

## Khasiat Herba dalam Kitab Tib Melayu

### *Herbal Remedies in the Malay Tib*

SITI FATIMAH ABD AZIZ & YUSMILAYATI YUNOS

#### ABSTRAK

*Manuskrip ilmu perubatan tradisional Melayu merupakan sumber peribumi yang penting untuk mengungkapkan ketinggian pengetahuan orang Melayu tentang pelbagai jenis bidang ilmu. Masyarakat Melayu mempunyai amalan-amalan tradisi berkaitan dengan perubatan dan kesihatan. Pengetahuan dan pengalaman mengenainya telah diperturunkan dari satu generasi ke satu generasi yang lain, sama ada melalui tulisan ataupun lisan. Pada dasarnya tumbuh-tumbuhan herba menjadi sumber utama dalam sistem perubatan tradisional kerana berpotensi dijadikan ubat untuk menyembuhkan penyakit tertentu. Oleh itu, antara tujuan penulisan ini adalah untuk mengenal pasti jenis herba yang dinyatakan dalam Kitab Tib MS 174 yang mencerminkan kearifan masyarakat Melayu. Seterusnya menjelaskan khasiat dan beberapa kaedah penggunaan herba dalam merawat penyakit yang diamalkan oleh masyarakat Melayu. Penulisan ini menggunakan kaedah filologi yang melibatkan proses transliterasi teks daripada tulisan Jawi ke tulisan rumi. Seterusnya analisis kandungan teks dilakukan bagi melihat beberapa jenis herba, khasiat dan kaedah rawatan penyakit. Dapatan penulisan ini menunjukkan antara herba yang digunakan untuk merawat penyakit termasuklah akar jarak, akar teratai, daun sambung nyawa, bawang putih dan lada hitam. Herba-herba ini digunakan untuk merawat sakit kepala, sakit mata, sakit gigi, sakit mulut, mulut busuk, kencing tidak lawas, sakit bisa dan racun, miang dan demam. Kitab Tib MS 174 dapat memberi sumbangan ilmu pengetahuan kepada bidang Tib Melayu. Selain itu, penulisan ini juga dapat memberi pengetahuan kepada masyarakat tentang keistimewaan dan khasiat herba yang menjadi bahan rawatan untuk pelbagai jenis penyakit.*

*Kata kunci: Herba; Kitab Tib MS 174; penawar; perubatan tradisional Melayu; tumbuhan*

#### ABSTRACT

*Manuscripts of traditional Malay medicine are an important source of indigenous peoples to express the height of Malay knowledge about the various fields of knowledge. The Malay community has traditionally related medical and health practices. Knowledge and experience from one generation to another, either through writing or oral. Basically, herbal plants are a major source of traditional medicine systems because of the potential for a cure for curing certain diseases. Hence, the purpose of this writing is to identify the type of herbs described in Malay Tib of MS 174 which reflects the wisdom of the Malay community. It further explains the efficacy and uses of herbs in treating diseases practiced by the Malay community. This writing uses a phonological method involving text transliteration process from Jawi script to roman writing. Furthermore, analysis of textual content is done to see some types of herbs, nourishment and disease treatment methods. The findings show that among herbs used to treat diseases include the roots, the lotus roots, the leaves of life, the garlic and the black pepper. These herbs are used to treat headaches, sore eyes, toothache, mouth ulcers, foul mouth, old urine, pain and poison, mesothelioma and fever. Kitab Tib MS 174 is able to contribute knowledge to Malay Tib. In addition, this writing can also inform the public about the benefits and benefits of herbs that are the treatment of various types of diseases.*

*Keywords: Herbs; Kitab Tib MS 174; bidder; traditional Malay medicine; plants*

## PENGENALAN

Perubatan Melayu adalah sejenis bidang perubatan yang menggunakan herba dan bahan dari alam sekeliling sebagai satu kaedah rawatannya. Ia bukanlah sesuatu yang baru malah telah popular berabad lamanya oleh masyarakat Melayu. Ia merupakan terapi pengubatan yang telah di akui dan memiliki kekuatannya yang tersendiri. Hal ini kerana perubatan yang berasaskan alam semula jadi ini mudah didapati dan agak mudah di amalkan. Orang tua-tua zaman dahulu telah menjalankan percubaan demi percubaan, dalam merawat pelbagai jenis penyakit yang dihadapi oleh pesakit. Ilmu perubatan ini telah diturunkan dari generasi ke generasi secara lisan. Perubatan tradisional Melayu ini memiliki daya tarikan yang tersendiri, kerana ia memberikan perhatian khusus pada setiap pesakit. Ubat-ubatan tradisional ini memberikan reaksi yang berbeza antara satu orang dengan orang lain. Namun, satu ubat juga boleh digunakan untuk menyembuhkan pelbagai kelompok gejala atau penyakit yang berbeza. Kini, banyak kajian serta penulisan tentang perubatan ini telah dilakukan sehingga sedikit sebanyak telah menambah golongan celik ilmu tentangnya.

Secara umumnya, ilmu yang diperoleh secara formal yang dapat dilihat melalui manuskrip ini adalah ilmu tasawuf dan ilmu fiqah. Sementara ilmu sains dan teknologi menerapkan ilmu belayar. Selain itu, manuskrip ini turut menyampaikan ilmu tradisional iaitu alam ghaib, azimat, tangkal dan mantera, ilmu pengasih, ilmu kebal, doa penawar, takbir, raksi jodoh, ilmu syahwat dan ilmu berahi, gerak tubuh manusia, cara menyurat azimat dan cara mengetahui usul hujan atau kemarau. Khazanah yang mengandungi pelbagai bidang ilmu ini dirakam dengan baik dalam bentuk tulisan tangan, beraksara Jawi yang cantik dan iluminasi yang berwarna-warni. Khazanah ilmu perubatan ini membuktikan kearifan masyarakat lampau dalam bidang tersebut.

## OBJEKTIF KAJIAN

Manuskrip Melayu merupakan warisan ilmu para cendekiawan Melayu yang ditinggalkan untuk dibaca dan dikembangkan oleh generasi Melayu yang seterusnya. Sungguhpun begitu, situasi bidang penulisan manuskrip Melayu tidak seperti penulisan manuskrip di dalam kerajaan Islam yang lain, di mana pilihan subjek penulisan manuskrip lebih luas dan lebih mendalam terutamanya bidang astronomi,

perubatan dan botani. Justeru itu, tujuan penulisan ini ialah untuk:

1. Mengenal pasti jenis herba yang terdapat dalam *Kitab Tib MS 174* yang mencerminkan kearifan masyarakat Melayu.
2. Menjelaskan khasiat dan beberapa kaedah penggunaan herba yang diamalkan oleh masyarakat Melayu dalam merawat penyakit.

## METODOLOGI KAJIAN

Penulisan ini menggunakan metode kualitatif berdasarkan data yang terwujud secara berteks, sebaliknya bukan data berasaskan angka atau statistik. Data ini dikumpulkan melalui pelbagai cara seperti penentuan objek, klasifikasi data dan pengumpulan data. Objek penulisan ini menggunakan teks *Kitab Tib MS 174* yang diperoleh daripada koleksi Perpustakaan Universiti Malaya yang bertulisan tangan menggunakan bahasa Jawi dan beberapa istilah Arab dan ayat daripada Al-Quran. Tahap pengumpulan data dalam penulisan ini menggunakan kaedah kajian kepustakaan yang akan dibahagi kepada tiga klasifikasi iaitu:

1. Utama: Meliputi buku yang berkait langsung dengan topik kajian ini iaitu berupa manuskrip kitab tib tradisional.
2. Sokongan: Meliputi buku-buku yang berkaitan secara langsung dengan kajian ini, iaitu merangkumi pembacaan artikel-artikel daripada jurnal, akhbar dan majalah, dokumen awam, tesis serta beberapa buah buku terbitan yang berkaitan. Maklumat yang berkaitan dengan tajuk penyelidikan dikumpulkan dan digunakan sebagai panduan dan bahan rujukan untuk memahami dengan lebih mendalam tentang permasalahan yang dikaji.
3. Pelengkap: Meliputi buku-buku yang berkaitan secara tidak langsung dengan kajian ini dan temu bual yang dijalankan secara langsung iaitu menemu bual tokoh yang terlibat dengan perubatan tradisional. Kaedah ini bertujuan untuk mengukuhkan dan melengkapkan maklumat yang berkaitan dengan ilmu perubatan masyarakat Melayu misalnya yang menyentuh aspek kepercayaan, doa dan amalan dalam perubatan Melayu itu sendiri.

Penulisan ini menggunakan naskhah manuskrip *MS 174* yang diperoleh di Perpustakaan Universiti Malaya. Sebagai data kajian manuskrip ini mengandungi 42 halaman bertulis dan purata

setiap halaman mengandungi 48 baris untuk setiap halaman. Bahasa yang digunakan adalah bahasa Melayu dan menggunakan tulisan Jawi lama dan diselitkan ayat-ayat al-Quran dan doa-doa tertentu bagi tujuan perubatan. Kajian ini tidak berbentuk penyuntingan teks atau melihat teks yang asli tetapi meneroka isi kandungan teks dan berbentuk analisis kandungan. Manuskrip ini diisi dengan hal-hal berkaitan dengan:

1. Ilmu belayar
2. Ilmu tasawuf
3. Ilmu fiqah
4. Alam ghaib
5. Azimat, tangkal dan mantera
6. Ilmu pengasih
7. Ilmu kebal
8. Doa penawar
9. Takbir mimpi
10. Hubungan suami isteri
11. Raksi jodoh
12. Gerak tubuh manusia
13. Cara menyurat azimat
14. Cara mengetahui usul hujan/kemarau

### KONSEP HERBA

Perkataan herba dalam konteks sains tumbuhan (botani) bermakna sebarang tumbuhan yang tidak berkayu atau hanya sedikit berkayu, berbeza daripada tumbuhan renek atau pokok berkayu. Perkataan herba dalam ubat herba bermakna semua jenis tumbuhan yang digunakan sebagai ubat, termasuklah tumbuhan renek, berkayu, kulat atau alga. Perkataan herba dalam penggunaan umum di negara Barat pula merujuk kepada semua jenis tumbuhan yang berguna sebagai ubat, perisa, rempah dan pewangi (Ong Hean Chooi 2006: 2).

Konsep herba merangkumi semua bahagian dalam tumbuh-tumbuhan yang terdiri daripada akar, batang, daun, pucuk, buah, kulit, putik, bunga dan isi daripada tumbuhan tersebut boleh dimakan atau digunakan untuk tujuan rawatan. Hal ini turut diakui oleh Aminah Haji Juraimi (2011), namun beliau menyatakan keperluan bahagian tumbuhan tersebut bergantung kepada jenis-jenis tumbuhan tertentu dan jenis penyakit yang perlu dirawat.

Penerangan konsep-konsep tersebut memperlihatkan herba terdiri daripada pelbagai jenis tumbuhan dan setiap bahagian tumbuhan itu boleh digunakan untuk tujuan rawatan dan kesihatan tetapi bergantung kepada dos yang diperlukan bagi merawat sesuatu jenis penyakit.

Sehubungan itu jika diteliti, dalam falsafah ubat herba, campuran pelbagai jenis bahan jika dilakukan dengan formulasi yang betul akan memberi kesan ubat mengikut tujuan yang dikehendaki. Justeru itu, tumbuhan yang tidak memberi kesan yang kuat sebagai penawar apabila digunakan satu jenis sahaja boleh memberi kesan yang kuat dalam campuran pelbagai jenis tumbuhan tertentu. Sebaliknya ada tumbuhan yang memberi kesan yang kuat atau kesan racun apabila digunakan satu jenis sahaja. Walau bagaimanapun, kesan itu boleh dikurangkan dalam campuran yang betul dan menjadi ubat herba yang mujarab (Ong Hean Chooi 2006: 2).

### DAPATAN DAN PERBINCANGAN

Manusia dan alam tidak dapat dipisahkan. Flora dan fauna yang menjadi sebahagian makhluk tuhan di alam ini menjadi pelengkap kepada kehidupan manusia, hubungan antara kedua-dua makhluk tuhan ini bersifat simbiosis dan saling melengkapi. Tumbuhan kaya dengan air, karbohidrat, protein, lemak, fiber, mineral dan vitamin. Pengambilan daripada sumber alam semula jadi ini dalam menu harian secara berterusan dapat memperkaya nutrisi untuk kebaikan kesihatan minda dan fizikal. Kajian saintifik mendapati bahawa tumbuhan mengandungi bahan kimia yang bermanfaat untuk merawat pelbagai jenis penyakit, di samping mengandungi racun yang boleh menjejaskan tahap kesihatan. Justeru, pengetahuan tentang penggunaannya sebagai ubat herba wajarlah diketahui.

Walaupun perubatan moden sememangnya menjadi tumpuan utama untuk setiap penyakit, tetapi khasiat dan kelebihan rawatan pengubatan tradisional sama ada dari sudut amalan, atau penggunaan herba-herba juga tidak sepatutnya dipinggirkan. Misalnya kajian yang dilakukan oleh Jurry Foo@Jurry et al. (2014) menjelaskan tentang konsep kelestarian terhadap tumbuhan ubatan dan potensinya untuk memenuhi keperluan pada masa kini dan akan datang. Kini masyarakat telah melihat tumbuhan ubatan yang digunakan secara tradisional menjadi satu bentuk rawatan alternatif kepada perubatan moden. Oleh itu, sekiranya dilakukan kajian dan diperbanyakkan usaha untuk mempromosikan khasiat herba ini, pasti ia juga akan membuka minda masyarakat tentang perkara ini malah mungkin satu hari nanti, penggunaan herba boleh dijadikan satu alternatif utama dalam perubatan (Faisal@Ahmad Faisal & Nurul Wahidah 2012).

Perkataan herba dalam konteks sains botani merujuk kepada jenis tumbuhan yang tidak berkayu atau hanya sedikit berkayu, berbeza daripada tumbuhan renek atau pokok yang terlalu berkayu. Apabila perkataan herba dan ubat digabungkan maka ia membina frasa ubat herba. Herba yang dimaksudkan di sini merujuk kepada apa sahaja jenis tumbuhan yang digunakan sebagai ubat termasuklah tumbuhan renek, pokok berkayu, kulat, alga dan rumpai (Ong Hean Chooi 2004). Ilmu perubatan tradisi Alam Melayu kaya dengan etnobotani yang merupakan cabang etnosains yang penting. Alam Melayu kaya dengan khazanah herba sama ada botani yang melibatkan tumbuh-tumbuhan yang ditanam dan diusahakan dalam kegiatan pertanian serantau. Haiwan turut menjadi unsur perubatan yang penting. Racun dan bisa haiwan seperti ular mempunyai penawar tertentu dalam seni perubatan serantau. Alam tumbuhan, hasil bumi, haiwan dan sumber alam menjadi sebahagian daripada sumber perubatan Melayu. Mereka menggunakan sumber tersebut untuk merawat beberapa jenis penyakit. Terdapat bahan yang digunakan secara tunggal dan ada pula yang perlu diadunkan daripada ramuan tersebut mengikut nisbah tertentu.

Masyarakat Melayu menggunakan tumbuhan sebagai bahan pengubatan sejak zaman berzaman sesuai dengan kekayaan alam ini dengan pelbagai jenis tumbuhan herba. Binatang ternakan, binatang liar, burung dan unggas juga mempunyai khasiat yang tersendiri. Misalnya, pengarang *Pati Rahsia* mencatatkan keistimewaan burung belatuk cerang untuk digunakan dalam seni perubatan tradisi seperti untuk menguatkan ingatan, menahan darah, lemah anggota kaki, membersihkan muka, mata kelabu, dan beberapa khasiat lain (Mat Rofa Ismail 2009).

Dalam *Mujarabat Melayu* (1883) pula, diceritakan tentang khasiat telur ayam (khususnya ayam hitam), madu, susu kambing, minyak sapi, biji sawi, manjakani, bawang putih, bawang merah, jemuju, kharsani, kesturi, biji kapas, minyak jarak dan seumpamanya untuk kekuatan lahir dan batin seseorang lelaki. Bulu arnab yang dibakar boleh digunakan untuk menahan luka berdarah. Hempedu arnab bersama madu dan kepala dadih yang tawar boleh merawat kemandulan wanita. Arnab juga sering digunakan untuk merawat penyakit karang, melambatkan pertumbuhan uban, mata yang kurang jelas dan lain-lain. Cabai jawa digunakan untuk menghilangkan kahak, sejuk dalam perut dan penyakit dalam telinga. Selain itu, kulit kayu camar

dan kematu digunakan untuk membunuh cacing dalam perut kanak-kanak.

Selain itu, dalam *Mujarabat Melayu* juga dinyatakan khasiat yang didapati daripada beberapa jenis bahan seperti damar mata kucing, belerang, minyak zaitun, celak, cekur, lengkuas, kulit kayu manis, daun emas, rambut jagung, ramuan padi ketaman (tangkal padi), kulit jambu hutan, sena Makkah, daun kancing baju, kapur, buah pala, gigi dan hati buaya dan tanduk rusa.

Dalam *Senjata Hikmah* (1968) pula, pengarangnya menyenaraikan beberapa jenis penyakit dan kaedah pengobatannya. Antara penyakit yang dimaksudkan termasuklah pelupa, termakan racun, haru ayam, penyakit biya lembu, senak medu, kepenatan, karang, cacing rambu, terkena api, batuk, sawan api, ruam kanak-kanak, demam kepialu, resdung, sakit kepala dan muntah.

Manakala dalam manuskrip *MS 174* ini, pengarang mencatatkan berbagai-bagai jenis bahan yang digunakan untuk merawat penyakit tertentu mahupun bahan yang digunakan dalam proses pengubatan dan cara-cara untuk membuat tangkal, azimat ataupun wafak. Bahan-bahan yang digunakan terdiri daripada bahan flora, fauna atau bahan-bahan lain. Bahan yang digunakan misalnya madu, timah hitam, beras, tanah liat putih, kulit kambing, ikan puyu, ayam dan beras pulut. Bahan yang terdiri daripada tumbuhan pula adalah akar jarak, akar sara-sara, akar majrung dan akar bunga, akar hempedu, akar sakti, akar teratai, akar tuba, akar melur, akar mala pahit/melada pahit. Selain itu, tumbuhan lain adalah daun jumpa kurun, daun sembung hadah, daun kecubung hitam, daun sepulih, daun saga, daun baron, daun gedangsa, sirih bertemu urat, cira hitam, bawang putih, bawang merah, limau kapas, limau purut, jimpalan cina, biji kani, jintan hitam/habbatus sauda, keladi, kepala sari, kepala lempoyang dan bunga mala susu. Seterusnya adalah pucuk dan bunga ubi sari, pinang, riang, lada, halia, lada hitam, jering, tersa, sudu-sudu dan kulat badak. Bahan-bahan lain pula terdiri daripada santan, lenga, tahi kambing, tahi ayam, air beras, air susu badan, telur ayam, garam, cuka dan kapur barus.

Aishah@Eshah (2013) menyatakan kualiti hidup seseorang individu selalunya dinilai daripada sudut kewangan, kesihatan, pemakanan dan persekitaran. Kualiti hidup menurun apabila berlaku masalah kesihatan, pemakanan, pekerjaan, jenayah, tekanan perasaan, pencemaran persekitaran fizikal dan bencana alam. Kemampuan mendapatkan penjagaan kesihatan yang terbaik sebenarnya tidak

menjamin seseorang itu bebas daripada penyakit dan kesakitan apabila persekitaran tempat kediaman mereka tercemar dan kadar jenayahnya tinggi. Berkait dengan hal itu, manusia tidak dapat lari dari masalah kesihatan diri yang menghalang kita secara langsung mahupun secara tidak langsung. Contoh masalah kesihatan secara langsung adalah seperti sakit perut, sakit gigi, sakit kepala, sakit sendi dan sakit tulang manakala contoh bagi masalah kesihatan secara tidak langsung pula adalah miang pada kulit, mulut berbau, badan berbau, keguguran rambut dan sebagainya. Pada tahap yang tidak terkawal, masalah ini boleh menyebabkan kemurungan sehingga menjejaskan masalah kesihatan secara langsung. Berikut dinyatakan beberapa jenis herba dan khasiatnya kepada kesihatan manusia.

#### AKAR MELUR PUTIH

Akar melur putih digunakan merawat penyakit resdung. Caranya adalah dengan menyediakan beberapa bahan misalnya akar sakti lima, akar teratai, akar tuba lima, akar melur putih, halia, bawang merah, bawang putih. Setelah itu, bahan-bahan ini di asah dan dicampurkan dengan air limau nipis. Ramuan ini kemudian diminum selama tiga hari iaitu pada waktu pagi. Berikut adalah gambar bunga melur putih.

Jika diteliti resdung merupakan sejenis penyakit di mana terjadinya radangan pada rongga sinus yang disebabkan oleh jangkitan kuman. Resdung, juga dikenali sebagai sinusitis/ jangkitan sinus atau rinosinusitis, adalah keradangan pada sinus yang menunjukkan gejala/tanda. Tanda dan gejala yang biasa termasuk lendir tebal dalam hidung, hidung tersumbat, dan sakit pada muka. Tanda dan gejala lain mungkin termasuk demam, sakit kepala, kurang deria bau, sakit tekak dan batuk. Batuk sering lebih teruk pada waktu malam. Komplikasi yang serius jarang berlaku. Resdung juga boleh disebabkan oleh jangkitan, alahan, pencemaran udara, atau masalah struktur dalam hidung. Hal ini turut dinyatakan dalam MS 174, iaitu akar melur putih digunakan untuk mengubati penyakit resdung.

“Bab dan ini ubat sedung. Dan ambil akar sakti lima dan akar teratai dan akar tuba lima dan akar melur putih dan halia dan bawang merah dan putih dan air limau nipis. Semuanya asah dan minum sapa tiga pagi insya-Allah afiat...” (MS 174: 28).

Petikan di atas menunjukkan akar melur putih digunakan untuk merawat penyakit resdung. Caranya adalah dengan menyediakan beberapa

bahan misalnya akar sakti lima, akar teratai, akar tuba lima, akar melur putih, halia, bawang merah, bawang putih. Setelah itu, bahan-bahan ini diasah dan dicampurkan dengan air limau nipis. Ramuan ini kemudian diminum selama tiga hari iaitu pada waktu pagi.



RAJAH 1. Pokok Bunga Melur Putih

Sumber: Kajian Lapangan 2017

#### DAUN SEPULIH

Daun sepulih (*Fagraea racemosa jack ex wallich*) mempunyai beberapa khasiat. Dalam masyarakat Melayu, tumbuhan ini biasanya dikaitkan dengan kegunaannya untuk wanita yang baru melahirkan anak misalnya digunakan sebagai pelapik tungku. Berdasarkan manuskrip MS 174, daun sepulih digunakan untuk merawat demam panas. Caranya adalah dengan merebus daunnya dan dijadikan sebagai air mandian kanak-kanak yang demam. Hal demikian dinyatakan seperti berikut:

“Sebagai lagi pula rajin ambil daun sepulih dan daun saga dan balik angin dan bilangan dan balik sampai dan ysla disakul afiat olehnya kembang basal ambil daun sagu. Maka jampikan air putih pada tubuh orang sakit itu maka lagi daun baron sia-sai dia atau segantang atas tubuh nescaya keringlah tubuh tiadalah kembang basal...” (MS 174: 26).

Petikan di atas menerangkan mengenai khasiat daun sepulih. Misalnya, air rebusannya dijadikan air mandian untuk anak-anak yang demam panas. Daunnya dipanaskan dan diletakkan pada bahagian dada dan perut untuk merawat malaria dan jenis demam panas yang lain. Selain itu, daunnya juga dapat dijadikan penawar bisul pada kaki. Caranya adalah dengan menumbuk lumat daun sepulih kemudian ditempelkan pada tempat berkenaan. Untuk merawat kepala yang berasa sejuk, daunnya dihancurkan dan dicampurkan tembakau kemudian dihisap seperti rokok. Selain dari itu, daun dan kulit

pokok sepuluh direbus lalu air rebusan ini diminum sebagai tonik untuk pemulihan selepas demam panas dan merawat sakit pada bahagian badan (antara rusuk dengan pinggul).



RAJAH 2. Daun Sepuluh

Sumber: Kajian Lapangan 2017

### SIRIH

Antara khasiat yang terdapat pada daun sirih (*piper betle L.*) adalah antiseptik, antikulat, mengurangkan radang, meredakan batuk dan menghilangkan gatal. Selain itu juga, daun sirih turut digunakan untuk mengubati bronkitis, batuk, keputihan, hidung berdarah, bau badan, ulser, radang mata merah, jerawat dan payudara bengkak.

Daun sirih ada beberapa jenis, iaitu daun sirih merah, daun sirih hijau dan daun sirih hitam. Namun yang popular adalah daun merah dan daun sirih hijau. Pada dasarnya, dapat dinyatakan dikatakan bahawa teknik merebus daun sirih merupakan cara yang paling bagus meskipun di beberapa tempat ditemukan cara dengan kaedah mengunyahnya.

Selain bersifat antiseptik, sirih merah juga boleh digunakan untuk merawat penyakit diabetes. Caranya adalah dengan meminum air rebusan daun sirih setiap hari dan ini akan menurunkan kadar gula dalam darah hingga ke paras normal. Dibandingkan dengan berbagai-bagai tanaman ubat lainnya, manfaat rebusan daun sirih dikatakan lebih banyak. Misalnya, air rebusan daun sirih merah digunakan untuk mengubati keputihan. Bagi wanita, keputihan merupakan keadaan yang sangat tidak menyenangkan. Selain itu, daun sirih juga dapat merawat penyakit dalam kalangan kaum lelaki iaitu sifilis. Caranya adalah dengan meminum air rebusan daun sirih sebanyak tiga kali sehari. Selain daripada itu juga, air rebusan daun sirih yang dicampurkan dengan gula batu dapat menyembuhkan gejala bronkitis. Caranya adalah dengan meminum air rebusan tersebut sebanyak dua kali sehari.

Daun sirih hijau mempunyai banyak khasiat. Kandungan zat yang terdapat di dalam daun sirih hijau ini menyebabkan sirih hijau sangat dikenali dalam dunia perubatan tradisional. Daun sirih dapat mengurangkan batuk, menghilangkan bau badan, menyembuhkan kesan terbakar, mengubati bisul, merawat mata yang gatal dan merah, mengelakkan gusi berdarah, mengubati nafas berbau dan merawat keputihan.

Manuskrip MS 174 menunjukkan daun sirih dapat meredakan demam. Hal demikian dinyatakan seperti berikut:

“Summa bab ini ubat demam. Ambil cira hitam dan bawang putih dan merah dan limau kapas dan daun jumpa kurun. Maka perahkan ke dalam hidung afiat olehnya. Sebagai lagi ubat demam dan juga kura, ambil sirih bertemu urat maka surat dengan besi Al-Rahman maka dibaca ayat...” (MS 174: 27).

Petikan tersebut menjelaskan cara merawat demam dengan mencampurkan cira hitam dengan bawang putih, bawang merah, daun jumpa kurun dan daun sirih bertemu urat. Bahan-bahan ini kemudiannya dibacakan ayat Al-Rahman. Hal demikian hampir sama seperti yang diamalkan oleh masyarakat Melayu sejak dahulu lagi iaitu menggunakan daun sirih untuk meredakan demam. Caranya adalah dengan mengambil tujuh helai daun sirih, kemenyan sebesar ibu jari dan tiga ulas bawang merah. Bahan-bahan ini kemudian digiling halus dan tampalkan di dahi. Kaedah ini dilakukan dua kali sehari, dipercayai dapat menghilangkan demam dan sakit kepala selepas bersalin. Untuk merawat demam panas pula, di ambil tiga helai daun sirih kemudian diramas ke dalam semangkuk air bersih bersama buah pinang muda yang telah dipecah-pecahkan. Ramuan ini dijaramkan pada kepala dan dilakukan beberapa kali sehingga panas badan berkurangan.



RAJAH 3. Daun Sirih

Sumber: Kajian Lapangan 2017

## BAWANG PUTIH

Bawang putih atau nama saintifiknya *Allium sativum* merupakan tumbuhan berumpun yang bersiung-siung, di mana tiap siungnya terbungkus dengan kulit tipis. Bahan kimia yang terdapat pada bawang putih ialah *sativine* dan *allicin*. *Sativine* adalah bahan kimia yang mengandungi daya mempercepat pertumbuhan sel. *Allicin* pula mempunyai khasiat antibiotik. Bawang putih berfungsi sebagai antibiotik iaitu memusnahkan bakteria, virus, ameba dan mikroorganisma berbahaya lain.

Ia juga merupakan antibiotik semula jadi yang kuat. Bawang putih begitu kuat sehingga ianya mampu memusnahkan sebahagian organisma yang tidak dapat dimusnahkan oleh ubat yang paling kuat. Namun, tidak seperti ubat biasa, bawang putih tidak memberikan kesan sampingan berbahaya. Oleh itu, bagi mereka yang menghidap selesema, flu, cirit-birit berdarah, taun atau penyakit lain yang berjangkit, maka bawang putih baik adalah penyelesaiannya. Bagi jangkitan dalam telinga, minyak bawang putih yang dititik ke dalam telinga dikatakan ramuan perubatan yang berkesan. Kebaikan dan kelebihan yang terdapat pada bawang putih disebut dalam *Kitab Tib MS 174* iaitu:

“Summa bab ini ubat demam. Ambil cira hitam dan bawang putih dan merah dan limau kapas dan daun jumpa kurun. Maka perahkan ke dalam hidung aflat olehnya”.

“Sebagai lagi ubat demam dan juga kura. Ambil sirih bertemu urat maka surat dengan besi al-rahman. Maka dibaca ayat kursi tiga kali jangan bernafas. Maka ditiupkan kepada sirih beri makan dan demikian ubat demam...” (MS 174: 23).

“Mulut busuk ketika berkata-kata sebab banyak basah dan jahat penyakit di dalam tubuh. Ubatnya maka ubat ambil bawang putih dan juga bawang merah dipinis lumat-lumat keduanya. Maka bubuh air madu maka makan pagi-pagi sebelum makan apa-apa lagi atau makan sebelum hendak bendar aflat” (MS 174: 28).

Berdasarkan petikan tersebut, bawang putih dapat merawat demam dan membantu menghilangkan bau mulut. Hal demikian sama seperti yang diamalkan oleh masyarakat Melayu pada zaman dahulu untuk mengatasi masalah tersebut. Caranya adalah dengan menghidu bawang putih dan memakan bawang putih setiap pagi dengan madu sebelum sarapan. Bawang putih berupaya mencuci darah dan menyingkirkan bahan beracun, termasuk logam berat dari dalam tubuh.



RAJAH 4. Bawang Putih

Sumber: Kajian Lapangan 2017

## HALIA

Halia (*Zingiber officinale Roscoe*) adalah sejenis tanaman purba. Asal usul tanaman halia tidak dapat dipastikan. Ada yang mengatakan tanaman halia berasal dari dataran Asia Tropika, yang merangkumi India hingga ke China. Dengan itu adalah dipercayai bahawa masyarakat India dan China adalah yang mula-mula menggunakan halia. Terdapat juga kenyataan yang mengatakan halia berasal dari Amerika Selatan.

Secara tradisional, halia banyak digunakan untuk menyembuhkan beberapa jenis penyakit seperti kurang nafsu makan, pening, kebas, batuk, kembung perut, tergeliat, bengkak, gatal, muntah, taun dan cirit-birit. Sebaliknya rizom halia muda digunakan sebagai bahan campuran dalam makanan ringan, minuman dan halwa. Halia muda digunakan kerana serabutnya yang lembut dan halus. Dalam manuskrip *MS 174*, halia antara bahan-bahan yang digunakan untuk membuat ramuan bagi penyakit resdung. Hal ini dapat dilihat dalam manuskrip *MS 174* iaitu:

“Dan ini ubat sedung. Dan ambil akar sakti lima dan akar teratai dan akar tuba lima dan akar melur putih dan halia dan bawang merah dan putih dan air limau nipis. Semuanya asah dan minum sampai tiga kali pagi Insyallah aflat. Sebagai lagi ini ubat sedung...” (MS 174: 28).

Menurut *MS 174*, cara untuk menyediakan ubat resdung adalah dengan menyediakan beberapa bahan herba iaitu akar sakti lima, akar teratai, akar tuba lima, akar melur putih, halia, bawang merah, bawang putih dan limau nipis. Bahan-bahan ini kemudian di asah dan diminum selama tiga hari iaitu pada waktu pagi.



RAJAH 5. Halia

Sumber: Kajian Lapangan 2017



RAJAH 6. Bawang Merah

Sumber: Kajian Lapangan 2017

#### BAWANG MERAH

Bawang merah selalunya digunakan sebagai perencah dan penyedap masakan. Akan tetapi, bawang merah juga bermanfaat bagi kesihatan manusia. Terdapat beberapa khasiat bawang merah untuk kesihatan antaranya adalah untuk mengawal tekanan darah, menyembuhkan sembelit, menurunkan kolesterol, meredakan sakit tenggorokan, menurunkan risiko diabetes, mengurangi risiko gangguan hati, mencegah pertumbuhan sel kanser dan mengatasi buasir. Berdasarkan manuskrip *MS 174*, didapati tumbuhan bawang merah ini digunakan untuk merawat masalah bau mulut. Hal demikian dinyatakan seperti berikut:

“Faedah ini ubat mulut busuk ketika berkata-kata sebab banyak basah dan jahat penyakit di dalam tubuh. Ubatnya maka akan ubat ambil bawang putih dan juga bawang merah dipinis lumat-lumat keduanya. Maka bubuh air madu, maka makan pagi-pagi sebelum makan apa-apa lagi atau makan sebelum hendak bendar afiat” (*MS 174: 28*).

Petikan tersebut menjelaskan cara merawat masalah mulut berbau adalah dengan mengambil bawang putih dan bawang merah kemudian dipinis lumat-lumat dan dicampurkan dengan madu. Ramuan ini dimakan pada sebelah pagi sebelum sarapan. Hal demikian sama seperti yang diamalkan oleh masyarakat Melayu dalam penggunaan bawang merah iaitu bahan ini boleh dijadikan ubat untuk mengatasi masalah bau mulut. Berikut adalah gambar pokok bawang merah (*Allium cepa var. Aggregatum*).

#### LADA HITAM

Lada hitam (*Piper nigrum*) merupakan penawar homeopati sejak awal abad ke sembilan belas. Walau bagaimanapun, ia bukanlah remedi utama dalam senarai remedi-remedi homeopati. Salah satu khasiat yang disebutkan di dalam *Utusan Malaysia* (9 April 2002) terdahulu ialah kemampuannya mengubati pening kepala. Kenyataan yang umum itu memang biasa dengan tabiat merawat yang mengidentifikasikan ubat dengan jenis sakit atau penyakit.

Tentang kegunaannya sebagai ubat melawaskan kencing, keterangan simptom dalam perubatan homeopati yang boleh membantu menunjukkan kesesuaiannya ialah apabila terdapat simptom-simptom berikut iaitu rasa terbakar di dalam pundi dan saluran kencing, sukar untuk kencing, ataupun apabila pundi kencing rasa penuh dan membengkak. Pesakit mungkin rasa hendak kencing tetapi kerap kali kencing tidak keluar. Di dalam *MS 174*, dinyatakan ramuan untuk mengubati penyakit resdung dengan menggunakan lada hitam sebagai salah satu bahan. Hal ini boleh dilihat di dalam teks di bawah:

“Faedah ini ubat siang. Maka ambil akar mantera api dengan daun dan bunga juga kulit dan lada hitam bawang merah dan putih dan beli dan jantan hitam lumur pada perut afiat insya-Allah afiat...” (*MS 174: 28*).

Petikan di atas adalah cara untuk mengubati sakit perut, iaitu dengan mengambil akar mantera api, daun, bunga dan kulit berserta lada hitam, bawang merah, bawang putih, dan jantan hitam. Untuk meredakan sakit perut, ramuan ini hendaklah dilumurkan pada perut.





RAJAH 7. Lada Hitam

Sumber: Kajian Lapangan 2017

### MANJAKANI

Manjakani (*Quercus infectoria Oliv*) telah digunakan secara meluas sebagai bahan dalam perubatan tradisional sejak berabad-abad lalu oleh orang-orang Arab, Parsi, India, Cina dan Melayu. Malahan ia dipercayai telah mula digunakan sejak 2725 SM oleh orang-orang Mesir Purba.

Antara kegunaan lain manjakani dalam pengubatan adalah untuk petua awet muda. Ini kerana manjakani mengandungi antioksidan iaitu dapat melambatkan proses penuaan sel. Selain itu, ia juga dapat mencegah gejala kencing manis dan lelah kerana mengandungi asid galik. Selain dari itu, manjakani dapat mencegah barah payudara dan rahim kerana mengandungi antioksidan yang tinggi. Biji manjakani pula dapat merawat otot-otot di dalam faraj. Selain itu, astringen juga mengecutkan semula tisu-tisu di dalam faraj terutamanya selepas bersalin. Astringen dalam manjakani juga boleh mencantikkan kulit dan mencegah jerawat. Disebabkan manjakani mempunyai serat makanan, ia dapat melawaskan pembuangan air besar. Selain itu, manjakani juga berkhasiat membantu menghilangkan sakit gigi dan bengkak mulut. Hal ini dinyatakan dalam manuskrip *MS 174* iaitu:

“Faedah ubat sakit mulut dan gigi dan dalam bahawa fikat bengkak mulut ubat sebab banyak sejak di dalam seriranya atau sebab minum airnya yang sejuk itulah. Tatkala sudah mekar maka asah ubat ambil biji kani dan katah fuli asah dengan cuka yang masam maka bubuh padanya insya-Allah afiat...” (*MS 174*: 28).

Berdasarkan petikan tersebut, cara untuk merawat sakit mulut dan gigi adalah dengan mengasah buah manjakani dan dicampurkan cuka. Ramuan ini kemudiannya dibubuh pada kawasan yang sakit. Hal demikian sama seperti yang diamalkan oleh masyarakat Melayu dalam penggunaan manjakani

untuk mengubati sakit mulut dan gigi. Kandungan astringen dalam manjakani juga dapat mengekalkan kebersihan mulut dan membantu mengawal kulit kering dan berminyak. Untuk rawatan kronik ulser amalan meminum minuman manjakani juga boleh meredakan kesakitan.



RAJAH 8. Pokok Manjakani

Sumber: Kajian Lapangan 2015

### LIMAU PURUT

Limau purut (*Citrus hystrix*) adalah tanaman yang berasal dari Asia dan telah ditanam di Malaysia, Indonesia dan Thailand. Selain berkesan sebagai penggalak antitumor atau pencegah kanser, limau purut juga boleh digunakan untuk mencuci rambut. Ekstrak minyak patinya boleh digunakan sebagai aromaterapi, nutrasetikal dan produk penjagaan diri. Limau purut juga berupaya merawat luka, lebam dan gigitan serangga berbisa serta merangsang peredaran darah.

Selain itu, buah limau purut turut digunakan sebagai agen pembersih. Dalam perubatan tradisional, air buah limau purut digunakan dalam jampi. Ia dipercayai mampu untuk mengalih semangat jahat dan menyegarkan mental individu. Ekstrak daun limau purut mempunyai sifat anti-pertumbuhan kuman, boleh menghalang pembesaran sel kanser, mengurangkan tanda-tanda alahan, mengurangkan tekanan darah tinggi dan meningkatkan nafsu makan. Selain itu, daun limau purut boleh digosokkan pada gusi dan gigi bertujuan untuk menyihatkan gigi. Limau purut juga dikatakan dapat memberi kesegaran, keamanan dan melegakan migrain.

Dalam *MS 174*, diceritakan faedah atau kelebihan yang terdapat pada limau purut. Ini disebut di dalam teks iaitu:

“Demikian ubat demam. Ambil daun gedangsa dan limau [k](p)urut panan dan [d][e]limau kapas diminumnya.

Sebagai lagi ubat kura diambil jimpalan cina diminum. Jika sangat hangat tiada ditahan maka diminum sena[p] (f)as pulih hangatnya itu. Disurat lagi ubat kura disurat pada p[i](e)tang”(MS 174: 27).

Petikan tersebut menghuraikan limau purut yang digunakan untuk mengubati demam kura (sekejap sejuk sekejap panas). Caranya adalah dengan meminum air limau purut setiap hari sehingga sembuh. Berikut adalah gambar limau purut yang juga dikenali sebagai jeruk Purut (Indonesia), Bai makrut (Thailand) atau Keiffer lime; Kafir lime (Inggeris) adalah sejenis tumbuhan yang berasal dari keluarga *Rutaceae*.



RAJAH 9. Limau Purut

Sumber: <https://www.google.com/search?q=pokok+limau+purut&tbm>

#### BUAH PALA

Buah pala (*nutmeg*) ialah satu jenis tumbuhan tropika yang pokoknya malar hijau. Pokok ini dikatakan berasal dari Asia Tenggara dan Australasia. Buah pala penting untuk dijadikan sebagai rempah. Terdapat beberapa produk komersil dihasilkan oleh pokok pala, iaitu minyak pati, oleoresin tersari, dan mentega buah pala. Spesies yang paling penting dari segi perdagangan ialah pokok pala biasa atau harum, *Myristica fragrans*, yang berasal daripada

Kepulauan Banda di Indonesia; pokok ini juga didapati di Caribbean, khususnya di Granada.

Hasil dari biji pala ini digunakan sebagai rempah, bahan perisa untuk masakan yang manis seperti kek dan masakan yang menggunakan susu. Kedua-dua biji buah pala mengandungi minyak pala yang mempunyai perisa yang berbeza. Sejenis minyak yang bersifat tepu pada suhu bilik juga boleh dihasilkan daripada biji pala. Minyak ini digunakan sebagai minyak ubat sapu dan untuk pembuatan minyak wangi. Berikut antara manfaat buah dan biji pala bagi kesihatan iaitu:

1. Mengurangkan bengkak pada gusi dan mengubati sakit gigi
2. Menambah darah dan melancarkan peredaran darah
3. Mengurangkan sakit telinga
4. Menjaga kesihatan mata dan menjernihkan penglihatan atau pandangan
5. Mengubati masalah susah tidur (insomnia)
6. Mengubati sakit perut
7. Sebagai antioksidan
8. Meringankan sakit kepala dan pening
9. Mengatasi rasa mual
10. Mengatasi masuk angin
11. Penambah tenaga dan stamina
12. Melancarkan sistem pencernaan

Dalam *MS 174*, di nyatakan tentang khasiat yang terkandung dalam buah pala seperti berikut:

“Fasal bab ubat lazat kita jamak dengannya perempuan iaitu pertama kulit kayu manis dan bunga cengkih dan bunga pahala dan buah dan tahi burung merpati dan haram tempurung dan kapur barus dan ubat hina yang iaitu dan tulang [h]ayam hitam dibakar beri ia api hangu[h](s) mudah kita hendak giling. Beri lumatnya, maka ambil sudah lumat-lumat dan kita ambil air tawa sedikit [j](c)ampur dengan barang tersebut tadi ambil kita hendak jimak dengan isteri maka kita sapu di kepala zakar kita Insya-Allah afiat.” (MS 174: 40)

Petikan di atas menjelaskan khasiat buah pala yang terkandung dalam *MS 174*, iaitu digunakan bagi tujuan hubungan suami isteri. Melalui teks tersebut, cara yang digunakan bagi tujuan ini adalah dengan menyediakan kulit kayu manis, bunga cengkih, bunga pala, buah dan tahi burung merpati dan kapur barus. Bahan-bahan ini kemudiannya digiling sehingga lumat. Setelah itu, ramuan ini dicampurkan dengan sedikit air dan disapu pada zakar sebelum berhubungan badan. Berikut adalah gambar buah pala atau nutmeg (*Myristica Fragran*).



RAJAH 10. Buah Pala

Sumber: [https://ms.wikipedia.org/wiki/Buah\\_pala](https://ms.wikipedia.org/wiki/Buah_pala)

Penggunaan herba sebagai rawatan alternatif mendapat sambutan dalam masyarakat dan menyumbang terhadap pengembangan bidang perubatan tradisional. Kementerian Tenaga, Teknologi Hijau dan Air (KeTTHA) meyakini teknologi hijau dapat mengatasi masalah kemusnahan alam sekitar dan sumber asli, meningkatkan tahap kesihatan dan kehidupan, memelihara ekosistem, serta bebanan kos dalam usaha menangani kesan negatif daripada pembangunan. Teknologi hijau juga berperanan sebagai alternatif dalam usaha meningkatkan ekonomi negara tanpa menjejaskan alam (Karmilah & Jamilah 2014). Secara tidak langsung teknologi hijau ini juga merupakan satu cara pelestarian flora yang melibatkan tumbuhan herba.

### KESIMPULAN

Penggunaan tumbuhan herba perlu dilakukan dengan teliti memandangkan penggunaan tumbuhan yang silap akan mengundang masalah yang serius sehingga membawa kepada kematian. Kesejahteraan diri manusia bergantung kepada keadaan tubuh badan yang seimbang. Manusia yang bermasalah kesihatan akan kehilangan keseimbangan dalam badannya. Dalam hal ini penguatan dilakukan bagi memastikan tubuh sentiasa berada dalam keadaan seimbang. Dalam keadaan tubuh tidak seimbang ini juga bukan sahaja pesakit akan mengalami kesakitan pada fizikalnya tetapi ketika itu amat mudah badannya diresapi oleh makhluk ghaib yang suka mengganggu kesejahteraan manusia.

Bahagian-bahagian yang digunakan sebagai ramuan ubatan dalam manuskrip ini terdiri dari bahan-bahan tumbuhan iaitu dari pelbagai bahagian misalnya bahagian akar, daun, buah, bebawang/rizom, bunga, batang, biji dan air.

Dapat dirumuskan bahawa perubatan tradisional Melayu merupakan sebahagian daripada kebudayaan Melayu yang penting. Hal ini kerana ia membuktikan bahawa orang Melayu sejak zaman dahulu mempunyai tahap pemikiran yang tinggi dalam mengkaji kelebihan dan khasiat sesuatu bahan kandungan yang terdapat dalam flora. Dengan ini jelaslah bahawa tumbuh-tumbuhan herba sememangnya penting dalam perubatan Melayu. Kesedaran dari segenap lapisan masyarakat untuk menghargai sumber alam semula jadi yang menyediakan pelbagai jenis tumbuhan herba. Kitab Tib merupakan salah satu sumber ilmu Melayu yang wajar diberi perhatian kerana di dalamnya terkandung berbagai ilmu berkaitan perubatan herba dan ilmu lain seperti yang telah dijelaskan pada bahagi awal penulisan ini. Dengan adanya kajian-kajian seperti ini dalam Alam Melayu, banyak penyakit dapat disembuhkan dengan asbab menggunakan bahan semula jadi misalnya; daun, batang, bunga, akar pokok dan rizom.

### RUJUKAN

- Abdul Ghani Hussain. 2015. *MSS 2999 Kitab Tib: Pandangan dan Tafsiran Perubatan Moden Terhadap Manuskrip Perubatan Melayu*. Kepong: Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia.
- Aishah@Eshah Haji Mohamed. 2013. Perubahan sosial, kesihatan dan kualiti hidup di Wilayah Metropolitan Lembah Klang-Langat. *Akademika* 83(1):11-24.
- Aminah Haji Juraimi. 2011. Khasiat tumbuhan. *Temu bual*, 21 Mac.
- Anisah Barakbah. 2007. *Ensiklopedia Perbidanan Melayu*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributors.
- Ashman Rauf Ahmad. 1968. *Senjata Hikmah*. Malaysia: Sulaiman Press.
- Che Aniha Che Isahak. 2008. *99 Herba*. Selangor: Alaf 21.
- Haliza Mohd Riji. 2005. *Prinsip dan Amalan dalam Perubatan Melayu*. Kuala Lumpur: Penerbit Universiti Malaya.
- Harun Mat Piah. 2014. *Kitab Tib MSS 2515 Perpustakaan Negara Malaysia: Kajian Teks dan Suntingan*. Bangi: Penerbit Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Harun Mat Piah. 2015. Ilmu perubatan Melayu tradisional dari naskhah-naskhah lama. *International Journal of the Malay World and Civilisation (Iman)* 3(3): 3-17.

- Harun Mat Piah. 2017. *Kitab Tib Muzium Terengganu: Edisi dan Huraian Teks*. Kepong: Institut Penyelidikan Perhutanan Malaysia.
- Indu Bala Jagannath & Lean Teik Ng. 2000. *Herbs: The Green Pharmacy of Malaysia*. Kuala Lumpur: Vinpress.
- John Cammarata M. D. 2000. *A Guide to Herbal Remedies*. Kuala Lumpur: SAM Publishing Sdn. Bhd.
- Jurry Foo@Jurry F. Michael, Mustafa Omar, Ahmad Aldrie Amir & Abdul Latiff Mohamad. 2014. Faktor kelangsungan pasaran tumbuhan ubatan di Tamu Pantai Barat Sabah: Satu tinjauan awal. *GEOGRAFIA Malaysian Journal of Society and Space* 10 (2): 115-126.
- Karmilah Abdullah & Jamilah Ahmad. 2014. Impak pemeraksanaan teknologi hijau terhadap amalan pengamal perhubungan awam hijau di Malaysian Green Technology Corporation (GreenTech Malaysia). *Akademika* 84(3):29-39.
- Kitab Tib MS 174*. Koleksi Universiti Malaya, Kuala Lumpur.
- Mohd. Tarmizi Kamson. 2008. *Herba Warisan*. Kuala Lumpur: Perpustakaan Negara Malaysia.
- Mujarabat Melayu*. 1883. Pulau Pinang: Percetakan Darul Muarif.
- Nasnan Jajuli. 2013. *Herba Berpotensi di Malaysia*. Kuala Lumpur: Dewan Bahasa dan Pustaka.
- Ong Hean Chooi. 2004. *Buah: Khasiat Makanan & Ubatan*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributors.
- Ong Hean Chooi. 2006. *Tanaman hiasan khasiat makanan dan ubatan*. Kuala Lumpur: Utusan Publication & Distributors.
- SB Osman. 1997. *Herba: Perubatan Komplementari*. Kota Bharu: Dian Darulnaim.
- Siti Fauziah Yusof. 2010. *Tumbuhan Ubatan Liar di Sekeliling Anda*. Selangor: Ar-risalah Product.
- Wendy Hutton. 1998. *Tropical Herbs & Spices of Malaysia & Singapore*. Singapore: Periplus Editions.
- Zuraida Mamat. 2011. *Herba Berizom*. Kuala Lumpur: Perpustakaan Negara Malaysia.
- Siti Fatimah Abd Aziz  
 Pusat Kelestarian Warisan dan Kebitaraan Melayu  
 Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan  
 Universiti Kebangsaan Malaysia  
 43600 UKM Bangi  
 Selangor, Malaysia  
 E-mail: ctfatimah.abdaziz@gmail.com
- Yusmilayati Yunos (corresponding author)  
 Pusat Kelestarian Warisan dan Kebitaraan Melayu  
 Fakulti Sains Sosial dan Kemanusiaan  
 Universiti Kebangsaan Malaysia  
 43600 UKM Bangi  
 Selangor, Malaysia  
 E-mail: yusmila@ukm.edu.my
- Received: 10 November 2018  
 Accepted: 27 Febuari 2019