

DAUN SENDOK

(*Plantago major* L.)

Klasifikasi

Daun Sendok disebut *Plantago major* L., termasuk ke dalam famili tumbuhan *Plumbaginaceae*, berasal dari Srilanka. Dikenal sebagai **Ceraka** (Sumatera), **Ki Encok** (Sunda), **Godong Encok** (Jawa), **Bama** (Bali), **Oporie** (Timor). Nama asing untuk tanaman Daun Sendok adalah **Che Qian Ce** (Cina), **Ma De** (Vietnam), **Weegbree** (Belanda), dan **White Man's Foot** (Inggris). Sedangkan nama simplisianya adalah *Plataginis herba* (herba Daun Sendok), *Plataginis semen* (biji Daun Sendok).

Sinonim

P. asiatica L., *P. erenata* Blanco.

Sifat Kimiawi

Seluruh herba mengandung plantagin, aucubin, plantagucide, rinantin, vitamin A, kalium, ursolid acid. Sedangkan bijinya mengandung planterolic acid, plantasan, protein, lemak palmitic acid, stearic acid, dan lenoleid acid.

Efek Farmakologi

- Infus ekstrak Daun Sendok 10 % dan 20 % terhadap kelarutan Ca dan Mg dari batu ginjal secara *in vivo* mempunyai efek melarutkan kalsium dan magnesium dari batu ginjal secara bermakna dibandingkan dengan air suling.
- Ekstrak Daun Sendok pada konsentrasi 1 - 3 g/ml menunjukkan daya antibakteri terhadap *Staphylococcus* dan *Shigella sonnei*.
- Efek farmakologis lainnya adalah sebagai anti radang, antiseptik, pereda demam, peluruh kencing (diuretikum), peluruh dahak, obat batuk (anti tusiv), penghenti pendarahan (hemostatik), astringen, menerangkan penglihatan dengan menormalkan aktivitas organ hati yang berlebihan, dan menghilangkan haus.

- Bagian tanaman yang digunakan adalah seluruh tanaman atau biji.

Penyakit-penyakit Yang Dapat Disembuhkan

- **Hepatitis**
Daun sebanyak 60 gram direbus, kemudian diminum
- **Obat kuat laki-laki**
Biji tanaman Daun Sendok sebanyak 3 sendok digiling, tambahkan 3 sendok madu, kemudian diminum.
- **Radang selaput mata**
Tanaman segar direbus selama 5 menit, airnya teteskan pada mata yang sakit.
- **Batu empedu**
Tanaman segar ditambah akar dan ditambahkan keji beling 5 kali lipat, direbus, kemudian diminum.
- **Batuk sesak, batuk darah**
Herba segar sebanyak 60 gram ditambahkan sedikit air, 15 gram madu, 30 gram gula, dibuat tim, kemudian dimakan.
- **Radang saluran nafas**
Herba segar sebanyak 30 gram direbus, kemudian diminum selama 1 - 2 minggu.
- **Nyeri otot**
Daun sebanyak 5 lembar dilamutkan, kemudian digosok-gosokkan.
- **Gangguan saluran air kemih**
Herba segar sebanyak 60 gram direbus dengan 3 liter air hingga menjadi 1,5 liter, dibagi 3 kali minum.
- **Kencing manis, kencing batu**
Daun sebanyak 0,5 genggam, direbus dengan air 3 gelas menjadi 0,5 gelas, disaring dan diminum dengan madu sehari 3 kali.