

BAB 1

BELUNTAS

(Pluchea indica L.)



Tanaman Beluntas (*Pluchea indica L.*)

Sumber: <https://www.google.com/search?q=tanaman+beluntas&>

A. Sekilas Tanaman Beluntas (*Pluchea indica L.*)

Beluntas merupakan tumbuhan semak yang bercabang banyak, berusuk halus, dan berbulu lembut. Umumnya tumbuhan ini ditanam sebagai tanaman pagar atau bahkan tumbuh liar,

tingginya bisa mencapai 3 meter apabila tidak dipangkas, sehingga sering kali ditanam sebagai pagar pekarangan. Beluntas dapat tumbuh di daerah kering pada tanah yang keras dan berbatu, pada daerah dataran rendah hingga dataran tinggi pada ketinggian 1.000 meter dari permukaan laut, memerlukan cukup cahaya matahari atau sedikit naungan, dan perbanyakannya dapat dilakukan dengan setek batang pada batang yang cukup tua. Nama daerah: **beluntas** (Melayu), **baluntas**, **baruntas** (Sunda), **luntas** (Jawa), **baluntas** (Madura), **lamutasa** (Makasar), **lenabou** (Timor), sedangkan nama asing untuk tanaman beluntas adalah **Luan Yi** (China), **Phatpai** (Vietnam), dan **Marsh fleabane** (Inggris). Nama simplisia beluntas adalah *Plucheacea folium* (daun), *Plucheacea radix* (akar).

Ciri Morfologi

Daun bertangkai pendek, letaknya berselang-seling, berbentuk bulat telur sungsang, ujung bundar melancip. Tepi daun bergerigi, berwarna hijau terang, bunga keluar di ujung cabang dan ketiak daun, berbentuk bunga bonggol, bergagang atau duduk, dan berwarna ungu. Buahnya *longkah* agak berbentuk gasing, berwarna cokelat dengan bersudut putih.

B. Klasifikasi Ilmiah Tanaman Beluntas

Kerajaan : Plantae
Divisi : Magnoliophyta
Kelas : Magnoliopsida
Ordo : Asterales
Famili : Asteraceae
Genus : *Pluchea*
Spesies : *Pluchea indica*

C. Manfaat/Khasiat Tanaman Beluntas

Adapun manfaat dan khasiat daun beluntas untuk kesehatan yang dapat diinformasikan sebagai berikut:

1. **Dapat digunakan sebagai *antibacterial extract*.** Hal tersebut telah diuji oleh Davis Stout yang dilakukan terhadap bakteri-bakteri dari kelompok patogen penyebab keracunan makanan seperti: *Escherichia coli*, *Salmonella typhi*, *Staphylococcus aureus*, dan *Bacillus cereus*.
2. **Dapat mengatasi bau badan dan bau mulut yang tidak sedap.** Anda dapat menggunakan daun beluntas sebagai lalapan atau dimasak dengan cara dikukus saja untuk mengatasi bau badan dan bau mulut yang mengganggu.
3. **Dapat mengatasi keputihan.** Bagi wanita, masalah keputihan tentu saja menjadi suatu masalah yang serius. Anda dapat mengatasinya dengan menggunakan daun beluntas. Caranya cukup ambil 20 helai daun ini direbus dengan segelas air dan 1 akar tapak liman. Kemudian minum ramuan ini dua kali sehari.
4. **Untuk mengatasi nyeri haid.** Datang bulan pada wanita memang terkadang membuat nyeri yang sangat menyiksa. Anda dapat mengatasinya menggunakan daun beluntas, caranya ambil 20 helai daun beluntas kemudian rebus dengan segelas air. Tambahkan sedikit asam atau garam. Ramuan ini dapat meredakan nyeri haid yang sering mengganggu wanita yang rutin terjadi hampir tiap bulan.

Kandungan Daun Beluntas

Daun beluntas mengandung alkaloid, tannin, natrium, minyak atsiri, kalsium, flafonoida, magnesium, dan fosfor. Sedangkan pada akar beluntas terdapat kandungan flafonoida

dan tannin. Daun beluntas berbau khas aromatis dan rasanya getir namun menyegarkan. Di daerah pedesaan, daun beluntas biasanya banyak dimanfaatkan sebagai ramuan tradisional untuk menurunkan demam.

D. Sekilas Budidaya Tanaman Beluntas

Beluntas dapat tumbuh di daerah kering pada tanah yang keras dan berbatu, pada daerah dataran rendah hingga dataran tinggi pada ketinggian 1.000 meter dari permukaan laut, tanaman ini memerlukan cukup cahaya matahari atau sedikit naungan, dan perbanyakannya dapat dilakukan dengan setek batang pada batang yang cukup tua. Batang tanaman yang dipilih harus sudah cukup tua serta kokoh. Berikut merupakan beberapa tahap dalam teknik budidaya tanaman beluntas:

a. Tahap Persiapan dan Penanaman

Tanaman beluntas merupakan tanaman perdu yang sangat mudah untuk diperbanyak dengan menggunakan setek batang dan setek pucuk. Pembibitan sendiri dilakukan dengan cara membuat setek batang atau setek pucuk. Pembibitan secara setek bisa dilakukan di dalam *polybag* maupun lahan terbuka.

Pembibitan dalam media *polybag* umumnya dilakukan dengan menggunakan setek batang yang panjangnya 7–15 cm atau minimal memiliki 3 ruas dan daunnya sudah dipotong. Untuk mempercepat pertumbuhan akar, setek batang bisa direndam dalam air kelapa. Bahan media tersebut menggunakan tanah dan kompos dengan perbandingan 1:1. Ukuran *polybag* yang digunakan cukup kecil saja, berdiameter 15 cm atau 20 cm diisi sampai memenuhi 90% ketinggian *polybag*. Penanaman

tidak boleh dilakukan dengan langsung menusukkan setek batang pada tanah, tapi harus dibuat lubang kecil dulu.

Penanaman langsung pada lahan terbuka mulanya dilakukan pada lahan yang berukuran lebih kecil dengan jarak kira-kira 8 cm dalam barisan dan 12 cm antarbarisan. Kemudian tanaman beluntas yang sudah memiliki 4–6 daun sempurna bisa dipindahkan ke lahan yang lebih luas dengan dicongkel tanamannya beserta tanahnya.

Pada saat awal penanaman, beluntas tidak boleh terlalu banyak terkena sinar matahari sampai satu bulan pertama. Penyiraman dapat dilakukan sekali sehari dengan melihat kondisi media, bila tanah kering sebaiknya disiram, bila tanah basah penyiraman tidak perlu dilakukan. Tiga minggu kemudian setelah daun tumbuh 4–6 helai, tanaman sudah bisa dipindahkan ke lahan terbuka (Sastroamidjojo, 1997).

Beluntas pada masyarakat desa pada umumnya digunakan sebagai pagar tanam. Pagar tanam dengan menggunakan tanaman beluntas dapat dibuat dengan melakukan pembibitan dahulu pada *polybag* (seperti langkah-langkah di atas). Pembuatan pagar tanam dapat dilakukan dengan mencangkul tanah sedalam 20 cm dan bentuk lubang tanam bisa dibuat sederhana seperti empat persegi panjang memanjang, atau dipotong-potong kubus atau segi enam tapi menyambung. Biarkan lubang tanam terbuka sekitar 2 minggu, sementara tanah cangkulan diberi pupuk organik sebanyak 2–4 kg/m², tanah cangkulan yang diberi pupuk tersebut dimasukkan kembali ke dalam lubang tanam, lalu biarkan lagi selama 2 minggu.

Berikutnya adalah tahap penanaman, penanaman dengan *indirect seeding* yakni dengan melakukan pembibitan terlebih dahulu seperti dengan langkah di atas. Pemilihan

bibit yang baik sangat penting dilakukan, bibit yang baik untuk setek batang umumnya bibit tersebut sudah memiliki 4–5 daun baru yang segar.

b. Tahap Pemeliharaan

Pemeliharaan tanaman beluntas umumnya cukup mudah, karena tanaman ini cukup tahan dengan kekeringan. Pemeliharaan cukup dengan pengairan, pemangkasan ujung cabang dan tunas liar serta pemupukan dan pengendalian hama.

1. Pemupukan

Beluntas sebagai tanaman pagar agar tumbuh subur sebaiknya setiap bulan diberi pupuk yakni dengan menggunakan pupuk organik sebanyak 2–4 kg/m².

2. Pemangkasan

Dilakukan untuk mengurangi ujung cabang dan tunas liar agar kelihatan lebih cantik dan tanaman beluntas menghasilkan pucuk baru untuk dikonsumsi. Pemangkasan yakni kegiatan cukur-mencukur batang dan daun tanaman. Pemangkasan sebaiknya dilakukan sekurang-kurangnya 2 minggu atau 3 minggu sekali. Jangan terlalu lama (lebih 1 bulan), sebab selain lebih sulit memangkas, juga sulit membentuk tanaman tersebut. Pemangkasan daun beluntas untuk keperluan sayuran dapat dilakukan dua minggu sekali (Mahesworo, 1994).

3. Hama tanaman beluntas

Hama ulat, belalang. Biasanya merusak daun yang tumbuh, sehingga daun terdapat lubang akibat ulat memakan daun tersebut. Penanganannya dengan mekanis. ***

BAB 2

CIPLUKAN

(*Physalis angulata*)



Tanaman Ciplukan (*Physalis angulata*)

Sumber: <https://www.google.co.id>. foto+tanaman+ciplukan

A. Sekilas Tanaman Ciplukan (*Physalis angulata*)

Ciplukan atau juga sering disebut ceplukan (*Physalis angulata* L) merupakan tumbuhan liar yang tumbuh dengan subur di dataran rendah sampai ketinggian 1.550 meter di atas permukaan laut, di tanah tegalan, atau sawah kering. Tumbuhan ini dapat ditemukan

di semua negara dengan iklim tropis terutama di Afrika, Asia, dan Amerika (Afandi, 2002).

Di kawasan Malang sendiri ciplukan sudah jarang ditemui. Biasanya tanaman ini tumbuh liar di kebun-kebun, sawah, maupun di pinggir pematang sawah, namun kebanyakan orang menganggap bahwa tanaman ini hanya sebagai tanaman yang mengganggu tanaman budidaya sehingga banyak orang yang membasmi tanaman ini.

Ciplukan yang ketika masak tertutup oleh perbesaran kelopak bunga. Buah ini juga dikenal dengan pelbagai nama daerah seperti *cecenet* atau *cecendet* (Sd.), *nyurnyuran* (Md.), dan *kopok-kopokan* (Bl.).

Ciplukan tumbuh baik pada ketinggian 0-1.800 m dpl. Merupakan tumbuhan semak semusim. Tumbuh liar di lereng-lereng tepi sungai, pinggir selokan, dan kebun/tanah-tanah kosong yang tidak terlalu becek. Tanaman semak setinggi 30–80 cm, batang tegak, bersegi 4, berkayu, lunak, berwarna hijau. Daun tunggal, lonjong, berseling, tepi bergelombang. Bunga tunggal, bentuk corong, di ketiak daun, berbulu, kuning pucat. Buah berbentuk bulat terbungkus kelopak seperti lampion.

Biji bulat, bentuk pipih, warna coklat. Bila belum masak, kelopak dan buah berwarna hijau rasanya sangat pahit. Bila sudah masak, kelopak kuning atau putih kekuningan, dan buah berwarna kuning atau kuninga kemerahan atau merah, rasanya manis.

B. Klasifikasi Ilmiah Tanaman Ciplukan

Kerajaan	: Plantae
Divisi	: Spermatophyta
Subdivisi	: Angiospermae
Kelas	: Dicotyledonae
Ordo	: Solanales

Famili	: Solanaceae
Marga	: <i>Physalis</i>
Spesies	: <i>Physalis angulata</i> L.

C. Manfaat /Khasiat Tanaman Ciplukan

1. Mengobati Influenza

- Cara pengobatan: cabut tanaman ciplukan (beserta akar dan buahnya) 9–15 gram. Kemudian direbus, minum airnya. Untuk penetral racun untuk influenza, potong 3 pohon ciplukan dengan ukuran 5 cm, rebus di dalam 4 gelas air, sampai tersisa 2 gelas, saring, minum.

2. Mengobati Sakit Tenggorokan

- Cara pengobatan: rebus tanaman ciplukan 9–15 gram, minum airnya.

3. Mengobati Batuk Rejan (Pertusis)

- Cara pengobatan: ambil tanaman ciplukan 9–15 gram, direbus, diminum.

4. Mengobati Bronchitis

- Cara pengobatan: ambil tanaman ciplukan 9–15 gram, direbus, diminum.

5. Mengobati Gondongan (Parotitis)

- Cara pengobatan: ambil tanaman ciplukan 9–15 gram, direbus, diminum.

6. Mengobati Pembengkakan Buah Pelir (Orchitis)

- Cara pengobatan: ambil tanaman ciplukan 9–15 gram, direbus, diminum.

7. Mengobati Bisul

- Cara pengobatan: ambil daun ciplukan 1/2 genggam dicuci, digiling halus, diturapkan pada bisul dan sekelilingnya, lalu dibalut. Diganti 2 x sehari.

8. Mengobati Borok

- Cara pengobatan: ambil daun ciplukan 1/3 genggam dicuci, digiling halus, ditambah air kapur sirih secukupnya untuk menurap borok. Diganti 2 x sehari.

9. Mengobati Kencing Manis (*Diabetes Mellitus*)

- Cara pengobatan: Tanaman direbus dengan 3 gelas air jadi 1 gelas, saring dan minum.

10. Mengobati Sakit Paru-Paru

- Cara pengobatan: cabut tanaman ciplukan lengkap direbus dengan 3–5 gelas air mendidih, saring, minum airnya 3 kali sehari 1 cangkir.

11. Mengobati Ayan

- Cara pengobatan: konsumsi buah ciplukan 8–10 butir dimakan setiap hari.

12. Mengobati Pembengkakan Prostat

- Cara pengobatan: ambil tanaman ciplukan 9-15 gram rebus dan minum.

Kandungan kimia ceplukan antara lain Fisalin B, Fisalin D, Fisalin F, Withangulantin A, protein, minyak lemak, asam palmitat dan asam stearat, alkaloid, glikosida flavonid, dan saponin. Secara spesifik glukosida flavonoid dalam ciplukan terbukti dapat digunakan sebagai obat *diabetes mellitus* karena dapat memperbaiki regulasi darah dengan menurunkan kadar gula dalam darah dan menghilangkan efek samping (komplikasi) *diabetes mellitus* di mana penderitanya tubuh penderitanya tidak bisa secara otomatis mengendalikan tingkat gula (glukosa) dalam darahnya.

Berdasarkan hal tersebut tujuan dari tulisan ini adalah untuk memperkenalkan sekaligus mengoptimalkan penggunaan tanaman ciplukan sebagai salah satu alternatif pengobatan, serta mengobservasi tentang kelangkaan tanaman ciplukan akhir-