

Tumbuhan Herba

*Di Taman Botani
Pulau Pinang*



JABATAN TAMAN BOTANI PULAU PINANG
Jalan Kebun Bunga, 10350 Pulau Pinang
Pejabat : 04-2270428 (Pentadbiran) / 04-2284124 (Botani / Hortikultur)
Faks : 04-2286075

LAWN (A,B,C,D,E,F,G,H,K,L,M,N,O,P,R,S,T,V)

Tumbuhan Herba

Di Taman Botani Pulau Pinang



1. TAMAN FORMAL
2. KOLAM LILI
3. RUMAH POKOK PERDANA
4. DENAI HUTAN HILIAN TROPIKA
5. RUMAH PAKU PAKUS
6. FERIN ROCKERY
7. LALUAN AROID
8. RUMAH KAKTUS
9. RUMAH CROK
10. NURSERI
11. TAMAN REKREASI KLIARI

LAWN A	LAWN B	LAWN E	LAWN G	LAWN K	LAWN N	LAWN O	LAWN P	ECO STREAM
BUAH PALA	ASAM JAWA	TUTUP BUMI	CEMUMAR	ASAM GELUGUR	BUAH KERAS	PEGAGA PUDINA LEMUNI BAYAM KARANG CENGKIH KAYU MANIS PATAH TULANG BAKUNG KUNYIT KADOK JOLOK CACING DAUN KARI KANTAN SAMBUNG NYAWA HALIA EKOR ANJING LADA HITAM CILIK MENKUDU	KETUMBAR JAWA HEMPEDU BUMI MATA ITIK SAMBUNG NYAWA SERENGAN	TERUNG PIPIT

Buah Pala

Myristicaceae



Nama Tempatan : Nutmeg, 'buah pala'
 Nama Botani : *Myristica fragrans*
 Tempat Asal : Malaysia Timur, Moluccas, Amboina dan Barat New Guinea

Khasiat dan Kegunaan:

Kulit buah pala boleh dijadikan sebagai perasa di barat dan kawasan India. Di kawasan tropika seperti Malaysia, nilai perubatan buah pala ialah keupayaannya mengembalikan tenaga dan selera ibu selepas bersalin dan mengelakkan barah rahim dan kembung urat. Ia juga boleh merawat rasa bias dan ngilu terutamanya pada cuaca sejuk dan waktu malam seperti yang diamalkan oleh masyarakat Melanau. Benang sari berwarna merah mempunyai khasiat perubatan. Kulit buah pala digunakan untuk membuat minyak angin untuk disapu semasa sakit perut. Pucuk daun boleh dimakan untuk merawat penyakit darah tinggi dan menyembuhkan parut jerawat.

Asam Jawa

Fabaceae (Leguminosae)



Nama Tempatan : Asam Jawa
Nama Botani : *Tamarindus indicus*
Tempat Asal : Benua Afrika

Khasiat dan Kegunaan:

Kebiasaannya asam jawa adalah ramuan penting dalam masakan kari dan dianggap sebagai 'thirst quencher' kerana jus atau kordial diperbuat bagi menahan dahaga.

Memang pastinya kemujaraban Asam Jawa ada banyak manfaat di antaranya digunakan untuk Asma, Batuk, Demam panas, Sakit sendi, Sakit perut, Morbili, Alergi, Sariawan, Luka baru, Luka borok, Eksim, Bisul, Bengkak disengat lipan, lebah, gigitan ular bisa dan rambut gugur.

Tutup Bumi

Asteraceae



Nama Tempatan : Tutup Bumi, Tapak Sulaiman
Nama Botani : *Elephantopus scaber* L.
Tempat Asal : Tropikal Amerika dan Asia

Khasiat dan Kegunaan:

Dikalangan perubatan tradisi melayu akar dan daun digunakan sebagai "Jamu" selepas bersalin.

Cemumar

Rutaceae



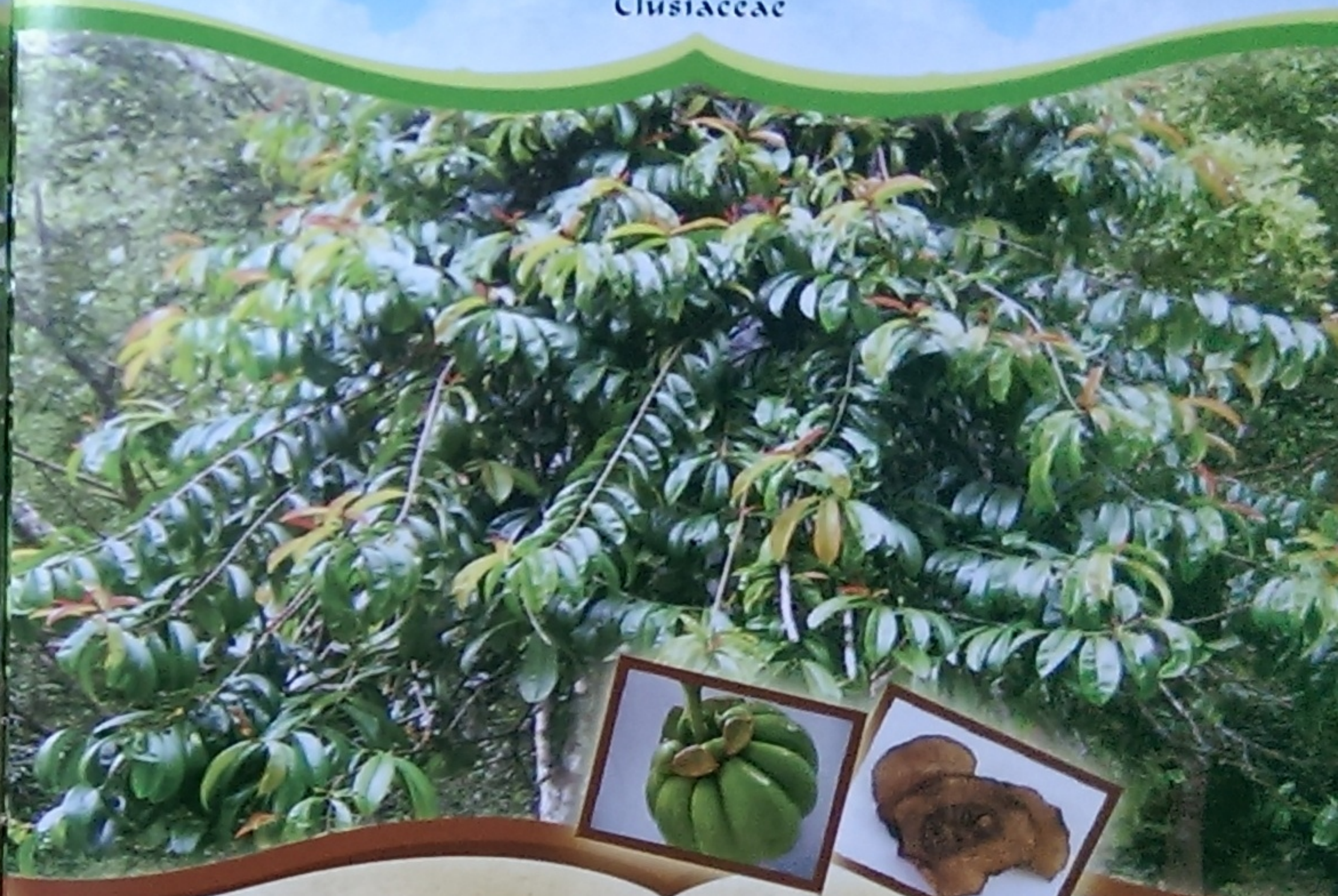
Nama Tempatan : Cemumar
Nama Botani : *Micromelum minutum*
Tempat Asal : Indo China ke Kepulauan Pasifik

Khasiat dan Kegunaan:

Daunnya digunakan untuk merawat deman dan digunakan sebagai tonik kaum wanita selepas bersalin.

Asam Gelugor

Clusiaceae



Nama Tempatan : Asam Gelugor
Nama Botani : *Garcinia atrovirdis*
Tempat Asal : Semenanjung Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Kepingan buahnya jika dimakan, dapat mengurangkan berat badan, mengatasi masalah obesiti dan menurunkan tahap kolesterol. Daun asam gelugor yang tua berwarna hijau pekat manakala daun yang muda sedikit kemerahan sebelum bertukar ke hijau. Pada masa dahulu orang menggunakan daun asam gelugor untuk membuat jus bagi diminum wanita selepas bersalin. Ia berupaya membantu mencuci bahagian peranakan dan mengembalikan bentuk asal tubuh badan. Daun dan akar pokok boleh dijadikan ubat atau dijadikan losyen untuk merawat sakit telinga.

Cemumar

Rutaceae



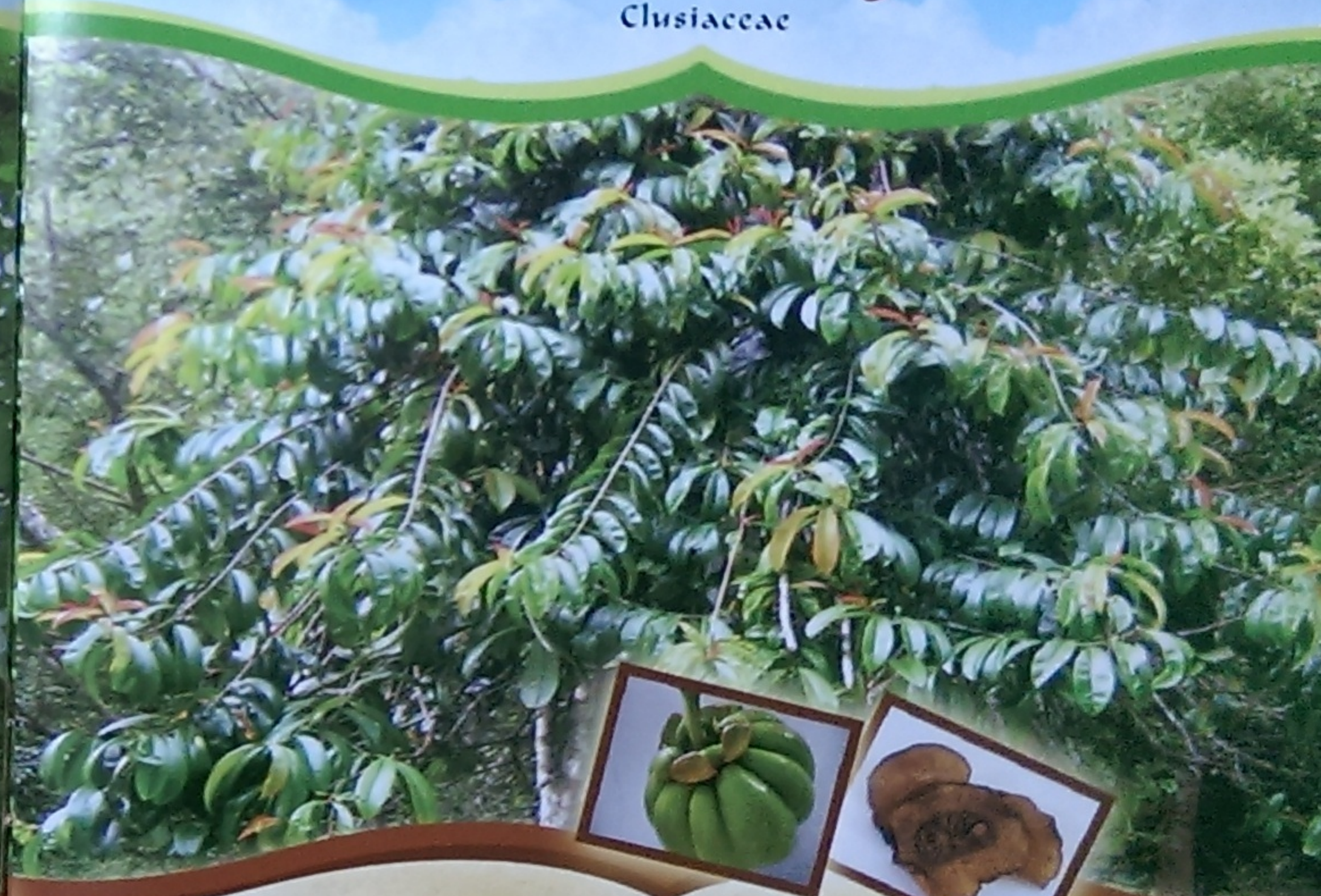
Nama Tempatan : Cemumar
Nama Botani : *Micromelum minutum*
Tempat Asal : Indo China ke Kepulauan Pasifik

Khasiat dan Kegunaan:

Daunnya digunakan untuk merawat deman dan digunakan sebagai tonik kaum wanita selepas bersalin.

Asam Gelugor

Clusiaceae



Nama Tempatan : Asam Gelugor
Nama Botani : *Garcinia atrovirdis*
Tempat Asal : Semenanjung Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Kepingan buahnya jika dimakan, dapat mengurangkan berat badan, mengatasi masalah obesiti dan menurunkan tahap kolesterol. Daun asam gelugor yang tua berwarna hijau pekat manakala daun yang muda sedikit kemerahan sebelum bertukar ke hijau. Pada masa dahulu orang menggunakan daun asam gelugor untuk membuat jus bagi diminum wanita selepas bersalin. Ia berupaya membantu mencuci bahagian peranakan dan mengembalikan bentuk asal tubuh badan. Daun dan akar pokok boleh dijadikan ubat atau dijadikan losyen untuk merawat sakit telinga.

Buah Keras

Euphorbiaceae



Nama Tempatan : Candle-nut, Indian walnut, 'buah keras'
Nama Botani : *Aleurites moluccana*
Tempat Asal : Timur Semenanjung Malaysia dan Kepulauan Pasifik

Khasiat dan Kegunaan:

'Candle-nut' boleh digunakan untuk menghasilkan lilin dengan membakarkannya kapas dan kelapa kering. Biji benih daripada 'Candle-nut' boleh digunakan dalam penyediaan makanan dan sos di Java. Minyak ekstrak di Kepulauan Filipina iaitu 'minyak lubang' boleh digunakan untuk membuat sabun dan pewarna, salutan permukaan kapal dan perhiasan wana dengan tangan. Selain digunakan sebagai perasa makanan, buah 'Candle-nut' juga digunakan untuk mengubati sengal tulang dan sembuh luka. Biasanya minyak daripada buah dan biji diproses dan digunakan untuk merawat bengkok sendi.

Pegaga

Umbelliferae



Nama Tempatan : Pegaga
Nama Botani : *Centella asiatica*
Tempat Asal : India, Sri Lanka, Australia dan Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Sejenis ulam yang mengandungi kandungan khasiat vitamin B kompleks dan zat besi. Ianya juga merawat penyakit paru-paru, asma dan masalah buah pinggang.

Pudina

Lamiaceae



Nama Tempatan : Peppermint
Nama Botani : *Mentha piperita*
Tempat Asal : Semenanjung Malaysia dan Kawasan Temperat

Khasiat dan Kegunaan:

Tahukah anda bahawa pudina digunakan sebagai perasa dalam gula-gula Mentos dan Polo? Aroma kuat yang diekstrak dari pucuk dan daun pudina digunakan dalam penyediaan konfeksi dan minyak wangi.

Di samping itu, daun pudina juga merupakan perasa penting untuk ais krim, sup, salad dan masakan Asam Laksa.

Lemuni

Verbenaceae



Nama Tempatan : Lemuni
Nama Botani : *Vitex trifolia*
Tempat Asal : Asia Tenggara

Khasiat dan Kegunaan:

Secara traditional dimakan dengan nasi, daunnya digunakan sebagai tonik oleh kaum wanita selepas melahirkan anak.

Bayam Karang

Acanthaceae



Nama Tempatan : Bayam Karang
Nama Botani : *Strobilanthus crispus*
Tempat Asal : Madagascar ke Indonesia dan Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Digunakan untuk mengubati batu karang, menambahkan selera makan dan lain-lain lagi.

Cengkih

Myrtaceae



Nama Tempatan : Clove, Chengkih, Chengkeh
Nama Botani : *Syzygium aromaticum*
Tempat Asal : Moluccas, Tidore, Motir, Makyan dan Bachan

Khasiat dan Kegunaan:

Adakah anda pernah mengambil gula Clorets? daun chengkih mempunyai fungsi yang sama dengan Clorets iaitu untuk menghilangkan bau mulut. Selain itu, ia boleh dikatakan sebagai rempah yang berguna memandangkan kegunaannya untuk merawat sakit kepala dan sakit gigi, menurunkan suhu badan semasa demam dan baik untuk ibu yang baru bersalin (membuang angin).

Ia juga digunakan sebagai bahan perangsang sistem saraf simpatetik. Seperti kebanyakan rempah-ratus yang lain, ia juga digunakan sebagai bahan perasa dalam beberapa masakan.

Kayu Manis

Lauraceae



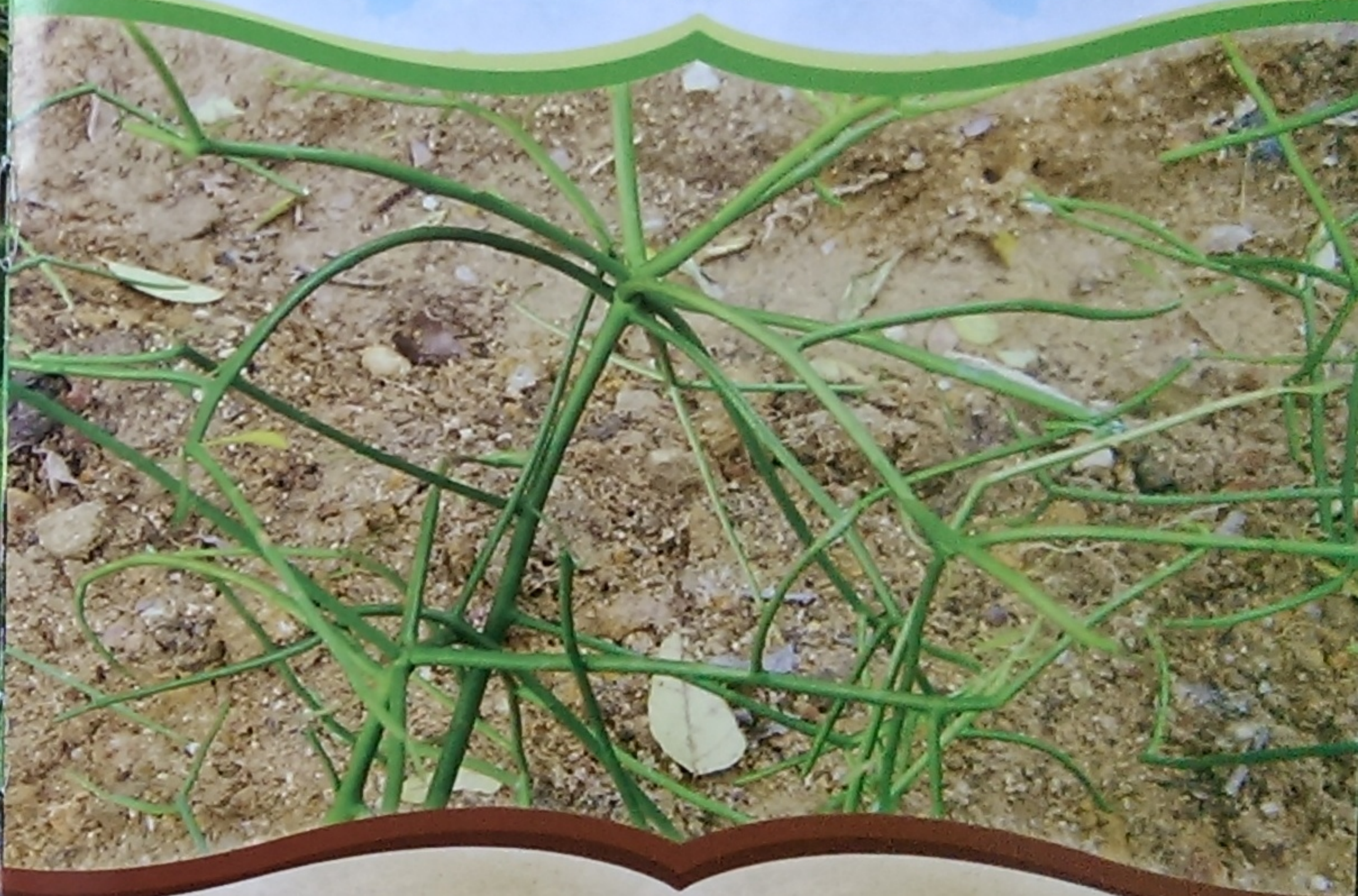
Nama Tempatan : Cinnamon/ Kayu Manis
Nama Botani : *Cinnamomum zeylanicum*
Tempat Asal : Kawasan Tropika Asia

Khasiat dan Kegunaan:

Tahukah anda, kayu manis merupakan salah satu rempah yang biasa digunakan untuk menambahkan selera bagi jenis masakan yang berlainan? Ia juga biasa digunakan dalam rawatan sakit perut dan cirit-birit. Di Kota Bharu, kayu manis digunakan untuk merawat parut dan senggugut. Bagi merawat parut, kayu manis dihancurkan (dengan campuran air) dan disapukan di atas bekas parut selama semalaman sebelum dibilas dengan air bersih. Untuk merawat senggugut, kayu manis diletakkan ke dalam air untuk di didih dan diminum pada setiap pagi. Ia juga digunakan dalam perubatan Eropah dalam bentuk serbuk.

Patah Tulang

Vitaceae



Nama Tempatan : Patah Tulang
Nama Botani : *Cissus quadrangularis*
Tempat Asal : Afrika, India, Sri Lanka dan Asia Tenggara

Khasiat dan Kegunaan:

: Daunnya dihancurkan dan air dari batang digunakan untuk memulihkan tulang yang patah.

Bakung

Amaryllidaceae



Nama Tempatan : Bakung
Nama Botani : *Crinum asiaticum*
Tempat Asal : India hingga Asia Tenggara

Khasiat dan Kegunaan:

Daun bakung dilumatkan bersama dengan daun Gandarusa, Lada, Belimbing buluh dan Kedah Gardenia sebagai ubat penyembuh demam, sakit kepala dan bengkak.

Kunyit

Zingiberaceae



Nama Tempatan : Kunyit/ Turmeric
Nama Botani : *Curcuma longa*
Tempat Asal : India, Kepulauan Melayu

Khasiat dan Kegunaan:

Tahukah anda bahawa kunyit mempunyai khasiat dari segi perubatan selain digunakan sebagai penyedap makanan? kunyit digunakan dalam masakan untuk menyedapkan rasa dan memperbaiki warna makanan.

Ia dapat menyembuhkan ulser perut dan membunuh kuman dalam perut kita. Warna kuning yang diekstrak digunakan sebagai pewarna sutera dan bulu biri-biri.

Kunyit juga digunakan sebagai bahan antiseptik untuk mengubati luka. Ia dicampurkan dengan daun semambu dan disapu atas luka cacar air untuk mengurangkan infeksi dan kegatalan.

Kadok

Piperaceae



Nama Tempatan : Kadok
Nama Botani : *Piper sarmentosum*
Tempat Asal : China dan Borneo

Khasiat dan Kegunaan:

Daunnya digunakan untuk merawat penyakit malaria, batuk dan selsema.

Jolok Cacing

Verbenaceae



Nama Tempatan : Jolok cacing
Nama Botani : *Stachytarpheta indica*
Tempat Asal : Asia Tenggara, India

Khasiat dan Kegunaan:

Digunakan sebagai mandian untuk kanak-kanak bagi merawat cacing, selsema dan demam. Ia juga digunakan untuk menghilangkan gatal pada kulit.

Daun Kari

Rutaceae



Nama Tempatan : Daun Kari

Nama Botani : *Murraya koenigii*

Tempat Asal : India, Sri Lanka, Bangladesh dan Andaman Islands

Khasiat dan Kegunaan:

Daun kari mempunyai aroma yang kuat dan merupakan ramuan penting dalam kari dan masakan tempatan. Daun kari boleh digunakan sama ada segar, kering ataupun dalam bentuk serbuk.

Tumbuhan ini juga ditanam sebagai pokok hiasan di halaman rumah. Daun kari merupakan ubat tradisional untuk merawat ketidakhadaman dan penyakit kulit. Kebelakangan ini, kajian melaporkan bahawa daun kari dapat merawat penyakit kencing manis.

Kantan

Zingiberaceae



Nama Tempatan : Kantan/Torch Ginger

Nama Botani : *Etlingera elatior*

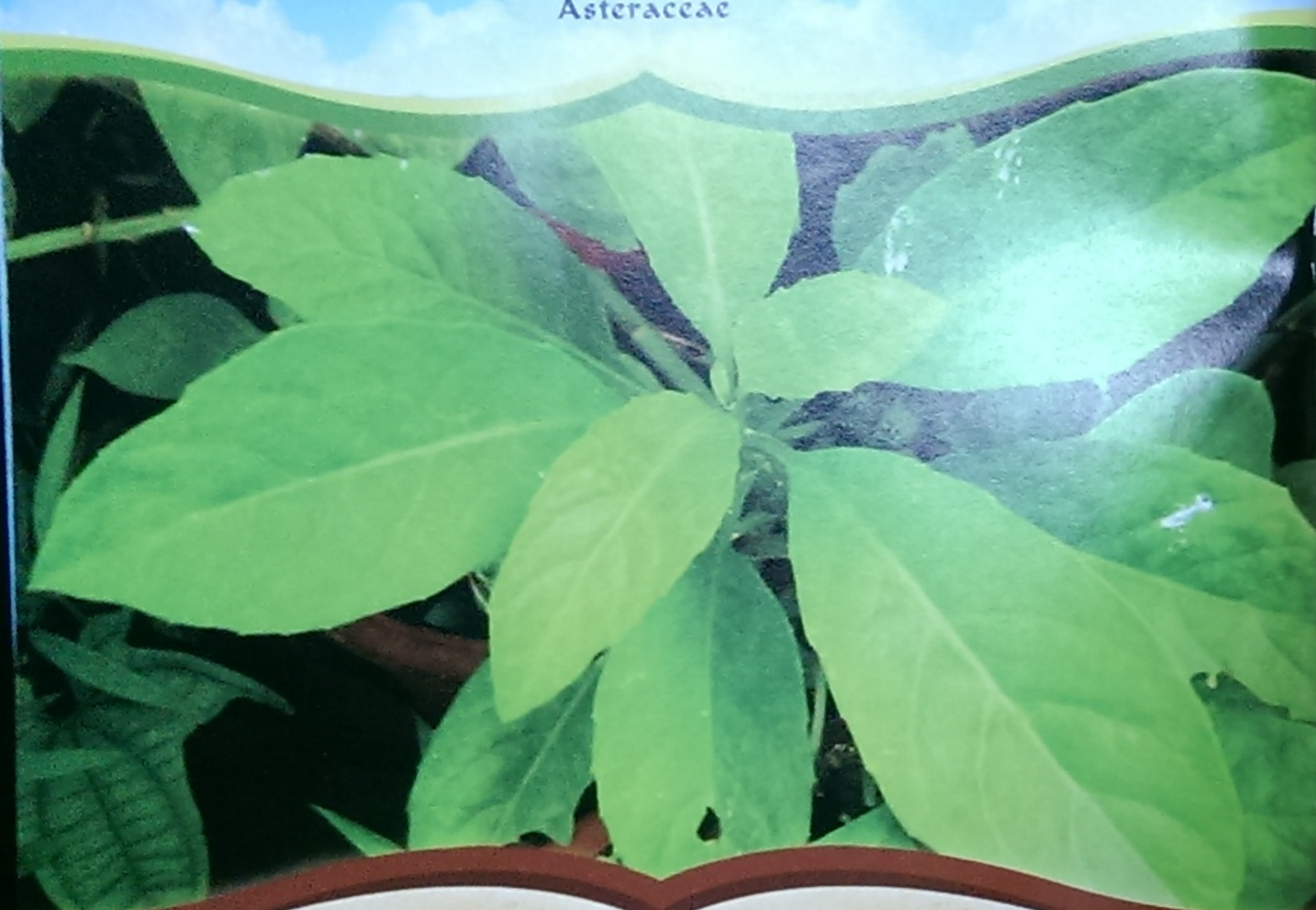
Tempat Asal : Malaysia, Thailand dan Indonesia

Khasiat dan Kegunaan:

Kantan merupakan ramuan penting dalam masakan 'Tomyam' dan Asam Laksa. Lazimnya, dalam perubatan tradisional melayu, Kantan menjadi bahan mujarab untuk mengubati sakit telinga dan membasuh luka. Sakit telinga boleh dirawat dengan air rebusan buah kantan, selepas merebus buah kantan selama beberapa minit, air rebusan perlu dititiskan ke dalam telinga. Airnya yang suam juga boleh dilumurkan sebagai basuhan luka.

Akar sebaik/Sambung nyawa

Asteraceae



Nama Tempatan : Akar sebaik
Nama Botani : *Gynura procumbens*
Tempat Asal : Tropika (Old World) dan Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Daun dimakan sebagai 'Ulam'. Pulih demam dan sakit buah pinggang.

Halia

Zingiberaceae



Nama Tempatan : Halia
Nama Botani : *Zingiber Officinale*
Tempat Asal : India dan Kepulauan Melayu

Khasiat dan Kegunaan:

Sejak zaman berzaman, halia sering digunakan untuk melegakan rasa loya, masalah sukar penghadaman sakit sendi dan membantu melancarkan peredaran darah. Halia juga mempunyai keupayaan untuk melegakan masalah kekejangan perut. Akar halia turut membantu menyokong sistem kardiovaskular yang sihat dengan mencairkan kepekatan "platelet" bagi mengurangkan masalah peredaran darah. Minyak halia yang digunakan untuk mengurut membantu melegakan kesakitan akibat sakit sendi berikutan bahan anti-radang yang terkandung dalam tumbuhan tersebut.

Ekor Anjing

Plantaginaceae



Nama Tempatan : Ekor Anjing
Nama Botani : *Plantago major* L.
Tempat Asal : Negara Eropah

Khasiat dan Kegunaan:

Secara tradisional ia digunakan untuk merawat masalah respirasi.

Lada Hitam

Piperaceae



Nama Tempatan : Pepper, Gammiris, Lada, Molavu.
Nama Botani : *Piper nigrum*
Tempat Asal : Venice dan Genova, India, Indonesia, Malaysia (Sarawak) dan Brazil

Khasiat dan Kegunaan:

Di Eropah, lada putih digunakan dalam masakan dan makanan yang berwarna cerah seperti salad krim, lada hitam digunakan untuk menambah perisa dan memerap daging.

Orang Scandinavia dan Itali menggunakan lada untuk membuat salami. Di Asia, pula lada digunakan dalam kebanyakan masakan dan makanan seperti mi, kari dan sebagainya.

Cili

Solanaceae



Nama Tempatan : Chilli/Cili
Nama Botani : *Capsicum frutescens*
Tempat Asal : Amerika Selatan

Khasiat dan Kegunaan:

Cili dikeringkan dan digiling untuk dijadikan serbuk sebelum digunakan dalam penyediaan makanan. Ia digunakan untuk menyediakan jeruk, sos dan juga ubatan.

Serbuk kari yang digunakan untuk memasak kari ayam disediakan dari kombinasi serbuk cili dengan rempah ratus yang lain. Ekstrak cili juga digunakan dalam penyediaan minuman jus halia.

Mengkudu / Noni

Rubiaceae



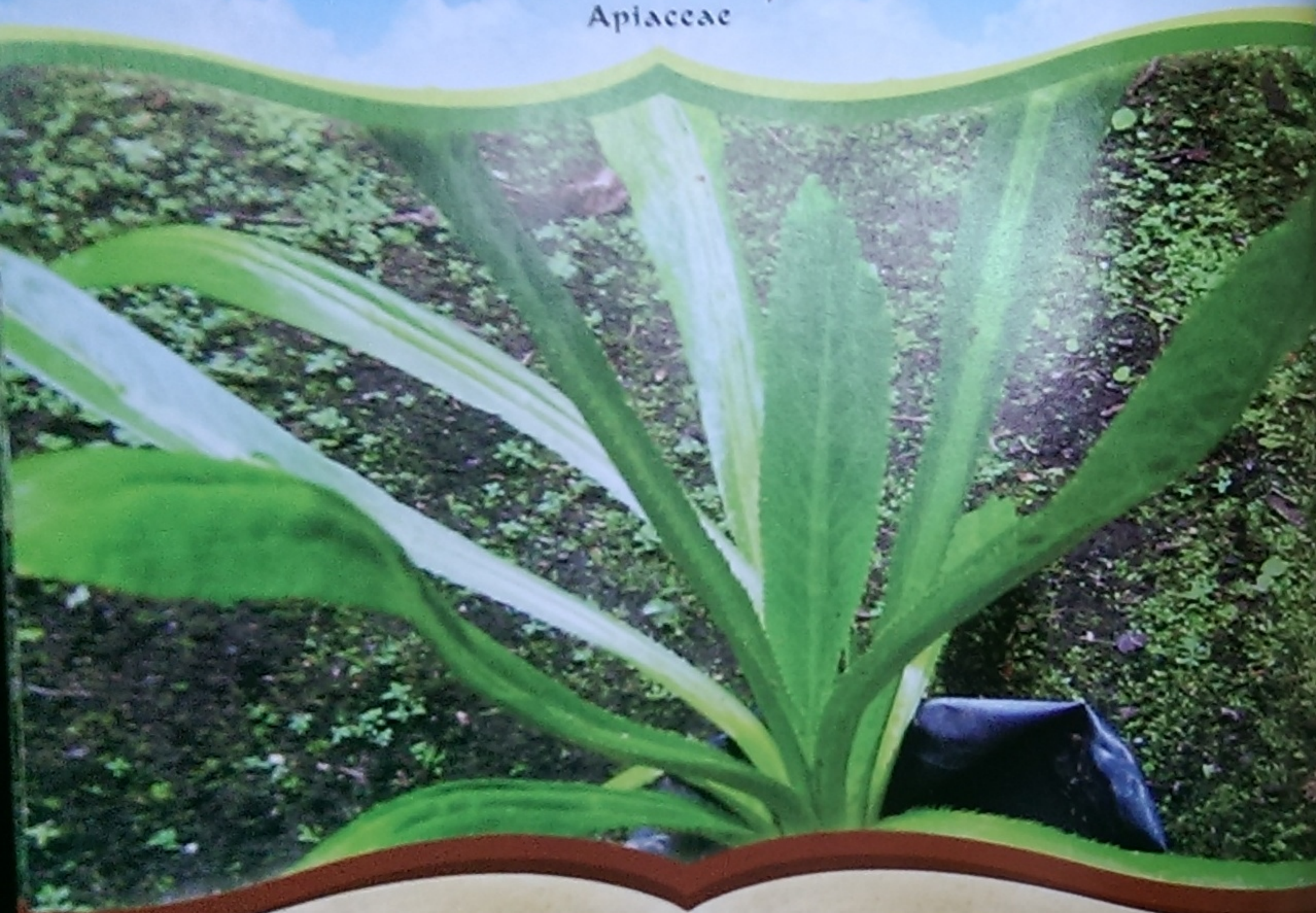
Nama Tempatan : Mengkudu/Noni
Nama Botani : *Morinda citrifolia*
Tempat Asal : Indo-Pasifik dan Asia Tenggara

Khasiat dan Kegunaan:

Air rebusan daunnya digunakan sebagai merawat penyakit saraf. Semua bahagian pokok ini berunsur ubat. Kebiasanya daun digunakan sebagai ulam.

Ketumbar Jawa

Apiaceae



Nama Tempatan : Ketumbar Jawa
Nama Botani : *Eryngium foetidum*
Tempat Asal : Mexico dan Amerika Selatan

Khasiat dan Kegunaan:

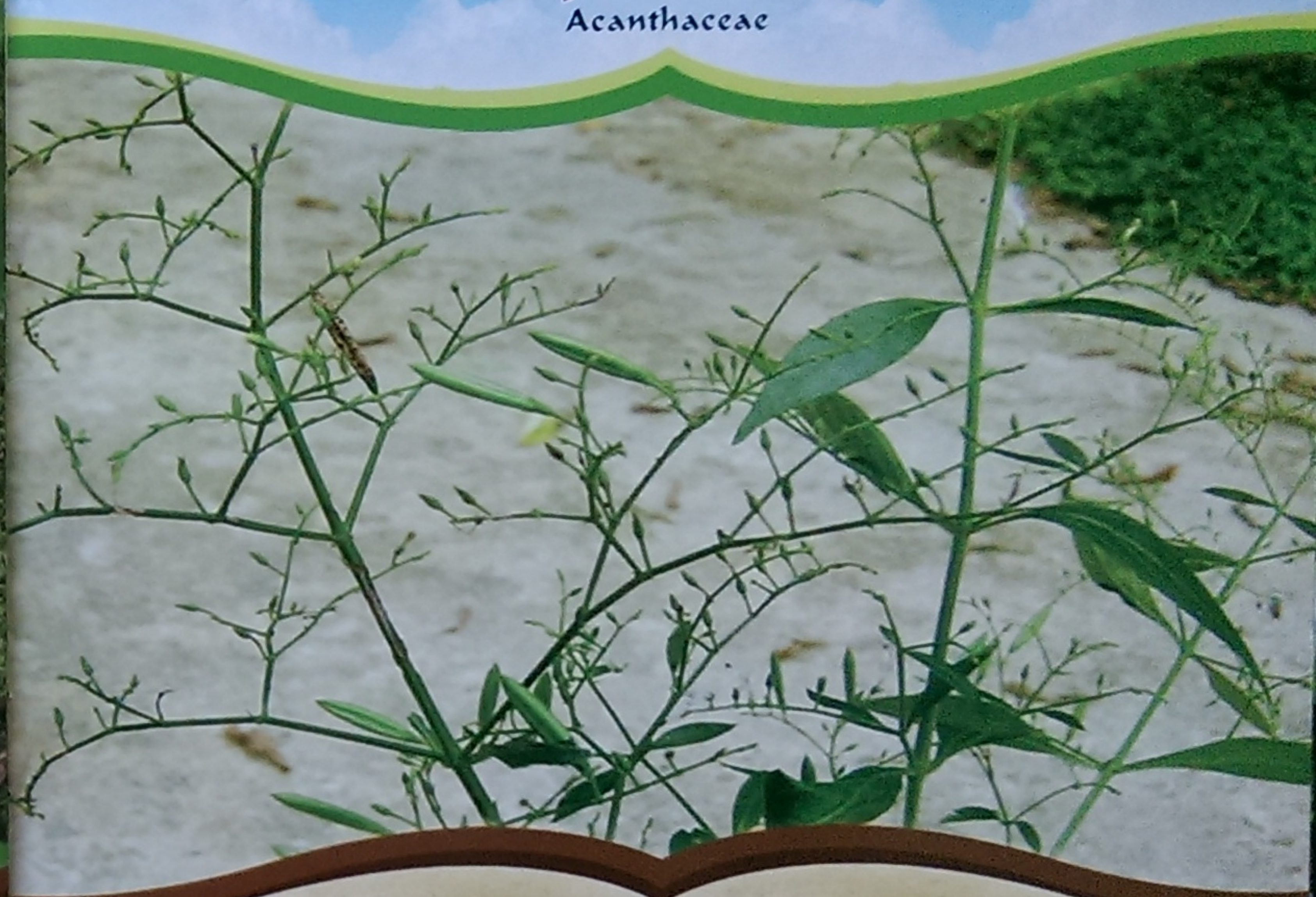
Air rebusan daun ketumbar Jawa ini diminum untuk merawat demam, diabetes, demam panas, perut kembung, radang paru-paru, selsema dan boleh melawaskan pembuangan air besar.

Selain itu, air rebusan ini juga boleh dijadikan air mandian untuk merawat demam panas, selsema, serta radang paru-paru.

Cecair daun diperah dan sisa daun ditelan untuk dijadikan pembuka selera. Daun ketumbar Jawa yang segar ini juga boleh dibuat ubat pupuk untuk merawat bisul, kudis dan luka.

Hempedu Bumi

Acanthaceae



Nama Tempatan : Hempedu bumi
Nama Botani : *Andrographis paniculata*
Tempat Asal : India dan Thailand

Khasiat dan Kegunaan:

Daun hempedu bumi ini boleh dijadikan ubat untuk menurunkan darah tinggi disamping merawat penyakit kencing manis.

Cara menyediakan ubat ini ialah merebus daun dan mengambil airnya supaya boleh diminum. Daun ini juga boleh merawat luka dengan cara menumbuk lumut daun tersebut dan letakkannya pada luka tersebut.

Mata Itik

Myrsinaceae



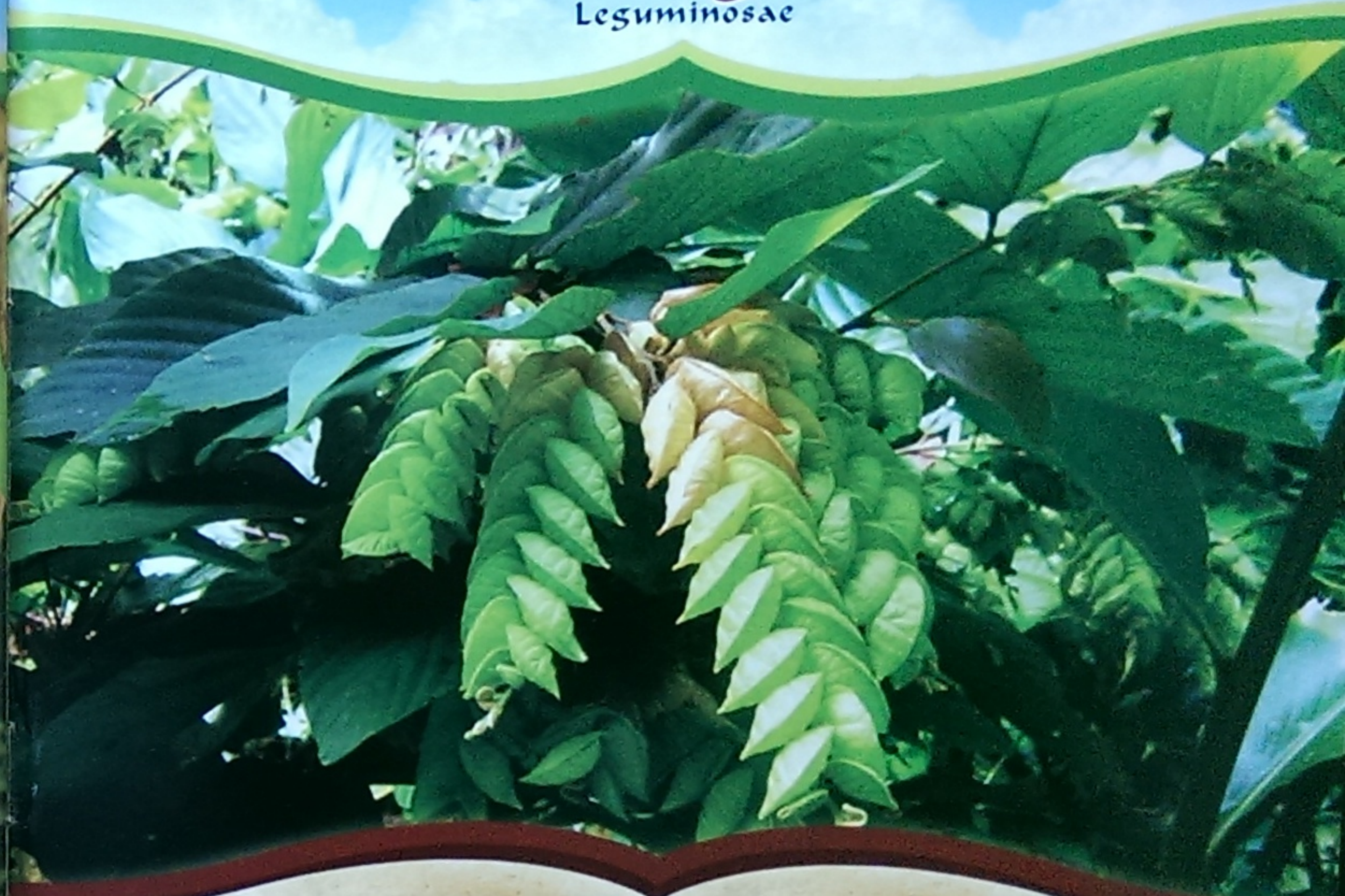
Nama Tempatan : Mata Itik, Mata ayam atau Mata Pelanduk
Nama Botani : *Ardisia crenata*
Tempat Asal : India ke Jepun, Asia Tenggara dan Semenanjung Malaysia

Khasiat dan Kegunaan:

Air rebusan akarnya dipercayai boleh mengurangkan sakit tekak dan dada, juga dijadikan ubat bagi wanita selepas bersalin, pucuknya boleh dijadikan ulam.

Serengan

Leguminosae



Nama Tempatan : Serengan
Nama Botani : *Flemingia strobilifera* (L.) Roxb.
Tempat Asal : India ke Selatan China

Khasiat dan Kegunaan:

Air rebusan daunnya digunakan sebagai mandian selepas bersalin.

Terung Pipit

Solanaceae



Nama Tempatan : Terung Pipit
Nama Botani : *Solanum torvum*
Tempat Asal : Dari Florida dan Utara Alabama

Khasiat dan Kegunaan:

Digunakan untuk merawat penyakit "nausea", darah tinggi, merawat masalah perut dan juga dimakan sebagai ulam.