



100 SPESIS HERBA

di Taman Herba Bertam
Khasiat & Penggunaan



EDISI 1

BK 244/12.22
eISBN 978-983-047-304-8

Cetakan Pertama 2022
Edisi Pertama

**© Hakcipta Jabatan Pertanian Malaysia,
Kementerian Pertanian dan Industri Makanan 2022**

Hakcipta terpelihara. Tidak dibenarkan mengeluar ulang mana-mana bahagian, artikel, ilustrasi dan isi kandungan buku ini dalam apa juga bentuk dan dengan apa cara pun sama ada secara elektronik, fotokopi, mekanik, rakaman atau cara lain sebelum mendapat izin bertulis daripada Ketua Pengarah Pertanian, Jabatan Pertanian Malaysia.

Manuskrip terbitan ini disediakan oleh Bahagian Pembangunan Industri Tanaman, Jabatan Pertanian.

Perpustakaan Negara Malaysia Data Pengkatalogan-dalam-Penerbitan

100 SPESIS HERBA di Taman Herba Bertam : KHASIAT & PENGGUNAAN,
- Edisi 1 Mode of access : Internet
eISBN 978-983-047-304-8

- 1. Herbs**
- 2. Medicinal plants**
- 3. Herb gardens**
- 4. Government publications – Malaysia**
- 5. Electronic books**

635.7

Diterbitkan oleh:

Jabatan Pertanian Malaysia
Aras 7-17, Blok 4G2, Presint 4, Wisma Tani
No. 30, Persiaran Perdana, Presint 4, 62624, Putrajaya
No. Tel: 603-8870 3000
No. Faks: 603-8888 5069
Laman web: <http://www.doa.gov.my>

ISI KAN

PRAKATA KETUA PENGARAH JABATAN
PERTANIAN MALAYSIA

ABSTRAK

PENAFIAN

PERINGATAN

100 SPESIS HERBA, DI TAMAN HERBA BERTAM
KHASIAT DAN PENGGUNAAN, EDISI I

A

Akalifa Merah	1
Akar Dani	2
Akar Seratus	3
Akar Som	4
Ara Songsang	5
Ara Tanah	6
Asam Batu	7
Ati-Ati	8

B

Bakawali	9
Bangun-Bangun	10
Baru Cina	11
Bebuas	12
Belalai Gajah	13
Belimbing Buluh	14
Beluntas	15
Bidara	16
Bisa Ular	17
Bismillah	18
Bunga Butang	19
Bunga Kertas	20
Bunga Raya	21
Bunga Tahi Ayam	22
Bungor Inai	23

C

Capa	24
Cekak Manis Gajah	25
Cekur	26
Cempaka	27
Cermai	28
Cucur Atap	29

D

Dukung Anak	30
-------------	----

E

Ekor Kucing	31
-------------	----

G

Gaharu	32
Gajus	33
Galak Tua	34
Gandarusa Hitam	35
Ganyung Merah	36
Gelam	37
Gelenggang	38

H

Halia	39
Hemedu Bumi	40

I

Inai	41
------	----

J

Janda Merana	42
Jarum Tujuh Bilah	43
Jenjuang	44
Jeruju	45
Jolok Cacing	46

DUNGAN

K

Kacip Fatimah	47
Kaduk	48
Kantan	49
Kari	50
Kayu Manis	51
Keembung	52
Keladi Kemoyang	53
Kemboja	54
Kemunting	55
Kemunting Cina	56
Kenanga	57
Kesidang	58
Kesum	59
Ketumbar Jawa	60
Ketumpang Air	61
Kucing Galak	62
Kunyit	63

L

Langkenang	64
Lemuni Putih	65
Lengkuas	66
Lidah Buaya	67
Lidah Jin	68
Limau Kasturi	69
Limau Nipis	70
Limau Purut	71

M

Mahkota Dewa	72
Mas Cotek	73
Mengkudu	74
Mentua Binasa	75
Misai Kucing	76
Mulberi	77

N

Naga Buana	78
Nanas Batu	79
Nona	80
Nona Makan Sirih	81

P

Pandan Wangi	82
Patawali	83
Pecah Beling	84
Pegaga	85
Pokok Ajaib	86
Pucuk Manis	87
Pudina	88
Puding	89
Pulih Dara	90

R

Rancang Besi	91
--------------	----

S

Sambung Nyawa	92
Selasih	93
Semambu	94
Serai Wangi	95
Setawar Bukit	96
Sirih	97

T

Telang	98
Tetulang	99
Tongkat Ali	100

RUJUKAN

SIDANG REDAKSI

PRAKATA

Ketua Pengarah
Jabatan Pertanian Malaysia



DATO' ZAHIMI BIN HASSAN



Buku 100 Spesis Herba di Taman Herba Bertam ini merungkai rahsia alam yang telah dijadikan dengan pelbagai rupa bentuk serta jenis-jenis tumbuhan yang bermanfaat dan berkhasiat untuk kehidupan terutama manusia sebagai kaedah tradisional bagi menyembuhkan pelbagai penyakit. Pengetahuan berkaitan tumbuhan yang mempunyai sifat perubatan atau lebih dikenali sebagai herba adalah satu daripada cabang ilmu yang perlu dipelihara dan diwarisi. Penggunaan herba yang banyak digunakan dalam rawatan dan perubatan tradisional masih diakui relevan sehingga kini. Namun selari dengan perkembangan semasa khasiat dan penggunaan setiap jenis herba ini perlu dikaji secara saintifik untuk diberikan pengiktirafan dalam perubatan moden.

Penerbitan buku ini telah menyenaraikan 100 spesis tumbuhan herba yang mana merupakan sebahagian daripada koleksi pokok herba sedia ada yang terdapat di Taman Herba Bertam, Pulau Pinang. Koleksi buku herba ini memberi pengenalan asas kepada orang ramai, betapa syukurnya di sekeliling kita terdapat banyak khazanah alam anugerah Allah S.W.T yang boleh dijadikan penawar untuk merawat pelbagai jenis penyakit. Koleksi herba ini selalunya dikaitkan dengan nilai khasiat perubatan tradisi asli baik di kalangan masyarakat Melayu, Cina mahupun India. Pelbagai petua dan cara penggunaan herba telah diamalkan secara turun-temurun mengikut adat kebudayaan masing-masing. Aktiviti dokumentasi ini bertujuan memelihara khazanah perubatan Melayu tradisional yang dapat direalisasikan melalui penerbitan buku ini. Kini tumbuhan herba menjadi semakin penting sebagai sumber biodiversiti yang berupaya menyumbang dalam peningkatan industri bioteknologi dan farmaseutikal.

Saya ingin merakamkan penghargaan dan ucapan terima kasih kepada Bahagian Pembangunan Industri Tanaman Putrajaya dan Bahagian Pembangunan Industri Tanaman Pulau Pinang serta semua pihak yang terlibat dalam usaha penerbitan buku ini. Saya berharap agar buku ini akan menjadi rujukan kepada penggiat industri herba dalam pelbagai bidang serta dapat dimanfaatkan oleh setiap golongan masyarakat agar ilmu tentang khasiat dan penggunaan herba yang berkait rapat dengan perubatan tradisional Melayu yang telah wujud beratus-ratus tahun tidak hilang ditelan zaman.

ABSTRAK

Buku ini merupakan penulisan berkaitan koleksi pelbagai spesis herba yang terdapat di Malaysia dan dipelihara di Janaplasma dan juga sekitar Taman Herba Bertam, Pulau Pinang. Buku ini merupakan edisi pertama yang menyenaraikan sebanyak 100 spesis herba dan menerangkan khasiat serta penggunaannya secara tradisional.

Tujuan penulisan buku ini adalah sebagai satu usaha yang dijalankan oleh Jabatan Pertanian Malaysia melalui Bahagian Pembangunan Industri Tanaman untuk mengangkat kembali nilai kepelbagaiannya herba terutama herba tempatan yang boleh dijadikan sebagai bahan rujukan sama ada dalam bidang pendidikan, penyelidikan dan sebagainya bagi meningkatkan pengetahuan.

Taman Herba Bertam yang menyimpan pelbagai koleksi khazanah herba Negara ini terletak di tengah-tengah bandar Kepala Batas, Pulau Pinang. Taman ini dibina pada tahun 2015 di atas tapak perumahan kerajaan persekutuan, Jabatan Pertanian yang berkeluasan 2.024 ha. Taman ini telah dirasmikan oleh Yang Berhormat Dato' Ir Haji Ahmad Zakiyuddin bin Abdul Rahman, Timbalan Ketua Menteri 1, Pulau Pinang pada 26 April 2019.

Pembangunan Taman Herba Bertam adalah bertujuan untuk memelihara sumber alam berharga yang kini semakin dilupakan. Justeru, adalah diharapkan dengan adanya penerbitan buku ini dapat memberi manfaat kepada semua pembaca yang bermingat tentang tanaman herba. Ini merupakan penghargaan kepada khazanah negara agar ianya tidak dilupakan dan peranan serta khasiatnya sentiasa dimartabatkan.

PENAFIAN

Buku ini adalah usaha mendokumentasi khasiat dan penggunaan tumbuhan herba di dalam rawatan tradisional oleh pengamal perubatan tradisional. Penggunaan tumbuhan herba yang terkandung di dalam buku ini adalah berdasarkan amalan tradisi pengamal perubatan tradisional. Tiada kajian saintifik dijalankan untuk mengesahkan keberkesanan, keselamatan dan juga kesahihan khasiat yang direkodkan. Penulis dan penerbit tidak bertanggungjawab atas sebarang penggunaan tumbuhan herba yang memudaratkan pengguna.

PERINGATAN

Pembaca dan pengguna disarankan untuk merujuk pegawai perubatan yang berdaftar sebelum menggunakan tumbuhan herba untuk merawat, mengurangkan, melegakan sebarang simptom atau keadaan kesihatan. Sekiranya simpton atau keadaan kesihatan masih berterusan atau semakin serius, pesakit dinasihatkan untuk pergi ke hospital atau merujuk kepada pegawai perubatan yang berdaftar.

Akalifa Merah



Nama Saintifik : ***Acalypha Wilkesiana Muell. Arg.***

Nama Tempatan : **Akalifa Merah**

Famili : **Euphorbiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat bengkak, reumatisme, sakit tengkuk dan kepala

Daun ditumbuk lumat dan ditampal di tempat yang sakit

Merawat demam panas

Air rebusan daun diminum atau daun dilayurkan di atas api dan ditampal di belakang dan depan dada berfungsi untuk menurunkan suhu badan

Merawat buasir

Akar pokok direbus sehingga mendidih, setelah sejuk tapis dan minum

Akar Dani



Nama Saintifik : ***Quisqualis Indica L.***

Nama Tempatan : **Ara Dani, Kuikalis, Akar Pontianak, Bunga Rangoon**

Famili : **Combretaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat masalah cacing

Akar, daun dan bunga direbus dan diminum

Merawat penyakit kulit

Bunga ditumbuk, dicampur minyak dan ditampal di tempat yang sakit

Merawat sakit kepala dan perut

Daun dihancurkan dan dilumur di tempat bermasalah

Akar Seratus



Nama Saintifik : ***Peliosanthes teta.***

Nama Tempatan : **Derhaka mertua**

Famili : **Asparagaceae**

Cara Pembiakan : **Belahan Rumpun**

Mengecutkan rahim wanita selepas bersalin

Keseluruhan pokok direbus dan diminum

Penjagaan kesihatan dalaman lelaki

Akar dikeringkan dan dijadikan ramuan minuman air akar kayu

Akar Som



Nama Saintifik : ***Talinum fruticosum (L.) Juss.***

Nama Tempatan : **Ginseng cina, ginseng jawa**

Famili : **Talinaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Mencerdaskan otak, menambah tenaga batin, menguatkan saraf dan melancarkan peredaran darah

Akar yang dikeringkan direbus dan diminum

Menambah pengeluaran susu ibu dan menambah selera makan

Daun segar dimasak tumis dan dimakan sekurang-kurangnya dua kali sehari

Merawat bisul

Daun dilumatkan, dicampur sedikit gula merah dan ditampal pada bisul

Merawat luka dalaman

Akar sepanjang 5 inci dicampurkan dengan satu sudu gula merah serta 1.5L air dan direbus sehingga mendidih. Air rebusan diminum

Ara Song Sang



Nama Saintifik : *Asystasia Gangetica (L.)T. Anderson*

Nama Tempatan : Rumput Israel, Rumput Itik, Pengorak

Famili : *Acanthaceae*

Cara Pembiakan : **Biji Benih**

Penjagaan ibu selepas bersalin dan pelapik tungku

Daun digunakan untuk membalut batu sungai yang panas sebagai tungku dan dituam pada perut sekali sehari

Merawat luka, bengkak dan gigitan serangga

Daun ditumbuk lumat dan ditampal pada kawasan yang bermasalah

Melawaskan kencing

Seluruh bahagian direbus sehingga mendidih kecuali akar. Setelah sejuk ditapis dan minum

Merawat kekejangan otot

Daun yang ditumbuk halus bersama bawang merah dilumur di tempat yang bermasalah

Ara Tanah



Nama Saintifik : ***Euphorbia hirta L.***

Nama Tempatan : **Susu Nabi, Ara Susu**

Famili : **Euphorbiaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih**

Merawat sakit mata dan Bengkak mata

Secekar batang serta daun dicampurkan dengan air dan diramas. Air ramasan dititikkan pada mata sekali sehari sehingga sembuh.

Menghilangkan ketuat

Getah pada batang disapukan pada ketuat tiga kali sehari

Merawat asma, mengawal aras glukosa dalam darah dan buasir

Keseluruhan pokok direbus dan diminum suam

Memperbanyakkan susu ibu

Tiga helai daun dimakan sebagai ulaman

Asam Batu



Nama Saintifik : ***Begonia sp.***

Nama Tempatan : **Resam Batu**

Famili : ***Begoniaceae***

Cara Pembiakan : **Biji Benih dan Keratan Batang**

Merawat luka kecil

Daun segar ditumbuk lumat dan dibalut pada luka

Menyejukkan badan, merawat demam, menurunkan tekanan darah tinggi dan melancarkan sistem penghadaman

Seluruh bahagian pokok direbus dan diminum air rebusannya

Aji-Aji



Nama Saintifik : ***Coleus blumei L.***

Nama Tempatan : **Hati-hati, Pokok Bara Api**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat batuk dan asma

Daun ditumbuk serta dicampur air, ditapis dan diminum

Merawat bisul

Daun dihancurkan dan ditampal pada tempat sakit

Meredakan demam dan sakit kepala

Daun dihancurkan dan ditampal pada dahi

Bakawali



Nama Saintifik : ***Epiphyllum oxypetalum. (DC.) Haw.***

Nama Tempatan : **Kengwa**

Famili : **Cactaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang dan Daun**

Merawat Asma

Empat kuntum bunga dikukus dalam mangkuk bersama air dan gula batu. Minum kesemua airnya

Merawat Bengkak, Bisul dan Luka Berdarah

Batangnya ditumbuk lumat, dicampur sedikit air dan ditampal pada tempat yang sakit lalu dibalut dengan kain bersih

Merawat Pendarahan Dalam Rahim

Tiga hingga lima kuntum bunga direbus sehingga mendidih. Setelah sejuk, air rebusan ditapis dan diminum

Bangun-Bangun



Nama Saintifik : ***Plectranthus amboinicus (Lour.) Spreng.***

Nama Tempatan : **Kapur barus, raja bangun, nilam**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan batang**

Merawat asma, batuk dan kahak

Daun direbus bersama gula batu dan diminum

Merawat bisul, luka dan gigitan binatang berbisa

Daun dilumatkan dan ditampali di tempat yang bermasalah

Merawat penyakit angin

Daun dibersihkan dan direbus sehingga mendidih. Air rebusan diminum apabila perlu sehingga sembuh

Mandian bagi ibu selepas bersalin

Daun dicampur bersama daun sembung, daun mengkudu, daun jeruangan, serai wangi, daun inai, daun jambu batu dan daun pandan direbus hingga mendidih. Air rebusan dijadikan air mandian

Baru Cina



Nama Saintifik : *Artemisia Vulgaris Linn.*

Nama Tempatan : Daun Manis, Daun Sudamala

Famili : *Asteraceae*

Cara Pembibitan : Keratan Batang

Membantu mengatasi masalah senggugut, melancarkan perjalanan haid, mencegah keguguran, mengatasi masalah keputihan, muntah darah dan memudahkan proses kelahiran

Ambil daun kira-kira 10g-30g direbus dan diminum

Mencegah masalah penghadaman, merawat cacing dan senggugut

Daun direbus dan diminum

Merawat penyakit kulit

Daun dilumatkan dan air daun disapu pada tempat bermasalah

Bebuas



Nama Saintifik : ***Premna Foetida Reinw. Ex Blume***

Nama Tempatan : **Buas-Buas, Ambung-Ambung Laut**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Mengurangkan lesu badan, membuang angin dalam badan, meredakan kembung perut dan mengawal tekanan darah

Pucuk segar dimakan sebagai ulaman

Merawat kecacingan dan menambah air susu ibu

Daun dicelur dan dimakan

Melawaskan kencing dan merawat kencing berdarah

Secekak akar pokok kering dibersihkan dan direbus dengan tiga gelas air sehingga menjadi segelas air rebusan. Air rebusan diminum tiga kali sehari

Belalai Gajah



Nama Saintifik : ***Clinacanthus Nutans (Burm.f.) Lindau***

Nama Tempatan : **Penawar Bisa, Sabah Snake**

Famili : **Acanthaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Merawat kanser dan ketumbuhan

Secekek daun dikisar bersama epal hijau dan dijadikan jus untuk diminum

Merawat darah tinggi

Ambil 40 helai daun dan 650 ml air direbus sehingga sukanan menjadi separuh dan diminum dua kali sehari

Mengawal aras gula dalam darah

Daun dijadikan ulaman

Belimbing Buluh



Nama Saintifik : ***Averrhoa Bilimbi L.***

Nama Tempatan : **Belimbing Buluh**

Famili : **Oxalidaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang Dan Kaedah Tut**

Merawat demam kuning dan kudis

Segenggam daun direbus sehingga mendidih dan air rebusan dijadikan mandian. Untuk merawat kudis, setelah mandi daun digosok pada bahagian kudis

Merawat demam campak

Daun digiling bersama beras yang direndam semalam dan disapukan pada badan

Melawaskan kencing dan merawat batu karang

Akar bersama buluh tambuk lalang, rumput buluh, senayan bukit, dedak, nanas batu, lembar merah, karang batu, dan pelas diambil sebanyak segenggam dan direbus sehingga mendidih. Air rebusan diminum dua atau tiga kali sehari sehingga sembuh. Campuran akar tersebut boleh diulang rebus sebanyak tiga kali

Beluntas



Nama Saintifik : ***Pluchea Indica (L.) Less.***

Nama Tempatan : **Beluntas**

Famili : **Asteraceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Penjagaan kesihatan dalaman

Daun dikeringkan dan dijadikan ramuan jamu

Menghilangkan gatal pada bahagian sulit wanita

Daun direbus bersama dua keping asam gelugur yang telah dikeringkan dan satu buku garam jantan. Air rebusan digunakan untuk membasuh bahagian sulit wanita

Mengawal tekanan darah

Dua atau tiga helai daun direbus untuk dijadikan air minuman

Pelapik tungku

Satu ranting daun dijadikan sebagai alas tungku

Bidara



Nama Saintifik : ***Ziziphus Jujuba Mill.***

Nama Tempatan : **Bidara Kampung, Langkeng**

Famili : **Rhamnaceae**

Cara Pembiasaan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat demam kuning

Segenggam daun diramas bersama kucai dan dijadikan air mandian

Senggugut

Akar direbus bersama tawas sebesar jari kelingking. Kesemua bahan direbus dengan air sebanyak 500 ml sehingga mendidih. Air rebusan dijadikan minuman setengah cawan dua kali sehari

Melawaskan kencing

Air rebusan daun dijadikan air minuman

Bisa Ular



Nama Saintifik : ***Barleria Lupulina***.

Nama Tempatan : **Bisa Sembilang, Badam Hitam, Bunga Landak**

Famili : **Acanthaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat bisa binatang

Daun dikunyah hingga halus dan dipupukkan pada tempat terkena bisa

Melegakan sakit gigi

Sehelai daun dicalit kapur dan dilumatkan kemudian ditampal pada kawasan sakit

Menghilangkan gatal-gatal

Daun dilumatkan dan ditampal pada tempat gatal

Bismillah



Nama Saintifik : ***Vernonia amygdalina Delile***

Nama Tempatan : **Ketum cina, sambung nyawa, ketum hijau**

Famili : **Asteraceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Merawat kencing manis, gout dan darah tinggi

Dua helai daun direndam dalam secawan air panas. Air dibiarkan suam dan minum dua kali sehari

Merawat bisul

Tujuh helai daun ditumbuk dan ditampalkan di bahagian bisul

Merawat demam kuning

Beberapa pokok bismillah direbus bersama pokok dukung anak, pokok ketumbit dan halba sehingga mendidih. Air rebusan dijadikan mandian pada waktu pagi tiga hari berturut-turut

Bunga Butang



Nama Saintifik : ***Gomphrena globosa L.***

Nama Tempatan : **Bunga butang**

Famili : **Amaranthaceae**

Cara Pembibitan : **Biji benih dan keratan batang**

Merawat pendarahan berlebihan

Bunga direbus dengan satu gelas air hingga mendidih. Setelah sejuk, tapis dan diminum

Menghilangkan panas badan

Air rebusan bunga diminum

Merawat luka dan mengurangkan Bengkak

Bunga dilumat dan tumpal pada tempat yang sakit

Bunga Kertas



Nama Saintifik : ***Bougainvillea Glabra Choisy.***

Nama Tempatan : **Bunga Kertas**

Famili : **Nyctaginaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Melancarkan perjalanan haid, merawat keputihan dan hepatitis

Bunga kertas dan batang dikeringkan dan dijadikan teh minuman

Mandian ibu bersalin, mandi bunga dan merawat demam

Bunga kertas dicampur dengan ramuan lain dan dijadikan air mandian

Merawat luka

Daun bunga kertas diramas dan disapukan pada luka

Bunga Raya



Nama Saintifik : ***Hibiscus Rosa-Sinensis L.***

Nama Tempatan : **Bunga Raya Putih**

Famili : **Malvaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat demam panas dan sakit kepala

Daun diramas dan dicampurkan dengan sedikit air kemudian disapu pada dahi, kepala atau badan sehingga sembahu

Menyegarkan badan

Bunga dijadikan air mandian

Mencegah kanser

Air rebusan campuran akar bersama akar bunga susun kelapa, akar melur dan ubi bembangan diminum

Menghitam dan mencegah keguguran rambut

Daun atau bunganya diramas dengan air, dilumurkan di atas kepala dan diperap seketika sebelum dibilas

Bunga Tahi Ayam



Nama Saintifik : *Lantana Camara L.*

Nama Tempatan : **Pokok Tahi Ayam**

Famili : **Verbenaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Menjarakkan kehamilan

Daun ditumbuk dan dicampurkan dengan isi kunyit dan digunakan sebagai barut perut untuk wanita selepas bersalin

Meredakan demam kuning

Tujuh kuntum bunga daripada bunga tahi ayam, cempaka, kekwa, matahari, alamanda, kertas dan kenanga direbus dan dimandi tiga kali sehari

Melegakan sakit urat

Daunnya digunakan untuk membalut tungku

Bungor Inai



Nama Saintifik : *Lagerstroemia Indica L.*

Nama Tempatan : **Bungor, Inai Hiasan**

Famili : *Lyrthraceae*

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat selesema

Minum air rebusan bunga

Sembelit dan masalah penghadaman

Minum air rebusan daun

Merawat luka dan menghentikan pendarahan

Kulit kayunya yang kering, dibuat serbuk dan disapu pada luka

Mencuci kulit bernanah

Kulit batang direbus sehingga mendidih dan digunakan untuk mencuci kulit bernanah

Capa



Nama Saintifik : ***Blumea Balsamifera (L.) Dc.***

Nama Tempatan : **Sembung, Telinga Kerbau**

Famili : **Asteraceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Mengubati senak perut akibat angin

Daun direbus dan diminum

Melawaskan pembuangan air kecil

Daun direbus dan diminum

Mandian wanita lepas bersalin

Daun direbus bersama serai wangi dan daun beka untuk dijadikan air mandian

Cekak Manis Gajah



Nama Saintifik : ***Phyllanthus Elegans***

Nama Tempatan : **Azin-Asin Gajah**

Famili : ***Phyllanthaceae***

Cara Pembiakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat barah rahim

Akar tumbuhan ini digiling bersama beras dan ibu kunyit kemudian ditampal pada bahagian rahim

Melegakan batuk

Tujuh helai daun diramas dan disapu pada leher dua kali sehari

Menjarakkan kehamilan

Akar dan batang direbus, diminum segelas pagi dan petang

Cekur



Nama Saintifik : ***Kaempferia Galanga L.***

Nama Tempatan : **Cekor, Chekur**

Famili : **Zingiberaceae**

Cara Pembiakan : **Rizom**

Penjagaan ibu selepas bersalin

Rizom atau daun dijadikan ulaman

Membuang angin dalam badan

Daun dicampurkan bersama tanjung, lengkuas, jerangau dan kunyit dengan kuantiti secekak setiap ramuan. Semua bahan dikeringkan dan dikisar sehingga halus dan dibancuh sebagai minuman untuk diminum dua kali sehari

Merawat kudis

Daun dan rizom dibersihkan dan ditumbuk bersama lengkuas sebesar ibu jari. Ramuan tersebut dicampur dengan sedikit bedak sejuk dan ditampal di bahagian kudis sehingga sembuh

Melegakan batuk atau gatal tekak

Rizom dipotong nipis dan dicicah dengan garam, kemudian dikulur atau dihisap apabila batuk

Cempaka



Nama Saintifik : ***Michelia Alba Dc.***

Nama Tempatan : **Campa, Cempaka Putih**

Famili : **Magnoliaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Meningkatkan kesegaran badan

Tujuh kuntum pelbagai jenis bunga : cempaka, melur, kenanga, ros, orkid dan kekwa dicampurkan dengan tiga biji limau purut dan diramas di dalam satu baldi air. Air dijadikan mandian sebulan sekali selepas mandi wajib

Merawat demam dan selesema

Akar dipecahkan dan direbus untuk diminum

Merawat ulser

Akar diasah dan disapu pada bahagian yang sakit

Merawat keputihan

Air rebusan bunga direbus bersama madu sehingga mendidih dan diminum

Cermai



Nama Saintifik : ***Phyllanthus Acidus (L.) Skeels***

Nama Tempatan : **Ceremai, Cermela**

Famili : ***Phyllanthaceae***

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Meredakan demam kuning

Beberapa tangkai daun diramas dalam air dan dijadikan mandian

Melawaskan kencing

Akar sebesar ibu jari direbus bersama akar misai kucing dengan tiga cawan air sehingga menjadi satu cawan dan minum sehingga sembah

Mengawal tekanan darah

Kulit pokok cermai dibersihkan dan direbus dengan sejengkal akar amra, akar belimbing buluh dan kulit pokok binjai. Air rebusan diminum sekali sehari

Cucur Atap



Nama Saintifik : ***Baeckia Frutescens L.***

Nama Tempatan : **Hujung Atap**

Famili : **Myrtaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat reumatisme

Akar direbus dan dijadikan air minuman

Mengawal tekanan darah tinggi

Daun cucur atap sebanyak satu sudu teh dicampurkan bersama dengan daun dukung anak, akar seruntun dan cili pintal. Bahan ini direbus sehingga mendidih di dalam periuk tanah. Diambil satu sudu teh sekali sehari

Merawat sesak nafas dan sakit kepala

Daun dan bunga direbus dengan satu gelas air sehingga mendidih. Tapis dan minum ketika panas

Dukung Anak



Nama Saintifik : ***Phyllanthus niruri L.***

Nama Tempatan : **Dedukung Anak, Amin Buah**

Famili : ***Phyllanthaceae***

Cara Pembibakan : **Biji Benih**

Merawat panas badan, sakit kepala, sakit mata, cirit-birit, kencing manis dan jangkitan saluran kencing

Keseluruhan pokok diambil dalam bilangan ganjil direbus dan dijadikan air minuman

Merawat luka dan kudis

Keseluruhan pokok bersama secubit beras dan seinci ibu kunyit ditumbuk dan diletakkan pada bahagian bengkak

Demam kuning

Secekak pokok direbus dan dicampur setengah cawan susu kambing dan dijadikan air mandian sekali sehari sehingga sembuh

Melancarkan haid, demam malaria dan sembelit

Daun direbus dan diminum

Ekor Kucing



Nama Saintifik : ***Acalypha Hispida Burm.f.***

Nama Tempatan : **Bunga Ekor Kucing**

Famili : **Euphorbiaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat penyakit kulit

Lumatkan daun dan tampal pada kulit bermasalah

Mengawal tekanan darah tinggi

Akar pokok diracik dan direbus. Air rebusan diminum mengikut keperluan

Merawat masalah air kecil dan besar tidak lawas

Daun dan bunga ekor kucing direbus dengan satu gelas air sehingga mendidih. Air rebusan tersebut ditapis dan diminum

Merawat cirit-birit

Pucuk diramas bersama kapur dan ditampalkan di perut

Gaharu



Nama Saintifik : ***Aquilaria Malaccensis Lam.***

Nama Tempatan : **Karas, Depu**

Famili : **Thymelaeaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Merawat penyakit kencing manis dan darah tinggi

Akar direbus dan dijadikan air minuman

Merawat lemah tenaga batin dan melegakan lenguh badan

Akar dimasak bersama akar ketapang dan kelapa sehingga keluar minyak. Minyak tersebut digunakan sebagai minyak urut

Gajus



Nama Saintifik : ***Anacardium Occidentale L.***

Nama Tempatan : **Janggus, Ketereh**

Famili : **Anacardiaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat gout

Sebiji buah gajus dan secubit garam dikisar menggunakan 500 ml air. Diminum secawan sehari untuk jangka masa seminggu

Merawat batuk

Bunga direbus dan dibuat sirap untuk diminum

Merawat luka (komplikasi kencing manis)

Kulit gajus, kulit jamu, majakani dan gamat hitam dicampurkan dan direbus. Air rebusan digunakan untuk mencuci luka sehari sekali

Merawat penyakit kulit dan melecur

Daun ditumbuk dan ditampal pada kawasan luka

Galak Tua



Nama Saintifik : ***Stemona Curtisii* Hook.f.**

Nama Tempatan : **Janggut Adam, Ubi Kemili Hutan, Pokok Seratus**

Famili : **Stemonaceae**

Cara Pembibakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Menguatkan tenaga batin

Bahagian akar dimakan segar, seinci sehari

Ramuan minyak urut

Keseluruhan pokok digunakan sebagai salah satu campuran herba untuk membuat minyak urut. Minyak digunakan di bahagian luaran sahaja

Gandarusa Hitam



Nama Saintifik : ***Justicia Gendarussa Burm.f.***

Nama Tempatan : **Tanduk Rusa, Jeruang, Ganduk Rusa**

Famili : **Acanthaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Meredakan demam kuning

Daun gandarusa adalah salah satu herba ramuan air rebusan untuk dijadikan mandian bayi pada waktu pagi

Merawat tulang patah

Daun dikisar hingga lumat dan dicampur cuka, kemudian ditampal pada bahagian tersebut dengan syarat tulang telah berada pada kedudukan yang betul

Merawat kudis

Secekar daun dikisar hingga lumat. Sapukan pada bahagian kudis sehari sekali

Ganyung Merah



Nama Saintifik : ***Canna Indica L.***

Nama Tempatan : **Ubi Gereda**

Famili : **Cannaceae**

Cara Pembibitan : **Rizom**

Mandian wanita selepas bersalin

Keseluruhan pokok direbus dan dijadikan air mandian wanita selepas bersalin

Merawat sakit kepala

Biji dihancurkan dan dilumur pada kepala

Merawat kudis

Keseluruhan pokok direbus dan air rebusan tersebut digunakan untuk mencuci kudis

Gelam



Nama Saintifik : ***Melaleuca Cajuputi Powell***

Nama Tempatan : **Kayu Putih, Gelam Tikus**

Famili : **Myrtaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih**

Penjagaan ibu selepas bersalin

Akar gelam yang telah dikeringkan dijadikan salah satu bahan ramuan dalam penyediaan kapsul selepas bersalin

Gelenggang



Nama Saintifik : ***Senna Alata L.***

Nama Tempatan : **Ketepeng Badak**

Famili : **Fabaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat kurap, kayap dan panau

Daun dilumatkan dan dicampur sedikit minyak tanah, lumurkan pada tempat sakit

Merawat sembelit

Pucuk daun gelenggang dijadikan ulam. Bagi bayi pula, lima helai daun gelenggang diramas bersama kapur dan disapukan pada perut dua kali sehari

Menyembuhkan sakit kulit seperti gatal dan eczema

Daun direbus dan digunakan sebagai mandian herba

Halia



Nama Saintifik : ***Zingiber Officinale Roscoe***

Nama Tempatan : **Jahe, Aliah**

Famili : **Zingiberaceae**

Cara Pembibitan : **Rizom Dan Belahan Rumpun**

Merawat penyakit angin dalam badan

Rizom muda dimakan sebagai ulam atau air rebusan halia tua diminum

Penjagaan ibu selepas bersalin, lenguh-lenguh badan dan sejuk badan

Rizom ditumbuk halus untuk dijadikan param badan

Gigitan serangga berbisa

Rizom dilumatkan dan dilumur di tempat gigitan

Demam, luka, lebam, sengal tulang dan sakit kepala

Daun dihancurkan dan ditampal di tempat yang bermasalah atau dahi

Hempedu Bumi



Nama Saintifik : *Andrographis Paniculata (Burm.f.) Nees*

Nama Tempatan : Akar Cerita, Pokok Cerita, Hempedu Tanah

Famili : *Acanthaceae*

Cara Pembibitan : Biji Benih

Membuang angin dalam badan

Segenggam daun hempedu bumi, tiga ulas bawang putih dan tiga ketul garam jantan digiling kemudian dijadikan pil dan dimakan

Membantu mengawal tekanan darah tinggi

Akar hempedu bumi direbus bersama akar seruntut atau mata pelanduk dan diminum

Gigitan serangga, Bengkak dan melecur

Daun dihancurkan dan ditampali pada tempat yang bermasalah

Membantu mengawal paras gula dalam darah

Keseluruhan pokok dikeringkan dan dijadikan teh

Inai



Nama Saintifik : ***Lawsonia Inermis (L.) Pers.***

Nama Tempatan : **Inai Merah, Henna**

Famili : **Lythraceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Merawat luka dan kudis kuku

Daun ditumbuk halus dan ditampali pada kawasan luka

Merawat sakit perut, haid berlebihan, keputihan, penyegar badan dan mengurangkan pendarahan

Daun direbus dan dijadikan air minuman

Merawat bisul

Akar diasah pada belakang pasu dan air akar disapu pada bisul

Janda Merana



Nama Saintifik : ***Salix Babylonica L.***

Nama Tempatan : **Hujan Lebat, Dedalu Cina**

Famili : **Salicaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat bisul di mulut

Akar dibakar dan abunya dicampurkan dengan minyak dan disapu pada bahagian sakit

Merawat penyakit kulit

Akar dan kulit kayu direbus. Air ini digunakan sebagai mandian

Merawat kecacingan

Kulit batang berkayu direbus dan diminum

Merawat kudis bernalah dan bisul

Serabut biji ditampal pada bahagian kulit bermasalah

Jarum Tujuh Bilah



Nama Saintifik : *Pereskia Sacharosa Griseb*

Nama Tempatan : Duri Tujuh Bilah, Jarum Bilah

Famili : *Cactaceae*

Cara Pembiakan : Biji Benih Dan Keratan Batang

Sakit kepala, pening kepala, lenguh-lenguh dan menyegarkan badan

Pucuk dimakan sebagai ulaman

Merawat kanker terutama kanker kolon dan hidung

Terdapat tiga cara menggunakan:

- a) Ambil lebih kurang dua helai daun dan masukkan ke dalam air panas untuk dijadikan teh
- b) 1-3 helai daun dimakan sebagai ulam setiap hari
- c) Daun dikisar hingga lumat dan dicampur dengan air untuk diminum jusnya

Merawat kencing manis

3-7 helai daun direbus dan diminum, lebih berkhasiat jika pokok ini berbunga

Jeniuang



Nama Saintifik : ***Cordyline Fruticosa (L.) A.chev.***

Nama Tempatan : **Hala Berjuang, Juang-Juang**

Famili : **Agavaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Merawat buasir

Tujuh helai daun dijemur kering, dicincang halus dan direbus dengan 1liter hingga menjadi $\frac{1}{2}$ liter. Air rebusan diminum sebanyak setengah cawan sekali sehari sehingga sembuh

Mengawal pendarahan haid berlebihan

Tiga helai daun segar direbus dan diminum sebanyak tiga kali sehari sehingga sembuh

Kencing berdarah, batuk berdarah, tibi, kurang darah atau tiada haid

Akar direbus dan diminum

Jeruju



Nama Saintifik : ***Acanthus ebracteatus Vahl***

Nama Tempatan : **Jemuju, jeruju hitam**

Famili : **Acanthaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Meredakan bengkak

Beberapa helai daun dibuang duri dan dilumatkan serta disapu pada tempat bengkak

Merawat bisul

Buah dimakan mentah sekali sehari sehingga bisul kecut atau sembuh

Penjagaan kesihatan berpanjangan, merawat kulit luka dan pelbagai penyakit kulit
Daun dan batang direbus. Air rebusan tersebut diminum

Mencuci darah atau dijadikan ubat sapu luka untuk luka yang telah dijangkiti kuman
Biji dihancurkan dan ditelan dengan air

Jolok Cacing



Nama Saintifik : ***Stachytarpheta jamaicensis (L.) Vahl***

Nama Tempatan : **Selasih dandi, kacang redik, rumput tahi babi**

Famili : **Verbenaceae**

Cara Pembiakan : **Biji benih dan keratan batang**

Merawat masalah kecacingan pada kanak-kanak

Ramas daun dalam air sehingga air bertukar kepada warna kehijauan dan dijadikan air bilasan akhir selepas mandi

Meringankan badan dan sakit urat

Daun direbus untuk dijadikan air mandian

Merawat luka

Hancurkan daun dan tumpal pada bahagian yang luka

Kacip Fatimah



Nama Saintifik : *Labisia Pumila (Bi.) Bth. & Hook.*

Nama Tempatan : **Akar Fatimah, Mata Pelanduk,
Selusuh Fatimah**

Famili : **Myrsinaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Daun, Batang Dan Akar**

**Memudahkan proses melahirkan dan rawatan selepas bersalin
Keseluruhan pokok direbus dan diminum**

**Mengekalkan awet muda, menghaluskan dan menegangkan kulit, mencuci rahim
dan dalaman wanita serta pewangi badan
Rebus akar dan diminum**

Kaduk



Nama Saintifik : ***Piper Sarmentosum Roxb.***

Nama Tempatan : **Sirih Duduk**

Famili : ***Piperaceae***

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat sembelit, demam malaria, sakit gigi, cacing, batuk, lemah badan serta sakit tulang

Keseluruhan pokok bersama akar direbus dan diminum

Merawat panau

Daun atau akarnya ditumbuk lumat lalu ditampal ke kawasan yang berpanau

Merawat senggugut

Tujuh kerat akar kaduk,tujuh kerat akar kesum, sedikit kemenyan dan tiga gelas air direbus sehingga mendidih selama 15 minit lalu diminum

Merawat buasir

Pucuk dicelur dan dimakan sebagai ulaman

Kantan



Nama Saintifik : ***Etlingera Elatior (Jack) R.m. Smith***

Nama Tempatan : **Tepus Kampung, Ginger Flower**

Famili : **Zingiberaceae**

Cara Pembiakan : **Rizom**

Menghilangkan bau badan

Bunga direbus atau direndam dan diminum

Mencuci kudis, lebam dan luka. Rawatan bagi wanita selepas bersalin

Daun direbus dan air rebusan digunakan untuk mencuci luka dan mandian bagi ibu selepas bersalin

Menambah tenaga batin

Bunga direbus dan diminum

Kari



Nama Saintifik : ***Murraya Koenigii (L.) Spreng.***

Nama Tempatan : **Daun Kari, Garupillai, Karipulei**

Famili : **Rutaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang Dan Biji Benih**

Merawat buasir, cirit-birit, demam panas, kembung perut dan sakit perut

Daun direbus atau direndam dan diminum

Merawat kecacingan

Daun direbus bersama beras pulut hingga mendidih. Air rebusan digunakan untuk mandian tiga kali sehari

Meredakan ruam

Akar kari bersama akar terung pipit dan akar mertajam diikat bersama dan diasah. Serbuk akar dicampurkan sedikit air dan disapu pada bahagian ruam hingga sembah

Kayu Manis



Nama Saintifik : *Cinnamomum Verum J. Presl*

Nama Tempatan : Kayu Manis Hitam, Pokok Minyak Terbang

Famili : *Lauraceae*

Cara Pembibitan : Keratan Batang

Merawat kencing manis

Kulit kayu manis diasah dan dijadikan minuman

Rawatan selepas bersalin dan mengubati demam

Kulit kayu manis direbus dan dijadikan air mandian

Melegakan selesema

Daun, batang, akar serta bunga direbus dan diminum

Sebagai perisa makanan

Kulit kayu manis yang telah dikeringkan digunakan sebagai perisa dalam masakan

Keembung



Nama Saintifik : *Impatiens Balsamina L.*

Nama Tempatan : Inai Air, Hinai Pacak

Famili : *Balsaminaceae*

Cara Pembiakan : Biji Benih

Mencuci dan melebatkan rambut

Daun direbus dan air rebusan digunakan untuk mencuci rambut

Lebam, ketuat, kutil, kurap dan ulser

Batangnya ditumbuk hingga hancur, diperah airnya dan disapu pada tempat bermasalah

Merawat luka, penyakit kulit, bernanah dan bengkak

Daun ditumbuk lumat dan ditampalkan di tempat yang sakit sehingga sembuh

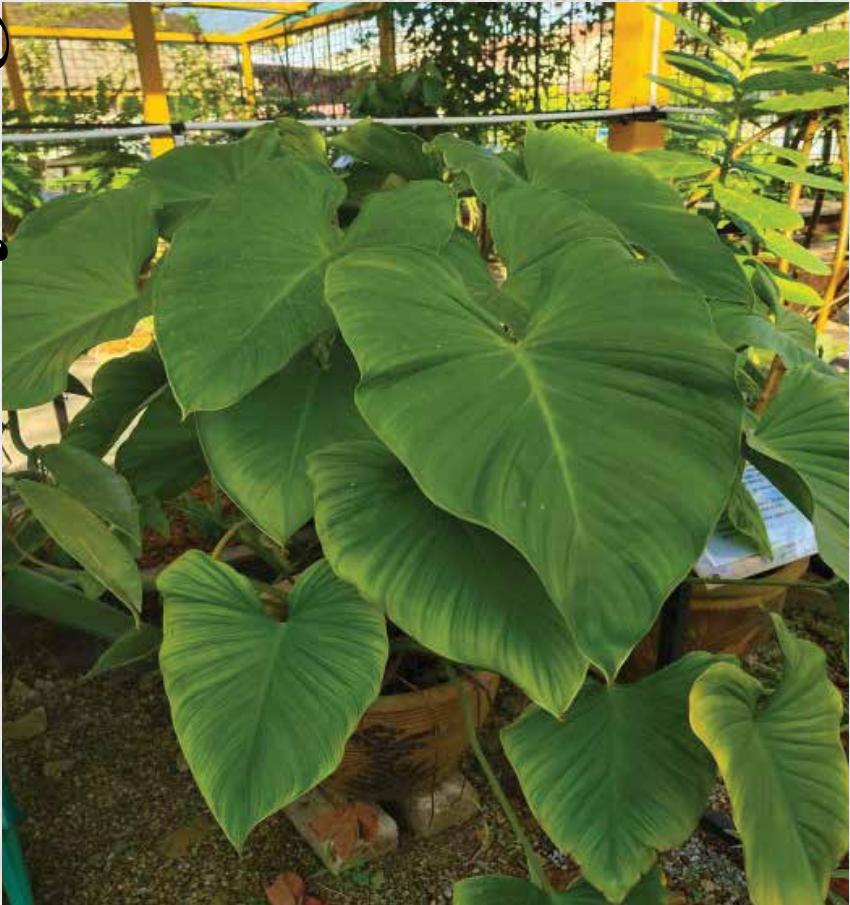
Merawat demam panas

Bunga direbus dan diminum

Merawat kurap dan kudis

Bunga dihancurkan dan ditampal di tempat yang bermasalah

Keladi Kemoyang



Nama Saintifik : ***Homalomena Sagittifolia Jungh.***

Nama Tempatan : **Kemoyang**

Famili : **Araceae**

Cara Pembibitan : **Anak Pokok Dan Belahan Rumpun**

Mengembalikan kecergasan diri dan mengecutkan rahim bagi wanita selepas bersalin. Digunakan untuk membalut tungku

Ubi direbus dan diminum dua hingga tiga kali sehari.

Daun digunakan untuk membalut tungku

Untuk perut senak atau tidak selesa

Daun dan batangnya dilumatkan dan dijadikan ubat sapu

Meredakan demam panas

Ubi direbus dan diminum

Kemboja



Nama Saintifik : ***Plumeria Rubra L.***

Nama Tempatan : **Bunga Kubur, Pokok Bara Api**

Famili : **Apocynaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang Dan Biji Benih**

Merawat sakit gigi

Getah pokok disapu pada tempat yang sakit

Rawatan masalah ketumbuhan

Batang kemboja adalah salah satu bahan yang digunakan dalam ramuan perubatan, biasanya dihasilkan dalam bentuk kapsul

Kemunting



Nama Saintifik : ***Rhodomyrtus Tomentosa (Aiton) Hassk.***

Nama Tempatan : **Keremunting, Lidah Katak**

Famili : **Myrtaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Mengecutkan peranakan dan mandian ibu selepas bersalin

Daun dan bunga yang telah dikeringkan adalah salah satu bahan dalam penghasilan kapsul. Manakala daun dicampurkan ke dalam air mandian herba dan digosok pada badan

Merawat buasir

Daun dan bunga ialah salah satu campuran bahan yang dijemur, dikeringkan dan dikisar. Ramuan di masukkan ke dalam kapsul. Kapsul dimakan dua kali sehari pada waktu pagi dan malam

Kemunting Cina



Nama Saintifik : ***Catharanthus Roseus (L.)G.don***

Nama Tempatan : **Rumput Jalang, Ros Pantai, Tapak Dara, Tahi Ayam Busuk**

Famili : ***Apocynaceae***

Cara Pembiakan : **Keratan Batang Dan Biji Benih**

Merawat buasir

Keseluruhan pokok kemunting cina, lada pahit dan serai dipotong kecil dan direbus. Air rebusan diminum tiga kali sehari hingga sembuh

Mengawal tekanan darah tinggi dan glukosa dalam darah

Keseluruhan pokok direbus dan diminum dalam sukatian setengah cawan tiga kali sehari

Merawat sakit kulit

Air rebusan keseluruhan pokok disapu di tempat yang bermasalah

Meredakan gigitan serangga dan binatang berbisa

Batang, daun dan bunga yang dihancurkan disapu di tempat bermasalah

Kenanga



Nama Saintifik : ***Cananga odorata (Lam.)Hook.f.&Thomson***

Nama Tempatan : **Semendarasa**

Famili : **Annonaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan batang**

Penjagaan ibu selepas bersalin dan mandian bunga

Bunga kenanga, bunga melur, bunga cina, bunga sempaka, bunga inai, bunga sena serta limau purut dicampurkan bersama air untuk dijadikan air mandian herba

Mengecutkan peranakan dan merawat buasir

Pokok kenanga yang dikeringkan akan dikisar halus bersama ramuan herba kering lain dan dijadikan kapsul

Merawat demam panas

Bunga ditumbuk lumat dan diminum bersama air suam

Kesidang



Nama Saintifik : ***Vallaris glabra (L.) Kuntze***

Nama Tempatan : **Bunga kerak nasi, tikar seladang**

Famili : **Apocynaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Melawaskan pembuangan air besar dan membersihkan usus

Buah direbus dan diminum

Merangsang pengeluaran peluh

Akar direbus dan diminum

Meredakan rasa sakit dan merawat pelbagai masalah berkaitan tulang

Daun serta akar direbus dan diminum

Mewangikan rambut

Bunga diselit ke dalam sanggul rambut seperti bunga melur

Kesum



Nama Saintifik : **Polygonum minus Huds.**

Nama Tempatan : **Cenohom, chinese knotweed**

Famili : **Polygonaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan batang**

**Mengubati masalah penghadaman, reumatisme dan membunuh atau
menyingkirkan cacing dalam perut**

Ranting berdaun direbus dan diminum

Rawatan kelelumur

*Tumbuk daun untuk perahan jus dan jus tersebut digosok pada kulit kepala serta
dibiarkan selama 3-5 minit sebelum dibilas dengan air bersih*

Perasa dan aroma masakan

Daun dimasukkan dalam masakan

Ketumbar Jawa



Nama Saintifik : *Eryngium foetidum Linn.*

Nama Tempatan : **Jeruju gunung, cilantro, long coriander**

Famili : **Apiaceae**

Cara Pembibitan : **Biji benih dan anak pokok**

Laksatif dan stimulan untuk membuka selera, merawat demam panas, diabetes, kembung perut dan selsema

Air rendaman atau jus daripada daun diminum

Digunakan untuk mencuci rambut, merangsang dan melawaskan haid, merangsang peluh dan merawat demam panas

Keseluruhan pokok direbus atau direndam dan diminum

Digunakan sebagai perisa dalam masakan seperti tom yam, sup dan sebagai ulaman

Ambil daunnya dan masukkan ke dalam masakan atau makan sebagai ulaman

Ketumpang Air



Nama Saintifik : ***Peperomia Pellucida (L.) Kunth***

Nama Tempatan : **Sireh Cina, Sirih Air, Sirih Tanah**

Famili : **Piperaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Menggelakkan jangkitan mata, cirit-birit, batuk, selesema, jangkitan pundi kencing serta menurunkan tekanan darah tinggi

Dikisar dan ditapis jusnya untuk diminum

Meredakan bengkak

Pokok dibersih dan ditumbuk lumat lalu ditampal pada bahagian bengkak

Mengawal tekanan darah tinggi dan gout

Segenggam daun direbus sehingga mendidih dan diminum dua kali sehari

Merawat kayap

Secekak ketumpang air dibersih dan ditumbuk sehingga lumat dan ditampal pada kayap

Kucing Galak



Nama Saintifik : ***Acalypha Indica L.***

Nama Tempatan : **Galak Kucing, Cika Mas**

Famili : **Euphorbiaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih**

Meningkatkan kesihatan dalaman lelaki

Daun dan batang atau akar pokok kucing galak dibersihkan, dikering dan direbus. Air rebusan diminum

Merawat batuk

Secekak daun pokok kucing galak direbus dan air rebusan diminum dua kali sehari

Merawat sembelit dan bronkitis

Akar serta daun direbus dan diminum

Merawat penyakit kulit dan ulser

Akar dan daun yang ditumbuk halus dilumur di kawasan kulit yang bermasalah

Kunyit



Nama Saintifik : ***Curcuma longa Linn.***

Nama Tempatan : **Temu kunyit, saffron**

Famili : **Zingiberaceae**

Cara Pembibitan : **Rizom**

Merawat demam, sakit perut, sengal badan, sakit tekak dan batuk

Ibu kunyit direbus dan diminum bersama asam jawa

Mengubati bisul, penyakit kulit dan gatal

Kunyit ditumbuk dengan belerang dan ditampal di kawasan bermasalah

Merawat sakit otot

Bunga kunyit dijadikan ulaman

Merawat luka

Ibu kunyit (rizom utama) dimasak dengan sedikit minyak bersama asam keping dan manjakani kemudian disapu di tempat luka

Langkenang



Nama Saintifik : ***Alpinia mutica Roxb.***

Nama Tempatan : **Langkenang, kene**

Famili : **Zingiberaceae**

Cara Pembiakan : **Belahan rumpun dan rizom**

Mandian bagi ibu selepas bersalin

Segenggam daun langkenang adalah salah satu bahan dalam penyediaan ramuan mandian selepas bersalin. Ramuan diikat dalam bentuk bunjur dan direbus sehingga mendidih, ditambah air sejuk supaya menjadi suam, dan dijadikan air mandian pada waktu pagi selama tiga hari sebelum atau selepas berurut. Mandi daripada bahagian leher dan ke bawah

Melegakan sakit urat

Ubi langkenang adalah salah satu bahan daripada ramuan untuk melegakan sakit urat. Ramuannya dibersih, dikering dan dikisar sebelum dimasukkan ke dalam kapsul. Kapsul dimakan dua kali sehari sehingga sembuh

Lemuni Putih



Nama Saintifik : ***Vitex Trifolia L.***

Nama Tempatan : **Lemuni Hijau, Legundi**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Penjagaan kesihatan dalaman

Pucuk yang muda dijadikan ulaman, dimakan satu hingga dua kali sehari

Melegakan selesema

Daun direbus sehingga mendidih kemudian wap daripada air rebusan diwarkan ke bahagian muka yang telah diselimutkan sehingga air rebusan menjadi suam

Mandian ibu selepas bersalin

Daun lemuni putih, serai wangi, kantan, capa, inai, lengkuas, berangan, kunyit hitam, dan kunyit direbus sehingga mendidih dan dijadikan mandian sekali sehari pada waktu pagi selama tiga hari. Campuran daun yang telah direbus boleh disimpan di dalam periuk untuk hari seterusnya

Lengkuas



Nama Saintifik : ***Alpinia Galanga (L.) Willd.***
Nama Tempatan : **Greater Galangal, Laos, Laja**
Famili : **Zingiberaceae**
Cara Pembibakan : **Belahan Rumpun Dan Rizom**

Merawat penyakit kulit

Campuran rizom yang ditumbuk bersama dengan cuka digosok pada kulit yang bermasalah dan dibiarkan sebentar sebelum dicuci

Kembung perut

Rizom direbus dan diminum

Merawat sengal tulang dan memanaskan badan

Rizom direbus dan diminum mengikut keperluan

Dijadikan mandian selepas bersalin

Daun dijadikan ramuan mandian

Lidah Buaya



Nama Saintifik : ***Aloe Barbadensis Miller.***

Nama Tempatan : **Aloe Vera, Jadam**

Famili : **Liliaceae**

Cara Pembibitan : **Anak Pokok**

Mengubati sakit kulit, gatal, luka, melecur dan ulser

Lendir daun disapu pada tempat bermasalah

Merawat asma, batuk, sakit buah pinggang dan sakit kepala

Lendir daun dijadikan jus dan diminum

Melebatkan rambut

Lendir daun dilumur pada kulit kepala

Merawat demam panas

Lendir daun disapu pada kepala

Lidah Jin



Nama Saintifik : ***Sansevieria Trifasciata Prain***

Nama Tempatan : **Lidah Jin, Lidah Mertua**

Famili : **Asparagaceae**

Cara Pembibitan : **Anak Pokok**

Rawatan komplementen kepada masalah batu karang

Beberapa helai daun direbus sehingga mendidih dan air rebusan diminum

Merawat buasir dan masalah cacing

Cecair daun diperah dan ditelan atau air rebusan daun diminum

Rawatan komplementen kepada masalah buah pinggang

Beberapa helai daun direbus sehingga mendidih dan air rebusan diminum

Merawat bengkak, bisul dan lebam

Daun ditumbuk lumat dan dilumur di tempat yang bermasalah

Limau Kasturi



Nama Saintifik : ***Citrus Japonica Thunb.***

Nama Tempatan : **Limau Cuwit**

Famili : **Rutaceae**

Cara Pembibakan : **Kaedah Tut**

Penjagaan kesihatan dalaman

Perahan limau kasturi dicampur bersama isi lempoyang dan kunyit yang ditumbuk kemudian ditambah madu dan diminum tiga kali sehari

Melegakan batuk

Perahan jus dari sebiji limau kasturi, dicampur dengan kicap dan diminum sehingga sembuh

Merawat paru-paru berair

Segenggam daun bersama kulit buah direbus dan diminum dua kali sehari sehingga sembuh

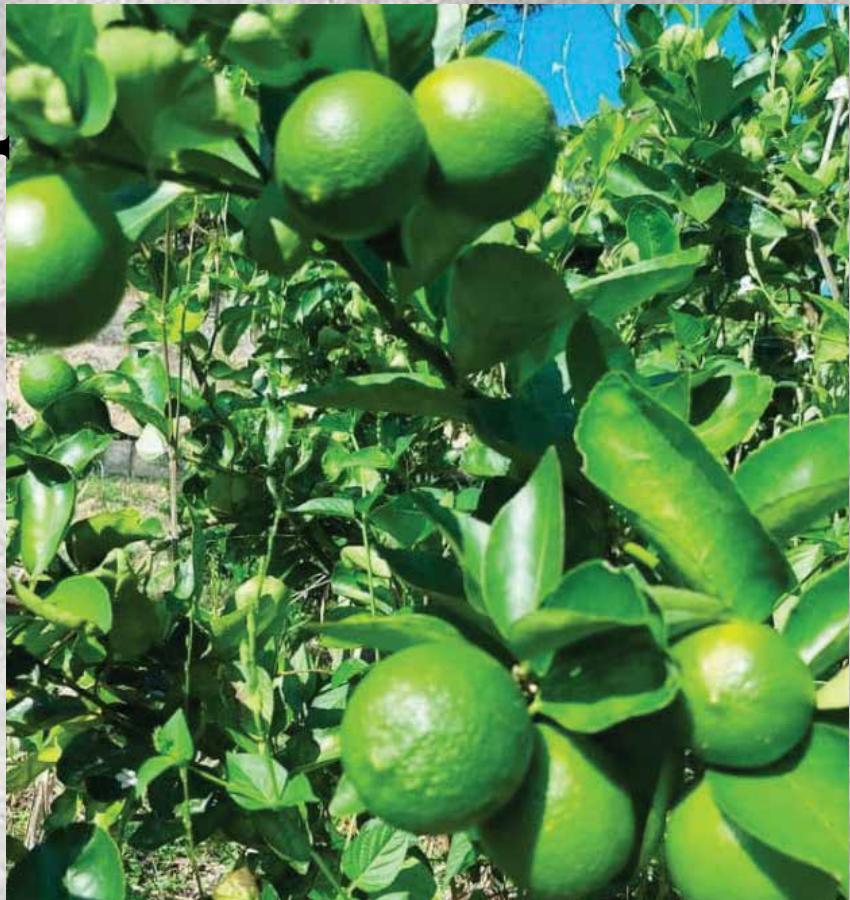
Mencuci rambut dan kulit

Buah dijadikan sebagai campuran air mandian berlimau dan mandian bunga

Menguruskan badan

Jus buah limau kasturi dicampur dengan air dan diminum sekali sehari

Limau Nipis



Nama Saintifik : *Citrus Aurantiifolia (Christm.) Swingle*

Nama Tempatan : **Limau Asam**

Famili : **Rutaceae**

Cara Pembibitan : **Kaedah Tut**

Mandian bagi ibu selepas bersalin

Tiga biji buah limau nipis dan akar pokok sintuk diramas di dalam air dan di tambah sedikit dengan bedak sejuk. Air tersebut dijadikan air mandian

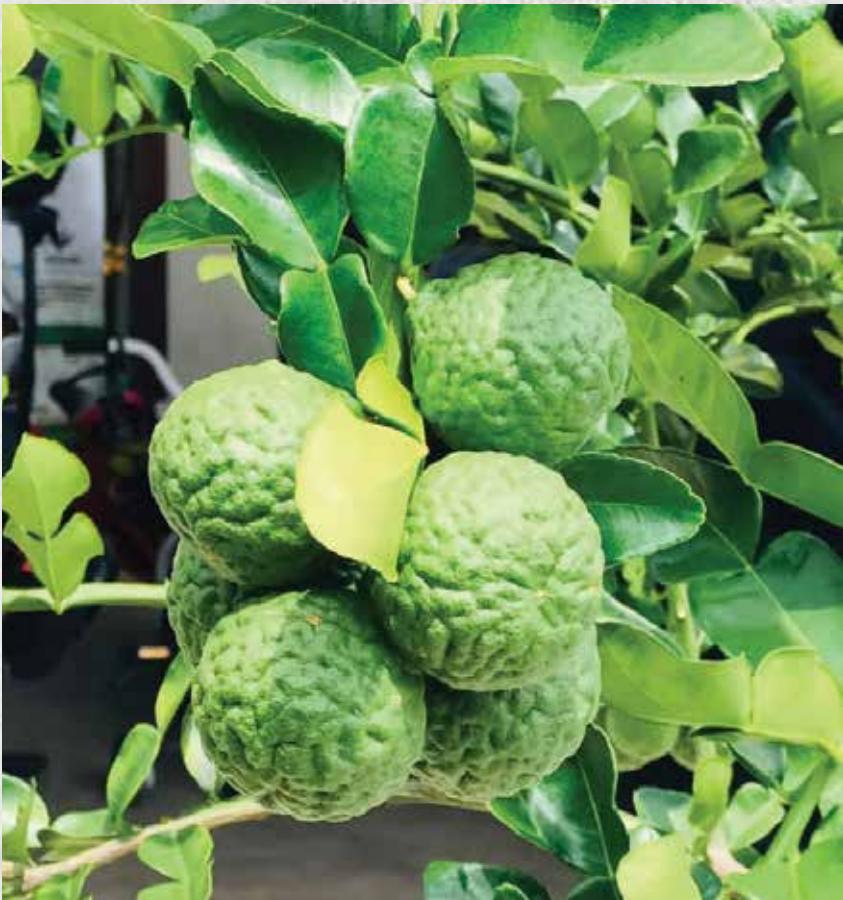
Merawat bisul

Buah diperah, dicampur kapur dan disapu pada tempat sakit

Mengawal tekanan darah tinggi dan aras glukosa dalam darah

Sebijii buah limau nipis diperah dan dicampur dengan air kelapa dan diminum segelas dua kali sehari

Limau Purut



Nama Saintifik : *Citrus Hystrix Dc.*

Nama Tempatan : Limau Purut, Limau Hantu

Famili : *Rutaceae*

Cara Pembiakan : Anak Pokok Dan Kaedah Tut

Menaikkan seri wajah

Daun dicampurkan dalam masakan, atau dihiris halus untuk dijadikan sebagai ulaman

Tonik rambut

Daun dikisar dengan santan, putih telur, dan ketumbar hitam. Bahan diperap di kepala dan dibiarkan selama sejam

Menghilangkan bau badan, mencuci rambut dan menjaga kesihatan kulit

Buah dicampur dalam air dan dijadikan air mandian

Gigitan serangga dan sakit perut

Daun dilumatkan dan disapu pada tempat yang sakit

Mahkota Dewa



Nama Saintifik : ***Phaleria Macrocarpa (Scheff.) Boerl.***

Nama Tempatan : **Mahkota Raja, Mahkota Ratu**

Famili : **Thymelaeaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih**

Mengawal tekanan darah tinggi

Buah diracik, dikeringkan serta dicampur bersama tiga helai daun hempedu bumi dan direndam di dalam air panas sehingga suam. Air rendaman diminum sekali dalam masa sebulan

Melegakan senak perut, cirit-birit dan buasir

Tiga atau tujuh helai daun dibersihkan dan direbus sehingga mendidih, kemudian diminum satu cawan, dua kali sehari pada waktu pagi dan petang sehingga sembuh

Mandian bagi ibu selepas bersalin

Daun mahkota dewa bersama bunga kelapa, pandan, sembung, dan serai wangi dibersihkan, dicampur dan direbus hingga mendidih. Air rebusan dijadikan mandian sewaktu dalam tempoh berpantang

Mas Cotek



Nama Saintifik : ***Ficus Deltoidea Jack.***

Nama Tempatan : **Emas Secotek, Serapat Angin**

Famili : **Moraceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

**Mengekalkan awet muda, melancarkan perjalanan darah, melancarkan haid,
mengetatkan otot-otot serta menambah tenaga**

Buah dan daun direbus dan diminum

Membantu mengecutkan rahim, rawatan selepas bersalin, merawat urat saraf, paru-paru berair, afrodisiak bagi lelaki dan perempuan dan menurunkan kolesterol

Daun dikeringkan, direbus dengan tiga cawan air sehingga tinggal secawan dan dijadikan air minuman

Mengkudu



Nama Saintifik : ***Morinda Citrifolia L.***

Nama Tempatan : **Mengkudu Besar, Mengkudu Hutan**

Famili : **Rubiaceae**

Cara Pembibitan : **Biji Benih**

Mandian bagi ibu selepas bersalin

Daun dijadikan satu daripada bahan ramuan untuk mandian. Ramuan direbus dengan satu baldi air sehingga mendidih. Air rebusan ditambahkan sedikit air sehingga menjadi suam dan dijadikan mandian pada waktu pagi untuk tiga hari berturut-turut selepas mengurut

Membuang angin dan mengempiskan perut ibu selepas bersalin

Daun digunakan untuk melapik tungku

Merawat darah tinggi, batuk, dan sakit perut

Buah mengkudu dimakan segar

Mentua Binasa



Nama Saintifik : ***Alternanthera Brasiliana (L.) Kuntze***

Nama Tempatan : **Alternanthera Merah, Red Leaf**

Famili : **Amaranthaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Ramuan minyak urut

Daun dan batang pokok mentua binasa dikering dan dijadikan sebagai satu bahan dalam ramuan pembuatan minyak urut

Misai Kucing



Nama Saintifik : ***Orthosiphon Stamineus (Benth.) Kudo***

Nama Tempatan : **Kumis Kucing, Teh Jawa, Cat Whisker**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Merawat batu karang, gout, sengal sendi dan penyakit berkaitan dengan sistem perkumuhan

Daun direbus dan diminum

Merawat kencing manis

Pokok misai kucing direbus bersama hempedu bumi, kemudian diminum

Merawat penyakit darah tinggi

2 – 3 helai daun direndam dalam air panas dan diminum

Memulihkan tenaga batin

Tiga kuntum bunga dan tujuh helai daun direndam dalam air panas dan diminum

Mulberi



Nama Saintifik : ***Morus Alba L.***

Nama Tempatan : **Besaram, Blueberry,Bebesaram**

Famili : **Moraceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Mengawal tekanan darah tinggi

Daun mulberi dicampur bersama daun mas cotek, pecah beling, serai kayu, mempelas, sambung nyawa, hempedu bumi dan pegaga. Semua ramuan dimasukkan ke dalam jag dan isikan air panas. Biarkan air suam. Minum dua kali sehari pada waktu pagi dan malam

Merawat sakit kulit

Daun mulberi dicampur dengan biji betik, daun bunga raya, daun durian belanda, habbatus sauda, buah keras, minyak kelapa dara dan minyak zaitun. Semua bahan dimasak dan ditambah minyak masak dan minyak kayu putih. Ramuan dimasak dengan menggunakan api yang perlahan, selama tiga hari. Minyak tersebut disapu pada kulit yang sakit

Naga Buana



Nama Saintifik : ***Phyllanthus Pulcher Wall.ex Mull.arg.***

Nama Tempatan : **Langka Buana, Ubat Kelurut**

Famili : ***Phyllanthaceae***

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Ramuan minyak urut

Akar naga buana, adalah salah satu bahan ramuan untuk dijadikan minyak urut

Merawat kayap

Daun diramas atau ditumbuk dan ditampal pada tempat terkena kayap

Merawat patah tulang

Pucuk daun adalah salah satu daripada bahan dalam ramuan yang ditumbuk sehingga lumat. Putih telur dicampurkan bersama-sama ramuan ini dan diletakkan di atas daun mulung untuk membalut bahagian yang patah

Nanas Batu



Nama Saintifik : *Ananas Ananassoides (Baker) L.b.sm.*

Nama Tempatan : **Nanas Batu**

Famili : **Bromeliaceae**

Cara Pembibitan : **Sulur**

Rawatan komplemen kepada masalah batu karang

Buah dikupas dan dibelah kepada tiga, lima atau tujuh bahagian. Satu bahagian nanas batu direndam di dalam air suam dan diminum. Keratan buah yang direndam dimakan sekali sehari

Mengawal tekanan darah tinggi

Sebijji buah dimakan apabila perlu

Melegakan urat saraf

Buah adalah salah satu bahan ramuan untuk dijadikan kapsul

Nona



Nama Saintifik : ***Annona Squamosa L.***

Nama Tempatan : **Seri Kaya**

Famili : **Annonaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih**

Meredakan demam panas dan merawat gout

Segenggam daun diramas di dalam air dan dijadikan air mandian dua kali sehari pada waktu pagi dan petang sehingga sembuh

Rawatan komplemen masalah ketumbuhan

Akar diasah bersama kemenyan dan ditambahkan dengan sedikit air. Diminum tiga atau empat kali sehari selama seminggu

Nona Makan Sirih



Nama Saintifik : ***Clerodendrum Thomsonae Balf.f.***

Nama Tempatan : **Nona Makan Sirih**

Famili : **Verbenaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Merawat kencing tidak lawas

15 g daun direbus dengan tiga gelas air selama 15 minit. Setelah sejuk, tapis dan minum dua kali sehari

Pandan Wangi



Nama Saintifik : ***Pandanus Odorus Ridl.***

Nama Tempatan : **Daun Pandan, Screwpine**

Famili : **Pandanaceae**

Cara Pembiakan : **Sulur Pokok**

Merawat darah tinggi dan kencing manis

Daun direbus dan diminum

Mengecutkan rahim

Akar direbus dan diminum oleh wanita selepas bersalin

Pewarna dan pewangi masakan

Daun digunakan dalam masakan

Digunakan untuk menghalau tikus, lipas dan pijat-pijat

Daun pandan yang segar diletakkan di tempat persembunyian haiwan perosak tersebut

Merawat bengkak payudara

Daun ditumbuk serta dicampur sedikit kapur dan ditampal pada payudara

Patawali



Nama Saintifik : *Tinospora crispa (L.) Hook.f.& Thomson*

Nama Tempatan : Akar seruntum, putarwali

Famili : *Menispermaceae*

Cara Pembiakan : Keratan batang

Rawatan kencing manis

Akar dan batang patawali dikeringkan, ditumbuk lumat menjadi serbuk untuk dijadikan kapsul. Makan tiga biji untuk tiga kali sehari

Meredakan demam kuning

Batang patawali sepanjang satu jari manis dan empat helai daun nilam direbus sehingga mendidih. Air rebusan diminum secawan pada setiap hari

Pecah Beling



Nama Saintifik : ***Strobilanthes crispus* Blume**

Nama Tempatan : **Pecah batu, batu jin, keji beling**

Famili : **Acanthaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan batang**

Merawat gout, batu karang dan melawaskan kencing

Tujuh helai daun direbus bersama $1\frac{1}{2}$ liter air sehingga mendidih, dan diminum dua kali seminggu

Sakit buah pinggang dan cuci usus

Dua helai daun dimakan sebagai ulam

Penjagaan ibu selepas bersalin dan mengawal tekanan darah tinggi

Daun ialah salah satu daripada ramuan herba yang dicampurkan dalam kuantiti yang sama. Bahan hendaklah dicuci dan dijemur sehingga kering, dikisar menjadi serbuk dan masukkan ke dalam kapsul. Dimakan dua kali sehari

Pegaga



Nama Saintifik : ***Centella asiatica (L.) Urban.***

Nama Tempatan : **Tapak kuda**

Famili : ***Umbelliferae***

Cara Pembibitan : **Keratan batang yang berakar**

Merawat kencing manis, darah tinggi, batu karang, buasir, panas badan, kencing tidak lawas dan batuk

Air pegaga direbus kemudian ditapis dan dijadikan minuman

Mengekalkan awet muda, sebagai pemutih muka dan untuk menguruskan badan
Dimakan segar sebagai ulaman dan sayuran

Merawat kudis, ulser, luka dan masalah kulit

Air perahan keseluruhan tumbuhan disapu pada tempat bermasalah

Pokok Ajaiib



Nama Saintifik : ***Synsepalum dulcificum (Schumach.&Thonn.) Daniell***

Nama Tempatan : **Sweet berry, miracle fruit**

Famili : **Sapotaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan batang**

Rawatan komplemen barah tulang

Daun direbus bersama daun jarum tujuh bilah, asing- asing gajah, jarak bunting, perandai, akar putih dan akar kerbau amuk. Air rebusan diminum

Merawat kencing manis dan tekanan darah tinggi

Biji buah ajaib direbus dengan satu gelas air sehingga mendidih. Setelah sejuk, tapis dan diminum

Merawat sakit gigi

Daun ditumbuk lumat dan diletakkan di tempat yang sakit

Pucuk Manis



Nama Saintifik : *Sauvagesia androgynous (L.) Merr.*

Nama Tempatan : Asin-asin, cekur manis

Famili : *Euphorbiaceae*

Cara Pembibitan : Keratan batang

Menggalakkan penghasilan susu ibu dan pemulihan rahim

Daun dimakan sebagai sayuran

Merawat darah tinggi

Daun direbus dan diminum

Merawat ulser hidung

Akar dan daun ditumbuk halus bersama kulit kayu manis dan dituam di tempat yang sakit

Meredakan demam

Daun direbus dan diminum

Merawat kencing tidak lawas

Daun direbus dan diminum

Pudina



Nama Saintifik : ***Mentha arvensis Linn.***

Nama Tempatan : **Daun pudina**

Famili : **Lamiaceae**

Cara Pembiakan : **Keratan batang**

Sebagai ubat antiasma, mengeluarkan angin, mengeluarkan kahak, merangsang peluh, merawat cirit, demam, masalah penghadaman, sakit perut, resdung, sakit gigi, sakit kepala, sakit mata, selesema dan senggugut

Daun dan ranting direbus atau dicampurkan dengan air mendidih untuk diminum

Melambatkan penuaan, menyegarkan pernafasan dan meningkatkan selera makan
Kunyah daun setiap hari atau dimakan sebagai ulam

Puding



Nama Saintifik : ***Codiaeum Variegatum (L.) Rumph.ex A.juss.***

Nama Tempatan : **Daun Puding**

Famili : **Euphorbiaceace**

Cara Pembiakan : **Keratan Batang**

Merawat sembelit

Akar puding berdaun hijau dikunyah dan ditelan cecairnya

Melawaskan kencing pada kanak-kanak

Daun puding ditumbuk lumat dan ditampal pada perut kanak-kanak

Meredakan demam

Daun puding direbus dan diembunkan. Sapukan pada kepala hingga pangkal leher.

Sapuan dibuat berulang kali sehingga sembuh

Mandian ibu selepas bersalin

Daun puding merah dicampurkan dengan serai wangi, lengkuas, jambu batu dan biji kani. Semua bahan diramas di dalam air dan dibuat mandian selama 40 hari

Pulih Dara



Nama Saintifik : *Dianella Ensifolia (L.) Dc.*

Nama Tempatan : Siak-Siak, Meroyan Sisik,
Siak-Siak Jantan

Famili : *Liliaceae*

Cara Pembibakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

**Penjagaan kesihatan dalaman wanita, penjagaan bagi ibu selepas keguguran atau bersalin , merawat meroyan, membuang angin dalam badan
Campuran ramuan ubat periu**

Merawat badan lesu

Batang pulih dara dikeringkan, dimasukkan ke dalam secawan air panas. Setelah sejuk, ditapis untuk diminum

Merawat kecacingan

Akar pulih dara ditumbuk lumat lalu ditampal pada perut

Rancang Besi



Nama Saintifik : ***Smilax calophylla Wall. ex A. DC.***

Nama Tempatan : **Rancang tembaga, besi tongkat, lancang besi**

Famili : **Smilacaceae**

Cara Pembiakan : **Biji benih dan keratan batang**

Rawatan selepas bersalin

Ubi rancang besi direbus dengan dua gelas air hingga tinggal separuh, tapis dan diminum

Penjagaan kesihatan dalaman

Akar diberisihkan dan dicincang halus bersama akar seribu guna. Kesemua bahan dijemur hingga kering. Ramuan tersebut direbus hingga mendidih dan air rebusan diminum dua kali sehari iaitu satu cawan pada waktu pagi dan satu cawan pada waktu malam

Menguatkan tenaga batin lelaki

Ubi rancang besi dibersihkan dan direbus bersama ubi rancang tembaga, ubi mentua binasa, akar tongkat ali dan seluruh pokok kacip fatimah. Air rebusan diminum tiga kali sehari selama seminggu

Sambung Nyawa



Nama Saintifik : ***Gynura procumbens (Lour.)Merr.***

Nama Tempatan : **Akar sebiak, kelemai merah, daun dewa**

Famili : **Asteraceae**

Cara Pembibakan : **Keratan batang**

Melegakan demam

Daun direbus dan diminum

Merawat kencing manis, darah tinggi dan barah

Dimakan sebagai ulaman dalam kuantiti dua atau tiga helai sehari. Penggunaan yang berlebihan boleh memudararatkan

Rawatan selepas bersalin

Keseluruhan pokok direbus dan diminum.

Selasin



Nama Saintifik : *Ocimum Basilicum (Linn.) Engl.*

Nama Tempatan : Kemangi, Sweet Basil

Famili : *Lamiaceae*

Cara Pembibitan : Biji Benih

Mencegah bau mulut dan gastrik

Daun dimakan segar sebagai ulaman

Merawat ruam, penyakit kulit, sakit kepala, meredakan demam dan bengkak

Daun direndam di dalam air panas untuk dijadikan teh dan diminum

Mencuci kudis

Daun direbus dan air rebusan digunakan untuk mencuci bahagian yang sakit

Merawat ulser mulut

Daun direbus dan digunakan untuk berkumur

Sebagai laksatif dan sedatif, merawat demam panas dan sakit perut

Biji selasih direndam dan diminum

Semambu



Nama Saintifik : ***Azadirachta Indica A.juss.***

Nama Tempatan : **Bambu, Semambu, Laksamana**

Famili : **Meliaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Merawat demam campak

Daun diramas, direbus dan dijadikan air mandian tiga kali sehari sehingga sembuh.
Daunnya juga boleh ditumbuk bersama sedikit beras, disapu ke seluruh badan untuk mengubati campak

Penjagaan ibu selepas bersalin

Akar dijadikan ramuan ubat periuk

Merawat gastrik

Pucuk dibersihkan dan dimakan begitu sahaja

Merawat resdung

Daun ditumbuk halus, dicampurkan dengan bedak sejuk dan dijemur sehingga kering. Tambah dengan sedikit air kemudian sapu pada bahagian muka untuk dibuat bedak sejuk

Serai Wangi



Nama Saintifik : ***Cymbopogon Nardus (L.) Redl.***

Nama Tempatan : **Serai Wangi**

Famili : **Poaceae**

Cara Pembibitan : **Belahan Rumpun**

Rawatan selepas bersalin

Daun dijadikan ramuan bertangas, ramuan jamu, mandi herba, mandi wap, pelapik tungku dan ramuan minyak urut

Melegakan sakit kepala (angin meroyan dalam pantang selepas bersalin)

Daun serai wangи dan jintan hitam ditumbuk hingga menjadi pes dan ditampal pada dahi

Merawat sakit perut

Minyak pati disapu pada perut

Setawar Bukit



Nama Saintifik : ***Costus Speciosus (J. Koenig) Sm.***

Nama Tempatan : **Setawar Hutan**

Famili : **Costaceae**

Cara Pembibakan : **Rizom Dan Keratan Batang**

Merawat demam, sakit kepala, loya dan melawaskan pembuangan air kecil
Rizom direbus dan diminum

Melegakan batuk
Rizom dikunyah bersama buah pinang

Menambah tenaga batin
Tunas dicampur dengan herba lain dan dibuat sup

Sirih



Nama Saintifik : ***Piper Betle L.***

Nama Tempatan : **Sirih Kampung, Sirih India**

Famili : **Piperaceae**

Cara Pembibitan : **Keratan Batang**

Menghilangkan bau badan, melancarkan haid dan meredakan senggugut

Daun direbus dan dijadikan air minuman

Merawat sakit mata

Daun dihancurkan dan dititiskan ke dalam mata

Mengubati keputihan dan kegatalan pada bahagian sulit wanita

Daun direbus dan dijadikan air cucian di tempat bermasalah

Melawaskan kencing

Daun dimakan bersama buah pinang

Telang



Nama Saintifik : ***Clitoria Ternatea L.***

Nama Tempatan : **Telang, Bunga Biru**

Famili : **Fabaceae**

Cara Pembibakan : **Biji Benih Dan Keratan Batang**

Mengurangkan sakit kepala

Bunga dan daun dimasukkan ke dalam kain dan dijadikan bantal sebagai alas untuk tidur

Merawat ulser dan insomnia

Bunga direndam dalam air panas dan diminum

Penjagaan kesihatan mata

Buah atau daun direbus dan diminum atau dijadikan cucian muka

Rawatan jerawat

Daun ditumbuk dan dilumur di kawasan bermasalah

Tetulang



Nama Saintifik : ***Euphorbia Tirucalli L.***

Nama Tempatan : **Tulang-Tulang, Kayu Patah Tulang**

Famili : **Euphorbiaceae**

Cara Pembibakan : **Keratan Batang**

Rawatan selepas bersalin, menyegarkan badan dan melegakan sengal tulang

Batang dijadikan satu ramuan rebusan air mandian

Merawat kutil, bisul dan ketuat

Getah pokok disapu pada tempat sakit

Merawat tulang patah, bengkak dan terseluih

Batang ditumbuk lumat dan ditampal di tempat yang cedera

Tongkat Ali



Nama Saintifik : ***Eurycoma Longifolia Jack.***

Nama Tempatan : **Penawar Pahit, Payung Ali**

Famili : **Simaroubaceae**

Cara Pembiakan : **Biji Benih**

Merawat lemah tenaga batin pada lelaki, kudis, rahim jatuh, sengal tulang, lemah urat, demam kuning, cirit-birit, sakit pinggang, luka selepas bersalin, tekanan darah tinggi, demam panas dan kecacingan

Akar direbus dengan tiga gelas air hingga tinggal segelas. Tapis dan diminum

Merawat luka-luka kecil

Daun ditumbuk sehingga halus dan disapu di tempat yang bermasalah

Kenan atau gatal-gatal

Daun dan akar yang telah dikeringkan direbus. Air rebusan digunakan untuk membasuh bahagian yang sakit. (Basuh dan gosok tempat bermasalah dengan air rebusan akar dan daun yang dikeringkan)

RUJUKAN

Abdullah Al-Qari b. Hj. Salleh (A.Q.H.A.S). Cetakan keempat 2012. Ensiklopedia herba-herba sekeliling kita.

Abdullah Md. Zain, Noor Asiah Ismail, Razifah Mohd Razali, Noor Hisham Mohd Zainal Abidin, Site Noorzuraini Abd. Rahman. 2016. Tumbuhan ulam. Herba tradisi Malaysia.

Azimah Abd Kadir, Rosnani Abd Ghani, Wan Khairul Anuar Wan Ali, Mohd. Rani Awang, Nurul Najwa Zaini, Faqhrul Radzi Zulkafley & Dr Salma Idris. 2018. Spesies tumbuhan. Herba dan rempah ratus. Taman Botani Perdana.

Kong Yook Ching. 2006. Pengenalan kepada tumbuh-tumbuhan perubatan Malaysia.

Nik Musa'adah Mustapha, Nik Zanariah Nik Mahmood, Nor Azah Mohd Ali, Norini Haron. 2017. Khazanah perubatan melayu. Tumbuhan ubatan. Jilid 1.

Nik Musa'adah Mustapha, Nik Zanariah Nik Mahmood, Nor Azah Mohd Ali, Norini Haron. 2017. Khazanah perubatan melayu. Tumbuhan ubatan. Jilid 2.

Ong Hean Chooi. 2004. Tumbuhan liar. Khasiat ubatan dan kegunaan lain.

Ong Hean Chooi. 2013. Rumpai : Khasiat ubatan & makanan : menyingkap keajaiban penawar di sekeliling anda.

Ong Hean Chooi. 2006. Tanaman hiasan. Khasiat ubatan dan kegunaan lain.

Siti Fuziah Yusof, Sabariah Bakri. Cetakan kedua 2015. Tumbuhan ubatan liar di sekeliling anda.

Siti Fuziah Yusof. Nor Azlina Jaafar. Cetakan pertama 2010. Tanaman hiasan ubatan di sekeliling anda.

SMSI & Fauziah A R. 2008. Khasiat tumbuhan hijau untuk perubatan tradisional. Jilid 1.

SMSI & Fauziah A R. 2008. Khasiat tumbuhan hijau untuk perubatan tradisional. Jilid 2.

SIDANG REDAKSI

Penasihat

Encik Christopher John Biai

Ketua Editor

Dr. Sukati bin Sakka

Penolong Ketua Editor

Puan Siew I Rene

Editor

Puan Rozita binti Hamid

Encik Muhammad Daniel Yee bin Abdullah

Puan Siti Farah binti Halim

Encik Ahmad Fikri bin Mohd Samsudin

Sidang Pengarang

Puan Siti Kholijah binti Mohamad Fazil

Puan Azlina binti Muhamad Hanapiah

Puan Halimahtussa'adiah binti Zainal Abidin

Puan Norshatikah binti Jamil

Encik Mohd Haffiz bin Ishasa



100 SPESIES HERBA

Di Taman Herba Bertam

Khasiat Dan Penggunaan, Edisi 1

Jabatan Pertanian Malaysia

Aras 7-17, Blok 4G2, Presint 4, Wisma Tani

No.30 Persiaran Perdana, Presint 4, 62624, Putrajaya

No. Tel : 03-8870 3000 | No Faks : 03-8888 5069

Laman Web : <http://www.doa.gov.my>

Bahagian Pembangunan Industri Tanaman

Jabatan Pertanian Malaysia

Kompleks Pertanian Bumbong Lima

13200, Kepala Batas, Pulau Pinang

Tel : 04-575 1124 | Fax : 04-575 8224

Taman Herba Bertam

Jalan Tun Hamdan Sheikh Tahir

13200, Kepala Batas, Pulau Pinang

Tel : 04-575 3505



ISBN-13: 978-963-047-303-3



9 78963 0473031

