

STUDI TANAMAN KHAS SUMATERA UTARA YANG BERKHASIAT OBAT

*Puji Lestari

*Akademi Farmasi Yayasan Tenaga Pembangunan Arjuna, Pintubosi, Laguboti, Toba Samosir, Sumatera Utara, Indonesia, 22381

*Email : nerdy190690@gmail.com

Abstrak

Indonesia dikenal secara luas sebagai *mega center* keanekaragaman hayati (*biodiversity*) terbesar ke dua setelah Brazil di dunia, yang terdiri dari tumbuhan tropis dan biota laut. Indonesia juga Negara agraris yang memiliki areal pertanian dan perkebunan yang luas serta pekarangan yang dapat ditanami tumbuhan obat. Penggunaan tumbuhan sebagai obat tradisional juga semakin banyak diminati oleh masyarakat karena telah terbukti bahwa obat yang berasal dari tumbuhan lebih menyehatkan dan tanpa menimbulkan adanya efek samping jika dibandingkan dengan obat-obatan yang berasal dari bahan kimia. Tumbuhan obat yang ditemukan di hutan banyak digunakan oleh masyarakat sekitar hutan sebagai pengobatan alternatif sehari-hari. Pengetahuan masyarakat tentang tumbuhan obat sudah berkembang, sehingga masyarakat sudah membudidayakan beberapa tumbuhan obat di kebun dan pekarangan rumah mereka.

Pendahuluan

Indonesia dikenal secara luas sebagai *mega center* keanekaragaman hayati (*biodiversity*) terbesar ke dua setelah Brazil di dunia, yang terdiri dari tumbuhan tropis dan biota laut. Di wilayah Indonesia terdapat sekitar 30.000 jenis tumbuhan dan 7.000 di antaranya ditengarai memiliki khasiat sebagai obat. Kekayaan keanekaragaman hayati ini perlu diteliti, dikembangkan dan dimanfaatkan untuk peningkatan kesehatan maupun tujuan ekonomi, dengan tetap menjaga kelestariannya. Indonesia merupakan salah satu negara yang termasuk dalam Megadiversitas, yaitu merupakan Negara yang memiliki keanekaragaman yang tinggi. Indonesia merupakan pusat keragaman hayati dan menduduki urutan terkaya kedua di dunia setelah Brazilia. Diperkirakan sekitar 25% aneka jenis di dunia ini berada di Indonesia, yang dari setiap jenis tersebut memuat ribuan plasma nutfah dalam kombinasi yang unik sehingga terdapat aneka gen dalam individu¹.

Indonesia juga Negara agraris yang memiliki areal pertanian dan perkebunan yang luas serta pekarangan yang dapat ditanami tumbuhan obat. Hutan Indonesia yang begitu luas banyak menyimpan kekayaan alam yang demikian besar, diantaranya berpeluang sebagai sumber obat tradisional. Hingga saat ini di Indonesia terdapat 1.036 industri obat

tradisional yang memiliki izin usaha industri, terdiri dari 129 Industri Obat Tradisional (IOT) dan 907 Industri Kecil Obat Tradisional (IKOT). Banyaknya lembaga penelitian obat-obatan bahan alam merupakan kekuatan yang dapat dimanfaatkan untuk pengembangan obat tradisional².

Indonesia adalah suatu negara yang kaya akan sumber daya alam yang melimpah. Seperti yang telah di ketahui, Indonesia merupakan salah satu negara yang memiliki hutan terbesar di dunia yang memiliki berbagai macam flora dan fauna. Di Indonesia juga banyak terdapat berbagai jenis tumbuhan yang dapat dijadikan obat-obatan, rempah-rempah, dan lain sebagainya. Indonesia merupakan negara kepulauan yang sangat luas, mempunyai kurang lebih 13700 pulau yang besar dan kecil dengan keanekaragaman jenis flora dan fauna yang sangat tinggi. Di Indonesia diperkirakan terdapat 100 sampai dengan 150 famili tumbuh-tumbuhan, dan dari jumlah tersebut sebagian besar mempunyai potensi untuk dimanfaatkan sebagai tanaman industri, tanaman buah-buahan, tanaman rempah-rempah dan tanaman obat-obatan³.

Penggunaan tumbuhan sebagai obat tradisional juga semakin banyak diminati oleh masyarakat karena telah terbukti bahwa obat yang berasal dari tumbuhan lebih

menyehatkan dan tanpa menimbulkan adanya efek samping jika dibandingkan dengan obat-obatan yang berasal dari bahan kimia. Namun, yang menjadi permasalahan bagi peminat obat tradisional adalah kurangnya pengetahuan dan informasi memadai mengenai berbagai jenis tumbuhan-tumbuhan yang biasa digunakan sebagai ramuan obat-obatan tradisional dan bagaimana pemanfaatannya. Berdasarkan hasil penelitian (Riwanda, 2012) diperoleh 38 jenis tumbuhan obat yang terbagi atas 23 ordo dan 24 famili. Tumbuhan obat yang ditemukan di hutan banyak digunakan oleh masyarakat sekitar hutan sebagai pengobatan alternatif sehari-hari. Pengetahuan masyarakat tentang tumbuhan obat sudah berkembang, sehingga masyarakat sudah membudidayakan beberapa tumbuhan obat di kebun dan pekarangan rumah mereka³.

Tumbuhan Obat

Tumbuhan obat merupakan sebagian tumbuhan atau bagian yang digunakan sebagai bahan obat tradisional atau jamu baik secara tunggal maupun campuran yang dianggap dan dipercaya dapat menyembuhkan suatu penyakit atau dapat memberikan pengaruh terhadap kesehatan. Tumbuhan obat adalah jenis tumbuhan yang sebagian, seluruh tumbuhan dan tumbuhan tersebut digunakan sebagai obat, bahan atau ramuan obat-obatan. Sedangkan Menurut Departemen Kesehatan RI, definisi tumbuhan obat Indonesia sebagaimana tercantum dalam SK MenKes Nomor 149 / SK / MenKes / IV / 1978 adalah sebagai berikut.

- a. Tumbuhan atau bagian tumbuhan yang digunakan sebagai bahan obat tradisional atau jamu.
- b. Tumbuhan atau bagian tumbuhan yang digunakan sebagai bahan pemula bahan baku obat (prokursor).
- c. Tumbuhan atau bagian tumbuhan yang diekstraksi dan ekstrak tumbuhan tersebut digunakan sebagai obat⁴.

Tumbuhan berkhasiat obat dikelompokkan sebagai berikut:

- a. Tumbuhan obat tradisional, merupakan jenis yang diketahui atau dipercaya

masyarakat memiliki khasiat obat dan telah digunakan sebagai bahan baku obat tradisional.

- b. Tumbuhan obat modern, merupakan jenis tumbuhan yang secara ilmiah telah dibuktikan mengandung senyawa atau bahan bioaktif berkhasiat obat, dan penggunaannya dapat dipertanggungjawabkan secara medis.
- c. Tumbuhan obat potensial, merupakan jenis tumbuhan yang diduga mengandung atau memiliki senyawa atau bahan bioaktif obat, tetapi belum dibuktikan penggunaannya secara ilmiah-medis sebagai bahan obat dan penggunaannya secara tradisional belum diketahui⁴.

Tumbuhan obat merupakan spesies tumbuhan yang sebagian atau seluruh bagian tubuhnya dapat digunakan sebagai ramuan obat-obatan. Tumbuhan obat dapat terdiri dari berbagai jenis yaitu.

- a. Pohon adalah tumbuhan berkayu yang tinggi besar, memiliki suatu batang yang jelas dan bercabang jauh dari permukaan.
- b. Perdu adalah tumbuhan berkayu yang tidak seberapa besar dan bercabang dekat dengan permukaan, biasanya kurang dari 5--6 meter.
- c. Herba adalah tumbuhan tidak berkayu dengan batang lunak dan berair.
- d. Liana adalah tumbuhan berkayu dengan batang menjulur/memanjat pada tumbuhan lain.
- e. Semak adalah tumbuhan tidak seberapa besar, batang berkayu, bercabangcabang dekat permukaan tanah atau di dalam tanah.

Flora Indonesia sangat kaya dengan berbagai jenis dan keragamannya, sebagai gambaran kekayaan dan keragaman flora Indonesia diperkirakan bahwa jumlah jenis tanaman berbunga antara 25.000-30.000 jenis (Sikumbang, 2008). Heyne (1987), menyatakan bahwa Indonesia memiliki tidak kurang dari 1000 jenis tumbuhan obat yang tergabung dalam \pm 150 jenis famili. Tumbuhan obat yang ditemukan di Cagar Alam Sibolangit, Sumatera Utara adalah 62 jenis yang tergolong spermatophyta, 5 jenis dari pteridophyta, yang termasuk dalam 35

famili. Obat tradisional Indonesia yang dikenal sebagai Jamu, telah digunakan secara luas oleh masyarakat Indonesia untuk menjaga kesehatan dan mengatasi berbagai penyakit sejak berabad-abad yang lalu jauh sebelum era Majapahit. Ke depan pengembangan dan pemanfaatan obat bahan alam/obat herbal Indonesia ini perlu mendapatkan substansi ilmiah yang lebih kuat, terutama melalui penelitian dan standarisasi sehingga obat herbal Indonesia dapat diintegrasikan dalam sistem pelayanan kesehatan nasional⁵.

Dewasa ini penggunaan obat tradisional/obat herbal di negara yang sedang berkembang maupun negara maju cenderung terus meningkat. Tendensi ini mempunyai dua dimensi penting yaitu: dimensi medik terkait dengan penggunaannya yang luas diseluruh dunia dan dimensi ekonomi terkait dengan terciptanya nilai tambah ekonomi yang bermanfaat bagi umat manusia. Dalam konteks ini WHO menggarisbawahi mengenai pentingnya kerangka kerja untuk aksi bersama antara WHO dan Negara anggota dengan tujuan untuk meningkatkan peran signifikan

obat herbal dalam sistem pelayanan kesehatan. Obat herbal Indonesia, yang dikenal sebagai Jamu, sejak berabad-abad telah digunakan secara luas oleh bangsa Indonesia untuk memelihara kesehatan dan mengobati penyakit. Di masa depan, pengembangan dan penggunaan obat herbal Indonesia mesti didasarkan bukti-bukti ilmiah yang kuat, terutama melalui R&D dan standarisasi, sehingga dapat diintegrasikan dalam sistem pelayanan kesehatan nasional⁵.

Sejumlah 38 jenis tumbuhan obat yang terbagi atas 23 ordo dan 24 famili. Tumbuhan obat yang ditemukan ini banyak digunakan oleh masyarakat sekitar hutan sebagai pengobatan alternatif sehari-hari. Pengetahuan masyarakat tentang tumbuhan obat sudah berkembang, sehingga masyarakat sudah membudidayakan beberapa tumbuhan obat di kebun dan pekarangan rumah mereka. Oleh karena itu, mereka dengan mudah dapat memanfaatkan tumbuhan obat untuk mengobati beberapa jenis penyakit dan dapat menunjang pembangunan kesehatan masyarakat Sumatera Utara⁶.

No	Nama Lokal	Nama Latin	Ordo	Famili	Fungsi
1	Andaliman	<i>Zanthoxylum acanthopodium</i> DC	Sapindales	Rutaceae	Obat epilepsy
2	Arbei	<i>Rubus reflexus</i> Ker	Rosales	Rosaceae	Obat mata
3	Belo-belo	<i>Piper decumanum</i> L.	Piperales	Piperaceae	Luka, Bengkak
4	Besi-besi	<i>Justicia gandarusa</i> Burm.F	Lamiales	Acanthaceae	Untuk penyembuhan
5	Bidara	<i>Artemisia vulgaris</i> Linn	Asterales	Asteraceae	Obat ambeyen
6	Bunga Kiung				Obat gatal-gatal
7	Bunga Kacar	<i>Impatiens balsamina</i> Linn.	Ericales	Balsaminaceae	Sebagai penyegar
8	Bunga Sapa				Obat bisul
9	Cekala	<i>Nicolaia speciosa</i> Horan	Zingiberales	Zingiberaceae	Obat batuk
10	Cingkam	<i>Bischofia javanica</i> BI	Euphorbiales	Euphorbiaceae	Obat maag
11	Gagatan Harimau	<i>Vitis gracilis</i> BL	Vitales	Vitaceae	Obat sakit perut
12	Kambing-kambing				Obat sakit perut
13	Kayu Manis	<i>Cinnamomum burmannii</i>	Laurales	Lauraceae	Obat mencret
14	Kelsi	<i>Bidens sinensis</i>	Asterales	Asteraceae	Obat gatal-gatal
15	Kembang Sepatu	<i>Hibiscus rosasinensis</i> Linn	Malvales	Malvaceae	Obat demam
16	Kemenyan	<i>Styrax sumaterana</i>	Ebenales	Styracaceae	Obat gatal-gatal
17	Ketang/Rotan	<i>Calamus dipehorstii</i> Miq	Arecales	Arecaceae	Obat sakit perut
18	Kulit Labang	<i>Castanopsis costata</i> BL	Fagales	Fagaceae	Obat amandel
19	Kumis Kucing	<i>Orthosiphon stamineus</i> Benth	Lamiales	Lamiaceae	Obat angin dukuk
20	Lancing	<i>Solanum verbacifolium</i>	Solanales	solanaceae	Obat terkilir
21	Lenga-lenga	<i>Eupatorium odoratum</i> L.	Asterales	Asteraceae	Masuk angin, pegal-pegal
22	Meniran	<i>Phyllanthus niruri</i> L.	Uphorbiales	Uphorbiaceae	Antibiotik
23	Pecah Pinggan	<i>Centipeda minima</i> P.	Asterales	Asteraceae	Menyegarkan tubuh

24	Pegaga	<i>Centella asiatica</i> Urban	Apiales	Mackinlayaceae	Menurunkan gula darah
25	Pia-pia	<i>Allium cepa</i> Linn	Liliales	Liliaceae	Menurunkan tensi
26	Pinus	<i>Pinus merkusii</i>	Pinales	Pinaceae	Obat sakit gula
27	Sabi Kabang	<i>Thitonia</i> sp.	Asterales	Asteraceae	Mengeringkan luka sayatan
28	Salagundi	<i>Vitex trifolia</i> L.	Lamiales	Lamiaceae	Obat mata
29	Sayat-sayat	<i>Leersia hexandra</i> Swartz	Poales	Poaceae	Obat sakit gigi
30	Senduduk	<i>Melastoma candidum</i> D.Don	Myrtales	Melastomataceae	Obat amandel
31	Sibagori	<i>Sida rhombifolia</i> L.	Malvales	Malvaceae	Obat sakit gigi
32	Sigaramata	<i>Clerodendron</i> sp.	Lamiales	Verbenaceae	Obat sariawan, Panas dalam
33	Singkut	<i>Curculigo</i> sp.p	Liliales	Amaryllidaceae	Obat mata
34	Surat-surat Dibata	<i>Macodes petola</i> Bl.	Orchidales	Orchidaceae	Obat keracunan
35	Surindan	<i>Scrrulla ferruginea</i> Zack	Santalales	Loranthaceae	Obat kanker
36	Tenggiang	<i>Polystichum setiferum</i>	Polypodiales	Dryopteridaceae	Obat Luka
37	Terbangun Gara	<i>Coleus scutellarioides</i> L.	Solonales	Lamiaceae	Sakit mata dan masuk angin
38	Terbangun Ratah	<i>Coleus amboinicus</i> Lour.	Lamiales	Lamiaceae	Obat panas dalam

Pemanfaatan Tumbuhan Obat

Organ tumbuhan yang dimanfaatkan sebagai obat yaitu organ tumbuhan tersebut yang digunakan sebagai bahan aktif obat. Penilaian keunggulan terkait dengan ketersediaan organ tersebut secara terus menerus dan pengaruh organ tersebut terhadap kelangsungan hidup jenis tumbuhan yang dimanfaatkan sebagai tumbuhan obat. Organ yang dimaksud adalah buah, bunga, daun, ranting atau dahan, kulit batang, batang, dan akar. Jika suatu tumbuhan obat yang berfungsi sebagai bahan aktif obat adalah akar, maka nilai keunggulan tumbuhan obat tersebut rendah karena penggunaan akar akan mempengaruhi kelangsungan hidup suatu jenis tumbuhan obat tersebut. Namun demikian jika suatu tumbuhan obat mudah dibudidayakan, maka penggunaan akar tidak mempengaruhi penyediaan bahan baku sehingga pemanfaatannya berkelanjutan. Karena itu bobot kriteria tersebut hanya berada satu tingkat dari kriteria yang memiliki bobot terendah⁷.

Hutan tropika Indonesia mengandung sekitar 30.000 jenis tumbuhan berbunga dan diperkirakan sekitar 3.689 jenis di antaranya merupakan tumbuhan obat. Dari sejumlah tumbuhan obat tersebut menurut Ditjen POM, baru sebanyak 283 jenis tumbuhan obat yang sudah digunakan dalam industri obat tradisional. Pemanfaatan obat-obatan tradisional sejak dekade 1970-an mulai

digantikan oleh obat-obatan modern hasil pabrikasi. Sampai saat ini untuk keperluan pengobatan/kesehatan, masyarakat cenderung menggunakan dan bergantung pada obat-obat kimia. Jika tidak dilakukan upaya pendokumentasian pengetahuan dan kearifan masyarakat tradisional tersebut dikhawatirkan akan semakin banyak plasma nutfah Indonesia yang punah karena ketidaktahuan kita akan manfaat dan perannya terhadap kehidupan manusia. Pendekatan awal yang dapat digunakan guna mengantisipasi hal tersebut adalah dengan menginventarisir semua jenis yang masih dan pernah dimanfaatkan oleh masyarakat tradisional untuk kepentingan pengobatan⁸.

Pengertian tanaman tradisional pada umumnya juga disebut apotek hidup, yaitu keluarga memanfaatkan sebagian tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan untuk keperluan sehari-hari. Umum diketahui, bahwa banyak obat-obatan tradisional yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Tanaman obat tradisional umumnya lebih aman karena bersifat alami dan memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan obat-obat buatan pabrik. Itulah sebabnya sebagian orang lebih senang mengonsumsi obat-obat tradisional. Selain itu tanaman obat tradisional umumnya lebih kuat menghadapi berbagai penyakit tanaman karena memiliki kandungan zat alami untuk mengatasinya. Tanaman obat tradisional yang lebih populer

disebut jamu merupakan kebutuhan pokok dalam memenuhi tuntutan kesehatan di samping obat-obat farmasi. Kenyataan bahwa sebagian besar masyarakat di Indonesia terutama yang ada di desa-desa menggunakan jamu sebagai penyembuhan dan perawatan kesehatannya bukan suatu hal yang asing lagi. Hal disebabkan karena jamu merupakan warisan nenek moyang yang sejak dahulu kala telah menggunakan jamu untuk perawatan dan pengobatan⁹.

Pengobatan dengan tanaman tradisional merupakan bagian dari sistem budaya masyarakat yang potensi manfaatnya sangat besar dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Pengobatan tradisional merupakan manifestasi dari partisipasi aktif masyarakat dalam menyelesaikan problematika kesehatan dan telah diakui peranannya oleh berbagai bangsa dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Pengertian tersebut sangat tepat sekali dengan apa yang peneliti jumpai di masyarakat. Penggunaan obat tradisional sudah membudaya di masyarakat. Sebagian besar masyarakat cukup menguasai cara meraciknya. Manfaat penggunaan obat tersebut sangat besar, dengan keadaan ekonomi masyarakat, adanya penggunaan obat tradisional ini akan menghemat biaya kehidupan. Berdasarkan pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa pengertian tanaman obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan alam yang berasal dari tumbuhan yang secara turun-temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman. Tanaman obat tradisional seringkali juga disebut dengan istilah "Toga". Tanaman obat keluarga merupakan tanaman pada sebidang tanah baik di halaman rumah, kebun ataupun ladang yang digunakan untuk membudidayakan tanaman tradisional yang berkhasiat sebagai obat dalam rangka memenuhi keperluan keluarga akan obat-obatan¹⁰.

Beberapa Tanaman Obat Tradisional dan Kegunaannya

Mengenai macam-macam tanaman obat tradisional berasal dari sumber bahan alam

khususnya tanaman telah memperlihatkan khasiatnya. Tumbuhan yang merupakan bahan baku obat tradisional tersebut tersebar hampir di seluruh wilayah Indonesia. Penggunaan bahan alam sebagai obat tradisional cenderung mengalami peningkatan dengan adanya istilah "*back to nature*" yaitu pengobatan yang kembali pada alam yang alamiah. Jenis tanaman obat yang sering dibudidayakan oleh masyarakat adalah tanaman obat yang penanaman dan pemeliharaan mudah dilakukan dan tidak membutuhkan tempat-tempat penanaman yang khusus atau cara menanamnya sangat mudah dan efisien tempat. Tanaman obat tersebut juga mudah diramu sebagai obat tradisional. Tanaman yang sering dibudidayakan oleh masyarakat adalah jenis tanaman yang sering digunakan atau dimanfaatkan. Karena masyarakat sudah mengenai tanaman tersebut, baik dalam pemanfaatan sebagai obat, dan meramupun mudah dilakukan sehingga tanaman tersebut sering dibudidayakan oleh masyarakat. Di sekitar tempat tinggal penduduk banyak tumbuh dengan tanaman yang bermanfaat bagi kesehatan manusia, untuk itu masyarakat dapat mengusahakan sendiri untuk menanam tanaman tersebut di pekarangan. Misalnya seperti jenis sayur-sayuran, tanaman obat-obatan dan tanaman buah-buahan yang secara langsung bermanfaat bagi kehidupan masyarakat itu sendiri. Berikut ini macam-macam tanaman obat tradisional yang dapat digunakan jika anak sakit, yaitu:

a. Kunyit

Di daerah Jawa, kunyit banyak digunakan sebagai ramuan jamu karena berkhasiat menyejukkan, membersihkan, mengeringkan, menghilangkan gatal, dan menyembuhkan kesemutan. Manfaat utama tanaman kunyit, yaitu: sebagai bahan obat tradisional, bahan baku industri jamu dan kosmetik, bahan bumbu masak, dan lain-lain. Di samping itu rimpang tanaman kunyit itu juga bermanfaat sebagai anti inflamasi, anti oksidan, anti mikroba, pencegah kanker, anti tumor, dan menurunkan kadar lemak darah dan kolesterol, serta sebagai pembersih darah. Kunyit mengandung minyak atsiri yang

mengandung antibakteri, antioksidan, dan anti peradangan. Berfungsi sebagai penurun panas¹¹.

b. Daun Kembang Sepatu

Daun kembang sepatu mengandung flavonoida, saponin, dan polifenol. Cara membuat: cuci bersih daunnya, keringkan, kemudian panaskan sebentar di atas api agar layu. Remas-remas hingga layu, beri minyak kelapa, tempelkan pada perut dan kepala. Berfungsi sebagai kompres pada anak yang sedang mengalami demam¹¹.

c. Bawang Merah

Mengandung kandungan minyak *atsiri*, *sikloaliin*, *metilaliin*, *kaemferol*, *kuersetin*, dan *floroglusin*. Kegunaan: mengobati demam pada anak, perut kembung, masuk angin, kerokan, disentri, hipertensi, kutu air, bisul/luka, payudara bengkak/mastitis, melancarkan air seni pada anak disertai demam. Untuk menurunkan demam, parut bawang merah secukupnya, balurkan di tubuh bayi/ anak. Cara lain untuk masuk angin anak : ambil beberapa bawang merah, dicuci, parut kasar dan tambahkan dengan minyak kelapa atau minyak telon secukupnya, lalu tempelkan ke ubun-ubun, dan balur ke seluruh tubuh. Selain menurunkan panas, bawang merah juga bisa mengobati perut kembung. Caranya, balurkan bawang yang sudah diparut pada bagian pusar. Bisa juga menggunakan daun jarak yang sudah dihangatkan. Olesi dengan minyak kelapa, pilin-pilin, lalu tempelkan pada pusar si kecil¹¹.

d. Lidah Buaya

Berfungsi mendinginkan kulit, bisa digunakan untuk mengobati luka bakar pada bayi dan anak. Caranya, oleskan daging daun lidah buaya pada seluruh permukaan kulit yang terkena luka bakar¹¹.

e. Mengkudu (Pace)

Buah mengkudu (*Marinda citrifolia*, Linn) adalah termasuk jenis tanaman dari keluarga *Rubiaceae*. Menurut beberapa sumber mengkudu merupakan salah satu jenis buah-buahan yang berasal dari Asia tenggara. tanaman mengkudu mampu tumbuh didataran rendah hingga ketinggian mencapai 1500 m dari permukaan laut, batang pohon mengkudu dapat mencapai 3-8 meter, memiliki bunga

berbongol dan berwarna putih, buah mengkudu merupakan buah majemuk yang masih muda berwarna hijau mengkilap serta memiliki bintik-bintik atau totol-totol, dan saat sudah tua berwarna putih dan berbintik bintik hitam. Secara umum buah mengkudu biasanya dimanfaatkan oleh sebagian masyarakat untuk sayur, rujak dan juga jus, karena selain memiki rasa yang nikmat juga mempunyai khasiat yang bagus untuk kesehatan dan Khasiat buah mengkudu sudah diyakini sejak dahulu. Buah mengkudu merupakan jenis buah bergizi lengkap, zat nutrisi yang terdapat didalam buah mengkudu sangat dibutuhkan oleh tubuh, seperti vitamin, mineral, dan protein penting tersedia didalamnya. Selain buah, daun mengkudu juga bisa meringankan perut kembung pada bayi. Caranya, panaskan daun mengkudu di atas api beberapa saat, lalu oleskan minyak kelapa. Tempelkan pada perut anak saat masih hangat, lalu ulang beberapa kali. Untuk obat batuk Ambil 1 buah mengkudu dan 1/2 genggam daun poo (bujanggut), cuci sampai bersih kedua bahan ramuan tersebut, kemudian rebus dengan 2 gelas air sampai mendidih, dan airnya berkurang menjadi 1 gelas. Saring ambil airnya, kemudian minum air ramuan tersebut dua kali sehari, pagi dan sore. Sedangkan untuk Obat demam Siapkan 1 buah rimpang kencur dan 1 buah mengkudu, Cuci sampai bersih, kemudian rebus dengan 2 gelas air bersih sampai airnya berkurang menjadi 1 gelas, biarkan sampai dingin, baru kemudian saring ambil airnya, minum air ramuan tersebut 2 kali sehari pagi dan sore¹¹.

f. Kumis Kucing

Merupakan tanaman obat berupa tumbuhan berbatang basah yang tegak. Kumis kucing atau yang biasa di kenal dalam bahasa latinya dengan nama *Orthosiphon aristatus*, tumbuhan ini biasanya digunakan oleh ibu rumah tangga sebagai tanaman hias. Tanaman ini termasuk kedalam jenis *family Labiata* atau *Lamiaceae*. Selain sebagai tanaman hias Kumis kucing juga sudah di kenal oleh masyarakat sebagai tanaman obat herbal yang sangat mujarab untuk mengobati berbagai macam penyakit. Daun kumis kucing diketahui mengandung *glikosida*

orthosiphonin yang berkhasiat untuk melarutkan asam urat, fosfat dan oksalat dari tubuh, terutama di kandung kemih, empedu dan ginjal dan memperlancar pengeluaran air kemih (diuretik). Kumis kucing bermanfaat untuk mengatasi kondisi seperti rematik, batuk, masuk angin, sembelit, sakit pinggang, infeksi dan radang ginjal, batu ginjal, kencing manis. Daun kumis kucing basah maupun kering bermanfaat digunakan sebagai bahan obat-obatan yang memperlancar pengeluaran air kemih sebagai upaya penyembuhan batuk encok, masuk angin dan sembelit. . Sebagai herbal masuk angin cara pembuatannya sebagai berikut: ambil satu sendok daun dari kumis kucing lalu rebuslah dengan menggunakan 1 gelas air, diamkan hingga ar rebusan tinggal setengah gelas saja, kemudian minum air rebusan kumis kucing hangat-hangat¹¹.

g. Banglai (Bangle)

Bangle mempunyai nama *Latin Zingiber cassumunar Roxb.* Oleh masyarakat Indonesia biasa dipakai sebagai penangkal energi jahat untuk ibu hamil dan bayi yang baru lahir. Umbi yang wangi ini juga mampu melangsingkan tubuh, meredakan demam, migrain, sakit kuning, cacingan, bahkan nyeri sendi Bangle tumbuh di Asia Selatan, dari India hingga Indonesia. Bangle mengandung asam organik yang berkhasiat diantaranya : mengurangi lemak tubuh. Selain itu, air rebusan bangle bersifat hangat dan melapisi dinding usus. Efek rimpang ini adalah penurun panas, peluruh kentut, peluruh dahak, pembersih darah, pencahar, dan obat cacing. Khasiat rimpang bangle bisa, untuk obat asma dan rematik. Khasiat lainnya, daunnya berguna untuk perangsang nafsu makan. Selain itu untuk obat sakit perut karena berkhasiat membersihkan darah dan sebagai peluruh kentut. Manfaatkan bangle untuk kerokan ketika bayi susah tidur dan rewel. Caranya, parutan rimpang bangle dibalurkan ke punggung bayi sambil diusap-usap dan ditekan Resep bangle juga untuk gangguan sakit saat buang air kecil. Air rendaman bangle juga bisa dimanfaatkan untuk mengobati sakit perut karena sifatnya hangat seperti jahe. Setelah melahirkan borehkan

parutan bangle di perut gunanya untuk mengecilkan perut sehabis melahirkan. Jika anak sering rewel pada malam hari, banglai bisa membantu menenangkannya. Caranya balurkan parutan banglai segal di kening dan badan anak. Dalam pengobatan, bagian tanaman yang digunakan adalah rimpangnya. Bangle digunakan sebagai obat borok, obat kejang pada anak-anak, obat luka memar, obat pelangsing, pemulih penglihatan, obat hepatitis, obat demam, obat gangguan pada perut, penawar racun, obat pusing, obat cacing, dan obat encok¹¹.

h. Kencur

Kencur (*Kaempferia galanga*) populer dikenal dengan kencur bisa digunakan untuk beragam pengobatan, salah satunya untuk mengusir 22

diare yang membandel. merupakan jenis tanaman yang memiliki batang semu yang sangat pendek jenis rimpang kencur mirip dengan kunyit. Khasiat kencur sangat luar biasa, terutama untuk ibu-ibu rumah tangga yang biasanya memanfaatkan kencur sebagai bumbu masakan, bahkan untuk masyarakat sunda memanfaatkan kencur sebagai lalapan mentah. kencur juga berkhasiat untuk menyembuhkan berbagai penyakit antara lain untuk mengobati radang lambung, radang anak telinga, influenza pada bayi, masuk angin, sakit kepala, batuk, diare menghilangkan darah kotor memperlancar haid mata pegal keseleo, menghilangkan lelah. Kencur juga bisa digunakan untuk mengobati memar karena benturan. Caranya, rendam satu sendok makan beras. Tumbuk bersama kencur dan beri sedikit garam. Setelah halus, tempelkan pada bagian yang memar atau benjol¹¹.

i. Temulawak

Tanaman temulawak termasuk dalam keluarga Jahe (*zingiberaceae*), Temulawak ini sebagai tanaman obat asli Indonesia memiliki banyak manfaat dan khasiat, antara lain temulawak digunakan sebagai obat karena memiliki efek antivirus, mencegah pembengkakan hati, meningkatkan produksi cairan empedu dan mencegah terbentuknya batu empedu, mencegah jerawat, menurunkan kandungan kolesterol dalam darah dan hati

serta meningkatkan nafsu makan. Selain itu, temulawak juga bisa meningkatkan produksi air susu ibu, pencernaan dan memperbaiki gangguan menstruasi, mengobati sakit kuning, diare, maag, perut kembung dan pegal-pegal. Selain itu juga bisa dimanfaatkan untuk menurunkan lemak darah, mencegah penggumpalan darah sebagai antioksidan dan memelihara kesehatan dengan meningkatkan daya kekebalan tubuh¹¹.

j. Keji Beling

Keji beling atau orang Jawa menyebutnya dengan nama “*sambang geteh*”, Tumbuhan ini memiliki banyak mineral seperti kalium, kalsium, dan natrium serta unsur mineral lainnya. Kegunaannya sebagai obat disentri, diare (mencret) dan obat batu ginjal serta dapat juga sebagai penurun kolesterol. Daun keji beling juga kerap digunakan untuk mengatasi tubuh yang gatal kena ulat atau semut hitam, caranya dengan cara mengoleskan langsung daun keji beling pada bagian yang gatal tersebut. Untuk mengatasi diare (mencret), disentri, seluruh bagian dari tanaman ini direbus, selama lebih kurang setengah jam, kemudian airnya diminum. Sama juga prosesnya untuk mengobati batu ginjal. Daun keji beling juga dapat mengatasi kencing manis dengan cara dimakan sebagai lalapan secara teratur setiap hari. Daun tanaman ini selain direbus untuk diminum airnya, juga dapat dimakan sebagai lalapan setiap hari dan dilakukan secara teratur untuk mengobai penyakit lever (sakit kuning), ambien (wasir) dan maag dengan cara dimakan secara teratur¹¹.

k. Brotowali

Tanaman Brotowali adalah salah satu jenis tanaman yang bisa digunakan untuk jamu dan obat. Brotowali (*Tinospora crispa*, L.) merupakan tumbuhan obat herbal yang mempunyai beberapa manfaat diantaranya dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit, melancarkan fungsi organ pernafasan, menambah nafsu makan dan menurunkan kadar gula. Tanaman ini terkenal akan rasanya yang pahit. Brotowali memiliki batang yang kecil dan dapat tumbuh hingga hampir 3 meter. Daunnya tunggal dan berbentuk seperti jantung dengan panjang

hingga 12 cm dan lebar yang dapat mencapai 10 cm. Seluruh bagian dari tanaman ini memiliki rasa yang pahit. Tanaman ini mempunyai banyak khasiat, terutama untuk pengobatan. Batang brotowali digunakan untuk pengobatan rematik, memar, demam, merangsang nafsu makan, sakit kuning, cacingan, dan batuk. Air rebusan daun brotowali dimanfaatkan untuk mencuci luka atau penyakit kulit seperti kudis dan gatal-gatal; sedangkan air rebusan daun dan batang untuk penyakit kencing manis¹¹.

l. Daun Sirih

Sirih merupakan tanaman asli Indonesia yang tumbuh merambat atau bersandar pada batang pohon lain. Tanaman merambat ini bisa mencapai tinggi 15 m. Batang sirih berwarna coklat kehijauan, berbentuk bulat, beruas dan merupakan tempat keluarnya akar. Sirih berkhasiat menghilangkan bau badan yang ditimbulkan bakteri dan cendawan. Daun sirih juga bersifat menahan perdarahan, menyembuhkan luka pada kulit, dan gangguan saluran pencernaan. Selain itu juga bersifat mengerutkan, mengeluarkan dahak saat batuk. Caranya untuk obat batuk : Rebus 15 lembar daun sirih dengan tiga gelas air sampai tersisa $\frac{3}{4}$ air. Minum air rebusan tersebut dengan menambahkan satu sendok madu. Daun sirih memiliki banyak manfaat untuk kesehatan, salah satunya dipercaya secara tradisional dapat membantu menghentikan perdarahan saat mimisan. Mengobati pendarahan pada hidung / mimisan : 1 lbr daun sirih agak muda dilumatkan, gulung sambil ditekan sehingga keluar minyaknya, setelah itu sumbatkan pada hidung anak yang mimisen secara bergantian¹¹.

m. Jahe

Manfaat jahe terutama sebagai bahan minuman, bumbu masak dan obat-obatan tradisional. Jahe dibedakan menjadi 3 jenis berdasarkan ukuran, bentuk dan warna rimpangnya. Umumnya dikenal 3 varietas jahe, yaitu : jahe putih/kuning besar atau disebut juga jahe gajah atau jahe badak. Jahe putih/kuning kecil atau disebut juga jahe sunti atau jahe emprit. Ruasnya kecil, agak rata sampai agak sedikit menggebung.

Kandungan minyak atsirinya lebih besar dari pada jahe gajah, Jahe ini cocok untuk ramuan obat-obatan, atau untuk diekstrak oleoresin dan minyak atsirinya. Jahe merah, rimpangnya berwarna merah dan lebih kecil dari pada jahe putih kecil. Sama seperti jahe kecil, jahe merah selalu dipanen setelah tua, dan juga memiliki kandungan minyak atsiri yang sama dengan jahe kecil, sehingga cocok untuk ramuan obat-obatan. Jahe sebagai obat tradisional dapat digunakan untuk (peluruh kentut), anti muntah, pereda kejang, anti pengerasan pembuluh darah, peluruh keringat. Untuk menghilangkan masuk angin, perut kembung dan kolik pada anak. Caranya, 1/4 sendok teh bubuk jahe kering dilarutkan dalam 1/2 cangkir air panas¹¹.

n. Jeruk Nipis

Sebagai herbal alami, jeruk nipis berkhasiat untuk menghilangkan sumbatan vital energi, obat batuk, peluruh dahak (mukolitik), peluruh kencing (diuretik) dan keringat, serta membantu proses pencernaan. Karena kandungan nutrisinya yang amat beragam tersebut, buah jeruk nipis banyak dimanfaatkan sebagai obat herbal untuk mengobati berbagai macam penyakit. Manfaat lainnya dari jeruk nipis adalah untuk mengobati batuk. Caranya sangat mudah, yaitu anda hanya tinggal menyediakan satu setengah sendok kecap dan juga satu buah jeruk nipis, dan sedikit garam. Setelah itu, campurkan perasan jeruk nipis tersebut dengan kecap dan juga garam lalu minum sebanyak satu sendok makan. Untuk mencairkan dahak dan obat batuk anak. Caranya, campur 1 sendok makan air perasan jeruk nipis, 3 sendok makan madu murni, 5 sendok makan air matang, lalu di tim selama 30 menit. Takaran minum bayi antara usia 6-1 tahun : 2 kali 1/2 sendok teh ; anak 1-3 tahun : 2 kali 1 sendok teh; anak 4-5 tahun : 2 kali 1/2 sendok teh. Cara lain, potong 1 buah jeruk nipis, peras airnya, taruh dalam gelas /cangkir. Tambahkan kecap manis, aduk. Takaran minum untuk anak, 3 kali 1 sendok teh per hari. Adapun untuk menyembuhkan demam campuran jeruk nipis, bawang merah, minyak kayu putih, dan minyak kelapa.

Siapkan dua sampai empat siung bawang merah yang telah dihaluskan lalu tambah setengah sendok minyak kayu putih dan juga setengah sendok minyak kelapa dan ditambahkan perasan jeruk nipis. Setelah semua bahan dicampurkan, gunakan ramuan tersebut untuk mengompres anggota keluarga anda yang sedang demam¹¹.

o. Daun Pepaya

Daun pepaya ini diketahui mengandung beberapa senyawa aktif yang memiliki efek yang sangat baik bagi tubuh. Menurut Para peneliti menemukan bahwa daun dengan rasa pahit ini mengandung sejumlah senyawa aktif yang sangat baik bagi tubuh. Berkhasiat meningkatkan nafsu makan atau sebagai penambah nafsu makan. Caranya ambil daun pepaya segar muda yang ukurannya sebesar telapak tangan. Kemudian tambahkan sedikit garam dan air hangat sebanyak 200 cc. Haluskan dengan cara diblender. Kemudian saring airnya dan tambahkan madu sebanyak 2 sendok agar lebih nikmat. Minum ramuan ini setiap harinya sampai nafsu makan normal. Manfaat daun pepaya lainnya adalah sebagai pelancar ASI. Caranya sederhana, cukup ambil daun 28

pepaya muda sebanyak 3 helai. Remas daunnya kemudian letakkan di atas api hingga daun tersebut menjadi layu. Dalam keadaan masih hangat, tempelkan daun pepaya yang telah diremas dan dipanaskan tersebut di srea payudara Anda kecuali puting. Resep ini merupakan warisan nenek moyang kita yang dikenal sangat baik memperbaiki kualitas ASI. Bagi penderita demam berdarah, atau yang sedang mengalami gejala demam berdarah sangat disarankan untuk mengonsumsi daun pepaya. Karena daun pepaya memiliki kandungan yang bisa mengobati atau menetralkan gejala demam berdarah yang disebabkan oleh nyamuk. Caranya, campur lima lembar daun pepaya, temulawak, meniran secukupnya, dan gula merah. Rebus hingga masak, kemudian dinginkan sebelum diminum¹¹.

p. Sambiloto

Sambiloto (*Andrographis paniculata*) memiliki sifat melindungi hati (*hepatoprotektif*), dan terbukti mampu

melindungi hati dari efek negatif *galaktosamin* dan *parasetamol*. Selain berkhasiat melindungi hati, sambiloto juga dapat menekan pertumbuhan sel kanker. Selain itu khasiat sambiloto untuk pengobatan ini sudah diketahui sejak nenek moyang kita. Biasanya pemanfaatan sambiloto dengan merebus daunnya untuk menurunkan demam, mengobati luka, sakit kuning, kencing manis, pilek, infeksi tenggorokan, saluran kemih, keputihan, menyembuhkan luka/borok dan sebagainya¹¹.

q. Adas

Tanaman adas (*Foeniculum Vulgare Mill*) merupakan jenis tanaman berkhasiat obat yang dapat hidup di dataran rendah maupun dataran tinggi. Manfaat Adas adalah merangsang kerja organ pencernaan, melancarkan buang angin, menghangatkan badan, serta membantu mengeluarkan dahak. Adas juga dipercaya berkhasiat untuk menghancurkan batu ginjal. Adas juga dapat berfungsi sebagai penambah nafsu makan. Selain itu tanaman Adas juga bermanfaat untuk mengatasi insomnia, batuk berdahak, serta datang bulan yang tidak teratur. Adas dapat dipakai untuk meringankan bayi yang menderita kolik atau yang kesakitan akibat erupsi (keluarnya) gigi. Untuk obat masuk angin dan kolik, caranya 1 sendok teh adas dilarutkan dengan 1 cangkir air mendidih, aduk hingga larut. Setelah agak dingin, larutan dapat diminumkan pada bayi/anak dengan takaran sesuai umurnya¹¹.

r. Daun jambu biji (jambu klutuk, jambu batu)

Untuk diare, 3 lembar daun jambu biji muda dan segar dicuci bersih, tumbuk halus, beri 1/2 cangkir air matang hangat, diperas dan diambil airnya. Beri garam secukupnya sebelum diminumkan pada anak. Air perasan daun jambu biji diberikan pada anak sesuaikan dengan usianya. Dari beberapa macam tanaman tradisional yang dipaparkan di atas, dapat dianalisis bahwa pada umumnya ada beberapa tanaman tradisional yang sering digunakan untuk mengatasi anak sakit diantaranya kunyit, bawang merah, banglai, jeruk nipis, temulawak dan sebagainya¹¹.

Pustaka

- [1.] Abdiyani, S. 2008. *Keanekaragaman jenis tumbuhan bawah berkhasiat obat di dataran tinggi dieng. Jurnal Penelitian Hutan dan Konservasi Alam*. Balai Penelitian Kehutanan Solo. Vol. V. No. 1 : 79-92.
- [2.] Arief, A. 2001. *Hutan dan Kehutanan*. Buku. Kanisius. Yogyakarta. Kawasan Taman Hutan Raya Bukit Barisan Desa Tongkoh Kabupaten Karo. Departemen Kehutanan USU. (Belum dipublikasikan). Medan. 180.
- [3.] Darwati, I. 2012. *Budidaya dan Pasca Panen Pegagan (Centella asiatica)*. *Artikel Majalah*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Perkebunan Balai Penelitian Tanaman Rempah dan Obat (BALITTRO). Hal. 25.
- [4.] Indriyanto. 2006. *Ekologi Hutan*. Jakarta : Bumi aksara. Hal. 210.
- [5.] Indriyanto. 2012. *Dendrologi: Suatu Teori dan Praktik Menyidik Pohon*. Bandar Lampung : Lembaga Penelitian Universitas Lampung. Hal. 232.
- [6.] Karmilasanti, S. 2011. *Keanekaragaman Jenis Tumbuhan Obat dan Pemanfaatannya Di Kawasan Tane oleh Desa Setulang Malinau, Kalimantan Timur. Jurnal Penelitian Dipterokarpa*. Vol. 5. No.1.
- [7.] Rijaii, L. 2011. Penentuan kriteria ilmiah potensi tumbuhan obat unggulan Kelompok Bidang Ilmu Kimia Farmasi. *Jurnal Kesehatan*. Vol. 1. No. 2.
- [8.] Riwanda, S. 2012. *Keanekaragaman vegetasi tanaman obat di Tahura Bukit Barisan Selatan Tongkoh Kabupaten Karo*. Skripsi. Fakultas Kehutanan Universitas Sumatera Utara. Hal. 65.
- [9.] Satyareni, D. 2011. Sistem Pakar Diagnosis Penyakit Infeksi Tropis dengan Menggunakan Forward Dan Backward Chaining. *Jurnal Teknologi*. Vol. 1 No. 2.

- [10.] Utomo, B. 2013. *Tanaman Obat di Hutan Pendidikan Sumatera Utara Kawasan Tahura Tongkoh*. Skripsi. Fakultas Pertanian Universitas Sumatera Utara. Hal. 43.
- [11.] Zuhud, E.A.M. 2009. *Kebijakan Pembangunan Kesehatan Masyarakat Indonesia yang Bhinneka Tunggal Ika dengan Pengembangan Potensi Lokal Ethno-Forest-Pharmacy (Ethno-Wanafarma) pada Setiap Wilayah Sosial-Biologi Satu-satuan Masyarakat Kecil*. Departemen Konservasi Sumberdaya Hutan dan Ekowisata. Fakultas Kehutanan Institut Pertanian Bogor.