

# CARA BIJAK MENGUNAKAN OBAT HERBAL

Susanty D. Winata\*

## Abstract

*Herbal medicines have been used by Indonesian peoples for many years ago. Herbal medicines were used as the replacement therapy as long as the failure of treatment by modern therapy (branded drugs). Treatment by herbal medicines often used as an alternative way. There are many reasons that the conventional therapy can not be taken such as medically reason, psychological and social economic. The facts show that trends in using herbal medicines has been developed in the community. Many scientific research proved successfully that herbal medicine has useful effect to cure some diseases. This condition encourage the new paradigm in the modern treatment, namely "back to nature".*

*In the beginning, treatment with herbal medicine was by experience inheritance. But recently, by many modern pharmacology researches shown that ingredients of the herbal medicine could be used to cure some disease without serious side effect. In the future, more scientific studies should be taken to explore the effect of herbal medicine.*

*Key word : herbal medicine, diseases.*

## PENDAHULUAN

Masa kini, kehidupan manusia dikelilingi oleh berbagai faktor penyebab penyakit berbahaya yang datang bersama zat pencemar, bahan-bahan makanan serta bahan-bahan lainnya, termasuk obat-obat sintetik. Jenis bahan berbahaya tersebut dapat berbentuk logam berat, karsinogen ataupun senyawa-senyawa beracun lainnya yang dapat menyebabkan keracunan dan penyakit. Sumber bahaya dan penyakit tersebut

sudah sangat dekat dengan lingkungan kehidupan manusia sehari-hari.<sup>(1)</sup>

Penyakit berbahaya masa kini seperti tumor (kanker), jantung koroner, tekanan darah tinggi, diabetes mellitus, gangguan fungsi hati, gangguan fungsi ginjal serta sederet penyakit lainnya, pada dasarnya disebabkan oleh senyawa toksik atau zat beracun, tingginya kandungan kolesterol, tingginya kandungan gula, kandungan lemak tinggi, ataupun senyawa karsinogen

\* Dosen Bagian Biokimia FK Ukrida

penyebab kanker dan tumor. Secara umum senyawa-senyawa tersebut memasuki tubuh manusia bersama makanan, minuman dan oleh sebab lainnya. Sehingga bagi manusia yang ingin kesehatan dan kebugaran tubuhnya tetap terjaga, maka disamping menghindari untuk tetap menjaga kesehatan dan kebugaran tubuhnya, juga memakan atau meminum bahan-bahan berkhasiat yang berasal dari bahan-bahan alami misalnya tumbuhan yang memiliki fungsi dan manfaat penangkal, mengurangi dan bahkan menetralkan bahan-bahan berbahaya dalam tubuh tersebut yang dikenal dengan istilah bahan obat herbal.

## MENGENAL OBAT HERBAL

Obat herbal adalah obat-obatan yang dibuat dari bahan tumbuhan, baik tumbuhan yang sudah dibudidayakan maupun tumbuhan liar. Obat herbal adalah salah satu bagian dari obat tradisional. Obat tradisional mencakup juga obat yang terbuat dari bahan hewan, mineral atau gabungan dari bahan hewan, mineral dan tumbuhan.<sup>(2)</sup>

Mangan (2003) mengatakan bahwa Indonesia memiliki kekayaan tumbuhan yang luar biasa. Dari 30.000 spesies tumbuhan yang ada, sekitar 1260 spesies dapat dimanfaatkan sebagai obat. Seiring dengan semakin maraknya gaya hidup *back to nature*, semakin gencar pula penelitian tentang kandungan dan manfaat tanaman-tanaman tersebut. Sebenarnya, pengobatan dengan obat-obatan herbal telah diterapkan sejak zaman nenek moyang kita. Tidak hanya di Indonesia, di negara-negara lain se-

perti Cina, Arab dan Jepang, India dan negara-negara Afrika, obat herbal juga telah digunakan sejak zaman dulu. Bahkan, di beberapa negara, pemanfaatan tanaman obat sebagai obat herbal juga sangat terkenal di seluruh dunia, seperti pemanfaatan tanaman famili Zingiberaceae sebagai bahan obat untuk penyakit kanker hati dan beberapa jenis penyakit kanker lainnya.<sup>(3), (4)</sup>

Pemerintah Indonesia dalam kebijakan penggunaan obat herbal atau lebih dikenal dengan sebutan obat tradisional bermaksud untuk meningkatkan penggunaan obat tradisional ke tingkat yang lebih tinggi sehingga dapat digunakan dalam pelayanan kesehatan formal, dengan syarat penggunaannya dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.<sup>(5)</sup>

Idealnya, pemanfaatan obat herbal dilaksanakan seperti pemanfaatan obat modern. Bahan-bahan bakunya dapat diujicobakan pada manusia, bila secara formal telah diuji secara toksikologis pada hewan coba dan memenuhi persyaratan keamanan, atau dengan kata lain uji klinik obat tradisional hendaknya dilakukan setelah uji toksisitas pada hewan coba. Dengan demikian pengujian toksikologis pada hewan hampir selalu merupakan persyaratan sebelum uji klinis pada manusia, sekalipun bahan yang bersangkutan telah digunakan secara luas oleh masyarakat. Manfaat dari uji toksikologis adalah agar masyarakat tidak dirugikan, karena tidak adanya manfaat yang dapat diambil dari obat herbal tersebut. Dengan demikian pemanfaatan obat herbal yang telah memenuhi persyaratan tersebut dapat diintegrasikan dalam pelayanan kesehatan formal di Indonesia, terutama di daerah-daerah terpencil yang mengalami kekurangan obat-obat modern.<sup>(6)</sup>

## **NILAI EKONOMIS OBAT HERBAL**

Pada awalnya, penggunaan tanaman sebagai obat didasari oleh pengalaman turun-temurun. Selama ini obat herbal tertentu dianggap cukup manjur untuk mengobati berbagai macam penyakit, terutama oleh beberapa kalangan masyarakat yang telah membuktikan khasiatnya. Meskipun demikian, rendahnya pengetahuan terhadap kandungan senyawa obat menimbulkan keraguan pada sebagian masyarakat yang belum membuktikan khasiatnya. Dengan didukung metode farmakologi modern telah banyak yang berhasil mengungkapkan adanya dasar-dasar ilmiah di balik resep-resep obat herbal. Tidak dapat dipungkiri bahwa hingga saat ini masih banyak misteri di balik kandungan dan manfaat tanaman obat yang belum terungkap. Pada akhirnya, tanaman-tanaman yang termasuk di dalam obat herbal tersebut juga harus dapat dipertanggungjawabkan penggunaannya secara medis dan ilmiah.

Ada beberapa manfaat yang dapat diambil dari penggunaan obat herbal, di antaranya :

1. Pada saat harga-harga melonjal tinggi, obat herbal dapat dijadikan sebagai alternatif. Biaya yang murah ini terkait dengan kemudahan dalam mendapatkan bahan baku, bahkan tanaman obat tersebut dapat ditanam sendiri di halaman rumah.
2. Efek samping yang ditimbulkan obat herbal relatif kecil, sehingga lebih aman digunakan. Sebagian masyarakat ada yang beranggapan bahwa obat herbal tanpa efek samping. Pandangan ini sangat keliru, karena bagaimanapun tanaman obat mengandung zat kimia

yang dapat menimbulkan reaksi saat berinteraksi dengan tubuh. Namun, dengan kadar kandungan yang rendah, efek samping yang ditimbulkannya juga sangat kecil. Rendahnya kadar yang terkandung dalam obat herbal menuntut pengobatan dilakukan secara teratur dan penuh kesabaran, karena memang pengaruhnya tidak secepat yang diharapkan.

## **MEMAKSIMALKAN MANFAAT OBAT HERBAL**

Tidak sedikit masyarakat yang telah membuktikan khasiat obat herbal dalam penyembuhan berbagai macam penyakit. Namun, tidak sedikit pasien yang tidak sembuh dari penyakitnya, meskipun telah menggunakan obat herbal. Sebenarnya banyak faktor yang menyebabkan ketidakberhasilan ini, di antaranya keadaan pasien itu sendiri. Banyak pasien yang tidak sabar dan tidak teratur dalam menjalani pengobatan dengan obat herbal.

Walaupun manfaat obat herbal sudah banyak terbukti, namun dalam penggunaan obat herbal sebaiknya diperhatikan cara dan aturan yang telah ditentukan. Ada beberapa aturan dan cara yang harus dipatuhi dalam penggunaan obat herbal agar hasilnya optimal, yaitu :

1. Perlunya memahami terlebih dahulu tentang penyakit yang sedang diderita. Hal ini disebabkan jika terlalu banyak mengonsumsi ramuan, namun tidak tepat pada sasaran penyakitnya maka penggunaan obat herbal tidak gunanya. Di samping itu, dianjurkan untuk tetap melakukan pemeriksaan secara medis.

2. Memahami tanaman obat yang akan digunakan sebagai obat herbal. Banyak tanaman obat yang bentuk dan penampilannya hampir sama, tetapi memiliki kandungan dan khasiat yang jauh berbeda. Dengan mengetahui kandungan zat, manfaat dan cara menggunakan tanaman obat tersebut, maka dapat disesuaikan dengan kekuatan tubuh penderita.
3. Memilih bahan baku harus dilakukan dengan teliti demi menjamin kualitas obat herbal tersebut, terutama jika bahan baku tersebut berasal dari hasil kebun sendiri. Selain itu, harus dipastikan bahwa bahan yang digunakan benar-benar bersih dan terbebas dari zat-zat berbahaya, seperti pestisida.
4. Pengolahan bahan obat herbal harus dilakukan dengan benar, misalnya direbus terlebih dulu, dikeringkan atau langsung digunakan. Ada beberapa jenis tanaman obat beracun yang penggunaannya harus direbus terlebih dulu untuk memperkecil kandungan racunnya. Dalam mengolah tanaman obat, sebaiknya digunakan peralatan tradisional. Misalnya dalam perebusan tanaman sebaiknya menggunakan panci yang terbuat dari tanah, karena perebusan dengan panci berbahan aluminium dikhawatirkan akan menimbulkan reaksi kimia dengan bahan obat.
5. Pengobatan harus dilakukan dengan benar, maksudnya jangan sampai obat untuk bagian luar tubuh digunakan dengan cara diminum, karena dapat berakibat sangat fatal.
6. Jika telah sembuh, pemakaian obat harus segera dihentikan, kecuali obat herbal yang digunakan untuk perawatan dan pencegahan. Mengonsumsi obat herbal juga harus dihentikan jika tidak ada perubahan sama sekali.

Dalam situasi seperti ini, sebaiknya segera berkonsultasi dengan pakar obat herbal atau pada dokter (tenaga medis) lainnya yang berpengalaman.

## **JENIS OBAT HERBAL YANG BANYAK DIGUNAKAN**

Ramuan obat herbal untuk penyembuhan suatu penyakit dapat dikonsumsi jika tahapan penyakit tersebut dalam kondisi awal (dini). Ramuan biasanya diminum sesuai dengan kondisi penyakit yang sedang diderita, misalkan untuk jenis penyakit yang berat seperti kanker sekitar 2 – 4 bulan, untuk jenis penyakit yang jauh lebih ringan seperti flu hanya memakan waktu 1 sampai 2 hari. Meminum obat herbal sebaiknya tidak dicampur dengan obat paten yang diberikan oleh dokter, kecuali ada saran khusus dari dokter tersebut.

Ada beberapa jenis obat herbal yang mulai banyak digunakan di kalangan masyarakat luas dikarenakan khasiat yang telah diperoleh. Tanaman obat yang mulai digalakkan penggunaannya adalah tanaman obat untuk berbagai jenis penyakit kanker, mulai dari kanker payudara, kanker rahim bahkan kanker usus besar. Tanaman obat tersebut diperkirakan karena mempunyai kandungan kimia yang berperan sebagai sitostatika, imunomodulator, antineoplastik, antiinflamasi, hepatoprotektor dan analgesik. Saat ini beberapa tanaman obat bahkan telah diformulasikan menjadi obat paten sebagai obat kanker, tentunya setelah melalui berbagai uji toksikologis dan uji klinik. Misalnya tanaman sambiloto, buah pala, bidara upas dan

bidara laut telah diformulasikan menjadi obat kanker. Hal ini disebabkan oleh karena adanya *karsinom-1* untuk mengobati kanker, terutama kanker yang telah mengalami metastasis.

Beberapa jenis penyakit yang dapat disembuhkan dengan mengkonsumsi obat herbal dan yang telah melalui uji klinis di antaranya adalah :

1. Kunir atau kunyit
2. Jawer kotok
3. Temu putih
4. Temu lawak
5. Daun wungu

### 1. Kunir atau Kunyit

Kunir atau kunyit memiliki nama latin *Curcuma domestica* dan termasuk ke dalam famili Zingiberaceae. Berdasarkan beberapa hasil penelitian, cucurmin yang terkandung dalam rimpang kunyit bermanfaat sebagai antitumor dan antiinflamasi (antiradang). Sementara itu, saponin berkhasiat sebagai antineoplastik (antikanker) dan beta karoten, polifenol serta flavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan. Dari semua senyawa yang terkandung dalam kunyit, tetra hidro cucurmin (THC) ternyata mempunyai aktivitas antiinflamasi tertinggi. Mengkonsumsi rimpang kunyit terbukti menghambat aktivasi karsinogen.<sup>(1)</sup>

### 2. Jawer Kotok

Jawer kotok (*Coleus atropurpureus*) yang dikenal pula sebagai iler ini mudah diperoleh dan dibudidayakan. Tidak semua jenis jawer kotok berkhasiat obat. Hanya yang berdaun merah kecoklatan bisa dijadikan obat. Daun

dengan tepi berbentuk gerigi inilah yang digunakan sebagai obat hemoroid. Kemampuannya sebagai obat muncul karena daun tanaman yang berasal dari wilayah Asia Tenggara ini mengandung senyawa thymol, karvakrol, eugenol. Metileugenol dan etil salisilat. Thymol memiliki sifat antelmintik (mematikan cacing) dan anti-septik. Karvakrol merupakan senyawa bersifat disinfektan, antifungal dan antelmintik. Eugenol dapat menghilangkan rasa nyeri atau bersifat analgesik. Sedangkan etil salisilat mampu meniadakan iritasi. Sifat dari senyawa yang dikandung daun jawer kotok inilah yang mampu mengatasi ambeien yang belum terlanjur besar.<sup>(7)</sup>

### 3. Temu putih

Temu putih (*Curcuma zedoaria*), rimpang temu putih mengandung *epiquiminol* dan *zedoarone* yang berkhasiat sebagai antitumor. Senyawa monoterpen yang terkandung dalam minyak atsiri berkhasiat sebagai antineoplastik (antikanker) dan telah terbukti dapat menonaktifkan pertumbuhan sel kanker payudara. Rimpang temu putih juga berkhasiat sebagai hepatoprotektor (pelindung hati) karena adanya senyawa *curcumenol*. Selain itu ada senyawa *cucurmin* yang berkhasiat sebagai antiinflamasi (anti radang) dan anti oksidan yang dapat mencegah kerusakan gen.

### 4. Temulawak

Temulawak (*Curcuma xanthorrhiza*), khasiat utamanya adalah sebagai hepatoprotektor (pencegah kerusakan jaringan hati), terutama kanker hati. Disamping itu, temulawak juga berkhasiat sebagai perangsang keluarnya cairan

empedu, menurunkan kadar kolesterol, menurunkan panas (antipiretik) dan anti bakteri. Rimpang temulawak mengandung *cucurmin* yang berkhasiat sebagai antioksidan, antiinflamasi dan anti tumor.

## 5. Daun Wungu

Daun wungu (*Graptophyllum pictum*) dijuluki *handeuleum* di daerah Jawa Barat, demung di daerah Jawa Tengah, *karotong* di Madura dan *temen* merupakan sebutannya di Bali. Dari begitu banyak varietas daun wungu, hanya varietas berdaun lembayung yang berkhasiat menyembuhkan wasir. Kulit batang dan daunnya berlendir dengan bau kurang sedap. Kandungan lendir ini mencakup 35%. Di dalamnya terkandung senyawa aktif bernama alkaloida. Lendir inilah yang berkhasiat sebagai *faecal softener* yang membantu memperlancar pengeluaran tinja. Kerja daun wungu ini akan semakin baik bila dicampur dengan daun duduk (*Desmodium triquetrum*). Di dalam daun duduk terkandung tanin, asam kersik, kalium, zat rutin dan senyawa alkaloida hipaforin. Hasil peneli-

tian laboratorium menunjukkan zat rutin pada daun duduk bersifat memperkuat dinding pembuluh darah kapiler. Sifat inilah yang dapat melengkapi kemampuan daun wungu dalam pengobatan wasir. Pembuangan tinja bisa lancar dan pembuluh darah di rektum menjadi kuat.<sup>(7)</sup>

Kini di abad 20 ternyata kalangan medis pun telah banyak yang menganjurkan kepada pasien untuk menggunakan obat herbal seiring dengan hasil penelitian tentang kandungan dan manfaatnya. Tidak jarang pengobatan yang dilakukan dengan mengkombinasikan pengobatan medis modern dengan pengobatan tradisional. Salah satu penyebabnya adalah semakin mahalnya obat-obatan yang dibuat oleh pabrik dan tidak sedikit penyakit yang tidak dapat disembuhkan hanya dengan pengobatan modern. Karena itu, tidak aneh jika akhir-akhir ini banyak berdiri klinik bahkan Rumah Sakit yang secara terbuka menggunakan obat herbal. Selain itu, banyaknya media cetak dan elektronik yang memberitakan berbagai macam khasiat tanaman obat.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Suriawiria, U. 2002. 10 tanaman berkhasiat sebagai obat. Penerbit Paps Sinar Sinanti, Jakarta.
2. Mangan, Y. 2003. Cara bijak menaklukkan kanker. Agromedia Pustaka Jakarta.
3. Heyne, K. 1987. Tumbuhan berguna Indonesia. Jilid 3. Badan Litbang Kehutanan, Departemen Kehutanan, Jakarta. Yayasan Sarana Wana Jaya.
4. Kloppenburg, J. Dan Versteeg. 1988. Petunjuk lengkap mengenai tanaman-tanaman obat di Indonesia dan khasiatnya sebagai obat-obatan tradisional. RS. Bethesda dan Andi Offset, Jakarta.
5. Sri Oemijati. 1992. Rangkuman dan kesimpulan hasil semiloka dan penelitian obat tradisional. FKUI Jakarta.
6. Sardjono, O.S. 1992. Perspektif pengembangan obat tradisional di Indonesia. Semiloka FKUI Jakarta.
7. Praptiwi, 1999. Jawer kotok bikin wasir terpojok. Intisari.