

**KLIPING INFORMASI  
TANAMAN OBAT INDONESIA**

[Ebookpangan.com](http://Ebookpangan.com)

2006

## ASAM JAWA

Nama lain dari asam jawa ini adalah

- *Tamarindus indica*
- Tangkal asem (Sunda)
- Celagi
- Acem.

Nama ilmiah tanaman ini adalah *Tamarindus Indica L.* Tanaman ini berbuah sepanjang tahun, diperbanyak dengan biji atau secara vegetatif. Buahnya dapat dibuat sirop, kembang gula, bumbu masak, manisan atau ramuan obat tradisional.

Daun muda asam yang disebut sinom pada saat ini banyak dipergunakan sebagai minuman segar yang dijual dalam kemasan menarik.

Asam kawak adalah asam yang dibuat dari buah yang sudah masak, kulitnya dibuang hingga tinggal daging buahnya yang berwarna coklat kekuning-kuningan, lalu dibuat bulatan-bulatan sebesar telur ayam, dijemur sehingga berwarna coklat kehitaman inilah yang banyak diperdagangkan sebagai bumbu masak atau bahan jamu.

### A. *Pengenalan Tumbuhan*

Bentuk fisik dari asam jawa ini berupa pohon, lebih besar, dengan daunnya yang rindang, bersirip genap, dan bunganya berwarna kuning. Buahnya polong, bijinya agak gepeng dan berwarna hitam.

Daerah tempat tumbuh tanaman ini di daerah pantai. Dan tumbuhan ini banyak ditanam di tepi-tepi jalan raya sebagai pohon perindang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Leguminosae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

- Kulit biji tumbuhan ini mengandung phlobatannin sekitar 35%, sedangkan biji mengandung pati dan albuminoid.

- Buahnya mengandung senyawa kimia antara lain : asam anggur, asam appel, asam sitrat, asam suksinat, asam tartrat dan pectin. Juga didapati adanya gula invert.

## *B. Penggunaan*

### **Sukar Tidur**

Ambil daun asam secukupnya, keringkan lalu dipakai pengisi bantal kepala. Tidulah dengan bantal ajaib ini, memang aneh, tapi buktikan saja maka anda bisa terlelap.

### **Mencegah Rambut Rontok**

Buah asam yang sudah tua dicampur sedikit air, dipakai untuk mengurut kulit kepala lalu rambut dicuci bersih dengan shampo.

### **Gatal-Gatal atau Biduran**

Asam kawak sebesar telur ayam, umbi temulawak, gula aren dan 2 gelas air, direbus sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring lalu diminum.

### **Rematik/Bengkak karena terpukul**

Ambil sinom atau daun muda asam secukupnya dan rimpang kunyit ditumbuk halus lalu diseduh dengan sedikit air panas lalu dipakai menurap bagian yang sakit. Atau bisa memakai buah asam tanpa biji dilumatkan seperti bubur, panaskan sebentar lalu dipakai menurap bagian yang sendi yang sakit.

### **Penggunaan lain :**

1. Daun muda yang digiling bersama kunyit, dapat dipergunakan sebagai obat kompres penyakit
  - rematik
  - bisul dan
  - eksim

2. Daging buah yang sudah dikupas ditambah dengan sedikit garam, kemudian disimpan dalam tempat tertutup dan kering (makin lama disimpan akan makin baik), kemudian beri sedikit air dan diminum. Ini dapat digunakan sebagai obat.
  - Pencahar
  - Menurunkan panasOrang yang sedang hamil tidak boleh minum, sebab bisa mengakibatkan keguguran.
3. Biji ditumbuk dapat dipergunakan sebagai obat borok, dengan jalan menempelkan hasil tumbukan biji itu pada borok.
4. Daging buah setelah dikupas ditambah temulawak, ditambah gula aren kemudian direbus, airnya diminum sebagai obat
  - sariawan
  - gatal-gatal.
5. Daunnya dikunyah lalu kemudian ditempelkan pada luka, dapat dipercepat kurangnya luka.
6. Daunnya direbus selama lebih kurang  $\frac{1}{4}$  jam, airnya dapat dipergunakan sebagai obat demam.
7. Kulit batang pohon asam jawa ini direbus selama  $\frac{1}{2}$  jam, kemudian airnya diminum sebagai obat anti asma.

### C. *Perbanyak*

Tumbuhan ini bisa diperbanyak dengan cara menyetek, pencangkakan maupun dengan jalan menyemaikan bijinya. Adapun cara penyemaian biji adalah sebagai berikut. Terlebih dahulu kita sediakan beberapa tempat dan tempat itu boleh berbentuk segi empat (kotak), bulat, ataupun segi lima, segi enam. (Untuk mudahnya tempat-tempat semai itu kita sebut *kotak semai*). Kotak-kotak semai itu kemudian kita isi pasir, lalu biji kita semaikan dalam kotak sesuai yang sudah kita sediakan. Setelah tinggi semai mencapai 10 cm atau lebih, barulah dipindahkan ke kebun atau ke lain tempat yang sesuai untuk pertumbuhannya.

## BANDOTAN

Nama lain dari pohon bandotan ini adalah

- *Ageratum conyzoides*
- Tahi anjing, tahi asu
- Selasdeh dandi
- Si anggik, rumput jalang
- Bandotan, berotan, wedusan (Jawa)
- Babandotan, jukut bau, ki bau (Sunda)

Nama ilmiah tanaman ini adalah *Ageratum conyzoides* L. Bagian yang dipakai sebagai pengobatan adalah daun dan batangnya, sayangnya tanaman ini hanya tumbuh semusim. Pada musim kemarau jarang sekali didapatkan. Bandotan yang banyak ditemukan biasanya yang bunganya berwarna putih.

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa herba 1 tahun, dengan batang yang bulat, berdiri tegak, dan berambut jarang. Tinggi pohon dapat mencapai 90 – 120 cm. Helaian daun bandotan ini berbentuk bulat telur. Sedangkan tempat tumbuh tanaman ini dari 1 sampai 2100 m di atas permukaan laut, di sawah-sawah, ladang, semak belukar, halaman kebun, tepi jalan, tanggul, dan tepi air. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Sompositae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Kandungan kimia yang dimiliki tumbuhan ini meliputi kumarine, eugenol 5% dan HCN.

## *B. Penggunaan*

### **Menurunkan Demam**

Rebuslah beberapa akar Bandotan yang berbunga ungu, setelah airnya dingin diminum.

Atau rebuslah daun dan batang bandotan muda setelah dingin diminum. Anda juga bisa menumbuk daun dan batang bandotan untuk diambil air perasaannya lalu diminum.

### **Sakit Tenggorok dan Dipteri**

30 hingga 60 gram daun segar bandotan dicuci bersih, ditumbuk halus lalu diperas. Air perasannya ditambah gula batu secukupnya dan diminum 3 kali sehari.

### **Bisul Borok Bengkak**

Seluruh tanaman bandotan dicuci bersih, ditumbuk bersama nasi basi dan garam secukupnya, tempelkan ke tempat yang sakit.

### **Sariawan**

10 hingga 15 gram tanaman kering digodok lalu airnya diminum.

### **Luka Berdarah**

Tanaman bandotan segar ditumbuk halus lalu ditempelkan di tempat yang sakit.

### **Penggunaan Lain**

1. Akar pohon bandotan direbus setengah jam samapi airnya mendidih, kemudian disaring, airnya diminum sebagai obat.
  - penurun panas, dan
  - obat disentri.
2. Daunnya ditumbuk dan dicampur dengan sedikit kapur sirih, dapat digunakan sebagai luka (obat luar).

3. Daunnya direbus selama lebih kurang  $\frac{1}{4}$  jam, kemudian disaring, airnya dapat diminum untuk obat mencret.

*C. Perbanyak*

Tumbuhan ini masih termasuk liar, perbanyakannya dapat dilakukan melalui penyebaran biji.

## BAWANG PUTIH

Nama lain dari bawang putih adalah

- *Allium sativum*
- Bawang bodas (Sunda)
- Garlic
- Bawang (Jawa)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Bawang putih berupa tumbuhan berumpun yang bersiung-siung, dimana tiap siungnya terbungkus dengan kulit tipis. Daun bawang putih berbentuk pita, dan akarnya akar serabut. Bunganya berwarna putih, kalau diiris umbinya berbau sangat tajam dan khas.

Bawang putih banyak ditanaman di ladang-ladang di daerah pegunungan yang cukup memperoleh sinar matahari. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *liliaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

*Sativine*, suatu senyawa kimia yang mempunyai daya mempercepat pertumbuhan sel dan pertumbuhan jaringan. Disamping itu merangsang susunan saraf dan berbahaya bagi anak kecil, karena berakibat fatal.

*Allicin*, yaitu suatu senyawa yang berkhasiat antibiotika

Kandungan kimia lainnya adalah : sinitrin, saponin, nicotinic acid yang bersifat hipotensive. Diallydisulfide sebagai anticacing, vitamin A, vitamin B, C dan vitamin D. Juga didapati HCN dan fosfor.



## B. Penggunaan

1. Umbinya digiling dan dipergunakan sebagai obat kompres untuk
  - luka karena sengatan kelajengking atau lipan.
  - sakit kepala,
  - setelah digoreng dengan minyak kelapa untuk penyakit *scabies*.
2. Umbinya digiling, kemudian diambil airnya. Diberi sedikit madu dan gula dapat diminum sebagai obat.
  - Asma
  - Batuk
  - Masuk angin
  - Menekan kanker perut
3. Umbinya dikunyah kemdian ditelah merupakan obat cacing pita.

## C. Perbanyak

Untuk memperbanyak tumbuhan ini harus melalui pembibitan lebih dahulu. Bibit yang digunakan adalah umbi yang disebut juga siung. Siung tersebut disimpan dalam keadaan kering selama 6 – 7 bulan, barulah bisa ditanam. Biasanya penanaman dilakukan pada awal musim kemarau (Mei – Juli), sehingga pada waktu panen tidak turun hujan. Siung-siung tadi ditanam di atas bedengan yang berukuran lebar 60 sampai 80 cm, lebar parit 40 cm, dan panjang bedengan tergantung dari panjang sawahnya. Dalam pengusahaannya, bawang putih memerlukan pemeliharaan intensif, memerlukan biaya yang cukup tinggi sedangkan resikonya pun cukup besar, antara lain disebabkan karena banyaknya jenis penyakit yang bisa atau mungkin menyerang.

## BAYAM DURI

Nama lain dari tumbuhan bayam duri ini adalah

- *Amarantus spinosus*
- Bayam duri
- Bayem ri
- Bayam raja
- Tarnyak duri, taryek lalek.

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuha bayam ini tingginya dapat mencapai 1 meter, berbatang basah dan berduri. Daunnya bertangkai panjang, berwarna hijau tua dan berbentuk belah ketupat atau taji. Bungannya seperti bentuk bunga bongkol, berwarna putih atau hijau muda. Bayam duri tumbuh liar di ladang-ladang, tapi sudah banyak juga ditanam orang di pekarangan rumah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Amaranthaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini kaya vitamin C dan disamping ini juga terdapat vitamin B<sub>1</sub>, vitamin B<sub>6</sub> dan vitamin K. Juga didapati adanya mucilago.

### B. *Penggunaan*

1. Daunnya ditumbuk dan direbus selama lebih kurang ½ jam, kemudian airnya diminum sebagai obat
  - bronkhitis
  - gangguan pernafasan
2. Daunnya ditumbuk dan dipergunakan sebagai obat luar seperti eksim.
3. Seluruh bagian tanaman ditumbuk dan dipergunakan sebagai obat.
  - bekas gigitan atau anti racun ular
  - memperlancar dan memperbanyak produksi air susu

- demam
- peluruh keringan.

4. Akarnya direbus selama lebih kurang  $\frac{1}{2}$  jam, airnya diminum dapat dipergunakan sebagai

- obat sukar kencing
- obat kencing nanah.

*C. Perbanyak*

Tumbuhan ini dapat diperbanyak melalui bijinya. Biji tersebut disebarkan di tanah atau disemaikan terlebih dulu. Sebelum tumbuhan ini berbunga, sebaiknya dipangkas dahulu agar bercabang banya, dengan demikian kelak akan diperoleh daun bayam yang banyak pula.

## BANGLE

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Zingiber cassumunar* atau *Zingiber purpureum* Roxb
- Bengle, bunglai (Jawa)
- Panglai (Sunda)
- Banglai (Sumatra)

Nama ilmiah tanaman ini adalah *Zingiber purpureum* Roxb. Sedangkan nama ilmiah untuk rimpang yang biasa dipakai dalam pengobatan adalah *Zingiberis purpurei rhizoma*.

Rimpang bangle menjalar dan berdaging, bentuknya hampir bundar sampai jorong atau tidak beraturan, tebal 2 – 5 mm. Warnanya coklat muda kekuningan, bila dibelah berwarna kuning muda sampai kuning kecoklatan. Rasanya tidak enak, pedas dan pahit. Panenan dilakukan setelah tanaman berumur setahun. Tanaman ini dapat diperbanyak dengan stek rimpang.

Bagian yang dipakai sebagai pengobatan daun dan rimpangnya

### A. Pengenalan tumbuhan

Tumbuhan bengle ini berbatang basah, seperti juga jahe. Tingginya dapat mencapai 1.5 meter. Berumpun rapat, daya rimpangnya agak besar. Batangnya setelah tua akan berwarna kuning. Rasanya pedas, pahit dan baunya tidak enak. Tanaman ini tumbuh pada ketinggian 1300 meter di atas permukaan laut. Banyak ditanam orang dipekarangan, di pinggir halaman dekat pagar. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *zingiberaceae*.

### A1. Kandungan kimia yang ada

Tumbuhan bengle ini selain mengandung asam organik, mineral, lemak, gom, albuminoid, gula, juga ada damar yang pahit dan minyak terbang seperti sineol, pinen dan sesquiterpen-sesquiterpen.

## *B. Penggunaan*

### **Mengurangi Lemak Tubuh/Kegemukan**

#### 1. Bahan

- Sepotong rimpang banle
- 7 lembar daun jati belanda
- 1,5 gelas air bersih

#### Caranya :

ketiga bahan digodok dengan wadah periuk tanah atau keramik, jangan gunakan panci alumunium. biarkan hingga air godokan tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring lalu dibagi dua untuk dua kali minum yaitu pagi dan sore. Jika ini anda lakukan dengan rutin maka lemak akan menyusut dan tubuh menjadi ramping.

#### 2. Bahan :

- Rimpang bangle  $\frac{1}{2}$  jari tangan
- Rimpang temu ireng (temu hitam)  $\frac{1}{2}$  jari tangan
- 1 sendok makan sari jeruk nipis
- 2 sendok makan madu

#### Caranya :

Bangle dan temu ireng diparut, tambahkan air jeruk nipis dan madu, aduk merata sambil diremas-remas. Peras dan saring lalu diminum sekali habis, lakukan cara ini 2 atau 3 kali dalam sehari.

### **Cacingan**

#### Bahan :

- 3 jari rimpang bangle
- 2 hari temu ireng
- 5 biji ketumbar
- 5 lembar tangkai daun sirih

Caranya :

Bangle, temu ireng dan daun sirih diiris tipis-tipis lalu ditumbuk dengan bahan lainnya hingga halus. Tambahkan  $\frac{1}{2}$  gelas air masak, diaduk merata lalu diperas dan disaring, minum sekali habis.

### **Demam dan Masuk Angin**

Bahan :

15 rimpang bangle segar

$\frac{1}{2}$  cangkir air panas

2 sendok makan madu

Caranya:

Bangle segar dicuci lalu diparut, tambahkan air panas dan madu aduk rata lalu diperas dan disaring , diminum sekali habis lakukan cara ini 2 kali sehari.

### **Sakit kuning**

Bahan :

$\frac{1}{2}$  jari rimpang bangle

1 sendok makan madu

Caranya :

Bangle diparuk, ditambahkan air masak dan madu masing-masing 1 sendok makan. Peras dan saring, diminum sekali habis. Lakukan cara ini sehari dua kali.

### **Mengecilkan Perut Setelah Melahirkan**

Rimpang bangle secukupnya dicuci bersih lalu diparut. Tempelkan (borehkan) pada perut.

1. Daunnya direbus dalam air yang sudah mendidih selama lebih kurang  $\frac{1}{4}$  jam bersama-sama dengan merica, kemudian airnya diminum, berkhasiat sebagai obat sakit perut yang pedih.
2. Rimpangnya direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang  $\frac{1}{2}$  jam, airnya diminum sebagai obat
  - asma
  - rematik
  - cacing gelang dan keremi.
3. Rimpangnya ditumbuk dan dipergunakan sebagai obat kompres untuk
  - demam bagi orang yang baru melahirkan.

C. *Perbanyakan*

Perbanyakan tumbuhan ini dapat dilakukan melalui potongan rimpang yang sudah cukup tua dan yang mempunyai mata tunas.

## BELIMBING WULUH

Nama lain dari belimbing wuluh ini adalah

- *averhoa belimbi*
- balimbing, blimbing, blimbing wuluh (Jawa)
- Balingbing, calingcing, calincing wulet (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan belimbing wuluh berbatang keras, tingginya dapat mencapai 11 meter. Daunnya bersirip genap, dan batangnya banyak bercabang. Bunga belimbing wuluh berbentuk bintang warnanya merah muda atau ungu. Buahnya beruang lima, bergantung pada batang atau dahan. Berdaging dan beair banyak dan rasanya asam. Tumbuhan ini banyak ditanam orang di pekarangan yang cukup mendapat sinar matahari. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Oxalidaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

- Kalium
- Asam oksalat

### B. *Penggunaan*

1. Buahnya yang diparut, dengan diberi sedikit garam, dapat dipergunakan sebagai pelumas muka untuk obat anti jerawat.
2. Daunnya ditumbuk bersama bawang putih, dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada sakit gondongan.
3. Buahnya yang besar dan berwarna hijau diparut, kemudian diambil airnya dan diminum dapat dipergunakan sebagai obat tekanan darah tinggi.
4. Daun, bunga dan buahnya yang masing-masing sama banyak direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang setengah jam, airnya dapat diminum sebagai obat batuk.



### C. *Perbanyak*

Walaupun bijinya bisa berkecambah, tetapi kecambah dari biji belimbing wuluh ini tidak pernah atau belum dimanfaatkan orang. Perbanyak tumbuhan ini dapat dilakukan dengan cara cangkok, sebab akan lebih cepat menghasilkan dibandingkan dengan cara penyebaran bijinya. Semai tanaman ini sering mengalami serangan cacing yang dapat mengakibatkan busuknya akar.

## **BROTOWALI**

Nama ilmiahnya *Thinspora crispa* (L) Miers. Tanaman ini biasa ditemukan dipedesaan yang merambat di pagar-pagar pekarangan.

Bagian yang dipakai sebagai obat adalah batangnya, batang brotowali ini rasanya pahit sekali.

Tanaman ini gampang sekali diperbanyak dengan stek.

## **KHASIAT BROTOWALI**

### **Mengobati luka:**

Ambil daun brotowali secukupnya, ditumbuk halus, letakan pada luka, diganti 2x sehari. Untuk mencuci luka gunakan air rebusan batang brotowali.

### **Rematik**

1 Jari batang brotowali dicuci bersih, dipotong-potong seperlunya, direbus dengan air 3 gelas sehingga jadi 1 ½ gelas. Setelah dingin disaring, tambahkan madu secukupnya, lakukan sehari tiga kali, tiap minum ½ gelas.

### **Obat Kudis**

Ambil 3 jari batang brotowali, belerang sebesar kemiri, dicuci dan ditumbuk halus, diremas dengan minyak kelapa seperlunya. Dipakai untuk mengoles kulit yang terserang kudis.

## **Kencing Manis**

Bahan:

- 1/3 genggam daun sambiloto,
- 1/3 genggam daun kumis kucing,
- 6 cm batang brotowali dicuci dan dipotong-potong

Caranya:

Direbus dengan 3 gelas air sampai menjadi 2 gelas. Diminum setelah makan, sehari 2x tiap minum 1 gelas.

## **BESARAN**

Nama ilmiahnya ialah *Morus alba* L, tanaman ini mengandung karoten, asam suksinat, adenin, kholin, amilase. Bagian daunnya dipakai untuk obat demam dan sakit kulit.

## **KHASIATNYA**

Demam

Ambil beberapa ranting kendal yang masih muda dan 5 lembar daun besaran. Rebus dalam dua gelas kecil sampai tinggal separuh, minum air rebusan itu. Daun besaran berkhasiat membersihkan darah.

## CINCAU

Nama lain dari tumbuhan cincau adalah

- *Cyclea barbata*
- Camcauh (Sunda)
- Juju
- Tarawulu
- Kepleng (Jawa)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa herba yang merambat, dengan batangnya yang berduri dan panjangnya sampai 10 meter. Daunnya berbentuk prisai, tepi rata, bergigi atau berombak dan permukaan bawah berbulu. Bunganya berwarna kuning, sedangkan buahnya berupa buah batu yang berwarna merah. Bijinya keras dan berbentuk bulat telur. Tempat tumbuh tanaman ini dari dataran rendah sampai 800 meter di atas permukaan laut. Hidup liar disemak belukar atau pinggir hutan di tempat terbuka. Kadang-kadang di tanam orang di pagar atau dirambatkan pada phon di ladang-ladang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Menispermaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini mengandung sejenis karbohidrat yang mempunyai sifat menyerap air sehingga bisa terbentuk massa seperti agar-agar apabila diremas dalam air. Juga ada zat lemak, alkaloid siklein, kardioplegikum, tetradine, isotetradine dan dimetil tetradine.

### B. *Penggunaan*

1. Rimpang diiris-iris halus kemudian direbus dengan air, perasannya diminum berkhasiat sebagai obat demam.

2. Daun diremas-remas dengan air sampai menjadi hijau, biarkan menjadi seperti agar-agar dan diminum bersama gula jawa, ini dapat kita gunakan sebagai obat sakit perut, tekanan darah tinggi dan keracunan makan udang.

C. *Perbanyak*

Tumbuhan ini berbunga batu yang berwarna merah, berbiji keras yang bentuknya bulat telur. Tetapi karena cincau ini jarang berbuah, tumbuhan ini biasa diperbanyak dengan akarnya. Di tanam dekat pagar rumah atau dirambatkan pada pohon-pohon di ladang.

## **DADAP AYAM**

Nama lain dari pohon dadap ayam ini adalah

- *Erythrina orientalis*
- Dadap laut (Jawa)
- Blendung (Sunda)
- Theuktheuk (Madura)
- Dalungdung (Bali)

A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa pohon yang tingginya dapat mencapai 15 meter. Batangnya agak bengkok dan kayunya lunak serta berduri. Daunnya berganda tiga dengan anak daun yang lebih besar. Bentuk anak daunnya bulat telur sampai segi tiga, dan tepinya rata. Bungannya berwarna merah, timbul pada ujung tangkai yang tidak berdaun. Bijinya kerut-kerut berwarna merah tua. Tempat tumbuh tanaman ini sampai pada ketinggian 2100 meter di atas permukaan laut. Tumbuh ditempat terbuka yang tanahnya berpasir agak lembab, juga pada kelokan-kelokan sungai. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Leguminosae.

A1. *Kandungan kimia yang ada*

Alkaloid beracun antara lain : hypaforin, erysidin, erysovin, erysomin, erythrin yang bersifat mendepresi susunan saraf pusat. Juga terdapat saponin dan glukosida sianida (masing-masing pada batang dan daunnya).

B. *Penggunaan*

1. Kulit batang dan daunnya direbus selama lebih kurang seperempat (1/4) jam, airnya dapat diminum dipergunakan sebagai obat
  - demam
  - asma
  - diare (mencret), disentri
  - air kencing yang mengandung darah.
2. Daunnya ditumbuk dengan ditambahkan sedikit air, dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada
  - penyakit kulit
  - anak yang sukar tidur, dengan jalan menempelkan dikeningnya.
3. Bijinya digiling halus, dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada luka kena gigitan ular, dengan jalan menempelkannya pada luka.
4. Batangannya ditumbuk kemudian dimasukkan pada gigi yang berlubang, dapat menghilangkan rasa sakit pada gigi.

C. *Perbanyakan*

Dadap ayam dapat diperbanyak dengan jalan menyetek maupun menyebarkan bijinya. Pertumbuhannya sangat cepat.

## DAUN DEWA

### a. Nama

Nama ilmiah : *Gynura segetum* (Lour) Merr.

Nama daerah : beluntas cina, samsit

Nama asing : san qi cao (Cina)

### b. Ciri fisik

Sosok : terna tahunan berbatang tegak

Tinggi : jika tidak berbunga maka tingginya hanya sekitar 10 cm, dan jika berbunga maka tangkainya mencapai sekitar 50 cm.

Daun : tunggal; tepi bercangap, hampir menjari dengan 10 – 16 lekukan; tangkal sangat pendek; daun agak lemas seperti daun lempuyang; warna permukaan atas lebih tua dari bagian awalnya; dan kedua permukaan berambut lembut.

Bunga : muncul di ujung batang; satu tangkai dapat terdiri dari beberapa bunga; sebelum mekar, berbentuk kancing dan setelah mekar, bentuknya seperti kumpulan benang sari berwarna kuning cerah yang membulat.

Umbi : warna keabu-abuan, panjang sekitar 3 – 6 cm, dengan penampang sekitar 3 cm.

### c. Tempat tumbuh

Aslinya, tanaman tumbuhan liar di kebun-kebun, tepi parit, atau tempat-tempat yang terbengkalai.

### d. Perbanyakan

Perbanyakan daun dewa dapat dilakukan dengan memindahkan anakan yang tumbuh disekitar pokok batang utama, dapat pula dilakukan dengan menumbuhkan umbi yang sudah bertunas atau memiliki calon mata tunas.

**e. Kandungan**

Saponin, minyak asiri, flavonoid

**f. Khasiat untuk pengobatan**

1) Digigit serangga, ular, atau binatang lain yang berbahaya

Siapkan umbi daun dewa. Lumatkan dan tempelkan di tampet yang terkena gigitan.

2) Obat kutil

Petiklah 5 lembar daun dewa. Tumbuk hingga halus. Lumurkan pada tempat yang berkutil, lalu balutlah hingga melekat erat. Biarkan seharian dan dilepas keesokan harinya.

3) Luka akibat terpukul atau karena perkelahian

Petiklah batan daun dewa sekitar 15 – 30 g. Tanaman ini boleh direbus atau ditumbuk lalu diambil airnya dan dicampur dengan sedikit ari. Campurkan dengan sedikit arak yang sudah dipanaskan.

4) Penyakit lain

Sebatang tanaman daun dewa yang direbus dan diminum airnya dipercaya mampu menyembuhkan banyak penyakit sekaligus. Misalnya, perdarahan pada wanita, payudara bengkak, batuk, dan muntah darah.

## DAUN INGGU

Nama lain dari daun inggu ini adalah

- *Ruta angustifolia*
- Godong minggu (Jawa)
- Daun inggu (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berbatang basah, tumbuh tegak, dan tingginya dapat mencapai 1.5 meter. Daunnya bersirip ganjil, berwarna hijau kebiru-biruan, dan sangat berbau. Tempat tumbuh tanaman ini di daerah pegunungan sampai ketinggian 1000 meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini tumbuh liar di ladang-ladang dan juga banyak ditanam orang di halaman rumah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *rutaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan daun inggu ini selain mengandung minyak menguap limonen, sineol dan metilnonylketon, juga terdapat asam emodin, rutin dan vitamin C. Sedangkan kulit bijinya mengandung kabusaginine dan skimmianine.

### B. *Penggunaan*

Daunnya direbus kemudian airnya kita pergunakan untuk mandi, atau daun ditambah dengan cuka, bawang merah dan bengele, kemudian digiling bersama-sama dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada sakit

- Kejang pada anak-anak
- Demam
- Masuk angin.

### C. *Perbanyakan*

Untuk memperbanyak tanaman ini, bisa dilakukan dengan penyebaran biji maupun dengan setek batang.



## DAUN KENTUT

Nama lain dari daun kentuk ini adalah

- *Paederia scandens*
- Kesembuhan (Jawa)
- Kahitutan (Sunda)
- Bintaos
- Daun sembukan

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa perdu yang merambat. Daunnya bertangkai panjang, dengan bentuk panjang seperti taji, dan tidak berbulu. Jika digiling akan berbau kentut. Bunganya kecil, putih dan berbentuk corong dalam malai, dan rata. Daerah tempat tumbuhnya dari 1 sampai 500 meter di atas permukaan laut, kadang-kadang sampai 2100 meter. Tumbuh di tegalan yang panas dan datar, juga dipinggir-pinggir kali. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Rubiaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Adanya senyawa indol, yang menyebabkan tumbuhan ini berbau kurang sedap. Kandungan lainnya ialah alkaloid *Paederina*.

### B. *Penggunaan*

1. Daunnya direbus selama lebih kurang seperempat (1/4) jam, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - sakit lambung
  - Sakit usus
  - Perut kembung
2. Getah daunnya dapat dipergunakan sebagai obat luar (daun diperas diambil airnya) seperti
  - rematik

- sakit telinga
- kurap.

C. *Perbanyak*

Cara memperbanyak tumbuhan ini dapat dilakukan dengan menyebarkan bijinya, atau dengan jalan menyetek batangnya.

## DUWET

Nama lain dari Duwet ini adalah

- *Eugenia cumini*
- Juwet, juwet manting, juwet sapi (Jawa)
- Jamblang (Sunda)

A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa pohon yang tingginya dapat mencapai sampai 15 meter. Daunnya tebal bersirip seling, pada ujungnya sedikit berlekuk. Bungannya berwarna putih dan merah (duwet putih dan duwet merah). Bunga duwet berwarna ungu tua, rasanya tidak asam, dan berbentuk telur, sebesar biji rambutan. Kayunya berwarna coklat, berserabut kasar, dan tidak keras. Tempat tumbuh tanaman ini sampai pada ketinggian 1500 meter di atas permukaan laut. Tumbuh liar di hutan dan di ladang-ladang. Ada juga yang sengaja ditanam sebagai tanaman buah-buahan. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Myrtaceae*.

A1. *Antimelline*, yaitu suatu glukosida, jambulol, suatu resin, tanin (12 – 19% pada batang 12 – 13% dan pada daun, 8 – 9% pada kulit batang). Asam gallat, asam palmitat, asam lemak amilum dan fitosterol. Buahnya mengandung kalsium dan zat besi.

### B. Penggunaan

1. Kulit dahan tumbuhan duwet direbus selama lebih kurang setengah (1 ½) jam dalam air yang mendidih, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat mencret.
2. Kulit batang, daun, bunga dan buah disari dengan air, kemudian airnya diminum berkhasiat sebagai obat diabeter (kencing manis).
3. Kulit batang, buah atau biji diseduh dan airnya diminum, berkhasiat sebagai obat bagi anak yang suka ngompol.

### C. Perbanyak

Cara memperbanyak tanaman ini dapat kita lakukan dengan penyebaran biji ataupun dari mata tunas yang tidak ada tangkai daunnya. Jarak tanam sebaiknya 12 sampai 14 meter.

## **DELIMA**

Nama ilmiahnya adalah *Punica granatum* L, buah tanaman ini memang berbentuk seperti senjata granat, karena dinamakan granatum. Khasiatnya cukup unik.

### **KHASIATNYA**

#### **Melangsingkan Tubuh**

Ambil buah delima 3 biji yang masih muda tumbuk dengan garam secukupnya atau satu sendokteh kemudian seduh dengan 200 cc air hangat aduk dan saringlah tambahkan air jeruk nipis. Minumlah secara teratur.

#### **Kelemahan Syahwat/impotens**

Ambil buah delima yang kecut peras dan ambil airnya tambahkan gula, jerang diatas api aduk hingga mengental seperti madu kemudian dinginkan dan siap dimakan.

### **Pencernaan terganggu/kembung**

Ambil 5 helai daun delima, iris halus, cuci dan masukan dalam cangkir kemudian seduh seduh dengan air panas, diamkan selam 5 menit lalu minum hangat-hangat, lakukan selama seminggu.

## **DAUN SENDOK**

Nama ilmiahnya ialah *Plantago mayor*. Khasiatnya banyak sekali diantaranya ialah untuk obat batu ginjal atau kandung kemih, disentri dan obat kuat.

### **KHASIATNYA**

#### **Batu Ginjal**

Semua bagian tanaman daun sendok ditambah keji beling digodok airnya diminum.

#### **Obat Kuat**

Ambil biji daun sendok 3 sendok teh (biji daun sendok sangat kecil anda harus sabar mengumpulkannya) biji tersebut ditumbuk halus kemudian tambahkan madu 3 sendok bubuk, diaduk rata, minum.

#### **Kena Gigitan Serangga/Ular**

Seluruh bagian tanaman ditumbuk halus lalu tempelkan pada bagian yang digigit serangga/ular.

#### **Keputihan**

10 gram akar daun sendok dilumatkan ditambah air cucian beras (leri ketan secukupnya) kemudian disaring, minum.

#### **Sakit Kuning (Hepatitis)**

Dalam mengobati penyakit ini diperlukan adanya kesabaran dan ketekunan. Ambillah 60 gram daun sendok, direbus lalu airnya diminum. Lakukan hingga

sembuh, dalam tempo 5 - hari nafsu makan mulai timbul dan dalam waktu 14 hari warna kuning menghilang dari seluruh permukaan kulit.

## **HANDEULEUM**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Graptophyllum pictum*
- Demung, tulak, wungu (Jawa)
- Karotong (Madura)
- Lemen (Bali)
- Daun ungu, handeuleum (Sunda)

### *A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa perdu, tingginya dapat mencapai 1.5 sampai 3 meter. Batangnya bundar atau berbentuk segi tiga tumpul. Kulit batang dan daunnya berlendir, berbau kurang enak. Daun berhadapan bentuk jorong sampai memanjang, tepinya rata, warna hijau dengan bercak-bercak putih, kuning atau seluruh daunnya berwarna ungu. Bungannya berwarna merah tua tersusun dalam rangkaian berupa tandan yang tumbuh pada ujung tangkai. Buahnya buah kotak yang bentuknya jorong, berisi 2 biji yang bentuknya bulat.

Daerah tempat tumbuh tanaman di dataran rendah sampai ketinggian 1250 meter di atas permukaan laut. Banyak kita jumpai ditempat-tempat terbuka, beriklim kering dan lembab, di tanah pekuburan atau tempat-tempat kosong. Sekarang sudah mulai banyak ditanam orang sebagai pohon penghias halaman. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Acanthaceae*.

### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini mengandung zat semacam kumarin, alkaloid, pektin dan asam formiat serta lendir.

## B. *Penggunaan*

1. Daun yang dipanaskan bersama air kelapa, dapat dipergunakan sebagai obat luar bagi bagian tubuh yang sedang.
  - bengkak
  - bisul.
2. Daun yang direbus selama lebih kurang seperempat (1/4) jam, setelah air mendidih, airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - ambeien
  - sukar kencing
3. Bunga yang sudah dikeringkan diseduh dengan air panas, kemudian kita minum seperti halnya kalau kita minum teh dapat melancarkan haid.

## C. *Perbanyakan*

Walaupun tumbuhan ini berbunga sepanjang tahun, tetapi jarang sekali menghasilkan buah, karena itu biasanya lalu diperbanyak dengan cara menyetek batangnya. Ada beberapa varietas yang sering ditanam, yaitu yang berdaun hijau, berdaun belang dan berdaun lembayung atau merah ungu. Yang terkenal sebagai tumbuhan obat adalah yang berdaun ungu-merah atau lembayung.

## **ILER**

Nama lain tumbuhan iler ini adalah

- *Coleus airporus pureus*
- Kentangan (Jawa)
- Jawer kotok (Sunda)
- Adang-adang, ati-ati (Sumatera)

## A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa herba yang tumbuhnya tegak dan merayap. Tingginya dapat mencapai 150 cm. Batangnya berbulu, dan bentuknya segi empat dengan alur yang agak dalam pada masing-masing sisinya. Bentuk daun jorong sampai

bundar memanjang. Bungannya berwarna ungu atau merah kuning, tergantung pada ujung-ujung tangkai. Buahnya keras dan berbentuk setengah bola. Tempat tumbuh tanaman ini pada ketinggian 1 setengah bola. Tempat tumbuh tanaman ini pada ketinggian 1300 meter di atas permukaan laut. Di dalam sebagai hiasan, di batas-batas kampung, dan tumbuh liar di pematang sawah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Labiatae.

*A1. Kandungan kimia yang ada*

Antara lain didapati adanya timol, karvakrol, eugenol, metil eugenol, etil salisilat. Juga mengandung mineral, alkaloid serta tepung.

*B. Penggunaan*

1. Daun dan batangnya direbus selama lebih kurang setengah jam, kemudian disaring dan airnya dapat diminta sebagai obat.
  - membantu pencernaan makanan
  - menghilangkan rasa nyeri
  - sembelit
  - menggigit
  - mencret
2. Hasil rebusan daun diminum dapat mengobati
  - datang bulan tidak cocok
  - ambeien.
  - Daunnya dilumatkan dapat dipergunakan sebagai obat kompres untuk borok.

*C. Perbanyak*

Secara alami tumbuhan ini dapat memperbanyak diri dengan tunasnya yang sering tumbuh di sekitar tumbuhan induknya. Dari tunas ini pula tumbuhan iler ini dapat diperbanyak di pekarangan. Dengan stek batang pun iler dapat

diperbanyak dengan mudah, karena potongan batangnya mudah sekali berakar bila ditanam.

## **ILES-ILES**

Nama lain dari tumbuhan iles-iles ini adalah

- *Tacca palmata*
- Iles-iles, kemendulan, ceker ayam, teggiling mentik, trenggiling mentik (Jawa)
- Kumis ucing, kotok bengkok (Sunda)
- Tobitoan (Madura)
- Karimenga in sowa, memerang (Minahasa)

### *A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berbatang basah, tingginya dapat mencapai sampai 1.25 meter. Daunnya berbentuk lonjong. Bunganya bunga majemuk, berbentuk bongkol, berwarna putih kekuningan. Umbinya berbentuk ginjal, sedikit pipih. Tanaman ini tumbuh pada ketinggian sampai dengan 900 meter di atas permukaan laut. Tumbuh liar di hutan-hutan dan di halaman rumah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Taccaceae*.

### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Yang termasuk spesifik pada kandungan kimia dari *Taccaceae* adalah adanya zat pahit taccasin dan juga B-sitosterol serta ceryl alkohol, yang terdapat pada umbinya.

### *B. Penggunaan*

1. Umbinya digiling dapat dipergunakan sebagai obat kompres untuk luka kena gigitan ular berbisa, lipan.
2. Batangnya digiling dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada
  - luka/borok
  - bisul



### C. *Perbanyak*

Tumbuhan ilies-iles dapat memperbanyak diri melalui biji atau anakan yang timbul dari akar rimpangnya.

## **JAHE**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Zingiber officinale*
- Jae (Jawa)
- Jahe (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Jenis tumbuhan ini berbatang basah, tingginya dapat mencapai sampai 60 cm tegak. Rimpang bercabang liat, berserat kasar, menjalar mendatar. Bagian dalam berwarna kuning pucat. Pembungaan tumbuh dari rimpang, jadi tersembul langsung dari tanah. Tanaman ini tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 1500 meter di atas permukaan laut di daerah tropis. Tanaman ini tidak liar tapi biasanya sengaja ditanam orang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Zingibraceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan jahe ini selain mengandung sineol; borneol; sitrat; b-phellandren; d-camphen; damar; shogaol, juga zingeron yang mempunyai daya mengurangi peristaltik usus dan juga bisa melumpuhkan syaraf motorik.

### B. *Penggunaan*

1. Daunnya ditumbuk dan diberi sedikit air dapat dipergunakan sebagai
  - obat kompres pada sakit kepala
  - dipercikan ke wajah orang yang sedang menggigil.

2. Rimpangnya ditumbuk dan direbus dalam air mendidih selama lebih kurang  $\frac{1}{2}$  jam, kemudian airnya dapat diminum sebagai obat.
  - memperkuat pencernaan makanan dan mengusir gas di dalamnya.
  - Hati yang membengkak
  - Batuk
  - DemamAirnya bisa dipakai mandi.
3. Rimpangnya ditumbuk, dapat dipakai sebagai obat gosok, pada penyakit gatal karena sengatan serangga.
4. Rimpang yang ditumbuk, dengan diberi sedikit garam, kemudian ditempelkan pada luka bekas gigitan ular beracun (hanya sebagai pertolongan pertama sebelum penderita dibawa ke dokter).
5. Rimpang yang ditumbuk bersama cengkeh, dapat dipergunakan sebagai obat luar, rematik.
6. Rimpang yang dikunyah dan kemudian ditelan dapat menyebabkan badan mengeluarkan bau sehingga tidak digigit nyamuk

### C. *Perbanyakan*

Tanaman ini dapat diperbanyak dengan menanam rimpangnya pada tanah yang cukup gembur. Tanah yang mengandung air tidak cocok untuk tumbuhan jahe, maka dari itu tanahnya harus landai atau agak terjal, sehingga air tidak tergenang. Rimpang yang akan dipergunakan sebagai bibit terlebih dahulu harus dipotong-potong menjadi 3 – 7 cm dan sedikitnya mengandung tiga (3) mata tunas. Bila dipakai stek rimpang, maka yang diambil untuk bibit dapat ditumbuhkan lebih dahulu tunas-tunasnya dengan jalan menyimpannya di tempat yang sejuk, lembab dan gelap selama lebih kurang tiga (3) bulan, setelah itu baru dipotong-potong dan ditanam.

## JAMBU BIJI

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Psidium guajava*
- Bayawas, jambu klutuk, tetokal, tokal (Jawa)
- Jambu klutuk (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Jenis tumbuhan jambu biji ini termasuk jenis perdu yang mempunyai banyak cabang. Tingginya dapat mencapai dua belas (12) meter, daunnya berbentuk bulat telur, kasar lagi kusam. Bunganya berwarna putih, sedangkan buahnya berisi banyak biji. Kecuali pada jenis jambu sukun hampir tidak ada bijinya. Tumbuhan jambu biji ini banyak ditanam orang di ladang, di halaman, di tanah berbatu-batu. Tumbuhnya sampai pada ketinggian 1200 meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Myritaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini mengandung tanin pada daun, kulit batang dan buahnya. Mengandung banyak lemak, damar, minyak menguap dan garam-garam mineral. Juga didapati avikularin dan guaijaverin yang berkhasiat sebagai antibakteri.

### B. *Penggunaan*

1. Akar, kulit dan batang serta daun direbus dalam air mendidih selama lebih kurang setengah (1/2) jam, kemudian airnya di minum dapat dipergunakan sebagai obat
  - mencret
  - sakit perut
  - sariawan
2. Daun dan kulit batang direbus selama lebih kurang setengah (1/2) jam, airnya dipergunakan untuk mengobati selaput lendir porous usus yang tersembul keluar pada bayi (prolapsysani).

3. Daun ditumbuk, dapat dipergunakan sebagai obat luka yang dalam, dengan jalan menempelkan hasil tumbukan tersebut pada luka.

#### C. *Perbanyak*

Tumbuhan ini mudah diperbanyak yaitu dengan penyebaran biji, okulasi dan dengan tunas yang berakar. Perbanyak lewat biji dapat dilakukan dengan penyemaian lebih dahulu selama tiga (3) sampai lima (5) bulan. Jarak tanam sekitar enam (6) sampai tujuh (7) meter. Tanaman ini berbunga sepanjang tahun.

## **JAMBU MONYET**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Anacardium occidentale*
- Jambu mete (Jawa)
- Jambu mede (Sunda)
- Gaju (Lampung)

#### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa pohon perdu, tingginya dapat mencapai delapan (8) sampai dua belas (12) meter. Daunnya bertepi rata dan berbentuk lonjong. Bungannya berwarna putih. Sedangkan buahnya semu (palsu), berbentuk seperti ginjal atau monyet. Di dalam buah jambu monyet terdapat sebuah biji putih yang juga berbentuk ginjal. Daerah tempat tumbuh tanaman ini sampai pada ketinggian 1200 meter di atas permukaan laut, tumbuh liar di hutan-hutan dan di ladang. Keadaan tanah tempat tumbuh tanaman ini harus kering. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Anacardiaceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini kaya akan vitamin C, juga vitamin A. Disamping itu tumbuhan ini juga mengandung tanin, anarcadic acid yaitu senyawa antibakteri, juga cardol yaitu suatu devirat dari asam salisilat dan resosinol yang pada umumnya

dipergunakan sebagai antiseptik. Biji dari tumbuhan jambu monyet mengandung minyak acayou yang bermutu tinggi sebagai minyak goreng.

#### *B. Penggunaan*

1. Kulit batang direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang setengah (1/2) jam, kemudian airnya diminum dapat dipakai sebagai obat.
  - disentri
  - diabetes
  - radang pada mulut
2. Daun dan kulit batang yang direbus dalam air mendidih selama lebih kurang seperempat (1/4) jam, airnya dapat diminum sebagai obat
  - sakit gigi
  - disentri

#### *C. Perbanyakkan*

Untuk keperluan bibit bisa kita pergunakan bijinya, cangkok, okulasi atau steknya. Bibit ini boleh ditanam langsung di asa tanah tempat penanamannya yang tetap, atau yang sudah digali menurut cara penggalian lubang penanaman pohon buah-buahan yang lazim.

## **JERUK NIPIS**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Citrus anurantifolia*
- Jeruk pecel (Jawa)
- Limau asam

#### *A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa perdu, pohonnya agak tinggi dan banyak mempunyai cabang. Bungannya putih, dengan buah berbentuk bulat sebesar pola ping-pong atau sebesar telur itik. Tempat tumbuh tanaman jenis ini adalah pada ketinggian

100 meter di atas permukaan laut. Tanaman ini tumbuh liar, tapi sekarang ini telah dibudidayakan. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Rutaceae.

*A1. Kandungan kimia yang ada*

Buah jeruk nipis ini terutama mengandung banyak asam sitrat, sampai 7 – 7.6%. Juga didapati adanya damar, lemak, mineral, vitamin B1 dan vitamin C. Selain itu jeruk nipis juga mengandung minyak terbang, antara lain sitrat, limonen, fellandern, lemon kamfer, geranil asetat, cadinen dan linalin asetat.

*B. Penggunaan*

1. Akarnya direbus selama lebih kurang setengah jam, kemudian disaring, airnya diminum untuk pengobatan
  - disentri
  - ambeien
  - mencret
2. Air perasan dari buah jeruk nipis ditambah dengan bawang merah, minyak kelapa, dapat dipergunakan sebagai obat luar untuk pengobatan
  - demam
  - batuk.
3. Getah batang ditambahk dengan sedikit garam dapat dipergunakan sebagai obat sakit tenggorokan.

*C. Perbanyakan*

Kebanyakan jeruk nipis ditanam dari hasil cangkokan. Tapi dari biji pun dapat diperoleh tanamannya. Cara kedua ini jarang dilakukan orang. Keistimewaan dari tumbuhan ini dapat tumbuh pada hampir semua tipe tanah. Sekali tumbuh, tumbuhan ini tidak banyak memerlukan pemeliharaan. Tumbuhan ini berbunga sepanjang tahun, sehingga buahnya dapat diperoleh setiap saat.

## KAKI KUDA

Nama lain dari tumbuhan kaki adalah

- *Centella asiatica*
- Pegagan, gagan-gagan (Jawa)
- Antanan (Sunda)

### A. Pengenalan tumbuhan

Tumbuhan kaki kuda ini berupa tumbuhan menahun yang batangnya merayap. Banyak menghasilkan cabang yang membentuk tumbuhan baru, sehingga membentuk seperti ginjal yang tepinya bergerigi, letaknya bergerombol sekitar batang. Bunganya berwarna putih atau merah muda, sedangkan buahnya kecil-kecil seperti buni, berbentuk lonjong, berbau agak wangi, dan rasanya pahit. Tumbuhan ini tumbuh di sekitar pantai sampai dengan ketinggian 2500 meter di atas permukaan laut. Menyukai tempat yang lembab, dan jarang ditanam orang. Kadang-kadang kita jumpai di sisi-sisi dan kebun-kebun di daerah yang teduh dan lembab. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Umbelliferae*.

### A1. Kandungan kimia yang ada

Villarine, yaitu senyawa antilepra dan sipilis. Juga ada vitamin B dalam jumlah yang agak banyak, mucilago, pektin, resin, gula, dan juga asiaticoside (suatu senyawa heteroside) yang berkhasiat untuk mempercepat penyembuhan luka. Tumbuhan ini juga kaya akan mineral seperti garam-garam kalium, magnesium, kalsium dan besi.

### B. Penggunaan

1. Daunnya yang kering direbus selama lebih kurang seperempat jam, dan airnya dapat diminum sebagai obat.
  - Disentri
  - Sakit perut
  - Radang usus
  - Batuk

- Sariawan (obat kumur)
  - Peluruh air seni
2. Daunnya digerus dengan diberi sedikit air, dapat dipergunakan sebagai obat kompres untuk
- luka-luka kulit
  - sakit lepra
  - sipilis

### C. *Perbanyakan*

Pada umumnya perbanyakan tumbuhan kaki kuda ini dilakukan dengan cara stek karena lebih cepat tumbuhnya. Di Jawa Barat kadang-kadang tumbuhan kaki kuda ditanam sebagai penutup tanah di perkebunan-perkebunan the. Juga ditanam di desa sebagai sayuran.

## **KACA PIRING**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Gardenia augusta*
- Ceplok piring, cepiring, peciring (Jawa)
- Bunga susu
- Buah patah, buah patek, buah kuning.

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini termasuk jenis perduyang berdiri tegak, tinggi pohon dapat mencapai satu (1) sampai (2) meter. Ranting dan tangkai daunnya berbau harum serta licin dan mengkilat di sebelah atasnya. Tumbuhan ini biasanya ditanam orang sebagai tanaman hias, yang ditanam di depan atau disamping halaman rumah dengan tujuan di depan atau disamping halaman rumah dengan tujuan memperindah halaman. Tumbuhan ini termasuk familia Rubiaceae.



A1. *Kandungan kimia yang ada*

Minyak menguap yang mengandung

- Styrolyl asetat
- Linalol

B. *Penggunaan*

1. Daunnya digiling dengan ditambah sedikit gula pasir, kemudian diminum dapat dipakai untuk mengobati demam.
2. Akar dari tumbuhan ini digiling kemudian ditambah dengan gula pasir dapat dimakan sebagai obat yang disertai mengigau.
3. Bunganya yang masih segar dimakan sebagai obat.
  - sukar buang air seni
  - muntah.

C. *Perbanyakkan*

Untuk memperbanyak tanaman ini dapat dilakukan dengan jalan menyetek batangnya. Potongan batang yang mempunyai ruas tiga (3) sampai empat (4) sangat baik untuk keperluan ini. Untuk menghasilkan pohon yang sehat, sebaiknya batang setekan disemaikan terlebih dahulu, baru kemudian dipindahkan apabila akarnya telah tumbuh.

## **KAMBOJA**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Plumeria acuminata*
- Samboja, semboja, kamboja (Jawa)
- Kamboja, samoja (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan jenis kamboja ini berupa pohon kecil yang banyak mempunyai cabang. Tingginya. Tingginya dapat mencapai sampai 6 meter. Batang pokoknya besar, berkayu keras, dan tumbuhnya bengkok, sedangkan cabang-cabang mudanya lunak, dan terdapat totol-totol bekas tumpuan daun yang sudah rontok. Daunnya rata, dengan ujung dan pangkalnya menajam. Bunganya berwarna merah atau putih, dengan tengahnya kuning. Sedangkan bau dari bunga kamboja ini harum. Tumbuhan ini banyak tumbuh di pekuburan, juga ada yang sengaja ditanam di halaman rumah. Pada umumnya tumbuhan ini hidup subur di dataran rendah sampai ketinggian tujuh ratus (700) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Apocynaceae.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini mengandung fuvoplumierin, yang memperlihatkan daya mencegah pertumbuhan bakteri. Disamping itu juga mengandung minyak menguap antara lain : geraniol, farnesol, sitronellol, fenetilalkohol dan linallol. Juga terdapat saponin, zat pahit dan damar.

### B. *Penggunaan*

1. Kulit kayu ditumbuk dan air perasannya dapat dipakai sebagai obat luar untuk penyakit.
  - patek (frambosia)
  - belak (pecah-pecah pada telapak kaki).
2. Kulit kayu direbus lebih kurang selama setengah (  $\frac{1}{2}$  ) jam, setelah dingin airnya dapat dipergunakan untuk merendam kaki yang bengkak.
3. Daunnya dipanggang di atas api, lalu diolesi dengan sedikit minyak kelapa kemudian ditaruh di atas bisul. Ini dapat mempercepat pecahnya bisul tersebut.
4. Getah kamboja yang dioleskan pada bisul, juga dapat mempercepat pecahnya bisul.

### C. *Perbanyak*

Seperti kita lihat bahwa tumbuhan ini banyak menghasilkan bunga, tetapi jarang sekali menghasilkan buah. Karena itu tumbuhan ini umumnya diperbanyak dengan jalan menyetek

## KAPULOGO

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Amomum cardamomum*
- Kepulogo
- Puar-puar
- Puar-laga
- Kerengga munggu

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa herba, tingginya dapat mencapai dua (2) sampai tiga (3) meter. Buahnya terdapat dalam tandan kecil-kecil pendek berbulu, berwarna kuning kelabu. Semua bagian dari tumbuhan kapulogo berbau aromatis. Daerah tempat tumbuh tanaman ini adalah pada ketinggian 200 sampai dengan 1000 meter di atas permukaan laut. Tumbuh di hutan-hutan yang masih lebat, juga di hutan jati. Tapi sekarang ini tumbuhan kapulogo sudah banyak ditanam orang di ladang-ladang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Zingiberaceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan kapulogo selain mengandung minyak terbang sineol, terpineol dan borneol, juga terdapat protein, gula, lemak dan silikat.

### B. *Penggunaan*

1. Semua bagian dari tumbuhan ini termasuk akarnya direbus selama lebih kurang seperempat (  $\frac{1}{4}$  ) jam dengan disaring, airnya dapat diminum untuk mengobati

- kejang perut karena gas (tak bisa kentut)
  - reumatik
2. Batangnya direbus selama lebih kurang seperempat (  $\frac{1}{4}$  ) jam kemudian disaring, airnya dapat diminum sebagai obat menurunkan panas (demam).
  3. Buahnya dikunyah dapat dipergunakan sebagai obat batuk.

#### C. Perbanyak

Untuk memperbanyak tumbuhan ini dapat dilakukan dengan potongan akar rimpang (umbi) yang cukup tua dan telah mempunyai mata tunas.

## **KECUBUNG**

Nama lain dari tumbuhan kecubung ini adalah

- *Daturan metel*
- Kecubung kasihan

Nama ilmiah tanaman ini adalah *Datura Metel* L. Kecubung mengandung zat anastesi atau bius sehingga sering digunakan untuk mati rasa pada saat operasi bedah.

#### A. Pengenalan tumbuhan

Tumbuhan ini berupa perdu yang batangnya tebal dan berkayu. Setengah (  $1 \frac{1}{2}$  ) meter. Percabangannya membentang lebar, dan biasanya ke arah satu sisi berlekuk tajam. Bunganya berwarna lembayung atau putih berbentuk trompet. Buahnya berupa kotak dan bentuknya bundar dan berduri. Berbiji banyak, kecil dan gepeng, warnanya kuning kecoklatan. Daerah tempat tumbuh kecubung ini dari ketinggian satu (1) meter sampai sembilan ratus lima puluh (950) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan kecubung banyak ditanam orang di kebun, di halaman dan juga tumbuh liar di ladang-ladang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Solanaceae*.

#### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini mengandung alkaloid yang terkenal dengan nama hyosiamin (atropin) dan skopolamin. Karena sifat racun keras dari alkaloid ini, maka pada umumnya pemakaian terbatas pada pemakaian luar saja. Disamping itu juga terdapat hiosin, **zat lemak** dan **co-oksalat**.

#### *B. Penggunaan*

##### **Menghilangkan Rasa Nyeri**

Misalnya rasa nyeri pada bisul, maka ambilah bunga kecubung, keringkan lalu tumbuk halus seperti tepung, tempelkan pada bagian yang sakit.

##### **Sakit Asma**

Bunga kecubung dikeringkan lalu dibuat sebagai rokok lalu dihisap asapnya. Tetapi pemakaian terlalu banyak menimbulkan gejala gelisah, muka dan kulit menjadi merah, pusing, rasa haus, mulut kebas, mual, muntah, buang air besar dan kecil tidak terkontrol, denyut jantung menjadi cepat, jalan tersa melayang, pupil mata melebar. (mabuk)

##### **Penggunaan Lain**

1. Daun dan bunga kecubung ditumbuk bersama-sama dengan bawang merah dan jahe, kemudian tempelkan hasil tumbukkan tersebut pada bagian badan yang sakit atau juga dapat dipakai sebagai obat reumatik.
2. Daun kecubung diolesi dengan sedikit minyak kelapa, kemudian dipanggang di atas api, biarkan sampai daun menjadi layu. Tempelkan pada bagian bawah perut sebagai obat sembelit.
3. Daun kecubung dirajang (diiris-iris) halus, jemur hingga daun menjadi kering. Dengan jalan mengisapnya seperti kalau kita mengisap rokok, dapat menyembuhkan penyakit asma.

4. Daun kecubung yang batangnya berwarna ungu ditumbuk bersama-sama kapur sirih, dapat dipakai untuk mengobati sakit pinggang dengan jalan menepalkan hasil tumbukan tersebut pada pinggang yang terasa sakit.

### C. *Perbanyak*

Cara memperbanyak tumbuhan ini biasanya dapat kita lakukan dengan penyebaran biji. Jenis tumbuhan kecubung ini akan tumbuh cepat dan tidak memerlukan perawatan.

## **KEJI BELING**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Hemigraphis colorata*
- Keci beling, sambang geteh (Jawa)
- Remek daging, reundeu beureum (Sunda)
- Lire (Ternate)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan keji beling ini berbatang basah, berbaring di tanah, dan tingginya dapat mencapai sampai seperempat ( $\frac{1}{4}$ ) meter. Daunnya berwarna hijau, dan bawahnya berwarna ungu (termasuk tulang-tulanginya), sedangkan tangkainya panjang, berbulu, dan saling berhadapan. Bentuk daunnya seperti jantung, tepi daun bergerigi kasar. Bunganya kecil, tunggal atau berdua di ketiak daun pelindung.

Daerah tempat tumbuh keji beling di dataran rendah samapi ketinggian seribu (100) meter di atas permukaan laut di hutan-hutan atau banyak juga yang sengaja di tanam orang sebagai tanaman hias. Tumbuhan ini juga tumbuh liar di ladang-ladang, semak-semak ataupun di tempat-tempat terbuka lainnya. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Acanthaceae.

*A1. Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan ini terutama mengandung banyak mineral seperti kalium sedikit natrium, kalsium dan unsur lainnya. Di samping itu juga terdapat asam silikat, tannin dan glikosida.

*B. Penggunaan*

1. Seluruh bagian dari tanaman ini direbus selama lebih kurang setengah (1/2) jam, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - disentri
  - diare (mencret)
2. Daunnya direbus selama lebih kurang seperempat ( ¼ ) jam, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat batu ginjal.
3. Selain itu duannya juga dapat dipergunakan untuk mandi bagi orang yang berpenyakit kulit.

*C. Perbanyakkan*

Meskipun berbunga sepanjang tahun, tumbuhan keji beling ini jarang menghasilkan buah. Itulah sebabnya pada umumnya tumbuhan ini dikembangkan dengan cara setek batang.

## **KEMBANG SEPATU**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Hibiscus rosa sinensis*
- Woro-wari (Jawa)
- Kembang wera (Sunda)

*A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan kembang sepatu ini berupa perdu yang biasanya dipergunakan sebagai pagar hidup. Duannya berbentuk bulat telur, dengan tepinya bergerigi. Sedangkan

bunganya ada yang berwarna merah, merah jingga atau merah kesumba. Daun mahkota pada pangkalnya berwarna merah tua.

Tumbuhan ini banyak ditanam orang di halaman sebagai tanaman hias atau sebagai pagar hidup. Ini semua dilakukan orang untuk memperindah halaman rumah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Malvaceae.

#### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Bunganya mengandung hibiscetin, sedangkan pada batang dan daunnya didapati Ca oksalat, peroxidase, lemak dan protein.

#### *B. Penggunaan*

1. Akarnya ditumbuk halus, kemudian direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang setengah jam, lalu airnya disaring dan kemudian diminum dapat dipakai sebagai obat sakit panas.
2. Daunnya direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang seperempat jam, disaring dan kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat : sariawan, batuk.
3. Bunganya direbus selama lebih kurang seperempat jam, kemudian airnya disaring lalu diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - bronkhitis
  - air yang telah disaring setelah didiamkan selama satu (1) malam (diembunkan) lalu diminum, untuk mengobati gonorrhoea.
4. Akar diserbukkan dan direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang setengah jam, dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada penyakit gondok.
5. Serbuk daun direbus selama lebih kurang setengah jam dapat dipergunakan sebagai obat kompres untuk sakit kepala.

#### *C. Perbanyakan*

Diduga tumbuhan ini berasal dari dataran Asia, yang kemudian banyak dibudidayakan di Cina Tenggara dan daerah Pasifik. Silangan-silangan yang



berbunga indah jarang menghasilkan buah, dengan demikian perbanyak dengan mempergunakan setek batang atau cangkokan lebih sering dilakukan orang dari pada perbanyak dengan penyebaran biji.

## **KENCUR**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Kaempferia galanga*
- Cikur (Sunda)

Nama ilmiah tanaman ini ialah *Kaempferia galanga*, sering digunakan sebagai obat penyegar badan oleh para penjual jamu gendong.

### *A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan kencur ini berbatang basah, kecil dan terdapat dalam jumlah banyak. Daunnya lebar dan tumbuhnya mendatar menutupi permukaan tanah. Lebarnya sampai mencapai dua puluh tujuh (27) cm dan panjangnya sembilan (9) cm. Bagian atas daun sering berbintik. Bunganya berwarna ungu, bulir putih, muncul pada ujung tanaman. Rimpangnya berwarna putih dengan rasa pedas. Seringkali akarnya berumbi, berbau harum, dan berbentuk bulat serta berwarna kuning muda.

Tanaman ini tumbuh di daerah tropis, daerah yang banyak turun hujan. Tumbuh subur pada tanah yang berwarna hitam dan berpasir. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Zingiberaceae*.

### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan kencur ini mengandung minyak terbang yang berupa borneol, kamfer, sineol dan etilalkohol.

### *C. Penggunaan*

#### **Radang Lambung**

2 jari kencur dikupas dan dicuci bersih, lalu dikunyah dengan garam, telan. Lakukan 3 kali sehari.

#### **Kembung dan Mual**

Sepotong rimpang kencur diparut lalu diberi air masak, diremas-remas dan diperas, minum.

#### **Pegal-pegal/Masuk Angin**

Ambil kencur secukupnya, diparut atau ditumbuk halus, peras airnya bersama tumbukan beras yang sudah direndam berapa jam, saring, tambahkan madu dan jeruk nipis, aduk rata, minum.

#### **Penggunaan Lain**

1. Ambil sepotong kencur kurang lebih sebesar ibu jari lalu kunyah bersama-sama garam dapat dipergunakan sebagai obat gatal-gatal pada tenggorokan.
2. Sepotong rimpang kencur diparut lalu diberi air yang sudah masak, kemudian diremas-remas dan diperas. Airnya diminum sebagai obat kembung dan rasa mual dalam perut.
3. Daun kencur digiling dan dipergunakan sebagai obat kompres pada anggota badan yang bengkak.
4. Rimpang ditambah dengan tepung beras digiling, setelah disaring airnya dapat diminum sebagai obat masuk angin, pegal dan lain-lain penyakit ringan.

### *D. Perbanyak*

Cara yang termudah untuk memperbanyak tumbuhan kencur ini ialah dengan jalan menanam rimpangnya. Bila keadaan cocok, rimpang akan mudah mengeluarkan tunas. Ukuran setek rimpang untuk penanaman kira-kira lima (5) gram sambil sepuluh (10) gram tiap potongnya atau dapat juga dengan

memecah tanaman. Pada umumnya kencur ditanam orang secara tumpang sari, yaitu dengan cara menanam di antara pohon kelapa, atau sebagai tanaman campuran dengan jagung, ubi kayu atau palawija lainnya. Jarak tanam dua puluh (2) sampai dua puluh lima (25) cm, ditanam di bedengan.

## KI URAT

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Plantago major*
- Sangka-buwah, sangkuwah, sembung otot, suri pandak meloh kiloh (Jawa)
- Ki urat, cheuli uncat (Sunda)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan Ki Urat ini berbatang basah, tingginya dapat mencapai delapuluh puluh (80) cm. Daunnya berbentuk bulat telur, dengan bunganya berwarna coklat kemerahan atau kuning agak keabu-abuan, berakar serabut. Sedangkan daerah tempat tumbuhnya sampai pada ketinggian tiga ribu tiga ratus (3300) meter di atas permukaan laut, pada daerah yang tanahnya berbatu-batu dan agak lembab. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Plantaginaceae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan Ki Urat mengandung rhinantin yaitu suatu turunan dari naphazolin yang berkhasiat sebagai adrenergik agent. Juga terdapat lendir, glikosida aukubin, invertin, emulsin, vitamin C, asam sitrat, tanian, garam kalium dan kholin.

### B. *Penggunaan*

1. Bagian tanaman ditambah dengan keji beling kemudian direbus, airnya dapat diminum sebagai obat batu ginjal atau kandung kemih.
2. Bijinya digiling halus, dilarutkan dalam anggur kemudian diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - disentri

- tonikum (obat kuat)
3. Tanaman yang masih segar direbus selama lebih kurang seperempat (  $\frac{1}{4}$  ) jam, airnya diteteskan pada radang selaput mata, sebagai obat mata
  4. Seluruh bagian tanaman digerus (digilas) dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada
    - kena gigitan serangga
    - kena gigitan ular.

### C. *Perbanyakan*

Tumbuhan ini belum dibudidayakan. Adapun cara perkembangbiakan ialah dengan penyebaran biji.

## **KUNYIT**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Curcuma domestica*
- Temu kunyit
- Kunir (Jawa)
- Hunik (Batak)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan kunyit ini berupa herba yang tingginya dapat mencapai sampai 1 meter. Tumbuhan ini tidak mempunyai bulu, tapi mempunyai warna hijau. Bungannya pucat dan pada pangkalnya berwarna kuning. Daun pelindungnya berwarna putih, sedangkan daging rimpangnya berwarna kuning tua. Sedangkan daerah tempat tumbuh tanaman ini dari sembilan puluh (90) meter sampai ketinggian sembilan ratus (900) meter di atas permukaan laut. Banyak tumbuh di kebun ataupun di hutan jati, termasuk suku *Zingiberaceae*.

#### *A1. Kandungan kimia yang ada*

Kurkumin, yaitu suatu senyawa antibakteri, juga dapat merangsang dinding kantong empedu untuk berkontraksi mengeluarkan empedu, sehingga pencernaan akan lebih sempurna. Awasi ! Pada pemakaian yang terlalu banyak bisa mengakibatkan kekosongan kantong empedu. Juga mengandung minyak atsiri yang berkhasiat untuk mencegah keluarnya asam lambung yang berlebihan dan mengurangi peristaltik usus yang terlalu kuat. Kandungan lain berupa damar, gom, lemak, protein dan vitamin C.

#### *B. Penggunaan*

1. Rimpang kunyit diparut ditambah dengan kapur sirih dan air yang telah dipanaskan di atas api, setelah dingin dioleskan sebagai obat : bengkak karena sengatan serangga atau karena kena ulat berbulu.
2. Rimpang diparut, ditambah dengan sedikit air, kemudian dikompreskan pada payudara untuk memperlancar keluarnya air susu.
3. Rimpang ditambahkan kapur sirih dan jeruk nipis kemudian digiling sampai lumat, dapat dipergunakan sebagai obat eksim (obat kompres).
4. Daun kunyit diolesi dengan minyak kelapa, kemudian dipanggang di atas api, setelah dingin dioleskan sebagai obat borok.

#### *C. Perbanyakkan*

Tumbuhan ini mudah diperbanyak dengan jalan menyetek rimpangnya yang sudah cukup tua. Biasanya penyetekan ini dilakukan pada waktu tanam yaitu pada awal musim hujan. Bisa juga dengan tunas-tunas muda. Biasanya ditanam sebagai tumpang-gilir dengan ditumpangsarikan dengan tanaman sayuran. Meskipun bunga kunyit terbentuk, tapi bijinya tidak kita dapati.

## **KELAPA**

Nama ilmiahnya *Cocos Nucifera* L. Hampir semua orang diseluruh dunia mengenal tanaman ini. Biasa tumbuh dipantai dan masih dapat berbuah diatas ketinggian 700 m diatas permukaan laut.

semua bagian tanaman ini dapat dimanfaatkan oleh manusia, pada saat ini serabut kulit buah kelapa dipergunakan sebagai bahan spring bed atau kasur pegas oleh perusahaan besar di surabaya.

### **BERBAGAI KHASIAT KELAPA**

#### **Patek atau Frambusia**

Ambil kelapa muda hijau, minum airnya 3. untuk dewasa 1 buah penuh, untuk anak-anak separonya. Lakukan 3 kali sehari.

#### **Muntah-muntah**

Ambil beberapa daun dan tangkai kelapa, direbus lalu minulah airnya.

#### **Sakit Tenggorokan**

Ambil beberapa akan muda kelapa, direbus lalu dipakai untuk berkumur-kumur.

#### **Luka Bakar**

Minyak kelapa ditambah kapur sirih, diaduk rata seperti salep lalu oleskan pada bagian yang melepuh.

#### **Borok Yang Bandel**

Ambil tangkai bunga kelapa yang segar, cuci bersih lalu dijuice airnya untuk mencampur tepung beras, lalu panaskan. Cairan berbentuk tajin dioleskan pada bagian yang sakit.

**Cacing Kremi**

2 sendok santen kelapa kental dicampur air perasan dari 3 wortel segar tambahkan sedikit garam, minum.

**TBC, Kencing Nanah, Kolera**

Ambil 1 buah kelapa hijau yang masih muda, pangkas bagian bawah dan atasnya. Beri lubang sedikit di bagian atasnya. Lalu panaskan di atas bara api hingga mendidih selama 1.0 0 15 menit, lalu diangkat. Minumlah setelah dingin 2 kali sehari.

**Keracunan Makanan**

Ambil  $\frac{3}{4}$  gelas air kelapa hijau yang muda. Tambahkan 1 sendok makan madu murni atau garam sebesar biji buah randu. Diaduk lalu diminum 2 kali sekali.

**Mengencangkan payudara**

Ini sangat penting bagi ibu-ibu baru menyapih anaknya atau menghentikan pemberian ASI kepada bayinya. Supaya payudara tidak kendur atau tidak nampak kedodoran.

Ambilan 2 genggam daun dan bunga tanjung lalu dilayukan atau dikeringkan, rebus ramuan tersebut dalam minyak kelapa 1 gelas sampai mendidih lalu diangkat. Setelah dingin disaring masukkan dalam botol daun ditutup rapat, cara pakainya adalah sesudah menggunakan busur yaitu pengurut sendiri payudara.

**KELEMBAK**

Nama ilmiah tanaman ini ialah Rheum rhabarbarum L. Tanaman yang biasa dipergunakan sebagai sayuran ini ternyata juga berkhasiat untuk pengobatan, rimpang terutama berkhasiat untuk usus-usus atau pencahar.

**KHASIATNYA****Sakit Perut**

Bahan :

Sepotong kelembak dipotong-potong halus.

- Seotong kayu manis.
- Kayu ules ditumbuk halus.
- 7 butir biji kedawung diremukkan.
- 2 ranting meniran sepanjang jari tangan.
- 5 batang pegagan (daun kaki kuda) beserta akar-akarnya.

Caranya :

Semua direbus dengan air sebotol kecap besar hingga airnya tinggal separo. Airnya diminum sedikit demi sedikit hingga habis dalam waktu sehari.

Dianjurkan banyak makan buah pepaya dan sayur mayur atau dengan kentang rebus. Tidak boleh makan makanan yang pedas, tidak boleh makan daging atau minum susu dan minuman yang beralkohol.

### **Demam Empedu**

Buah pace yang masih sangat muda, yang daun-daun bunganya nyata jauh ditumbuk halus, ditambah 1 sloki air dan seotong kecil lampuyang untuk mendorong supaya muntah. Pengobatan ini cukup dilakukan satu kali saja, hasilnya sudah cukup bagus. Lebih ampuh lagi jika resep di atas ditambah kelembak sepanjang satu jari tangan yang dipotong-potong halus.

### **Malaria**

Penderita malaria atau demam yang membandel dapat diobati dengan air sebagai berikut :

Bahan :

- 5 batang daun meniran berikut akarnya
- 5 iris temulawak
- 3 buah cengkeh
- seotong kayu manis cina sepanjang setengah jari tangan.



Caranya :

Rebus ramuan tersebut dengan air 1 gelas sampai airnya tinggal separo. Tetapi jika demamnya disebabkan kedinginan ramuan tidak ada gunanya.

### **KUMIS KUCING**

Nama ilmiah tanaman ini ialah *Orthosiphon aristatus* (B1) Miq. Dinamakan kumis kucing karena bungannya memang mirip kumis kucing.

Tanaman ini biasanya digunakan untuk obat kencing batu dan infeksi ginjal., ia juga berkhasiat untuk melancarkan air seni dan menghilangkan panas.

### **KHASIATNYA**

Untuk infeksi saluran kencing, sering kencing sedikit-sedikit atau anyang anyangen.

Ambillah daun kumis kucing dan meniran masing-masing 30 gr direbus setelah dingin airnya diminum.

### **KAYU PUTIH**

Nama ilmiah tanaman ini adalah *Melaleuca leucadendra* L. Tanaman ini luar biasa kuatnya, ia dapat tumbuh di lahan kering bahkan mampu bertunas lagi setelah erjadi kebakaran.

Ada kayu putih yang kayunya berwarna merah, ada yang berdaun besar dan ada yang berdaun kecil, yang biasa dibuat sebagai minyak kayu putih adalah yang berdaun kecil.

Untuk membuat kayu putih daun-daun tersebut diproses melalui penyulingan.

### **C. BERBAGAI KHASIAT KAYU PUTIH**

#### **Luka bernanah**

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

#### **Lesu, lemah dan sukar tidur**

Kulit kering sebanyak 6 – 10 gram dipotong-potong seperlunya, direbus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, diminum.

Rematik, radang usus, diare

Daun kering 6 – 10 gram direbus dengan 2 gelas air sampai tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaring, minum.

### **LABU (WALUH)**

Nama ilmiah tanaman ini ialah Cucurbita moschata. Buahnya berukuran besar, buah muda dapat dibuat sayur segar/bening yang enak. Buah yang tua yang biasa berwarna kuning kecoklatan atau merah dapat sering dibuat kolak, bubur atau diolah menjadi bermacam-macam kue seperti dodol.

#### **KHASIATNYA**

##### **Luka Bakar**

Pada musim kemarau panjang kulit kita sering terkena luka bakar oleh sinar matahari, untuk mengatasinya oleskan daging dan biji labu yang telah disimpan lama dalam stoples.

##### **Batuk**

250 gram labu direbus lalu ditambah gula pasir, setelah matang boleh dimakan dan airnya diminum.

##### **Pendarahan Rahim**

Bahan :

5 tangkai bilah waluh

10 tangkai terung  
seekor ayam

Caranya :

Ayam dibersihkan dari bulu dan isi perutnya lalu ke dalam perutnya dimasukkan tangkai buah labu dan tangkai terung, tutup perut ayam tersebut dengan tali. Rebus ayam tersebut hingga matang, makan dagingnya dan air rebusannya diminum 3 – 10 kali sehari.

### **Cacingan**

500 biji labu ditumbuk halus, tambahkan air, aduk rata dan disaring. Air saringan ditambah gula secukupnya. Minum.

Untuk membasmi cacing pita, beberapa biji labu dikupas kulitnya lalu dimakan begitu saja.

## **LOBAK**

Nama ilmiah tanaman ini ialah *Reaphanus sativus*. Ia hanya hidup semusim dari tergolong tanaman perdu. Dalam keadaan mentah umbinya terasa pedas.

### **KHASIATNYA**

#### **Tersendak/cegukan**

Beberapa buah lobak dan jahe yang masih segar dilumatkan bersama-sama hingga menjadi jus. Ke dalam jus tersebut ditambahkan madu secukupnya, dituangkan ke dalam air panas, lalu diberikan kepada penderita.

#### **Rasa Panas di Perut Yang Disertai Muntah-Muntah**

Beberapa buah lobak diris-iris, lalu ditambahkan 3 potong irisan jahe segar dan madu yang sudah dipanaskan lebih dulu secukupnya (paling banyak 2 sendok makan). Sesudah itu diminum.

**Batuk Rajan**

Biji lobak putih kering ditumbuk halus lalu tambahkan gula dan air hangat. Minum tiga kali sehari.

**Sembelit**

500 gram lobak putih diiris-iris tambahkan seliter air bersih, godok hingga airnya tersisa separo. Air rebusan diminum dalam keadaan hangat.

**Tekanan Darah Tinggi**

Lemak segar dijuice dan diminum dua kali sehari sebanyak 1 cangkir kecil. Lakukan selama seminggu.

**Syarat Tenang/Agar Tenang**

Lemak segar dan buah jeruk secukupnya dibuat juice, minuman.

## LEMPUYANG

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Zingiber aromaticum*
- Lempuyang wangi (Jawa)
- Lempuyang emprit
- Lempuyang rum

**A. Pengenalan tumbuhan**

Tumbuhan lempuyang ini berbatang basah, dan tingginya dapat mencapai sampai 1.80 meter. Daunnya berbentuk bulat panjang, sedangkan bunganya bulir, duduknya pada ketiak daun pelindung. Daerah tempat tumbuh tanaman ini adalah dari satu (1) sampai seribu dua ratus (1200) meter di atas permukaan laut. Sedangkan tumbuhnya liar di hutan jati, tetapi juga banyak kita temukan ditanam orang dipekarangan sebagai tumbuhan obat. Tumbuhan ini termasuk familia atau *Zingiberaceae*.

A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan lempuyang ini selain mengandung zerumbon, yaitu suatu senyawa yang berkhasiat sebagai anti kejang, juga didapati adanya limonen.

B. *Penggunaan*

1. Rimpang (umbi)nya setelah dicuci bersih lalu diparut baru kemudian direbus hingga airnya tinggal separuh. Tambahkan pada air rebusan tersebut gula jawa secukupnya kemudian diminum minimum tiga kali (3x) sehari satu sendok makan, dapat dipergunakan sebagai obat kurang darah (pengaruh-nya akan tampak tiga bulan setelah meminum obat tersebut).
2. Rimpang umbi lempuyang bersama-sama dengan cabai ditumbuk sampai lumat, lalu diberi air secukupnya kemudian diperas dengan sepotong kain bersih. Airnya diminum dapat dipakai untuk pengobatan kaki bengkak sehabis melahirkan (setelah meminum obat tersebut si sakit dianjurkan untuk berbaring di atas tempat tidur sambil mengangkat kedua kakinya ke atas, atau sambil berbaring kaki dikanjal dengan bantal).

C. *Perbanyakan*

Untuk memperlancar tanaman ini dapat kita lakukan jalan, memotong-motong rimpang (umbi) yang setidak-tidaknya mengandung satu mata tunas. Secara alami potongan-potongan rimpang (umbi) yang sudah bertunas ini akan memperbanyak diri dengan biji.

## **LENGKUAS**

Nama lain dari tumbuhan lengkuas ini adalah

- *Languas galanga*
- Laos, lengkuas (Jawa)
- Laja (Sunda)
- Lawas, langkuweh, halas (Sumatra)

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan lengkuas berbatang basah, tingginya dapat mencapai sampai 2.5 meter. Ada dua jenis lengkuas yang tumbuh di alam kita ini. Yakni lengkuas yang berdaun sempit dan lengkuas yang berdaun lebar. Bentuk daun lengkuas bulat panjang dan pelepahnya menyelubungi seluruh batang. Baunya bulir dan warnanya ungu. Rimpangnya berbau khas, seratnya agak kasar, sedangkan rasanya pedas.

Daerah tempat tumbuh tanamn ini adalah dataran rendah sampai pada ketinggian 1200 meter di atas permukaan laut. Tanaman ini tumbuh liar di hutan jati dan di tempat lain yang sedikit terlindung dari sinar matahari. Banyak juga ditanam orang di pekarangan sebagai *dapur hidup* atau untuk keperluan bumbu dapur dan juga obat-obatan. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Zingiberaceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Tanaman lengkuas ini selain mengandung minyak terbang, pinen, kamfer, metil sinamat, sineol, eugenol dan seskuiterpen-sekuiterpen, juga mengandung galangin, galangol dan kristal kuning.

### B. *Penggunaan*

1. Rimpang ditumbuk bersama-sama dengan garam, hasil tumbukan tersebut dapat dipergunakan sebagai obat panu, dengan jalan menggosokannya pada kulit yang terkena panu. Setelah itu berjemur di bawah sinar matahari sebentar.
2. Air perasan dari rimpang yang sudah diparut ditambah sedikit garam dapat diminum untuk memperbaiki pencernaan makanan (memperkuat usus besar dan usus halus).
3. Rimpangnya ditumbuk bersama-sama dengan bawang putih, kemudian campurkan sedikit cuka dapat kita pergunakan sebagai obat kurap yang telah lama, dengan jalan menggosokannya pada kurap tersebut.

### C. *Perbanyak*

Meskipun tumbuhan ini berbiji, tetapi cara perbanyak pada tumbuhan ini tidak dilakukan dengan penyebaran biji, melainkan dilakukan dengan akar rimpangnya. Sekali akar rimpang itu tumbuh, tumbuhan itu tidak lagi memerlukan pemeliharaan yang khusus. Selain dari jalan yang kita lakukan seperti di atas, tumbuhan ini juga diperbanyak dengan menggunakan rimpang yang telah bertunas atau sobekan rimpang anaknya.

Syarat tanah yang diperlukan oleh tumbuhan lengkuas ini adalah seperti halnya tanaman jahe, yaitu pada tanah yang cukup gembur. Tanah yang mengandung air tidak cocok juga untuk tanaman ini. Oleh karena tanah yang diperlukan harus landai atau agak terjal, agar air tidak tergenang. Pada musim penghujan adalah merupakan waktu tanam untuk tumbuhan ini.

## **LIDAH AYAM**

Nama lain dari tumbuhan lidah ayam ini adalah

- *Polygala glomerata*
- Jukut malela
- Malela, ki tajam
- Sariawan kuda, andong puteran, godong sereg, suket darah, lelah ayam.

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan lidah ayam ini berbatang basah, tingginya dapat mencapai 80 cm, dan sering berwarna ungu. Batangnya bulat dan sedikit berbulu, sedangkan daunnya bertangkai pendek, berbentuk taji tapi rata mengikat ke bawah juga sedikit berbulu. Bunganya bersayap, berwarna putih berbentuk arit sangat menajam, dan di sebelah bawahnya acapkali berbulu seperti bulu mata. Sedangkan buahnya berbentuk kotak, hampir bundar. Akarnya berbau wangi.

Tanaman ini tumbuh liar di padang, di tanah-tanah yang terjal sampai pada ketinggian 1500 meter di atas permukaan laut. Lidah ayam suka akan iklim panas dan tanah yang tidak becek. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Zingiberaceae*.

*A1. Kandungan kimia yang ada*

Tumbuhan lidah ayamini mengandung metil salisilat, baunya khas seperti minyak gondopuro, saponin dan alkaloid.

*B. Penggunaan*

1. Semua bagian dari tumbuhan ini diiris halus, kemudian direbus dengan air selama lebih kurang seperempat jam, airnya dapat diminum sebagai obat.
  - asma
  - bronkhitis
  - mencret
  - demam
  - sariawan
2. Daun dan akar ditumbuk sekaligus, dan hasil tumbukannya dapat dipergunakan sebagai obat gosok untuk menghilangkan rasa cape.

*C. Perbanyak*

Tumbuhan ini dapat diperbanyak dari bijinya. Biji lidah ayam berbentuk gepeng, dengan permukaannya tertutup rapat oleh bulu yang fungsinya untuk membantu penyebaran.

## **NANGKA SABRANG**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Annona muricata*
- Nangka londo, nangka manis, srikoyo (Jawa)
- Nangka walanda (Sunda)

*A. Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa pohon, yang tingginya dapat mencapai sampai 3 – 5 meter. Daunnya panjang berbentuk taji, menajam pada ujung dan pangkalnya. Bunga



nangka sabrang berada dalam gerombolan, yang satu gerombolannya terdiri atas dua (2) sampai lima (5) bunga.

Nangka sabrang biasanya tumbuh liar di hutan-hutan. Tapi sekarang ini sudah banyak ditanam orang di halaman rumah sebagai tanaman hias, maupun di ladang-ladang sebagai pohon buah-buahan.

Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Annonaceae.

#### *A1. Kandungan kimia yang ada*

1. Buahnya mengandung protein, kalsium, fosfor dan vitamin A juga vitamin C.
2. Batang dan daunnya mengandung fitosterol, tanin, Ca-oksalat dan alkaloid murisine.

#### *B. Penggunaan*

1. Daunnya direbus lebih setengah jam, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat
  - Peluruh keringat
  - Anti kejang
2. Buahnya yang sudah masak dapat dimakan begitu saja merupakan sumber vitamin C.
3. Buahnya yang masih mentah jika dimakan begitu saja dapat menyembuhkan disentri.
4. Daunnya digiling halus, lalu ditempelkan pada bisul, dapat mempercepat masaknya bisul.

#### *C. Perbanyakkan*

Nangka sabrang atau sirsak dapat diperbanyak dari bijinya .jika tanaman sirsak ini berasal dari biji, nantinya akan mulai menghasilkan buah setelah tanaman berumur 3 – 5 tahun. Tapi kadang-kadang tanaman sirsak juga diperbanyak dengan cara penempelan atau bisa kita kenal dengan cara okulasi. Okulasi

dilakukan dengan menggunakan batang bawah dan pohon yang berasal dari biji. Pohon okulasi akan menghasilkan buah setelah berumur 3 tahun.

## PACE

Nama lain dari tumbuhan pace ini adalah :

- *Morinda citrifolia*
- Cengkudu, mengkudu (Sunda)
- Kemudu, kudu, pade (Jawa)
- Kemudu (Sumatra)
- Mekudu

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan pace ini berupa pohon kecil, yang daunnya berbentuk lonjong mengkilat dan berdaging. Buahnya berkulit-kutikl dan banyak bijinya. Warnanya hijau kekuning-kuningan, dan baunya tidak sedap.

Pohon pace tumbuh di daerah sampai pada ketinggian seribu (1.000) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini tumbuh liar di hutan-hutan dan di halaman-halaman. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Rubiaceae*.

### A1 *Kandungan kimia yang ada*

Kandungan kimia yang ada pada tumbuhan ini antara lain : metil asetil ester, asam kapril, morinda diol, soranyidiol, morindin dan morindon.

### B. *Penggunaan*

1. Buah pace (mengkudu) yang sudah masak (matang) diremas untuk diambil airnya, kemudian dicampur dengan madu dan ditelan (diminum) berkhasiat untuk mengobati radang tenggorokan. Selain itu juga dapat dipergunakan sebagai obat tekanan darah tinggi, berkhasiat untuk menurunkan tekanan darah.

2. Kulit kayunya direbus dengan air selama lebih kurang setengah jam, lalu kita ambil airnya, kita minum sebagai obat disentri.
3. Buahnya yang sudah masak diperas, dicampur dengan lempuyang dapat dipergunakan sebagai obat
  - Ginjal dan hati yang membesar
  - Membantu pencernaan, dan
  - Membantu memperlancar keluarnya air kencing yang tidak lancar.

### C. *Perbanyak*

Cara memperbanyak tumbuhan ini dilakukan dengan biji yang disemaikan terlebih dahulu. Tanaman ini akan tumbuh dengan cepat dan baru mulai menghasilkan buah setelah pohon berumur tiga (3) sampai empat (4) tahun. Tanaman pace ini banyak ditanam orang di kebun kopi sebagai pohon pelindung atau di kebun lada sebagai pohon tempat merambat.

## **PEPAYA**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Carica papaya*
- Kates, telo gantung, gandul (Jawa)
- Gedang (Sunda)
- Betik

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan pepaya berbatang basah, berbentuk pohon, dan tingginya dapat mencapai sepuluh (10) meter. Daunnya bertangkai panjang menyerupai pipa dan helaian daunnya berbentuk jari. Buah pepaya berwarna hijau atau kuning dan kemerahan bila sudah dimasak.

Daerah tempat tumbuh tanaman pepaya pada ketinggian kurang dari seribu (1000) meter di atas permukaan laut. Pohon pepaya banyak ditanam di halaman,

di kebun atau khusus ditanam di perkebunan milik seseorang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Caricaceae*.

#### A1. Kandungan kimia yang ada

Tumbuhan pepaya ini mengandung papain, yaitu senyawa yang dapat memperpanjang daya cerna pepsin sehingga pencernaan lebih sempurna. Disamping itu, dapat dikatakan juga bahwa papain mempunyai daya anti cacing pita, cacing gelang, cacing kremi, dan cacing tambang. Daun pepaya juga mengandung carposide, yang juga berkhasiat sebagai anti cacing.

Kandungan lain yang juga penting artinya adalah : caricak santin dan violaksantin yang menyebabkan urine bereaksi asam. Pada daun, akar dan buah juga terdapat damar, *papayotin*, *kautsyuk*, *karpain*, *karposit*, vitamin A dan vitamin C.

#### B. Penggunaan

1. Akarnya direbus dengan air selama lebih kurang setengah jam, airnya dapat diminum sebagai obat.
  - Gangguan pada saluran air kencing (sukar kencing)
  - Mengusir cacing kremi
2. Daunnya direbus dengan air yang mendidih lebih kurang selama seperempat jam dan airnya dapat diminum sebagai obat cacing, sebagai pengusir, pembasmi, mengeluarkan cacing, sembelit.
3. Buahnya yang sudah masak dimakan, dapat memperlancar buang air besar.
4. Getah dari buah pepaya yang masih muda dapat dipergunakan sebagai obat.
  - Luka terbakar
  - Penyakit kulit

#### Perbanyakan

Umumnya pepaya diperbanyak dengan bijinya yang telah disemaikan terlebih dahulu di tempat yang tidak tergenang air, dan pada umur sembilan (9) sampai empat belas (14) bulan pohon pepaya sudah bisa menghasilkan buah. Setelah pohon pepaya

berumur tiga sampai empat tahun sebaiknya diremajakan kembali, dengan jalan penanaman pohon baru. Pemupukan cukup dilakukan sekali dalam enam (6) bulan.

## PUTRI MALU

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- *Mimosa pudica*
- Kucingan, rendelik, ri sirepan, (Jawa)
- Bujang kagit, jukut borang, randa kagit (Sunda)

### A. *Pengenalan Tumbuhan*

Tumbuhan ini berupa semak yang berduri tajam dan tumbuh terhampar ditanah. Akarnya menghunjam kuat ke dalam tanah. Panjang batangnya dapat mencapai sampai satu setengah (1,5) meter. Daunnya menyirip lagipula berganda. Daun putri malu akan menguncup pada waktu petang, atau pada waktu tersentuh. Bunganya bunga majemuk berbentuk bongkol, dan warnanya merah jambu. Daerah tempat tumbuh semak putri malu ini pada daerah ketinggian seribu (1000) meter diatas permukaan laut. Putri malu tumbuh liar di pekarangan dan ladang-ladang. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Mimosaceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Daun dan akar tumbuhan putri malu ini mengandung senyawa *mimosin*. Juga didapati adanya alkaloid, saponin dan tannin.

### B. *Penggunaan*

1. Seluruh bagian dari tanaman direbus dalam air yang mendidih selama lebih kurang setengah jam, kemudian airnya diminum dapat dipergunakan sebagai obat asma.
2. Daunnya direbus selama lebih kurang seperempat jam, kemudian airnya dapat diminum sebagai obat

- disentri
  - sakit ginjal
3. Akarnya direbus selama lebih kurang setengah jam, kemudian airnya dapat diminum sebagai obat
- muntah
  - sukar kencing.

### **C. Perbanyak**

Pada kondisi yang baik, yaitu pada waktu yang panas dan lembab tumbuhan ini amat cepat memperbanyak diri melalui bijinya.

## **PARE**

Nama ilmiahnya *Momordica charantia* L. Tanaman ini hanya berumur setahun, bisa tumbuh di dataran rendah maupun tinggi bahkan tetap tumbuh di bawah tempat terlindung karena ia tidak banyak memerlukan sinar matahari.

Ada tiga macam pare, pare gajah yang berdaging tebal warnanya hijau atau keputihan, bentuknya besar dan panjang dan rasanya tidak begitu pahit. Pare kodok buahnya pendek, rasanya pahit. Pare hutan adalah pare yang tumbuh liar, buahnya kecil dan rasanya pahit.

Orang Jawa bisa merekayasa buah pare agar berbentuk panjang dan besar yaitu dengan menggantungkan pada ujung buah pare yang masih kecil.

Sesungguhnya daun pare yang bernama tunding itu lebih berkhasiat ketimbang buahnya. Daun yang buahnya yang masih muda biasa dimakan sebagai lalapan mentah atau setelah dikukus terlebih dahulu. Buah dan daun juga dapat dimasak sebagai sayuran, tumis, sambal goreng dan gado-gado.

Tanaman ini diperbanyak dengan biji.

## BERBAGAI KHASILAT PARE

### **Melancarkan ASI**

Ambillah daun pare secukupnya dicuci bersih lalu ditumbuk halus, balurkan pada sekeliling payudara.

### **Haus Karena Panas Dalam**

Satu buah pare muntah yang masih segar dicuci bersih, dibelah, tuangkan isinya, potong-potong secukupnya, direbus dengan 3 gelas air bersih hingga tersisa 1 gelas. Setelah dingin disaing lalu diminum.

### **Sariawan**

60 gram buah pare dibuang bijinya lalu diparut, diperas dengan sepotong kain, airnya parutannya ditambah sedikit gula, aduk sampai rata, minum sekali habis.

### **Diabetes**

200 gram buah pare segar dicuci lalu diiris tipis-tipis, rebus dengan 3 gelas air bersih hingga tersisa 1 gelas, biarkan hingga dingin lalu disaring, setelah itu diminum. Lakukan setiap hari.

### **Batuk/Batuk rejan**

1/3 genggam daun pare hutan dicuci bersih lalu ditumbuk halus, tambahkan 3/4 cangkir air masak dan sedikit garam, aduk merata lalu disaring, minum, 2 kali sehari.

### **Disentri amuba, diare**

Ambillah akar pare yang masih segar 30 gram setelah dicuci bersih dipotong-potong, rebus dengan air 3 gelas hingga tersisa 1 gelas, setelah dingin disaring, tambahkan gula pasir secukupnya lalu diminum.

### **Mengobati impotens**

Ambilah biji pare sangrai secukupnya lalu digoreng tanpa minyak (disangrai) tumbuklah sampai halus. Untuk pemakaian ambillah 10 gram bubuk biji pare tadi, tambahkan sedikit air matang dan madu 2 sendok makan, minum dua kali sehari.

Cara kedua yang lebih ampuh mengobati impotens

Bahan :

15 gram biji pare

15 gram biji kucai

20 butir merica

Jahe tua sebesar ibu jari

Gula merah sebesar ibu jari

Caranya :

Rebus ramuan tersebut dengan air 600 cc hingga tersisa 300 cc, dalam keadaan hangat disaring lalu diminum.

### **Sipilis**

Bahan :

5 lembar daun pare

2 jari kulit kamboja

2 jari akar janti (jayanti)

1 jari rimpang temulawak

$\frac{3}{4}$  jari batang butrowali

1 jari gadung cina

3 jari gula aren

Caranya :

Setelah dicuci bersih dipotong-potong seperlunya, godok dengan air 4.5 gelas biarkan hingga tinggal  $2 \frac{1}{4}$  gelas. Setelah dingin disaring lalu diminum. Dosisnya sehari 3 kali  $\frac{3}{4}$  gelas.



### **Menyuburkan rambut tipis dan kemerahan**

Segenggam daun pare dicuci bersih kemudian ditumbuk seperti bubur, tambahkan air  $\frac{3}{4}$  gelas. Ramuan ini diembunkan semalam, paginya disaring, airnya dipakai untuk membasuh kulit kepala.

### **PEGAGAN**

a. Nama

Nama ilmiah : *Centella asiatica*

Nama daerah : pegaga, daun kaki kuda, daun penggaga, pegago (Sumatera), antanan, cowt gompeng, gagan-gagan, panigowang, calingan rambat (Jawa), bebele, paiduh (Nusa Tenggara), wisu-wisu, kisu-kisu (Sulawesi), dan dogauke (Irian)

Nama asing : ji xue cao (Cina)

b. Ciri fisik

Sosok : tumbuh menjalar.

Rimpang : pendek.

Stolon : panjang, berwarnakecok

Daun : tunggal, bertangkai panjang sekitar 5 – 15 cm, bentuk seperti ginjal, dan tepinya bergering.

c. Asal

Asia tropik

d. Tempat tumbuh

Tempat tumbuh pegagan di daerah dengan ketinggian 0-2.500m dpl, lingkungan yang agak lembab, baik terkena sinar matahari penuh ataupun tempat terlindung.

Sering di temukan tumbuh liar di padang rumput, tepi kebun, sawah, bahkan tumbuh liar di pekarangan.

e. Perbanyak

Pegagan saat diperbanyak dengan memindahkan sebagian tanaman berikut akarnya yang masih di balut tanah.

f. Kandungan

Asiaticoside, thankuniside,  
isothankuniside,medecassoside,brahmoside,brahmicacid,

Meso-inositol,centellose,caretenoids, garam-garam mineral,vellarine, dan zat samak.

g. Khasiat untuk pengobatan

1) Wasir

Ambilah tumbuhan pegagan berikut akarnya sebanyak lima tanaman. Setelah dibersihkan, potong-potonglah tanaman ini. Masukkan ke dalam wadah berisi secangkir air panas dan didihkan selam 5 menit. Dinginkan airnya lalu diminum sedikit demi sedikit. Satu cangkir tersebut dihabiskan untuk sehari.

2) Pembengkakan hati atau liver

Ambil 240-600 g pegagan segar dan direbus. Airnya diminum secara rutin

3) Bisul, tergigit ular atau luka berdarah

Ambil tanaman pegagan segar, lumatkan dan tempelkan kebagian yang sakit

4) Darah tinggi

Daun pegagan 20 lembar ditambah 3 gelas air, direbus sampai menjadi  $\frac{3}{4}$  nya.

Minum air rebusan 3 kali sehari masing-masing  $\frac{3}{4}$  gelas.

- 5) Khasiat lain (campak, demam, radang amandel, sakit perut, kurang nafsu makan, membersihkan darah, memperbaiki jaringan ampedu sehingga proses pencernaan lancar). Petiklah 5 – 10 g pegagan segar, kunyah hingga lumat. Selain itu dapat direbus dan diminum airnya.

### **PULE PANDAK**

a. Nama

Nama ilmiah : *Rauvolfia serpentina* L.

Nama daerah : pulai pandak atau akar tikus

Nama asing : rauwolfia serpentina (India)

b. Ciri fisik

Sosok : perdu

Tinggi : sekitar 1 m.

Batang : tumbuh tegak, bila dipatahkan, mengeluarkan cairan yang jernih.

Cabang : berwarna cokelat abu-abu.

Daun : tunggal, daun tulang daun yang jelas; warna permukaan atas hijau tua mengilap, permukaan bawah hijau muda; pangkal daun menyempit dan merupakan tangkai daun yang amat pendek.

Bunga : merupakan bunga majemuk, mahkota bunga berwarna putih dan muncul berkelompok dari ketiak daun atau dari ujung percabangan.

Buah : bulat lonjong dan berwarna hitam bila sudah masak.

- c. Tempat tumbuh  
Tanaman banyak tumbuh di hutan kecil, kebun, atau pekarangan dengan ketinggian empat 0 – 1.000 m dpl.
- d. Perbanyak  
Tanaman pule pandak dapat diperbanyak dengan setek batang atau cangkokan.
- e. Kandungan  
Ada 3 grup alkaloid yang terkandung pada akar. Grup 1 : alkaline kuat quarterly ammonium compound serpentine, serpentine, sarpagine, dan samatine. Grup 2 : tertiary amine derivate yohimbine, ajmaline, ajmalicine, tetraphylline dan tetraphyllicine. Grup 3 : alkaline lemah secondary amines reserpine, rescinnamine, deserpidine, raunesine, dan canescine.
- f. Khasiat untuk pengobatan
- 1) Obat kerongkongan  
Akar pule pandak dibersihkan, dirisi tipis, lalu dihisap.
  - 2) Luka atau digigit ular  
Petiklah beberapa helai daun pule segar. Lumatkan atau tumbuk lalu hasilnya lumatan ditempelkan pada bagian tubuh yang sakit.
  - 3) Luka atau koreng  
Akar kering pule pandak digiling halus, kemudian ditempelkan pada bagian yang sakit.
  - 4) Khasiat lain (mengobati tekanan darah tinggi, sudah tidur, sakit perut, panas tinggi yang menetap, radang empedu, kejang pada aya, panas pada malaria dan

flu, sakit tenggorokan, bisul, gatal-gatal, gangguan jiwa, dan meningkatkan nafsu makan). Akar pule pandak yang kering direbus. Minum air rebusan akar tersebut.

## SIRIH

Nama botani

- Piper betle, Linn (Latin)

Nama lokal

- Betel (Perancis)
- Betel, Betelhe, Vitele (Portugal)
- Sirih (Indonesia)
- Suruh, Sedah (Jawa)
- Seuraeh (Sunda)

Familia atau suku tumbuhan

- Piperaceae

Daerah asal tumbuhan

- Hindia Barat

Pengenalan spesifikasi tumbuhan

Sirih (piper betle) termasuk jenis tumbuhan merambat dan bersandar pada batang pohon lain. Tanaman ini panjangnya mampu mencapai puluhan meter. Bentuk daunnya pipih menyerupai jantung dan tangkainya agak panjang. Permukaan daun berwarna hijau dan licin, sedangkan batang pohonnya berwarna hijau tembelek (hijau agak kecoklatan) dan permukaan kulitnya kasar serta berkerut-kerut.

Daun sirih disamping untuk keperluan ramuan obat-obatan juga masih sering digunakan oleh ibu-ibu generasi tua untuk kelengkapan “nginang” (Jawa). Biasanya kelengkapan untuk ‘nginang’ tersebut adalah daun sirih, kapur sirih, pinag, gambir, dan kapulaga.

Khasiat dan manfaat untuk pengobatan

1. Mengurangi produksi ASI yang berlebihan

Bahan : 4 lembar daun sirih dan minyak kelapa secukupnya;

Cara membuat : daun sirih diolesi dengan minyak kelapa kemudian dipanggang dengan api;

Cara menggunakan : dalam keadaan masih hangat ditempelkan di seputar buah dada.

2. Keputihan

Bahan : 7 – 10 lembar daun sirih;

Cara membuat : direbus dengan 2 ½ liter air sampai mendidih;

Cara menggunakan : air rebusan daun sirih tersebut dalam keadaan masih hangat dipakai untuk membasuh/membersihkan seputar kemaluan secara berulang-ulang.

3. Sakit jantung

Bahan : 3 lembar daun sirih, 7 lembar biji kemukus, 3 siung bawang merah, 1 sendok jintan putih;

Cara membuat : semua bahan tersebut ditumbuk sampai halus, ditambah 5 sendok air panas, dibiarkan beberapa menit, kemudian diperas dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali 1 hari dan dilakukan secara teratur.

4. Sifilis

Bahan : 25 – 30 lembar daun sirih bersama tangkainya; ¼ kg arena dan garam dapur secukupnya;

Cara membuat : semua bahan tersebut bersama dengan 2 liter air, sampai mendidih, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 3 kali 1 hari secara terus-menerus.

5. Alergi/biduren

Bahan : 6 lembar daun sirih, 1 potong jahe kuning, 1 ½ sendok minyak kayu putih;

Cara membuat : semua bahan tersebut ditumbuk bersama-sama sampai halus;

Cara menggunakan : dioleskan/digosokkan pada bagian badan yang gatal-gatal.

6. Diare

Bahan : 4 – 6 lembar daun sirih, 6 biji alda, 1 sendok makan minyak kelapa;

Cara membuat : semua bahan tersebut ditumbuk bersama-sama sampai halus;

Cara menggunakan : digosokkan pada bagian perut.

7. Menghentikan pendarahan gusi  
Bahan : 4 lembar daun sirih;  
Cara membuat : direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih;  
Cara menggunakan : setelah dingin dipakai untuk kumur, diulangi secara teratur sampai sembuh.
  
8. Menghilangkan pendarahan hidung (mimisen = Jawa)  
Bahan : 1 lembar daun sirih;  
Cara membuat : daun sirih digulung sambil ditekan-tekan sedikit supaya keluaranya;  
Cara menggunakan : dipakai untuk menyumbat hidung yang berdarah/mimisen.
  
9. Sakit gigi berlubang  
Bahan : 1 lembar daun sirih;  
Cara membuat : daun sirih ditumbuk sampai halus;  
Cara menggunakan : bagian gigi yang berlubang disumbat dengan bubukan daun sirih tersebut.
  
10. Bronkhitis  
Bahan : 7 lembar daun sirih dan 1 potong gula batu.  
Cara membuat : daun sirih dirajang, kemudian direbus bersama-sama gula batu dengan air 2 gelas sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, dan disaring;  
Cara menggunakan : diminum 3 kali sehari 3 sendok makan.
  
11. Batuk
  - a. Bahan : 6 lembar daun sirih, gula batu secukupnya;  
Cara membuat : daun sirih tersebut direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih;  
Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir, setiap kali mau diminum ditambah dengan gula batu secukupnya.



b. Bahan : 4 lembar daun sirih, 3 lembar daun widoro upas dan madu secukupnya;

Cara membuat : daun sirih diiris-iris, kemudian direbus bersama daun widoro upas tersebut dengan 1 liter air sampai mendidih, dan disaring;

Cara menggunakan ; diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore; setiap kali minum ditambah dengna madu murni 1 sendok makan.

c. Bahan : 3 lembar daun sirih, 4 – 6 lembar daun saga, 1 potong kayu manis, gula batu secukupnya;

Cara membuat : semua bahan tersebut direbus bersama-sama dengan 1 liter air sampai mendidih, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

## 12. Sakit mata

Bahan : 2 – 3 lembar daun sirih

Cara membuat : daun sirih diremas-remas, kemudian dimasukkan ke dalam air  $\frac{1}{2}$  gelas dan disaring;

Cara menggunakan : air tersebut dipakai untuk merambang mata yang sakit.

## 13. Eksim

Bahan : 1 genggam daun sirih, 1 genggam daun cabai, 1 butir biji buah pinang yang telah dihaluskan;

Cara membuat : semua bahan tersebut direbus dengan 1 liter air sampai mendidih;

Cara menggunakan : air rebusan ramuan tersebut dalam keadaan hangat dipakai untuk kompres bagian yang sakit.

## 14. Gatal-gatal sehabis melahirkan

Bahan : 1 genggam daun sirih;

Cara membuat : daun sirih diiris-iris, kemudian direbus dengan 1 liter air sampai mendidih;

Cara menggunakan : air rebusan daun sirih tersebut dalam keadaan hangat dipakai untuk kompres bagian yang gatal 2 kali sehari, pagi dan sore.

15. Menghilangkan bau mulut

- a. Bahan : 4 – 7 lembar daun sirih;

Cara membuat : direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih;

Cara menggunakan : air rebusan daun sirih tersebut dipakai untuk kumur setiap hari.

- b. Bahan : 2 – 4 lembar daun sirih;

Cara membuat : daun sirih diremas-remas, kemudian direndam dalam 2 gelas air panas;

Cara menggunakan : air rendaman daun sirih tersebut untuk kumur setiap hari, pagi dan sore.

16. Menghilangkan sakit kulit dan gatal-gatal

Bahan : 8 – 10 lembar daun sirih;

Cara membuat : direbus dengan 1 cerek air sampai mendidih ;

Cara menggunakan : air rebusan daun sirih tersebut ditambahkan dengan beberapa gayung air dingin untuk mandi.

17. Menghindarkan jerawat yang akan tumbuh

Bahan ; 4 – 6 lembar daun sirih;

Cara membuat : direbus dengan 1 liter air sampai mendidih kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

18. Menghilangkan jerawat

Bahan : 4 – 6 lembar daun sirih;

Cara membuat : daun sirih ditumbuk halus;

Cara menggunakan : dipakai sebagai bedak kompres dan dilakukan setiap malam.

## SAGA

Nama lain dari tumbuhan saga ini adalah

- *Abrus precatorius*
- Sogo telik (Jawa)
- Saga leutik (Sunda)
- Areuy areuy
- Kanderi, kunderi (Sumatra)
- Akar saga.

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan saga ini merambat membelit ke kiri, sedangkan batangnya pula membelit. Bunga saga berbentuk kupu-kupu dalam tandan, dan warnanya ungu muda. Sedangkan daunnya seperti daun asam, bersirip ganjil dan rasanya agak manis. Bijinya berwarna merah mengkilat, berbintik hitam sebesar kacang hijau, keras dan liat seperti plastik.

Tanaman saga tumbuh di daerah sekitar tiga ratus (300) meter di atas permukaan laut. Tapi tanaman ini juga tumbuh liar di hutan, di ladang, di halaman, dan di tempat-tempat lain. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Leguminosae*.

### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Kandungan kimia yang ada pada tumbuhan saga ini adalah: bijinya mengandung *toksalbumin* (abrin), yang menghambat sintesa protein. Daunnya dan akarnya mengandung: glisirrhizin, Co-oksalat, polygalacturomic acid dan pentosan.

### A. *Penggunaan*

1. Daun atau akar dari tumbuhan saga ini ditambah dengan kayu manis (manis jangan) ditambah dengan gula, kemudian direbus bersama-sama, air rebusannya diminum dapat dipergunakan sebagai obat

- batuk
  - demam
  - sariawan
  - amandel.
2. Akarnya dikunyah, lalu hasil kunyahannya ditempelkan pada bekas gigitan ular.
  3. Daunnya digiling halus, kemudian direbus dalam air mendidih, uapnya dapat dipergunakan sebagai obat pada radang mata.

**Awas !**

Biji saga mengandung racun, jangan sekali-kali dimakan sebab dapat menyebabkan luka pada usus.

**C. *Perbanyakan***

Tumbuhan saga ini dapat diperbanyak dengan biji. Biji yang akan dipergunakan sebagai bibit dirambang terlebih dahulu kemudian kita pilih yang tenggelam, itulah yang kita pergunakan sebagai bibit. Penanaman dimulai dengan penyemaian biji terlebih dahulu. Bibit baru pada tanaman setelah tanaman berumur tiga (3) sampai empat (4) bulan. Tapi dapat juga ditanam langsung di kebun dengan data seperti berikut.

Tanah yang telah dicangkul satu atau dua kali kemudian diratakan. Biji lalu ditanam pada lubang-lubang yang telah kita sediakan dan setiap lubang berisi tiga (3) sampai lima (5) biji. Jarak tanama antara dua puluh lima (25) sampai enam puluh (60) cm. Ditanam pada musim hujan atau musim kemarau (asal cukup air).

## SAMBILOTO

Nama lain dari tumbuhan sambiloto ini adalah

- *Andrographis paniculata*
- Bidara, sadilata, sambilata (Jawa)
- Ki-orai, ki peurat, takila (Sunda)

### A. Pengenalan tumbuhan

Sambiloto adalah suatu terna yang berdiri tegak. Tinggi pohon bercabang banyak. Letak daun berhadap-hadapan berupa daun tunggal yang bentuknya memanjang, dan tepi daunnya rata. Bunga sambiloto berwarna putih dan ungu, tersusun dalam rangkaian berupa tandan dan tumbuh pada ujung-ujung tangkai. Tumbuhan ini berbunga sepanjang tahun. Bentuk buah memanjang sampai jorong, terdiri dari dua rongga. Setiap rongga berisi tiga (3) sampai tujuh (7) biji yang bentuknya gepeng.

Tumbuhan sambiloto dapat tumbuh pada ketinggian tujuh ratus (700) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini sering kita jumpai ditanam orang di halaman rumah dan bahkan tumbuhan liar di tempat-tempat terbuka seperti ladang, atau sisi-sisi jalanan. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Acanthaceae.

### A1. Kandungan kimia yang ada

Tumbuhan sambiloto ini selain mengandung kalmegin, andrographit, andrograpolit, garam kalium, garam natrium dan minyak terbang, juga mengandung zat pahit berupa hablur kuning.

### B. Penggunaan

1. Daun sambiloto dikunyah, airnya ditelan dan sisanya ditempelkan pada luka kena gigitan ular berbisa atau sengatan binatang berbisa lainnya.
2. Daunnya direbus selama lebih kurang setengah jama, kemudian airnya diminum dapat dipakai sebagai obat.

- Disentri dan
  - Mencret.
3. Daunnya ditumbuk, dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada rahang kulit gatal.

### C. *Perbanyak*

Untuk memperbanyak tumbuhan ini dapat kita lakukan dengan penyebaran biji atau dengan setek batang. Penyebaran dengan jalan ini akan mempercepat pertumbuhan tanaman. Sering pula kita jumpai bahwa tanaman ini ditanam orang sebagai tanaman hias, untuk memperindah halaman rumah.

## SECANG

Nama lain dari tumbuhan secang ini adalah :

- *Caesaphina sappan*
- Kayu secang
- Soga Jawa
- Secang

### A. *Pengenalan tumbuhan*

Tumbuhan secang ini berupa perdu berduri yang banyak mempunyai cabang. Petalanya berwarna kuning cerah ,dan tumbuhan ini berbunga sepanjang tahun. Daerah tempat tumbuh tanaman ini dari satu (1) sampai (700) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan secang banyak di tanam di perkampungan sebagai pagar ataupun sebagai batas kampung .Tumbuhan ini termasuk suku *Caesalpirrinaceae*.

#### A1. *Kandungan kimia yang ada*

Kandungan kimia yang dimiliki tumbuhan ini adalah : batang dan daunnya mengandung alkaloid, tanin, fitosterol dan zat pewarna berazilin. Minyak menguap berisi oscimene dan d- $\alpha$  pe liendren.

## B. Penggunaan

1. Kayunya (akan lebih baik bila kayu itu berbentuk serbuk) direbus dengan air, kemudian airnya dapat kita minum sebagai obat
  - muntah darah dan batuk darah
  - mencret berdarah
2. Kayu yang sudah menjadi serbuk digiling bersama-sama dengan kapur sirih dapat dipergunakan sebagai obat kompres untuk
  - payudara yang nyeri
  - sakit kepala
3. Kayunya diseduh dengan air dingin dapat dipergunakan untuk mengobati radang selaput lendir mata.

## C. Perbanyakan

Tumbuhan ini mudah diperbanyak, yaitu dengan cara penyebaran biji, dan dapat ditanam pada berbagai tanah. Cara melakukan penanaman tumbuhan ini dengan benih yang sudah disemaikan terlebih dahulu, dan setelah mencapai tinggi 10 – 20 cm barulah siap ditanam di kebun.

## SEMBUNG

Nama lain dari tumbuhan sembung ini adalah

- Blumea balsamifera
- Chapa
- Bunga sapa
- Galunggung

### A. Pengenalan tumbuhan

Tumbuhan sembung ini berupa perdu yang berdiri tegak dan tingginya dapat mencapai dua (2) sampai empat (4) meter. Bagian bawah dari tumbuhan ini biasanya bercabang, tapi berbulu banyak seperti domba. Daunnya panjang berbentuk taji, tepi rata bergerigi dengan ujung menajam. Sebelah bawahnya berbulu putih seperti sutera, jika digosok akan berbau seperti balsem atau kapur barus. Bunganya bergerombol, berwarna kuning dan gerombol ini membentuk semacam tandan pada ujung batang.

Daerah tempat tumbuh tanaman sembung ini biasanya disisi jalan, tanah pertanian, hutan jati atau hutan-hutan yang lain, dari ketinggian nol (0) smpai dua ribu dua ratus (2200) meter di atas permukaan laut. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku *Compositae*.

### A1. Kandungan kimia yang ada

Kandungan kimia yang dimiliki oleh tumbuhan sembung ini adalah : daunnya mengandung sineol, flooroacetofennondimetiler, borneol, damar dan zat samak. Tumbuhan ini juga mengandung kapur barus dan limonen.

### B. Penggunaan

1. Akarnya yang masih muda direbus selama lebih kurang seperempat jam, kemudian disaring dan air saringannya diminum, dapat dipergunakan sebagai
  - penguat perut besar



- penambah napsu makan
- 2. Ambil daun sambung kira-kira satu genggam kemudian direbus dengan dua (2) gelas air sampai airnya tinggal separuh.
  - airnya diminum setelah agak dingin, dapat menyembuhkan sakit kolera.
  - airnya diminum lebih satu (1) sendok makan kedaung, dapat dipergunakan sebagai obat kolik karena batu empedu.
  - airnya diminum dapat menyembuhkan sakit perut.

### C. Perbanyak

Cara memperbanyak tumbuhan sambung ini mudah sekali yaitu dengan penyebaran biji. Tanah yang dikehendaki tumbuhan ini adalah tanah yang gembur, kaya akan bahan organik dan mempunyai drainase yang baik.

## **SINGKONG**

Nama lain dari tumbuhan ini adalah

- Manihot esculenta
- Ubi kayu
- Bodin, ketela bodin, telo jenderal (Jawa)
- Huwi dangdeur, kasapen, sampeu (Sunda)

### A. Pengenalan tumbuhan

Singkong merupakan tumbuhan berbatang lunak, yang tingginya dapat mencapai satu setengah (1.5) sampai tiga (3) meter. Daun singkong bertangkai panjang berwarna merah atau hijau, sedangkan helai daun singkong seperti telapak tangan dengan jari-jari tiga (3) sampai tujuh (7) buah.

Daerah tempat tumbuh singkong ketinggian seribu lima ratus (1500) meter di atas permukaan laut. Singkong banyak ditanam orang dipekarangan, di tanggul ataupun di sawah. Tumbuhan ini termasuk familia atau suku Euphobiaceae.

#### A1. Kandungan kimia yang ada

Tumbuhan singkong banyak mengandung asam sianida atau HCN yang beracun. Makanya sebelum direbus atau digoreng sebaiknya umbi singkong dicuci berkali-kali dengan air yang mengalir. Selain daripada itu tumbuhan singkong juga mengandung sedikit minyak menguap, gom saponin dan sulfur.

#### B. *Penggunaan*

1. Daun singkong ditumbuk dapat dipergunakan sebagai obat kompres pada
  - sakit kepala
  - demam
2. Batang singkong yang masih segar ditumbuk dapat dipergunakan sebagai obat luar pada luka bernanah.
3. Batang singkong direbus dalam air mendidih selama lebih kurang setengah ( $\frac{1}{2}$ ) jam, kemudian airnya diminum sebagai obat.
  - rematik
  - demam
4. Rimpang (umbi) singkong dapat dibuat sebagai makanan misalnya
  - a. direbus dapat dimakan begitu saja
  - b. digoreng
  - c. diparut, dibuat combro, micro, lemet, sawut dan bermacam-macam makanan yang terbuat dari singkong lainnya.

#### C. Perbanyakan

Untuk memperbanyak tanaman sinkong ini dapat dilakukan dengan setekan dari batang singkong yang sudah cukup tua, dan panjang stekan dari batang singkong yang sudah cukup tua, dan panjang stekan kira-kira 25 cm. Panen singkong dapat dilakukan bila pohon sudah berumur delapan (8) sampai sembilan (9) bulan. Dua bulan setelah panen biasanya atau sebaiknya tanah tempat menanam singkong digemburkan kembali.

## TEMU GIRING

Nama ilmiahnya *Curcuma heyneana* Val. & v Zipp. Tanaman ini mengandung minyak astiri dan zat pati. Oleh orang Jawa biasanya dipakai untuk obat cacingan.

### **KHASIATNYA**

#### Cacing Kremi

Ambil temugiring 1 jari, dicuci bersih lalu diparut, beri air masak satu sendok makan, peras dan minum satu kali sehari.

#### Disentri

##### Bahan :

- ½ jari temu giring
- 5 biji adas manis
- 3 lembar daun delima putih yang muda
- ½ jari pulosari
- 1 butir bawang merah

##### Caranya :

Semua digiling halus diberi air masak 1 cangkir, diperas dan disaring kemudian diminum 2 kali sehari.

#### Menghaluskan kulit yang bersisik

Ambil beberapa ruas temu giring dicuci bersih, lalu diparut dan dicampurkan kedalam rendaman ketan hitam yang sudah ditumbuk halus lalu sebelum mandi dibalurkan pada tubuh dengan cara digosok-gosok supaya kotoran dapat keluar kemudian mandi, lakukan secara rutin.

## TAPAKDARA

### Nama botani

- *Catharanthus roseus*, (L) G. Don (Latin)
- *Lochnera rosea*, (L) Rohb. (Latin)
- *Vinca rosea*, Linn, (Latin)

### Nama lokal

- Perwinkle (Inggris)
- Chang Chun Hua (Cina)
- Keminting Cina, Rumput Jalang (Malaysia)
- Tapakdara (Indonesia)
- Kembang Sari Cina (Jawa)
- Kembang Tembaga Beureum (Sunda)

### Famili atau suku tumbuhan

- *Apocynaceae*

### Daerah asal tumbuhan

- Amerika tengah

### Pengenalan spesifikasi tumbuhan

Tapakdara (*catharanthus roseus*) banyak dipelihara sebagai tanaman hias. Tapakdara sering dibedakan menurut jenis bunganya, yaitu putih dan merah. Tumbuhan semak tegak yang dapat mencapai ketinggian batang sampai 100 sentimeter ini, sebenarnya merupakan tumbuhan liar yang biasa tumbuh subur di padang atau di pedesaan beriklim tropis. Ciri-ciri tumbuhan tapakdara : memiliki batang yang berbentuk bulat dengan diameter berukuran kecil, berkayu, beruas dan bercabang serta berambut. Daunnya berbentuk bulat telur, berwarna hijau dan diklasifikasikan berdaun tunggal. Bunganya yang indah mempunyai terompet dengan

permukaan berbulu halus. Tapakdara juga memiliki rumah biji yang berbentuk silindris menggantung pada batang. Penyebaran tumbuhan ini melalui biji.

#### *Komposisi kandungan kimia*

Dari akar, batang, daun hingga bunga tapak udara mengandung unsur-unsur zat kimiawi yang bermanfaat untuk pengobatan. Antara lain *vin kristin*, *vinrosidin* dan *vinleurosin* merupakan kandungan komposisi *zat alkoid* dari tapakdara.

#### *Khasiatnya dan manfaat untuk pengobatan*

##### *1. Diabetes mellitus (sakit gula/kencing manis)*

- a. Bahan : 10 – 16 lembar daun tapak dara  
Cara membuat : direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga  
Tinggal 1 gelas;  
Cara menggunakan : setelah dingin diminum, diulangi sampai sembuh.
- b. Bahan : 35 – 45 gram daun tapak dara kering, adas pulasari;  
Cara membuat : bahan tersebut direbus dengan 3 gelas air sampai  
Mendidih hingga tinggal 1 gelas;  
Cara menggunakan : setelah dingin diminum, diulangi sampai sembuh.
- c. Bahan : 3 lembar daun tapakdara, 15 kuntum bunga tapakdara;  
Cara membuat : direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga  
Tinggal 1 ½ gelas;  
Cara menggunakan : diminum pagi dan sore setelah makan.

##### *2. Hipertensi (tekanan darah tinggi)*

- a. Bahan : 15 – 20 gram daun tapakdara kering, 10 gram bunga  
krisan;  
Cara membuat : direbus dengan 2 ½ gelas air sampai mendidih dan  
Disaring;  
Cara menggunakan : diminum tiap sore.
- b. Bahan : 7 lembar daun atau bunga tapakdara;

Cara membuat : diseduh dengan 1 gelas air dan dibiarkan beberapa saat  
Dan disaring

Cara menggunakan : diminum menjelang tidur.

### 3. *Leukemia*

Bahan : 20 – 25 gram daun tapak dara kering, adas pulawaras;

Cara membuat : direbus dengan 1 liter air dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

### 4. *Asma dan bronkhitis*

Bahan : 1 potong bonggol akar tapakdara;

Cara membuat : direbus dengan 5 gelas air,

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari, pagi dan sore.

### 1. *Demam*

Bahan : 1 genggam ( 12 – 20 gram ) daun tapakdara, 3 potong  
Batang dan akar tapakdara;

Cara membuat : direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga  
Tinggal 1 ½ gelas;

Cara menggunakan : diminum pagi dan sore dan ditambah gula kelapa.

### 6. *Radang perut dan disentri*

Bahan : 15 – 30 gram daun tapak dara kering;

Cara membuat : direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih;

Cara menggunakan : diminum pagi dan sore dan ditambah dengan gula.

### 7. *Kurang darah*

Bahan : 4 putik bunga tapakdara putih,

Cara membuat : direndam dengan 1 gelas air, kemudian ditaruh diluar  
Rumah semalam;

Cara menggunakan : diminum pagi hari dan dilakukan secara teratur.

8. *Tangan gemetar*

Bahan : 4 – 7 lembar daun tapakdara

Cara membuat : disedu dengan 1 gelas air panas dan disaring;

Cara menggunakan : diminum biasa.

9. *Gondong, bengkak, bisul, dan borok*

Bahan : 1 genggam daun tapakdara

Cara membuat : ditumbuk halus;

Cara menggunakan : ditempel pada bagian yang sakit.

10. *luka bakar*

Bahan : beberapa daun tapakdara, ½ genggam beras;

Cara membuat : direndam dengan air, kemudian ditumbuk bersama Sama sampai halus.

Cara menggunakan : ditempel pada luka bakar.

11. *Luka bakar*

Bahan : 2 – 5 lembar daun tapakdara;

Cara membuat : dikunyah sampai lembut;

Cara menggunakan : ditempelkan pada luka baru.

## TEMULAWAK

Nama botani

- *Curcuma xanthorrhiza*, Roxb. (Latin)

Nama lokal

- Temulawak, Temu putih (Indonesia)
- Temulawak (Jawa)
- Koneng gede (Sunda)
- Temulabak (Madura)

Familia atau suku tumbuhan

- Zingiberaceae

Daerah asal tumbuhan

- Indonesia

Pengenalan spesifikasi tumbuhan

Temulawak (*curcuma xanthorrhiza*) banyak ditemukan di hutan-hutan daerah tropis. Temulawak juga berkembang biak di tanah tegalan sekitar pemukiman, terutama pada tanah yang gembur, sehingga buah rimpangnya mudah berkembang menjadi besar. Temulawak termasuk jenis tumbuh-tumbuhan herba yang batang pohonnya berbentuk batang semu dan tingginya dapat mencapai 2 meter. Daunnya lebar dan pada setiap helaian dihubungkan dengan pelepah bunga yang berbentuk unik (bergerombol) dan berwarna kuning tua. Rimpang temulawak sejak lama telah dikenal sebagai bahan ramuan obat. Aroma dan warna khas dari rimpang temulawak adalah berbau tajam dan daging buahnya berwarna kekuning-kuningan. Daerah tumbuhnya selain di dataran rendah juga tumbuh dengan baik sampai pada ketinggian tanah 1500 meter di atas permukaan laut.

Komposisi kandungan kimia

Daging buah (rimpang) temulawak mempunyai beberapa kandungan senyawa kimia antara lain berupa felandren dan tumerol atau yang sering disebut minyak menguap. Kemudian minyak atsiri, kamfer, glikosida, foluymetik karbinol. Dan kurkumin yang



terdapat pada rimpang tumbuhan ini bermanfaat sebagai acnevulgaris, disamping sebagai anti inflamasi (anti radang) dan anti hepatotoksik (anti keracunan empedu).

Khasiat dan manfaat untuk pengobatan

1. Sakit limpa

Bahan : 2 rimpang temulawak, ½ rimpang lengkuas, 1 genggam daun meniran;

Cara membuat : temulawak dan lengkuas diparut, kemudian semua bahan tersebut direbus dengan 1 liter air sampai mendidih, dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 1 kali sehari 1 cangkir.

2. Sakit ginjal

Bahan : 2 rimpang temulawak, 1 genggam daun kumis kucing, 1 genggam daun kaca beling;

Cara membuat : temulawak diris tipis-tipis, kemudian direbus bersama dengan bahan lainnya dengan 1 liter air, dan disaring;

Cara menggunakan : diminum selama 3 hari.

3. Sakit pinggang

Bahan : 1 rimpang temulawak, 1 rimpang kunyit sebesar ibu jari, 1 genggam daun kumis kucing;

Cara membuat : semua bahan tersebut direbus dengan liter air, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 1 kali sehari 1 gelas.

4. Asma

Bahan : 1 ½ rimpang temulawak, 1 potong gula aren;

Cara membuat : 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;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari ½ gelas, tiap hari dan sore.

5. Sakit kepala dan masuk angin

Bahan : bekerja rimpang temulawak

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis, dikeringkan dan ditumbuk halus menjadi tepung ± 2 genggam tepung temulawak direbus dengan 4 – 5 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 3 gelas, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari ½ gelas, pagi dan sore.

6. Maag

Bahan : 1 rimpang temulawak

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan sebentar, kemudian direbus dengan 5 – 7 gelas air sampai mendidih dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 1 kali sehari 1 gelas.

7. Sakit perut

Bahan : 1 rimpang temulawak, 3 buah mata asam, 1 potong gula kelapa, garam secukupnya;

Cara membuat : temulawak diparut, kemudian direbus bersama bahan lainnya dengan 3 – 4 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

8. Sakit perut pada waktu waktu haid

Dapat menggunakan resep No. 7

9. Menghilangkan bau amis sewaktu haid

Bahan : 1 rimpang temulawak, 5 buah mata asam, 1 potong gula kelapa;

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan, kemudian bersama bahan lainnya ditaruh dalam waskom (rantang/panci), digeri 2 gelas air panas dan ditutup rapat selama ± 15 menit dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 3 kali; 1 kali sehari.

10. Memperbanyak produk ASI

Bahan : 1 ½ rimpang temulawak dan tepung sagu secukupnya;

Cara membuat : temulawak diparut, kemudian kedua bahan tersebut dicampur dan ditambah air panas secukupnya sehingga menjadi bubur;

Cara menggunakan : dimakan biasa.

11. Memacu ASI yang macet

Bahan : 1 ½ rimpang temulawak diparut, 1 potong gula aren, 2 – 3 sendok makan andonan sagu;

Cara membuat : temulawak diparut, kemudian bersama bahan lainnya direbus dengan 1 liter air sampai mendidih dan saring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir secara teratur.

12. Kesulitan buang air besar/berak

Bahan : 1 rimpang temulawak, 3 buah mata asam, 1 potong gula kelapa;

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis dan diangin-anginkan sampai kering, kemudian bersama bahan lainnya disedu dengan air panas secukupnya dan disaring;

Cara menggunakan : diminum biasa

13. Sembelit

Bahan : 1 rimpang temulawak dan biji sawi secukupnya;

Cara membuat : kedua bahan tersebut ditumbuk sampai halus disedu dengan air panas secukupnya dan disaring;

Cara menggunakan : diminum biasa

1. Menambah nafsu makan

Bahan : 2 rimpang temulawak, ¼ rimpang lengkuas, ½ genggam daun meniran;

Cara membuat : semua bahan tersebut direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari ½ gelas.

14. Sakit cangkrang

Bahan : 2 rimpang temulawak, 1 tangkai buah asam yang sudah masak, 1 potong gula kelapa, garam secukupnya;

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis, kemudian bersama bahan lainnya direbus dengan 1 liter air sampai mendidih dan disaring.

Cara menggunakan : diminum 1 kali sehari 1 gelas.

15. Sakit cacar air

Bahan : 1 ½ rimpang temulawak, 1 tangkai buah asam yang sudah masak;

Cara membuat : temulawak diiris tipis-tipis dan dikeringkan kemudian kedua bahan tersebut direbus bersama dengan liter air sampai mendidih dan disaring;

Cara menggunakan : diminum 2 kali sehari 1 cangkir, pagi dan sore.

16. Sariawan

Bahan : 1 rimpang temulawak sebesar ibu jari, 3 mata buah asam, 1 potong gula aren;

Cara membuat : semua bahan tersebut direbus dengan 2 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring;

Cara menggunakan : diminum biasa

17. Menghilangkan jerawat

Bahan : 1 rimpang temulawak sebesar ibu jari, ½ rimpang kencur, ¼ sendok makan biji jintan, 1 tangkai buah asam yang sudah masak, 1 potong gula aren;

Cara membuat : temulawak dan kencur diparut, kemudian semua bahan tersebut direbus bersama dengan 8 gelas air sampai mendidih dan disaring;

Cara menggunakan : diminum malam hari secara teratur.

18. Menghilangkan bau badan

Badan : 1 rimpang temulawak;

Cawa membuat : temulawak ditumbuk halus, kemudian direbus dengan 1 liter air dan disaring;

Cara menggunakan ; diminum 2 kali sehari 1 cangkir.