

Penggunaan Tumbuhan Herba sebagai Kaedah Rawatan di Kalangan Masyarakat Melayu

Fazidah Rosli^{1*}, Noorshilawati Abdul Aziz², Nur Masriyah Hamzah³

^{1,2,3} Fakulti Perladangan & Agroteknologi, Universiti Teknologi MARA Cawangan Pahang,
Kampus Jengka, 26400 Bandar Tun Razak Jengka, Pahang, Malaysia

fazidahrosli@pahang.uitm.edu.my, noorshilawati@pahang.uitm.edu.my, nurmasriyah@pahang.uitm.edu.my

*Penulis Rujukan

Abstrak: Herba adalah tumbuhan yang mempunyai nilai dari segi perubatan, khasiat pemakanan dan bau yang dihasilkannya. Herba digunakan secara meluas dalam masakan, perubatan dan kecantikan. Bahagian hijau tumbuhan herba (daunnya) digunakan secara meluas dalam pelbagai bidang. Namun, perubatan herba lebih banyak menggunakan akar, bunga, kulit pokok dan bahagian lain tumbuhan herba. Pokok yang digunakan dalam perubatan herba boleh terdiri daripada pokok herba atau pokok renek. Antara herba yang selalu digunakan adalah tongkat ali, kacip fatimah, misai kucing, gelenggang, hempedu bumi dan sambung nyawa. Setiap tumbuhan herba ini mempunyai khasiat yang tersendiri dan berpotensi untuk menyembuhkan penyakit. Kebanyakan tumbuhan herba ini telah digunakan sejak lama dulu sebagai alternatif penyembuhan penyakit. Kajian ini dilakukan bertujuan untuk mengenalpasti bahan-bahan yang terdapat dalam tumbuhan herba selain menyenaraikan beberapa jenis tumbuhan herba yang berpotensi digunakan sebagai tujuan rawatan di kalangan masyarakat Melayu.

Kata Kunci: Masyarakat Melayu, Rawatan, Tumbuhan Herba

1. Pengenalan

Herba ialah segala bahan (tumbuhan, garam, batu-batuan dan galian) yang mengandungi satu atau beberapa bahan aktif yang boleh digunakan untuk tujuan pengubatan. Menurut Kamus Pelajar, herba ialah tumbuhan vaskular berbiji, berbatang lembut dan tidak berkayu. Kebanyakannya jenis semusim iaitu hidup satu kitaran musim lengkap dan mempunyai kitaran hidup yang pendek. Contohnya bayam, keembong, bunga matahari dan cika emas. Terdapat juga jenis herba saka contohnya pisang dan lengkuas. Menurut Kamus Dewan Edisi 3, herba didefinisikan sebagai tumbuh-tumbuhan yang batangnya rendah dan tidak berteras (ada yg daunnya dibuat ubat atau dimakan). Pada pandangan herbalist, herba ialah tumbuhan yang boleh digunakan sebagai bahan makanan, ubatan dan bahan aroma. Ini bermaksud, tidak hanya tumbuhan renek, bahkan pokok yang berkayu juga boleh ditakrifkan sebagai herba jika ada potensi bagi mana-mana tiga kegunaan tersebut (Shamsuddin, 2012).

Pada penghujung abad ke-20, kesedaran mengenai penggunaan herba sebagai bahan perubatan telah berkembang dengan pesat di seluruh dunia. Penggunaan herba dikalangan masyarakat Melayu merangkumi pelbagai gunaan bermula dari ramuan dalam masakan hinggalah kepada pengubatan harian yang tidak dapat dipisahkan dari resam kehidupan orang Melayu. Sejak dari kecil anak-anak Melayu terutama anak-anak perempuan telah diajar bagaimana menggunakan rempah ratus.

Kegunaan herba memang telah lama menjadi amalan dalam setiap bangsa yang terdiri daripada berbagai kelompok kaum dan juga mewarisi amalan perubatan yang tersendiri. Ia menerima berbagai pengaruh terutamanya pengaruh Hindu-Budhha, Islam dan Barat, dan berkembang hidup dalam kepercayaan masyarakat Melayu terutamanya. Disamping penggunaan herba, seringkali pengamal perubatan tradisional mengaitkan kaedah perubatan mereka dengan pelbagai jenis amalan perubatan lain termasuk penggunaan jampi mentera, kekuatan rohaniah, pergantungan kepada makhluk halus dan sebagainya. Ketika mengamalkan cara perubatan yang sedemikian, bahan-bahan herba seperti sirih-pinang, kemenyan, kayu gaharu dan sebagainya sering menjadi bahan utama perubatan. Malah dengan kedatangan Islam ke Nusantara telah

memperkayakan lagi warisan perubatan tradisional Melayu. Contohnya, ayat-ayat suci al-Quran telah digunakan sebagai doa untuk mengubati sesuatu jenis penyakit (Ahmad Faisal & Nurul Wahidah, 2012).

2. Kaedah Pengekstrakan Herba

Bekas yang paling sesuai untuk menyediakan teh, infusi dan dekoksi (rebusan) ialah bekas kaca, tembikar atau periuk tanah. Sebaiknya elakkan penggunaan bekas yang diperbuat daripada aluminium. Berikut adalah senarai kaedah-kaedah yang bersesuaian untuk mengekstrak herba. Namun, sukatan setiap kaedah ini adalah bergantung kepada kesesuaian untuk tujuan terapeutik. Penulisan ini hanya akan membincangkan kaedah pengekstrakan menggunakan air sahaja (Theresa, 2008).

2.1 Kaedah Teh

Kaedah ini digunakan untuk mengekstrak bahan-bahan kimia dari bahagian-bahagian lembut tumbuh-tumbuhan seperti daun, dahan, batang, rizom dan bunga. Ianya sesuai diaplikasikan pada tumbuh-tumbuhan yang mengandungi minyak esen. Air panas baru mendidih perlu ditambah ke dalam cawan yang berisi herba (atau kombinasi beberapa jenis herba). Teh yang telah siap disediakan boleh ditapis dan di minum ketika masih suam. Selain itu, boleh juga dicampur dengan madu atau limau nipis. Teh campuran herba ini boleh diminum tiga kali sehari.

2.2 Infusi

Kaedah ini biasanya digunakan untuk herba yang bersifat lembut seperti daun, dahan, batang dan rizom selain bunga. Bahagian-bahagian herba perlu ditumbuk sedikit untuk memecahkan sel-sel agar bahan-bahan kimia aktif yang diperlukan dapat diekstrak. Kaedah ini mengekstrak garam-garam alkaloid dan vitamin-vitamin larut air. Tapis dan minum air infusi ketika masih suam. Ia boleh diambil tiga kali sehari.

2.3 Dedoksi (Rebusan)

Dedoksi merujuk kepada penyediaan bahagian-bahagian herba dengan kaedah perebusan. Kaedah ini melibatkan bahagian herba yang keras dan berkayu seperti kulit dan akar. Ia perlu ditumbuk separuh lumat supaya bahan-bahan kimia dapat diekstrak ketika direbus. Untuk kuantiti yang lebih banyak, herba boleh direbus pada sebelah malam dan disimpan dalam bekas yang tertutup semalaman.

2.4 Makerasi

Kaedah ini antara kaedah yang paling mudah di mana bahagian-bahagian tumbuhan yang lembut atau yang mengandungi bahan-bahan kimia digunakan. Bahagian-bahagian tumbuhan herba yang mudah mengurai ini apabila terkena panas direndamkan dalam air sejuk dan dibiarkan semalaman. Pada keesokan hari, air rendaman ini boleh ditapis dan diminum.

2.5 Serbuk

Herba yang dijadikan serbuk boleh diambil menggunakan sukatan camca teh. Dos yang dicadangkan adalah antara setengah hingga satu camca teh setiap kali bersama secawan air suam. Ia boleh diambil tiga kali sehari.

2.6 Tempelan

Kaedah ini boleh digunakan pada bahagian luar badan. Aplikasi kaedah ini adalah bergantung pada keadaan kesihatan atau jenis penyakit yang dihadapi. Herba perlu ditumbuk lumat dan ditambah sedikit air kemudian ditempel pada tempat yang berkenaan.

2.7 Berkumur

Air kumur boleh disediakan sama ada dari teh, infusi atau dekoksi. Kekerapan penggunaan adalah bergantung kepada keperluan.

2.8 Minyak Urut

Minyak urut boleh disediakan dengan memasak bahagian-bahagian tertentu dengan minyak sayuran seperti minyak kelapa sawit, minyak kelapa atau minyak selaput beras. Herba basah atau herba kering boleh digunakan dan dicampur dengan sedikit minyak sayuran pada api sederhana selama 10 hingga 20 minit. Minyak ini boleh disapukan pada bahagian-bahagian badan yang berkenaan dan kemudian menggosok atau mengurut.

2.9 Minyak Aromaterapi

Boleh disediakan dengan mencampurkan 10-15 titik minyak esen dengan 1 camca besar minyak pelarut seperti minyak sayuran.

2.10 Air Mandian

Boleh disediakan sama ada dari teh, infusi atau dedoksi. Mandian merupakan salah satu cara untuk meresapkan bahan-bahan kimia aktif herba ke dalam tubuh. Selain itu, rendaman kaki juga boleh dilakukan bagi individu yang sukar berendam atau mandi secara siraman kerana keadaan kesihatan yang tidak mengizinkan.

2.11 Faedah Penggunaan Herba

Herba digunakan untuk mengembalikan keseimbangan tubuh dan bukan sekadar untuk menyembuhkan penyakit dan mempercepatkan penyembuhan, menambah khasiat, ubat, mengurangi sifat keras ubat dan menghilangkan kesan sampingan.

3. Bahan-Bahan Aktif Dalam Tumbuhan Ubatan

Terdapat sepuluh (10) jenis bahan aktif dalam tumbuhan ubatan seperti dibawah;

a. Alkaloid

Alkaloid ialah sebatian kimia organan yang mengandungi nitrogen, tiada bau, dan biasanya tiada rasa. Terdapat beratus-ratus jenis alkaloid dalam tumbuhan dan jenis yang baru masih ditemui. Kebanyakan jenis alkaloid merupakan racun yang sangat kuat terhadap manusia dan haiwan. Banyak jenis alkaloid yang sangat beracun boleh digunakan sebagai ubat mujarab dalam dos yang sangat rendah.

b. Asid Organik

Banyak tumbuhan menghasilkan asid organik dalam buah yang belum masak. Namun asid organan juga boleh didapati dalam buah yang masak, daun muda atau bahagian lain. Pada amnya kehadiran asid organik dalam tumbuhan boleh dicam melalui rasa masam. Asid organan yang paling terkenal adalah asid askorbik, iaitu Vitamin C. Satu lagi asid organan yang sangat penting dalam ubat herba ialah asid salisilik yang diguna sebagai antiseptik untuk merawat reumatisme, mengatasi sakit dan sebagainya.

c. Bahan Pahit

Bahan pahit ialah sekumpulan sebatian kimia organan yang tidak mengandungi nitrogen, mempunyai rasa sangat pahit dan biasanya tidak toksik. Terdapat banyak jenis tumbuhan yang mengandungi bahan pahit. Walaupun hampir semua bahan pahit bukan racun, ia tidak bermakna tumbuhan yang berasa pahit boleh dianggap tidak beracun kerana satu tumbuhan boleh mengandungi banyak jenis sebatian kimia.

d. Flavonoid

Flavonoid ialah bahan seakanakan vitamin. Flavonoid juga dikenali sebagai polifenol. Flavonoid terdapat dalam banyak jenis tumbuhan ubatan. Flavonoid diperlukan untuk pelbagai jenis fungsi dalam tubuh. Tumbuhan yang mengandungi Flavonoid biasanya digunakan sebagai ubat herba untuk mengatasi masalah pendedaran darah. Flavonoid juga memberi kesan antioksidan, antiradang, antibakteria dan antivirus.

e. Glikosid

Glikosid ialah satu kumpulan sebatian kimia kompleks yang mengandungi satu bahagian bukan gula dan satu atau lebih bahagian gula. Walaupun bahagian bukan gula yang memberi kesan ubat, namun bahagian gula adalah penting untuk melancarkan penyerapan dan aktiviti glikosid. Kebanyakan glikosid mempunyai tindakan yang kuat terhadap jantung tetapi ada juga jenis yang melawaskan buang air kecil atau besar, dan ada jenis yang bersifat antibakteria

f. Minyak

Minyak volatil dihasilkan oleh sel kelenjar dalam tumbuhan tertentu. Ia boleh dihasilkan pada mana-mana bahagian tumbuhan, bergantung kepada jenis tumbuhan. Ia bersifat meruap, iaitu akan meruap masuk udara apabila dipanaskan. Tumbuhan yang mengandungi minyak volatil digunakan sebagai ubat herba yang direbus atau dibancuh seperti teh (untuk diminum), minyakurut tradisional ataupun minyak volatil diekstrak keluar dan digunakan sebagai ubat. Pada amnya, kebanyakan tumbuhan yang mengandungi minyak volatil boleh dicam melalui bau yang terhasil seperti halia, kayu manis, pudina, ros dan serai. Makanan sayuran atau ubat yang mengandungi minyak volatil biasanya baik untuk penghadaman, mengatasi selesema, dan sakit-sakit atau sengal pada sendi atau otot. Minyak volatil yang diekstrak biasanya digunakan sebagai ubat luaran yang disapu pada kulit atau digunakan sebagai minyakurut.

g. Musilaj

Musilaj dihasilkan dalam proses metabolisme yang berlaku dalam tumbuhan. Musilaj boleh digunakan untuk melegakan kulit, melembutkan keadaan dan mengurangkan

bengkak, contohnya musilaj daripada daun lidah buaya. Musilaj yang digunakan secara oral dalam ubat herba adalah untuk merawat masalah usus dan perut, contohnya musilaj pada biji selasih atau kembang semangkuk.

h. Resin

Resin adalah produk getah tumbuhan tertentu. Apabila getah keluar dan terdedah kepada udara, getah jenis resin akan menjadi keras. Resin tidak larut dalam air. Kebanyakan resin yang digunakan sebagai ubat herba mempunyai sifat antijangkitan. Resin bertindak sebagai antiseptik, menghentikan pendarahan, mengatasi sakit dan digunakan sebagai pestisid. Resin sebagai dupa yang dibakar untuk mengeluarkan bau yang wangi, mempunyai kesan antibiotik dan untuk merawat. Resin yang paling terkenal dalam perubatan Melayu ialah kemenyan yang dibakar dengan bara arang untuk mengasap rumah dan pesakit dalam upacara penyembuhan. Gaharu juga sejenis resin yang digunakan sebagai ubat herba dan sumber asap yang sangat wangi untuk menyembuh dan menyegarkan jiwa.

i. Saponin

Saponin ialah sebatian organan dalam tumbuhan yang mempunyai sifat kimia yang sama dengan glikosid dan menghasilkan buih apabila dikacau dalam air. Ada banyak jenis Saponin yang sangat toksik dan cepat memecahkan sel merah darah. Ada pula Saponin yang kurang diserap oleh sistem penghadaman manusia. Oleh yang demikian ia tidak menimbulkan masalah kepada kesihatan walaupun dimakan atau diminum. Ada Saponin yang mempengaruhi perut. Ia merangsang paru-paru untuk menghasilkan hingus. Sifat ini digunakan dalam ubat herba untuk merawat batuk kering, iaitu penghasilan hingus akan membuat pesakit lebih senang batuk, mengeluarkan kahak dan berasa lebih selesa. Ada Saponin yang seakan-akan steroid yang digunakan untuk mengubati sistem reproduktif iaitu tonik tenaga lelaki, tonik wanita atau ubat antiradang.

j. Steroid

Steroid ialah sebatian kimia yang mempunyai empat gelang karbon yang dipanggil tulang belakang steroid. Tambahan pelbagai jenis kimia lain pada pelbagai bahagian tulang belakang steroid menghasilkan sebatian steroid yang berlainan. Menambah molekul gula kepada steroid menghasilkan glikosid steroid. Steroid juga boleh bergabung dengan saponin. Steroid terdapat pada pelbagai tumbuhan yang bertujuan utama sebagai pertahanan kerana steroid biasanya memberi kesan negatif kepada haiwan yang bertulang belakang, iaitu untuk menjauhi haiwan memakan tumbuhan. Steroid berkesan sebagai ubat perancang keluarga (menjarangkan anak dan menambah kesuburan wanita), meningkatkan kemungkinan hamil, mengawal edaran haid, penawar alahan, ubat busung, arthritis, sakit jantung dan lain-lain.

4. Tumbuhan Herba yang Selalu Digunakan dalam Masyarakat Melayu sebagai Tujuan Rawatan Tradisional

Perubatan herba merupakan satu kaedah alternatif kepada kaedah perubatan moden dengan menggunakan bahan-bahan alam semula jadi seperti tongkat ali, kacip fatimah, serai wangi, sambung nyawa, kunyit, kayu manis, pegaga dan misai kucing. Di Malaysia, kira-kira 1300 spesies tumbuh-tumbuhan telah dimanfaatkan dalam pelbagai bentuk ubat-ubatan herba.

- i. Nama Botani: *Kaempferia galangal*
 Famili: Zingiberaceae (keluarga halia)

Cekur merupakan tumbuhan dalam famili halia iaitu Zingiberaceae. Pokok cekur terdiri daripada dua hingga lima helai daun yang tebal berbentuk bujur telur dan bunganya berwarna putih keunguan. Cekur boleh membiak melalui rizom. Tempoh matang rizom cekur adalah diantara 8 hingga 10 bulan selepas ditanam. Rizom atau umbisi cekur mempunyai aroma yang agak lembut. Rizom cekur mengandungi sebatian minyak pati sineol, borneol, kamphere, asid sinamik dan beberapa sebatian minyak yang lain. Antara khasiat rizom cekur adalah tonik selepas bersalin, menyembuhkan kembung perut, melegakan perut memulas, melancarkan haid, melegakan batuk serta mengurangkan bengkak. Selain itu, daun cekur boleh dimakan sebagai ulaman.

- ii. Nama Botani: *Jatropha curcas*
 Family: Euphorbiaceae

Antara kegunaan jarak ialah, daunnya yang segar jika dipanaskan boleh mengubati penyakit gout, reumatisme, sakit kepala, ulser dan sesak nafas. Biji jarak juga dijadikan ubat sakit kepala, pekak, tibi, penyakit kulit, berak berdarah, buasir, bengkak-bengkak, penyakit buah pinggang, perangsang buang air besar dan juga merangsang proses bersalin. Akar dan daun digunakan sebagai ubat lumpuh saraf pada muka, tetanus, sawan, sakit sendi dan pelbagai penyakit kulit. Daun pokok yang segar ini jika dibalut pada kepala boleh melegakan sakit kepala dan demam panas. Selain itu daun yang ditumbuk berguna untuk mengatasi sakit perut dan juga ditampal pada bisul dan kudis. Di samping itu ia juga digunakan untuk mengatasi sakit gigi.

- iii. Nama Saintifik: *Cassia alata*
 Famili: Caesalpinaceae

Gelenggang adalah pokok renek yang mudah dijumpai di pinggir jalan dan belukar. Daun gelenggang boleh digunakan untuk mengubati kurap dan panau. Ia juga boleh menjadi penawar kepada sengatan serangga dan eczema. Bagi mengatasi masalah sembelit, satu sudu teh air rebusan daun gelenggang diambil sebagai julap. Selain itu, akarnya boleh digunakan untuk mengatasi masalah uterus ataupun rahim, sbagai ubat cacing, penawar sawan, resdung dan bengkak saluran nafas.

- iv. Nama Saintifik: *Zingiber officinale* atau *Zingiber minus*
 Famili: Zingiberaceae

Halia adalah tumbuhan herba yang mudah ditemui. Kebanyakan masakan tradisional Melayu menggunakan halia sebagai rempah bagi mewangikan masakn dan juga bagi menghilangkan hanyir sesetengah bahan seperti daging kambing dan sepsis ikan yang berbau hanyir. Halia boleh digunakan bagi merawat penyakit angin dalam badan, muntah-muntah, cirit-birit, sakit perut, reumatisme, melancarkan pengaliran darah, menghangatkan badan dan membantu penghadaman makanan. Ia juga dapat merawat mati pucuk, sakit pinggang dan sakit kepala.

- v. Nama Saintifik: *Andrographis paniculata nees*
 Famili: Acanthaceae

Hempedu bumi adalh tumbuhan herba semusim yang mempunyai jangka hayat tiga hingga empat bulan. Daun hempedu bumi dijadikan sebai ubat bagi menurunkan darah tinggi disamping merawat kencing manis. Bagi merawat darah tinggi, biasanya

hempedu bumi ditambah bersama misai kucing. Selain itu, ia juga dapat mengubati luka dengan cara menumbuk lumut daun dan diletakkan pada bahagian yang terluka.

- vi. Nama Sainifik: *Striga asiatica*
 Famili: Scrophulariaceae

Jarum Mas adalah sejenis rumpai daripada jenis herba semusim yang selalu tumbuh di antara rumput biasa di padang-padang rumput dan di tepi-tepi lebuh raya dan di kawasan pertanian. Jarum Mas digunakan bagi mengembalikan kecergasan wanita selepas bersalin. Caranya, satu atau dua batang Jarum Mas dikeringkan dan direbus sehingga mendidih dan diminum airnya dua kali sehari. Ia juga dapat mengubati penyakit senggugut semasa haid. Selain itu, Jarum Mas juga dipercayai boleh mengubati masalah keputihan dan menghilangkan sakit urat serta badan.

- vii. Nama Sainifik: *Nigella sativa*
 Famili: Ranunculaceae

Jintan Hitam atau Habbatussauda telah digunakan sejak dahulu kala. Jintan Hitam dapat digunakan untuk meningkatkan metabolisme dan menaikkan semangat. Ia telah digunakan sejak dahulu kala sebagai penawar bagi masalah hati dan penghadaman. Selain itu, ia juga digunakan untuk mengubati sakit gigi, sakit kepala, hidung tersumbat dan masalah parasite usus seperti cacing.

- viii. Nama Sainifik: *Labisa pumila*
 Famili: Myrsinaceae

Kacip Fatimah adalah sejenis tumbuhan herba yang biasa dijumpai tumbuh liar di hutan hujan tropika. Kacip Fatimah sinonim dengan wanita. Ia dikatakan dapat mempercepatkan kelahiran bayi di samping memberi kecergasan selepas bersalin. Selain itu, ia juga dapat mengecutkan rahim selai melangsingkan badan. Kacip Fatimah juga dapat melancarkan perjalanan dan kitaran haid wanita selain dapat mengurangkan sakit senggugut semasa haid dan merawat keputihan.

- ix. Nama Sainifik: *Piper sarmentosum roxb*
 Famili: Piperaceae

Kaduk adalah sejenis tumbuhan yang hidup di atas tanah. Ianya mudah ditanam serta subur terutamanya di kawasan yang lembap dan mempunyai tanah gembur dan redup. Air rebusan kaduk dapat melawaskan kencing. Daun kaduk pula mujarab merawat demam malaria dengan cara meminum air rebusannya. Air rebusan kaduk juga berkhasiat untuk melegakan batuk-batuk, selsema, sakit pinggang, sakit gigi dan sengal-sengal tulang. Daun yang ditumbuk boleh dijadikan ubat panau dengan menampal pada bahagian panau tersebut.

- x. Nama Sainifik: *Ficus deltoidea jack*
 Famili: Moraceae

Mas Cotek adalah sekumpulan pokok daripada variasi yang berlainan tetapi berkongsi itga ciri utama iaitu titik emas di permukaan daun, titik hitam antara urat daun dan garisan luar daun yang berwarna keemasan. Mas Cotek digunakan oleh masyarakat Melayu tradisional sebagai rebusan lepas bersalin. Selain itu, pokok ini juga berkesan menyembuhkan dan membetulkan kerosakan urat saraf dengan cara mengeringkan dua

hingga tiga helai daunnya. Ia kemudian di rebus dengan air dan diminum semasa masih suam. Ia juga digunakan bagi mengubati paru-paru berair.

- xi. Nama Saintifik: *Quercus infectoria oliv*
Famili: Fagaceae atau Cupuliferae

Manjakani sinonim dengan fungsinya untuk merapatkn hubungan suani isteri. Bagi kegunaan luar, manjakani diasah pada belakang pasu dan bubuk yang terhasil ditampal pada luka. Selain itu, antioksidan yang terdapat pada manjakani dipercayai dapat merawat kanser payudara dan kanser rahim. Ia juga dapat melawaskan pembuangan air besar kerana mengandungi serat yang tinggi.

5. Kesimpulan

Daripada kira-kira 1300 spesis tumbuhan herba yang terdapat di dalam Malaysia, hanya 200 spesis yang biasa digunakan dalam perubatan tradisional. Namun, daripada 200 spesis itu, hanya beberapa spesis sahaja yang dikomersialkan seperti Tongkat Ali, Kacip Fatimah dan Misai Kucing yang mendapat perhatian umum dan didedahkan khasiat perubatannya. Masyarakat kini perlu didedahkan kepada tumbuhan herba ini terutamanya kepada anak-anak muda supaya pengetahuan ini tidak luput begitu sahaja. Hutan hujan tropika di Malaysia diumpamakan sebuah farmasi besar yang menyimpan pelbagai jenis penawar didalamnya. Namun masih ramai yang tidak mengetahui khasiat sebenar tumbuhan herba bagi tujuan kesihatan dan kesejahteraan hidup.

6. Rujukan

- Ahmad Faisal A. H., & Nurul Wahidah F. (2012). Perubatan Melayu tradisional: Kitan Tibb Pontianak. *Jurnal Al-Tamaddun*, 7 (1), 149-162.
- George D. (2002). *Diet penyembuhan ajaib*. Madrid: Editorial Safeliz. (Edisi Bahasa Melayu).
- Heather B., & Micheal S. (2004). *The complete natural medicine guide to the 50 most common medicinal herbs*. Ontario: Robert Rose Inc.
- Noraida A. (2005). *Penyembuhan semula jadi dengan herba*. Kuala Lumpur: PTS Millenia.
- Shamsudin S. (2012). *Pengenalan asas herba ubatan*.
- Siti Fuziah Y. (2011). *Mari berubat dengan tumbuhan sekeliling anda*. Selangor: Ar-Risalah Product Sdn. Bhd.
- Theresa O. (2006). *Rahsia herba*. Selangor: Alaf 21 Sendirian Berhad.