



Panduan Survival Prajurit di Lapangan

@Hak Cipta 2010 pada penyusun

Hak Cipta dilindungi Undang-undang, dilarang memperbanyak buku ini, baik sebagian atau seluruhnya dalam bentuk apapun tanpa izin penyusun dan penerbit

Desain/Layout :

Ahmad Saefudin S. dan M. Dzikri Anugerah

Pustakawan : Ahmad Saefudin S.

KATALOG DALAM TERBITAN

Panduan Survival Prajurit di Lapangan / oleh U. Soetisna, D. Priadi, A. Purnawan, Suhardi, dan I. Muzamil.—Bogor: Puslit Bioteknologi-LIPI, 2010

xi, 74 hal. : ill. ; 16 cm.

ISBN : 978-602-98275-0-7

1. Tumbuhan survival 2. Tumbuhan pangan 3. Tumbuhan obat
4. Survival prajurit 5. Indonesia



Panduan Survival Prajurit di Lapangan

Kerjasama

Pusat Penelitian Bioteknologi-LIPI

Kementerian Negara Riset dan Teknologi

Labzi, Ditziad

Penyusun :

Dr.Dipl.Inz. Usep Soetisna, M.Sc (Agric.)

Drs. Dody Priadi

Awan Purnawan, S.Si

Mayor Czi. Suhardi, A.Md

Kapten Czi. Imal Muzamil

Pusat Penelitian Bioteknologi – LIPI
Jl. Raya Bogor Km. 46 Cibinong 16911 Bogor, Jawa Barat.
Tlp. 021-8754587; Fax. 021-8754588
Website : www.biotek.lipi.go.id
Tahun 2010

KATA PENGANTAR

Buku Panduan Survival Prajurit di Lapangan ini merupakan salah satu implementasi kegiatan Program Insentif Riset Dasar RD-2010-1823 yang berjudul ***“Pemanfaatan Tumbuhan Indonesia sebagai Pangan dan Obat Herbal Darurat bagi Prajurit di Lapangan (Field Survival)”*** yang dibiayai oleh Kementerian Negara Riset dan Teknologi (KNRT) selama tahun 2009-2010 di Pusat Penelitian Bioteknologi LIPI, Cibinong.

Rangkaian hasil kegiatan lainnya meliputi pembuatan pangkalan data (*data base*) tumbuhan survival, pembangunan Arboretum tumbuhan pangan dan obat herbal yang didirikan di sekitar markas Lab. NUBIKA (Nuklir Biologi Kimia) Cogreg, Kecamatan Parung, Kabupaten Bogor yang dilanjutkan dengan Pelatihan Tata Kelola Arboretum.

Buku ini diharapkan menjadi pelengkap panduan prajurit dalam melaksanakan tugas di lapangan dalam rangka pertahanan dan keamanan NKRI

Akhirnya Tim Pelaksana Kegiatan Penelitian Riset Dasar RD-2010-1823 mengharapkan hasil-hasil kerjasama yang telah terjalin ini dapat dimanfaatkan dan dipelihara untuk kepentingan survival prajurit di lapangan.

Tim Peneliti Riset Dasar
RD-2010-1823



SAMBUTAN
KEPALA LABORATORIUM ZENI
PADA PENERBITAN BUKU SAKU
PANDUAN SURVIVAL PRAJURIT DI LAPANGAN



Assalam mualaikum Wr. Wb.

Pada kesempatan yang berbahagia ini, marilah kita terlebih dahulu mengucapkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas limpahan karunia dan rahmatnya, Buku Saku Panduan Survival Prajurit di Lapangan dapat diterbitkan.

Jungle Survival merupakan suatu hal yang mutlak dimiliki seorang prajurit guna mendukung tugas di lapangan. Untuk dapat melakukan jungle survival seorang prajurit perlu mengenal jenis-jenis tumbuhan yang ada di hutan atau medan tugas lainnya. Jenis-jenis tumbuhan tersebut harus aman dikonsumsi dan atau dapat diaplikasikan untuk pengobatan darurat.

Laboratorium Zeni sebagai badan pelaksana penelitian yang salah satu bidangnya adalah biologi mempunyai tugas untuk melakukan pengujian dan penelitian terhadap semua bahan biologi (termasuk juga tumbuhan) yang menguntungkan bagi kepentingan tugas prajurit di lapangan. Apabila dalam pembuatan Arboretum dapat berjalan dengan lancar maka kita dapat memanfaatkan koleksi tumbuhan yang ada untuk kepentingan penelitian bahan-bahan yang beraspek biologi dalam hal ini tumbuhan untuk kepentingan prajurit di lapangan.

Penelitian yang dilakukan pada Arboretum akan menghasilkan seperangkat Panduan (guide book) praktis bagi prajurit yang bertugas di lapangan karena isi buku tersebut merupakan hasil penelitian pada tanaman yang ada di Arboretum yang koleksinya berasal dari seluruh wilayah Indonesia dan kajian/referensi yang telah tersedia sebelumnya serta ditambah dengan informasi yang diperoleh langsung dari berbagai daerah/medan yang biasa ditempati oleh prajurit sehingga diharapkan seorang prajurit akan tetap "survive" di medan tugas dengan memanfaatkan berbagai sumber pangan dan obat dari alam sejauh mereka tidak mengkonsumsi tumbuhan yang salah/beracun.

Saya mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada para peneliti ataupun kelompok kerja yang telah berupaya untuk mewujudkan suatu kebun tumbuhan pilihan (Arboretum) di lingkungan Laboratorium Zeni dan Buku Saku Panduan tentang pemanfaatan tanaman sebagai pangan dan obat Bagi Prajurit di lapangan. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat, taufik dan hidayahNya kepada kita sekalian dalam melanjutkan pengabdian kepada bangsa dan negara.

Jakarta, November 2010
Kepala Laboratorium Zeni

Aby Ismawan
Kolonel Czi NRP 32463



SAMBUTAN
KEPALA PUSAT PENELITIAN BIOTEKNOLOGI-LIPI
PADA PENERBITAN BUKU SAKU
PANDUAN SURVIVAL PRAJURIT DI LAPANGAN



Assalam mualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kita panjatkan ke hadirat Allah SWT karena atas karunia-Nya kita dapat menyelesaikan pembuatan buku panduan ini sesuai dengan rencana.

Pusat Penelitian Bioteknologi-LIPI adalah institusi yang berbasis keilmuan mempunyai kewajiban transfer teknologi kepada masyarakat termasuk TNI dalam hal ini Laboratorium Zeni Ditziad dalam rangka pertanggungjawaban penggunaan dana penelitian kepada masyarakat. Buku ini adalah bagian yang tidak terpisahkan dengan kegiatan lain yaitu pembangunan Arboretum dan pembuatan database tumbuhan survival dan pelatihan Tata Kelola Arboretum yang telah dikukuhkan dengan MoU Nomor 652a/IPH.2/KS.02.01/2008 dan B/129/VIII/2008 tanggal 13 Agustus 2010 antara Puslit Bioteknologi-LIPI dengan Laboratorium Zeni, Ditziad.

Kepada Tim Penyusun buku ini kami sampaikan penghargaan atas usaha yang telah dilakukan melalui kegiatan penelitian riset dasar. *"Pemanfaatan Tumbuhan Indonesia sebagai Pangan dan Obat Herbal Darurat bagi Prajurit di Lapangan (Field Survival)"* yang didanai oleh Kementerian Negara Riset dan Teknologi meskipun dengan dana yang terbatas.

Akhirnya kami berharap buku saku ini dapat dimanfaatkan sebaik-baiknya oleh anggota TNI dalam rangka pertahanan dan keamanan di medan tugas meskipun buku ini belum memuat semua jenis tumbuhan pangan dan obat untuk survival prajurit. Oleh karena itu kami mengharapkan masukan terhadap isi buku panduan ini untuk penyusunan yang lebih baik di masa mendatang.

Cibinong, November 2010
Kepala
Pusat Penelitian Bioteknologi-LIPI

Prof. Dr. Ir. Bambang Prasetya
NIP. 19600323 198412 1 001

DAFTAR ISI

RAMBAI (<i>Baccaurea macrocarpa</i>)/Menteng Hutan.....	1
GAYAM (<i>Inocarpus fagiferus</i>)/Gatet, Gatep.....	2
GONDANG (<i>Ficus variegata</i>)/Kondan.....	3
MATOA (<i>Pometia pinnata</i>)/ Lengkeng Irian	4
PULAI (<i>Alstonia scholaris</i>)/ Pule, Lame.....	5
PISEK (<i>Aglaia elliptica</i>)	6
PACING (<i>Costus speciosus</i>)/ Setawar, Lingkuas	7
SUWEG (<i>Amorphophallus campanulatus</i>).....	8
MENGKUDU (<i>Morinda citrifolia</i>)/ Pace, Kemudu	9
SAMBILOTO (<i>Andrographis paniculata</i>)/ Papaitan, Kipeurat	10
BIDARA (<i>Ziziphus mauritiana</i>)/ Dara, Widara.....	11
TEKI (<i>Eleocharis dulcis</i>)/ Dekeng, Teki Tike	12
MUNDU (<i>Garcinia dulcis</i>) / Manggis Hutan	13

GANDARIA (<i>Bouea macrophylla</i>)/Ramania, Kundang.....	14
KAWISTA (<i>Limonia acidissima</i>)/ Kusta, Belinggai.....	15
TARAP (<i>Artocarpus odoratissimus</i>)/ Marang	16
SENGGUGU (<i>Selaginella doederleinii</i>)/ Paku Rane, Cemara, Kipas Gunung.....	17
KILALAYU (<i>Erioglossum rubiginosum</i>)/ Kalalayu	18
CINCAU RAMBAT (<i>Cyclea barbata</i>)/ Camcauh, Tarawalu	19
CAKAR AYAM (<i>Selaginella doederleinii</i>)/ Paku Rane, Cemara, Kipas Gunung.....	20
BROTOWALI (<i>Tinospora crispa</i>)/ Antawali, Putrawali	21
BUNI (<i>Antidesma bunius</i>)/ Wani, Buneh.....	22
BANDOTAN (<i>Ageratum conyzoides</i>)/ Babadotan, Wedusan	23
BAKUNG (<i>Crinum asiaticum</i>)/ Bawang Hutan, Bakueng.....	24
ANTING-ANTING (<i>Acalypha australis</i>)/ Cekamas, Rumput Bolong-Boling	25
ALAMANDA (<i>Allamanda cathartica</i>)/ Lame Areny	26
GADUNG CINA (<i>Smilax china</i>)/ Lame arey	27

KIMALAKA (<i>Phyllanthus emblica</i>)/ Malaka,Kemloko.....	28
KAPOK (<i>Ceiba pentandra</i>)/Kapok, Randu.....	29
ROTAN MANAU (<i>Calamus manan</i>)	30
BUAH LO (<i>Ficus glomerata</i>)/ Loa, Lowa,Arah	31
ASAM MAREM (<i>Zalacca conferta</i>) / Payak, Kelubi	32
PUTAT (<i>Barringtonia racemosa</i>)/ Penggung, Butun Darat.....	33
TAPAK LIMAN (<i>Elephantophus scaber</i>)/ Lebokan, Bala Gaduh.....	34
DAUN DAO (<i>Dracontomelon dao</i>)/ Buah Rao, Kidahu.....	35
KI KONENG (<i>Arcangelisia flava</i>)/ Kayu Kuning, Areuy Ki Koneng	36
KAPUL (<i>Baccaurea dulcis</i>)	37
BUTUN (<i>Barringtonia asiatica</i>)/ Bitung, Keben	38
GRONGGONG (<i>Rubus rosifolius</i>).....	39
BUNGA DESEMBER (<i>Haemanthus multiflorus</i>).....	40
MATA AYAM (<i>Ardisia crenata</i>)/ Popinoh.....	41

MENTIGI/TEMIGI (<i>Vaccinium varingiaefolium</i>)	42
BURAHOL (<i>Stelechocarpus burahol</i>)	43
ASAM JAWA (<i>Tamarindus indica</i>)	44
BELIMBING WULUH (<i>Averrhoa bilimbi</i>)	45
BISBUL (<i>Cynometra cauliflora</i>)	46
CEREME (<i>Phyllanthus acidus</i>)/ Ceremoi, Careme	47
DAUN WUNGU (<i>Graptophyllum pictum</i>)/ Pudir, Handeuleum, Damung	48
GANDARUSA (<i>Justicia gandarussa</i>)/ Handarusa, Tetean atau Puli	49
KELOR (<i>Moringa oleifera</i>)/ Celor, Marongghi, Barunggai	50
MENIRAN (<i>Phyllanthus urinaria</i>)/ Memeniran atau Meniran Merah	51
SEMANGGI GUNUNG (<i>Hydrocotyle sibthorpioides</i>)/ Antanan beurit, pegagan embun	52
SAMBANG DARAH (<i>Excoecaria cochinchinensis</i>)/ Ki Sambang	53
KEMUNING (<i>Murraya paniculata</i>)/ Kamoneng, Tajuman, Jenar	54
DADAP SEREP (<i>Erythrina lithosperma</i>)/ Dadap minyak, dadap cangkring	55
ANDONG (<i>Cordyline fruticosa</i>)/ Hanjuang, Bakjuang	56

CIPLUKAN (<i>Physallis peruviana</i>)/ Cecendet.....	57
JALI (<i>Coix lacryma-jobi</i>)/ Hanjeli, Kemangge, Bukehang	58
MURBEI (<i>Morus alba</i>)/ Besaran, Kerto atau Kitau	59
BUNGA PAGODA (<i>Clerodendrum japonicum</i>)/ Bunga Pluin, Bunga Panggil	60
KARUK (<i>Piper sarmentosum</i>)/ Cabean, Kado-Kado, Sirih Tanah.....	61
NANAS KERANG (<i>Rhoeo discolor</i>)	62
ALANG-ALANG (<i>Imperata cylindrica</i>) Ilalang, Kambengan	63
KARET KEBO (<i>Ficus callosa</i>)/ Ilat-Ilatan, Pangsar	64
BAYAM DURI (<i>Amaranthus spinosus</i>)/ Senggang Cucuk, Tarnyak Duri	65
PEGAGAN (<i>Centella asiatica</i>)/ Antanan Gede, Pagaga, Rumput Kaki Kuda	66
ANGGRUNG (<i>Trema orientalis</i>)/ Angghrung, Bengkire.....	67
KITOLOD (<i>Isotoma longiflora</i>)/ Bunga Bintang, Daun Tolod, Aantingan	68
MIMBA (<i>Azadirachta indica</i>)/ Nimba, Intaran	69
DUWET (<i>Syzygium cumini</i>) Jamblang	70

KENARI BABI (<i>Canarium decumanum</i>)	71
GOWOK (<i>Syzygium folsyphalum</i>)/ Kupa.....	72
KAYU MANIS (<i>Cinnamomum burmanii</i>)	73
SAWO DUREN (<i>Chrysophyllum cainito</i>)	74

RAMBAI

(*Baccaurea macrocarpa*)/Menteng Hutan



Penjelasan :

Tumbuh sepanjang bantaran sungai, di hutan alam dan hutan sekunder. Pohon bisa mencapai tinggi 8m, Percabangan muncul 4m dari bawah. Buah menempel pada

batang, bulat, warna daging buah masak kekuning – kuningan.

Kegunaan

Pangan: Buah masak warna kulit buah kuning, bagian yang dimakan daging buah



GAYAM

(*Inocarpus fagiferus*)/Gatet, Gatep



Penjelasan :

Pohon bisa mencapai tinggi 5-10 m. Batang berlekuk- lekuk dalam tidak teratur, bunga harum sedap, daun berwarna hijau tua mengkilat.

Kegunaan

Pangan : Daging buah direbus atau dibenam dalam abu

panas. Sebelumnya di tumbuk dahulu untuk melunakan daging buah.

Obat : Rebusan kayu gayam diminum untuk pengobatan penyakit disentri.



GONDANG

(*Ficus variegata*)/Kondan.

Penjelasan :



Tumbuh di hutan di kawasan Asia Tenggara, lebih menyukai daerah kering. Pohon besar sampai tinggi 40 m, kuncup daun berwarna merah. Buah berwarna merah dengan belang garis berwarna putih sampai hijau

kekuningan, kulit batang abu-abu/coklat kekuningan.

Kegunaan

Pangan : Buah setengah masak dimakan mentah tanpa biji. Daun muda dimakan mentah atau direbus.

Obat : Akar gondang sebagai obat penawar keracunan makan ikan atau buah-buahan, kulit kayu dikunyah atau direbus sebagai obat disentri



MATOA

(*Pometia pinnata*)/ Lengkek Irian



Penjelasan :

Pohon besar banyak bercabang, daun kasar, buah bulat sampt bulat telur, hijau kekuningan saat masak, daging buah seperti buah lengkek. Tumbuh

menyukai tepi - tepi sungai, mulai kawasan yang mendatar dan berlereng, daerah lembab di Jawa, Kalimantan, Sumatra, Sulawesi, Maluku dan Papua.

Kegunaan

Pangan : Daging buah masak dapat langsung dimakan, serupa seperti lengkek

Obat : Kulit batang dipercaya dapat mengobati gangguan perut/pencernaan



PULAI

(*Alstonia scholaris*)/ Pule, Lame.



Penjelasan :

Biasanya tumbuh subur ditempat terbuka bersinar matahari. dataran rendah kering, pohon tinggi sampai 45 m, berkayu tegak percabangan menggarpu, hijau gelap.

Kegunaan

Obat : Kulit kayu di seduh untuk obat demam, disentri, malaria.

PISEK

(*Aglaia elliptica*)



Penjelasan :

Hutan alam dan hutan sekunder, menyukai daerah rawa dan sepanjang aliran sungai: Sumatra, Jawa, Bali, Flores, Kalimantan dan Sulawesi. Pohon bisa mencapai tinggi 20 m dan diameter batang 60 cm, kulit batang coklat kemerahan. Buah berwarna kuning ketika masak.



Kegunaan

Pangan : Buah masak dimakan segar

Obat : Rebusan kulit kayu dipakai mandi untuk mengobati tumor. Daun dilumatkan dan dipakai untuk mengobati luka.

PACING

(*Costus speciosus*)/ Setawar, Lingkuas



Penjelasan :

Di tanah lembab, baik kawasan terlindung maupun terbuka.

Tumbuhan tegak atau menjalar berbiak dengan rumpang atau anakan dari biji, daun hijau.

Kegunaan

Obat :

Luka gigitan ular satu batang pacing ditumbuk halus ditambah dua sendok makan air garam, air perasannya diminum, kemudian ampasnya ditempelkan pada luka bekas gigitan.



SUWEG

(*Amorphophallus campanulatus*)



Penjelasan :

Dataran rendah, di lahan yang terlindungi, di kawasan kebun terlantar. Umbi besar berbatang semu, berdaun tunggal berbelah-belah, tangkai berwarna belang

putih-putih keluar dari umbi.

Kegunaan

Pangan : Rasa gatal umbi karena kalsium oksalat dapat dihilangkan dengan perebusan umbinya

Obat : Parutan umbi dipakai sebagai obat luka.



MENGKUDU

(*Morinda citrifolia*)/ Pace, Kemudu



Penjelasan :

Tumbuh liar di tepi pantai, hutan, ladang terbuka. Tinggi pohon 3 – 8m, dari banyak bercabang / ranting. Permukaan buah tidak rata, berbenjol – benjol, jika masak

berdaging, berair, kuning pucat.

Kegunaan

Pangan : Daun muda direbus dan dimakan sebagai lalap.

Buah muda sebagai campuran rujak buah yang ditumbuk

Obat : Memar/Terpukul. Buah/kulit/akar direbus. Hangat-hangat dipakai untuk mencuci luka/memar.



SAMBILOTO

(*Andrographis paniculata*)/ Papaitan, Kipeurat



Penjelasan :

Tempat terbuka dan tanah yang cukup lembab, menyukai sinar matahari. Terna tegak berwarna hijau kelam, batang persegi empat, banyak bercabang.

Kegunaan

Obat: Pharingitis/infeksi bagian dalam tenggorokan: Herba segar 9 gram dikunyah/ditelan. Gigitan ular berbisa: turapkan daun dan tembakau dilumatkan lalu diminum.



BIDARA

(*Ziziphus mauritiana*)/ Dara, Widara



Penjelasan :

Pohon daerah kering, buah menjadi masak sewaktu kering ekstrim, dijumpai sampai 1000 m dpl. Semak sampai pohon tinggi 15 m , sedikit merambat atau tegak dengan percabangan

merunduk. Berduri, buah lonjong sampai agak bulat, kekuning – kuning sampai kemerahan tua.

Kegunaan

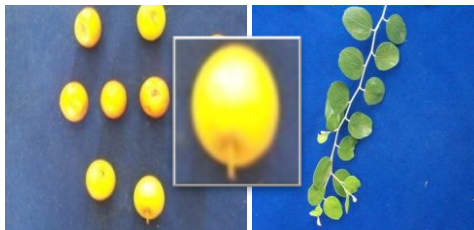
Pangan : Buah

masak enak
dimakan

Obat : Daun,

kulit, kayu, buah

dan biji bisa dipakai mengobati luka atau memar.



TEKI

(*Eleocharis dulcis*)/ Dekeng, Teki Tike



Penjelasan :

Tumbuhan berupa rumput tersebar di dataran rendah sampai tinggi 2000 m dpl. Daerah rawa-rawa atau tempat berair, sawah sampai tepi jalan.

Kegunaan

Pangan : Umbi agak manis atau gurih seperti, ganyong atau kacang tanah. Dimakan mentah atau dimasak dulu.



MUNDU

(*Garcinia dulcis*) / Manggis Hutan



Penjelasan :

Tumbuh di hutan sekunder,
menyukai tempat – tempat yang
terlindungi tapi cukup lembab.

Pohon mencapai tinggi 13 m,
batang pendek, berwarna

kecoklatan, buah bulat lonjong di kedua ujung, kuning muda.

Kegunaan

Pangan : Buah

masak bisa
dimakan walaupun
masam (daging
buahnya pada biji
berwarna kuning).



Obat : Biji ditumbuk dicampur minyak kelapa dipakai untuk
mengobati pembengkakan pada kulit (memar).

GANDARIA

(*Bouea macrophylla*)/Ramania, Kundang



Penjelasan :

Pohon ; tumbuh baik di lahan subur dan gembur, di hutan-hutan daratan rendah sampai 300 m dpl. Pohon mencapai tinggi 27 m, batang coklat muda

beralur, daun hijau lonjong, buah muda hijau, masak berwarna kuning.

Kegunaan

Pangan : Buah masak dapat dimakan segar, buah setengah masak bisa dipakai campuran sambal, daun muda dilalap segar.



KAWISTA

(*Limonia acidissima*) / Kusta, Belinggai



Penjelasan :

Tumbuhan daerah kering bisa tumbuh soliter. Kadang -kadang sengaja ditanam di pekarangan sampai 450 m dpl. Pohon berukuran sedang sampai tinggi 12 m, banyak percabangan berduri. Buah keras sampai diameter 10 cm, kulit tebal berisi pulp banyak biji.

Kegunaan

Pangan : Daging buah masak enak dimakan setelah bijinya disisihkan. Buah setengah masak dimakan sebagai campuran rujak.



TARAP

(*Artocarpus odoratissimus*)/ Marang



Penjelasan :

Di hutan – hutan lembab sampai 1000 m dpl. Pohon mencapai 30 – 40 m, tajuk lebar, daun besar/lebar dan tebal, hijau tua, bagian bawah daun berbulu, buah bulat seperti keluwi.

Kegunaan

Pangan : Buah masak terasa harum enak dimakan langsung, buah muda bisa dibuat sayur, biji yang direbus atau sangrai bisa langsung dimakan.



SENGGUGU

(*Selaginella doederleinii*)/ Paku Rane, Cemara,
Kipas Gunung



Penjelasan :

Paku-pakuan ini menyukai tempat
-tempat tebing, jurang dan
berhawa dingin sampai 750 m
dpl. Paku berbatang tegak, akar
keluar dari percabangan. Daun
kecil-kecil bentuk jorong ujung

runcing, daun tersusun dikiri kanan batang induk dipercabangan
seperti cakar ayam.

Kegunaan

Obat : Seluruh

bagian tanaman
ditumbuk sampai
lumat, tempel
kebagian badan

yang sakit : tulang patah, luka terpukul, gigitan ular, bisul.



KILALAYU

(*Erioglossum rubiginosum*)/ Kalalayu



Penjelasan :

Tumbuhan hutan sekunder atau kebun tak terpelihara. Dataran rendah sampai 500 m dpl, tanah gempur yang lembab.

Kegunaan

Pangan : Buah yang masak enak dimakan. Sedikit terasa kelat



CINCAU RAMBAT

(*Cyclea barbata*)/ Camcauh, Tarawalu



Penjelasan :

Liana tumbuh sampai 800 m dpl. Pada lahan-lahan terbuka tapi cukup lembab, perlu pohon rambatan sampai tempat terlindung. Tumbuhan liana

membelit (merambat), daun hijau berbentuk perisai, bertangkai panjang, helaian bawahnya berbulu halus. Kadang-kadang akar menjadi besar, persegi pada beberapa tempat.

Kegunaan

Obat : Keracunan

makan udang:

daun diremas-

remas dengan air

sampai berwarna

hijau, diamkan beberapa waktu sampai mengental. Minum bercampur gula jawa.



CAKAR AYAM

(*Selaginella doederleinii*)/ Paku Rane, Cemara,
Kipas Gunung.



Penjelasan :

Paku-pakuan ini menyukai tempat-tempat tebing, jurang dan berhawa dingin sampai 750 m dpl. Paku berbatang tegak, akar keluar

dari percabangan. Daun kecil-kecil bentuk jorong ujung runcing, daun tersusun dikiri kanan batang induk dipercabangan seperti cakar ayam.

Kegunaan

Obat : Jari tangan bengkok: daun dilumatkan tempel ke tempat yang sakit. Patah tulang: 15-30 gram tanaman kering direbus, minum.



BROTOWALI

(*Tinospora crispa*)/ Antawali, Putrawali.



Penjelasan :

Tumbuh liar di hutan, ladang atau lahan terlantar sampai 1000 m dpl. Tumbuh liar memanjat tapi bisa jadi penutup tanah. Batang sebesar jari kelingking, berbintil-bintil rapat,

daun tunggal berbentuk seperti jantung, buah kecil hijau muda, berbiak dengan stek batang.

Kegunaan

Obat : Luka : daun brotowali ditumbuk, tempelkan pada luka, ganti 2x sehari, cuci luka dengan air rebusan batang.



BUNI

(*Antidesma bunius*)/ Wani, Buneh.



Penjelasan :

Menyukai kawasan yang lembab, di hutan-hutan sekunder, bisa juga di padang rumput yang ada bagian terlindunginya sampai 1300 m dpl. Pohon tinggi 15-30m, daun bertangkai pendek

lanset sampai elliptis. Buah (diameter ± 1 cm) elliptis warna buah hijau kemerahan sampai ungu kehitaman.

Kegunaan

Pangan : Buah masak enak dimakan segar



BANDOTAN

(*Ageratum conyzoides*) / Babadotan, Wedusan



Penjelasan :

Tumbuhan gulma di kebun-kebun, tempat terbuka. Terna semusim, tegak dan bercabang, tinggi 30-90 cm. Batang bulat berambut panjang dan jika ke tanah akan tumbuh akar-akar.

Bunga majemuk 3 atau lebih tangkai, berwarna putih atau keunguan, tangkai bunga berbulu, buah hitam.

Kegunaan

Obat : Luka berdarah/bisul/eczema: Herba segar dilumatkan lalu tempelkan ke tempat yang sakit, lalu dibalut



BAKUNG

(*Crinum asiaticum*)/ Bawang Hutan, Bakueng



Penjelasan :

Tumbuh sampai di ketinggian 700 m. dpl. Terna, tinggi 0,5-1.25 m.

Batang tidak berkayu, daun berbentuk pita, bunga putih.

Kegunaan

Obat : Luka terkena panah beracun: Beberapa bagian akar setelah dicuci lalu dikunyah, airnya ditelan, ampasnya ditempelkan ditempat yang luka.



ANTING-ANTING

(*Acalypha australis*)/ Cekamas, Rumput Bolong-Boling



Penjelasan :

Tumbuhan semak, menyukai tempat cukup matahari sampai sedikit terlindung di pekarangan atau tempat-tempat liar terbuka. Semak sampai kurang

lebih 1,5 m, batang tegak bulat berambut halus, hijau, daun tunggal bentuk belah ketupat, bunga majemuk, bentuk bulir keluar di ketiak daun dan ujung cabang, buah bulat hitam, biji bulat panjang warna coklat.

Kegunaan

Obat: Pendarahan,

luka luar: Herba

segar ditambah sedikit gula pasir dilumatkan lalu ditempelkan ke tempat yang sakit.



ALAMANDA

(*Allamanda cathartica*)/ Lame Areny



Penjelasan :

Tumbuhan tropis tumbuh dijumpai sampai 10-850 m dpl. Di tempat terbuka atau setengah terlindung. Perdu, bisa sampai 4-5 m, batang berkayu

bulat, berbuku-buku merayap, daun melingkar pada buku, bergetah, tunggal, lonjong. Bunga majemuk, tandan buah bulat, biji segitiga, warna hitam ketika tua.

Kegunaan

Obat : Penawar racun:

daun segar secukupnya dicuci direbus dengan satu gelas air selama 15 menit, dinginkan lalu disaring. Minum 2 kali sama banyak selang 1 (satu) jam.



GADUNG CINA

(*Smilax china*)/ Lame areuy



Penjelasan :

Liar di hutan-hutan dataran rendah, Tumbuhan menahun merambat, rimpang memanjang tebal, lekukan tidak teratur, akar serabut. Batang bulat, keras, duri tajam 1-3 cm, letak

daun berseling, bulat memanjang. Buah berwarna merah ketika masak.

Kegunaan

Obat : Luka memar/luka bakar: Umbi digiling jadi bubuk, tambahkan minyak kelapa, lalu tempelkan ke tempat yang sakit.



KIMALAKA

(*Phyllanthus emblica*)/ Malaka, Kemloko.

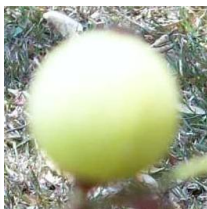


Penjelasan :

Menyukai daerah kering sampai ketinggian 1200 m dpl. Tersebar di Asia Tenggara. Pohon tumbuh lambat, sampai 10-19 m tinggi, banyak bercabang, daun kecil mirip cermai. Buah bulat berwarna hijau muda kekuningan.

Kegunaan

Pangan : Buah masak segar terasa asam, dapat diolah menjadi manisan.



KAPOK

(*Ceiba pentandra*)/Kapok, Randu



Penjelasan :

Tumbuh di daerah-daerah relatif kering sampai basah di dataran rendah sampai 800 m dpl. Tumbuh baik di tempat terbuka. Pohon

menggugurkan daun, tinggi 8-30m, batang muda dengan duri tempel besar berbentuk kerucut. Daun majemuk menjari. Buah memanjang lonjong muda berwarna hijau.

Kegunaan

Pangan : Buah muda bisa dimakan mentah atau dimasak sebagai sayur.



ROTAN MANAU

(*Calamus manan*)



Penjelasan :

Tumbuh di hutan hujan . Batang tunggal panjang sampai belasan meter memanjat dan berduri. Daun panjang, pelepah berduri, buah bulat bersisik seperti kulit salak, daging buah bening seperti gel.

Kegunaan

Pangan : Buah masak segar enak dimakan. Seperti makan lici atau rambutan.



BUAH LO

(*Ficus glomerata*)/ Loa, Lowa, Arah



Penjelasan :

Pohon liar menyukai tempat lembab/tepi sungai sampai ketinggian 900 dpl. Pohon bisa mencapai tinggi 20 m

Kegunaan

Pangan: Buah muda bisa dimakan sebagai lalab/sayuran.



ASAM MAREM

(*Zalacca conferta*) / Payak, Kelubi



Penjelasan :

Tumbuhan daerah berawa-rawa, lahan bergambut. Terna seperti pohon salak, daun dipakai sebagai pengganti atap atau diolah menjadi tikar.

Buah bergerombol, satu tangkai. Daging buah masak asam.

Kegunaan

Obat : Rebusan daging buah dipakai sebagai obat batuk. Buah masak dapat dijadikan manisan.



PUTAT

(*Barringtonia racemosa*)/ Penggung, Butun Darat



Penjelasan :

Tumbuh di hutan primer dan sekunder, umumnya di kawasan rawa dan sungai pasang surut. Juga dapat tumbuh sampai ketinggian 500-800 m dpl. Tipe

semak sampai pohon berukuran sedang sampai 20 m. Daun duduk bulat telur, buah berbentuk piramid lebar, coklat sedikit kekuningan.

Kegunaan

Pangan: Daun pucuk muda dimakan sebagai lalap atau dimasak sebagai sayur.

Obat : Rebusan

kulit kayu untuk obat reumatik. Biji dipakai sebagai racun ikan.



TAPAK LIMAN

(*Elephantopus scaber*)/ Lebokan, Bala Gaduh



Penjelasan :

Menyukai kawasan ladang berumput, tepi jalan, tanggul, dekat kawasan hutan pada jalan-jalan setapak. Bisa dijumpai sampai ketinggian 1200 m dpl. Herba menahun, tegak, hijau tua, akar seperti tombak yang kuat, tinggi mencapai 10-80 cm. Daun bawah melekat pada leher batang melebar seperti pelepah. Buahnya keras sempit.

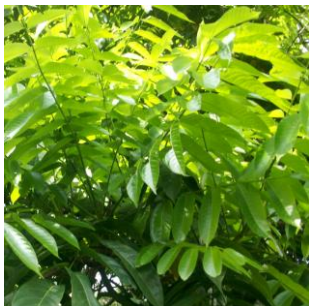
Kegunaan

Obat : Tanaman utuh, segar atau dikeringkan untuk menetralkan racun, anti digitan ular.



DAUN DAO

(*Dracontomelon dao*)/ Buah Rao, Kidahu



Penjelasan :

Tumbuh tersebar pada hutan dataran rendah dan rawa. Pohon di lapangan mencapai tinggi 55 meter, batang bebas bercabang setinggi 25 meter.

Kegunaan

Pangan : Buah matang enak dimakan. Daun dan bunga dapat dimasak sebagai sayur.

Obat : Kulit batang dapat digunakan sebagai obat tradisional untuk menyembuhkan disentri



KI KONENG

(*Arcangelisia flava*)/ Kayu Kuning, Areuy Ki Koneng



Penjelasan :

Ki koneng memiliki rasa pahit, karena mengandung getah perca dan damar. Daun, batang, tangkai dan akar mengandung bahan kimia antara lain barberin

dan alkaloid.

Kegunaan

Obat : Akar dan kulit batang sebagai obat cacing, sakit kuning dan sariawan.



KAPUL

(*Baccaurea dulcis*)



Penjelasan :

Tumbuh di hutan primer dan sekunder pada tanah lembab, sampai 600 m dpl. Pohon berukuran sedang, mencapai tinggi 15-20 m, banyak cabang. Kulit

batang coklat sampai coklat keunguan, daging buah berwarna putih susu menyelimuti biji, manis sedikit asam.

Kegunaan

Pangan : Bagian dalam buah matang bisa dimakan.



BUTUN

(*Barringtonia asiatica*)/ Bitung, Keben



Penjelasan :

Umumnya tumbuhan tepi pantai, sepanjang tepi sungai dan daerah rawa-rawa. Bisa tumbuh di lahan-lahan tebing berkapur. Tumbuh sampai 350 m dpl. Pohon bisa mencapai tinggi 7-20 m, daun lonjong panjang, buah oval bertepi empat berlekuk dalam pada tangkai buah.

Kegunaan

Obat : Daun dipanaskan lalu ditempelkan pada perut yang sakit. Daun yang dilumatkan ditempel pada luka memar.



GRONGGONG

(*Rubus rosifolius*)



Penjelasan :

Tumbuh pada dataran tinggi/pegunungan beriklim sejuk atau dingin, tempat terbuka dan cukup matahari sampai ketinggian 2000 m dpl. Merambat dengan tangkai daun berduri, daun tunggal sampai majemuk. Buah berri berwarna merah dan tidak

terlalu berair.

Kegunaan

Pangan : Buah masak enak dimakan.

Obat : Kadang-kadang akar dan daunnya dipakai sebagai obat disentri dan sakit perut lainnya.



BUNGA DESEMBER

(*Haemanthus multiflorus*)



Penjelasan :

Di tepi hutan Serpeng, Gunung Kidul. Bunga Desember hanya ditemui pada saat musim hujan dan mulai berbunga mendekati bulan Desember.

Kegunaan

Obat : Sebagai obat luka bakar



MATA AYAM

(*Ardisia crenata*)/ Popinoh



Penjelasan :

Di kawasan hutan-hutan sekunder, dan tempat terbuka dekat pedesaan dan tepi pantai. Tumbuhan liar sampai ketinggian 2000 m dpl. Tipe tumbuhan semak, tegak sampai 1,5 m. Daun elips-

runcing, buah hampir bulat masak berwarna merah.

Kegunaan

Pangan : Buah masak enak dimakan. Daun dimakan sebagai lalab.

Obat : Jus dari tanaman atau ekstraknya sebagai obat sakit kulit dan sakit telinga.



MENTIGI/TEMIGI

(*Vaccinium varingiaefolium*)



Penjelasan :

Di kawasan hutan-hutan sekunder, dan tempat terbuka dekat pedesaan dan tepi pantai. Tumbuh liar sampai ketinggian 2000 m dpl. Tipe tumbuhan semak, tegak sampai 1,5 m. Daun

elips-runcing, buah hampir bulat masak berwarna merah.

Kegunaan

Pangan : Buah masak enak dimakan. Daun dimakan sebagai lalab.

Obat : Sakit kulit dan sakit telinga juice dari tanaman atau ekstraknya.



BURAHOL

(Stelechocarpus burahol)



Penjelasan :

Tumbuh di hutan primer dan sekunder, umumnya di kawasan rawa dan sungai pasang surut. Juga dapat tumbuh sampai ketinggian 500-800 m dpl. Tipe semak sampai pohon berukuran sedang sampai 20 m. Daun duduk bulat telur, buah serupa piramid lebar, coklat

sedikit kekuningan.

Kegunaan

Obat : Mencegah pembengkakan ginjal daging buah yang telah matang dapat dimakan langsung, mengharumkan keringat



ASAM JAWA

(*Tamarindus indica*)



Penjelasan :

Pohon besar, tinggi sampai 30 m, kulit batang berwarna coklat keabu-abuan kasar dan memecah, beralur vertikal .

Tajuk rindang, daun majemuk menyirip genap terletak

berseling. Bunga tersusun dalam tandan renggang. Buah polong menggelembung hampir silindris di ketiak daun.

Kegunaan

Pangan: Biji bisa dimakan setelah direndam dan direbus

Obat : Digigit ular berbisa. Belahan biji bagian dalam ditempelkan pada luka bekas gigitan ular



BELIMBING WULUH

(*Averrhoa bilimbi*)



Penjelasan :

Bentuk pohon, tinggi mencapai 10 m. Cabang sedikit cabang muda berambut halus seperti bludru. Daun majemuk, menyirip ganjil berwarna hijau, bunga kecil berbentuk bintang

berwarna ungu kemerahan.

Kegunaan

Obat : Sariawan, ambil segenggam bunga belimbing cuci lalu direbus, setelah dingin kemudian diminum sehari 3 kali.



BISBUL (*Cynometra cauliflora*)



Penjelasan :

Pohon tingginya 10-30 m, batang lurus dengan batang berwarna hitam/kehitaman, tajuk berbentuk kerucut, lebat dan rapat. Daun muda hijau muda sampai merah jambu, buah

bulat gepeng berbulu halus, berwarna coklat kemerahan dan merah terang, daging buah berwarna keputihan.

Kegunaan

Pangan : Buah matang enak dimakan, bisa dibuat manisan.

Obat : Asma beberapa akar kering ditumbuk halus kemudian diseduh dengan air panas lalu diminum.



CEREME

(*Phyllanthus acidus*)/ Ceremoi, Careme



Penjelasan :

Pohon tinggi bisa mencapai 10 m, dapat hidup pada ketinggian 0 – 1000 m dpl dan tahan akan kekurangan dan kelebihan air. Percabangan banyak, kulit kayu tebal. Daun tunggal, bertangkai pendek tersusun seperti daun

majemuk.

Kegunaan

Pangan: Buah

masak enak
dimakan, bisa
dibuat manisan.

Obat : Asma

beberapa akar kering ditumbuk halus kemudian diseduh dengan air panas lalu diminum.



DAUN WUNGU

(*Graptophyllum pictum*)/ Pudín, Handeuleum,
Damung



Penjelasan :

Dapat tumbuh pada ketinggian 0-1250 m dpl, biasa tumbuh di tanah yang lembab, tumbuhan perdu ini tegak dengan tinggi 1,5-3 m, batang banyak cabang, dan kulit batang serta daun berlendir. Daun tunggal letak daun

bersilang, permukaan atas daun berwarna ungu mengkilap, bunga majemuk berwarna merah keunguan.

Kegunaan

Obat : Memar, terpukul,

ambil kulit batang secukupnya, lalu ditumbuk halus letakkan di atas bagian tubuh yang memar lalu dibalut, ganti dua kali sehari.



GANDARUSA

(*Justicia gandarussa*)/ Handarusa, Tetean atau Puli



Penjelasan :

Tumbuh pada ketinggian 1-500 m dpl, merupakan tumbuhan semak yang tingginya sampai 2 m, percabangan banyak, cabang muda berwarna ungu gelap, cabang tua coklat mengkilap, letak daun berhadapan, bentuk lanset,

bunga kecil berwarna putih.

Kegunaan

Obat : Tulang patah, lumatkan daun segar atau kering diaduk dengan cuka secukupnya lalu dikompreskan disekitar yang sakit.



KELOR

(*Moringa oleifera*)/ Celor, Marongghi, Barunggai



Penjelasan :

Tanaman berupa pohon, tinggi mencapai 8 m, tumbuh dengan baik pada ketinggian 300 m dpl. Daun majemuk berbentuk bulat telur, batang berkayu dan bercabang sedikit. Bunga besar berwarna putih, terkumpul dalam

pucuk lembaga di bagian ketiak.

Kegunaan :

Obat : Rematik, Sariawan (Akar direbus, saring lalu minum airnya)



MENIRAN

(*Phyllanthus urinaria*)/ Memeniran atau Meniran Merah



Penjelasan :

Tumbuh liar pada tanah-tanah lembab sampai ketinggian 1000 m dpl. Tinggi tanaman maksimal 1 m. Daun majemuk bersirip genap, bentuk daun bulat telur. Berbatang basah.

Kegunaan :

Obat : Radang ginjal, Rheumatik (Rebus setengah genggam daun meniran dengan 3 gelas air sampai tersisa tiga perempatnya, kemudian diminum sehari 3 kali)



SEMANGGI GUNUNG

(*Hydrocotyle sibthorpioides*)/ Antanan beurit,
Pegagan embun



Penjelasan :

Tumbuhan yang menyukai tanah yang lembab, tumbuh kecil merayap di tanah. Daun bertangkai tegak dengan pinggir bergerigi, daun berwarna hijau mengkilat.

Kegunaan :

Obat : Batuk/sesak nafas (Segenggam daun direbus/ditumbuk diperas lalu diminum airnya.)



SAMBANG DARAH

(*Excoecaria cochinchinensis*)/ Ki Sambang



Penjelasan :

Tumbuh tegak, tinggi 0,5-1,5 m, getah berwarna putih, beracun, percabangan banyak. Daun tunggal, bertangkai, ujung daun lancip. Permukaan daun bagian atas berwarna hijau dan bagian bawah berwarna merah tua.

Kegunaan :

Obat : Luka berdarah (Daun secukupnya dicuci bersih lalu tumbuk sampai halus, tempelkan ke tempat yang luka kemudian dibalut).



KEMUNING

(*Murraya paniculata*)/ Kamoneng, Tajuman, Jenar



Penjelasan :

Tumbuh liar sampai ketinggian 400 m dpl, tanaman perdu, tinggi 3-8 m, batangnya luas, beralur dan tidak, berduri, daun menyirip ganjil, bentuk daun jorong atau bundar. Bunga berwarna putih dan wangi. Buah bulat seperti buni berdaging merah

mengkilap.

Kegunaan

Obat : Memar, terpukul, reumatik (Akar kering dicuci bersih lalu digodok dengan air lalu diminum).



DADAP SEREP

(*Erythrina lithosperma*)/ Dadap minyak, dadap cangkring



Penjelasan :

Pohon tingginya 15-20 m, batang tegak dan berkayu, percabangan banyak, warna batang hijau berbintik putih. Daun majemuk, ujung meruncing.

Kegunaan

Obat : Memar/bengkak (Beberapa helai daun ditumbuk lalu dikompreskan kebagian yang memar/bengkak)



ANDONG

(*Cordyline fruticosa*)/ Hanjuang, Bakjuang



Penjelasan :

Tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 1.900 m dpl. Tanaman berbentuk perdu tegak, tinggi 2-4 m, daun tunggal berbentuk lanset lebar berwarna merah tua. Bunga mulai panjang sekitar 30 cm berwarna hijau keunguan/kuning muda.

Kegunaan

Obat : Nyeri lambung, radang gusi, batuk berdahak (Bagian tanaman yang bisa digunakan bunga, akar, daun yang sudah kering direbus lalu diminum airnya).



CIPLUKAN

(*Physallis peruviana*)/Cecendet



Penjelasan :

Tumbuh liar di lereng-lereng tebing, sungai, kebun/tanah-tanah kosong yang tidak terlalu becek. Tanaman semak, tinggi 30-80 cm, batang tegak, bersegi empat, berkayu, berwarna hijau. Daun tunggal. lonjong, berseling, bunga

tunggal bentuk corong, buah berbentuk lampion terbungkus kelopak.

Kegunaan

Obat : Influenza,
sakit tenggorokan

Rebus seluruh
bagian tanaman

(akar, daun, dan buah) lalu diminum airnya.



JALI

(*Coix lacryma-jobi*)/ Hanjeli, Kemangge, Bukehang



Penjelasan :

Tumbuhan liar, dapat tumbuh di dataran rendah sampai 1000 m dpl. Tanaman rumput semusim, tumbuh berumpun, tinggi 1-3 m, akar serabut, buahnya keras, bulat, lonjong berwarna putih/biru ungu, kulit keras.

Kegunaan

Obat : Radang paru, demam, batuk sesak. Segenggam akar lalu digodok tambahkan madu secukupnya, minum sehari tiga kali.



MURBEI

(*Morus alba*)/ Besaran, Kerto atau Kitau



Penjelasan :

Tinggi pohon bisa mencapai \pm 9m.

Batang berkayu, bulat, masih muda ungu setelah tua berwarna coklat.

Daun tunggal, bulat telur dan bergergaji, warna daun hijau. Bunga berbentuk tandan mahkota berbentuk tajuk, kecil, putih. Buah yang masih

muda berwarna hijau setelah tua berwarna hitam.

Kegunaan

Obat : Demam, malaria, ambil

segenggam daun segar lalu direbus dengan air selama 10-15 menit sampai mendidih, dinginkan, diperas dan disaring lalu diminum sehari tiga kali.



BUNGA PAGODA

(*Clerodendrum japonicum*)/ Bunga Pluin, Bunga Panggil



Penjelasan :

Tinggi tanaman 1-3 m, batang dipenuhi rambut halus, daun tunggal dan letaknya berhadapan, helai daun berbentuk bulat telur, melebar. Bunga majemuk, berwarna merah, membentuk pyramid.

Kegunaan

Obat : Bengkak atau memar, daun segar ditumbuk dan air perasannya dioleskan pada bagian yang luka bengkak atau memar.



KARUK

(*Piper sarmentosum*)/ Cabean, Kado-Kado, Sirih Tanah



Penjelasan :

Tumbuhan semak, tinggi sampai 50 cm, batang bulat berkayu. Daun tunggal, bersegi, ujung runcing. Bunga majemuk bulir diketiak daun, biji kecil bulat putih.

Kegunaan

Obat : Malaria, segenggam akar direbus dalam air lalu diminum.



NANAS KERANG

(*Rhoeo discolor*)



Penjelasan :

Tanaman semak dengan tinggi 40-60 cm, batang kasar, pendek. Lurus berwarna coklat. Daun tunggal, ujung runcing, lonjong, permukaan daun berwarna hijau, bagian bawah berwarna merah tua kecoklatan. Bunga majemuk, muncul dari ketiak daun, jumlah banyak,

berwarna putih

Kegunaan

Obat : Batuk, flu/disentri, segenggam bunga direbus lalu diminum.



ALANG-ALANG

(*Imperata cylindrica*) Ilalang, Kambengan



Penjelasan :

Dapat tumbuh pada kondisi tanah yang kurang baik, tumbuhan semak menahun, tingginya sampai 1,5 m, batang bulat, lemah dan berbulu berwarna putih. Daun tunggal berbentuk lanset. Bunga

majemuk, malai panjang 16-30 cm berwarna putih.

Kegunaan

Obat : Muntah darah, radang ginjal, rebus akar segar lalu diminum air rebusannya.



KARET KEBO

(*Ficus callosa*)/ Ilat-Ilatan, Pangsar



Penjelasan :

Tinggi tanaman 1-3 m, batang dipenuhi rambut halus, daun tunggal dan letaknya berhadapan, helai daun berbentuk bulat telur, melebar. Bunga

majemuk, berwarna merah, membentuk pyramid.

Kegunaan

Obat : Bengkak atau memar, daun segar ditumbuk dan air perasannya dioleskan pada bagian yang luka bengkak atau memar.



BAYAM DURI

(*Amaranthus spinosus*)/ Senggang Cucuk,
Tarnyak Duri



Penjelasan :

Tumbuhan terna semusim, tinggi 30-100 cm, batang berwarna hijau atau kemerahan, bercabang dan berduri. Daun tunggal bertangkai panjang, tumbuh liar di kebun-kebun, di tepi jalan dan tanah kosong.

Kegunaan

Obat : Demam

segenggam daun segar di cuci lalu di tumbuk, tambahkan air kemudian kompreskan pada dahi.



PEGAGAN

(*Centella asiatica*)/ Antanan Gede, Pagaga, Rumpuk Kaki Kuda



Penjelasan :

Tumbuh di dataran rendah sampai ketinggian 2500 m dpl. Daun serupa kaki kuda, berombak dan bergerigi. Bunga berbentuk payung berwarna kemerahan, buah berwarna kuning coklat.

Kegunaan

Obat : Muntah darah/mimisan, rebus segenggam daun segar lalu diminum.



ANGGRUNG

(*Trema orientalis*)/ Angghrung, Bengkire



Penjelasan :

Pohon tahunan tinggi ± 10 m, batang tegak, berkayu, permukaan halus berwarna hitam kecoklatan. Daun majemuk, lonjong dan bersegi, tepi daun rata, tumbuh baik di tempat yang cukup matahari

Kegunaan

Obat : Diare, segenggam daun segar dicuci lalu direbus dengan tiga gelas air selama 25 menit, setelah dingin disaring lalu diminum sehari dua kali



KITOLOD

(*Isotoma longiflora*)/ Bunga Bintang, Daun Tolod, Aantingan



Penjelasan :

Tumbuhan terna, tinggi 2–60 cm tumbuh baik sampai ketinggian 1100 m dpl. Batang bercabang dan pangkalnya bergetah putih mengandung racun dan rasanya tajam. Daun tunggal, bentuk lanset, permukaan kasar dan ujungnya runcing. Bunga tegak dari ketel daun, bertangkai panjang, berwarna putih berbentuk bintang.

Kegunaan

Obat : Luka, daun secukupnya dicuci bersih lalu ditumbuk halus, tempelkan pada luka kemudian balut dengan kain perban, 2-3 kali sehari diganti



MIMBA

(*Azadirachta indica*)/ Nimba, Intaran



Penjelasan :

Biasa tumbuh pada ketinggian 1-300 m dpl, batang tegak berkayu, bulat, permukaan kasar, berwarna coklat. Daun majemuk berhadapan, lonjong & melengkung, tepi bergerigi, ujung daun lancip.

Kegunaan

Obat : Malaria ambil 6-7 lembar daun lalu direbus dengan tiga gelas air tinggal \pm satu gelas, dinginkan. Saring lalu minum pagi dan sore.



DUWET (*Syzygium cumini*) Jamblang



Penjelasan :

Pohon tinggi 6-15 m, termasuk buah-buah langka, helai daun bulat panjang/memanjang. Daging buah putih kemerahan dan kulit buah licin berwarna merah dan ungu kehitaman.

Kegunaan

Obat : Diare, buah segar dicuci dan langsung dimakan.



KENARI BABI

(*Canarium decumanum*)

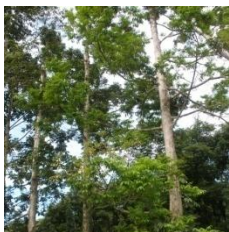


Penjelasan :

Batang pohon kerap kali tidak beraturan; tinggi 10 – 30 m, Daun menyirip ganjil, bulat telur memanjang dengan ujung meruncing, tepi rata. Buah batu dengan pangkal membulat .

Kegunaan

Pangan: Isi biji (berwarna putih) dapat dimakan mentah.



GOWOK

(*Syzygium folsyphalum*)/ Kupa



Penjelasan :

Pohon kecil dan sedang, tinggi 8-20 m, daun tunggal berhadapan berbentuk lonjong. Buah bulat agak gepeng, buah matang ungu tua hingga kehitaman mengkilap, daging buah putih agak kemerahan.

Kegunaan

Pangan: Buah matang enak dimakan.



KAYU MANIS

(*Cinnamomum burmanii*)



Penjelasan :

Tinggi pohon bisa mencapai 8 – 17 m, tanaman ini menghendaki tempat yang cukup matahari. Daun tunggal, kaku seperti kulit, bertangkai, bentuk elips memanjang ujung dan pangkalnya runcing, permukaan atas berwarna hijau tua bagian bawah hijau keabu-abuan.

Kegunaan

Obat : Demam, Flu karena masuk angin, bubuk ranting muda digodok atau digiling menjadi bubuk, seduh dengan air hangat kemudian diminum.



SAWO DUREN

(*Chrysophyllum cainito*)



Penjelasan :

Tumbuhan berbentuk pohon, tinggi 15-20 m, batang berkayu, silindris, warna coklat, abu-abu gelap sampai keputih-putihan, akar tunggal.

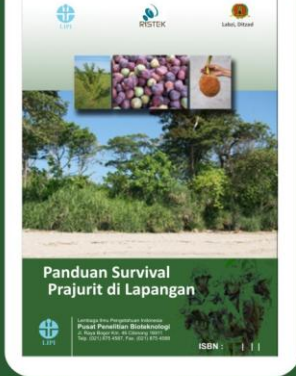
Berdaun tunggal, warna permukaan atas hijau, permukaan bawah berwarna coklat.

Kegunaan

Pangan : Buah matang enak dimakan.

Obat : Diabetes & reumatik: Rebus daunnya lalu minum airnya





Buku panduan survival bagi prajurit di lapangan ini disusun dan dipersiapkan bagi prajurit sewaktu berada di lapangan baik dalam keadaan damai maupun keadaan darurat atau perang. Kondisi yang diantisipasi adalah medan lapangan berupa hutan, kebun, sawah, savana, padang rumput, serta daerah aliran sungai. Semua itu berupa matra darat. Pengetahuan

yang disosialisasikan disini meliputi pengenalan jenis – jenis tumbuhan atau tanaman yang dijumpai prajurit ketika sedang bertugas di lapangan. Diharapkan kemampuan mengenali jenis – jenis tumbuhan sebagai sumber darurat atau alternatif dapat membantu seorang prajurit terhindar dari bencana kecelakaan, baik fisik maupun mental.

Keadaan darurat dalam pengertian buku panduan disini adalah tidak tersedianya atau habisnya bahan – bahan pokok perbekalan prajurit di lapangan seperti obat – obatan, makanan, dan lain sebagainya.

Bahan pangan dari tumbuhan memiliki karbohidrat, sumber energi utama. Banyak tumbuhan mengandung protein nabati atau yang bisa menjaga keseimbangan diet tubuh secara efisien, seperti kacang – kacangan dan biji – bijian keras (" nut ").

Disamping itu akar atau umbi sayuran hijau dan jenis – jenis tumbuhan penghasil gula alami mensuplai tubuh dengan kalori dan karbohidrat sehingga tubuh memperoleh energi yang diperlukan. Dengan demikian dalam keadaan darurat asupan gizi yang diperlukan untuk hidup atau survival dapat terpenuhi sejauh yang berasal dari tumbuhan atau tanaman. Itulah sebabnya pengetahuan atau informasi tentang tumbuhan serta potensinya (sebagai sumber pangan dan obat) amat diperlukan bagi seorang prajurit.