok makan air jeruk nipis. Ramuan ini dipakai untuk menggosok dan melumas muka yang berjerawat. Lakukan 2–3 kali sehari.

9. PANU

10 buah belimbing wuluh dicuci lalu digiling halus, tambahkan kapur sirih sebesar biji asam, diremas sampai rata. Ramuan ini dipakai untuk menggosok kulit yang terserang panu. Lakukan 2 kali sehari.

BELUNTAS

(*Pluchea indica*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Pluchea</i>
Spesies	: <i>Pluchea indica</i> (L.) Less.

Deskripsi

Beluntas merupakan tumbuhan semak yang bercabang banyak. Tingginya bisa mencapai 3 meter. Beluntas dapat tumbuh di daerah kering pada tanah yang keras dan berbatu, pada daerah dataran rendah hingga dataran tinggi pada ketinggian 1000 m dari permukaan laut.

Daun beluntas bertangkai pendek, berselang-seling, berbentuk bulat telur, ujung bundar melancip. Tepi daun bergerigi, berwarna hijau terang, bunga keluar di ujung cabang dan ketiak daun, berbentuk bunga bonggol, bergagang atau duduk, dan berwarna ungu. Buahnya berbentuk seperti gasing, berwarna cokelat dengan bersudut putih.



Nama Daerah

Beluntas (Indonesia), luntas (Jawa), baluntas (Madura); baluntas, baruntas (Sunda), lamutasa (Makasar); beluntas (Sumatra), lenaboui (Timor)

Kandungan

Alkaloid dan minyak asiri.

Khasiat

Pereda bau badan, peningkat nafsu makan, penurun panas, mengobati TBC.

Bagian Yang Digunakan

Daun, batang, dan akar.

Cara Pengobatan

1. GANGGUAN PENCERNAAN PADA ANAK

daun dicampurkan pada bubur saring/nasi tim.

2. TBC

batang dan daun beluntas, gelatin dari kulit sapi, rumput laut ditim sampai lunak, lalu dimakan.

3. REMATIK

15 gr akar beluntas, direbus, minum.

4. MENGHILANGKAN BAU BADAN

Daun beluntas dimakan sebagai lalap.

5. PELURUH KERINGAT DAN PENURUN PANAS

Daun direbus, atau diseduh sebagai teh, diminum seperti biasa.



BENALU

(*Loranthus europaeus*)

www.aurobindo.ru

Klasifikasi Ilmiah

Kerajaan	: Plantae
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Ordo	: Santalales
Famili	: Loranthaceae
Genus	: <i>Loranthus</i> Jacq.
Spesies	: <i>Loranthus europaeus</i> .

Deskripsi

Benalu merupakan jenis tumbuhan parasit obligat, menempel pada dahan-dahan pohon kayu lain dan mengisap mineral yang larut. Bunga benalu berkelamin tunggal biji buahnya mengandung getah. Pengembangbiakannya melalui binatang atau burung yang memakan biji buah benalu tersebut.

Nama Daerah

Kemlandean (Jawa).

Kandungan

Belum dapat ditentukan.

Khasiat

Dapat digunakan untuk mengobati tumor, kanker, amandel, dan campak.

Bagian Yang Digunakan

Batang dan daun.

Cara Pengobatan

1. TUMOR DAN KANKER

1–2 batang benalu yang menempel pada 1 pohon teh, 1 batang rumput alang-alang, adas palawaras secukupnya. Direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 1 kali sehari $\frac{1}{2}$ gelas.

2. AMANDEL

1 batang benalu yang menempel pada 1 pohon jeruk nipis, adas palawaras secukupnya direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 1 kali sehari $\frac{1}{2}$ gelas.

3. CAMPAK

1–2 batang benalu adas pulasari secukupnya ditumbuk bersama sampai halus. Digunakan sebagai bedak bagi yang kena campak.





BIDARA LAUT (*Strychnos ligustrina*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Superdevisi	: Angiosperms
Devisi	: Eudicots
Kelas	: Asterids
Orde	: Gentianales
Family	: Loganiaceae
Genus	: <i>Strychnos</i>
Spesies	: <i>Strychnos ligustrina</i>

Deskripsi

Tumbuhan semak, tinggi lebih kurang 2 meter. Berbatang kecil, berkayu keras, dan kuat. Bagian yang digunakan kayu dan biji.

Nama Daerah

Bidara laut, bidara pait, bidara putih, kayu ular. Dara laut, Dara putih (Jawa); Bidara gunung (Madura), Aju mapa, Bidara mapai (Bugis), Ai betek, Ai hedu, Hau feta (Roti), Maba putih, Elu, Ai baku moruk (Timor).

Kandungan

Strikhnina dan *brusina*.

Khasiat

Anti inflamasi, analgesik, dan diaforetik.

Bagian Yang Digunakan

Kayu.

Cara Pengobatan

1. MENYEGARKAN RAUT MUKA

100 mg kayu bidara laut, 10 gram herba pegagan segar , diseduh dengan 100 ml air mendidih. Diminum sehari 1 kali, 100 ml. Diulang selama diperlukan.

2. REMATIK

100 mg kayu bidara laut, 8 gram daun jambu mete muda, 2 gram biji seledri, direbus dengan 100 ml air, diambil air sarinya. Diminum sehari 1 kali, 100 ml. Diulang selama 14 hari.

3. BISUL, KURAP DAN RADANG KULIT BERNANAH

500 mg kayu bidara laut, 3 gram daun ketepeng, 4 gram rimpang kunyit dan 110 ml air. Dibuat infus. Dikompreskan pada bagian kulit yang sakit. Diperbaharui setiap 3 jam.

BIDARA UPAS

(*Merremia mammosa*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Solanales
Famili	: Convolvulaceae
Genus	: <i>Merremia</i>
Spesies	: <i>Merremia mammosa</i> Chois.

Deskripsi

Tumbuh dengan baik di daerah tropik dari dataran rendah sampai ketinggian 250 m dpl. Bidara upas merupakan tanaman merayap atau membelit yang panjangnya 3–6 m, batangnya kecil bila dipegang agak licin dan warnanya agak gelap. Daun tunggal, bertangkai panjang, berbentuk jantung, tepi rata, ujung meruncing, panjang 5–12 cm, lebar 4–15 cm, warnanya hijau tua. Bunga berbentuk payung menggarpu berkumpul 1–4 bunga, bentuknya seperti lonceng berwarna putih, panjang 7–8 cm, dengan 4 helai kelopak. Umbi mirip ubi jalar, beratnya dapat mencapai 5 kg atau lebih. Warna kulit umbinya kuning kecokelatan, kulitnya tebal bergetah warna putih, bila kering warnanya menjadi coklat.

Nama Daerah

Blanar, widara upas (Jawa), hailale (Ambon).

Kandungan

Damar, resin, pati, zat pahit, dan zat pengoksidasi.

Khasiat

Antiradang, menghilangkan sakit (analgetik), menghilangkan bengkak, pencabar (*laxative*), menetralkan racun (*antidote*), penyejuk.

convolvulaceae.myspecies.info

Bagian Yang Digunakan

Umbi.

Cara Pengobatan

1. RADANG USUS BUNTU

¼ jari umbi dicuci bersih lalu diparut dan diremas dengan 1 sendok makan air gula, kemudian diperas dan disaring lalu diminum. Sehari 2 kali.

2. MUTAH DARAH DAN TYPUS

Umbi segar secukupnya dicuci bersih lalu diparut, peras dengan sepotong kain sampai terkumpul sebanyak 1 gelas kecil. Minum.

3. GANGGUAN BUANG AIR BESAR (BERLENDIR ATAU BERDARAH)

50 g umbi dicuci lalu dipotong-potong, tambahkan gula jawa secukupnya, rebus dengan 2 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, minum sedikit-sedikit.



4. DIFTERI

Umbi segar secukupnya, dicuci lalu diparut, peras dengan sepotong kain sampai terkumpul 1 gelas kecil. Dipakai untuk kumur-kumur di tenggorokan selama 23 menit, lalu ditelan.

5. BATUK KERING DAN SERAK

Umbi segar sebesar 1 jari tangan dicuci bersih, dipotong tipis-tipis lalu dikunyah. Lakukan 3–4 kali dalam sehari.

6. BATUK

100 g umbi segar dicuci lalu diparut, tambahkan sirup gula batu secukupnya, diaduk sampai merata lalu diperas dan disaring, minum.

7. BATUK REJAN

$\frac{1}{2}$ jari umbi segar dicuci lalu diparut, diremas dengan 2 sendok makan air masak dan 1 sendok makan madu, peras dan saring, minum. Lakukan 2 kali sehari.

8. KENCING MANIS

100 g umbi segar dicuci bersih lalu diparut, peras dengan sepotong kain. Minum setiap pagi, $\frac{1}{2}$ jam sebelum makan.

9. KERACUNAN MAKANAN

Umbi segar secukupnya dicuci bersih lalu diparut, peras dengan sepotong kain sampai terkumpul $\frac{1}{2}$ gelas. Minum.

10. KANKER DAN KUSTA

$\frac{3}{4}$ jari umbi segar dicuci lalu diparut, tambahkan 4 sendok makan air matang dan 2 sendok makan madu. Diaduk merata, lalu diperas dengan sepotong kain, dibagi untuk 3 kali minum yang habis dalam sehari.

11. LUKA KULIT

Umbi segar dicuci lalu diiris tipis-tipis, letakkan di atas luka.

12. MELANCARKAN ASI

Umbi segar dicuci bersih lalu diparut, borehkan di sekeliling payudara.

13. LUKA BAKAR

Umbi segar dicuci bersih lalu diparut, bubuhkan di atas luka bakar, bila perlu dibalut.

14. GIGITAN ULAR

Umbi segar dicuci lalu diparut sampai menjadi adonan seperti bubur. Tempelkan diatas luka gigitan, lalu dibalut.

15. SYPHILIS

1 jari umbi segar dicuci bersih lalu diparut, tambahkan 2 sendok makan air masak dan 1 sendok makan madu murni, peras dan saring, minum. Lakukan 3 kali sehari.

16. KENCING BATU

10 g umbi bidara upas, 10 g daun kumis kucing, 15 g daun keji beling, dicuci lalu umbi dipotong-potong seperlunya. Rebus dengan 1 liter air, sampai tersisa 150 cc. Setelah dingin disaring lalu diminum. Sehari 3 x 50 cc.



BRATAWALI

(*Tinospora crispa*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Ranunculales
Famili	: Menispermaceae
Genus	: <i>Tinospora</i>
Spesies	: <i>Tinospora crispa</i> (L.) Hook F. & T



Deskripsi

Tumbuhan ini menyukai tempat panas, berupa perdu memanjat, tinggi batang sampai 2,5 m. Batang sebesar jari kelingking, berbintil-bintil rapat yang rasanya pahit. Daun tunggal, bertangkai, berbentuk seperti jantung atau agak bundar seperti telur dengan ujung lancip, panjang 7–12 cm, lebar 5–10 cm, bunga kecil, berwarna hijau muda.

Nama Daerah

Antawali, bratawali, putrawali, daun gadel (Jawa);
Andawali (Sunda), Antawali (Bali).



Kandungan

Alkaloid, damar lunak, pati, glikosida pikroretosid, zat pahit pikroretin, harsa, berberin, alkaloid berberin, dan kolumbin.

Khasiat

Menghilangkan sakit (analgetik), penurun panas (antipiretik), melancarkan meridian.

Bagian Yang Digunakan

Batang.



Cara Pengobatan

1. RHEUMATIK

1 jari batang brotowali dicuci dan potong-potong seperlunya, direbus dengan 3 gelas air sampai menjadi 1 ½ gelas. Setelah dingin disaring, ditambah madu secukupnya. Diminum sehari 3 x ½ gelas.

2. DEMAM KUNING (ICTERIC)

1 jari batang brotowali dicuci dan potong-potong, direbus dengan 3 gelas air sampai menjadi 1 ½ gelas. Diminum dengan madu secukupnya. Sehari 2 x ¾ gelas.

3. DEMAM

2 jari batang brotowali direbus dengan 2 gelas air, sampai menjadi 1 gelas. Setelah dingin, diminum dengan madu secukupnya. Sehari 2 x ½ gelas.

4. KENCING MANIS

1/3 genggam daun sambiloto, 1/3 genggam daun kumis kucing, ¾ jari ± 6 cm batang brotowali dicuci dan dipotong-potong, direbus dengan 3 gelas air sampai menjadi 2 gelas. Diminum setelah makan, sehari 2 x 1 gelas.

5. KUDIS

3 jari batang brotowali, belerang sebesar kemiri, dicuci dan ditumbuk halus, diremas dengan minyak kelapa seperlunya. Dipakai untuk melumas kulit yang terserang kudis. Diulang 2 x sehari.

6. LUKA

Daun brotowali ditumbuk halus, letakkan pada luka, diganti 2 x per hari. Untuk mencuci luka, dipakai air rebusan batang brotowali.

BROJO LINTANG

(*Belamcanda chinensis*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Liliidae
Ordo	: Liliales
Famili	: Iridaceae
Genus	: <i>Belamcanda</i>
Spesies	: <i>Belamcanda chinensis</i> (L.) Dc



Deskripsi

Brojo lintang dapat tumbuh mencapai ketinggian 50 hingga 120 cm, merupakan tanaman menahun. Dapat tumbuh di dataran rendah hingga mencapai ketinggian 2000 m di atas permukaan laut. Daunnya tampak jelas 2 baris, dengan pangkal yang membelah berbentuk pelepah tinggi, dengan bentuk garis atau lanset yang miring, hijau kebiruan. Brojo lintang mempunyai rimpang yang menjalar dan berwarna kuning dengan banyak akar serabut. Bunga berupa bunga majemuk dengan jumlah 6–12 kuntum, diujung batang berwarna kuning oranye dengan bintik-bintik merah. Tangkai putik lebih panjang dari pada benang sari. Buah bulat lonjong dengan panjang 2,5 hingga 3,5 cm dengan biji yang banyak berwarna hitam.

Nama Daerah

Brojo lintang, Jamaka, suliga (Sunda), Semprit, wordi (Jawa), Karimenga kulo, katna, ketep, ketew, kiris (Minahasa).

Kandungan

Glikosida skekanin, belamkandin, dan iridin.

Khasiat

Anti inflamasi, antipiretik, ekspektoran, stomakik, dan purgatif.

Bagian Yang Digunakan

Akar.

Cara Pengobatan

1. **BATUK DAN ASMA**
5 gram akar brojo lintang, 3 gram kayu masoyi, 2 helai daun sirih segar, 5 gram herba patikan kebo segar dan 110 ml air. Dibuat infus atau dipipis. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Diulang selama 14 hari. Untuk pemeliharaan pengobatan diulang 2 kali seminggu, tiap kali minum 100 ml.
2. **RADANG KERONGKONGAN ATAU AMANDEL**
5 gram akar brojo lintang, 1 gram buah adas, 2 gram rimpang nyamplung, 2 helai daun sirih segar dan 100 ml air. Dibuat rebus, diambil airnya. Dipakai untuk berkumur 2 kali sehari, tiap kali 50 ml, bila perlu dapat diencerkan dengan air hangat. Diulang selama 14 hari. Peringatan: tidak dianjurkan untuk ibu hamil.

BUAH NONA/SRIKAYA

(*Annona squamosa*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Magnoliales
Famili	: Annonaceae
Genus	: Annona
Spesies	: <i>Annona squamosa</i> L.

Deskripsi

Tumbuhan perdu, berumur panjang (perennial), tinggi 2–5 m. Akar tunggang. Batang berkayu, silindris, tegak, warna keabu-abuan, kulit tipis, permukaan kasar, percabangan simpodial, arah cabang miring ke atas. Daun tunggal, bertangkai pendek, tersusun berseling (*alternate*), warna hijau, bentuk memanjang (*oblongus*), panjang 6–17 cm, lebar 2,5–7,5 cm, helaian daun tipis kaku, ujung dan pangkal runcing, tepi rata, pertulangan menyirip (*pinnate*), permukaan halus bunga tunggal, muncul di ketiak daun dan ujung batang, bertangkai, kelopak tebal berwarna hijau kekuningan buah semu, bulat mengerucut, warna hijau berbedak putih, 5–10 cm, permukaan buah benjol-benjol, dengan biji berbentuk kepingan kecil berwarna hitam mengkilat, berbuah setelah berumur 3–5 tahun.



Nama Daerah

Buwah nona, buah nona kapri, jambu nona. Serba rabsa (Aceh); Buwah unah (Lampung); Manowa, nona (Sunda); Kanowa, kemulwa, kluwa (Jawa); Buwah nyonya (Ambon).

Kandungan

Tanin, *alkaloid anonaina*, dan *retikulina*.

Khasiat

Kelat, menetralkan, insektisida, antiinflamasi, dan antelmintik.

Bagian Yang Digunakan

Buah dan daun.

Cara Pengobatan

1. OBAT CACING

Daun buah nona segar 4 gram diseduh dengan 110 ml air.

Diminum sehari 1 kali 100 ml. Lama pengobatan 4 hari.

2. SARIAWAN

4 gram daun buah nona segar, 3 helai daun sirih segar, 4 gram daun saga, dan 6 gram serbuk gips. Diseduh dengan 110 ml air. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Diulang selama 7 hari.



Nama Daerah

Buwah nona, buah nona kapri, jambu nona. Serba rabsa (Aceh); Buwah unah (Lampung); Manowa, nona (Sunda); Kanowa, kemulwa, kluwa (Jawa); Buwah nyonya (Ambon).

Kandungan

Tanin, *alkaloid anonaina*, dan *retikulina*.

Khasiat

Kelat, menetralkan, insektisida, antiinflamasi, dan antelmintik.

Bagian Yang Digunakan

Buah dan daun.

Cara Pengobatan

1. OBAT CACING

Daun buah nona segar 4 gram diseduh dengan 110 ml air.

Diminum sehari 1 kali 100 ml. Lama pengobatan 4 hari.

2. SARIAWAN

4 gram daun buah nona segar, 3 helai daun sirih segar, 4 gram daun saga, dan 6 gram serbuk gips. Diseduh dengan 110 ml air. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Diulang selama 7 hari.



BUNGA MATAHARI

(*Helianthus annuus*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: Helianthus
Spesies	: <i>Helianthus annuus</i> L.

Deskripsi

Herba *annual* (usia pendek), tegak, berbulu, tinggi 1–3 m. Bunga tumbuhan ini sangat khas: besar, biasanya berwarna kuning terang, dengan kepala bunga yang besar (diameter bisa mencapai 30 cm). Bunga ini sebetulnya adalah bunga majemuk, tersusun dari ratusan hingga ribuan bunga kecil pada satu bongkol. Bunga matahari juga memiliki perilaku khas, yaitu bunganya selalu menghadap ke arah matahari atau heliotropisme.

Nama Daerah

Bungngong matahuroi, bungka matahari, purbanegara;
Bunga panca matoari, bunga teleng matoari, Sungeng;
kembang sarengenge, kembang mataare, bunga ledomata;
kembang sangenge, kembang tampong are.



Kandungan

Quercimeritrin, helianthoside, oleanolic acid, echinocystic acid, Beta-sitosterol, prostaglandin E, chlorogenic acid, quinic acid, phytin, 3,4-benzopyrene.

Khasiat

Bunga : menurunkan tekanan darah, mengurangi rasa nyeri (analgetik).

Biji : antidisenteri, merangsang pengeluaran cairan tubuh (hormon, enzym, dll.), merangsang pengeluaran campak (*measles*).

Daun : antiradang, mengurangi rasa nyeri, antimalaria.

Akar : antiradang, peluruh air seni, pereda batuk, menghilangkan nyeri.

Sumsum dari batang dan dasar bunga: merangsang energi vital, menenangkan liver, merangsang pengeluaran air kemih, menghilangkan rasa nyeri pada waktu buang air kemih.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh bagian tanaman.



Cara Pengobatan

1. SAKIT KEPALA

25–30 gr bunga matahari, 1 butir telur ayam (tidak dipecahkan), ditambah 3 gelas air, direbus menjadi $\frac{1}{2}$ gelas. Diminum sesudah makan, 2 x sehari.

2. RADANG PAYUDARA

Kepala bunga (tanpa biji), dipotong halus-halus, kemudian dijemur. Setelah kering disangrai sampai hangus, kemudian digiling menjadi serbuk/tepung. Dicampur arak putih, gula dan air hangat. Diminum 3 kali sehari, setiap kali minum 10–15 g. Minum pertama kali harus keluar keringat. (Tidur pakai selimut).

3. RHEUMATIK

Kepala bunga digodok sampai menjadi kanji, ditempelkan ke tempat yang sakit.

4. DISENTRI

30 gr biji diseduh, kemudian ditim selama 1 jam. Setelah diangkat, ditambahkan gula batu secukupnya, minum seperti biasa.

5. SULIT BUANG AIR KECIL DAN BUANG AIR BESAR

15–30 gr akan segar direbus, diminum biasa.

6. INFEKSI SALURAN KENCING

30 gr akar segar direbus (jangan lama-lama, sewaktu baru mendidih, diangkat), diminum selagi hangat.

Perhatian: wanita hamil dilarang minum rebusan bunga





BUNGLI
(*Oroxylum indicum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Scrophulariales
Famili	: Bignoniaceae
Genus	: <i>Oroxylum</i>
Spesies	: <i>Oroxylum indicum</i> (L.) Vent



Deskripsi

Pohon bungle tinggi, dapat mencapai ketinggian 10 meter, batang tegak, berkayu, warna hijau kotor. Daun majemuk bentuk lonjong, ujung runcing, pangkal tumpul, warna hijau. Bunga majemuk, kelopak bentuk tabung, mahkota bentuk terompet. Buah kotak warna cokelat.

Nama Daerah

Kayu pedang (Minahasa), kapung-kapung (Palembang), pongporang (Sunda), kajeng jaler, kayu lanang, wungli (Jawa), dhangpedhangan (Madura), merkulai, merulai, merlai, bonglai kayu, bolai kayu, boli, boloi, bongloi berak, beka kampong, bikir, bikir hangkap, kankatang, biji lunang, daun juar (Melayu).



Kandungan

Oroksilin.

Khasiat

Mendinginkan,
membersihkan darah,
Anti inflamasi, analgesik, antitusif
dan diuretik.

Bagian Yang Digunakan

Biji, kulit kayu, akar.

Cara Pengobatan

RADANG KERONGKONGAN DAN BRONKHITIS

1 gram biji bungli, 5 gram akar manis , 7 gram kencur.
Diseduh dengan 110 ml Air. Diminum 1 kali sehari 100 ml.
Lama pengobatan selama 4 hari.

CEGUK

(*Quisqualis indica*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Combretaceae
Genus	: Quisqualis
Spesies	: <i>Quisqualis indica</i> L.

Deskripsi

Tanaman merambat, tingginya dapat mencapai 1,5–5 m. Daun berhadapan, tersebar, tangkai 0,5–2 cm, helaian bulat telur memanjang, 5–18,5 kali 2,5–9 cm. Bunga di ujung dan di ketiak dalam bulir yang berbunga banyak. Bunga berkelamin dua. Buah bentuk memanjang, dengan pangkal dan ujung menyempit, berwarna coklat tua.

Nama Daerah

Dani, udani, wudani, bidani (Sunda); kacekluk, kaceklik, ceguk, cekluk, wedani (Jawa); rabet dani (Madura); kunyi-rhabet, rhabet besi, sarandengan (Kangean); tikao (Bugis).

Kandungan

Trigonelina, minyak lemak, gom, dan resin.

Khasiat

Antelmintik dan tonika.

Bagian Yang Digunakan

Biji dan daun

Cara Pengobatan

OBAT CACING

3 gram biji ceguk, 2.5 gram rimpang temu hitam dan 3 gram rimpang temu giring. Diseduh dengan 110 ml Air. Diminum 1 kali sehari 100 ml. Lama pengobatan 3 hari.

A close-up photograph of a Santalum album (Cendana) plant. The image shows several green, elongated leaves and a cluster of small, dark purple flowers with yellow centers. The background is a soft-focus green.

CENDANA

(*Santalum album*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Santales
Famili	: Santalaceae
Genus	: Santalum
Spesies	: <i>Santalum album</i> L.

Deskripsi

Cendana adalah tumbuhan parasit pada awal kehidupannya. Kecambahnya memerlukan pohon inang untuk mendukung pertumbuhannya, karena perakarannya sendiri tidak sanggup mendukung kehidupannya.

Pohon cendana dewasa, tinggi antara 12 dan 15 meter. Kulit berkayu kasar, berwarna kelabu. Daun mudah gugur. Tumbuh di tanah yang panas dan kering, di tanah yang banyak kapurnya. Bagian yang digunakan kayu.

Nama Daerah

Candana (Minangkabau) tindana, sindana (Dayak), candana (Sunda), candana, candani (Jawa); candhana, candhana lakek (Madura), candana (Belitung); ai nitu; dana (Sumbawa), kayu ata (Flores), sundana (Sangir), sondana (Sulawesi Utara), ayu luhi (Gorontalo), candana (Makasar), ai nituk (Roti), hau meni, ai kamelin (Timor), kamenir (Wetar), maoni (Kisar).

Kandungan

Minyak asiri, hars, zat samak, santalol, santalen, santen, santenon, santalal, santalon, dan *isovalerilaldehida*

Khasiat

Antipiretik, analgesik, karminatif, stomakik, dan diuretik.

Bagian Yang Digunakan

Kayu, daun, kulit kayu.

Cara Pengobatan

1. DISENTRI

2 gram kulit kayu cendana, 5 gram daun patikan cina dan sedikit gambir. Diseduh dengan 100 ml Air. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml. Diulang selama 14 hari.

2. RADANG USUS

2 sendok teh serbuk kayu cendana. Diseduh dengan 100 ml air mendidih. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml. Diulang selama 14 hari.

3. ASMA

Daun tanjung muda dirajang kemudian dikeringkan. Setelah kering ditambahkan sedikit serbuk cendana, kemudian dibuat rokok. Dihisap seperti menghisap rokok.

CENGGKIH

(*Syzygium aromaticum*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Myrtaceae
Genus	: <i>Syzygium</i>
Spesies	: <i>Syzygium aromaticum</i> (L.) Merr. & L. M. Perry

Deskripsi

Pohon cengkih merupakan tumbuhan menahun yang dapat tumbuh mencapai ketinggian 10–20 m, mempunyai daun berbentuk lonjong yang berbunga pada pucuk-pucuknya. Tangkai buah pada awalnya berwarna hijau, dan berwarna merah jika bunga sudah mekar. Cengkih akan dipanen jika sudah mencapai panjang 1,5–2 cm.

Nama Daerah

Cengkih (Indonesia, Jawa, Sunda), wunga lawang (Bali), cangkih (Lampung), sake (Nias), bungeu lawang (Gayo), cengke (Bugis), sinke (Flores); canke (Ujung Pandang), gomode (Halmahera, Tidore).

Kandungan

Eugenol, asam oleanolat, asam galotanat, fenilin, karyofilin, resin dan gom.

khasiat

Mengobati kolera, menghitamkan alis mata, menambah denyut Jantung, mengobati campak.

Bagian Yang Digunakan

Biji bunga cengkih.

Cara Pengobatan

1. KOLERA DAN MENINGKATKAN DENYUT JANTUNG

Bunga cengkih yang sudah kering dikunyah disesap airnya, dilakukan setiap hari. Minyak cengkih dapat memperkuat lendir usus dan lambung serta menambah jumlah darah putih.

2. CAMPAK

Bunga cengkih direndam air masak semalam kemudian ditambah dengan gula batu dan diaduk sampai merata. Diminum sedikit demi sedikit.

3. MENGHITAMKAN ALIS MATA

5-7 bunga cengkih dibakar sampai hangus, kemudian ditumbuk sampai halus dan ditambah dengan minyak kemiri secukupnya. Dioleskan pada alis mata setiap sore hari.





CIPLUKAN (*Physalis peruviana*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Solanales
Famili	: Solanaceae
Genus	: Physalis
Spesies	: <i>Physalis peruviana</i> L.

Deskripsi

Berumur setahun, tegak, tinggi mencapai 1 m. Batang berusuk (*angulata*) bersegi tajam dan berongga. Daun berbentuk bundar telur memanjang berujung runcing, dengan tepi rata, ukurannya 2,5–10,5 × 5–15 cm.

Bunga di ketiak, dengan tangkai yang tegak, keunguan, dan dengan ujung yang mengguk. Kelopak berbagi lima, dengan taju yang bersudut tiga dan meruncing, hijau dengan rusuk keunguan. Mahkota serupa lonceng, berlekuk lima dangkal, kuning muda dengan noda kuning tua dan kecokelatan di leher bagian dalam, 7–9 mm tingginya. Tangkai sari kuning pucat dengan kepala sari biru muda.

Buah dalam bungkus kelopak yang menggelembung, berwarna hijau muda kekuningan, ukurannya 2–4 cm.

Buah buni di dalamnya bulat memanjang, 1,5–2 cm, kekuningan jika masak dan rasanya manis.



Nama Daerah

Ciplukan (Indonesia), ceplukan (Jawa); cecendet (Sunda), yor-yoran (Madura), lapinonat (Seram), angket, kepok-kepokan, keceplokan (Bali), dedes (Sasak), leletokan (Minahasa).

Kandungan

Asam sitrun, fisalin, asam malat, alkaloid, tanin, kriptoxantin, vitamin c dan gula.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, sakit paru-paru, ayan, borok.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh bagian tanaman.



www.lookfordiagnosis.com

Cara Pengobatan

1. DIABETUS MELITUS

Tumbuhan ciplukan yang sudah berbuah dicabut beserta akar-akarnya dan dibersihkan, dilayukan dan direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum 1 kali sehari.

2. SAKIT PARU-PARU

Tumbuhan ciplukan lengkap (akar, batang, daun, bunga, dan buahnya), direbus dengan 3-5 gelas air sampai mendidih dan disaring. Diminum 3 kali sehari 1 gelas.

3. AYAN

8-10 butir buah ciplukan yang sudah dimasak, dimakan setiap hari secara rutin.

4. BOROK

1 genggam daun ciplukan ditumbuk sampai halus, ditambah 2 sendok air kapur sirih. Ditempelkan pada bagian yang sakit.



DADAP AYAM

(*Erythrina variegata*)

Deskripsi

Pohon yang berukuran sedang, mencapai tinggi 15–20 m dan gemang 50–60 cm. Kulit batang berwarna kecoklelatan, batang biasanya berduri kecil (1–2 mm), berwarna hitam. Daun majemuk beranak daun tiga, hijau hingga hijau muda, poros daun dengan tangkai panjang 10–40 cm. Bunga tersusun dalam tandan berbentuk kerucut, di samping atau di ujung ranting. Mahkota berwarna merah jingga hingga merah gelap. Polong tebal dan berwarna gelap, menyempit di antara biji-biji, 15–20 cm x 1.5–2 cm, berisi 5–10 butir biji berbentuk telur, cokelat, merah atau ungu mengkilap.

Nama Daerah

Blendung, dadap blendung (Sunda), dadap ayam, dadap laut (Jawa),

theutheuk (Madura), galala kokotu (Ternate), lola kohori (Tidore).

Kandungan

Alkaloid eritralina, erisotiofina, kholina, betaina, erisovina, hepatorina, minyak lemak, dan resin.

Khasiat

Ekspektoran, antipiretik, antelmintik, dan insektisida

Bagian Yang Digunakan

Daun, bunga.



Klasifikasi Ilmiah

Kerajaan	: Plantae
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae
Upafamili	: Faboideae
Bangsa	: Phaseoleae
Genus	: <i>Erythrina</i>
Spesies	: <i>Erythrina variegata</i>

Cara Pengobatan

1. HAID TIDAK TERATUR

Beberapa helai daun dan beberapa buah bunga dadap ayam, dibuat sayur.
Dimakan sebagai sayur.

2. PELANCAR ASI

Daun dadap ayam dan santan secukupnya, dibuat sayur yang cocok.
Dimakan sebagai sayur.

3. SULIT TIDUR

Beberapa helai daun dadap ayam dan herba Kangkung dibuat sayur.
Dimakan sebagai sayur.



DAUN DEWA

(*Gynura segetum*)

wikipedia

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Gynura</i>
Spesies	: <i>Gynura segetum</i> (Lour.) Merr.

Deskripsi



Tumbuhan daun dewa dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian 50 cm. Batang muda berwarna hijau dengan alur memanjang, bila agak tua bercabang banyak. Daun tunggal, mempunyai tangkai, bentuk bulat telur sampai bulat memanjang. Daun banyak berkumpul di bawah, agak jarang pada ujung batang, letak berseling. Kedua permukaan daun berambut lembut, warna putih. Warna permukaan daun hijau tua, bagian bawah berwarna hijau muda. Panjang daun 8–20 cm, lebar 5–10 cm. Bunga terletak di ujung batang, warna kuning berbentuk bonggol (kepala bunga). Mempunyai umbi berwarna keabu-abuan, panjang 3–6 cm, dengan penampang $\pm$ 3 cm.

Nama Daerah

Beluntas cina, daun dewa.

Kandungan

Anti-coagulant, mencairkan bekuan darah, stimulasi sirkulasi, menghentikan perdarahan, menghilangkan panas dan membersihkan racun.

Khasiat

Saponin, minyak asiri, flavonoid

Bagian Yang Digunakan

Daun dan umbi.

Cara Pengobatan

1. DIGIGIT ULAR ATAU BINATANG BERBISA LAIN

Umbi dilumatkan kemudian ditempelkan di tempat kelainan.

2. KUTIL

5 lembar daun dewa dihaluskan, dan dilumurkan pada tempat berkulit, kemudian dibalut. Dilepas keesokan harinya.

3. LUKA TERPUKUL DAN TIDAK DATANG HAID

15-30 gram herba direbus atau ditumbuk, diambil airnya, campur dengan arak yang sudah dipanaskan, diminum biasa.

4. PENDARAHAN PADA WANITA, PEMBENGKAKAN PAYUDARA DAN BATUK SERTA MUTAH DARAH

1 (satu) batang lengkap (15 gram) direbus, diminum biasa.

5. KEJANG PADA ANAK

1 batang ditumbuk ambil airnya, dicampur arak, diminumkan.

6. LUKA TERPUKUL DAN MASUK ANGIN

6-9 gram umbi segar ditambah arak kuning (*wong ciu*) secukupnya, kemudian dipanaskan, diminum biasa.

DAUN ENCOK

(*Plumbago zeylanica*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Hamamelidae
Ordo	: Plumbaginales
Famili	: Plumbaginaceae
Genus	: <i>Plumbago</i>
Spesies	: <i>Plumbago zeylanica</i> L.

Deskripsi

Daun encok dapat tumbuh pada ketinggian hingga 800 m dpi (di atas permukaan laut). Tergolong tumbuhan perdu, berbatang panjang, tinggi 0,6–2 m. Batang berkayu, bulat, licin, beralur, bercabang. Daun tunggal, letak berseling, bertangkai yang panjangnya 1,5–2,5 cm, pangkal tangkai daun agak melebar. Daun bulat telur sampai jorong, panjang 5–11 cm, lebar 2–5 cm, ujung runcing, pangkal tumpul, tepi beringgit, pertulangan menyirip, wamanya hijau. Bunga majemuk dalam tandan yang keluar di ujung tangkai, kecil-kecil, berambut, berwarna putih. Buah kecil, bulat panjang, masih muda hijau, setelah tua hitam. Biji kecil, cokelat.

Nama Daerah

Daun encok, ki encok (Sunda); ceraka (Sumatera); bama, godong encok, poksor (Jawa); kareka (Madura); bama (Bali); oporie (Timor).

Kandungan

Plumbagin, 3-3-biplumbagin, 3-chloroplumbagin, chitranone (3-6-biplumbagin), dan droserone (2-hydroxy plumbagin).

Khasiat

Mengobati rematik sendi, memar (lebam), keseleo, nyeri lambung, kurap, dan kanker darah.

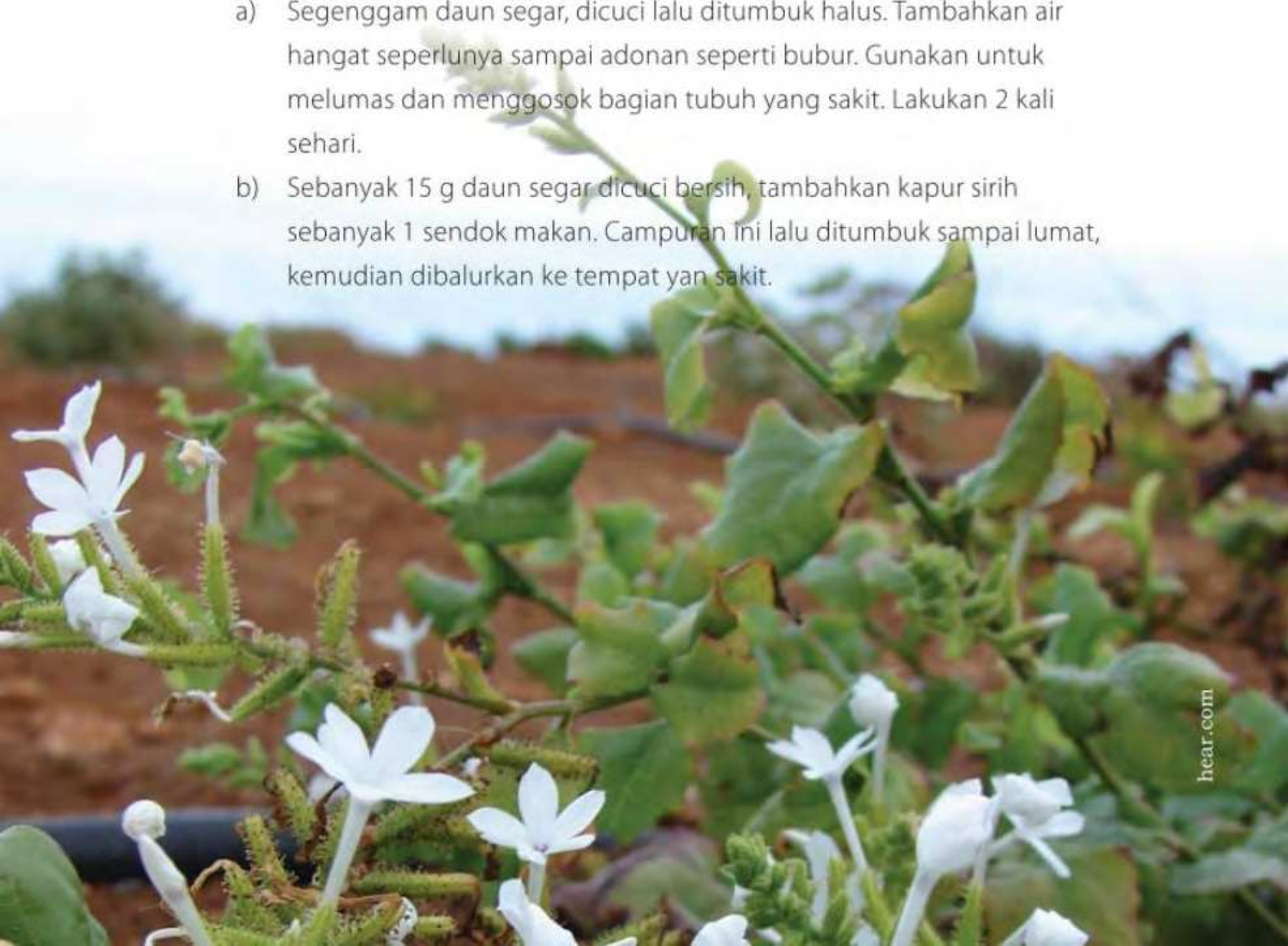
Bagian Yang Digunakan

Daun dan akar.

Cara Pengobatan

1. REMATIK

- a) Segenggam daun segar, dicuci lalu ditumbuk halus. Tambahkan air hangat seperlunya sampai adonan seperti bubur. Gunakan untuk melumas dan menggosok bagian tubuh yang sakit. Lakukan 2 kali sehari.
- b) Sebanyak 15 g daun segar dicuci bersih, tambahkan kapur sirih sebanyak 1 sendok makan. Campuran ini lalu ditumbuk sampai lumat, kemudian dibalurkan ke tempat yang sakit.



2. SAKIT KEPALA

1. Daun encok secukupnya, dipipis. Tambahkan sedikit minyak kelapa sampai menjadi adonan seperti bubur. Letakkan di pelipis dan bagian kepala yang sakit sebagai tapal. Cukup 30 menit supaya tidak terjadi lepuh.
2. Daun encok segar, dicuci bersih dan dimemarkan. Oleskan minyak kelapa lalu layukan di atas api. Tempelkan di belakang telinga.

3. KENCING TIDAK LANCAR

Daun encok secukupnya, ditambahkan adas pulosari lalu giling halus. Gosokkan ramuan tersebut di perut bagian bawah, tepat di posisi kandung kencing. Cukup 30 menit agar tidak terjadi lepuh.

4. KANKER DARAH

Akar daun encok, biji *livistona chinensis*, *hedyotis diffusa* (rumput lidah ular) dan *verbena officinalis*, masing-masing 30 g, dan *spica prunellae* 15 g. Akar daun encok direbus terlebih dahulu selama 4 jam dengan air bersih secukupnya. Tambahkan air bila air rebusannya berkurang. Setelah 4 jam, baru bahan obat lain-lainnya dimasukkan. Didihkan kembali selama ½ jam. Setelah dingin disaring, dibagi untuk 3 kali minum. Sehari 3 kali, masing-masing 1/3 bagian.

5. KUSTA, SKABIES, DAN KELAINAN KULIT

Akar daun encok, dicuci dan ditumbuk sampai halus. Tambahkan sedikit susu dan air sambil diaduk merata sampai menjadi adonan seperti pasta. Oleskan ke bagian tubuh yang sakit.



DAUN KENTUT

(*Paederia scandens*)

wildplantsshimane.jp

Deskripsi

Merupakan tumbuhan menahun, berkayu, panjang 3–5 m. Dapat tumbuh pada ketinggian 1–200 m dpl. Daun tunggal, bertangkai yang panjangnya 1–5 cm, letak berhadapan, bentuknya bundar telur sampai lonjong atau lanset. Pangkal daun berbentuk jantung, ujung runcing, tepi rata, panjang 3–12,5 cm, lebar 2–7 cm, permukaan atas berambut atau gundul, tulang daun menyirip, bila diremas berbau kentut. Bunganya bunga majemuk tersusun dalam malai, keluar dari ketiak daun atau ujung percabangan. Mahkota bunga berwarna putih, bagian dalam tabung berwarna ungu gelap. Buah bulat, warnanya kuning, mengkilap, panjang 4–6 mm. Daun dimakan sebagai lalap atau disayur.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Rubiales
Famili	: Rubiaceae
Genus	: <i>Paederia</i>
Spesies	: <i>Paederia scandens</i>

Nama Daerah

Kahitutan (Sunda), kasembukan (Jawa), bintaos, kasembhukan (Madura), gumi siki (Ternate), daun kentut, sembukan (Sumatera).

Kandungan

Asperuloside, deacetylasperuloside, scandoside, paederosid, paederosidic acid dan gama-sitosterol, arbutin, *oleanolic acid* dan minyak menguap.

Khasiat

Antirematik, penghilang rasa sakit (analgetik), peluruh kentut (karminatif), peluruh kencing, peluruh dahak (mucolytic), penambah nafsu makan (*stomakik*), antibiotik, anti radang, obat batuk (*antitussif*), menghilangkan racun (*detoksifikasi*), obat cacing, pereda kejang.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh bagian tanaman.

Cara Pengobatan

1. PERUT MULAS DAN MASUK ANGIN

25 lembar daun dibuat sayur atau dikukus, makan sebagai lalap matang. Untuk luarnya, daun dilayukan di atas api lalu diikatkan pada perut.

2. MATA BENGGAK

Daun secukupnya dicuci bersih lalu direbus dengan air. Setelah mendidih diangkat, penderita didudukkan diatas uapnya. Bila air sudah hangat, maka daunnya dibungkus dengan sepotong kain, biarkan sampai dingin, kompres diganti.

3. GASTRITIS, KEMBUNG DAN DISENTRI

15–60 g daun segar dicuci lalu ditumbuk sampai seperti bubur. Tambahkan 1 cangkir air matang dan 1–2 sendok teh garam, aduk merata lalu disaring. Minum sebelum makan.

4. CACAR ULAR

Daun dicuci lalu ditumbuk sampai seperti bubur. Tambahkan sedikit air dan garam secukupnya, kemudian dibalurkan disekitar gelembung-gelembung kecil dikulit.





5. SARIAWAN

1/6 genggam daun kentut, 1/5 genggam daun iler, 1/4 genggam daun saga, 1/5 genggam daun picisan, 1/4 genggam daun sembung, 1/4 genggam pegagan, 3/4 sendok teh adas, 3/4 jari pulosari, 3/4 sendok teh ketumbar, 1/2 jari rimpang lempuyang, 1/2 jari rimpang kunyit, 3/4 jari kayu manis, 3 jari gula enau, dicuci dan dipotong-potong seperlunya. Rebus dengan 4 1/2 gelas air bersih sampai tersisa kira-kira setengahnya. Setelah dingin disaring, dibagi untuk 3 kali minum, habis dalam 1 hari.

6. RADANG TELINGA TENGAH

1/2 genggam daun dicuci bersih lalu digiling halus. Remas dengan 1 sendok makan air garam, diperas dan disaring. Airnya dipakai untuk menetes anak telinga yang sakit. Teteskan 4-6 kali sehari, setiap kali 3 tetes.

7. EKZEMA, KULIT GATAL (PRURITUS), NEURODERMATITIS

Batang dan daun segar secukupnya dicuci bersih lalu digiling halus, tempelkan ke tempat yang berpenyakit.

DAUN SENDOK

(*Plantago major*)

Deskripsi

Merupakan tanaman gulma atau tumbuhan liar. Dapat tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 3.300 m di atas permukaan laut. Daun sendok berasal dari daratan Asia dan Eropa, tumbuh tegak dengan tinggi sekitar 15 cm–20 cm, daunnya tunggal berwarna hijau dengan bentuk bulat telur melebar dengan ukuran panjang 5 cm–10 cm, lebar 4 cm–9 cm, tepi daun rata atau bergerigi kasar tidak teratur.

Nama Daerah

Ki urat, ceuli, c. uncal (Sunda), meloh kiloh, otot-ototan, sangkabuah, sangkabuah, sangkuah, sembung otot, suri pandak (Jawa). daun urat. daun urat-urat, daun sendok, Ekor angin, kuping menjangan (Sumatera), torongoat (Minahasa).

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Plantaginales
Famili	: Plantaginaceae
Genus	: Plantago
Spesies	: <i>Plantago major</i> L.

Kandungan

Plantagin, aukubin, asam ursolik, beta-si-tosterol, n-hentriakontan, methyl D-galakturonat, D-galaktosa, L-arabinosa, L-rhammosa, tanin, kalium dan vitamin (B1, C, A).

Khasiat

Mengobati penyakit infeksi saluran kencing, kencing berlemak, kencing berdarah, bengkak karena penyakit ginjal (nefrotik edema), batu empedu, batu ginjal, radang prostat (prostatitis), kencing sedikit, demam,



influenza, batuk rejan (pertusis), radang saluran napas (bronkhitis), diare, disentri, nyeri lambung, radang mata merah (konjungtivitis), kencing manis (diabetes melitus), cacingan, gigitan serangga, hepatitis akut disertai kuning (hepatitis ikterik akut), mimisan, gangguan pencernaan pada anak (dispepsia), cacingan, perangsang birahi (afrodisiak), beser mani (spermatorea), kencing sakit (disuria), sukar kencing, penglihatan kabur, batuk darah, keputihan (leukore), nyeri otot, mata merah, batuk berdahak, beri-beri, darah tinggi (hipertensi), rematik gout, sakit kuning (*jaundice*).

Bagian Yang Digunakan

Semua bagian tanaman.

Cara Pengobatan

1. MELANCARKAN KENCING

- 6 ons herba daun sendok segar dicuci, tambahkan gula batu secukupnya. Bahan tersebut direbus dengan 3 liter air, sampai air rebusannya tersisa separo. Minum seperti air teh habiskan dalam sehari.
- Herba daun sendok segar dicuci lalu ditumbuk sampai lumat. Peras dan saring sampai airnya terkumpul $\frac{1}{2}$ gelas. Tambahkan madu 1 sendok makan, lalu diminum sekaligus.

2. KENCING BERDARAH

Herba daun sendok segar dicuci lalu ditumbuk sampai lumat. Peras dan saring sampai airnya terkumpul 1 gelas. Minum sebelum makan.

3. **DISENTRI DISERTAI PANAS**

Herba daun sendok segar dicuci lalu ditumbuk halus. Peras dan saring sampai terkumpul 1 gelas. Tambahkan madu 2 sendok makan sambil diaduk merata. Air perasan tersebut lalu ditim sebentar. Minum sekaligus selagi hangat.

4. **DISENTRI BASILER, DIARE**

Herba daun sendok segar sebanyak 30 g setelah dicuci bersih lalu direbus dengan 2 gelas air sampai air rebusannya tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, airnya diminum sehari 2 kali, masing-masing 1/2 gelas.

5. **MIMISAN**

15 g daun sendok segar dicuci lalu dipipis. Seduh dengan secangkir air panas. Setelah dingin diperas dan disaring, lalu diminum sekaligus.

6. **BATUK SESAK DAN BATUK BERDARAH**

Herba daun sendok segar sebanyak 60 g dicuci lalu tambahkan air bersih sampai terendam dan 30 g gula batu. Ditim sampai mendidih selama 15 menit. Minum selagi hangat.



www.1zoom.me

DELIMA (*Punica granatum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Punicaceae
Genus	: Punica
Spesies	: <i>Punica granatum</i> L.

Deskripsi

Tanaman delima merupakan jenis tanaman buah yang dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian 5–8 m. Delima dapat tumbuh di dataran rendah sampai 1.000 m dpl. Pohon delima berbentuk perdu dengan tinggi 2–5 m. Batang berkayu, ranting bersegi, percabangan banyak, lemah, berduri pada ketiak daunnya, cokelat ketika masih muda, dan hijau kotor setelah tua. Daun tunggal, bertangkai pendek, letaknya berkelompok. Helaian daun bentuknya lonjong sampai lanset, pangkal lancip, ujung tumpul, tepi rata, pertulangan menyirip, permukaan mengkilap, panjang 1–9 cm, lebar 0,5–2,5 cm, warnanya hijau.

Bunga tunggal bertangkai pendek, keluar di ujung ranting atau di ketiak daun yang paling atas. Biasanya, terdapat satu sampai lima bunga, warnanya merah, putih, atau ungu. Berbunga sepanjang tahun. Buahnya buah buni, bentuknya bulat dengan diameter 5–12 cm, warna kulitnya beragam, seperti hijau keunguan, putih, cokelat kemerahan, atau ungu kehitaman. Kadang, terdapat bercak-bercak yang agak menonjol berwarna lebih tua. Bijinya banyak, kecil-kecil, bentuknya bulat panjang yang bersegi-segi agak pipih, keras, tersusun tidak beraturan, warnanya merah, merah jambu, atau putih.

Nama Daerah

Glima (Aceh), glimeu mekah (Gayo), dalimo (Batak), gangsalan (Jawa), dalima (Sunda), dhalima (Madura), jeliman (Sasak), talima (Bima), dila dae lok (Roti), lelo kase, rumau (Timor), dilimene (Kisar).

Kandungan

Pelletierene, granatin, betulic acid, ursolic acid, isoquercitrin, elligatanin, resin, triterpenoid, kalsium oksalat, pati, pseudopelletierine, metilpelletierine, isopelletierine, metilisopelletierine tanin, kalsium oksalat, lemak, sulfur, peroksidase, asam sitrat, asam malat, glukosa, fruktosa, maltosa, vitamin (A, C), mineral (kalsium, fosfor, zat besi, magnesium, natrium, dan kalium).

Khasiat

Menghentikan perdarahan (hemostatis), peluruh cacing usus (vermifuga), antidiare, dan antivirus.

Bagian Yang Digunakan

Semua bagian tanaman.

Cara Pengobatan

1. CACINGAN

- a. Akar delima yang telah dikeringkan dicuci bersih, lalu potong-potong. Rebus dengan satu gelas air selama 15 menit. Setelah dingin, saring dan minum airnya sekaligus.





- b. Masing-masing sebanyak 15 g kulit delima kering dan serbuk biji pinang direbus dengan tiga gelas air bersih. Didihkan perlahan-lahan selama satu jam. Setelah dingin, saring dan minum sekaligus sebelum makan pagi.
- c. Campur jus buah delima dengan jus wortel, masing-masing setengah gelas. Aduk sampai merata, lalu minum sekaligus
- d. Satu sendok makan bubuk biji delima kering dimasukkan dalam segelas jus nanas yang belum terlalu masak. Aduk merata, minum sewaktu perut kosong.

2. RADANG GUSI

Tujuh kuntum bunga delima dicuci dengan air bersih, lalu rebus dengan segelas air bersih sampai mendidih. Setelah dingin, saring dan gunakan untuk kumur-kumur.

3. PENDARAHAN

20 g bunga delima direbus dengan tiga gelas air bersih sampai tersisa separuhnya. Minum air rebusan dua kali sehari, masing-masing tiga perempat gelas.

4. LUKA

Serbuk kulit buah atau bunga delima secukupnya dicampur dengan minyak wijen. Aduk merata, lalu oleskan pada bagian yang luka.

5. SARIAWAN

Dua buah delima segar yang sudah masak diambil isi dan bijinya, lalu tumbuk sampai halus. Tambahkan satu gelas air sambil diaduk merata, lalu

saring. Gunakan airnya untuk berkumur, lalu telan. Lakukan 2–3 kali sehari, sampai sembuh.

6. SERING KENCING

Buah delima (yang segar dan masak, satu buah) diambil isi dan bijinya dan segenggam kucai dipotong-potong. Rebus dengan tiga gelas air bersih sampai tersisa separuhnya, angkat dan dinginkan. Minum air rebusan dua kali sehari, masing-masing tiga perempat gelas.

7. KEPUTIHAN

30 g kulit delima kering dan 15 g herba sambiloto kering direbus dengan satu liter air bersih. Biarkan sampai air rebusannya tersisa separuhnya. Setelah dingin, saring dan bagi untuk tiga kali minum, pagi, siang, dan malam hari. Air rebusan ini juga bisa digunakan untuk cuci vagina. Khusus wanita yang sudah menikah, gunakan dengan alat semprot yang masuk ke liang vagina.

8. BATUK KRONIS

Ambil sebuah delima yang belum terlalu masak. Setiap malam sebelum tidur, kunyah biji delima tersebut. Jangan ditelan.

9. SUARA SERAK DAN TENGGOROKAN KERING

Ambil sebuah delima segar, dibelah, dan diambil isinya. Kunyah, lalu buang bijinya. Lakukan 2–3 kali sehari.





GANDARUSA

(*Justicia gendarussa*)

wikipedia.com

Deskripsi

Gandarusa merupakan tumbuhan perdu. Dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian 1–500 m di atas permukaan laut. Pohon gandarusa dapat mencapai ketinggian 2 m, percabangan banyak, berwarna cokelat mengkilat. Daun berhadapan, berupa daun tunggal yang bentuknya lanset dengan panjang 5–20 cm, lebar 1–3,5 cm, tepi rata, ujung daun meruncing, pangkal berbentuk biji bertangkai pendek antara 5–7,5 mm, warna daun hijau gelap. Bunga kecil berwarna putih atau dadu yang tersusun dalam rangkaian berupa malai/bulir yang menguncup, berambut menyebar dan keluar dari ketiak daun atau ujung tangkai. Buahnya berbentuk bulat panjang.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Scrophulariales
Famili	: Acanthaceae
Genus	: Justicia
Spesies	: <i>Justicia gendarussa</i> Burm.

Nama Daerah

Handarusa (Sunda), gandarusa, tetean, trus (Jawa), ghandharusa (Madura), gandarisa (Bima), puli (Ternate), besi-besi (Aceh), gandarusa (Melayu).

Kandungan

Justicin, minyak asiri, kalium dan alkaloid.

Khasiat

Melancarkan peredaran darah (Circulation promoting, stag-nant blood dispelling), antirematik.

Bagian Yang Digunakan

Semua bagian tumbuhan.

Cara Pengobatan

1. TULANG PATAH DAN BISUL

Herba yang segar dilumatkan atau yang kering dihaluskan, diaduk dengan arak dan cuka secukupnya, digunakan untuk kompres. Tulang yang patah sudah dalam posisi yang benar dan terfiksasi.

2. MEMAR, KESLEO DAN REMATIK

15–30 gr Herba kering atau 30–60 gr gandarusa segar direbus minum airnya.

3. MEMAR

Daun gandarusa diolesi minyak, layukan di atas api. Tempelkan ke tempat sakit.

ILER (*Coleus atropurpureus*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Lamiales
Famili	: Lamiaceae
Genus	: <i>Coleus</i>
Spesies	: <i>Coleus atropurpureus</i> (L.) Benth

Deskripsi

Pohon iler dapat tumbuh mencapai ketinggian 30 cm sampai 150 cm. Pohon iler dapat tumbuh di dataran rendah hingga mencapai ketinggian 500 dpl. Batang iler mempunyai penampang batang berbentuk segi empat, termasuk katagori tumbuhan basah yang batangnya mudah patah. Daun berbentuk hati dan pada setiap tepiannya dihiasi oleh jorong-jorong atau lekuk-lekuk tipis yang bersambungan dan didukung oleh tangkai daun dan memiliki warna yang beraneka ragam. Bunga berbentuk untaian bunga bersusun, bunganya muncul pada pucuk tangkai batang.



Nama Daerah

Iler (Indonesia), kentangan (Jawa), jawer kotok (Sunda).

Kandungan

Alkaloid, etil salisilat, metil eugenol, timol, dan karvakrol

Khasiat

Mengobati ambeien, diabetes melitus, demam, diare (sakit perut), datang bulan terlambat, bisul.

Bagian Yang Digunakan

Semua bagian tanaman.

Cara Pengobatan

1. AMBEIEN

17 lembar daun iler, 7 lembar daun ngokilo, 3 rimpang umbi dan kunyit (3 cm), direbus dengan 5 gelas air sampai mendidih. Diminum 1 kali sehari 1 gelas



2. DIABETUS MELITUS

Herba iler lengkap (batang, daun, bunga) dan adas pulawaras secukupnya. Direbus dengan 1 liter air sampai mendidih. Diminum 2 kali sehari $\frac{1}{2}$ gelas, pagi dan sore.

3. DEMAM DAN SEMBELIT

1 potong daun dan batang iler direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas. Diminum 2 kali sehari $\frac{1}{2}$ gelas.

4. SAKIT PERUT

3 potong akar iler direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Diminum pagi dan sore.

5. TERLAMBAT DATANG BULAN

Daun iler secukupnya direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Diminum menjelang tanggal bulan haid.

6. BISUL

Daun iler secukupnya diolesi minyak kelapa, kemudian dipanggang. Dalam keadaan hangat-hangat ditempelkan pada bagian-bagian yang ada bisulnya.

INGGU

(*Ruta angustifolia*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Sapindales
Famili	: Rutaceae
Genus	: Ruta
Spesies	: <i>Ruta angustifolia</i> (L.) Pers

Deskripsi

Inggus merupakan jenis tanaman perdu. Inggus dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian 1,5 m, batang berkayu, silindris, ramping. Percabangan banyak, lemah, seluruh bagian bila diremas berbau tidak sedap. Daun majemuk menyirip ganda, letaknya berseling, dengan anak daun lanset atau bulat telur sungsang, pangkal menyempit, ujung tumpul, tepi rata, pertulangan tidak jelas, panjang 8–20 mm, lebar 2–6 mm, warnanya hijau muda. Bunga majemuk dalam malai rata, keluar di ujung ranting, dengan mahkota berbentuk mangkok warna kuning terang. Buah kecil, lonjong, terbagi menjadi 4–5 kotak,

ulvaplatover.com





warnanya cokelat. Biji kecil berbentuk ginjal, warnanya hitam.

Nama Daerah

Inggü (Sunda), godong minggu (Jawa), aruda (Sumatera), anruda busu (Makasar).

Kandungan

Metil-nonilketone sampai 90%, ketone, pinena, 1-limonena, cineol, asam rutinat, kokusaginin, edulinine, skimmianine, bergapten, graveoline, graveolinine, asam modic, rutin, rhamno glikosid, quersetin flavenol, xanthotoxin, sedikit tanin.

Khasiat

Mengobati penyakit Demam, influenza, batuk, radang paru, ayan (epilepsi), hepatitis, Kejang pada anak, kecikutan (singultus, hiccup), kolik, cacingan, Histeri (hysteria), nyeri ulu hati, nyeri dada dan hernia, bisul, Haid tidak teratur, tidak datang haid (amenorrhoea), Radang kulit bernanah, memar akibat benturan benda keras, Gigitan ular berbisa dan serangga, Keracunan obat atau racun, Pelebaran pembuluh darah balik (vena varikosa), Radang vena (flebitis).

Bagian Yang Digunakan

Seluruh bagian tanaman.

Cara Pengobatan

1. DEMAM

$\frac{1}{2}$ genggam herba inggu segar dicuci bersih lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai air rebusannya tersisa $\frac{3}{4}$ bagian. Setelah dingin Lalu disaring, dapat ditambah madu sebelum diminum. Sehari 3 kali, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

2. KEJANG PADA ANAK

- a. 15–20 g daun inggu segar dicuci bersih, lalu dipotong-potong. Rebus dengan 2 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, dibagi untuk 2 kali minum, pagi dan sore hari.
- b. 10 lembar daun inggu dicuci bersih dan digiling sampai halus. Tambahkan cuka seperlunya, remas sampai merata. Setelah selesai, adonan tadi dipakai untuk mengompres ubun-ubun anak yang sedang kejang.

3. NYERI ULU HATI

15 g herba inggu segar dicuci dan direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum sekaligus.

4. MERANGSANG HAID

28 g herba inggu kering direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, siap untuk diminum. Setiap kali minum cukup $\frac{1}{2}$ gelas.

5. KECIKUKAN

3-5 genggam daun inggu dicuci, lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai airnya menjadi $\frac{3}{4}$ bagian. Setelah dingin disaring. Diminum 3 kali sehari, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas. Setiap kali minum dapat ditambah madu secukupnya.

6. SAKIT TELINGA

Tiga genggam daun inggu segar dicuci bersih lalu dibilas dengan air matang. Tumbuk sampai halus, kemudian peras dengan sepotong kain. Air perasannya diteteskan pada telinga yang sakit.

7. SAKIT KEPALA

Satu genggam daun inggu segar dicuci bersih lalu ditumbuk sampai lumat. Hasilnya dibagi dua sama banyak, tempelkan pada kedua pelipis.

8. SAKIT GIGI

Tiga lembar daun inggu segar dicuci bersih lalu dibilas dengan air matang. Lumatkan dengan jari sampai lunak. Masukkan ke dalam lubang gigi lalu ditutup dengan kapas.

9. KETOMBE DAN PENYAKIT KULIT

Segenggam daun segar, sepotong kunyit, dan 1 sendok teh beras dicuci bersih, lalu digiling halus sampai seperti bubur. Gosokkan pada kulit kepala atau kulit yang terkena penyakit.

10. BISUL

Segenggam daun inggu dicuci bersih lalu digiling halus. Hasil gilingannya diperas dan air perasannya ini dicampur dengan bubuk indigo. Gunakan untuk memoles bisul.

11. HEPATITIS

Daun inggu segar sebanyak 1/3 genggam dicuci bersih, lalu ditambahkan 3 gelas air bersih kemudian direbus sampai airnya tersisa separo. Diminum secara teratur.

JAHE

(*Zingiber officinale*)

Deskripsi

Batang jahe merupakan batang semu dengan tinggi 30 hingga 100 cm. Akarnya berbentuk rimpang dengan daging akar berwarna kuning hingga kemerahan dengan bau menyengat. Daun menyirip dengan panjang 15 hingga 23 mm dan panjang 8 hingga 15 mm. Tangkai daun berbulu halus.

Bunga jahe tumbuh dari dalam tanah berbentuk bulat telur dengan panjang 3,5 hingga 5 cm dan lebar 1,5 hingga 1,75 cm. Gagang bunga bersisik sebanyak 5 hingga 7 buah. Bunga berwarna hijau kekuningan. Bibir bunga dan kepala putik ungu. Tangkai putik berjumlah dua.

Nama Daerah

Jahe.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: Zingiber
Spesies	: <i>Zingiber officinale</i> Rosc.

Kandungan

Minyak asiri zingiberena (zingirona), zingiberol, bisabolena, kurkumen, gingerol, filandrena, dan resin.

Khasiat

Karminatif, stomakik, stimulans, dan diaforetik.



Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. MULAS

3 rimpang jahe merah (parut), diperas. Diminum 3 kali sehari 1 sendok teh. Diulang selama 3 hari.

2. SERBAT

1 rimpang jahe, 2 biji bunga cengkih, 4 biji buah kemukus, 3 biji buah cabai jawa, 1 ruas jari tangan sereh, 1/5 butir biji pala, ½ lembar daun jeruk purut, sedikit kulit kayu manis dan gula aren secukupnya. Dibuat infus atau diseduh dengan air 200 ml. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml.

Diulang selama 4 hari.



3. SELESMA

1 Rimpang jahe merah, 1 genggam herba poko segar, 6 butir buah kemukus, 2 butir biji jintan hitam dan air sedikit. Dipipis hingga berbentuk pasta. Pindahkan ramuan ke kain bersih dan ikat dengan tali, kemudian masukkan ke dalam cuka hangat dan oleskan ke seluruh badan, agar mempercepat keluarnya keringat.

JAMBLANG

(*Syzygium cumini*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Myrtaceae
Genus	: Syzygium
Spesies	: <i>Syzygium cumini</i> (L.) Skeels

Deskripsi

Pohon jamblang dapat tumbuh hingga mencapai tinggi hingga 20 m. Jamblang bercabang rendah dan bertajuk bulat atau tidak beraturan. Daun-daunnya berhadapan, bertangkai 1–3,5 cm. Helaian daun bundar telur terbalik, 5–25 x 2–10 cm, berwarna hijau tua berkilat di sebelah atas, daun jamblang agak berbau terpentin apabila diremas. Daun yang muda berwarna merah jambu.

Karangan bunga dalam malai, renggang, umumnya muncul pada cabang-cabang yang tak berdaun. Bunga kecil, duduk rapat-rapat, 3–8 kuntum di tiap ujung tangkai, berbau harum. Daun kelopak bentuk lonceng melebar atau corong, tinggi 4–6 mm, kuning sampai keunguan. Daun mahkota bundar dan lepas-lepas, 3 mm, putih abu-abu sampai merah jambu, mudah gugur.

Buah buni berbentuk lonjong sampai bulat telur, sering agak bengkok, 1–5 cm, bermahkota cuping kelopak, dengan kulit tipis licin mengkilap, merah tua sampai ungu kehitaman, kadang-kadang putih. Sering dalam gerombolan besar. Daging buah putih, kuning kelabu sampai agak merah ungu, hampir tak berbau,



dengan banyak sari buah, sepat masam sampai masam manis. Biji lonjong, sampai 3,5 cm.

Nama Daerah

Jambe kleng (Aceh), jambu kling (Gayo), jambu kalang (Mink.). Jawa: jamblang (Sunda), juwet, duwet, d. manting (Jawa), dhalas, d. bato, dhuwak (Madura). Nusa Tenggara: juwet, jujutan (Bali), klayu (Sasak), duwe (Bima), jambulan (Flores) . Sulawesi: raporapo jawa (Makasar), alicopeng (Bugis). Maluku: jambula (Ternate).

Kandungan

Minyak asiri, fenol (methylxanthoxylin), alkaloid (jambosine), asam organik, triterpenoid, asam elagat, dan tanin.

Khasiat

Melumas organ paru, menghentikan batuk, peluruh kencing (diuretik), peluruh kentut (karminatif), memperbaiki gangguan pencernaan, merangsang keluarnya air liur, dan menurunkan kadar glukosa darah (hipoglikemik).

Bagian Yang Digunakan

Kulit kayu, buah, dan biji.

Cara Pengobatan

1. BATUK KRONIS, ASMA

- a. 15 g buah jamblang segar dicuci sampai bersih, buang bijinya, lalu dimakan. Lakukan tiga kali sehari.
- b. 15 g Buah jamblang kering. Masukkan ke dalam mangkuk, tambahkan air sampai seluruh buah terendam, lalu di-tim sampai matang. Setelah dingin, minum airnya dan makan buahnya sekaligus. Lakukan tiga kali sehari.

2. BATUK REJAN

15 g buah jamblang kering,
1 buah empedu ayam betina,
dan gula pasir secukupnya
dimasukkan ke dalam mangkuk,
ditambah air sampai seluruh bagian
terendam, lalu ditim sampai matang.
Minum airnya dan makan isinya. Lakukan
sekali sehari sampai sembuh.



3. BATUK TB DISERTAI NYERI DADA

30 g buah jamblang segar dan daun sembung segar (*Blumea balsamifera*)
(25 g) dicuci. Daun sembung dipotong-potong. Masukkan ke dalam
mangkuk, tambahkan 15 g gula pasir dan air secukupnya sampai seluruh
bahan terendam. Tim sampai matang. Setelah dingin, minum airnya.
Makan buahnya, tetapi bijinya dibuang. Lakukan setiap malam
sebelum tidur.

4. DIARE ANAK

6 g buah jamblang segar yang belum matang dan 6 g beras yang sudah
digongseng sampai kuning dimasukkan ke dalam mangkuk, tambahkan
air secukupnya sampai semua bahan terendam. Tim sampai matang.
Setelah dingin, makan sekaligus. Lakukan tiga kali sehari.

5. NYERI LAMBUNG

Gongseng 30 g buah jamblang kering tanpa biji sampai berbau harum.
Masukkan ke dalam mangkuk, tambahkan air secukupnya sampai semua
bahan terendam, lalu tim sampai matang. Setelah dingin, makan seluruhnya.
Lakukan tiga kali sehari, selama 10 hari.

6. SARIAWAN

Rebus kulit kayu atau daun secukupnya. Setelah dingin, gunakan untuk
berkumur-kumur. Lakukan 3–4 kali dalam sehari.

JAMBU BIJI

(*Psidium guajava*)

Deskripsi

Jambu biji termasuk tanaman perdu dan memiliki banyak cabang dan ranting, batang pohonnya keras. Permukaan kulit luar pohon jambu biji berwarna cokelat dan licin. Apabila kulit kayu jambu biji tersebut dikelupas, akan terlihat permukaan batang kayunya basah. Bentuk daunnya umumnya bercorak bulat telur dengan ukuran yang agak besar. Bunganya kecil-kecil berwarna putih dan muncul dari balik ketiak daun. Buah manis, hijau bila muda dan kekuningan bila sudah masak. Tanaman ini dapat tumbuh subur di daerah dataran rendah sampai pada ketinggian 1200 meter di atas permukaan laut.



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Myrtaceae
Genus	: <i>Psidium</i>
Spesies	: <i>Psidium guajava</i> L.

Nama Daerah

Jambu klutuk, bayawas, tetokal, tokal (Jawa), jambu klutuk, jambu batu (Sunda), jambu bender (Madura).

Kandungan

Tanin, minyak asiri, asam ursolat, asam psidiolat, asam kratogolat, asam oleanolat, asam guajaverin dan vitamin.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, maag, diare, masuk angin, beser, prolapsisani, Sariawan, Sakit Kulit, Luka baru.



sunpride.co.id

Bagian Yang Digunakan

Daun dan buah.

Cara Pengobatan

1. DIABETES MELLITUS

1 buah jambu biji setengah masak dibelah menjadi empat bagian dan direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore

2. MAAG

8 lembar daun jambu biji yang masih segar direbus dengan 1,5 liter air sampai mendidih, kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum 3 kali sehari, pagi, siang dan sore.

3. SAKIT PERUT DISERTAI DIARE

5 lembar daun jambu biji, 1 potong akar, kulit dan batangnya direbus dengan 1,5 liter air sampai mendidih kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum 2 kali sehari pagi dan sore.

4. DIARE PADA BAYI YANG MASIH MENYUSU

Jambu biji yang masih muda dan garam secukupnya dikunyah oleh ibu yang menyusui bayi tersebut, airnya ditelan dan ampasnya dibuang.



5. MASUK ANGIN

10 lembar daun jambu biji yang masih muda, 1 butir cabai merah, 3 mata buah asam, 1 potong gula kelapa, garam secukupnya, direbus bersama dengan 1 liter air sampai mendidih kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum 2 kali sehari.

6. KENCING BERLEBIHAN

1 genggam daun jambu biji yang masih muda, 3 sendok bubuk beras yang digoreng tanpa minyak, direbus bersama dengan 2,5 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas kemudian disaring. Diminum tiap 3 jam sekali 3 sendok makan.

7. PROLAPSISANI

1 genggam daun jambu biji, 1 potong kulit batang jambu biji direbus bersama dengan 2 gelas air sampai mendidih, kemudian disaring untuk diambil airnya. Air ramuan tersebut dalam keadaan masih hangat dipakai untuk mengompres selaput lendir poros usus (pusar) pada bayi.

8. SARIAWAN

1 genggam daun jambu biji, 1 potong kulit batang jambu biji, direbus bersama dengan 2 gelas air sampai mendidih, kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum 2 kali sehari.

9. SAKIT KULIT

1 genggam daun jambu biji yang masih muda dan 7 kuntum bunga jambu biji, ditumbuk bersama-sama sampai halus. Digunakan untuk menggosok bagian kulit yang sakit.

10. LUKA BARU

3 pucuk daun jambu biji dikunyah sampai lembut, kemudian ditempelkan pada bagian tubuh yang luka agar tidak mengeluarkan darah terus menerus.

A close-up photograph of a Ricinus communis plant. The image shows several large, deeply lobed leaves with prominent veins. Some leaves are green, while others are a reddish-pink color. Small, round, reddish flowers are visible among the leaves. The background is slightly blurred, showing more of the plant and some greenery.

JARAK

(*Ricinus communis*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Euphorbiales
Famili	: Euphorbiaceae
Genus	: <i>Ricinus</i>
Spesies	: <i>Ricinus communis</i> L.

Deskripsi

Jarak memiliki batang berbentuk bulat licin, berongga, berbuku-buku jelas dengan tanda bekas tangkai daun yang lepas. Warna tumbuhan hijau bersemburat merah, sedangkan daunnya tumbuh berseling berbentuk bulat dan ujungnya sedikit runcing. Biasanya daun jarak berwarna hijau tua pada permukaan atas dan hijau muda pada bagian permukaan bawah. Buahnya berbentuk bulat dan berkumpul pada tandan, namun ada juga yang bentuknya sedikit lonjong.

Nama Daerah

Jarak, jarak jitun, kaliki (Sunda), jarak (Jawa), kaleke (Madura), gloah, lulang, dulang, jarak, kalikih alang, jarag (Sumatra), malasai, kalalei, alale, tangang jara,

peleng kaliki jera (Sulawesi), jarak (Bali), luluk (Roti), paku penuai (Timor), balacai (Ternate), balacai tamekot (Halmahera), tetanga (Bima), luluk (Roti).

Kandungan

Glyceride dari ricinoleic acid, isoricinoleic acid, oleic acid, linolenic acid, dan stearic acid. Juga mengandung ricinine, sejumlah kecil cytochrome C, Lipase, Kaemferol-3-rutinoside, nicotiflorin, isoquercitrin, rutin, kaempferol, quercetin, astragalin, reynoutrin, ricinine, vit.C, Ricinoleic acid 80%, palmitic acid, stearic acid, linoleic acid, linolenic acid, dihydroxystearic acid, triricinolein 68,2%, diricinolein 28%, monoricinolein 2,9%, nonricinolein 0,9%, Methyltrans-2-decene-4,6,8-triynoate, 1-tridecene-3,5,7,9,11-pentyne dan Beta-sitosterol.

Khasiat

Anti radang, pencabar (*purgative actions*), koreksi prolaps, anti-neoplastik (anti-kanker), menghilangkan racun (*eliminates toxin*).

Bagian Yang Digunakan

Biji, akar, daun dan minyak dari bijinya.

Cara Pengobatan

1. KORENG

20 biji dibuang kulitnya, dilumatkan menjadi berbentuk bubur, ditambah sedikit garam dan diaduk rata. Tempel di tempat sakit sehari 2 kali.

2. PROLAPSUS UTERUS DAN RECTUM

Lumatkan biji jarak dan dipakai/ditempelkan pada titik *pai hui* yang terletak di kepala.

3. RETENSI PLACENTA

Lumatkan biji jarak dan tempelkan ketitik akupunktur Yungchuan yang terletak di tengah-tengah telapak kaki.

4. KELUMPUHAN OTOT WAJAH

Lumatkan biji jarak, tempelkan pada sendi mandibular dan lengkungan mulut, 1 x hari, selama 10 hari.





wikipedia.com

JAYANTI

(*Sesbania sesban*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae
Genus	: Sesbania
Spesies	: <i>Sesbania sesban</i> (L.) Merr

Deskripsi

Janti atau jayanti tergolong tumbuhan perdu. Tanaman ini dapat tumbuh pada tanah yang jelek dan dapat ditemukan dari dataran rendah sampai sekitar 800 m dpi. Pohon jayanti kecil, tinggi 2–6 m, banyak bercabang, tumbuhnya cepat. Daun berupa daun majemuk menyirip, dengan 7–25 pasang anak daun. Anak daun berbentuk garis sampai memanjang, bertangkai pendek, ujung bulat, tepi rata. Bunga dalam tandan, warnanya kuning. Buahnya buah polong, tumbuh menggantung, berbentuk garis. Daunnya dapat dimasak dan dimakan sebagai sayur. Selain itu, daunnya juga dapat digunakan untuk pupuk hijau dan digunakan sebagai makanan ternak. Perbanyakkan dengan biji.

Nama Daerah

Jayanti (Sunda), janti, giyanti, kelor wana (Jawa).

Kandungan

Belum diketahui pasti.

JERUK NIPIS

(*Citrus aurantifolia*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Sapindales
Famili	: Rutaceae
Genus	: Citrus
Spesies	: <i>Citrus aurantifolia</i> (Christm.) Swing

Deskripsi

Merupakan tumbuhan perdu yang menghasilkan buah dengan nama sama.

Tumbuhan ini dimanfaatkan buahnya, yang biasanya bulat, berwarna hijau atau kuning, memiliki diameter 3–6 cm, memiliki rasa asam dan agak pahit, agak serupa rasanya dengan lemon. Jeruk nipis termasuk jenis tumbuhan perdu yang banyak memiliki dahan dan ranting. Batang pohonnya berkayu ulet dan keras. Sedang permukaan kulit luarnya berwarna tua dan kusam. Tanaman jeruk nipis pada umur 2,5 tahun sudah mulai berbuah. Bunganya berukuran kecil-kecil berwarna putih.

Nama Daerah

Jeruk nipis (Indonesia), jeruk pecel (Jawa), limau asam (Sunda).

Kandungan

Limonen, linalin asetat, geranil asetat, felandren, sitral dan asam sitrat.

Khasiat

Mengobati amandel, malaria, ambeien, sesak nafas, influenza, batuk, sakit panas, sembelit, terlambat haid, perut mules saat haid, disentri, perut mulas, perut mual, lelah, bau badan, keriput wajah.



apkdownloadmania.net

Bagian Yang Digunakan

Daun dan buah.

Cara Pengobatan

1. AMANDEL

1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, 1 ½ rimpang kunyit sebesar ibu jari diparut, kemudian dicampur dengan 2 sendok makan madu, diaduk sampai merata, dan disaring. Diminum 2 hari sekali secara teratur.

2. MALARIA

1 buah jeruk nipis diperas airnya, kemudian dicampur dengan 1 sendok makan kecap dan garam secukupnya. Diminum tiap pagi menjelang sarapan.

3. AMBEIEN

2–4 potong akar jeruk nipis direbus dengan 1 ½ liter air sampai mendidih hingga tinggal 1 liter, kemudian disaring. Diminum setiap sore wearsa teratur.



4. SESAK NAPAS

1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, 2 siung bawang merah diparut kemudian dicampur dengan 1 butir telur ayam kampung, 1 sendok teh bubuk kopi, 1 potong gula batu. Diseduh dengan air panas secukupnya, diaduk sampai merata, kemudian disaring. Diminum setelah makan pagi secara teratur.

5. INFLUENZA

1 buah jeruk nipis dipanggang sejenak dan diperas untuk diambil airnya, kemudian dicampur dengan $\frac{1}{2}$ sendok minyak kayu putih, kapur sirih secukupnya. Diaduk sampai merata, dan disaring. Diminum 1 kali sehari secara teratur.

6. BATUK

- a. 1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, dicampur dengan $\frac{1}{2}$ sendok kecap, garam secukupnya. Diminum secara teratur 1 kali sehari selama sakit.
- b. 1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, kemudian dicampur dengan $\frac{1}{4}$ sendok tepung biji buah pala, 1 sendok minyak kayu putih sampai merata. Dipakai sebagai bedak dan dioleskan pada dada dan punggung.

7. SAKIT PANAS

1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, kemudian dicampur dengan 1 sendok minyak kayu putih, 2–4 siung bawang merah yang dihaluskan sampai merata. Dipakai sebagai kompres dan obat gosok untuk dada dan punggung.

8. SEMBELIT

1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, kemudian dicampur dengan 2–4 siung bawang merah, 1 sendok minyak kayu putih, buah asam secukupnya, 2 sendok air masak dan dihaluskan bersama-sama. Dioleskan di seluruh tubuh, terutama di seputar perut.

9. TERLAMBAT DATANG BULAN

1 buah jeruk nipis diperas airnya, 2 rimpang kunyit sebesar ibu jari diparut dan diperas airnya. Kedua bahan tersebut dicampur merata dengan kapur sirih dan garam secukupnya. Disaring, diminum 1 kali sehari.

10. SAKIT PERUT SEWAKTU DATANG BULAN

1 buah jeruk nipis diperas untuk diambil airnya, 1 ½ rimpang jahe diparut, kemudian dicampur dengan 3 mata buah asam yang sudah masak, 1 potong gula kelapa dan diberi $\frac{3}{4}$ gelas air masak dan disaring. Diminum pada hari pertama haid.

11. DISENTRI

2 potong akar jeruk nipis direbus dengan 2 ½ gelas air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 1 kali sehari.





JOMBANG

(*Taraxacum officinale*)

wikipedia.com

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Taraxacum</i>
Spesies	: <i>Taraxacum officinale</i> Wiggers

Deskripsi

Terna menahun, tinggi 10–25 cm, seluruh bagian tumbuhan mengandung cairan, seperti susu. Daun berkumpul membentuk roset akar, bagian pangkal rebah menutup tanah. Daun tunggal, berbentuk lanset, sungsang, ujung runcing, pangkal menyempit menyerupai tangkai daun, tepi bergerigi tidak teratur, kadang berbagi sangat dalam, panjang 6–15 cm, lebar 2–3,5 cm, berwarna hijau

dilapisi rambut halus berwarna putih. Bunga tunggal, bertangkai panjang yang dilapisi rambut halus berwarna putih, berkelamin dua. Mahkota bunga berwarna kuning, diameter 2,5–3,5 cm. Buahnya berbentuk tabung, berwarna putih.

Akarnya panjang, tunggal, atau bercabang. Daun muda dapat dimakan sebagai lalap atau dibuat salad yang berkhasiat tonik.

Nama Daerah

Randa taplak, jombang (Jawa).

Kandungan

Taraxol, taraxerol, taraxicin, taraxasterol, b-amyrin, stigmasterol, b-sitosterol, choline, levulin, pektin, inulin, kalsium, kalium, glukosa, fruktosa, β -sitoserol, 5a-stigmast-7-en-3 β -ol, asam folat, dan vitamin C.

Khasiat

Antitoksik, peluruh kencing (diuretik), pereda panas (antipiretik), penguat lambung, meningkatkan nafsu makan (stomakik), melancarkan pengeluaran empedu ke usus (kolagoga), melancarkan pengeluaran ASI (laktagoga), laksatif ringan, dan menurunkan kadar gula darah (hipoglikemik).

Bagian Yang Digunakan

Herba dan akar segar maupun yang telah dikeringkan.

Cara Pengobatan

1. RADAMH DAN ABSES PAYUDARA

60 g herba jombang segar dicuci sampai bersih, lalu potong-potong seperlunya. Rebus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin, saring dan minum sekaligus, lakukan 2 kali sehari, sampai sembuh. Untuk pemakaian luar, cuci tumbuhan segar secukupnya, lalu giling sampai halus. Bubuhkan pada payudara yang sakit.

2. KEPUTIHAN AKIBAT INFEKSI, KANKER SERVIKS ATAU RADANG PANGGUL

30 g herba jombang segar (untuk kanker dan radang panggul sebanyak 60 g) dicuci sampai bersih. Selanjutnya, potong-potong dan rebus dalam 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin, saring dan air saringannya diminum sekaligus, sehari 2 kali, masing-



masing ½ gelas. Selain direbus, herba pun dapat ditumbuk sampai halus. Saring dan air saringannya diminum, sehari 2 kali, masing-masing ½ gelas.

3. RADANG KANDUNG EMPEDU DAN HEPATITIS

30–60 g herba jombang segar dicuci sampai bersih, lalu potong-potong seperlunya. Rebus dalam 3 gelas air sampai tersisa separonya. Setelah dingin, saring dan air saringannya dibagi untuk 3 kali minum, sehari 3 kali, masing-masing ½ gelas.

4. KENCING MANIS, TEKANAN DARAH TINGGI DAN TEKANAN DARAH TINGGI

30 g herba jombang segar dicuci, lalu potong-potong seperlunya. Rebus dalam 3 gelas air bersih sampai air rebusannya tersisa 1 gelas. Setelah dingin, saring dan air saringannya diminum, sehari 2 kali, masing-masing setengah gelas.

5. RADANG KANDUNG EMPEDU

30 g herba jombang segar sampai bersih, lalu potong-potong seperlunya. Rebus dalam 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin, saring, minum sekaligus. Lakukan 2 kali sehari, sampai sembuh.

6. KANKER

20–60 g herba jombang segar direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin, saring dan air saringannya diminum sekaligus. Lakukan setiap hari.

KACAPIRING

(*Gardenia augusta*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Rubiales
Famili	: Rubiaceae
Genus	: Gardenia
Spesies	: <i>Gardenia augusta</i> Merr

Deskripsi

Merupakan tanaman perdu tahunan dari suku kopi-kopian atau Rubiaceae. Bunganya berwarna putih dan sangat harum. Tinggi tanaman 1–3 meter. Bunga hanya muncul sekuntum di ujung-ujung tangkai dan mempunyai 6 daun mahkota. Bunga sewaktu baru mekar berwarna putih bersih, tapi sedikit-sedikit berubah warna menjadi krem kekuningan. Bunga berbau sangat harum sehingga sering digunakan sebagai bahan baku minyak bunga. Harum bunga yang sepiantas mirip melati.

Nama Daerah

Kacapiring (Indonesia, Sunda), ceplong piring (Jawa), jempiring (Aceh), menlu bruek, raja putih (Aceh).

Kandungan

Linaloldan styrolyl.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, sariawan, demam, sukar buang air besar.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan biji buah.

Cara Pengobatan

1. DIABETES MELITUS

12 lembar daun kacapiring direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tersisa 1 gelas. Diminum sekaligus dan diulangi secara rutin setiap hari.

2. SARIWAN

7 lembar daun kacapiring diremas-remas dan ditambah dengan 2 sendok makan madu dan 1 potong gula aren. Ditambah 1 cangkir air dan disaring. Kemudian dicampur





dengan madu dan gula aren tersebut dan diaduk sampai merata.
Diminum dan diulangi setiap dua hari sekali.

3. DEMAM

7 lembar daun kacapiring diremas-remas dengan 1 gelas air dan disaring.
Kemudian dicampur dengan gula batu dan diaduk sampai merata.
Diminum biasa.

4. SUSAH BUANG AIR BESAR

3 biji buah kacapiring direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga
tinggal 1 gelas. Diminum biasa.



KAKIKUDA

(*Centella asiatica*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Apiales
Famili	: Apiaceae
Genus	: Centella
Spesies	: <i>Centella asiatica</i> (L.) Urban

Deskripsi

Kakikuda atau pegagan merupakan tanaman herba tahunan yang tumbuh menjalar dan berbunga sepanjang tahun. Kakikuda tumbuh merambat dengan stolon (geragih) dan tidak mempunyai batang, tetapi mempunyai *rhizoma*. Kakikuda sering banyak dijumpai di daerah pesawahan dan disela-sela rumput. Tempat yang disukai oleh kakikuda yaitu tempat agak lembap dan terbuka atau agak ternaungi.



dreamstime.com

Kakikuda mempunyai helai daun tunggal, bertangkai panjang sekitar 5 cm–15 cm berbentuk ginjal. Tepinya bergerigi atau beringgit, dengan penampang 1 cm–7 cm tersusun dalam roset yang terdiri atas 2–10 helai daun, kadang-kadang agak berambut. Bunga berwarna putih atau merah muda, tersusun dalam karangan berupa payung, tunggal atau 3–5 bersama-sama keluar dari ketiak daun. Tangkai bunga 5 mm–50 mm. Buah kecil bergantung yang bentuknya lonjong/pipih panjang 2–2,5 mm, baunya wangi dan rasanya pahit. Dapat tumbuh pada ketinggian 1 m–2.500 m di atas permukaan laut.



Nama Daerah

Pegagan, gagan-gagan, rendeng, kerok batok (Jawa), daun kaki kuda (Indonesia), pegaga (Ujung Pandang); antanan gede, antanan rambat (Sunda), dau tungke (Bugis) kos tekosan (Madura), Kori-kori (Halmahera).

Kandungan

Asiaticoside, thankuniside, isothankuniside, madecassoside, brahmoside, brahminoside, brahmic acid, madasiatic acid, meso-inositol, centellose, carotenoids, garam-garam mineral seperti garam kalium, natrium, magnesium, kalsium, besi, vellarine, zat samak.

Khasiat

Anti infeksi, *antitoxic*, penurun panas, peluruh air seni.

Bagian Yang Digunakan

Semua bagian tanaman.





Cara Pengobatan

1. TYPUS

1 genggam daun kaki kuda, $\frac{1}{2}$ genggam daun jintan dan 5 batang tapakliman dikukus, lalu diambil airnya. Air kukusan ditambah dengan 1 sendok makan madu dan diminum.

2. BUSUNG

Tumbuhan kaki kuda lengkap (akar, batang dan daunnya), 3 batang alang-alang, 1 potong kulit kamboja direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal $\frac{1}{2}$ gelas. Diminum 3 kali sehari 1 cangkir.

3. SAKIT KEPALA

1 genggam daun kaki kuda dan seujung sendok makan jintan direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal $\frac{1}{2}$ gelas. Disaring dan ditambah dengan 1 sendok makan madu, kemudian diminum.

4. INFLUENZA

1 genggam daun kaki kuda ditumbuk halus (dipipis) untuk diambil airnya. Ditambah sedikit garam dan diminum.

5. KERACUNAN JENGKOL

10-15 daun kaki kuda direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 $\frac{1}{2}$ gelas. Disaring dan diminum.

6. AYAN

Daun kaki kuda ditumbuk halus kemudian diambil 1 sendok dan dicampur dengan gula aren secukupnya. Kedua bahan tersebut diseduh dengan 1 gelas air panas). Disaring dan diminum, diulangi secara teratur sampai sembuh.



KAPULAGA

(*Amomum compactum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: Amomum
Spesies	: <i>Amomum compactum</i> Sol. ex Maton



staticflickr.com

Deskripsi

Merupakan tumbuhan menahun, dan berbau aromatis yang kuat. Tinggi tumbuhan ini mencapai 2 m, dengan rimpang yang tumbuh menjalar di bawah tanah, agak bulat, berwarna putih kekuningan, bersisik tak berambut berwarna cokelat kemerahan.

Batang-batang semu muncul agak terpisah-pisah, 1,5–2 m, bulat berdiameter hingga 2,5 cm, warna hijau gelap. Daun terletak berseling, bentuk oval, 7,5–50 cm × 3–10 cm, pangkalnya perlahan-lahan menyempit, ujungnya meruncing, berwarna hijau mengkilap dengan banyak bintik berwarna merah.

Buah bulat, berlekuk, warna putih.

Nama Daerah

kapulogo (Jawa), kapol (Sunda), kapolagha, palagha (Medan), kapulaga, karkolaka (Bali), kapulaga, garidimong (Sulsel), pelaga, puwar pelaga (Sumatra), palaga, puwa palago (Minangkabau), kapulaga, kardamunggu (Betawi).

Kandungan

Minyak asiri, minyak lemak, zat pati, gula, dan protein.

Khasiat

Ekspektoran, analgesik, dan karminatif.

Bagian Yang Digunakan

Buah.

Cara Pengobatan

1. BAU MULUT

10 Butir buah kapulaga, 1 genggam daun pegagan. Direbus, diambil airnya. Diminum 1 kali sehari, pagi hari $\frac{1}{4}$ cangkir. Diulang selama 7 hari. Untuk pemeliharaan diminum 3 kali seminggu. Usahakan buang air besar secara teratur, dan gosok gigi sehabis makan.

2. PERUT KEMBUNG DAN MULAS

7 butir Buah Kapulaga (sangrai dan tumbuk kasar). 10 butir Biji Jati Belanda (disangrai dan tumbuk kasar). Diseduh dengan air mendidih 100 ml. Diminum seperti minum teh, sehari 100 ml.

3. RADANG TENGGOROKAN

10 Butir buah kapulaga (tumbuk kasar), 6 gram rimpang kunyit (tumbuk kasar). Diseduh dengan air mendidih 100 ml. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore, tiap kali minum 100 ml. Diulang selama 7 hari.

KATUK

(*Sauropus androgynus*)



Deskripsi

Semak, tinggi dua sampai tiga meter, tumbuh di dataran rendah hingga 1.300 di atas permukaan laut. Batang berkayu, bulat, bekas daun tampak jelas, tegak, daun muda berwarna hijau dan setelah tua berwarna cokelat kehijauan. Daun majemuk, bulat telur, ujung runcing, pangkal tumpul, tepi rata, panjang 1–6 cm, lebar 1–4 cm, pertulangan menyirip, warna hijau.

Bunganya berwarna merah gelap atau kuning dengan bercak merah gelap dan berbunga sepanjang tahun. Bunga majemuk bentuk payung di ketiak daun, mahkota bulat telur, warna ungu. Buah buni, bulat, beruang tiga, diameter lebih kurang 1,5 mm, warna hijau keputih-putihan.



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Euphorbiales
Famili	: Euphorbiaceae
Genus	: <i>Sauropus</i>
Spesies	: <i>Sauropus androgynus</i> (L.) Merr.

Nama Daerah



Katuk.

Khasiat



Antipiretik dan laktagog.

Kandungan



Senyawa steroid dan senyawa polifenol.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan akar.

Cara Pengobatan



1. DEMAM DAN SEDIKIT KENCING

4 gram Akar Katu direbus dengan 110 ml air, diambil airnya. Diminum 2 kali sehari, tiap kali minum 100 ml. Diulang selama 4 hari.

2. PELANCAR ASI

Daun katu segar beberapa helai, dibuat sayuran. Selain daun katu dapat digunakan daun bayam, daun lembayung, daun sawi, kacang panjang, kacang koro, jantung pisang, buah labu air, buah labu merah, dan lain lain. Semua itu dijadikan sayuran dan dimakan secara bergantian. Makan harus teratur dan dipilih makanan yang bergizi.



KAYU PUTIH

(*Melaleuca leucadendra*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Myrtaceae
Genus	: <i>Melaleuca</i>
Spesies	: <i>Melaleuca leucadendra</i> L.

Deskripsi

Kayu putih merupakan pohon anggota suku jambu-jambuan (Myrtaceae) yang dimanfaatkan sebagai sumber minyak kayu putih. Minyak diekstrak terutama dari daun dan rantingnya. Kayu putih dapat tumbuh di tanah tandus. Tanaman ini dapat ditemukan dari dataran rendah sampai 400 m dpl. Pohon kayu putih dapat tumbuh hingga mencapai tinggi 10–20 m, kulit batangnya berlapis-lapis, berwarna putih keabu-abuan dengan permukaan kulit yang terkelupas tidak beraturan. Batang



pohonnya tidak terlalu besar, dengan percabangan yang menggantung ke bawah. Daun tunggal, agak tebal seperti kulit, bertangkai pendek, letak berseling. Helaian daun berbentuk oval, panjang 4,5–15 cm, lebar 0,75–4 cm, ujung dan pangkalnya runcing, tepi rata, tulang daun hampir sejajar. Permukaan daun berambut, warna hijau kelabu sampai hijau kecokelatan, daun bila diremas atau dimemarkan



berbau minyak kayu putih.
Perbungaan majemuk bentuk bulir,
bunga berbentuk seperti lonceng,
daun mahkota warna putih, kepala
putik berwarna putih kekuningan,
keluar di ujung percabangan. Buah
panjang 2,5–3 mm, lebar 3–4 mm,
warnanya coklat muda sampai
coklat tua. Bijinya halus, sangat
ringan seperti sekam, berwarna
kuning.

Nama Daerah

Gelam (Sunda, Jawa), ghelam
(Madura), inggolom (Batak), gelam,
kayu gelang, kayu putih (Melayu),
bru galang, waru gelang (Sulawesi),
nggielak, ngelak (Roti), iren, sakelan
(Piru), irano (Amahai), ai kelane (Hila),
irono (Haruku), ilano (Nusa Laut
Saparuna), elan (Buru).

Kandungan

Lignin, melaleucin, sineol 50%–65%,
Alfa-terpineol, valeraldehida dan
benzaldehida.

Khasiat

Menghilangkan sakit (analgetik),
peluruh keringat (diaforetik),
anti rheumatik, peluruh kentut
(karminatif), pereda kolik (spasmolitik),
meningkatkan nafsu makan
(stomakik), karminatif, dan obat
sakit perut.

Bagian Yang Digunakan

Kulit pohon, daun, ranting, buah.

Cara Pengobatan

1. INSOMNIA, LEMAH DAN LESU

6–10 g kulit kering sebanyak dipotong-potong, direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring. Diminum seperti biasa.

2. REMATIK, NYERI SYARAF, RADANG USUS, DIARE

6–10 g daun kering sebanyak direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, diminum biasa.

3. RADANG KULIT

1 genggam daun segar dicuci bersih, rebus dengan 3 gelas air air bersih sampai mendidih. Dipakai untuk mencuci bagian kulit yang sakit.

4. LUKA BERNANAH

Kulit muda, sedikit jahe dan asam, dikunyah, lalu ditempelkan pada luka terbuka yang bernanah. Ramuan ini akan menghisap nanah dari luka tersebut dan membersihkannya.





KAYU MANIS

(*Cinnamomum burmannii*)

Deskripsi

Kayu manis adalah sejenis pohon penghasil rempah-rempah. Termasuk jenis rempah-rempah yang amat beraroma, manis, dan pedas. Kayu manis adalah salah satu bumbu makanan tertua yang digunakan manusia.

Pohon kayu manis tinggi, batangnya dapat tumbuh mencapai 15 meter. Batang berkayu dan bercabang-cabang. Daun tunggal, oval, warna daun muda merah pucat setelah tua berwarna hijau. Bunga bentuk malai, tumbuh di ketiak daun, warna kuning. Buah buni, buah muda berwarna hijau dan setelah tua berwarna hitam. Akar tunggang.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Laurales
Famili	: Lauraceae
Genus	: Cinnamomum
Spesies	: <i>Cinnamomum burmannii</i> (Nees & Th. Nees)

Nama Daerah

Kayu manis.

Kandungan

Minyak asiri, tanin, damar, dan lendir.



Khasiat

Analgesik, stomakik, dan aromatik.

Bagian Yang Digunakan

Kulit kayu dan daun.

Cara Pengobatan

MENCRET

3 Gram kayu manis (padang), 2 gram buah kayu ules, 2 gram rasuk angin, 8 gram rimpang kencur segar, 3 gram ketumbar, 2 gram jintan hitam, 2 gram mungsi, 10 gram rimpang lempuyang, 2 gram pulosari, 2 gram buah adas, 4 butir biji kedawung dan air sedikit. Dipipis hingga menjadi pasta.

Ditapalkan di seluruh bagian perut dan pakailah gurita. Selain minum obat mencret sebaiknya juga diberi tapal.



en.wikipedia.org

KECUBUNG

(*Datura suaveolens*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Solanales
Famili	: Solanaceae
Genus	: Datura
Spesies	: <i>Datura suaveolens</i> Humb.

Deskripsi

Kecubung adalah tumbuhan penghasil bahan obat-obatan yang telah dikenal sejak ribuan tahun. Kecubung tumbuh di tempat yang beriklim panas dan dibudidayakan di seluruh belahan dunia karena khasiat yang dikandungnya dan juga untuk tanaman hias.

Kecubung termasuk tumbuhan jenis perdu yang mempunyai pokok batang kayu dan tebal. Tinggi dari tumbuhan kecubung ini kurang dari 2 meter. Daunnya berbentuk bulat telur dan pada bagian tepiannya berlekuk-lekuk tajam dan letaknya

berhadap-hadapan. Bunga kecubung menyerupai terompet dan berwarna putih atau lembayung. Buahnya hampir bulat yang salah satu ujungnya didukung oleh tangkai tandan yang pendek dan melekat kuat. Buah kecubung, bagian luarnya, dihiasi duri-duri dan dalamnya berisi biji-biji kecil berwarna kuning kecokelatan.

Nama Daerah

Kecubung (Jawa, Sunda), kacobhung (Madura), bembe (Madura), bulutube (Gorontalo), taruapalo (Seram), tampong-tampong (Bugis), kucubu (Halmahera, Ternate), padura (Tidore), karontungan, tahuntungan (Minahasa).

Kandungan

Hiosin, co-oksalat, zat lemak, atropin (hyosiamin) dan skopolamin.

Kecubung mengandung zat beracun alkaloida, untuk itu pemakaiannya sangat hati-hati dan terbatas sebagai obat luar. Apabila seseorang keracunan kecubung, usahakan jangan sampai tertidur. Dan untuk melawan keracunan tersebut adalah dengan minum kopi yang keras dan usahakan supaya menghirup udara segar sebanyak-banyaknya.

Khasiat

Mengobati asma, rematik, sakit pinggang, pegel linu, bisul, eksim.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan bunga.

Cara Pengobatan

1. ASMA

- a. 10 lembar daun kecubung diiris-iris (dirajang) dan dijemur sampai kering. Dipakai untuk merokok dengan bungkus kelobot jagung.
- b. Daun dan bunga kecubung secukupnya diiris-iris (dirajang) dan dijemur sampai kering. Dipakai untuk merokok sebagai gantinya tembakau.

2. REMATIK

Daun kecubung diremas-remas sampai layu, kemudian diolesi dengan minyak kelapa dan dipanggang di atas api. Dalam keadaan hangat-hangat ditempelkan pada bagian yang sakit.

3. SAKIT PINGGANG, REMATIK, PEGAL-LINU, MEMAR DAN BISUL

4 lembar daun kecubung dan kapur sirih secukupnya ditumbuk (dipipis) sampai halus dan dibuat adonan sampai merata. Dipakai untuk bedak atau param gosok pada bagian yang sakit.

4. EKSIM

3 lembar daun daun kecubung ditumbuk halus, ditambah dengan minyak kelapa, kemudian dipanggang di atas api. Dalam keadaan hangat-hangat dipakai untuk menggosok bagian badan yang kena eksim.



KEDELAI

(*Glycine max*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae
Genus	: Glycine
Spesies	: <i>Glycine max</i> (L.) Merr.

Deskripsi

Kedelai merupakan terna dikotil semusim dengan percabangan sedikit, sistem perakaran akar tunggal, dan batang berkambium. Kedelai dapat berubah penampilan menjadi tumbuhan setengah merambat dalam keadaan pencahayaan rendah. Kedelai merupakan tanaman hari-pendek dengan waktu kritis rata-rata 13 jam.

Biji kedelai berkeping dua, terbungkus kulit biji dan tidak mengandung jaringan endosperma. Embrio terletak di antara keping biji. Warna kulit biji kuning, hitam, hijau, cokelat. Puser biji (hilum) adalah jaringan bekas biji melekat pada dinding buah. Bentuk biji kedelai umumnya bulat lonjong tetapi ada pula yang bundar atau bulat agak pipih.

Biji kedelai yang kering akan berkecambah bila memperoleh air yang cukup. Kecambah kedelai tergolong epigeous, yaitu keping biji muncul di atas tanah. Warna hipokotil, yaitu bagian batang kecambah di bawah kepaing, ungu atau hijau yang berhubungan dengan warna bunga. Kedelai yang berhipokotil ungu berbunga ungu, sedang yang berhipokotil hijau berbunga putih. Kecambah kedelai dapat digunakan sebagai sayuran (tauge).

Tanaman kedelai mempunyai akar tunggang yang membentuk akar-akar cabang yang tumbuh menyamping (horizontal) tidak jauh dari permukaan tanah. Selain berfungsi sebagai tempat bertumpunya tanaman dan alat pengangkut air maupun unsur hara, akar tanaman kedelai juga merupakan tempat terbentuknya bintil-bintil akar. Bintil akar tersebut berupa koloni dari bakteri pengikat nitrogen *Bradyrhizobium japonicum* yang bersimbiosis secara mutualis dengan kedelai. Bakteri bintil akar dapat mengikat nitrogen langsung dari udara dalam bentuk gas N_2 yang kemudian dapat digunakan oleh kedelai setelah dioksidasi menjadi nitrat (NO_3).

Kedelai berbatang memiliki tinggi 30–100 cm. Batang dapat membentuk 3 – 6 cabang. Bunga kedelai termasuk bunga sempurna yaitu setiap bunga mempunyai alat jantan dan alat betina. Penyerbukan terjadi pada saat mahkota bunga masih menutup. Bunga terletak pada ruas-ruas batang, berwarna ungu atau putih. Sekitar 60% bunga rontok sebelum membentuk polong.

Buah kedelai berbentuk polong. Setiap tanaman mampu menghasilkan 100–250 polong. Polong kedelai berbulu dan berwarna kuning kecokelatan atau abu-abu. Daun muncul pada buku (*nodus*) pertama tanaman yang tumbuh dari biji terbentuk sepasang daun tunggal. Selanjutnya, pada semua buku di atasnya terbentuk daun majemuk selalu dengan tiga helai. Helai daun tunggal memiliki tangkai pendek dan daun bertiga mempunyai tangkai agak panjang. Masing-masing daun berbentuk oval, tipis, dan berwarna hijau. Permukaan daun berbulu halus (*trichoma*) pada kedua sisi. Tunas atau bunga akan muncul pada ketiak tangkai daun majemuk. Setelah tua, daun menguning dan gugur, mulai dari daun yang menempel di bagian bawah batang.

Nama Daerah

Kedhele (Madura), kedelai, kacang jepun, kacang bulu (Sunda), lawui (Bima), dele, dangsul, dekeman (Jawa), retak menjong (Lampung), kacang rimang (Minangkabau), kadale (Ujung Pandang).

Kandungan

Protein, kalori, lemak, hidrat arang, kalsium, fosfor, besi, vitamin a, vitamin b1 dan senyawa turunan flavonoid.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, sakit ginjal, rematik.

Bagian Yang Digunakan

Biji.

Cara Pengobatan

1. DIABETUS MELITUS

1 genggam biji kedelai hitam direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas dan disaring untuk diambil airnya. Diminum 1 kali sehari 1 gelas dan dilakukan secara rutin setiap hari.

2. SAKIT GINJAL

3 sendok makan biji kedelai direbus dengan 2-3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminum pada pagi hari setelah bangun tidur dan dilakukan secara rutin setiap hari.

3. REMATIK

1 sendok makan biji kedelai hitam, 1 sendok makan kacang hijau, dan 2 sendok makan kacang tanah digoreng tanpa minyak, kemudian ditumbuk (digiling) sampai halus. Dimakan 2 kali sehari 1 sendok teh, pagi dan sore.

KECIBELING

(*Strobilanthes crispus*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Scrophulariales
Famili	: Acanthaceae
Genus	: Strobilanthes
Spesies	: <i>Strobilanthes crispus</i> Bl

Deskripsi

Kecibeling adalah jenis tumbuhan perdu berbatang basah. Batang pohonnya berdiameter antara 0,2–0,7 cm. Kulit luar berwarna ungu dengan bintik-bintik hijau dan apabila menjadi tua berubah menjadi cokelat. Daun berbentuk bulat telur, pada tepinya bergerigi dengan jarak agak jarang, berbulu halus hampir tak kelihatan. Panjang helaian daun (tanpa tangkai) berkisar antara 5–8 cm (ukuran normal) dan lebar daun kira-kira 2–5 cm. Tumbuhan ini dapat tumbuh

pada tempat dengan ketinggian 1 m–1.000 m di atas permukaan laut. Perbanyakan tanaman kejiabeling dilakukan dengan setek.

Nama Daerah

Kecibeling (Indonesia), ngokilo (Jawa).

Kandungan

Mengandung unsur-unsur mineral seperti kalium, natrium, kalsium, dan beberapa unsur lainnya.

Khasiat

Mengobati tumor, diabetes melitus, lever (sakit kuning), ambeien (wasir); kolesterol, maag, kena bisa ular, dan semut hitam.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. TUMOR

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.

2. DIABETUS MELLITUS

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.

3. SAKIT KUNING (LEVER)

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.

4. AMBEIEN

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.





5. KOLESTEROL

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.

6. MAAG

Daun kecibeling mentah dan segar 3 lembar dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur.

7. TERKENA BISA ULAR DAN GATAL DIGIGIT SEMUT

Daun kecibeling mentah dan segar 1 lembar digosokkan pada bagian tubuh yang gatal hingga daun tersebut mengeluarkan air dan hancur. Dilakukan 2 kali setelah berselang 2 jam.

KELOR

(*Moringa oleifera*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Dilleniidae
Ordo	: Capparales
Famili	: Moringaceae
Genus	: Moringa
Spesies	: <i>Moringa oleifera</i> Lam

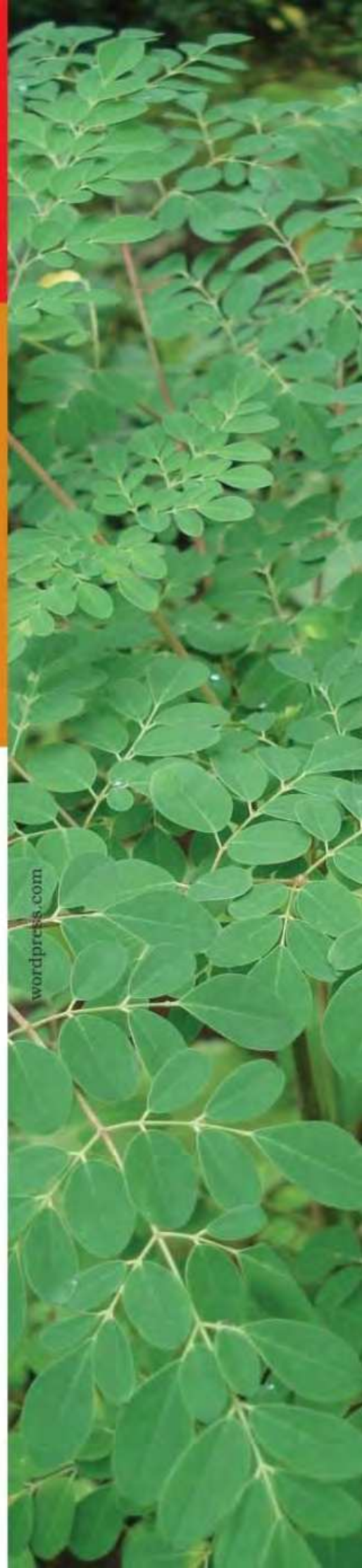
Deskripsi

Batang berkayu (lignosus), tegak, berwarna putih kotor, kulit tipis, permukaan kasar. Percabangan simpodial, arah cabang tegak atau miring, cenderung tumbuh lurus dan memanjang.

Daun majemuk, bertangkai panjang, tersusun berseling (alternate), beranak daun gasal (imparipinnatus), helai daun saat muda berwarna hijau muda.

Buah kelor berbentuk panjang bersegi tiga, panjang 20–60 cm, buah muda berwarna hijau—setelah tua menjadi cokelat, bentuk biji bulat—berwarna cokelat kehitaman, berbuah setelah berumur 12–18 bulan.

Akar tunggang, berwarna putih, membesar seperti lobak.





Perbanyakannya bisa secara generatif (biji) maupun vegetatif (setek batang). Tumbuh di dataran rendah maupun dataran tinggi sampai di ketinggian ± 1000 m dpl, banyak ditanam sebagai tapal batas atau pagar di halaman rumah atau ladang.

Nama Daerah

Kelor (Indonesia, Jawa, Sunda, Bali, Lampung), kerol (Buru); marangghi (Madura), moltong (Flores), kelo (Gorontalo), kelo (Bugis), kawano (Sumba), ongge (Bima), hau fo (Timor).

Kandungan

Belum diketahui pasti.

Khasiat

Mengobati sakit kuning (lever), rematik/encok/pegal linu, rabun ayam, sakit mata, sukar buang air kecil, alergi/biduren, cacingan dan luka bernanah.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan gagang daun.

Cara Pengobatan

1. SAKIT KUNING

3–7 gagang daun kelor ditumbuk halus, kemudian ditambahkan 1 sendok makan madu dan 1 gelas, air kelapa hijau. Diaduk hingga merata. Diminum dan dilakukan secara rutin sampai sembuh.

2. REMATIK DAN PEGAL LINU

2–3 gagang daun kelor, ½ sendok makan kapur sirih ditumbuk halus. Dipakai untuk obat gosok (param).

3. RABUN AYAM

3 gagang daun kelor diseduh dengan 1 gelas air masak dan disaring. Kemudian dicampur dengan madu dan diaduk sampai merata. Diminum sebelum tidur.

4. SAKIT MATA

3 gagang daun kelor ditumbuk halus, diberi 1 gelas air dan diaduk sampai merata. Kemudian didiamkan sejenak sampai ampasnya mengendap. Air ramuan tersebut digunakan sebagai obat tetes mata.

5. SUKAR BUANG AIR KECIL

1 sendok sari daun kelor dan sari buah ketimun atau wortel yang telah diparut dalam jumlah yang sama dicampur dan ditambah dengan 1 gelas air, kemudian disaring. Diminum setiap hari.

6. CACINGAN

3 gagang daun kelor, 1 gagang daun cabai, 1–2 batang meniran direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum biasa.

7. ALERGI DAN GATAL-GATAL

1–3 gagang daun kelor, 1 siung bawang merah dan adas pulasari secukupnya direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas, kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari 1 gelas, pagi dan sore.

8. LUKA BERNANAH

3–7 gagang daun kelor ditumbuk sampai halus. Ditempelkan pada bagian yang luka sebagai obat luar.



KEMUNING

(*Murraya paniculata*)

Deskripsi

Kemuning merupakan tumbuhan tropis yang dapat mencapai tinggi 7 meter dan berbunga sepanjang tahun. Kemuning dapat ditemukan sampai ketinggian ± 400 m dpl. Pohon kemuning termasuk jenis semak atau pohon kecil, bercabang banyak, batangnya keras, beralur, tidak berduri. Daun majemuk, bersirip ganjil dengan anak daun 3–9, letak berseling. Helaian anak daun bertangkai, bentuk bulat telur, ujung dan pangkal runcing, tepi rata atau agak beringgit, panjang 2–7 cm, lebar 1–3 cm, permukaan licin, mengilap, warnanya hijau, bila diremas tidak berbau. Bunga majemuk berbentuk tandan, 1–8, warnanya putih, wangi, keluar dari ketiak daun atau ujung ranting. Buah buni berdaging, bulat telur atau bulat memanjang, panjang 8–12 mm, masih muda hijau setelah tua merah mengilap, berbiji dua.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Sapindales
Famili	: Rutaceae (suku jeruk-jerukan)
Genus	: <i>Murraya</i>
Spesies	: <i>Murraya paniculata</i> L. Jack

Nama Daerah

Kamuning (Sunda), kemuning, kumuning (Jawa), kajeni, kemuning, kemoning (Bali), kamoneng (Madura), kamuning (Menado, Makasar), kamoni (Bare), palopo (Bugis), kamuni (Bima), eseki, tanasa, kamone, kamoni (Maluku).



www.dreamstime.com

Kandungan

Cadinene, methyl-anthranilate, bisabolene, P-earyophyllene, geraniol, carene-3, eugenol, citronellol, methyl-salicylate, s-guaiazulene, osthole, paniculatin, tanin, dan coumurrayin, mexotioin, 5-7-dimethoxy-8-(2,3-dihydroxyisopentyl) coumarin, scopeletin, semi-ec-carotenone.

Khasiat

Mengobati radang buah zakar (orchitis), radang saluran napas (bronkhitis), infeksi saluran kencing, kencing nanah, keputihan, sakit gigi, haid tidak teratur, lemak tubuh berlebihan, pelangsing tubuh, nyeri pada tukak (ulkus), kuli kasar, memar akibat benturan, rematik, keseleo, digigit serangga dan ular berbisa, ekzema, bisul, koreng, epidemik encephalitis b, dan luka terbuka di kulit.

Bagian Yang Digunakan

Daun, ranting, akar, dan kulit batang

Cara Pengobatan

1. BISUL

30 g akar kemuning kering dicuci dan dipotong-potong. Rebus dengan 3 gelas air bersih sampai air rebusannya tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum. Sehari 2 kali, masing-masing ½ gelas.



2. REMATIK, KESELEO DAN MEMAR

15–30 g Akar kemuning kering dicuci, lalu dipotong-potong. Tambahkan arak dan air masing-masing 1 ½ gelas, lalu direbus sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, diminum 2 kali sehari, masing-masing ½ gelas.

3. MEMAR

Daun segar kemuning dan kaca piring, masing-masing sama banyak, dicuci lalu digiling halus. Tambahkan sedikit arak sambil diaduk di atas api. Hangat-hangat ditempelkan pada bagian tubuh yang memar.

4. NYERI REMATIK SENDI

Akar kemuning dan akar tembelekan dicuci, tambahkan 3 pasang kaki ayam. Semua bahan dipotong-potong, lalu tambahkan air secukupnya sampai terendam. Semua bahan ditim. Hangat-hangat lalu airnya diminum sekaligus.

5. SAKIT GIGI

Minyak yang keluar dari kulit batang kemuning yang dibakar ditetaskan ke dalam gigi yang berlubang.

6. MELANGSINGKAN BADAN

Daun kemuning segar dan daun mengkudu masing-masing segenggam penuh dan temu giring sebanyak ½ jari kelingking ditumbuk halus. Tambahkan 1 cangkir air masak sambil diaduk merata. Peras dengan sepotong kain. Air yang terkumpul diminum sekaligus pada pagi hari sebelum makan.

7. RADANG BUAH ZAKAR

60 gram atau 9 daun kemuning segar sebanyak dan 35 g herba sambiloto dicuci lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai airnya tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum 2 kali sehari, masing-masing ½ gelas. Lakukan setiap hari sampai sembuh.

8. INFEKSI SALURAN KENCING

35 g daun kemuning segar dicuci lalu tambahkan 3 gelas air bersih. Rebus sampai airnya tersisa separonya. Setelah dingin disaring dan diminum 3 kali sehari, masing-masing ½ gelas.

9. HAID TIDAK TERATUR

Masing-masing ½ genggam daun kemuning dan daun pacar kuku serta 1 jari rimpang temulawak, dicuci dan dipotong-potong. Tambahkan 3 gelas air bersih. Lalu direbus sampai airnya tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum 2 kali sehari, masing-masing ½ gelas.

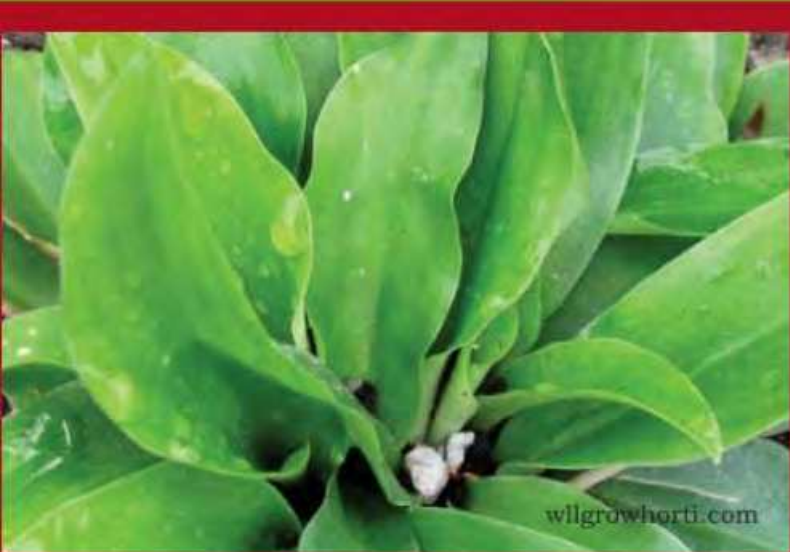
10. KULIT KASAR

30 g daun kemuning segar dicuci, lalu ditumbuk sampai lumat. Tambahkan air bersih 1 gelas sambil diaduk rata. Dilulurkan pada kulit sebelum tidur.



KENCUR

(*Kaempferia galanga*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: Kaempferia
Spesies	: <i>Kaempferia galanga</i> L.

Deskripsi

Kencur merupakan temu kecil yang tumbuh subur di daerah dataran rendah atau tanah pegunungan yang tidak terlalu banyak air. Jumlah helaian daun kencur tidak lebih dari 2–3 lembar dengan susunan berhadapan, tumbuh menggeletak di atas permukaan tanah. Bunga majemuk tersusun setengah duduk dengan kuntum bunga berjumlah antara 4 sampai 12 buah, bibir bunga (*labellum*) berwarna lembayung dengan warna putih lebih dominan.

Nama Daerah

Kencur (Indonesia, Jawa), cikur (Sunda), ceuko (Aceh), kencor (Madura), cekuh (Bali), kencur, sukung (Minahasa), asauli, sauleh, soul, umpa (Ambon), cekir (Sumba).

Kandungan

Pati (4,14 %), mineral (13,73 %), dan minyak asiri (0,02 %) berupa sineol, asam metil kanil dan penta dekaan, asam cinnamic, ethyl aster, asam sinamic, borneol, kamphene, paraeumarin, asam anisic, alkaloid, dan gom.

Khasiat

Mengobati radang lambung, radang anak telinga, influenza pada bayi, masuk angin, sakit kepala, batuk, menghilangkan darah kotor, diare, memperlancar haid, mata pegal, keseleo, lelah.

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. RADANG LAMBUNG

2 rimpang kencur sebesar ibu jari, dikuliti sampai bersih dan dikunyah. Ditelan airnya, ampasnya dibuang, kemudian diminum 1 gelas air putih, dan diulangi sampai sembuh.

2. RADANG HIDUNG

2 rimpang kencur sebesar ibu jari dan ½ biji buah pala ditumbuk halus dan ditambahkan 2 sendok air hangat. Dioleskan/dibobokkan di seputar hidung.

3. INFLUENZA BAYI

1 rimpang kencur sebesar ibu jari dan 2 lembar daun kemukus ditumbuk halus, kemudian ditambah beberapa sendok air hangat. Dioleskan/dibobokkan di seputar hidung.

4. MASUK ANGIN

1 rimpang kencur sebesar ibu jari dan garam secukupnya dimakan secara bersamaan. Setelah itu kemudian minum 1 gelas air putih. Dapat dilakukan 2 kali sehari.





5. SAKIT KEPALA

2–3 lembar daun kencur ditumbuk sampai halus. Dioleskan (sebagai kompres/pilis) pada dahi.

6. BATUK

- a. 1 rimpang kencur diparut, kemudian ditambah 1 cangkir air hangat, diperas dan disaring. Diminum dengan ditambah garam secukupnya.
- b. 1 rimpang kencur sebesar ibu jari dikuliti sampai bersih dan dikunyah. Airnya ditelan, ampasnya dibuang. Dilakukan setiap pagi secara rutin.

7. DIARE

- a. 2 rimpang kencur diparut, kemudian ditambah 1 cangkir air hangat, diperas dan disaring. Dioleskan pada perut sebagai bedak.
- b. 2 rimpang kencur sebesar ibu jari dan garam secukupnya diparut, kemudian ditambah garam secukupnya. Dioleskan pada perut sebagai bedak.

8. MENGHILANGKAN DARAH KOTOR

4 rimpang kencur sebesar ibu jari, 2 lembar daun trengguli, 2 biji cengkih kering, adas pulawaras secukupnya, direbus dengan 1 liter air sampai mendidih kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari secara teratur.

9. MEMPERLANCAR HAID

2 rimpang kencur sebesar ibu jari, 1 lembar daun trengguli, 1 biji buah cengkih tua, adas pulawaras secukupnya direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas, kemudian disaring. Diminum sekali sehari 2 cangkir.

10. MATA PEGAL

1 potong rimpang kencur dibelah menjadi 2 bagian. Permukaan yang masih basah dipakai untuk menggosok pelupuk mata.

11. KESELEO

1 rimpang kencur dan beras yang sudah direndam air. Kedua bahan tersebut dipipis dan air secukupnya. Dioleskan/digosokan pada bagian yang keseleo sebagai bedak.

12. MENGHILANGKAN LELAH

1 rimpang besar kencur, 2 sendok beras digoreng tanpa minyak (sangan) dan 1 biji cabai merah. Semua bahan tersebut direbus bersama dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum sekaligus dan diulangi sampai sembuh. Untuk pria dapat ditambah dengan 1 potong lengkuas dan tepung lada secukupnya.



KUNYIT

(*Curcuma longa*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: <i>Curcuma</i>
Spesies	: <i>Curcuma longa</i> L.



4bp.blogspot.com

Deskripsi

Kunyit termasuk salah satu tanaman rempah dan obat, habitat asli tanaman ini meliputi wilayah Asia khususnya Asia Tenggara. Tanaman ini kemudian mengalami persebaran ke daerah Indo-Malaysia, Indonesia, Australia bahkan Afrika. Hampir setiap orang Indonesia dan India serta bangsa Asia umumnya pernah mengonsumsi tanaman rempah ini, baik sebagai pelengkap bumbu masakan, jamu atau untuk menjaga kesehatan dan kecantikan.

Nama Daerah

Saffron (inggris), kurkuma (belanda), kunyit (indonesia), kunir (jawa), koneng (sunda), konyet (madura).

Kandungan

Kurkumin, desmetoksikumin, bisdesmetoksikurkumin, Keton sesquiterpen, turmeron, tumeon, zingiberen, felandren, sabinen, borneol dan sineil.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, tifus, usus buntu, disentri, sakit keputihan, haid tidak lancar, perut mulas saat haid, memperlancar ASI, amandel, berak lendir, morbili, cangkrang (waterproken).

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. DIABETUS MELITUS

3 rimpang kunyit dan $\frac{1}{2}$ sendok teh garam direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 2 kali seminggu $\frac{1}{2}$ gelas.

2. TIFUS

2 rimpang kunyit, 1 bonggol sere, 1 lembar daun sambiloto ditumbuk halus dan dipipis, kemudian ditambah 1 gelas air masak yang masih hangat, dan disaring. Diminum, dan dilakukan selama 1 minggu berturut-turut.

3. USUS BUNTU

1 rimpang kunyit diparut dan jeruk nipis diperas, kemudian dicampur dengan 1 potong gula kelapa/aren dan garam secukupnya. Diseduh dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring. Diminum setiap pagi setelah makan, secara teratur.

4. DISENTRI

1–2 rimpang kunyit, gambir dan kapur sirih secukupnya direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas kemudian disaring. Diminum dan diulangi sampai sembuh.



wikimedia.org

5. KEPUTIHAN

2 rimpang kunyit, 1 genggam daun beluntas, 1 gagang buah asam, 1 potong gula kelapa/aren direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian di saring. Diminum 1 gelas sehari.

6. HAID TIDAK LANCAR

2 rimpang kunyit, ½ sendok teh ketumbar, ½ sendok teh biji pala, ½ genggam daun srigading ditumbuk halus kemudian direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 1 gelas sehari.

7. PERUT MULAS SAAT HAID

1 rimpang kunyit sebesar 4 cm, 1 rimpang jahe sebesar 4 cm, ½ rimpang kencur sebesar 4 cm. Semua bahan tersebut dicuci bersih dan diparut diambil airnya, kemudian di tambah dengan perasan jeruk nipis, diseduh dengan ½ gelas air panas dan disaring. Ditambah garam dan gula secukupnya, lalu diminum pada hari pertama haid.

8. MEMPERLANCAR ASI

1 rimpang kunyit ditumbuk sampai halus, kemudian dioleskan sebagai kompres diseputar buah dada 1 kali setiap 2 hari.

9. AMANDEL

1 rimpang kunyit diparut, 1 butir jeruk nipis diperas, dicampur dengan 2 sendok madu, diaduk sampai merata dan disaring. Diminum secara rutin 2 hari sekali.

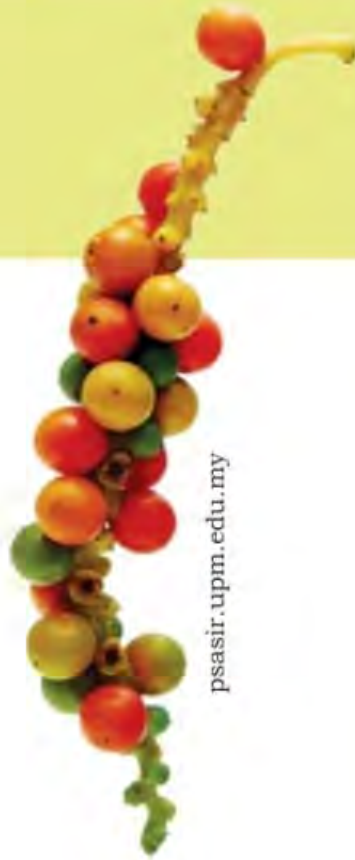
10. BERAK LENDIR

1 rimpang kunyit, 1 potong gambir, $\frac{1}{4}$ sendok makan kapur sirih direbus bersama dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas dan disaring. Diminum 2 kali sehari $\frac{1}{2}$ gelas, pagi dan sore.

11. MORBILI

1 rimpang kunyit dan 1 rimpang *dringo bingle* ditumbuk bersama sampai halus. Dioleskan pada seluruh badan sebagai bedak





LADA (*Piper nigrum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheoblonta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Piperales
Famili	: Piperaceae
Genus	: Piper
Spesies	: <i>Piper nigrum</i> L.

Deskripsi

Lada adalah rempah-rempah berwujud bijian. Lada sangat penting dalam komponen masakan dunia dan dikenal luas sebagai komoditi perdagangan penting di Dunia Lama. Pada masa lampau harganya sangat tinggi sehingga menjadi salah satu pemicu penjelajahan orang Eropa ke Asia Timur untuk menguasai perdagangan. Lada mengawali sejarah kolonisasi Afrika, Asia, dan Amerika.

Lada merupakan tanaman herba tahunan. Lada merupakan jenis tumbuhan memanjat. Batang lada bulat, beruas, bercabang, mempunyai akar pelekat, warna hijau kotor. Daun tunggal, bulat telur, pangkal bentuk jantung, ujung runcing, tepi rata, panjang 5–8 cm, lebar 2–5 cm, pertulangan menyirip, warna hijau. Bunga majemuk, bentuk bulir, menggantung, panjang 3,5–22 cm, warna hijau. Buah buni, bulat, buah muda berwarna hijau dan setelah tua berwarna merah.

Nama Daerah

Lada.

Kandungan

Minyak asiri, pinena, kariofilena, limonena, filandrena, alkaloid piperina, kavisina, piperitina, piperidina, zat pahit, dan minyak lemak.

Khasiat

Karminatif, diaforetik, diuretik, dan analgesik.

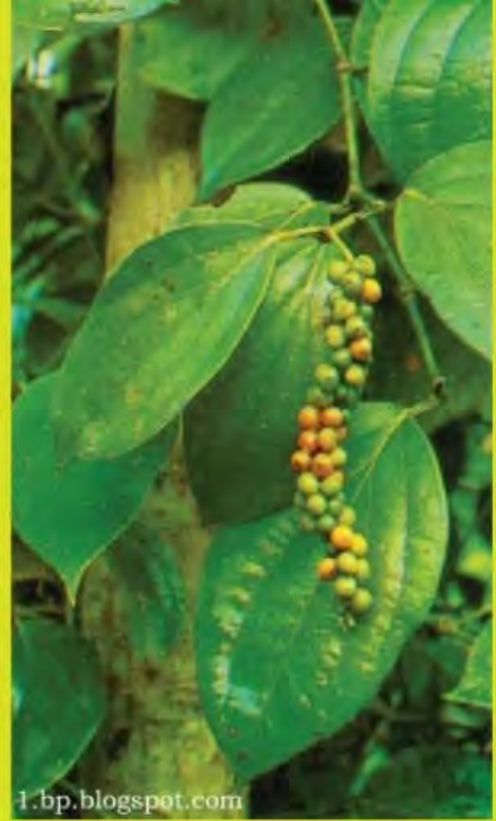
Bagian Yang Digunakan

Buah.

Cara Pengobatan

KAKI BENGKAK

10 butir buah lada hitam, 1 jari rimpang lempuyang emprit segar, 2 helai daun sirih segar. Dipipis hingga halus dan ditambah sedikit arak. Dibalurkan pada kaki pada waktu malam sebelum tidur. Diulang sampai sembuh.





LANDEP (*Barleria prionitis*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Scrophulariales
Famili	: Acanthaceae
Genus	: <i>Barleria</i>
Spesies	: <i>Barleria prionitis</i> L.

Deskripsi

Tumbuhan ini dapat tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 400 m dpl. Pohon landep tergolong jenis tanaman perdu dan dapat mencapai ketinggian 1,5–2 m. Batang landep berkayu, segi empat, berbuku-buku, berambut, berduri kuat yang terdapat pada ketiak-ketiak daun. Daun tunggal, daun muda berambut, letak berhadapan, panjang tangkai daun 4–8 mm. Helai daun jorong sampai lanset atau bundar telur memanjang, ujung meruncing, pangkal meruncing menyempit sepanjang tangkai, tepi rata agak berombak, panjang 2–18

cm, lebar 2–6,5 cm, pertulangan menyirip, warnanya hijau. Bunga tunggal, simetris dua sisi, di ketiak daun, mahkota bertaju lima, bentuk elips memanjang, warnanya kuning. Buah kotak, bulat telur, pipih, ujung agak lancip, keras, terbagi dua, warnanya hijau. Biji bulat telur, pipih, mengilap seperti beludu, warna cokelat. Perbanyakkan dengan biji atau setek batang.



Nama Daerah

Jarong, kembang landep (Sunda), landep (Jawa), bunga landak (Sumatera).
landhep (Madura).

Kandungan

Saponin, flavonoida, tanin, garam kalium, silikat, flavonoida, dan polifenol.

Khasiat

Mengobati rematik, sakit pinggang, demam, sakit perut, perut busung air,
kencing kurang lancar, kudis, gusi nyeri, cacingan dan beser mani (spermatorea).

Bagian Yang Digunakan

Daun dan akar.

Cara Pengobatan

1. LUKA

15 g akar landep dicuci bersih. Tambahkan ¼ sendok teh kapur sirih. Tumbuk sampai lumat, kemudian tempelkan pada luka.

2. PANU DAN KURAP

Akar secukupnya digiling halus. Tambahkan air perasan 1 buah jeruk nipis, lalu diaduk merata sampai seperti bubur. Balurkan pada kurap, lalu dibalut. Ganti 2 kali sehari, sampai sembuh.

3. REMATIK, SAKIT PINGGANG, SAKIT KEPALA

1 genggam daun landep segar dicuci lalu digiling halus. Tambahkan air kapur sirih secukupnya sambil diaduk merata sampai menjadi seperti bubur kental. Balurkan ke bagian tubuh yang sakit. Bila sakit kepala, balurkan di kening.

4. SAKIT GIGI

Daun dikunyah dengan gigi yang sakit.

5. GUSI NYERI DAN BERDARAH

Daun landep segar dicuci lalu digiling halus. Air perasannya ditambahkan sedikit madu. Gunakan untuk memoles gusi yang sakit.

6. DEMAM, SAKIT PERUT DAN KENCING SEDIKIT

1 genggam daun landep segar dicuci lalu diseduh dengan 1 gelas air panas. Setelah dingin disaring, lalu diminum.

LENGKUAS

(*Alpinia galanga*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: <i>Alpinia</i>
Spesies	: <i>Alpinia galanga</i> (L.) Sw.



www.dreamstime.com

Deskripsi

Lengkuas atau laos (*Alpinia galanga*) merupakan jenis tumbuhan umbi-umbian yang bisa hidup di daerah dataran tinggi maupun dataran rendah. Umumnya masyarakat memanfaatkannya sebagai campuran bumbu masak dan pengobatan tradisional.

Akar lengkuas berbentuk rimpang besar dan tebal, berdaging, berbentuk silindris, diameter sekitar 2–4 cm, dan bercabang-cabang. Bagian luar berwarna cokelat agak kemerahan atau kuning kehijauan pucat, mempunyai sisik-sisik berwarna putih atau kemerahan, keras mengkilap, sedangkan bagian dalamnya berwarna putih. Daging rimpang yang sudah tua berserat kasar. Apabila dikeringkan, rimpang berubah menjadi agak kehijauan, dan seratnya menjadi keras dan liat.

Batangnya tegak, tersusun oleh pelepah-pelepah daun yang bersatu membentuk batang semu, berwarna hijau agak keputih-putihan. Batang muda keluar sebagai tunas dari pangkal batang tua.

Daun tunggal berwarna hijau, bertangkai pendek tersusun berseling. Daun di sebelah bawah dan atas biasanya lebih kecil daripada yang di tengah. Bentuk daun lanset memanjang dan ujungnya runcing, pangkal tumpul dengan tepi daun rata. Pertulangan daun menyirip, panjang daun sekitar 20–60 cm, dan lebarnya 4–15 cm. Pelepah daun kira-kira 15–30 cm, beralur dan berwarna hijau.

Bunga merupakan bunga majemuk berbentuk lonceng, berbau harum, berwarna putih kehijauan atau putih kekuningan. Ukuran perbungaan lebih kurang 10–30 cm x 5–7 cm. Jumlah bunga di bagian bawah tandan lebih banyak dari pada di bagian atas, panjang bibir bunga 2,5 cm, berwarna putih dengan garis miring warna merah muda pada tiap sisi. Mahkota bunga yang masih kuncup, pada bagian ujungnya berwarna putih, sedangkan pangkalnya berwarna hijau.

Buah berupanya buah buni, berbentuk bulat, keras ketika muda berwarna hijau-kuning, setelah tua berubah menjadi hitam kecokelatan, berdiameter $\pm$ 1 cm.

Ada juga yang buahnya berwarna merah.

Biji-bijinya kecil-kecil, berbentuk lonjong, dan berwarna hitam.

Nama Daerah

Laos (Jawa), Laja (Sunda).

Kandungan

minyak asiri, minyak terbang, eugenol, seskuiterpen, pinen, metil sinamat, kaemferida, galangan, galangol, dan kristal kuning.

Khasiat

Mengobati penyakit rematik, sakit limpa, bronkhitis, morbili, panu. Selain itu lengkuas berkhasiat meningkatkan gairah seks dan nafsu makan.

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. REMATIK

- a. 2 rimpang lengkuas sebesar ibu jari diparut dan diperas airnya. Telur ayam kampung mentah dipecah untuk diambil kuningnya, kemudian kedua bahan tersebut dicampur sampai merata, diminum 1 kali sehari.
- b. 3 rimpang lengkuas sebesar ibu jari, 0,5 sendok teh bubuk merica, 1 potong gula merah, dan 2 gelas air santan kelapa, direbus bersama-sama hingga airnya tinggal 1 gelas. Diminum sedikit demi sedikit selama 1 minggu

2. SAKIT LIMPA

2 rimpang lengkuas sebesar ibu jari, 3 rimpang umbi temulawak sebesar ibu jari dan 1 genggam daun meniran, direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih. Diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

3. MEMBANGKITKAN GAIRAH SEKS

2 rimpang umbi lengkuas sebesar ibu jari dan 3 rimpang umbi halia sebesar ibu jari diparut dan diperas airnya, dicampur dengan air perasan 2 buah jeruk nipis, 1 sendok teh merica, 1 sendok teh garam, 1 ragi tape, dan setengah gelas air matang. Semua bahan dicampur hingga merata, kemudian diminum sekali habis.

4. MEMBANGKITKAN NAFSU MAKAN

- a. 1 rimpang lengkuas sebesar ibu jari, 3 buah mengkudu mentah, 0,5 rimpang kencur sebesar ibu jari, 0,5 sendok teh bubuk ketumbar, 1 siung bawang putih, 3 mata buah asam jawa yang masak, 1 potong gula merah, jakeling, jalawe, dan jarahab, direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Diminum 2 kali sehari 0,5 gelas, pagi, dan sore.



- b. 1 rimpang umbi lengkuas sebesar ibu jari, 1 rimpang temulawak sebesar ibu jari, 1 pohon tumbuhan meniran dan sedikit adas pulawaras, direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih.
Diminum 3 kali sehari

5. BRONKHITIS

2 rimpang umbi lengkuas, 2 rimpang temulawak, halia, keningar, 1 genggam daun pecut kuda, 0,5 genggam daun iler, daun kayu manis secukupnya ditumbuk halus kemudian direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih.
Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

6. MORBILI

4 rimpang umbi lengkuas sebesar ibu jari diparut halus, dicampur dengan 1 sendok teh minyak kayu putih, dan 2 sendok teh minyak gondopura. Dipakai untuk obat luar.

7. PANU

- a. Rimpang umbi lengkuas dan kapur sirih secukupnya ditumbuk sampai halus. Digosokkan pada bagian yang sakit, pagi dan sore.
- b. Rimpang lengkuas dipotong-potong. Bagian yang sakit digosok-gosok dengan potongan-potongan lengkuas, kemudian diolesi dengan spiritus.

LIDAH BUAYA

(*Aloe vera*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Ordo	: Asparagales
Famili	: Asphodelaceae
Genus	: Aloe
Spesies	: <i>Aloe vera</i> L.



www.healthyfoodhouse.com

Deskripsi

Lidah buaya adalah sejenis tumbuhan yang sudah dikenal sejak ribuan tahun silam dan digunakan sebagai penyubur rambut, penyembuh luka, dan untuk perawatan kulit. Tumbuhan ini dapat ditemukan dengan mudah di tempat yang berhawa panas atau ditanam orang di pot dan pekarangan rumah sebagai tanaman hias.

Tumbuhan ini daunnya agak runcing berbentuk taji, tebal, getas, tepinya bergerigi/berduri kecil, permukaan berbintik-bintik, panjang 15–36 cm, lebar 2–6 cm, bunga bertangkai yang panjangnya 60–90 cm, bunga berwarna kuning kemerahan (jingga). Batang tanaman ini pendek. Batangnya tidak kelihatan karena tertutup oleh daun-daun yang rapat dan sebagian terbenam dalam tanah. Melalui batang ini akan muncul tunas-tunas yang selanjutnya menjadikan anakan. *Aloe vera* yang bertangkai panjang juga muncul dari batang melalui celah-celah atau ketiak daun. Batang *Aloe vera* juga dapat disetek untuk memperbanyak tanaman. Daun Daun tanaman *Aloe vera* berbentuk pita dengan



helaian yang memanjang. Daunnya berdaging tebal, tidak bertulang, berwarna hijau keabu-abuan, bersifat sukulen (banyak mengandung air) dan banyak mengandung getah atau lendir (gel) sebagai bahan baku obat. Tanaman lidah buaya tahan terhadap kekeringan karena di dalam daun banyak tersimpan cadangan air yang dapat dimanfaatkan pada waktu kekurangan air. Bentuk daunnya menyerupai pedang dengan ujung meruncing, permukaan daun dilapisi lilin, dengan duri lemas dipinggirnya. Panjang daun dapat mencapai 50–75 cm, dengan berat 0,5 kg–1 kg, daun melingkar rapat di sekeliling batang. Bunga *Aloe vera* berwarna kuning atau kemerahan berupa pipa yang mengumpul, keluar dari ketiak daun. Bunga berukuran kecil, tersusun dalam rangkaian berbentuk tandan, dan panjangnya bisa mencapai 1 meter. Bunga biasanya muncul bila ditanam di pegunungan. Akar tanaman Aloe Vera berupa akar serabut yang pendek dan berada di permukaan tanah. Panjang akar berkisar antara 50 – 100 cm. Untuk pertumbuhannya, tanaman menghendaki tanah yang subur dan gembur di bagian atasnya.

Nama Daerah

Lidah buaya (Indonesia), jadam (Malaysia).

Kandungan

Aloin, barbaloin, isobarbaloin, aloe-emodin, aloenin, aloesin.

Khasiat

Anti radang, pencahar (laxative), parasiticide.

Bagian Yang Digunakan

Daun, bunga, akar.

Cara Pengobatan

1. KENCING MANIS

1 batang lidah buaya dicuci bersih, dibuat durinya, dipotong-potong direbus dengan 3 gelas air sampai menjadi 1 ½ gelas. Diminum sehari 3 x ½ gelas, sehabis makan.

2. BATUK REJAN

15–18 cm daun direbus kemudian ditambah gula, minum.

3. SYPHILIS

Bunga dan daun direbus. Diminum air rebusannya.

4. CACINGAN DAN SUSAH BUANG AIR KECIL

15–30 gram akar kering lidah buaya direbus.
Diminum air rebusannya.

5. LUKA MEMAR DAN LUKA DALAM

10–15 gram bunga kering lidah buaya direbus,
diminum air rebusannya.
10–15 gram bunga ditim dengan
arak putih, digunakan untuk pemakaian luar.

6. KENCING DARAH

15 gram daun lidah buaya diperas, ditambah
30 gram gula, ditambah air beras secukupnya, diminum.

7. WASIR

½ batang daun lidah buaya dihilangkan duri-durinya,
cuci bersih lalu diparut. Tambahkan ½ cangkir
air matang dan 2 sendok makan madu,
aduk, saring. Minum sehari 3 kali.



8. SEMBELIT

1/2 batang daun lidah buaya dicuci dan dibuang kulit dan durinya, isinya dicincang, lalu diseduh dengan 1/2 cangkir air panas dan tambahkan 1 sendok makan madu, hangat-hangat dimakan, sehari 2 kali.

9. PENYUBUR RAMBUT

Daun lidah buaya segar secukupnya dibelah, diambil bagian dalamnya, digosokkan ke kulit kepala sesudah mandi sore, kemudian dibungkus dengan kain, keesokan harinya rambut dicuci. Dipakai setiap hari selama 3 bulan untuk mencapai hasil yang memuaskan.

10. LUKA BAKAR RINGAN

Daun dicuci bersih, ambil bagian dalamnya, tempelkan pada bagian tubuh yang terkena api/air panas.

11. BISUL

Daun dilumatkan ditambah sedikit garam, tempelkan pada bisulnya.



MAHKOTA DEWA

(*Phaleria macrocarpa*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Thymelaeaceae
Genus	: <i>Phaleria</i>
Spesies	: <i>Phaleria macrocarpa</i> (Scheff) Boerl.



Deskripsi

Mahkota dewa banyak ditemukan di Papua, tetapi tidak ada informasi yang kuat yang menerangkan bahwa tanaman ini berasal dari Papua. Mahkota dewa tumbuh subur di tanah yang gembur dan subur pada ketinggian 10–1.200 m dpl. Tanaman ini adalah tanaman perdu menahun ini tumbuh tegak dengan tinggi 1–2,5 m. Batangnya bulat, permukaannya kasar, warnanya cokelat, berkayu dan bergetah, percabangan simpodial. Daun tunggal, letaknya berhadapan, bertangkai pendek, bentuknya lanset atau jorong, ujung dan pangkal runcing, tepi rata, pertulangan menyirip, permukaan licin, warnanya hijau tua, panjang 7–10 cm, lebar 2–5 cm. Bunga keluar sepanjang tahun, letaknya tersebar di batang atau ketiak daun, bentuk tabung, berukuran kecil, berwarna putih, dan harum. Buah bentuknya bulat, diameter 3–5 cm, permukaan licin, beralur, ketika muda warnanya hijau dan merah setelah masak. Daging buah berwarna putih,



berserat, dan berair. Biji bulat, keras, berwarna cokelat. Berakar tunggang dan berwarna kuning kecokelatan. Perbanyakkan dengan cangkok dan bijinya.

Nama Daerah

Simalakama (Melayu), makutadewa, makuto mewo, makuto ratu, makuto rojo (Jawa).

Kandungan

Antihistamin, alkaloid, saponin, dan polifenol (lignan). Kulit buah mengandung alkaloid, saponin, dan flavonoid.

Khasiat

Menghilangkan gatal (antipruritus) dan antikanker.

Bagian Yang Digunakan

Daun, daging, dan kulit buahnya.

Cara Pengobatan

1. DISENTRI

15 g kulit buah mahkota dewa yang sudah dikeringkan direbus dengan dua gelas air sampai mendidih selama 15 menit. Setelah dingin, saring dan minum airnya sekaligus. Lakukan 2–3 kali dalam sehari.

2. PSORIASIS

3 buah mahkota dewa segar dibelah, bijinya dibuang, lalu iris tipis-tipis dan jemur sampai kering. Rebus simplisia ini dengan satu liter air

dengan api besar. Setelah mendidih, kecilkan api dan rebus sampai airnya tersisa seperempatnya. Setelah dingin, saring dan minum airnya sehari dua kali, masing-masing separuhnya. Jika timbul gejala keracunan, turunkan dosis atau hentikan penggunaannya.

3. EKSIM DAN GATAL-GATAL

Cuci daun mahkota dewa segar secukupnya, lalu giling sampai halus. Tempelkan pada bagian yang sakit, lalu balut. Ganti 2–3 kali dalam sehari.



MANGGIS

(*Garcinia mangostana*)



www.bebeja-agribisnis.com

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Dilleniidae
Ordo	: Theales
Famili	: Clusiaceae
Genus	: <i>Garcinia</i>
Spesies	: <i>Garcinia mangostana</i> L.

Deskripsi

Manggis adalah sejenis pohon hijau abadi dari daerah tropika yang diyakini berasal dari Kepulauan Nusantara. Buah manggis dalam perdagangan dikenal sebagai "ratu buah", sebagai pasangan durian, si "raja buah". Buah ini mengandung mempunyai aktivitas antiinflamasi dan antioksidan. Sehingga di luar negeri buah manggis dikenal sebagai buah yang memiliki kadar antioksidan tertinggi di dunia.

Pohon manggis selalu hijau, tinggi mencapai 6–20 m. Batang tegak, batang pokok jelas, kulit batang coklat, memiliki getah kuning. Daun tunggal, duduk daun berhadapan atau bersilang berhadapan, helaian daun mengkilat di permukaan, permukaan atas hijau gelap permukaan bawah hijau terang. Daun berbentuk elips memanjang, 12–23 x 4,5–10 cm, tangkai 1,5–2 cm. Bunga betina 1–3 di ujung batang, susunan menggarpu, garis tengah 5–6 cm. Kelopak daun kelopak, dua daun kelopak yang terluar hijau kuning, 2 yang

terdalam lebih kecil, bertepi merah, melengkung kuat, tumpul. Mahkota terdiri dari 4 daun mahkota, bentuk telur terbalik, berdaging tebal, hijau kuning, tepi merah atau hampir semua merah. Benang sari mandul (staminodia) biasanya dalam tukul (kelompok). Bakal buah beruang 4–8, kepala putik berjari-jari 4–6. Buah berbentuk bola tertekan, garis tengah 3,5–7 cm, ungu tua, dengan kepala putik duduk (tetap), kelopak tetap, dinding buah tebal, berdaging, ungu, dengan getah kuning. Biji 1–3, diselimuti oleh selaput biji yang tebal berair, putih, dapat dimakan (termasuk biji yang gagal tumbuh sempurna). Perbanyak tanaman dapat dilakukan dengan biji yang telah dikecambahkan terlebih dahulu dalam kantong plastik.

Nama Daerah

Manggis.

Kandungan

Mangostin, β -mangostin, 1,3,6,7-tetrahidroksi-2,8-di (3-metil-2butenil) xanton.

Khasiat

Antidiare, speriniostatik dan spermisida, antiinflamasi dan antioksidan.

Bagian Yang Digunakan

Buah dan kulit buah.

Cara Pengobatan

1. DISENTRI

2 buah kulit manggis, dicuci dan dipotong potong, direbus dengan 4 gelas air sampai volume tinggal $\frac{1}{2}$ nya, setelah dingin disaring lalu diminum dengan madu bila perlu (2 x sehari $\frac{3}{4}$ gelas).

2. MENCRET

2 buah kulit manggis yang masak, dicuci dan dipotong potong, direbus dengan 3 gelas air sampai volume tinggal $1\frac{1}{2}$ nya, setelah dingin disaring kemudian diminum dengan madu seperlunya (2 x sehari $\frac{3}{4}$ gelas).

3. SARIAWAN

2 buah kulit manggis, dicuci dan dipotong potong, direbus dengan 3 gelas air sampai volume tinggal $\frac{1}{2}$ nya, setelah dingin disaring untuk berkumur dan terus diminum (3–6 x sehari 2 sendok makan).



MANGKOKAN

(*Nothopanax scutellarium*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Apiales
Famili	: Araliaceae
Genus	: <i>Nothopanax</i>
Spesies	: <i>Nothopanax scutellarium</i> Merr.



doktergaul.com

Deskripsi

Mangkokan atau daun mangkokan adalah tumbuhan hias pekarangan dan tanaman obat yang relatif populer di Nusantara. Namanya mengacu pada bentuk daunnya yang melengkung serupa mangkok.

Tumbuhan ini sering ditanam sebagai tanaman hias atau tanaman pagar. Mangkokan jarang atau tidak pernah berbunga, menyukai tempat terbuka yang terkena sinar matahari atau sedikit terlindung, dan dapat tumbuh pada ketinggian 1–200 m dpl. Perdu tahunan, tumbuh tegak, tinggi 1–3 m. Batang berkayu, bercabang, bentuknya bulat, panjang, dan lurus. Daun tunggal, bertangkai, agak tebal, bentuknya bulat berlekuk seperti mangkok, pangkal berbentuk jantung, tepi bergerigi, diameter 6–12 cm, pertulangan menyirip, warnanya hijau tua. Bunga majemuk, bentuk payung, warnanya hijau. Buahnya buah buni, pipih, hijau. Biji kecil, keras, dan berwarna coklat. Perbanyakkan dengan setek batang.



Nama Daerah

Mamanukan (Sunda), godong mangkokan (Jawa), lanido, ndalido, ranido, ndari (Roti), daun papeda (Ambon), pohon mangkok (Sumatera), daun mangkok (Menado), mangko-mangko (Makasar), goma matari, sawoko (Halmahera), rau paroro (Ternate), platitos (Tagalog).

Kandungan

kalsium-oksalat, peroksidase, amygdalin, fosfor, besi, lemak, protein, serta vitamin A, B1, dan C.

Khasiat

Mengobati radang payudara, rambut rontok, sukar kencing, bau badan, luka, pembengkakan dan melancarkan pengeluaran ASI.

Bagian Yang Digunakan

Akar dan daun.

Cara Pengobatan

1. RADANG PAYUDARA, PEMBENGKAKAN DISERTAI BENDUNGAN ASI

Daun mangkokan tua secukupnya diremas dengan minyak kelapa dan sedikit kunyit yang telah diparut. Panaskan di atas api, hangat-hangat ditaruh pada payudara yang membengkak.

2. LUKA

Daun mangkokan segar secukupnya dicuci bersih lalu digiling halus. Taruh di atas luka, lalu dibalut. Ganti 2–3 kali sehari.

3. SUKAR KENCING

Daun mangkokan tua yang masih segar direndam dalam air panas beberapa saat. Angkat, lalu hangat-hangat dikompreskan pada perut bagian bawah.

4. RAMBUT RONTOK

Daun mangkokan tua yang masih segar secukupnya setelah dicuci bersih lalu digiling halus. Tambahkan sedikit minyak kelapa sambil diaduk sampai seperti bubur. Kemudian saring dan peras. Hasil perasan dioleskan pada kulit kepala sambil dipijat ringan. Biarkan sampai mengering, lalu rambut dicuci sampai bersih. Lakukan setiap hari.

MENGKUDU

(*Morinda citrifolia*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Rubiales
Famili	: Rubiaceae
Genus	: Morinda
Spesies	: <i>Morinda citrifolia</i> L.

Deskripsi

Mengkudu termasuk jenis kopi-kopian. Mengkudu dapat tumbuh di dataran rendah sampai pada ketinggian tanah 1500 meter diatas permukaan laut. Mengkudu merupakan tumbuhan asli dari Indonesi. Tumbuhan ini mempunyai batang tidak terlalu besar dengan tinggi pohon 3–8 m. Daunnya bersusun berhadapan, panjang daun 20–40 cm dan lebar 7–15 cm. Bunganya berbentuk bungan bongkol yang kecil-kecil dan berwarna putih. Buahnya berwarna hijau mengkilap dan berwujud buah buni berbentuk lonjong dengan variasi trotol-trotol. Bijinya banyak dan kecil-kecil terdapat dalam daging buah. Pada umumnya tumbuhan mengkudu berkembang biak secara liar di hutan-hutan atau dipelihara orang pinggiran-pinggiran kebun rumah.

Nama Daerah

Mengkudu (Indonesia), pace, kemudu, kudu (Jawa), cengkudu (Sunda), kodhuk (Madura), wengkudu (Bali).

Kandungan

Morinda diol, morindone, morindin, damnacanthal, metil asetil, asam kapril dan sorandiyol.

Khasiat

Mengobati penyakit hipertensi, sakit kuning, demam, influenza, batuk, sakit perut; menghilangkan sisik pada kaki.

Bagian Yang Digunakan

Buah.

Cara Pengobatan

1. HIPERTENSI

2 buah mengkudu yang telah masak di pohon diperas airnya, kemudian dicampur dengan 1 sendok makan madu. Diminum dan diulangi 2 hari sekali.

2. SAKIT KUNING

2 buah mengkudu yang telah masak di pohon diperas airnya, ditambahkan 1 potong gula batu. Diminum dan diulangi 2 hari sekali.

3. DEMAM

1 buah mengkudu dan 1 rimpang kencur direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum 2 kali 1 hari, pagi dan sore.

4. BATUK

1 buah mengkudu
dan ½ genggam
daun poo (bujanggut)
direbus dengan 2 gelas
air sampai mendidih
hingga tinggal 1 gelas,
kemudian disaring.
Diminum 2 kali 1 hari,
pagi dan sore.

5. SAKIT PERUT

2–3 daun mengkudu
ditumbuk halus, ditambah
garam dan diseduh air panas.
Setelah dingin disaring dan diminum.

6. KULIT KERING DAN BERSISIK

Kulit yang bersisik digosok dengan buah mengkudu tersebut sampai
merata, dan dibiarkan selama 5–10 menit, kemudian dibilas dengan
air hangat.



MENIRAN

(*Phyllanthus niruri*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Euphorbiales
Famili	: Euphorbiaceae
Genus	: Phyllanthus
Spesies	: <i>Phyllanthus niruri</i> L.

Deskripsi

Meniran merupakan tumbuhan berbatang basah dengan tinggi kurang dari 50 cm. Daun bersirip genap setiap satu tangkai daun terdiri dari daun majemuk yang mempunyai ukuran kecil dan berbentuk lonjong. Bunga terdapat pada ketiak daun menghadap ke arah bawah. Meniran merupakan tumbuhan berasal dari daerah tropis yang tumbuh liar di hutan-hutan, ladang-ladang, Kebun-kebun maupun pekarangan halaman rumah, pada umumnya tidak dipelihara, karena dianggap tumbuhan rumput biasa. Meniran tumbuh subur ditempat yang lembap pada dataran rendah sampai ketinggian 1000 meter di atas permukaan laut.





Nama Daerah

Meniran.

Kandungan

Filantin, kalium, mineral, damar dan zat penyamak.

Khasiat

Mengobati penyakit sakit kuning (lever), malaria, demam, ayas, batuk, haid berlebih, disentri, luka bakar, luka koreng, jerawat.

Bagian Yang Digunakan

Akar, batang, dan daun.

Cara Pengobatan

1. SAKIT KUNING

- A. 16 tanaman meniran (akar, batang, daun) dicuci lalu ditumbuk halus dan direbus dengan 2 gelas air susu sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Disaring dan diminum sekaligus; dilakukan setiap hari.
- b. 7 batang tanaman meniran (akar, batang, dan bunga), 7 buah bunga cengkih kering, 5 cm rimpang umbi temulawak, 1 potong kayu manis, direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Disaring dan diminum 2 kali sehari.

2. MALARIA

7 Batang tanaman meniran lengkap, 5 Biji bunga cengkih kering, 1 potong kayu manis, dicuci bersih, kemudian ditumbuk halus dan direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. Disaring dan diminum 2 kali sehari.

3. EPILEPSI

17–21 batang tanaman meniran (akar, batang, daun dan bunga) dicuci bersih, kemudian direbus dengan 5 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2,5 gelas. Disaring dan diminum 1 kali sehari sehari $\frac{3}{4}$ gelas selama 3 hari berturut-turut.

4. DEMAM

3–7 batang tanaman meniran lengkap (akar, batang, daun dan bunga), dicuci bersih, kemudian diseduh dengan 1 gelas air panas. Disaring, kemudian diminum sekaligus.

5. BATUK

3–7 batang tanaman meniran lengkap (akar, batang, daun, bunga), dicuci bersih, kemudian ditumbuk halus dan direbus dengan makan air masak, hasilnya dicampur dengan 1 sendok makan madu sampai merata. Diminum sekaligus dan dilakukan 2 kali sehari

6. HAID BERLEBIHAN

3–7 potong akar meniran kering ditumbuk halus dan direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih, kemudian ditambah dengan 1 gelas air tajin dan diaduk sampai rata. Disaring dan diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

7. DISENTRI

17 batang tanaman meniran lengkap (akar, batang, daun dan bunga) direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih. Disaring dan diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

8. LUKA BAKAR

3–7 batang tanaman meniran lengkap (akar, batang, daun dan bunga) ditumbuk halus dan temulawak diiris-iris, kemudian dicampur dengan 3 buah bunga cengkih kering, 1 potong kayu manis dan direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih.

9. LUKA KORENG

9–15 batang meniran lengkap (akar, batang, daun dan bunga) dicuci bersih dan ditumbuk halus, kemudian direbus dengan 1 cerek air. Dalam keadaan hangat-hangat dipakai untuk mandi.

10. JERAWAT

7 Batang tanaman meniran dan 1 rimpang umbi kunyit (4 cm) dicuci sampai bersih kemudian ditumbuk sampai halus. Pipisan/hasil tumbukan direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Disaring dan diminum sekaligus, ulangi secara teratur setiap hari.

PACAR AIR

(*Impatiens balsamina*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Geraniales
Famili	: Balsaminaceae
Genus	: <i>Impatiens</i>
Spesies	: <i>Impatiens balsamina</i> L.

Deskripsi

Pacar air adalah tanaman yang berasal dari Asia Selatan dan Asia Tenggara. Tanaman ini diperkenalkan di Amerika pada abad ke-19. Tanaman ini adalah tanaman tahunan dan memiliki bunga yang berwarna putih, merah, ungu atau merah jambu. Bentuk bunganya menyerupai bunga anggrek yang kecil. Tinggi tanaman ini bisa mencapai satu meter dengan batangnya yang tebal dan daunnya yang bergerigi tepinya. Pacar air berbatang basah, bercabang, dengan daun tunggal, bentuk lanset memanjang pinggir bergerigi warna hijau muda tanpa daun penumpu. Buahnya buah kendaga, bila masak akan membuka menjadi 5 bagian yang terpilin.



Tanaman ini sangat disukai lebah dan serangga lain yang membantu penyerbukannya. Walau demikian tanaman ini tidak dapat hidup di lingkungan yang kering. Berbagai bagian tanaman juga digunakan sebagai obat tradisional.

Nama Daerah

Lahine, paruina (Sumatera), pacar cai, pacar banyu (Jawa), kimhong (Jakarta), pacar foya, pacar aik (Nusa Tenggara), tilang-gele duluku, kolendingi ungggaagu, bunga jabelu, giabebe, gofu, laka gofu, bunga taho (Sulawesi), inai anyer (Maluku).

Kandungan

Anthocyanins, cyanidin, delphinidin, pelargonidin, malvidin, kaempferol, quercetin dan cyanidin mono-glycoside.

Khasiat

Melancarkan peredaran darah, melunakkan masa/benjolan yang keras.

Bagian Yang Digunakan

Akar, daun, bunga dan biji.

Cara Pengobatan

1. KEPUTIHAN

30–60 gr daun segar, rebus. Kemudian diminum air rebusannya.

2. PELURUH HAID

4–5 bonggol akar, direbus, 3–4 kali. Minum air rebusannya.

3. TERTUSUK BENDA ASING DI KERONGKONGAN

Akar dikunyah, telan dengan air hangat.



PACAR CINA

(*Aglaia odorata*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Sapindales
Famili	: Meliaceae
Genus	: <i>Aglaia</i>
Spesies	: <i>Aglaia odorata</i> Lour.



Deskripsi

Sesuai dengan namanya, tumbuhan pacar cina berasal dari Cina.

Bunganya sering digunakan untuk mengharumkan teh atau pakaian.

Tanaman ini merupakan jenis tanaman perdu, tinggi mencapai 2–6 m, batang berkayu, bercabang banyak, tangkai berbintik-bintik kelenjar berwarna hitam. Daun majemuk menyirip ganjil yang tumbuh berseling, anak daun 3–5. Anak daun bertangkai pendek, bentuk bundar telur sungsang, panjang 3–6 cm, lebar 1–3,5 cm, ujung runcing, pangkal meruncing,

tepi rata, permukaan licin mengilap terutama daun muda. Bunga dalam malai rapat, panjangnya 5–16 cm, warna kuning, dan harum. Buah buni, bulat lonjong, warnanya merah, panjang 6–7 mm, dengan ruang 1–3, biji 1–3. Perbanyakkan melalui cangkok. Pacar cina sering ditanam di kebun dan pekarangan sebagai tanaman hias, atau tumbuh liar di ladang-ladang yang cukup mendapat sinar matahari.

Nama Daerah

Culan (Sunda), pacar culam (Jawa), pacar cina, culan (Sumatera).

Kandungan

Minyak asiri, alkaloid, damar, garam mineral, dan tanin.

Khasiat

Mengobati perut kembung, sukar menelan, batuk, pusing, dan mempercepat persalinan.

Bagian Yang Digunakan

Bunga, daun, batang, dan ranting.

Cara Pengobatan

1. HAID TERLALU BANYAK

Daun pacar cina segar sebanyak 1 genggam penuh dicuci bersih lalu direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring dan diminum. Sehari 2 kali, masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas.

2. BAU BADAN

Daun pacar cina segar sebanyak 10 g dan daun sirih segar sebanyak 7 lembar dicuci lalu direbus dengan 2 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring. Kemudian minum sehari 2 kali, pagi dan sore, masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas.

PALA

(*Myristica fragrans*)

Deskripsi

Pala berasal dari kepulauan Banda, Maluku. Akibat nilainya yang tinggi sebagai rempah-rempah, buah dan biji pala telah menjadi komoditi perdagangan yang penting sejak masa Romawi.

Pohon pala tumbuh mencapai ketinggian lebih kurang 10 meter. Tanaman pala berbatang tegak, berkayu, warna putih kotor, daun tunggal, bentuk lonjong, ujung dan pangkal runcing, warna hijau mengkilat. Tumbuhan ini berumah dua (*dioecious*) sehingga dikenal pohon jantan dan pohon betina. Daunnya berbentuk elips langsing. Buahnya berbentuk lonjong seperti lemon, berwarna kuning, berdaging dan beraroma khas karena mengandung minyak asiri pada daging buahnya. Bila masak, kulit dan daging buah membuka dan biji akan terlihat terbungkus fuli yang berwarna merah. Biji kecil, bulat telur, selubung



commons.wikimedia.org

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Magnoliales
Famili	: Myristicaceae
Genus	: Myristica
Spesies	: <i>Myristica fragrans</i> Houtt

biji merah, biji berwarna hitam kecokelatan. Satu buah menghasilkan satu biji berwarna cokelat. Pala dipanen biji, salut bijinya (*arillus*), dan daging buahnya.

Nama Daerah

Pala.

Kandungan

Minyak asiri, minyak lemak, saponin, miristisin, elemisi, enzim lipase, pektin, hars, zat samak, lemonena, dan asam oleanolat.

Khasiat

Stomakik, karminatif, stimulan, karminatif, spasmolitik, dan antiemetik.

Bagian Yang Digunakan

Selubung biji buah, biji, dan kulit buah.

Cara Pengobatan

1. MAAG

1 gram biji pala (serbuk), 6 gram serbuk buah Pisang, diseduh dengan 100 ml air matang hangat. Diminum 1 hari sekali 100 ml. Diulang selama 30 hari.

2. MUTAH DAN MULAS

1 sendok teh serbuk biji pala dan 1 sendok teh garam dapur, diseduh dengan air matang. Diminum bersama ampasnya.

3. SERAK

Serbuk dari 2 butir biji pala (serbuk), 3 rimpang jahe dan serbuk dari 7 kuncup bunga cengkih. Diseduh. Dibalurkan pada leher. Bila perlu, ditambah minyak kayu putih sedikit. Diperbarui setiap 3 jam.

PANDAN WANGI

(*Pandanus amaryllifolius*)

Deskripsi

Pandan wangi adalah jenis tumbuhan monokotil dari famili Pandanaceae yang memiliki daun beraroma. Tumbuhan ini mudah dijumpai di pekarangan atau tumbuh liar di tepi-tepi selokan yang teduh. Akarnya besar dan memiliki akar tunjang yang menopang tumbuhan ini bila telah cukup besar. Daunnya memanjang seperti daun palem dan tersusun secara roset yang rapat, panjangnya dapat mencapai 60 cm. Beberapa varietas memiliki tepi daun yang bergerigi.

Nama Daerah

Pandan rampe, pandan seungit, pandan room, pandan wangi (Jawa), seuke bangu, seuke musang, pandan jau, pandan bebau, pandan harum, pandan rempai, pandan wangi, pandan musang (Sumatera), pondang, pondan, ponda, pondago (Sulawesi), kelamoni, hao moni, keker moni, ormon foni, pondak, pondaki, pudaka (Maluku), pandan arrum (Bali), bonak (Nusa Tenggara).

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Arecidae
Ordo	: Pandanales
Famili	: Pandanaceae
Genus	: Pandanus
Spesies	: <i>Pandanus amaryllifolius</i> Roxb.

Kandungan

Alkaloida, saponin, flavonoida, tanin, polifenol, dan zat warna.

Khasiat

Mengobati lemah saraf (neurastenia), tidak nafsu makan, rematik, pegal linu, sakit disertai gelisah, rambut rontok, menghitamkan rambut, menghilangkan ketombe.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. LEMAH SYARAF

3 lembar daun pandan segar sebanyak 3 lembar dicuci lalu dipotong kecil-kecil. Direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 2 gelas. Setelah dingin disaring lalu diminum pagi dan sore hari, masing-masing 1 gelas.

2. REMATIK DAN PEGAL LINU

- a. 3 lembar daun pandan segar dicuci bersih lalu diiris tipis-tipis. Diseduh dengan $\frac{1}{2}$ cangkir minyak kelapa yang telah dipanaskan sambil diaduk merata. Setelah dingin digunakan untuk menggosok bagian tubuh yang sakit.
- b. 5 lembar daun pandan segar dan 20 lembar daun serai, dicuci lalu ditumbuk sampai halus. Tambahkan minyak kayu putih dan minyak gandapura masing-masing 1 sendok makan. Aduk sambil diramas sampai merata. Ramuan ini digunakan untuk menggosok dan mengurut bagian tubuh yang sakit.

3. GELISAN DAN SUSAH TIDUR

2 lembar daun pandan segar dicuci lalu diiris tipis-tipis. Diseduh dengan segelas air panas. Setelah dingin disaring, minum sekaligus. Lakukan 2–3 kali sehari, sampai tenang.

4. RAMBUT RONTOK

10 lembar daun waru muda yang segar, segenggam daun urang-aring, 5 lembar daun mangkogan, 1 lembar daun pandan, 10 kuntum bunga melati, dan 1 kuntum bunga mawar, setelah dicuci bersih lalu dipotong-potong secukupnya. Bahan-bahan tersebut dimasukkan ke dalam panci email, lalu tambahkan minyak wijen, minyak kelapa dan minyak kemiri masing-masing $\frac{1}{2}$ cangkir. Panaskan sampai mendidih, lalu diangkat. Setelah dingin disaring,

siap untuk digunakan. Caranya, oleskan campuran minyak tadi ke seluruh kulit kepala sambil dipijat ringan. Lakukan malam hari sebelum tidur, esok paginya rambut dikeramas. Lakukan 2–3 kali seminggu.

5. MENGHITAMKAN RAMBUT

7 lembar daun pandan wangi dicuci lalu dipotong-potong. Rebus dengan 1 liter air sampai warnanya menjadi hijau. Embunkan air rebusan tadi semalaman. Pagi harinya, campurkan rebusan daun pandan tadi dengan air perasan 3 buah mengkudu masak. Air campuran tadi lalu digunakan untuk mencuci rambut. Lakukan 3 kali seminggu, sampai terlihat hasilnya.

6. KETOMBE

7 lembar daun pandan segar dicuci bersih lalu digiling halus. Tambahkan $\frac{1}{2}$ cangkir air bersih sambil diremas merata. Peras dan saring. Air perasan daun pandan ini lalu dioleskan ke seluruh kulit kepala yang berketombe. Biarkan mengering, kalau perlu olesan diulang sekali lagi. Kira-kira $\frac{1}{2}$ –1 jam kemudian, rambut dibilas dengan air bersih. Lakukan setiap hari sampai sembuh.



PATAH TULANG

(*Pedilanthus pringlei*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Euphorbiales
Famili	: Euphorbiaceae
Genus	: Pedilanthus
Spesies	: <i>Pedilanthus pringlei</i> Robins

Deskripsi

Tanaman patah tulang berasal dari Afrika. Tumbuhan ini dapat tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 600 m dpl. Patah tulang merupakan tumbuhan jenis perdu, tumbuh tegak, tinggi 2–6 m, pangkal berkayu, banyak bercabang, bergetah seperti susu yang beracun. Tangkainya setelah tumbuh sekitar 1 jengkal akan segera bercabang dua yang letaknya melintang, demikian seterusnya sehingga tampak seperti percabangan

yang terpatah-patah. Patah tulang mempunyai ranting bulat silindris berbentuk pensil, beralur halus membujur, warnanya hijau. Daunnya jarang, terdapat pada ujung ranting yang masih muda, kecil-kecil, bentuknya lanset, panjang 7–25 mm, cepat rontok. Bunga terdapat diujung batang, berupa bunga majemuk yang tersusun seperti mangkok, warnanya kuning kehijauan. Buahnya bila masak akan pecah dan melemparkan biji-bijinya. Perbanyakannya dapat dilakukan dengan setek batang.

Nama Daerah

Susuru (Sunda), kayu urip, pacing tawa, tikel balung (Jawa), kayu jaliso, kayu lesu, kayu langtolangan, kayu tabar (Madura), patah tulang (Sumatera), kayu potong (Kangean).

Kandungan

Euphorbone, taraksasterol, alfa-laktuceryl, euphol, senyawaan damar, kautschuk (zat karet), dan zat pahit.

Khasiat

Mengobati sakit lambung, rematik, sifilis, nyeri saraf, penyakit kulit, kusta, wasir, tulang patah, sakit gigi, tahi lalat membesar dan gatal, kutil, tertusuk benda tajam (kaca), kapalan/penebalan kulit, dan keseleo.

Bagian Yang Digunakan

Akar, batang kayu, ranting, getah.

Cara Pengobatan

1. KULIT TERTUSUK DURI

Bagian tubuh yang kulitnya tertusuk duri atau pecahan kaca diolesi getah patah tulang. Getah itu akan mengeluarkan sendiri duri-duri itu dari kulit.



id.wikipedia.org



2. KUTIL DAN KAPALAN

$\frac{1}{2}$ kg dahan dan ranting patah tulang setelah dicuci bersih direbus dengan 4 liter air sampai tersisa menjadi 2 liter. Bagian tubuh yang kulitnya menebal atau ada kutilnya direndam dalam air rebusan tadi sewaktu masih oleskan param yang dibuat dari trusi yang telah ditumbuk halus dicampur dengan putih telur, lalu dibalut.

3. PATAH TULANG (FRAKTUR)

- Kulit diatas tulang yang patah digosok dengan getah patah tulang.
- Kulit luar dahan patah tulang digiling halus, Tempelkan diatas tulang yang patah, lalu dibalut.
- $\frac{3}{4}$ genggam tangkai dan daun patah tulang, 1 genggam daun srigi, dicuci lalu digiling halus, Ramas dengan 4 sendok makan air garam, dihangatkan sebentar. Dipakai untuk menurap bagian tubuh yang patah, lalu dibalut dengan daun bakung/kulit randu. Diganti 2 kali sehari.

4. FRAMBUSIA

$\frac{1}{2}$ genggam patah tulang, $\frac{1}{2}$ kepalan tangan gadung cina, dicuci lalu ditumbuk halus. Aduk merata dengan 1 sendok makan getah buah gondang dan 2 sendok makan getah buah pepaya muda. Ramuan ini dipakai untuk melumas dan menurap kulit yang sakit. Lakukan 2 kali sehari.

5. TAHI LALAT GATAL DAN MEMBESAR

Tahi lalat digosok dengan air jeruk nipis, lalu dengan kapas tahi lalatnya dilumaskan getah patah tulang. Lakukan beberapa kali sehari, bila sudah kering diulang. Hati-hati jangan kena mata.

6. SAKIT GIGI

Beberapa tetes getah patah tulang. Dengan kapas yang bersih dilumaskan pada gigi yang sakit dan berlubang. Lakukan 1–2 kali sehari, hati-hati jangan sampai mengenai gigi yang sehat.

PECUT KUDA (*Stachytarpheta jamaicensis*)

Deskripsi

Pecut kuda merupakan terna tahunan, tumbuh tegak, tinggi ± 50 cm. Daun terletak berhadapan, bentuk bulat telur, tepi bergerigi, tidak berambut. Bunga duduk tanpa tangkai pada bulir-bulir yang berbentuk seperti pecut, panjang $\pm 4-20$ cm. Bunga mekar tidak berbarengan, kecil-kecil warna ungu, putih.

Nama Daerah

Pecut kuda, jarongan, jarong laki, ngadi rengga, remek getih, jarong, biron, sekar laru, laler mengeng, rumjarum, ki meurit beureum.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Lamiales
Famili	: Verbenaceae
Genus	: <i>Stachytarpheta</i>
Spesies	: <i>Stachytarpheta jamaicensis</i> (L.) Vahl

Kandungan

Glikosida, alkaloid.

Khasiat

Anti radang, peluruh air seni.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh herba.

Cara Pengobatan

1. PHARYNGITIS

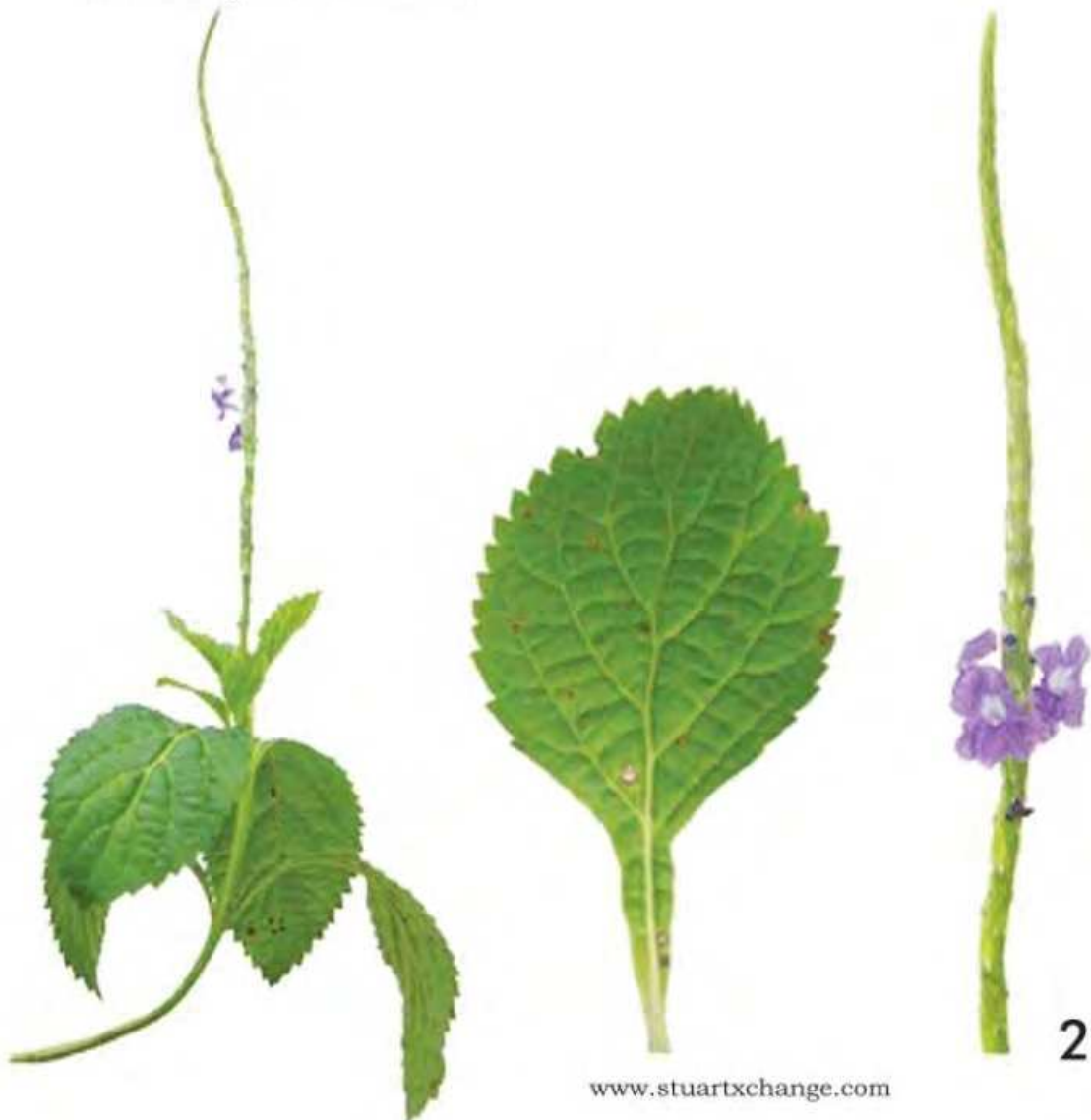
- Herba segar dilumatkan, ditambah gula, minum.
- Herba segar ditambah gula, dikunyah.

2. KEPUTIHAN

Rebusan akar pecut kuda.

3. HEPATITIS A

5–10 batang tangkai bunga (berikut bunganya), direbus kemudian ditambah gula batu, minum.



PEPAYA

(*Carica papaya*)



upload.wikimedia.org

Deskripsi

Pohon pepaya umumnya tidak bercabang atau bercabang sedikit, tumbuh hingga setinggi 5–10 m dengan daun-daunan yang membentuk serupa spiral pada batang pohon bagian atas. Daunnya menyirip lima dengan tangkai yang panjang dan berlubang di bagian tengah.

Pepaya berumah tunggal sekaligus berumah dua dengan tiga kelamin: tumbuhan jantan, betina, dan banci (hermafrodit). Bunga pepaya memiliki mahkota bunga berwarna kuning

pucat dengan tangkai pada batang. Bunga jantan pada tumbuhan jantan tumbuh pada tangkai panjang. Bunga biasanya ditemukan pada daerah sekitar pucuk.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Dilleniidae
Ordo	: Violales
Famili	: Caricaceae
Genus	: <i>Carica</i>
Spesies	: <i>Carica papaya</i> L.

Bentuk buah bulat hingga memanjang, dengan ujung biasanya meruncing. Warna buah ketika muda hijau gelap, dan setelah masak hijau muda hingga kuning. Bentuk buah membulat bila berasal dari tanaman betina dan memanjang (oval) bila dihasilkan tanaman benci. Daging buah berasal dari karpela yang menebal, berwarna kuning hingga merah, tergantung varietasnya. Bagian tengah buah berongga. Biji-biji berwarna hitam atau kehitaman dan terbungkus semacam lapisan berlendir (*pulp*) untuk mencegahnya dari kekeringan.

Nama Daerah

Pepaya (Indonesia), gedang (Sunda), betik, kates, telo gantung (Jawa).

Kandungan

Carposide, papayotin, karpain, kautsyuk, karposit dan vitamin.

Khasiat

Mengobati batu ginjal, hipertensi, malaria, sakit keputihan, kekurangan asi; rematik, malnutrisi, gangguan saluran kencing, haid berlebihan; sakit perut saat haid, disentri, diare, jerawat, ubanan.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh herba.

Cara Pengobatan

1. BATU GINJAL

- Hari pertama, 3 lembar daun pepaya yang masih segar direbus dengan air secukupnya, kemudian air rebusan daun pepaya tersebut diminum 1 gelas sekaligus.

- Hari kedua, 5 lembar daun pepaya yang masih segar direbus dengan air secukupnya, kemudian air rebusan daun pepaya tersebut diminum 1 gelas sekaligus.
- Hari ketiga, 7 lembar daun pepaya yang masih segar direbus dengan air secukupnya, kemudian air rebusan daun pepaya tersebut diminum 1 gelas sekaligus.
- Untuk menutupnya ditambah dengan minum air kelapa muda (degan=Jawa), yang dipilih dari buah kelapa hijau.

2. HIPERTENSI

- 2 potong akar papaya direbus dengan 1 liter air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari 1 cangkir
- 7 lembar daun atau bunga tapakdara, 2 potong akar papaya, diseduh dengan 1 gelas air dan dibiarkan beberapa saat dan disaring. Diminum menjelang tidur.

3. MALARIA

1 lembar daun pepaya, tempe busuk sebesar ibu jari, garam secukupnya, ditumbuk halus, kemudian diperas dan disaring untuk diambil airnya. Diminum 1 kali sehari selama 7 hari berturut-turut.

4. SAKIT KEPUTIHAN

1 lembar daun papaya dicincang halus, 1 potong akar rumput alang-alang, adas pulosari secukupnya, direbus dengan 1,5 liter air sampai mendidih dan disaring. Diminum 1 kali sehari 1 gelas dan dilakukan secara teratur.

5. ASI KURANG

Buah pepaya yang masih hijau (muda) tanpa dikuliti dibelah menjadi 2 bagian, sebagian direbus



dengan air dan sebagian yang lain. Air rebusan tersebut diminum 2–3 sendok teh sehari dan dilakukan secara teratur.

6. REMATIK

- a. Buah pepaya dipotong penampangnya kemudian 2 telur dimasukkan dalam pepaya melalui lubang yang telah dibuat dengan memotong penampang tadi, ditutup kembali rapat-rapat dan dibakar hingga telur yang ada di dalamnya masak. Telur yang sudah masak tersebut dimakan pagi dan sore
- b. 2 potong akar pepaya, 1 lembar daun papaya ditumbuk halus, kemudian direbus dengan 1 liter air sampai mendidih dan disaring. Diminum 1 kali sehari 1 gelas pada sore hari.

7. MALNUTRISI

2 lembar daun pepaya, 3 tangkai daun dadap serep, kapur sirih secukupnya ditumbuk bersama sampai halus. Digunakan sebagai bedak dan dioleskan pada perut balita yang sakit.

1 lembar daun papaya direbus dengan 1,5 gelas air sampai mendidih, kemudian disaring untuk diambil airnya. Diminumkan pada balita 2 sendok makan setiap hari.

8. GANGGUAN SALURAN KENCING

3 potong akar papaya direbus dengan 1 liter air air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 1 kali sehari 0,5 gelas.

9. HAID BERLEBIHAN

Buah pepaya yang masih hijau (muda) direbus dengan air sampai masak. Dimakan dagingnya.

10. SAKIT HAID

1 lembar daun papaya dicincang halus, kemudian ditambahkan buah asam dan garam secukupnya, direbus dengan air hingga mendidih. Didinginkan. Air rebusannya diminum biasa.



PETAI CINA

(*Leucaena leucocephala*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae
Genus	: <i>Leucaena</i>
Spesies	: <i>Leucaena leucocephala</i> (Lam.) de Wit

Deskripsi

Pohon petai cina merupakan jenis tumbuhan perdu, dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian hingga 20 m. Percabangan rendah, banyak, dengan pepagan kecokelatan atau keabu-abuan, berbintil-bintil dan berlentisel. Ranting-ranting bulat torak, dengan ujung yang berambut rapat.

Daun majemuk menyirip rangkap, sirip 3–10 pasang, kebanyakan dengan kelenjar pada poros daun tepat sebelum pangkal sirip terbawah. Daun penumpu kecil, berbentuk segitiga. Anak daun tiap sirip 5–20 pasang, berhadapan, bentuk garis memanjang, dengan ujung runcing dan pangkal miring, permukaannya berambut halus dan tepinya berjumbai.

Bunga majemuk berupa bongkol bertangkai panjang yang berkumpul dalam malai berisi 2–6 bongkol, tiap-tiap bongkol tersusun dari 100–180 kuntum bunga, membentuk bola berwarna putih atau kekuningan, Bunga kecil-kecil, berbilangan 5, tabung kelopak bentuk lonceng bergigi pendek.

Buah polong bentuk pita lurus, pipih dan tipis, 14–26 cm × 1.5–2 cm, dengan sekat-sekat di antara biji, berwarna hijau dan coklat kering jika masak, memecah sendiri. Berisi 15–30 biji yang terletak melintang dalam polongan, bundar telur terbalik, coklat tua mengkilap.

Nama Daerah

Petai cina (Indonesia), kemlandingan, lamtoro (Jawa), palanding, peuteuy selong (Sunda), kalandingan (Madura).

Kandungan

Kalori 148 kalori, Protein 10,6 gram, Lemak 0,5 gram, Hidrat arang 26,2 gram, Kalsium 155 miligram, fosfor 59 gram, Zat besi 2,2 gram, Vitamin A 416 SI, Vitamin B1 0,23 miligram, Vitamin C 20 miligram.

Khasiat

Mengobati diabetes melitus, cacingan, luka baru dan bengkak, dan meningkatkan gairah seks.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh herba.

Cara Pengobatan

1. DIABETES MELLITUS

Biji petai cina yang sudah tua dan kering digoreng tanpa minyak dan ditumbuk halus (dibuat bubuk). Kemudian ambil 1 sendok dan diseduh dengan air panas (seperti membuat kopi). Diminum 1 kali sehari 1 gelas dan dilakukan secara teratur.

2. CACINGAN

Biji petai cina yang sudah tua dan kering digoreng tanpa minyak dan ditumbuk halus (dibuat bubuk). Kemudian ambil 1 sendok dan diseduh dengan $\frac{1}{2}$ –1 gelas air panas (seperti membuat kopi). Diminum menjelang tidur malam.

3. MENINGKATKAN GAIRAH SEKS

1 sendok petai cina, 1 sendok bubuk merica hitam, 2 butir kuning telur ayam kampung mentah dan 1 sendok madu dicampur sampai merata. Diminum sekaligus.

4. LUKA BARU DISERTAI BENGGAK

Daun petai cina secukupnya ditumbuk halus atau dikunyah ditempelkan pada bagian yang luka/bengkak.

5. TERTUSUK DURI

Daun petai cina ditumbuk halus dan ditambah terasi dapur secukupnya, diaduk sampai merata. Ditempelkan pada bagian yang sakit, kemudian dibalut dengan kain pembalut.





PINANG (*Areca catechu*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Arecidae
Ordo	: Arecales
Famili	: Arecaceae
Genus	: <i>Areca</i>
Spesies	: <i>Areca catechu</i> L.

Deskripsi

Pohon pinang berbatang langsing, tumbuh tegak, tinggi 10–30 m, diameter 15–20 cm, tidak bercabang dengan bekas daun yang lepas. Daun majemuk menyirip tumbuh berkumpul di ujung batang membentuk roset batang. Pelepah daun berbentuk tabung, panjang 80 cm, tangkai daun pendek. Panjang helaian daun 1–1,8 m, anak daun mempunyai panjang 85 cm, lebar 5 cm, dengan ujung sobek dan bergigi. Tongkol bunga dengan seludang panjang yang mudah rontok, keluar dari bawah roset daun, panjang sekitar 75 cm, dengan tangkai pendek bercabang rangkap. Ada 1 bunga betina pada pangkal, di atasnya banyak bunga jantan tersusun dalam 2 baris yang tertancap dalam alur. Bunga jantan panjang 4 mm, putih kuning, benang sari 6. Bunga betina panjang sekitar 1,5 cm, hijau, bakal buah beruang satu. Buahnya buah buni, bulat telur sungsang memanjang, panjang 3,5–7 cm, dinding buah berserabut, bila masak warnanya merah oranye. Biji satu, bentuknya seperti kerucut pendek dengan ujung membulat, pangkal agak datar dengan suatu lekukan dangkal, panjang 15–30 mm, permukaan luar berwarna kecokelatan sampai cokelat kemerahan, agak berlekuk-lekuk menyerupai jala dengan warna yang lebih muda. Umbutnya dimakan sebagai lalap atau acar, sedang buahnya merupakan salah satu ramuan untuk makan sirih, dan merupakan tanaman penghasil zat samak.

Nama Daerah

Jambe, penang, wohan (Jawa). pineng, pineung, pinang, batang mayang, batang bongkah, batang pinang, pining, boni (Sumtra), gahat, gehat, kahat, taan, pinang (Kalimanantan), alosi, mamaan, nyangan, luhuto, luguto, poko rapo, amongon (Sulaawesi), Bua, hua, soi, hualo, hual, soin, palm (Maluku).

Kandungan

Arekolin, arekolidine, arekain, guvakolin, guvasine dan isoguvazine, tanin, lemak (palmitic, oleic, stearic, caproic, caprylic, lauric, myristic acid), kanji dan resin.

Khasiat

Obat cacing (anthelmintic), peluruh kentut (antiflatulent), peluruh haid, peluruh kencing (diuretik), peluruh dahak, memperbaiki pencernaan, pengelat (astringen), pencakar (laksan), dan penambah nafsu makan.

Bagian Yang Digunakan

Biji, daun, sabut.

Cara Pengobatan

1. CACINGAN

30 g serbuk biji pinang direbus dengan 2 gelas air, didihkan perlahan-lahan selama 1 jam. Setelah dingin disaring, diminum sekaligus sebelum makan pagi.



plants.swtexture.com

2. LUKA

Biji ditumbuk halus, untuk dipakai pada luka.

3. KUDIS

Biji pinang digiling halus, tambahkan sedikit air kapur sirih sampai menjadi adonan seperti bubur. Dipakai untuk memoles bagian tubuh yang terkena kudis.

4. KORENG

Pinang, gambir, kapur sirih masing-masing sebesar telur cecak, tembakau sebesar ibu jari dan 1 lembar daun sirih segar dicampur lalu digiling halus. Lumurkan pada koreng yang telah dibersihkan.

5. DISENTRI

Buah pinang yang warnanya kuning muda dicuci lalu direndam dalam 1 gelas air selama beberapa jam. Minum air rendaman pinang.

6. MEMBERSIHKAN DAN MEMPERKUAT GIGI DAN GUSI

Biji pinang diiris tipis-tipis. Kunyah setiap hari selama beberapa menit, lalu ampasnya dibuang.

7. SAKIT PINGGANG

Daun secukupnya dicuci bersih, digiling halus. Tambahkan minyak kelapa secukupnya, panaskan sebentar di atas api. Hangat-hangat dipakai untuk mengompres bagian pinggang yang sakit.

8. DIFTERI

1 butir biji pinang kering digiling halus, seduh dengan $\frac{3}{4}$ cangkir air panas dan 1 sendok makan madu. Setelah dingin dipakai untuk kumur-kumur di tenggorokan selama 2–3 menit, lalu dibuang. Lakukan 3 kali sehari.



PUTRI MALU

(*Mimosa pudica*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Fabaceae (suku polong-polongan)
Genus	: <i>Mimosa</i>
Spesies	: <i>Mimosa pudica</i> Duchass. & Walp



lptek.net.id

Deskripsi

Putri malu tumbuh liar di tanah yang tidak terawat. Pohon putri malu memiliki batang bulat, berbulu dan berduri. Daun kecil-kecil tersusun majemuk, bentuk lonjong dengan ujung lancip, warna hijau (ada yang warna kemerah-merahan). Bila daun disentuh akan menutup (sensitif). Bunga bulat seperti bola, warna merah muda, bertangkai.

Nama Daerah

Putri malu, si kejut, rebah bangun, akan kaget.

Kandungan

Mimosine.

Khasiat

Penenang (tranquiliser), sedative, peluruh dahak (expectorant),

antibatus (antitusi), penurun panas (antipiretic), antiradang (anti-inflammatory), peluruh air seni (diuretic).

Bagian Yang Digunakan

Daun, akar, seluruh tanaman, segar atau yang dikeringkan.

Cara Pengobatan

1. INSOMNIA

- a. Daun *mimosa pudica* 30–60 gr direbus. Air rebusannya diminum.
- b. 15 gr *Mimosa pudica* (putri malu), 15 gr *Vernonia cinerea* (sawi langit), 30 gr *Oxalis repens* (calincing), direbus. Air rebusannya diminum.

2. BRONKHITIS

- a. 60 gr akar putri malu, direbus dengan air 600 cc dan api kecil, hingga air rebusan menjadi 200 cc. Air rebusan tersebut dibagi 2 kali minum. Diulang 10 hari.
- b. 30 gr tumbuhan putri malu (*Mimosa pudica*), 10 gr akar *peristrophe roxburghiana*, keduanya direbus, dibagi menjadi 2 dosis/hari.

3. BATUK BERDAHAK

10–15 gr akar putri malu, direbus. Air rebusannya diminum seperti biasa.

4. ASCARIASIS

15–30 gr *Mimosa pudica*, direbus. Air rebusannya diminum seperti biasa.

5. REMATIK

15 gr akar *mimosa pudica* direndam dalam arak putih 500 cc selama 2 minggu.

RUMPUT MUTIARA

(*Hedyotis corymbosa*)

Deskripsi

Rumput mutiara dapat tumbuh mencapai ketinggian 0,05–0,6 m. Batang rumput ini berbentuk persegi empat, gundul atau dengan sisik sangat pendek, bercabang, dengan tebal 1 mm dan berwarna hijau kecokelatan sampai hijau keabuan. Daunnya relatif kecil dengan panjang daun 2–5 cm, ujung runcing, tulang daun satu di tengah. Ujung dan pangkal daunnya runcing, berwarna hijau pucat, dengan sisik sisik kecil sepanjang tepi daunnya dengan tangkai daun sangat pendek dan memiliki rambut pendek pada ujungnya. Akar tanaman herba ini merupakan akar tunggang dengan garis tengah rata-rata 1 mm dengan akar cabang berbentuk benang.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Rubiales
Famili	: Rubiaceae
Genus	: <i>Hedyotis</i>
Spesies	: <i>Hedyotis corymbosa</i> L. Lamk

Nama Daerah

Rumput siku-siku, bunga telor belungkas (Indonesia), daun mutiara, rumput mutiara (Jakarta), katepan, urek-urek polo (Jawa), pengka (Makasar).

Kandungan

Hentriacontane, stigmasterol, ursolic acid, oleanolic acid, beta-sitosterol, sitisterol-d-glucoside, p-coumaric acid, flavonoid glycosides, dan baihuasheshecaosu (analog coumarin).

Khasiat

Menghilangkan panas, antiradang, diuretik, menyembuhkan bisul (anti carbuncular), menghilangkan panas dan toxin, mengaktifkan sirkulasi darah.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh tanaman, segar atau dikeringkan.

Cara Pengobatan

1. RADANG USUS BUNTU

60 gr herba direbus, dibagi untuk 2–3 x minum, selama 6–8 hari. Pada kasus berat, harus dengan campuran lain.

2. SUMBATAN SALURAN SPERMA (EPIDIDYMIC STATIS)

30 gr herba ini direbus, minum selama 3–4 minggu, pada kasus-kasus nyeri buah zakar akibat gumpalan sperma setelah dilakukan pengikatan saluran epididymis.

3. KANKER

30–60 gr direbus, minum. Ditambahkan pada pengobatan (obat anti neoplastic), baik bersama-sama atau diberikan berseling.



SALAM

(*Syzygium polyanthum*)

Deskripsi

Pohon salam dapat tumbuh mencapai ketinggian 30 m. Kulit batang berwarna cokelat abu-abu, memecah atau bersisik. Daun tunggal terletak berhadapan, dengan tangkai hingga 12 mm. Helai daun berbentuk lonjong, berukuran 5–16 x 2,5–7 cm, gundul, dengan 6–11 urat daun sekunder, berbintik kelenjar minyak yang sangat halus.

Karangan bunga berupa malai dengan banyak kuntum bunga, muncul di bawah daun atau kadang-kadang pada ketiak. Bunga kecil-kecil, duduk, berbau harum, berbilangan-4. Kelopak seperti mangkuk, panjangnya sekitar 4 mm, mahkota putih, berukuran 2,5–3,5 mm. Benang sari banyak, terkumpul dalam 4 kelompok, lekas rontok, berwarna jingga kekuningan. Buah berbentuk buni membulat atau agak tertekan, berwarna merah sampai ungu kehitaman apabila masak.

Nama Daerah

Gowok, (Sunda), manting (Jawa), kastolam (Kangean), Meselangan, ubar serai (Melayu), Salam (Indonesia, Sunda, Jawa, Madura).

Kandungan

Sitral, eugenol, tanin, dan flavonoida.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Myrtales
Famili	: Myrtaceae
Genus	: Syzygium
Spesies	: <i>Syzygium polyanthum</i> Wigh Walp

Khasiat

Mengobati diare, maag, kencing manis, mabuk akibat alkohol.

Bagian Yang Digunakan

Daun, kulit batang, akar, dan buah.

Cara Pengobatan

1. DIARE

15 g daun dicuci bersih lalu direbus dengan 1 gelas air bersih selama 15 menit. Tambahkan sedikit garam. Setelah dingin disaring lalu diminum.

2. KENCING MANIS

7 lembar daun salam dicuci bersih lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, dibagi untuk 2 kali minum.

3. MAAG

15–20 lembar daun dicuci bersih, rebus dengan ½ liter air sampai mendidih. Tambahkan gula merah secukupnya. Minum sebagai teh setiap hari, sampai rasa penuh dan perih di lambung menghilang.

4. MABUK ALKOHOL

1 genggam buah salam yang sudah masak dicuci bersih lalu ditumbuk sampai halus. Peras dan saring, lalu diminum.

5. KUDIS

Daun, kulit batang atau akar, dicuci bersih lalu digiling halus sampai menjadi adonan seperti bubur. Balurkan ketempat yang sakit.

SAMBILOTO

(*Andrographis paniculata*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Scrophulariales
Famili	: Acanthaceae
Genus	: <i>Andrographis</i>
Spesies	: <i>Andrographis paniculata</i> Nees

Deskripsi

Sambiloto tumbuh liar di tempat terbuka, seperti di kebun, tepi sungai, tanah kosong yang agak lembap, atau di pekarangan. Tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 700 m dpl. Sambiloto merupakan terna semusim, tinggi 50–90 cm, batang disertai banyak cabang berbentuk segi empat (kwadrangularis) dengan nodus yang membesar. Daun tunggal, bertangkai pendek, letak berhadapan bersilang, bentuk lanset, pangkal runcing, ujung meruncing, tepi rata, permukaan atas hijau tua, bagian bawah hijau muda, panjang 2–8 cm,



lebar 1–3 cm. Perbungaan rasemosa yang bercabang membentuk malai, keluar dari ujung batang atau ketiak daun. Bunga berbibir berbentuk tabung kecil-kecil, warnanya putih bernoda ungu. Buah kapsul berbentuk jorong, panjang sekitar 1,5 cm, lebar 0,5 cm, pangkal dan ujung tajam, bila masak akan pecah membujur menjadi 4 keping—biji gepeng, kecil-kecil, warnanya coklat muda. Perbanyakkan dengan biji atau setek batang.

Nama Daerah

Ki oray, ki peurat, takilo (Sunda), bidara, sadilata, sambilata, takila (Jawa), pepaitan (Sumatra).

Kandungan

Deoksiandrografolid, andrografolid, neoandrografolid, 1,4-deoksi-1,1-1,2-didehidroandrografolid, homoandrografolid, flavonoid, alkane, keton, aldehid, mineral (kalium, kalsium, natrium), asam kersik, damar, polimetoksiflavon, andrografen, pan.ikulin, mono-O- metilwithan, dan apigenin-7,4- dimetileter.

Khasiat

Mengobati hepatitis, infeksi saluran empedu, disentri basiler, tifoid, diare, influenza, radang amandel (tonsilitis), abses paru, malaria, radang paru (pneumonia), radang saluran napas (bronkhitis), radang ginjal akut (pielonefritis), radang telinga tengah (OMA), radang usus buntu, sakit gigi, demam, kencing nanah (gonore), kencing manis (diabetes melitus), TB paru, skrofuloderma, batuk rejan (pertusis), sesak napas (asma), leptospirosis, darah tinggi (hipertensi), kusta (morbus hansen=lepra), keracunan jamur, singkong, tempe bongkreng, makanan laut, kanker, kehamilan anggur (mola hidatidosa), trofoblas ganas (tumor trofoblas) dan tumor paru.

Bagian Yang Digunakan

Herba yang dipanen sewaktu tumbuhan ini mulai berbunga.

Cara Pengobatan

1. TIFUS

10–15 lembar daun sambiloto segar direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, tambahkan madu secukupnya lalu diminum sekaligus. Lakukan 3 kali sehari.

2. DISENTRI BASILER, DIARE, RADANG SALURAN NAPAS, RADANG PARU-PARU

9–15 g herba kering direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, air rebusannya diminum sehari 2 kali, masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas.

3. DISENTRI

500 g herba krokot segar diuapkan selama 3–4 menit, lalu ditumbuk dan diperas. Air perasan yang terkumpul ditambahkan bubuk kering sambiloto sebanyak 10 g sambil diaduk. Campuran tersebut lalu diminum, sehari 3 kali masing-masing $\frac{1}{3}$ bagian.

4. INFLUENZA, SAKIT KEPALA DAN DEMAM

1 g bubuk kering sambiloto diseduh dengan secangkir air panas. Setelah dingin diminum sekaligus. Lakukan 3–4 kali sehari.

5. DEMAM

1 genggam daun sambiloto segar ditumbuk. Ditambahkan $\frac{1}{2}$ cangkir air bersih, saring lalu minum sekaligus. Daun segar yang digiling halus juga bisa digunakan sebagai tapal badan yang panas.

6. TUBERCOLOSIS

Daun sambiloto kering digiling menjadi bubuk. Tambahkan madu secukupnya sambil diaduk rata lalu dibuat pil dengan diameter 0,5 cm. Pil ini lalu diminum dengan air matang. Sehari 2–3 kali, setiap kali minum 15–30 pil.

7. BATUK REJAN (PERTUSIS), DARAH TINGGI

5–7 lembar daun sambiloto segar diseduh dengan $\frac{1}{2}$ cangkir air panas. Tambahkan madu secukupnya sambil diaduk. Setelah dingin minum sekaligus. Lakukan sehari 3 kali.

8. RADANG PARU, RADANG MULUT, TONSILITIS

3–4,5 g bubuk kering herba sambiloto diseduh dengan air panas. Setelah dingin tambahkan madu secukupnya lalu diminum sekaligus.

9. FARINGITIS

9 g herba sambiloto segar dicuci lalu dibilas dengan air matang. Bahan tersebut lalu dikunyah dan airnya ditelan.

10. HIDUNG BERAIR (RINOREA), INFEKSI TELINGA TENGAH (OMA) DAN SAKIT GIGI

9–15 g herba sambiloto segar direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum 2 kali sehari, masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas. Untuk OMA, herba segar dicuci lalu digiling halus dan diperas. Airnya digunakan untuk tetes telinga.

11. KENCING MANIS

Daun sambiloto segar sebanyak $\frac{1}{2}$ genggam dicuci lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa $2\frac{1}{4}$ gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum sehabis makan, 3 kali sehari, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

12. KENCING BERNANAH

3 tangkai sambilo dicuci lalu direbus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa $2\frac{1}{4}$ gelas. Setelah dingin disaring, lalu diminum sehabis makan, 3 kali sehari, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

SAMBUNG NYOWO

(*Gynura procumbens*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Gynura</i>
Spesies	: <i>Gynura procumbens</i> (Lour.) Merr.



Deskripsi

Tumbuhan sambung nyawa memiliki batang yang memanjat, rebah, atau merayap. Batang sambung nyawa gundul, berdaging, hijau keunguan, menahun. Daun berbentuk helaian daun, bentuk bulat telur, ukuran panjang 3,5–12,5 cm, lebar 1–5,5 cm, ujung tumpul, pangkal membulat. Tepi daun rata, bergelombang atau agak bergigi. Tangkai daun 0,5 cm sampai 1,5 cm. Permukaan daun kedua sisi gundul atau berambut halus. Perbungaan majemuk, berbentuk cawan, tersusun dalam susunan malai, setiap cawan mendukung 20–35 bunga. Tangkai karangan dan tangkai bunga gundul atau berambut pendek, tangkai karangan 0,5–0,7 cm. Mahkota berwarna jingga kuning. Benang sari berbentuk jarum, kuning, kepala sari berlekatan menjadi satu. Buah berbentuk garis, berwarna coklat.

Nama Daerah

Sambung nyawa.

Kandungan

Flavonoid, tanin, saponin, steroid (triterpenoid).

Khasiat

Mengobati gigitan ular/serangga, mutah darah, pendarahan rahim, bisul.

Bagian Yang Digunakan

Umbi dan daun.

Cara Pengobatan

1. TERGIGIT ULAR DAN SERANGGA

Daun dan umbi tumbuhan Sambung nyawa, kunyit sebesar jari, dicuci kemudian ditumbuk bersama bahan lain hingga lembut. Tempelkan pada luka dan dibalut dengan air bersih.

2. MUTAH DARAH DAN PENDARAHAN RAHIM

Pohon sambung nyawa dan umbinya, 1 jari kunyit, ¼ genggam kayu secang (tua) yang telah diserut, dikupas, diiris tipis, kemudian direbus bersama bahan lainnya dengan air 2 gelas hingga tinggal 1 ½ gelas. Angkat dan saring, diminum 2 kali sehari ½ gelas.

3. BISUL

8 gram daun sambung nyawa segar dicuci, ditumbuk sampai lumat. Ditempelkan pada bisul.



SECANG (*Caesalpinia sappan*)

Deskripsi

Pohon secang tergolong tumbuhan perdu, dapat tumbuh mencapai ketinggian mencapai 6 m. Batang berbentuk silinder, warna kecokelatan, kulit kayunya mengeluarkan cairan berwarna kemerahan. Daun majemuk tersusun menyirip ganda khas Caesalpinioideae, panjang 25–40 cm, anak daun 10–20 pasang, bentuk lonjong, pangkal romping, ujung bulat, tepi rata, panjang 10–25 mm, lebar 3–11 mm, hijau. Bunga tersusun majemuk, bentuk malai, di

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Fabales
Famili	: Caesalpinaceae
Genus	: <i>Caesalpinia</i>
Spesies	: <i>Caesalpinia sappan</i> L.

ujung batang, panjang 10–40 cm, kelopak lima, hijau, benang sari 15 mm, putik panjang 18 mm, mahkota bentuk tabung, kuning. Buah tipe polong, panjang 8–10 cm, lebar 3–4 cm, ujung seperti paruh, berisi 3–4 biji, hitam. Biji bulat panjang, panjang 15–18 mm, lebar 8–11 mm, tebal 5–7 mm, kuning kecokelatan. Akar tunggang, cokelat kotor.

Nama Daerah

Secang (Sunda), kayu secang, sogajawa (Jawa).

Kandungan

Asam galat, tanin, resin, resorsin, brasilin, brasilein, d-alfa-phellandrene, oscimene, minyak asiri.

Khasiat

Menghentikan perdarahan, pembersih darah, pengelat, penawar racun, dan antiseptik.

Bagian Yang Digunakan

Kayu.

Cara Pengobatan

1. PEMBERSIH DARAH

Kerokan kayu ditambah ketumbar dan daun trawas, direbus. Air rebusannya diminum.

2. DIARE

5 g kayu dipotong kecil-kecil lalu direbus dengan 2 gelas air bersih selama 15 menit. Setelah dingin disaring, dibagi menjadi 2 bagian. Minum pagi dan sore hari.

3. BATUK DARAH DAN TBC

1 ½ jari kayu secang dicuci dan dipotong-potong seperlunya, rebus dengan 4 gelas air bersih sampai tersisa 2 ¼ gelas, Setelah dingin disaring. Diminum sehari 3 x ¾ gelas.

4. RADANG SELAPUT MATA

2 jari kayu secang dicuci dan dipotong-potong seperlunya, rebus dengan 3 gelas air bersih sampai tersisa 1 ½ gelas. Setelah dingin disaring, airnya dipakai untuk merambang mata yang sakit.

5. BATUK DARAH

1 jari kayu secang dicuci dan dipotong-potong seperlunya, rebus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 ½ gelas. Setelah dingin disaring lalu diminum dengan madu seperlunya. Sehari 2 x ¾ gelas.



id.wikipedia.org

SELEDRI

(*Apium graveolens*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Apiales
Famili	: Apiaceae
Genus	: <i>Apium</i>
Spesies	: <i>Apium graveolens</i> L.

Deskripsi

Seledri adalah terna kecil, tumbuh dengan ketinggian sekitar 1m. Daun tersusun majemuk dengan tangkai panjang. Tangkai ini pada kultivar tertentu dapat sangat besar dan dijual sebagai sayuran terpisah dari daunnya. Batangnya biasanya sangat pendek. Pada kelompok budidaya tertentu membesar membentuk umbi, yang juga dapat dimakan. Bunganya tersusun majemuk berkarang, khas Apiaceae. Buahnya kecil-kecil berwarna coklat gelap.



Nama Daerah

Selederi.

Kandungan

Apiin. Kandungan lain kalori sebanyak 20 kalori, protein 1 gram, lemak 0,1 gram, hidrat arang 4,6 gram, kalsium 50 mg, fosfor 40 mg, besi 1 mg, Vitamin A 130 SI, Vitamin B1 0,03 mg, Vitamin C 11 mg dan 63% bagian dapat dimakan.

Khasiat

Mengobati hipertensi, sakit mata, rematik.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan tangkainya.

Cara Pengobatan

1. HIPERTENSI

Daun seledri secukupnya diperas dengan air masak secukupnya kemudian disaring. Diminum 3 kali sehari 2 sendok makan, lakukan secara teratur.

2. MATA KERING

2 tangkai daun seledri, 2 tangkai daun bayam, 1 tangkai daun kemangi ditumbuk bersama kemudian diseduh dengan 1 gelas air panas dan disaring. Diminum biasa.

3. REMATIK

1 tangkai daun seledri dimakan sebagai lalapan setiap kali makan.

SEREH

(*Cymbopogon nardus*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Poales
Famili	: Poaceae
Genus	: <i>Cymbopogon</i>
Spesies	: <i>Cymbopogon nardus</i> L. Rendle

Deskripsi

Sereh adalah tumbuhan anggota suku rumput-rumputan yang dimanfaatkan sebagai bumbu dapur untuk mengharumkan makanan. Tumbuhan sereh memiliki batang yang tegak atau condong, membentuk rumpun, pendek, masif, bulat (silindris), gundul sering kali di bawah buku bukannya berlilin, penampang lintang batang berwarna merah. Daun tunggal, lengkap, pelepah daun silindris, gundul, sering kali bagian permukaan dalam berwarna merah, ujung berlidah (ligula). Helaian lebih dari separuh menggantung, remasan berbau aromatik. Bunga tersusun dalam malai atau bulir majemuk, bertangkai atau duduk, berdaun. Daun pelindung bermetamorfosis menjadi gluma steril dan fertil (pendukung bunga). Kelopak bermetamorfosis menjadi bagian palea (2 unit) dan lemma atau sekam (1 unit). Mahkota bermetamorfosis menjadi 2 kelenjar lodicula, berfungsi untuk membuka bunga di pagi hari.

Benang sari berjumlah 3–6, membuka secara memanjang. Kepala putik sepasang berbentuk bulu, dengan percabangan berbentuk jambul. Buah jenis padi, memanjang, pipih dorso ventral, embrio separo bagian biji. Waktu berbunga Januari-Desember. Tumbuh pada daerah dengan ketinggian 50-2700 m dpl.

Nama Daerah

Sereh.

Kandungan

Sitral, sitronelol, pinen, kamfen, sabinen, mirsen, β -felandren, p-simen, limonen, cis-osimen, terpinol, sitronelal, borneol, terpinen-4-ol, a-terpineol, geraniol, farnesol, metil heptenon, n-desialdehida, dipenten, metil heptenon, bornilasetat, geranilformat, terpinil asetat, sitronelil asetat, geranil asetat, β -elemen, β -kariofilen, β -bergamoten, trans-metilisoeugenol, β -kadinen, elemol, kariofilen oksida, geranial geranil butirrat, sitral, limonen, eugenol, dan metileugenol.

Khasiat

Peluruh air seni, peluruh keringat, peluruh dahak/obat batuk, bahan untuk kumur, penghangat badan, peluruh angin perut, penambah nafsu makan, pengobatan pascapersalinan, penurun panas, dan pereda kejang.

Bagian Yang Digunakan

Akar.

Cara Pengobatan

SEMUA PENGOBATAN

5 gram akar segar *Andropogon nardus*, dicuci dan direbus dengan 1 gelas air selama 15 menit, kemudian diminum 2 kali sehari masing-masing $\frac{1}{2}$ gelas, pagi dan sore.



us.123rf.com

SIRIH

(*Piper betle*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Piperales
Famili	: Piperaceae
Genus	: Piper
Spesies	: <i>Piper betle</i> L.

Deskripsi

Sirih merupakan tanaman asli Indonesia yang tumbuh merambat atau bersandar pada batang pohon lain. Sirih dapat tumbuh mencapai tinggi 15 m. Batang sirih berwarna cokelat kehijauan, berbentuk bulat, beruas dan merupakan tempat keluarnya akar. Daunnya yang tunggal berbentuk jantung, berujung runcing, tumbuh berselang-seling, bertangkai, dan mengeluarkan bau yang sedap bila diremas. Panjangnya sekitar 5–8 cm dan lebar 2–5 cm. Bunganya majemuk berbentuk

bulir dan terdapat daun pelindung ± 1 mm berbentuk bulat panjang. Pada bulir jantan panjangnya sekitar 1,5–3 cm dan terdapat dua benang sari yang pendek sedang pada bulir betina panjangnya sekitar 1,5–6 cm di mana terdapat kepala putik tiga sampai lima buah berwarna putih dan hijau kekuningan. Buahnya buah buni berbentuk bulat berwarna hijau keabu-abuan. Akarnya tunggang, bulat dan berwarna cokelat kekuningan.

Nama Daerah

Sirih (Indonesia), suruh, sedah (Jawa), seureuh (Sunda).

Kandungan

Butylphenol, seskuiterpen, pati, diatase, gula, zat samak dan kavikol.

Khasiat

Mengobati sakit mata, eksim, bau mulut, kulit gatal, menghilangkan jerawat; pendarahan gusi, mimisan, bronkhitis, batuk, sariawan, luka, keputihan, sakit jantung, sifilis, alergi/biduren, diare, sakit gigi.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. MENGURANGI ASI BERLEBIHAN

4 lembar daun sirih diolesi dengan minyak kelapa, kemudian dipanggang dengan api. Dalam keadaan masih hangat ditempelkan di seputar buah dada.



2. KEPUTIHAN

7–10 lembar daun sirih direbus dengan 2,5 liter air sampai mendidih. Air rebusan daun sirih tersebut dalam keadaan masih hangat dipakai untuk membasuh/membersihkan seputar kemaluan secara berulang-ulang.

3. SAKIT JANTUNG

3 lembar daun sirih, 7 pasang biji kemukus, 3 siung bawang merah, 1 sendok jintan putih ditumbuk sampai halus, ditambah 5 sendok air panas, dibiarkan beberapa menit, kemudian diperas dan disaring. Diminum 2 kali 1 hari dan dilakukan secara teratur.

4. SIFILIS

25–30 lembar daun sirih bersama tangkainya, 0,25 kg gula aren dan garam dapur secukupnya direbus dengan 2 liter air sampai mendidih, kemudian disaring. Diminum 3 kali 1 hari secara terus menerus.

5. ALERGI

6 lembar daun sirih, 1 potong jahe kuning, 1,5 sendok minyak kayu putih ditumbuk bersama-sama sampai halus. Dioleskan/digosokkan pada bagian badan yang gatal-gatal.

6. DIARE

4–6 lembar daun sirih, 6 biji lada, 1 sendok makan minyak kelapa ditumbuk bersama-sama sampai halus. Digosokkan pada bagian perut.

7. MENGHENTIKAN PENDARAHAN GUSI

4 lembar daun sirih direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. Setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.

8. MENGHENTIKAN PENDARAHAN HIDUNG

1 lembar daun sirih digulung sambil ditekan-tekan sedikit supaya keluar minyaknya. Digunakan untuk menyumbat hidung yang berdarah/mimisen.

9. NYERI GIGI BERLUBANG

1 lembar daun sirih direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. Setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.

2 lembar daun sirih diremas, garam 0,5 sendok, diseduh dengan air panas

1 gelas, diaduk sampai garam larut, biarkan sampai dingin.

Dipakai untuk berkumur-kumur.

10. BRONKHITIS

7 lembar daun sirih dirajang, kemudian direbus bersama 1 buah gula batu

dengan air 2 gelas sampai mendidih

hingga tinggal 1 gelas,

dan disaring. Diminum 3 kali

sehari 3 sendok makan

11. BATUK

- a. 4 lembar daun sirih direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. Setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.
- b. 4 lembar daun sirih direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih, setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.
- c. 4 lembar daun sirih, 3 lembar daun widoro upas dan madu secukupnya, diiris-iris, kemudian direbus bersama dengan 2 gelas air sampai mendidih. Setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.
- d. 4 lembar daun sirih direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih. Setelah dingin dipakai untuk kumur, diulang secara teratur sampai sembuh.



SIRSAK

(*Annona muricata*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Magnoliidae
Ordo	: Magnoliales
Famili	: Annonaceae
Genus	: Annona
Spesies	: <i>Annona muricata</i> L.

Deskripsi

Pohon sirsak dapat tumbuh mencapai ketinggian 9 meter. Buah sirsak bukan buah sejati, ukurannya cukup besar hingga 20–30 cm dengan berat mencapai 2,5 kg. Buah sirsak merupakan kumpulan buah-buah (buah agregat) dengan biji tunggal yang saling berhimpitan dan kehilangan batas antar buah. Daging buah sirsak berwarna putih dan memiliki biji berwarna hitam. Biji sirsak beracun, dan dapat digunakan sebagai insektisida alami.

Nama Daerah

Nangka sabrang, nangka landa (Jawa)
nangka walanda, Sirsak (Sunda)

nangka buris (Madura), srikaya jawa (Bali), deureuyan belanda (Aceh), durio ulondro (Nias), durian bawawi (Minangkabau), jambu landa (Lampung), langelo walanda (Gorontalo), sirikaya balanda (Bugis dan Ujungpandang), wakano (Nusa Laut), naka walanda (Ternate), naka (Flores), ai ata malai (Timor).

Kandungan

Tanin, acetogenins, annocatacin, annocatalin, annohexocin, annonacin, annomuricin, anomurine, anonol, cacLOURINE, gentisic acid, gigantetronin, linoleic acid, muricapentocin, fitosterol, ca-oksalat dan alkaloid murisine.

Khasiat

Mengobatiambeien, sakit kandung kemih, bayi mencret, anyang-anyangen, sakit pinggang, bisul, serta dapat meningkatkan kekebalan tubuh.

Bagian Yang Digunakan

Daun dan buah.

Cara Pengobatan

1. AMBEIEN

Buah sirsak yang sudah masak diperas untuk diambil airnya sebanyak 1 gelas. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

2. SAKIT KANDUNG KEMIH

Buah sirsak setengah masak, gula dan garam secukupnya dibuat kolak. Dimakan biasa, dan dilakukan secara rutin setiap hari selama 1 minggu berturut-turut.



3. BAYI MENCRET

buah-sirsak yang sudah masak diperas dan disaring untuk diambil airnya. Diminumkan pada bayi yang mencret sebanyak 2–3 sendok makan.

4. ANYANG-ANYANGAN

Sirsak dikupas dan direbus dengan gula bersama-sama dengan air sebanyak 2 gelas. Disaring dan diminum.

5. SAKIT PINGGANG

20 lembar daun sirsak direbus dengan 5 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 3 gelas. Diminum 1 kali sehari $\frac{3}{4}$ gelas.

6. BISUL

Daun sirsak yang masih muda secukupnya ditumbuk halus dan ditambah $\frac{1}{2}$ sendok air, diaduk sampai merata. Ditempelkan pada bagian bisul.



SOSOR BEBEK (*Kalanchoe waldheimii*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Rosidae
Ordo	: Rosales
Famili	: Crassulaceae
Genus	: <i>Kalanchoe</i>
Spesies	: <i>Kalanchoe waldheimii</i> Raym.-Hamet & H. Perrier

Deskripsi

Tumbuhan ini berasal dari Madagaskar. Sosor bebek dapat tumbuh mencapai 1 m. Tumbuh sampai $\pm$ 1.000 m di atas permukaan laut. Sosor bebek berbatang basah, daun tebal pinggir beringgit, banyak mengandung air, bentuk daunnya lonjong atau bundar panjang, panjang 5–20 cm, lebar 2,5–15 cm, ujung

daun tumpul, pangkal membundar, permukaan daun gundul, warna hijau sampai hijau keabu-abuan. Dapat dikembangkan dengan daun.

Nama Daerah

Buntiris, jampe, jukut kawasa, tere, ceker itik (Sunda), suru bebek, sosor bebek, teres, tuju dengan (Jawa), didingin beueu (Aceh), mamala (Halmahera), rau kufiri (Ternate), kabi-kabi (Tidore), dau ancar bebek, daun ghemet (Madura).

Kandungan

Vitamin C, quercetin-3-diarabinoside, kaempferol-3-glucoside.



Khasiat

Anti radang, menghentikan pendarahan, mengurangi pembengkakan, mempercepat penyembuhan.

Bagian Yang Digunakan

Seluruh tanaman.

Cara Pengobatan

1. **DISENTRI, DIARE, MENURUNKAN DEMAM**

Daun sosor bebek dilumatkan, digunakan untuk tapal di perut, sehari diganti 2 kali

2. **BISUL, KORENG, MASTITIS DAN MEMAR**

30–60 gr daun sosor bebek dilumatkan, ambil airnya (peras) ditambah madu, minum, sisa perasan daun, ditempelkan pada tempat kelainan sebagai tapal.

3. **RADANG AMANDEL**

5–10 lembar daun sosor bebek segar dilumatkan, ambil airnya untuk kumur-kumur (gargle).

4. **RADANG TELINGA LUAR (OTITIS EXTERNA)**

Daun sosor bebek segar dilumatkan, ambil airnya. Air perasan daun sosor bebek dipakai untuk obat tetes telinga.

5. **NYERI LAMBUNG (GASTRITIS)**

Air perasan 5 lembar daun sosor bebek ditambah sedikit garam, diminum biasa,

6. MUTAH DARAH

7 lembar daun sosor bebek dilumatkan, dicampur arak dan gula merah (gula enau), ditim, airnya diminum hangat-hangat.

7. REMATIK

- a. 30 gr herba sosor bebek (seluruh bagian tanaman) direbus, diminum airnya.
- b. 4 lembar daun sosor bebek, 1 sendok teh adas, 1 jari pulosari, 2 jari gula enau, dan 3 gelas air. Semua bahan direbus sampai menjadi $\frac{3}{4}$ nya, sesudah dingin disaring, diminum 3 x sehari, masing-masing $\frac{3}{4}$ gelas.

8. WASIR/AMBEIEN

Daun sosor bebek dicuci bersih, diangin-anginkan sampai kering, dibuat menjadi bubuk. 1 sendok makan bubuk diseduh air panas $\frac{3}{4}$ cangkir, ditambah madu 1 sendok makan, minum hangat-hangat, sehari 3 kali.



TANDUK RUSA

(*Platycerium bifurcatum*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Divisi	: Pteridophyta
Kelas	: Pteridopsida
Sub Kelas	: Polypoditae
Ordo	: Polypodiales
Famili	: Polypodiaceae
Genus	: <i>Platycerium</i>
Spesies	: <i>Platycerium bifurcatum</i> C.Chr

Deskripsi

Tanduk rusa adalah tumbuhan epifit, dengan akar melekat di batang pohon lain atau bebatuan. Batang berupa rimpang lunak namun liat dan sulit dipotong. Daun dengan dua tipe; tipe pertama selalu steril dan berbentuk perisai tegak, mengering pada kondisi kurang air, fungsinya mengumpulkan dedaunan kering dan penangkap air, sehingga kelembapan bagi rimpang terjaga; tipe kedua menjuntai dari "pusat" daun tipe pertama dengan bentuk menyerupai tanduk rusa, fungsinya sebagai pembawa spora yang terletak

di sisi bawah daun, panjang daun yang menjuntai dapat mencapai satu meter atau lebih, tergantung jenisnya. Tanduk rusa dapat memiliki daun fertil yang menjuntai hingga 2,5 m. Spora terdapat pada sporangia yang terlindung oleh sori yang tumbuh menggerombol di sisi bawah daun, menyebabkan flek berwarna cokelat pada daun.

Nama Daerah

Daun tanduk rusa, simbar agung (Indonesia), simbar menjangan (Jawa, Bali), paku uncal (Sunda).

Kandungan

Belum diketahui pasti.

Khasiat

Mengobati demam, radang rahim luar, haid tidak teratur, bisul, abses.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. DEMAM

1 lembar daun daun tanduk rusa ditumbuk halus, ditambah garam secukupnya, kemudian diseduh dengan 1 gelas air panas. Disaring dan diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

2. RADANG RAHIM BAGIAN LUAR

2–5 lembar daun tanduk rusa ditumbuk halus, ditambah minyak kayu putih secukupnya, dan diaduk. Ditempelkan pada perut/rahim dan dibalut dengan kain stagen.

3. HAID TIDAK TERATUR

2 lembar daun tanduk rusa, dikeringkan, lalu digiling menjadi serbuk. Diseduh dengan air panas secukupnya, diminum 4 atau 3 hari sebelum datang bulan (haid).





4. BISUL

1 lembar daun tanduk rusa dan sedikit kapur sirih ditumbuk halus. Dipakai untuk mengompress bagian bisul.

5. ABSES

1 lembar daun tanduk rusa, 1 siung bawang merah dan adas pulawaras secukupnya ditumbuk halus. Dipakai untuk mengompress bagian bisul.

TAPAK DARA

(*Catharanthus roseus*)



Deskripsi

Tapak dara merupakan jenis tumbuhan perdu kecil tahunan, berasal dari Amerika Tengah. Tinggi tanaman bisa mencapai 0,2–1 meter. Daunnya berbentuk bulat telur, berwarna hijau, tersusun menyirip berselingan. Panjang daun sekitar 2–6 cm, lebar 1–3 cm, dan tangkai daunnya sangat pendek. Batang dan daunnya mengandung lateks berwarna putih.

Bunganya aksial (muncul dari ketiak daun). Kelopak bunga kecil, berbentuk paku. Mahkota bunga berbentuk

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Gentianales
Famili	: Apocynaceae
Genus	: <i>Catharanthus</i>
Spesies	: <i>Catharanthus roseus</i> (L.) G. Don

terompet, ujungnya melebar, berwarna putih, biru, merah jambu atau ungu tergantung kultivarnya. Buahnya berbentuk gilig (silinder), ujung lancip, berambut, panjang sekitar 1,5–2,5 cm, dan memiliki banyak biji.



Nama Daerah

Kembang sari cina (Jawa), kembang tembaga beureum (Sunda).

Kandungan

Vinkristin, vinrosidin, vinblastin, dan vinleurosin.

Khasiat

Mengobati diabetes, hipertensi, leukimia, asma, bronkhitis, demam, radang perut, disentri, kurang darah, gondong, bisul, borok, luka bakar, luka baru, bengkak.

Bagian yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. DIABETES MELITUS

- a. 10–16 lembar daun tapak dara direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. setelah dingin diminum, diulangi sampai sembuh.
- b. 35–45 gram daun tapak dara kering, adas pulawaras

direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas. Setelah dingin diminum, diulangi sampai sembuh.

- c. 3 lembar daun tapak dara, 15 kuntum bunga tapak dara direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1,5 gelas. Diminum pagi dan sore setelah makan.

2. HIPERTENSI

- a. 15–20 gram daun tapak dara kering, 10 gram bunga krisan direbus dengan 2,5 gelas air sampai mendidih dan disaring. Diminum tiap sore.
- b. 7 lembar daun atau bunga tapak dara diseduh dengan 1 gelas air dan dibiarkan beberapa saat dan disaring. Diminum menjelang tidur.

3. LEUKEMIA

20–25 gram daun tapak dara kering, adas pulawaras, direbus dengan 1 liter air dan disaring. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

4. ASMA DAN BRONKHITIS

1 potong bonggol akar tapak dara direbus dengan 5 gelas air. Diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

5. DEMAM

1 genggam (12–20 gram) daun tapak dara, 3 potong batang dan akar tapakdara, direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1,5 gelas. Diminum pagi dan sore ditambah gula kelapa.

6. RADANG PERUT DAN DISENTRI

15–30 gram daun tapak dara kering direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih. Diminum pagi dan sore dan ditambah dengan gula kelapa.

7. AMNEMIA

4 putik bunga tapak dara putih direndam dengan 1 gelas air, kemudian ditaruh di luar rumah semalam. Diminum pagi hari dan dilakukan secara teratur.

8. TANGAN GEMETAR

4–7 lembar daun tapak dara diseduh dengan 1 gelas air panas dan disaring. Diminum biasa.

9. BENGGAK, BISUL DAN BOROK

1 genggam daun tapak dara ditumbuk halus. Ditempelkan pada luka bakar.

10. LUKA BAKAR

Beberapa daun tapak dara, 0,5 genggam beras direndam dengan air, kemudian ditumbuk bersama-sama sampai halus. Ditempelkan pada luka bakar.

11. LUKA

2–5 lembar daun tapak dara dikunyah sampai lembut. Ditempelkan pada luka baru.



TEH

(*Camellia sinensis*)

Deskripsi

Teh berasal dari daratan Asia Selatan dan Tenggara. Tumbuhan teh merupakan jenis tumbuhan perdu. Tumbuhan teh memiliki akar tunggang yang kuat. Bunganya kuning-putih berdiameter 2,5–4 cm dengan 7 hingga 8 petal.

Daunnya teh memiliki panjang 4–15 cm dan lebar 2–5 cm. Daun muda yang berwarna hijau muda digunakan untuk produksi teh. Daun teh muda mempunyai rambut-rambut pendek putih di bagian bawah daun. Daun tua berwarna lebih gelap.

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Dilleniidae
Ordo	: Theales
Famili	: Theaceae
Genus	: <i>Camellia</i>
Spesies	: <i>Camellia sinensis</i> (L.) O.K

Nama Daerah

Enteh (Sunda).

Kandungan

kafein, theobromin, theofilin, tanin, xan-thine, adenine minyak asiri, kuersetin, naringenin, dan natural fluoride.



Khasiat

Mengobati sakit kepala, diare, penyubur dan menghitamkan rambut, infeksi saluran cerna, kencing manis (diabetes melitus), mengurangi karang gigi serta menurunkan kadar kolesterol dan trigliserida darah tinggi.

Bagian Yang Digunakan

Daun.

Cara Pengobatan

1. DIARE

Daun teh yang masih muda dan segar sebanyak 20 g dicuci bersih lalu direbus dengan 3 gelas air bersih selama 15 menit. Setelah dingin disaring dan minum sekaligus.

2. PENYUBUR DAN PENGHITAM RAMBUT

Air teh kental sebanyak 1 cangkir diembunkan semalaman. Keesokan paginya air teh ini siap dipakai untuk membasahi kulit kepala dan rambut sambil dipijat-pijat. Lakukan 1 kali setiap hari, sampai kelihatan hasilnya.

3. SAKIT KEPALA

Air teh kental $\frac{3}{4}$ cangkir, diberi air jeruk nipis sebanyak 1 sendok teh dan madu 1 sendok makan. Aduk sampai merata, lalu diminum sekaligus. Lakukan 2–3 kali sehari.

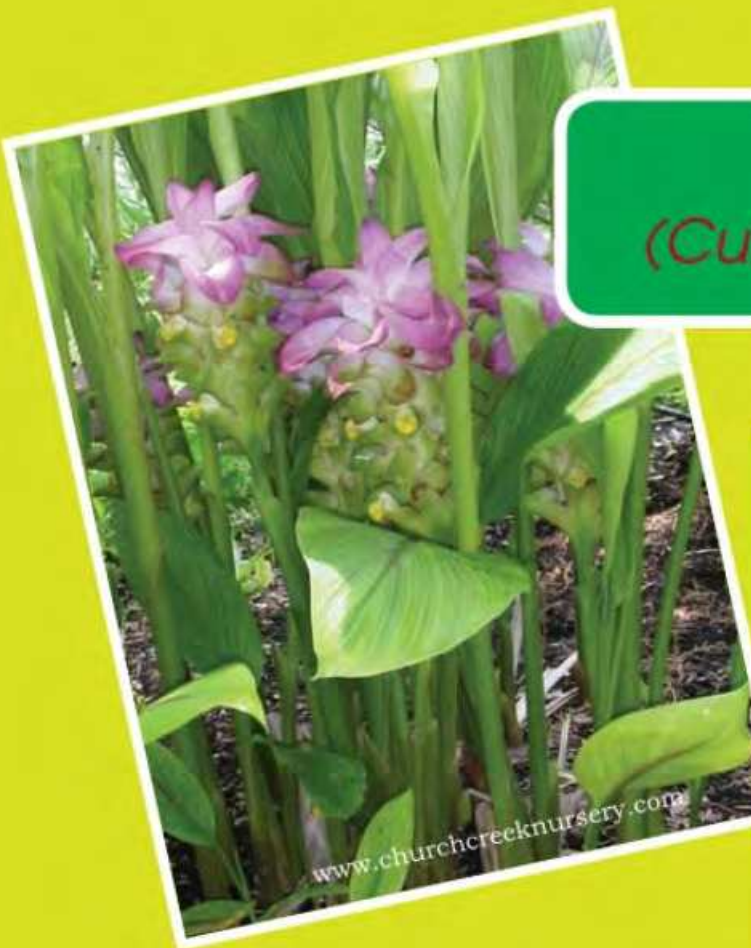
4. KARANG GIGI

Kumur-kumur dengan air teh setelah makan.

5. INFEKSI SALURAN CERNA, KOLESTEROL DAN DARAH TINGGI

Daun teh kering (teh hijau) sebanyak 7 g diseduh dengan air panas. Biarkan selama 10 menit. Minum selagi hangat.

TEMU HITAM (*Curcuma aeruginosa*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae (suku jahe-jahean)
Genus	: Curcuma
Spesies	: <i>Curcuma aeruginosa</i> Roxb.

Deskripsi

Temu hitam berasal dari Asia Tenggara, Burma. Temu hitam dapat tumbuh pada ketinggian 400–750 m dpl. Tumbuhan ini merupakan terna tahunan, tinggi maksimum 2 m, berbatang semu yang tersusun dari kumpulan pelepah daun, berwarna hijau atau cokelat gelap. Daun tunggal, bertangkai panjang, keluar dari titik-titik kuncup pada rimpang. Helaian daun bentuknya bundar memanjang sampai lanset, ujung dan pangkal runcing, tepi rata, pertulangan menyirip, warnanya hijau tua dengan sisi kiri-kanan ibu tulang daun terdapat semacam pita

memanjang berwarna merah gelap atau lembayung, panjang 31–84 cm, lebar 10–18 cm. Bunganya tersusun majemuk berbentuk bulir yang tandannya keluar langsung dari rimpang, panjang tandan 20–25 cm, bunga mekar secara bergiliran dari kantong-kantong daun pelindung (bractea) yang besar, pangkal daun pelindung berwarna putih, ujung daun pelindung berwarna ungu kemerahan. Mahkota bunga berwarna kuning. Rimpangnya cukup besar dan merupakan umbi batang serta

bercabang-cabang. Rimpang temu hitam mempunyai aroma yang khas. Perbanyakkan dengan rimpang yang sudah cukup tua atau pemisahan rumpun.

Nama Daerah

Temu erang, temu itam (Melayu), koneng hideung (Sunda), temu ireng (Jawa), temo ereng (Madura), temu ireng (Bali), tamu leteng (Makasar), temu lotong (Bugis).

Kandungan

Minyak asiri, tanin, kurkumol, kurkumenol, isokurkumenol, kurzerenon, kurdion, kurkumalakton, germakron, α , β , g-elemene, linderazulene, kurkumin, demethoxykurkumin, bisdemethoxykurkumin.

Khasiat

Mengatasi tidak nafsu makan, melancarkan keluarnya darah kotor setelah melahirkan, penyakit kulit seperti kudis, ruam, dan borok, perut mulas (kolik), sariawan, batuk, sesak napas, dan cacingan

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.





Cara Pengobatan

1. MEMBANGKITKAN NAFSU MAKAN

Temu hitam seukuran ibu jari, dicuci, lalu diiris tipis-tipis. Rebus dengan dua gelas air sampai tersisa satu gelas. Setelah dingin, saring, lalu bagi untuk dua kali minum, pagi dan sore hari, sebelum makan.

2. PERAWATAN SETELAH MELAHIRKAN

Cuci temu hitam (dua jari tangan), lalu buang kulitnya. Tumbuk sampai halus, tambahkan setengah cangkir air panas, lalu aduk merata. Setelah dingin, saring dengan sepotong kain dan minum sekaligus. Lakukan selama tiga hari setelah melahirkan.

3. BATUK BERDAHAK DAN SESAK NAPAS

Cuci rimpang segar temu hitam (25 g), lalu potong tipis-tipis. Rebus dengan dua gelas air sampai mendidih selama 20 menit. Setelah dingin, saring, lalu bagi dua sama banyak untuk diminum pada pagi dan sore hari.

TEMU KUNCI

(*Boesenbergia pandurata*)

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae (suku jahe-jahean)
Genus	: Boesenbergia
Spesies	: <i>Boesenbergia pandurata</i> (Roxb.) Schlecht



www.boonhealth.com

Deskripsi

Temu kunci merupakan herba rendah, dengan ketinggian 0,3–0,9 cm. Batang temu kunci yang ada di dalam tanah merupakan batang asli, berwarna kuning cokelat, berbau aromatik, menebal, 5–30 x 0,5–2 cm, batang di atas tanah berupa batang semu (pelepah daun). Daun umumnya berdaun sebanyak 2–7 helai, daun bawah berupa pelepah daun berwarna merah tanpa helaian daun. Tangkai daun beralur, tidak

berambut, panjang 7–16 cm, lidah-lidah berbentuk segitiga melebar, menyerupai selaput, panjang 1–1,5 cm, pelepah daun sering sama panjang dengan tangkai daun. Helai daun tegak, bentuk lonjong, ujung daun runcing, permukaan halus tetapi bagian bawah agak berambut terutama sepanjang pertulangan, warna helai daun hijau muda, lebar 5–11 cm. Susunan bunga bulir tidak berbatas, di ketiak daun, dilindungi oleh 2 spatha, panjang tangkai 411 cm, umumnya tangkai tersembunyi

dalam 2 helai daun terujung. Mahkota bunga terdiri dari 3 buah daun mahkota, berwarna merah muda atau kuning-putih, berbentuk tabung 50–52 mm.

Nama Daerah

Temu erang, temu hitam (Melayu), koneng hideung (Sunda), temu ireng (Jawa), temo ereng (Madura), temu ireng (Bali), tamu leteng (Makasar), temu lotong (Bugis).

Kandungan

Monoterpen, seskuiterpen, geranial, neral, kamfora, zingiberen, d-pinen, kamfen, 1,8-sineol (eukaliptol), d-borneol, geraniol, osimen, dimetoksi-4(2-propenil), miristin, linalil propanoat, asam sinamat, kamfen hidrat, propenil guaikol, dihidrokarveol, linalool, etil-sinamat, etil pmetoksi sinamat, panduratin, Asam kavisinat, pinosembrin (2,3-dihidrokrisin), 2',6'-dihidroksi-4'-metoksi kalkon, pinostrobin (5hidroksi-7-metoksi flavanon), alpinetin, kardamomin, 2',4'-dihidroksi-6'-metoksi kalkon, boesenbergin, 5,7-dimetoksiflavin.

Khasiat

Sebagai peluruh dahak/untuk menanggulangi batuk, peluruh kentut, penambah nafsu makan, menyembuhkan sariawan, bumbu masak, pemacu keluarnya air susu ibu (ASI).

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. PELURUH KENTUT

Jus dari 3 jari rimpang, diminum untuk dosis tunggal dibuat "tapal" dari sejumlah rimpang dan ditempelkan pada perut dibuat infusa yang terdiri dari 25 gram serbuk rimpang kering dengan 100 ml air mendidih, didiamkan sampai keadaan hangat. Setelah disaring, diminum sebagai dosis tunggal.

2. PENAMBAH NAFSU MAKAN

3 buah rimpang dibuat infusa yang terdiri dari dan 110 ml air, atau diseduh, diminum 1 kali sehari 100 ml, diulang selama 14 hari.

3. PEMACU ASI

20 gram rimpang temu kunci, dipotong kecil-kecil, direbus dengan 1 gelas air selama 15 menit, kemudian ditambah ¼ sendok teh garam dapur, setelah dingin disaring dan diminum sekaligus.



TEMU PUTIH (*Curcuma zedoaria*)



Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: <i>Curcuma</i>
Spesies	: <i>Curcuma zedoaria</i> (Berg.) Roscoe

Deskripsi

Temu putih merupakan herba rendah setahun, dapat tumbuh lebih dari 2 m. Batang sesungguhnya berupa rimpang yang berada di bawah tanah, berwarna coklat muda coklat tua, di dalamnya putih atau putih kebiruan, memiliki umbi bulat. Daun tunggal, pelepah daun membentuk batang semu, berwarna hijau coklat tua, helaian 2-9 buah, bentuk memanjang lanset 2,5 kali lebar yang terlebar, ujung runcing-meruncing, berambut tidak nyata, hijau atau hijau dengan bercak coklat ungu di tulang daun pangkal, 43-80 cm atau lebih. Bunga majemuk susunan bulir, diketiak rimpang primer, tangkai berambut. Daun pelindung berjumlah banyak, spatha dan brachtea, rata-rata 3-8 x 1,5-3,5 cm. Kelopak terdiri dari 3 daun, berwarna putih atau kekuningan, bagian tengah merah atau coklat kemerahan, berukuran 3-4 cm. Mahkota terdiri dari 3 daun, berwarna putih kemerahan, tinggi rata-rata 4,5 cm.

Nama Daerah

Temu putih.

Kandungan

Diarylheptanoid, kurkumol, kurkumenol, isokurkumenol, prokurkumenol, kurkurnadiol, kurdion, dehidrokurdion, kurkolon, furanodienon, isofuranodienon, zederon, furanodien, furanogermenon, edoaron, epikurserenon, isofurano germakren, asam-4-metoksi sinamat, kurkumanolid a, kurleumanolid b, dan kurkumenon.

Khasiat

Sebagai obat kudis, radang kulit, pencuci darah, perut kembung, dan gangguan lain pada saluran pencernaan serta sebagai obat pembersih dan penguat (tonik) sesudah nifas.

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. KUDIS DAN RADANG KULIT

Rimpang disayat melintang kemudian digosokan di bagian kulit yang terkena penyakit.

2. PERUT KEMBUNG

3 buah rimpang, dimemarkan kemudian direbus dengan 250 ml air. Didihkan hingga air tersisa setengah bagian. Diminum.

3. GANGGUAN SALURAN PENCERNAAN, PEMBERSIH DAN TONIK SESUDAH NIFAS

3 buah rimpang, dimemarkan kemudian direbus dengan 250 ml air. Didihkan hingga air tersisa setengah bagian. Diminum.



toko-ikhtiyar.com

TEMULAWAK (*Curcuma xanthorrhiza*)

Deskripsi

Temulawak merupakan jenis terna berbatang semu dengan tinggi hingga lebih dari 1 m–2 m. Rimpang terbentuk dengan sempurna dan bercabang kuat, berukuran besar, bercabang-cabang, dan berwarna cokelat kemerahan, kuning tua atau berwarna hijau gelap. Tiap tunas dari rimpang membentuk daun 2–9 helai dengan bentuk bundar memanjang sampai bangun lanset, warna daun hijau atau cokelat keunguan terang sampai gelap, panjang daun 31 cm–84 cm dan lebar 10 cm–18 cm, panjang tangkai daun termasuk helaian 43 cm–80 cm, pada setiap helaian dihubungkan dengan pelepah dan tangkai daun agak panjang. Bunganya berwarna kuning tua, berbentuk unik dan bergerombol yakni perbungaan lateral, tangkai ramping dan sisik berbentuk garis, panjang tangkai 9 cm–23 cm dan lebar 4 cm–6 cm, berdaun pelindung banyak yang panjangnya melebihi atau sebanding dengan mahkota bunga. Kelopak bunga berwarna putih berbulu, panjang 8 mm–13 mm, mahkota bunga berbentuk tabung dengan panjang keseluruhan 4.5 cm,

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Subkingdom	: Tracheobionta
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Liliopsida
Sub Kelas	: Commelinidae
Ordo	: Zingiberales
Famili	: Zingiberaceae
Genus	: <i>Curcuma</i>
Spesies	: <i>Curcuma xanthorrhiza</i> Roxb.

helaian bunga berbentuk bundar memanjang berwarna putih dengan ujung yang berwarna merah dadu atau merah, panjang 1.25 cm–2 cm dan lebar 1 cm, sedangkan daging rimpangnya berwarna jingga tua atau kecokelatan, beraroma tajam yang menyengat dan rasanya pahit

Nama Daerah

Temulawak (Jawa), Koneng Gede (Sunda),
Temulabak (Madura).

Kandungan

Fellandrian, turmerol, minyak asiri, kamfer,
glukosida, foluymetik karbinol.

Khasiat

Acnevulgaris, anti inflamasi dan anti
hepototoksik.

Bagian Yang Digunakan

Rimpang.

Cara Pengobatan

1. SAKIT LIMFA

2 rimpang temulawak, ½ rimpang lengkuas,
1 genggam daun meniran direbus dengan
1 liter air sampai mendidih, dan disaring.
Diminum 1 kali sehari 1 cangkir.





2. SAKIT GINJAL

2 rimpang temulawak, 1 genggam daun kumis kucing, 1 genggam daun kacabeling direbus bersama dengan dengan 1 liter air, dan disaring. Diminum selama 3 hari.

3. SAKIT PINGGANG

1 rimpang temulawak, 1 rimpang kunyit sebesar ibu jari, 1 genggam daun kumis kucing direbus dengan 1 liter air, dan disaring. Diminum 1 kali sehari 1 gelas.

4. ASMA

1 ½ rimpang temulawak diiris tipis-tipis dan dikeringkan. Setelah kering direbus dengan 5 gelas air ditambah 1 potong gula aren sampai mendidih hingga tinggal 3 gelas, kemudian disaring.

5. SAKIT KEPALA DAN MASUK ANGIN

Beberapa rimpang temulawak diiris tipis-tipis, dikeringkan dan ditumbukhalus menjadi tepung. Kurang lebih 2 genggam tepung temulawak direbus dengan 4–5 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 3 gelas, kemudian disaring. Diminum biasa.

6. MAAG

1 rimpang diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan, kemudian direbus dengan 5–7 gelas air sampai mendidih, dan disaring. Diminum 1 kali sehari 1 gelas.

7. SAKIT SEWAKTU HAID

1 rimpang temulawak diparut, kemudian direbus bersama 3 buah mata asam, 1 potong gula kelapa, garam secukupnya. Biarkan hingga tinggal 2 gelas, Diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

8. MENGHILANGKAN BAU AMIS SEWAKTU HAID

1 rimpang temulawak diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan. Direndam dengan segelas air panas bersama 5 buah mata asam, 1 potong gula kelapa. Ditutup rapat dan didiamkan selama kurang lebih 15 menit, dan disaring. diminum 3 kali, 1 kali sehari.

9. MEMPERBANYAK ASI

1 ½ rimpang temulawak diparut, dan tepung sagu secukupnya, ditambah air panas sehingga menjadi bubur. Dimakan biasa.

10. MELANCARKAN AIR ASI YANG MAMPET

1 ½ rimpang temulawak diparut. Direbus dengan 1 liter air sampai mendidih bersama 1 potong gula kelapa, 2–3 sendok makan

adonan sagu. Air rebusan disaring. Diminum 2 kali sehari 1 cangkir secara teratur.

11. SUSAH BUANG AIR BESAR

1 rimpang temulawak diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan sampai kering. Diseduh dengan air panas bersama 3 buah mata asam, 1 potong gula kelapa. Air rebusan disaring dan diminum biasa.

12. SEMBELIT

1 rimpang temulawak dan biji sawi secukupnya ditumbuk sampai halus, kemudian diseduh dengan air panas secukupnya dan disaring. Diminum biasa.

13. MENAMBAH NAFSU MAKAN

2 rimpang temulawak, ¼ rimpang lengkuas, ½ genggam daun meniran direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas, kemudian disaring. Diminum 2 kali sehari ½ gelas.

URANG-ARING

(*Eclipta alba*)

www.missouriplants.com

Klasifikasi Ilmiah

Kingdom	: Plantae
Super Divisi	: Spermatophyta
Divisi	: Magnoliophyta
Kelas	: Magnoliopsida
Sub Kelas	: Asteridae
Ordo	: Asterales
Famili	: Asteraceae
Genus	: <i>Eclipta</i>
Spesies	: <i>Eclipta alba</i> Hassk.

Deskripsi

Urang-aring merupakan terna semusim, dengan batang tegak, dapat tumbuh hingga mencapai ketinggian 0,8 m. Batang bulat pejal, sering keunguan, dengan rambut putih. Daun berhadapan, duduk, lanset memanjang hingga bundar telur memanjang, 2–12,5 × 0,5–3,5 cm, dengan pangkal menyempit dan ujung runcing, tepi daun bergerigi atau hampir rata, kedua permukaannya berambut.

Bunga-bunga tergabung dalam bongkol bunga majemuk bertangkai panjang, berkumpul di ujung atau di ketiak. Daun pembalut dalam 2 lingkaran, panjang 5 mm, membentuk mangkuk. Bunga tepi dengan mahkota bentuk pita sempit, bergigi dua. Bunga cakram bentuk tabung, berwarna putih. Buah keras (*achene*) memanjang hingga serupa baji pendek, 2 mm, berbintil-bintil.

commons.wikimedia.org

Nama Daerah

Goman, urang aring (Jawa), te-lenteyan (Madura), daun sipat, keremak janten (Sumatera), daun tinta (Banda).

Kandungan

Ecliptine, AlfaTerthienylmethanol, 2-(Buta-1,3-diynyl)-5-(but-3-en-1-ynyl) thiophene, 2-(Buta-1,3-diynyl)-5-(4-chloro-3-hydroxybut-1-ynyl) thiophene, 5-(3-Buten-1-ynyl)-2,2>-bithienyl-5>-methyl acetate, wedelolactone.

Khasiat

Menghentikan perdarahan. (Hemostatic), menurunkan panas (antipyretic), antiracun (antitoxic).

Bagian Yang Digunakan

Seluruh tanaman.

Cara Pengobatan

1. GUSI BENGGAK

Herba segar dipanggang sampai kering, dijadikan bubuk. Oleskan bubuk tersebut ke tempat yang sakit.

2. PENYUBUR RAMBUT

1 genggam daun eclipta alba dilumatkan, ditambah air 2 gelas, saring. Air saringan tersebut diembunkan satu malam. Kulit kepala dibasahi sambil dipijat-pijat, sehari sekali.

3. KORENG DI KEPALA

Eclipta alba secukupnya direbus, airnya untuk cuci kepala, ampasnya digosokkan ke koreng. Atau herba segar dilumatkan, air perasannya dioleskan ke koreng.

4. KEPUTIHAN

30 gram eclipta alba segar ditambah sari (kaldu) ayam ditim, minum.

5. MIMISAN

1 genggam eclipta alba segar dicuci, kemudian dilumatkan, peras. Air perasannya ditambah 5 sloki air putih, ditim supaya panas. Minum sehari 2 kali, sesudah makan.

6. DIARE

30 gram eclipta alba segar direbus, minum.

7. BATUK ARAH

60 gram eclipta alba segar dilumatkan, diperas. Air perasannya diseduh air hangat, minum.

8. MUTAH DARAH

120 gram herba segar dilumatkan, air perasannya ditambah air kencing anak kecil secukupnya, minum.

DAFTAR PUSTAKA



Chang, Stephen T. *The Great Tao; Tao Longevity*

Handayani, Lestari, dkk. 2005. *Mengatasi Penyakit pada Anak dengan Ramuan Tradisional*. Jakarta. Agromedia.

Hariana, H. Arief. 2006. *Tumbuhan Obat & Khasiatnya 3*. Jakarta:Swadaya.

Holland, Alex *Voices of Qi: An Introductory Guide to Traditional Chinese Medicine*; North Atlantic Books, 2000

Kaptchuck, Ted J., *The Web That Has No Weaver*; Congdon & Weed

Maciocia, Giovanni, *The Foundations of Chinese Medicine: A Comprehensive Text for Acupuncturists and Herbalists*; Churchill Livingstone

Porkert, Manfred *The Theoretical Foundations of Chinese Medicine* MIT Press, 1974

Salan, Rudy. (2009). *Penelitian faktor-faktor psiko-sosio-kultural dalam pengobatan tradisional pada tiga daerah, Palembang, Semarang, Bali*. Jakarta. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Pusat Penelitian Kanker dan Pengembangan Radiologi, Departemen Kesehatan RI.

Santoso, Hieronymus Budi. (2008). *Ragam dan Khasiat Tanaman Obat*. Jakarta Selatan: Agromedia Pustaka.

Unschuld, Paul U., *Medicine in China: A History of Ideas*; University of California Press, 1985

1.gp.blogspot.com

2.gp.blogspot.com

3.bp.blogspot.com

4.bp.blogspot.com



adistirizkyartiipb08.files.wordpress.com

ag.auburn.edu

alabamaplants.com

alamendah.files.wordpress.com

anbg.gov.au

aurobindo.ru

bebeja-agribisnis.com

blog.metmuseum.com

boonhealth.com

churchcreeknursery.com

davisla.files.wordpress.com

doktergaul.com

ebay.com

efloras.com

ecoclimatico.com

flickr.com

harianjogja.com

hear.com

herbaniaga.com

lptek.net.id

Kitabherba.blogspot.com

keys.lucidcentral.orgm

Lillymo.wordpress.com

linkkissmart.com

lepidoptera.butterflyhouse.com.a

media.viva.co.id

medicsehat.files.wordpress.com
missouriplants.com
myopera.com
nusapenida3.disketlungkung.net
onlineplantguide.com
plantamor.com
plantpono.org
phytoimages.siu.edu
raksaherbs.com
Silvaforestry.blogspot.com
staticflickr.com
sperlingnuseri.com
tanamanherba.com
toko-ikhtiyar.com
ulvaplatoover.com
us.123rf.com
vmnu.ed
wikipedia.com
willgrowhorti.com
wordpress.com
zimbabweflora.co.zw
zonaperian.com

INDEKS



A

Acne vulgaris 280
afrodisiak 107
analgesik 21, 70, 86, 90, 149, 182
antelmintik 81, 96
antiinflamasi 81, 197, 198
Antirematik 104
Antitoksik 140
antitusif 86
antivirus 110
astringent 36, 62

B

Batang 20, 22, 25, 27, 32, 40, 42, 58, 68,
75, 76, 80, 93, 98, 100, 105, 109,
115, 122, 135, 148, 150, 152, 155,
161, 163, 166, 181, 183, 187, 190,
197, 200, 208, 209, 236, 244, 246,
253, 263, 266, 274, 277, 283
Bunga majemuk 40, 42, 85, 100, 118,
150, 169, 173, 181, 200, 228, 277

C

Ceguk 87
Cendana 89
Cengkih 91

D

detoksifikasi 104
Diabetes Mellitus 128, 229
diaforetik 70, 122, 153, 182
Diare 108, 126, 128, 154, 175, 239, 242,
247, 255, 261, 270, 285
Difteri 73, 233
dispepsia 107

diuretik 33, 53, 86, 90, 125, 140, 182,
232, 237
dosis 14, 16, 196, 235, 276

E

ekspektoran 53, 79
enzimatik 14

F

Faringitis 243
farmakologis 5, 11, 14
flavonoid 27, 99, 162, 195, 236, 241
flebitis 119
fosfor 110, 162, 201, 229, 250

G

Gandarus 113
getah 32, 33, 41, 67, 191, 197, 198, 220, 221
gom 88, 92, 173

H

hemostatis 110
hepatitis 107, 119, 241
hermafrodit 224
hernia 119
hiccup 119
hipertensi 107, 204, 225, 241, 250, 267

I

infeksi 12, 106, 146, 170, 241, 270
inhibisi 14
insektisida 81, 96, 257

J

Jahe 122
jaundice 107

K

kardiovaskuler 15
karminatif 47, 90, 104, 125, 149, 153, 215
konjungtivitis 107

L

laksant 36
leukore 107

M

malai 20, 32, 42, 50, 61, 103, 113, 118, 124, 155, 212, 228, 238, 240, 244, 246, 251, 257
minyak asiri 20, 23, 25, 43, 66, 99, 113, 128, 173, 187, 214, 247, 269, 280
minyak lemak 88, 96, 149, 182, 215
mucolytic 104

N

natrium 110, 146, 163, 241
nefrotik edema 106
nyeri 36, 51, 83, 101, 107, 119, 170, 184, 220, 237

O

onset 14
Oroksilin 86

P

parasiticide 191

Paru-Paru 95, 242
pencahar 36, 47, 72, 131, 191, 232
peredaran 14, 114, 211
pertusis 107, 241
pinnate 80
prolapsisani 128

R

Rematik 37, 44, 63, 66, 70, 101, 114,
154, 159, 162, 168, 171, 185, 188,
217, 227, 235, 250, 262
reseptor 14
resin 33, 72, 88, 92, 96, 110, 122, 232,
247

S

saponin 23, 30, 53, 195, 215, 216, 245
saraf 15, 216, 220
singultus 119
spermatorea 107, 184
staminodia 198
stimulans 122
stomakik 79, 90, 104, 122, 140, 153, 156
sulfur 43, 62, 110

T

tanin 20, 43, 47, 59, 62, 94, 106, 110,
119, 125, 155, 170, 184, 213, 216,
232, 238, 245, 247, 269, 272
terapeutik 10, 14
tonika 88

Trigonelina 88

U

ulu hati 119
umbi 52, 54, 55, 56, 72, 73, 74, 98, 99,
116, 186, 188, 189, 207, 209, 245,
249, 271, 277

V

vermifuga 110
vitamin 36, 53, 94, 106, 110, 128, 140,
162, 201, 225

Z

Zat besi 229
zat pengoksidasi 72
zat samak 23, 90, 146, 215, 231, 254

BIOGRAFI PENULIS

Winkanda Satria Putra, lahir di Cilacap, 11 Desember 1985. Riwayat pendidikannya ditempuh di SD N 2 Sidanegara Cilacap, SLTP N 1 Cilacap, SLTA N 1 Karang Anom Klaten, Program Sarjana (S-1) Kimia MIPA pada Jurusan IPA Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto, dan Pascasarjana Kimia MIPA UGM.

Sudah banyak karya penyuka sepakbola dan mountaineering ini. Di antaranya adalah *Sains Seru: 99 Percobaan Sains Sederhana & Menyenangkan untuk Anak*, *99 Permainan Edukatif untuk Melatih Kecerdasan & Kreativitas Anak*, *Sehat Tanpa Dokter dengan Ramuan Herbal*, *Batu Berdaun dan Puluhan Dongeng Nusantara*, *Mukjizat Isra Mi'raj dan Kisah 25 Nabi-Rasul*, dan *Bank Soal KIMIA SMA Kelas X, XI dan XII: Intisari Materi & Latihan Soal*. Untuk kritik, saran, dan korespondensi bisa dialamatkan ke winkanda@gmail.com.



Kitab

HERBAL NUSANTARA

KUMPULAN RESEP & RAMUAN
TANAMAN OBAT UNTUK BERBAGAI
GANGGUAN KESEHATAN

Indonesia menyimpan keragaman tanaman yang mengandung zat aktif sehingga tanaman tersebut dapat digunakan sebagai obat-obatan atau lebih dikenal dengan obat herbal. Obat herbal telah banyak digunakan sejak zaman dahulu, meskipun pada saat itu pengetahuan akan pengolahan bahan-bahan alami terbatas. Pengolahan bagian dari tanaman, seperti akar, batang, daun, dan bunga secara alami tanpa menggunakan campuran bahan kimia. Selain kurang menimbulkan efek samping, pengobatan herbal ini lebih efisien, efektif, dan ekonomis.

Nah, buku ini menyajikan beragam pengobatan herbal khas Nusantara. Ada 95 bahan untuk pengobatan herbal, seperti adas, akar wangi, belimbing wuluh, bratawali, cengkih, ciplukan, dan petai cina. Berbagai bahan tersebut diuraikan secara lengkap dari kandungan, khasiat, hingga pengolahan. Ada yang bisa digunakan untuk pengobatan amandel, asma, alergi, batu empedu, batu ginjal, batuk dan muntah darah, bronkitis, cacingan, diabetes, diare, eksem, hipertensi, influenza, infeksi saluran cerna, jantung, keputihan, kolesterol, leukimia, malaria, obesitas, pendarahan rahim, pembengkakan payudara, reumatik, sakit kepala, sariawan, sesak nafas, sifilis, kanker, kanker darah, kencing tidak lancar, tumor rahim, mimisan, usus buntu, wasir, dan masih banyak lagi.

Tunggu apa lagi? Segera baca dan praktikkan isi buku penting ini jika Anda ingin hidup sehat dan afiat setiap saat.



BAWANG
MERAH



BELIMBING
WULUH



PETE CINA



ADAS



JAMBU
BIJI

ISBN: 978-602-1579-19-0



9 786021 579190

