Tumbuhan Obat *Halimun*

Melestarikan kekayaan sumberdaya alam dan kearifan lokal

Sebuah dokumentasi keanekaragaman dan pemanfaatan tumbuhan obat oleh masyarakat Desa Sirnarasa, Sukabumi Jawa Barat

Diterbitkan atas kerjasama:
Kelompok masyarakat Desa Sirnasari
Yayasan Peduli Konservasi Alam Indonesia
2008

Ki Tolod

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Ki Korejat	*Laurentia longiflora*	Campanulaceae

Deskripsi

Terna tegak, tinggi mencapai 60 cm, bercabang dari pangkalnya, bergetah putih yang rasanya tajam dan mengandung racun. Daun tunggal, duduk, bentuknya lanset, permukaan kasar, ujung runcing, pangkal menyempit, tepi melekuk ke dalam, bergigi sampai melekuk menyirip.

Distribusi

Ditemukan dari dataran rendah sampai 1.100 m dpl. Tanaman yang berasal dari Hindia Barat.

Khasiat

Khasiat untuk obat tetes mata, bagian yang digunakan bunga yang diekstrak (air di ujung bunga) lalu diteteskan ke mata.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

bagian yang digunakan bunga yang diekstrak (air di ujung bunga) lalu diteteskan ke mata. Digunakan 3 kali dalam 1 minggu atau disesuaikan dengan kebutuhan, bila mata mulai terasa gatal dan perih

Pembudidayaan

Perbanyakan tanaman dengan menggunakan biji. Pemeliharaan mudah, perlu cukup air dengan cara penyiraman yang cukup, menjaga kelembaban dan pemupukan terutama pupuk dasar.

Bunga Sepatu

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Wera	*Hibiscus rossasinensis*	Malvaceae

Deskripsi

Perdu dengan varietas berbunga tunggal dan rangkap dengan beraneka warna. Tanaman ini tidak pernah berbuah.

Distribusi

Terdapat di seluruh Indonesia.

Khasiat

Khasiat untuk obat penurun panas, bagian yang diambil daun lalu ditumbu/remas-remas lalu dikompreskan ke dahi penderita.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil 7 helai daun ditumbuk/remas-remas lalu dikompreskan ke dahi penderita. Digunakan 3 kali dalam sehari. Bila setelah 7 kali penggunaan demam tidak juga reda maka dapat diganti dengan resep tradisional lainnya.

Pembudidayaan

Pembiakan tumbuhan ini dapat dibudidayakan dengan cara menyetek.

Alamanda

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Alamanda	*Alamanda cathartica*	Apocynaceae

Deskripsi

Perdu yang memanjat dengan bungan berwarna kuning dan berukuran besar. Alamanda yang tumbuh menjalar setinggi 3 hingga 6 m. Pokok ini mempunyai batang yang bergetah putih, bunganya berbentuk tandan dan setiap tandan terdiri daripada 8 hingga 10 kuntum bunga.

Distribusi

Penyebaran yang spesifik belum diketahui.

Khasiat

Daun Alamanda dimanfaatkan sebagai obat maag.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil 13 helai daun alamanda direbus dengan 2 gelas air lalu diminum 3 kali sehari, perebusan dilakukan setiap akan meminum ramuan tersebut.

Pembudidayaan

Tanaman ini dapat dibudidayakan dengan menggunakan perbanyakan dengan biji.

Jambu Biji

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Jambu beureum	*Psidium guajava*	Myrtaceae

Deskripsi

Di wilayah Pulau Jawa, tanaman tersebut dapat tumbuh dibawah 1200 mdpl dan dapat tumbuh liar. Tingginya mencapai 10 meter dan terkenal sebagai belukar.

Distribusi

Berasal dari Brazilia Amerika Tengah, menyebar ke Thailand kemudian ke negara Asia lainnya seperti Indonesia.

Khasiat

Daun dan buah yang masih muda dimanfaatkan sebagai obat diare.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Untuk diare ambil 7 pucuk daun lalu daunnya ditumbuk sampai halus diberi ½ gelas(gelas belimbing) air lalu air diperas dan diminum, diminum 3 kali sehari. Selain itu pucuk daun dapat dimakan dalam bentuk mentah, dimakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Pembibitan pohon jambu biji dilakukan melalui sistem pencangkokan dan okulasi, walaupun dapat juga dilakukan dengan cara menanam biji dengan secara langsung.

Mangkokan

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Daun mangkok	*Nothopanax scutellarium*	Araliaceae

Deskripsi

Tumbuh pada Ketinggian 10 – 12 kaki, tanaman hiasan dan bentuk daun menyerupai mangkuk makan.

Distribusi

Penyebaran yang spesifik belum diketahui.

Khasiat

Daun digunakan sebagai lalapan, direbus/dikukus untuk obat bau badan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 helai daun mangkokan dimakan sebagai lalapan, atau 7 helai daun direbus dengan 3 gelas air, rebus hingga mendidih lalu air rebusan daun tersebut diminum. Sebaiknya diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Perbanyakan tumbuhan dengan menggunakan Perbanyakan dengan stek dan batang.

Mengkudu

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Cangkudu	*Morinda citrifolia*	Rubiaceae

Deskripsi

Tanaman ini mempunyai batang pokok yang lurus, berdaun lebar, bunga berwarna putih, buah berbentuk bujur dan bertukar dari hijau ke putih kekuningan apabila matang.

Distribusi

Terdapat di seluruh Indonesia dan pegunungan dataran rendah. berasal dari Asia, Australia dan kepulauan Pasifik.

Khasiat

Buah dimanfaatkan untuk meng obati penyakit darah tinggi.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil 3 buah mengkudu lalu dijus diminum airnya atau 3 buah ditumbuk lalu diperas dan diminum airnya. Diminum 3 kali dalam sehari.

Pembudidayaan

Tujuan utama budidaya adalah untuk mendapatkan kulit akarnya. Tanaman ini dapat tumbuh dengan tidak bergantung pada kondisi tanah.

Talas

Nama Lokal: Balitung kuil

Nama Latin: *Colocasia esculenta*

Famili: Araceae

Deskripsi

Berakar ubi yang bengkok, pendek dan berbentuk bulat. Bagian luar akar berwarna coklat. Tanaman sejenis sayuran.

Distribusi

Banyak ditemukan pada wilayah Indonesia bagian timur.

Khasiat

Tumbuhan ini biasa digunakan untuk mengobati Diabetes Mellitus.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Satu umbi sebesar kepalan tangan dipotong menjadi 3 bagian kemudian direbus dengan 1 liter air dinginkan setelah itu dimakan, aturan makan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Tunasnya ditanam dengan jarak 3 kaki dan perlu disiangi secara rutin, sebelum akhir musim hujan tangkai dan daunnya harus dipotong.

Gude

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Hiris	*Cajanus cajan*	Leguminoceae

Deskripsi

Perdu bertahunan berumur pendek (1-5 tahun), tinggi 0.5-4 m, akar tipis dengan panjang hingga 2 m. Bercabang banyak dan kecil. Daun berseling, berdaun tiga, kelenjar berburikan; pinak daun berbentuk menjorong. Bunga dalam tandan semu, kadang-kadang berkumpul dan muncul bersama, biasanya tersebar dan berbunga dalam waktu yang lama.

Deskripsi

Tersebar hingga ke Asia Tenggara. Kini kacang ini tersebar luas di seluruh daerah tropis dan juga di Indonesia. Tanaman ini berasal dari India.

Khasiat

Mengobati menyembuhkan penyakit Rematik.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

biji buahnya yang masih mentah dimakan. Ambil 13 butir biji hiris yang masih mentah lalu dimakan. Aturan pakai 3 kali dalam sehari. 13

Pembudidayaan

Perbanyakan tumbuhan ini dapat digunakan dengan menggunakan biji. Stek batang jarang yang berhasil.

Sintrong

Nama Lokal: Sintrong

Nama Latin: *Erechtites valerinaefolia*

Famili: Asteraceae

Deskripsi

Tumbuhan terna musiman, jka diremas menimbulkan bau yang harum, tinggi 0,30 – 1,80 meter, batang besar dan memiliki daging. Daun dan batang lunak sehingga dapat di buat sayur.

Distribusi

Tumbuhan asli amerika tropis, di jawa tumbuh di dataran rendah ± 2100 mdpl, di daerah yang lembab.

Khasiat

Berkhasiat untuk membantu menyembuhkan penyakit darah tinggi.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Rebus herba hingga segar (15 – 30 gram). Untuk pemakaian luar, giling herba segar hingga halus lalu di oleskan di luka.

Pembudidayaan

Tumbuh secara liar.

Jukut pendul

Nama Lokal: Ilat

Nama Latin: *Scleria purpurscens Steud.*

Famili: Cyperaceae

Deskripsi

Merupakan jenis rumput semu menahun, tinggi hingga 35 cm dengan rimpang datar yang terletak di bawah permukaan tanah, terdapat daun yang hanya di dekat pangkalnya.

Distribusi

Terdapat di jawa bagian barat hingga timur, mulai dari dataran rendah hingga ketinggian 2600 mdpl.

Khasiat

Biasa digunakan sebagai Obat jerawat.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil beberapa pendul lalu dibelah, didalam pendul tersebut terdapat serbuk yang menyerupai bedak bdak tersebut ditempelkan ke jerawat serbuk yang terdapat pada buah tersebut cukup untuk ditempelkan pada 3 jerawat, dipakai 3 kali dalam seminggu.
Batang mudanya dimakan sebagai obat bau mulut. Caranya ambil beberapa ikat batang muda ilat lalu dikunyah sampai halus lalu ditelan.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.

Senggani

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Harendong	*Melastoma malabathicum*	Melastomataceae

Deskripsi

Perdu tegak, tinggi 0,5 sampai 4 meter. Banyak bercabang, bersisik dan berambut. Daun tunggal, bertangkai, letak berhadapan bersilang.

Distribusi

Terdapat di jawa dengan ketinggian 10 – 1650 mdpl dengan kondisi tanah yang gersang.

Khasiat

Biasa digunakan untuk mengobati Sakit perut.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Caranya ambil 3 pucuk daun harendong yang masih segar, lalu dimakan. Sebaiknya dimakan 3 kali sehari sesuai kebutuhan.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.

Tembelekan

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Cente	*Lantana camara*	Verbenaceae

Deskripsi

Tanaman perdu bercabang yang dapat mengeluarkan bau tidak sedap. Sedangkan di tanah yang subur tanaman ini dapat berkembang dalam jumlah yang sangat besar. Ketinggian tanaman dewasa mencapai 4 meter.

Distribusi

Tersebar di seluruh pulau dari dataran rendah hingga 1700 mdpl. Juga terdapat di Amerika tropis hingga Singapore dan seluruh Indonesia.

Khasiat

Biasa digunakan untuk mengobati Sakit perut.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Buah cente dimanfaatkan sebagai obat sakit perut, caranya ambil 9 butir buah cente yang masih segar lalu dimakan mentah, sebaiknya dimakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.

Takokak

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Takokak	*Solanum torvum*	Solanaceae

Deskripsi

Tanaman perdu yang dilapisi bulu berbentuk bintang berwarna putih dan kuning, tinggi mencapai 5 meter, berduri dan buah berwarna kuning jingga.

Distribusi

Tumbuh di daerah Jawa dataran rendah hingga mencapai 1450 mdpl.

Khasiat

Tumbuhan ini berguna untuk menjaga Kebugaran tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Buah takokak yang masih segar kira-kira 1 genggam (kjira-kira 9 tangkai) direbus dua gelas air (ukuran belimbing) sampai matang setelah matang buah tersebut dimakan. Sebaiknya dimakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Tanaman ini dapat dibudidayakan dengan perbanyakan tunas.

Pacing

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Pacing	*Costus spesiocuss*	Zingiberaceae

Deskripsi

Tanaman ini umumnya berwarna hijau muda, batang beruas, panjang 6-8 kaki, bagian luar agak keras, bagian dalam tak berair, lapisan batang sukar dipotong dan tanaman ini dapat tumbuh di tempat yang lembab dan sedikit naungan.

Distribusi

Terdapat di seluruh Indonesia.

Khasiat

Berguna untuk mengatasi Luka gigitan ular, bengkak dan terkena daun fulus.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil batang pacing sepanjang 10 cm lalu dibakar sampai layu, setelah itu batang ditempelkan ke luka gigitan ular, bengkak atau terkena daun fulus. Sebaiknya digunakan 3 kali sehari sampai luka tersebut sembuh.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.

Kumis kucing

Nama Lokal:	*Nama Latin:*	*Famili:*
Kumis kucing	*Orthosiphon stamineus Benth*	Lamiaceae

Deskripsi

Herba bertahunan, tinggi 25-200 cml, batang segiempat, sedikit cabang, batang membesar. Daun berhadapan menyilang, membundar telur atau belah ketupat, 2-9(-12) cm x 1.5-5 cm, pangkal daun membaji, duduk, gundul atau berbulu sangat halus, kelenjar-berburikan; panjang tangkai 0,5-2(-4,5) cm; tak ada penumpu.

Distribusi

Asal dan penyebaran geografis kumis kucing, tersebar dari India, Indo-Cina dan Thailand, melewati Malesia ke daerah tropis Australia. sebagai tanaman liar, tanaman ini terdapat di seluruh Malesia.

Khasiat

Berguna untuk menjaga kebugaran dan stamina tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 herba tumbuhan tersebut direbus dengan 3 gelas air (gelas belimbing) rebus air hingga bersisa 1 gelas (untuk 1 kali pemakaian). Sebaiknya diminum 3 kali dalam seminggu untuk menjaga badan agar tetap bugar.

Pembudidayaan

Perbanyakan dengan stek biji atau batang.

Serai

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Sereh	*Andropogon nardus*	Poaceae

Deskripsi

Semak tahunan, batang tidak berkayu, putih kotor. Daun tunggal, bentuk lanseet, berpelepah, pangkal pelepah memeluk batang, warna hijau. Perbungaan bentuk malai, karangan bunga berseludang, warna bunga kuning keputihan. Buah bulat panjang, pipih, warna putih kekuningan.

Distribusi

Tumbuh liar di tepi sungai atau tempat ynag cukup air, cukup sinar matahari pada dataran rendah 900 m dpl.

Khasiat

Berguna untuk memberikan rasa hangat pada tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 batang umbi sereh Dicampur dengan 3 ruas jahe, 3 ruas kencur, 3 ruas lampuyang, 3 ruas kunci, I sendok the terasi, dan segenggam kacang tanah ditumbuk untuk dibuat sambel, dimakan 3 kali sehari untuk wanita sehabis melahirkan agar memberikan rasa hangat.

Pembudidayaan

Teknik pembudidayaan dapat dilakukan dengan menggunakan teknik rimpang.

Antanan

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Pegagan	*Cantela asiatica*	Apiaceae

Deskripsi

Pegagan tumbuh liar di padang rumput, tepi selokan, sawah atau ditanam sebagai penutup tanah di perkebunan dan dipekarangan sebagai tanaman sayur. Terna menahun , tidak berbatang mempunyai rimpang pendek dan stolon-stolon yang merayap.

Distribusi

Terdiri dari sekitar 40 spesies dengan ragam yang berbeda-beda di Indonesia, dimana penyebarannya terbatas, kecuali C.asiatica yang penyebarannya sampai Asia Tenggara.

Khasiat

Berkhasiat untuk mengobati penyakit darah tinggi.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 liana dengan panjang 30 cm direbus dengan 3 gelas air (gelas belimbing), rebus hingga air hanya bersisa 1 gelas dinginkan lalu diminum, untuk 1 kali pemakaian, sebaiknya diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Pembudidayaan tanaman ini Menggunakan stolon dan akar tunggang (bonggol). Stolon berakar/bertunas dipotong-potong sepanjang 2.5 cm dan tanam langsung. Dalam 14 hari sudah tumbuh.

Alang-alang

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Eurih	*Imperata cylindrica*	Graminae

Deskripsi

Rimpang yang tumbuh secara agresif, tumbuhan tahunan (perennial) yang kuat dengan percabangan terbenam dalam tanah (yang panjangnya dapat mencapai 1 m), berdaging, rimpangnya bersisik, daun-daun tersusun kompak atau tersebar.

Distribusi

Di Jawa tumbuh pada ketinggian sampai dengan 2700 m dpl, pada daerah-daerah terbuka atau setengah tertutup; rawa-rawa; pada tanah dengan aerasi yang baik; pada daerah-daerah yang habis dibuka; di tepi sungai; ekstensif pada hutan sekunder; perladangan; taman dan perkebunan.

Khasiat

Berguna untuk mengobati penyakit rheumatik.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

5 herba direbus dengan 3 gelas air dicampur dengan 3 genggam akar papaya, rebus hingga air bersisa 1 gelas. Untuk 1 kali minum, sebaiknya diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Perbanyakan dengan rimpang atau akar tinggal. Tanaman ini sangat mudah tumbuh dan terdapat dimana-mana disekitar kita.

Kemandilan/jonge

Nama Lokal: Jonge

Nama Latin: *Emilia sonchifolia*

Famili: Compositaceae

Deskripsi

Rumput seperti temberau, menahun, kuat merumpun, membentuk taruk-taruk panjang, batangnya berongga, tinggi 2-8 m. Daunnya memita, tak berbulu, tidak kasap, panjang 20-60 cm dan lebar 8-35 mm. Perbungaannya malai, 20—75 cm tingginya, tegak atau dengan cabang menunduk, buliran terdiri atas 3 - 7 floret, berbulu putih keperakan.

Distribusi

Tanaman ini tumbuh secara liar.

Khasiat

Berkhasiat mengobati Rheeumatik, sam urat,dan penyembuhan bagi wanita sehabis melahirkan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

5 herba jonge dimakan mentah sebagai lalapan, untuk 1 kali makan. Sebaiknya dimakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Teknik pembudidayaan dapat dilakukan dengn perbanyakan tunas.

Pinang

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Jambe	*Areca catechu*	Arecaceae

Deskripsi

Palem dengan akar udara, batangnya berumpun rapat, tinggi hingga 10 m, pelepah daun oranye merah. Daun menyirip, tangkai daun pendek, hijau tua. Perbungaan bercabang tumbuh di bawah pelepah daun, bunga tunggal, warna krem. Buah oranye merah.

Distribusi

Ditanam orang di seluruh Nusantara, di Jawa didapati mulai dari ketinggian permukaan laut hingga ± 1400 m, terutama disepanjang batas pekarangan.

Khasiat

Berkhasiat untuk menjaga stamina tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

9 buah pinang dan 9 genggam akar pinang direbus dengan 9 gelas air hingga bersisa 3 gelas, lalu diminum, untuk 3 kali minum. Sebaiknya diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.

Jotang

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Jotang	*Spilanthes acmella*	compositae

Deskripsi

Tumbuhan ini bersifat terna, tinggi 10 sampai 80 cm , tumbuh dengan naungan sedang atau lembab.

Distribusi

Tanaman ini banyak ditemukan di Pulau Jjawa dan dataran rendah pada ketinggian ± 2700 mdpl.

Khasiat

Jotang berguna untuk mengatasi penyakit Rheumatik , sam urat, memulihkan kondisi wanita sehabis melahirkan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Daun dan bunga dimasak dan diremas halus lalu di oleskan ke gigi.

Pembudidayaan

Tanaman ini dibudidayakan dengan teknik perbanyakan tunas dan batang.

Sembung

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Sembung	*Blumea balsamifera*	Compositae

Deskripsi

Perdu yang meiliki bulu pada batang, tinggi 2-4 meter dan memiliki bau menyengat.

Distribusi

Tumbuhan ini berasal dari Nepal. Tersebar di pulau Jawa mulai dataran rendah hingga 2000 mdpl dan tumbuh di daerah yang terkena sinar matahari atau sedikit naung.

Khasiat

Berkhasiat untuk membantu menurunkan berat badan, cocok bagi orang yang mengalami kegemukan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 helai daun sembung direbus dengan 3 gelas air, rebus hingga air mendidih diamkan hingga dingin lalu diminum, sebaiknya diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Teknik perbanyakan tanaman dapat menggunakan pengembangan dengan perbanyakan tunas.

Kenikir

Nama Lokal: Raramidang

Nama Latin: *Cosmos caudatus*

Famili: Asteraceae

Deskripsi

Tumbuhan herba, semusim, tinggi 0,5 - 1,5 m. Batang tegak, beralur dan mempunyai banyak percabangan. Daun majemuk bentuk lanset dengan ujung yang meruncing, warna hijau, tepi daun bergerigi.Bunga majemuk mempunyai tangkai bunga, bunga berbentuk seperti cawan warna kuning, setiap di bawah bunga.

Distribusi

Terdapat di Jawa, Sumatera, Kalimantan, Sulawesi, Ambon, Nusa Tenggara dan sebagian Papua.

Khasiat

Berkhasiat untuk membantu mengatasi masalah bau badan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 pucuk daun dimakan mentah sebagai lalapan, dan dimakan 3 kali sehari sampai keluhan bau badan hilang.

Pembudidayaan

Sudah lama dibudidayakan sebagai tanaman hias di halaman rumah atau kantor bagian depan dengan menggunakan biji.

Sirih

Nama Lokal: Seureuh

Nama Latin: *Piper batle*

Famili: Piperaceae

Deskripsi

Perdu, merambat, batang berkayu, berbuku-buku, bersalur, berwarna hijau keabu-abuan. Daun tunggal, bulat panjang, berwarna kuning kehijauan sampai hijau tua, yang sudah bisa dipetik biasanya sudah selebar 10 cm, panjang 15 cm. Buah buni, bulat, berwarna hijau keabu-abuan.

Distribusi

Tanaman ini dapat tumbuh di daerah yang lembab pada ketinggian 60-300 mdpl.

Khasiat

Berkhasiat untuk mengurangi iritasi pada mata.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 helai daun sirih diletakan diatas piring kecil yang berisi air bening sebanyak ¼ gelas (ukuran belimbing) diamkan kira-kira 1 menit, setelah itu air gtersebut digunakan untuk mencuci mata, agar terasa segar dan bening 7 helai daun wungu direbus dengan 3 gelas air lalu direbus hingga air bersisa 3 gelas, setelah itu diminum (untuk 1 kali pemakaian), diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Perbanyakan dan pembudidayaan tanaman dengan dengan menyetek perdu rambat

Daun wungu

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Handeuleum	*Graptophyllum pictum*	Acanthaceae

Deskripsi

Perdu yang tumbuh lurus yang memiliki tinggi mencapai 8 meter.

Distribusi

Di daerah jawa dapat tumbuh dari dataran rendah hingga ketinggian 1250 mdpl dan berasal dari Irian jaya.

Khasiat

Handeuleum berguna untuk mencegah dan menyembuhkan kanker prostat.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 helai daun wungu direbus dengan 3 gelas air lalu direbus hingga air bersisa 3 gelas, setelah itu diminum (untuk 1 kali pemakaian), diminum 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Tanaman ini di kembangbiakan dengan stek.

Daun Jarak

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Jarak	*Jatropha curcas*	Euphorbiaceae

Deskripsi

Perdu yang agak besar , bercabang tidak teratur. Minyaknya jika diperas dapat dimanfatkan sebagai bahan bakar.

Distribusi

Tersebar di daearah tropis, sering di tanam di sepanjang jalan dan berasal dari Amerika. Dapat tumbuh di dataran rendah sampai 300 m dpl.

Khasiat

Biasa digunakan untuk mengobati sakit gigi.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil batang jarak dengan ukuran kira-kira 10 cm, setelah getah keluar maka diteteskan ke bagian gigi yang sakit (berlubang), dengan menggunakan kapas atau kain putih steril. Gunakan 3 kali dalam sehari. Sampai gigi tidak tersa sakit lagi.

Pembudidayaan

Tanaman ini di kembangbiakan dengan biji.

Kaliki

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Kaliki	*Recinus Communis*	Euphorbiaceae

Deskripsi

Tanaman perdu yang memiliki ketinggian maksimal 5 meter.

Distribusi

Berasal dari Afrika, akan tetapi di daerah subtropics dan panas tanaman ini dapat tumbuh dan terdapat di seluruh Indonesia.

Khasiat

Biasa digunakan untuk mengobati sakit telinga.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil kira-kira 20 cm batang jarak, lalu masukan sebentar kira-kita 25 detik ke dalam abu panas, setelah itu tiupkan udara ke telinga secara perlahan-lahan sampai telinga terasa hangat dan nyaman. Lakukan pada saat telinga terasa sakit. Sebaiknya dilakukan 3 kali sehari selama masa penyembuhan.

Pembudidayaan

Dapat tumbuh secara cepat dan memperbanyak diri melalui biji.

Mahoni

Nama Lokal: Mahoni

Nama Latin: *Swetenia mahagoni*

Famili: Meliaceae

Deskripsi

Pohon berukuran sedang sampai besar, tinggi mencapai 40 m, bergaris tengah hingga mencapai 150 cm, terdapat akar banir yang lebar dan berbentuk seperti papan yang tingginya mencapai 5 m.

Distribusi

Mahoni ditemukan tumbuh liar di hutan jati, di tempat-tempat yang dekat dengan pantai atau di tanam di tepi jalan sebagai pohon pelindung, tanaman ini berasal dari hindia barat dan dapat tumbuh subur di pasir payau dekat pantai.

Khasiat

Berkhasiat untuk mengobati penyakit malaria dan luka luar.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Ambil 1 buah biji mahoni, lalu minum. Minum 3 kali sehari pada saat malaria menjangkiti badan. Minum dengan teratur sebanyak 7 kali permakaian, bila sampai 7 kali pemakaian tidak kunjung sembuh sebaiknya diganti dengan obat lain. Untuk mengobati luka luar.

Pembudidayaan

Dapat tumbuh secara cepat dan memperbanyak diri melalui biji.

Pulai

Nama Lokal: Lame

Nama Latin: *Alstonia scholaris*

Famili: Apocynaceae

Deskripsi

Pohon berukuran sedang sampai besar, tinggi mencapai 40 m, bergaris tengah hingga mencapai 150 cm, terdapat akar banir yang lebar dan berbentuk seperti papan yang tingginya mencapai 5 m.

Distribusi

Tersebar di seluruh indonesia

Khasiat

Untuk menjaga dan mengembalikan stamina tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

Akar dan kulit pohon digunakan untuk membuat jamu. Caranya akar dan kulit pohon yang telah dikeringkan (kulit pohon 3 lembar ukuran 5x5 cm, akar 3 serabut kecil) direbus dengan 3 gelas air, rebus sampai air bersisa 1 gelas. Diminum 3 kali seminggu.

Pembudidayaan

Dapat diibiakan dengan stek dan cabang, mudah bertunas dan dapat tumbuh dengan cepat.

Mindi

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Mindi	*Melia azedarach*	Meliaceae

Deskripsi

Mindi merupakan pohon cepat tumbuh, tinggi pohon dapat mencapai 45 m. Tajuk menyerupai payung, percabangan melebar, menggugurkan daun.Batang silindris, tegak, tidak berbanir; kulit batang (papagan) abu-abu coklat, beralur membentuk garis-garis dan bersisik.

Distribusi

Pohon mindi memiliki persebaran alami di India dan Burma, banyak ditanam di daerah tropis dan subtropis. Di Indonesia bayak di tanam di daerah Sumatera, Jawa, Nusa tenggara dan Irian Jaya.

Khasiat

Berkhasiat untuk menjaga stamina tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

5 helai daun mindi direbus dengan 3 gelas air, rebus hingga air bersisa 1 gelas. Sebaiknya diminum 3 kali seminggu.

Pembudidayaan

Perkembangbiakan dengan generatif dengan biji, vegetatif dengan stek batang.

Beluntas

Nama Lokal: Baluntas

Nama Latin: *Pluchea indica*

Famili: Asteraceae

Deskripsi

Semak bercabang-cabang, ramping, tegak, dahan coklat tua, ke arah ujung hijau. Daun berseling, tunggal, membundar telur sampai membundar telur sungsang, bila diremas berbau harum. Perbungaan malai terminal atau aksiler. Bunga menabung, bunga marginal betina, bunga tengah biseksual tetapi berfungsi sebagai bunga jantan, warna ungu muda atau putih. Buah longkah menyilinder, coklat.

Distribusi

Banyak dijumpai sebagai tanaman pagar yang dapat tumbuh baik sampai ketinggian 800 m dpl.

Khasiat

Bermanfaat untuk mengatasi masalah bau badan.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 helai daun beluntas dimakan sebagai lalapan pada saat makan. Sebaiaknya dimakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Perbanyakan dengan stek batang yang cukup tuas.

Poh-pohan

Nama Lokal:	Nama Latin:	Famili:
Poh-pohan	*Pilea trinervia*	Urticaceae

Deskripsi

Tumbuhan ini merupakan terna yang tumbuh tegak, tinggi 2 m, daunnya sangat lunak dan berbau harum, biasa dimakan sebagai lalapan.

Distribusi

Kebanyakan tumbuh secara liar. Budidaya dan perbanyakannya dilakukan dengan menanam herba tanaman tersebut.

Khasiat

Berkhasiat menambah awet muda.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 helai daun poh-pohan yang masih segar dimakan 3 kali sehari, dapat dimakan langsung maupun sebagai lalapan.

Pembudidayaan

Kebanyakan tumbuh secara liar. Budidaya dan perbanyakannya dilakukan dengan menanam herba tanaman tersebut.

Pepaya Bunga

Nama Lokal: Gedang Karayunan

Nama Latin: *Carica papaya*

Famili: Caricaceae

Deskripsi

Semak bercabang-cabang, ramping, tegak, dahan coklat tua, ke arah ujung hijau. Daun berseling, tunggal, membundar telur sampai membundar telur sungsang, bila diremas berbau harum. Perbungaan malai terminal atau aksiler.

Distribusi

Terna bagaikan pohon, dibudidayakan dimana-mana, tingginya 8-10 m, didatangkan dari Amerika.

Khasiat

Berkhasiat menjaga stamina tubuh.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

3 serabut akar papaya direbus dengan 3 gelas air, rebus hingga air bersisa menjadi 1 gelas lalu minum (untuk satu kali pemakaian). Sebaiknya digunakan 3 kali sehari.

Pembudidayaan

Pepaya adalah sejenis tumbuhan yang berumah dua. Pada pohon jantan kadang-kadang ditemukan bunga yang mempunyai bakal buah yang sedikit banyak berkembang biak, yang setelah terjadi pembuahan itu dapat tumbuh menjadi buah berbiji yang dapat berkecambah.

Pungpurutan

Nama Lokal: Pungpurutan

Nama Latin: *Urena lobata*

Famili:

Deskripsi

Perdu, tinggi 1-2 meter, batang berkayu, berbulu lebat, berwarna ungu. Daun tunggal, bulat telur, berbulu warna hijau sampai ungu. Bunga tunggal, di ketiak daun, warna merah. Buah kotak, tertutup rambut seperti sikat warna cokelat, biji, segitiga putih.

Distribusi

Tumbuh pada tanah sedikit cahaya matahari, tidak lembab pada dataran rendah hingga 1750 m dpl

Khasiat

Berkhasiat mengatasi masalah keputihan pada wanita dan sakit bisul.

Cara Penggunaan dan Aturan Pakai

7 helai daun pungpurutan diseduh dengan 1 gelas air hangat. Biarkan daun mengembang dan meresap setelah itu minum.

Pembudidayaan

Biasa dibiarkan tumbuh secara liar.