



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

BUKU PINTAR

TANAMAN OBAT & OBAT TRADISIONAL

**UNTUK KEGIATAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT**



**Pusat Studi Obat Herbal
Laboratorium Biologi Farmasi**

**Asih Triastuti
Arde Toga Nugraha**

Buku Pintar

Tanaman Obat & Obat Tradisional

untuk Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Penulis:

Asih Triastuti
Arde Toga Nugraha

Pusat Studi Obat Herbal
Laboratorium Biologi Farmasi

Penerbit:



UNIVERSITAS
ISLAM
INDONESIA

2021

Buku Pintar Tanaman Obat & Obat Tradisional untuk Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat

Penulis: Asih Triastuti
Arde Toga Nugraha

©2021 Penulis

Hak cipta dilindungi Undang-Undang.

Dilarang memperbanyak atau memindahkan seluruh atau sebagian isi buku ini dalam bentuk apapun, baik secara elektronik ataupun mekanik termasuk memfotokopi, tanpa izin dari Penulis.

Ukuran : 16 cm x 23 cm

Jumlah Halaman: xiv + 102

Cetakan I

Maret 2021 M / Zulhijah 1442 H

ISBN : 978-602-450-640-7

E-ISBN : 978-602-450-639-1 (PDF)

Penerbit:



Kampus Terpadu UII

Jl. Kaliurang Km 14,5 Yogyakarta 55584

Tel. (0274) 898 444 Ext. 2301; Fax. (0274) 898 444 psw 2091

<http://gerai.uui.ac.id>; e-mail: penerbit@uui.ac.id

Anggota IKAPI, Yogyakarta

Kata Pengantar

Alhamdulillah, *Buku Pintar Tanaman Obat & Obat Tradisional* telah selesai disusun. Buku ini berisi informasi tentang pengenalan tanaman obat, khasiat, cara penggunaan, dan kewaspadaan saat menggunakan tanaman tersebut. Menggunakan tanaman obat bukan berarti selalu aman dan berkhasiat. Khasiat dan keamanan akan tercapai apabila dalam penggunaannya memperhatikan berbagai faktor yang telah dijabarkan di dalam buku ini. Buku ini juga dilengkapi dengan gambar tanaman untuk memudahkan dalam pengenalan identitas tanaman. Penulis berharap buku ini dapat digunakan sebagai panduan dalam melaksanakan pengabdian kepada masyarakat terutama dalam bidang kesehatan.

Kami ucapkan terima kasih kepada DPPM Universitas Islam Indonesia yang telah memberikan hibah pengabdian masyarakat yang salah satunya terwujud dalam buku ini. Penulis berharap buku ini dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat akan manfaat dan penggunaan tanaman obat.

Yogyakarta, Juli 2021

Penulis

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	v
Daftar Isi	vii
Bagian 1. Pengantar Penggunaan Tanaman Obat	1
7 Prinsip Penggunaan Obat Tradisional	2
Membuat Simplisia Tanaman Obat.....	5
Cara Penggunaan Tanaman Obat.....	6
Satuan Takaran dalam Obat Tradisional.....	7
Bentuk Penyiapan Tanaman Obat.....	8
Mengenal Obat Tradisional di Indonesia.....	10
Kontraindikasi Penggunaan Tanaman Obat.....	12
Pertimbangan Umum	12
Kontraindikasi	13
Perhatian.....	13
Efek samping.....	13
Interaksi.....	13
Bagian 2. Jenis Tanaman Obat	15
Adas	16
Penggunaan	16
Cara pemakaian.....	17
Kewaspadaan.....	17
Aloe.....	18
Penggunaan	18
Cara pemakaian.....	19
Kewaspadaan.....	19
Bawang Putih.....	20
Penggunaan	20

Cara pemakaian.....	20
Kewaspadaan.....	21
Brotowali	22
Penggunaan	22
Cara pemakaian.....	23
Kewaspadaan.....	23
Cengkih	24
Penggunaan	24
Cara pemakaian.....	25
Kewaspadaan.....	25
Interaksi dengan obat-obatan.....	25
Dandang Gendhis.....	26
Penggunaan	26
Cara pemakaian.....	26
Kewaspadaan.....	27
Daun Bangun	28
Penggunaan	28
Cara pemakaian.....	29
Kewaspadaan.....	29
Daun Sendok.....	30
Penggunaan	30
Cara pemakaian.....	30
Kewaspadaan.....	31
Daruju.....	32
Penggunaan	32
Cara pemakaian.....	32
Kewaspadaan.....	32
Daun Seribu	33
Penggunaan	33
Kewaspadaan.....	33
Kehamilan/Menyusui	34
Delima	35
Penggunaan	35

Cara pemakaian.....	36
Kewaspadaan.....	36
Gempur Batu.....	37
Penggunaan	37
Cara pemakaian.....	38
Kewaspadaan.....	38
Ginseng Jawa	39
Penggunaan	39
Cara pemakaian.....	39
Kewaspadaan.....	39
Jahe.....	40
Penggunaan	40
Cara pemakaian.....	41
Kewaspadaan.....	41
Efek samping.....	41
Jambu Biji.....	42
Penggunaan	42
Cara pemakaian.....	42
Kewaspadaan.....	43
Kejibeling	44
Penggunaan	44
Cara pemakaian.....	44
Kewaspadaan.....	44
Keladi Tikus	45
Penggunaan	45
Cara pemakaian.....	45
Kewaspadaan.....	45
Kembang Telang	46
Penggunaan	46
Cara pemakaian.....	47
Kewaspadaan.....	47
Kemuning.....	48
Penggunaan	48

Cara pemakaian.....	49
Kewaspadaan.....	49
Kencur.....	50
Penggunaan	50
Cara pemakaian.....	51
Kewaspadaan.....	51
Kumis kucing.....	52
Penggunaan	52
Cara pemakaian.....	53
Kewaspadaan.....	53
Kunyit	54
Penggunaan	54
Cara pemakaian.....	54
Kewaspadaan.....	55
Lavender.....	56
Penggunaan	56
Cara pemakaian.....	56
Kewaspadaan.....	56
Legundi	57
Penggunaan	57
Cara pemakaian.....	57
Kewaspadaan.....	57
Lengkuas	58
Penggunaan	58
Cara pemakaian.....	59
Kewaspadaan.....	59
Meniran	60
Penggunaan	60
Cara pemakaian.....	61
Kewaspadaan.....	61
Mengkudu	62
Penggunaan	62



Cara pemakaian.....	63
Kewaspadaan.....	63
Mint.....	64
Penggunaan	64
Cara Pemakaian.....	65
Kewaspadaan.....	65
Okra	66
Penggunaan	66
Cara Pemakaian.....	67
Kewaspadaan.....	67
Pepaya	68
Penggunaan	68
Cara pemakaian.....	69
Kewasadaan.....	69
Prasman.....	70
Penggunaan	70
Cara pemakaian.....	71
Kewaspadaan.....	71
Purwoceng	72
Penggunaan	72
Cara pemakaian.....	73
Kewaspadaan.....	73
Rosela	74
Cara pemakaian.....	75
Kewaspadaan.....	75
Sambiloto.....	76
Penggunaan	76
Cara Pemakaian.....	77
Kewaspadaan.....	77
Salam	78
Penggunaan	78

Cara pemakaian.....	78
Kewaspadaan.....	78
Seledri.....	79
Penggunaan	79
Cara Pemakaian.....	80
Kewaspadaan.....	80
Sereh.....	81
Penggunaan	81
Cara pemakaian.....	81
Kewaspadaan	81
Sirih.....	82
Penggunaan	82
Cara pemakaian.....	83
Kewaspadaan.....	83
Sirih Merah	84
Penggunaan	84
Cara pemakaian.....	84
Kewaspadaan.....	84
Tempuyung	85
Penggunaan	85
Cara pemakaian.....	85
Kewaspadaan.....	85
Temu Ireng	86
Penggunaan	86
Cara pemakaian.....	86
Kewaspadaan	87
Temu Lawak	88
Penggunaan	88
Cara pemakaian.....	88
Kewaspadaan.....	89
Temu mangga	90
Penggunaan	90

Cara pemakaian	90
Kewaspadaan	90
Zodia	91
Penggunaan	91
Cara pemakaian.....	91
Kewaspadaan	91
Referensi	93
Kredit gambar	99