



**PUSAT PENELITIAN MAKANAN TRADISIONAL, GIZI DAN KESEHATAN  
LEMBAGA PENELITIAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR**

# SERTIFIKAT

011/UN.36.9/PL.PPMTGK/2012

Diberikan Kepada

**Dr. Erli Mutiara, M.Si.**

Sebagai

**Pemateri**

yang telah berpartisipasi aktif pada

**Seminar dan Workshop Nasional "Makanan Sehat Untuk Kecantikan dan Kebugaran" dan Festival Makanan Tradisional**  
yang dilaksanakan oleh Pusat Penelitian Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan (PPMTGK)  
Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar bekerjasama dengan Trans Studio Makassar  
di Trans Studio Theme Park Makassar, Sabtu 5 Mei 2012

Makassar, 5 Mei 2012

Kepala Pusat Penelitian MTGK

Deputy General Manager Trans Studio Makassar

**Fauziah Zulfitri, S.Psi**

**PANITIA PELAKSANA**  
**Prof. Dr. Hj. Nurhayati B, M.Pd**  
NIP. 19640724 1990010 2 001

Mengetahui,  
Rektor Universitas Negeri Makassar

**Prof. Dr. H. Arismunandar, M.Pd**  
NIP. 19620714 198702 1 001





Pusat Penelitian  
Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan (PPMTGK)  
Lembaga Penelitian  
Universitas Negeri Makassar



UNM



MAKASSAR

# PROSIDING

## Seminar & Workshop Nasional "Makanan Sehat untuk Kecantikan dan Kebugaran" & FESTIVAL MAKANAN TRADISIONAL

ISBN 978-602-18333-0-8



Sabtu **5 Mei 2012**  
Di **TRANS STUDIO** Theme Park  
Makassar

Didukung oleh :



PHRI Makassar

*Seminar dan Workshop Nasional “Makanan Sehat untuk Kecantikan dan Kebugaran”  
dan Festival Makanan Tradisional*

**PROSIDING SEMINAR DAN WORKSHOP NASIONAL  
“MAKANAN SEHAT UNTUK KECANTIKAN DAN KEBUGARAN”  
DAN FESTIVAL MAKANAN TRADISIONAL**

Tim Penyusun

**Prof. Dr. Nurhayati B., M.Pd.**

**Dra. Andi Hudiah, M.Pd.**

Design/Layout

**Ariandi, S.Pd.**

**Mei 2012**

**ISBN 978-602-18333-0-8**

Diterbitkan oleh:

**Pusat Penelitian Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan  
Lembaga Penelitian  
Universitas Negeri Makassar**

Jln. Raya Pendidikan Kampus Gunung Sari  
Gedung Rektorat Lama Lantai 2 Lemlit PPMTGK  
Universitas Negeri Makassar  
Tlp/Fax. (0411) 884533

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat rahmat dan karuniaNya buku prosiding ini dapat diselesaikan dengan baik dan tepat pada waktunya. Kegiatan Seminar dan Workshop Nasional dengan tema “Makanan Sehat untuk Kecantikan dan Kebugaran” dan Festival Makanan Tradisional, merupakan sarana yang bertujuan untuk mendiskusikan sumbangan-sumbangan pemikiran dari para narasumber dengan harapan hasil diskusi dapat memberikan ide-ide atau konsep-konsep kreatif untuk melahirkan paradigma baru bagi perkembangan ilmu dan teknologi pangan di Indonesia dimasa-masa yang akan datang.

Kegiatan seminar dan workshop nasional ini dilakukan oleh Pusat Penelitian Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan Lembaga Penelitian Universitas Negeri Makassar bekerjasama dengan Trans Studio Makassar pada tanggal 5 Mei 2012 yang bertempat di Trans Studio Makassar.

Prosiding ini merupakan himpunan makalah utama dan makalah pendamping dari semua narasumber. Prosiding lengkap disiapkan dalam bentuk softcopy yang dikemas dalam CD dengan format PDF.

Terima kasih banyak kami sampaikan kepada semua narasumber yang telah berkontribusi menyumbang ide-ide atau pemikiran-pemikiran kreatifnya melalui tulisan dalam bentuk artikel. Tidak lupa juga kami sampaikan terima kasih kepada seluruh panitia yang telah bekerja keras demi terselenggaranya acara ini dengan baik.

Akhir kata kami mohon maaf apabila dalam prosiding ini terdapat penulisan nama, instansi atau yang lainnya yang kurang tepat, baik disengaja maupun tidak disengaja.

Makassar, 5 Mei 2012

Tim Penyusun Prosiding

## DAFTAR ISI

Halaman Sampul .....	i
Kata Pengantar .....	ii
Daftar Isi .....	iii

### Pemakalah Utama

Veny Hadju	Asupan Gizi Dari Terigu dan Manfaatnya Kesehatan Manusia	1
A. Mushawwir Taiyeb	Makanan Sehat untuk Kebugaran	7
Azka Hasbi	Resep Standar Untuk Kue Sus dan Terang Bulan Gandum	13

### Pemakalah Pendamping

#### Makanan Sehat Untuk Kecantikan dan Kebugaran

Abdul Hadis Nurhayati B	Peranan Makanan Bergizi Terhadap Kebugaran Tubuh Manusia.	14
Andi Asmawati Azis	Makanan dan Fungsinya Pada Kesehatan Reproduksi	21
Andi Faridah Aarsal	Analisis Pedigree Mappakka di Sulawesi Selatan Indonesia	27
Andi Hudiah	Pengembangan dan Pelestarian Makanan Tradisional “ <i>Nasu Palekko</i> ”	31
A. Mappincara	Makanan Sehat dan Tumbuh Kembang Anak	37
Dwiyatmi Sulasminah	Diet Makanan Bagi Penyandang Autistik	47
Eddyman W. Ferial	Potensi Pemberian Kapsul AnadaraMAN dalam Memperbaiki Kualitas Spermatozoa Manusia	57
Erli Mutiara	Hasiat Daun Sirih Merah Sebagai Makanan Kesehatan dan Kecantikan	65
Haerani	Pemanfaatan Blondo Dalam Pembuatan Roti Kering Bergizi Untuk Ibu Hamil	70



Halimah Husain	Pembelajaran Gizi Berbasis Kearifan Lokal Pada Siswa Sekolah Dasar di Kota Makassar	81
Muhammad Rijal	Juz AHC ( <i>Amarathus, Honey, and Citrus</i> ) Sebagai Minuman Diet Biologis Untuk Kesehatan	88
Nani Kurnia	<i>Cucurbita moschata</i> Duch (Labu kuning) Untuk Meningkatkan Kualitas Nutrisi Makanan Selingan: Modifikasi Donat (“Timbits”)	96
Nurhayati B Andi Hudiah Sitti Saenab	Modifikasi Bahan Makanan Tradisional “ <i>Tempa-Tempa</i> ” (Suatu Kajian Dalam Upaya Melestarikan Ma’Tempa-Tempa Pada Acara Pesta Pernikahan Suku Bugis)	103
Rika Riwayani	Strategi Pemenuhan Kebutuhan Dasar: Komparasi Rumah Tangga Migran - Non Migran di Kota Makassar	110
Rosmawati T	Teh Madu Sebagai Minuman Biologis Untuk Penderita Diabetes	121
Setya Chendra Wibawa	Beauty Recovery Menggunakan Digital Plastics Surgery Dengan Adobe Photoshop	129
St. Kasmawati	Penggunaan Bahan Pengawet dalam Makanan Ditinjau Dari Perspektif Hukum Positif dan Hukum Islam	136
St. Wahidah	Wortel Sebagai Makanan Kesehatan dan Kecantikan	144
Sudding	Senyawa Kimia Berbahaya Pada Bahan Makanan	151
Syamsiah	“ <i>Dangke</i> “ Makanan Tradisional Bergizi Tinggi	157
Syamsidah	Strategi Pengembangan Sop Saudara dan Coto Makassar	161
Titi Mutiara K	Potensi Tepung Daun Kelor ( <i>Moringa Oleifera</i> Lamk) Sebagai Bahan Makanan Fungsional	168
Yusminah Hala Halifah Pagarra	Analisis Gizi Makanan Tradisional Etnis Makassar Di Sulawesi Selatan	177

## Pengembangan Makanan Tradisional

Altje R. Sangian	Masakan Tinutuan	185
Hilda Karim	<i>Camme Burak (Vegetable Banana Chicken)</i>	187
Nahriana	<i>Jifana Rober (Roti Beras)</i>	190
Ratnawati Tawani	Kue Lapis Srikaya	193
Sukarsih AP.	Barongko Labu Kuning	196
Wiwik Wahyuni	Makanan dan Minuman Bergizi Untuk Kecantikan dan Kesehatan Berbahan Sayur dan Buah (SABU) Organik	198

# **KHASIAT DAUN SIRIH MERAH SEBAGAI MAKANAN KESEHATAN DAN KECANTIKAN**

*Disampaikan pada Seminar dan Workshop Nasional  
“Makanan Sehat untuk Kecantikan dan Kebugaran”  
dan Festival Makanan Tradisional  
di Trans Studio Makassar, 5 Mei 2012*

**Erlin Mutiara**

**Dosen Program Studi Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik  
Universitas Negeri Medan**

**Pusat Penelitian Makanan Tradisional, Gizi dan Kesehatan  
Lembaga Penelitian  
Universitas Negeri Makassar  
2012**



## **KHASIAT DAUN SIRIH MERAH SEBAGAI MAKANAN KESEHATAN DAN KECANTIKAN**

**Erli Mutiara**

(Dosen Program Studi Pendidikan Tata Boga Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan. E-mail : erli\_mutiara@yahoo.co.id)

### **Abstrak**

Khasiat daun sirih merah telah dikenal untuk mengobati berbagai macam jenis penyakit. Indonesia memang kaya dengan berbagai tanaman herbal yang sangat bermanfaat baik untuk pengobatan, kecantikan dan berbagai macam kegunaan lainnya. Manfaat sirih merah telah banyak digunakan oleh dunia medis untuk mengatasi berbagai masalah yang berkaitan dengan bau badan, bau mulut sampai pengobatan ambien. Dalam daun sirih merah terkandung senyawa fito-kimia yakni alkaloid, saponin, tanin dan flavonoid. Secara empiris sirih merah dapat menyembuhkan berbagai jenis penyakit seperti diabetes militus, hepatitis, batu ginjal, menurunkan kolesterol, mencegah stroke, asam urat, kanker, hipertensi, radang liver, radang prostat, radang mata, keputihan, maag, kelelahan, nyeri sendi dan memperhalus kulit.

Kata Kunci : Daun sirih, Makanan, Kesehatan, Kecantikan

### **Abstract**

Efficacy of red betel leaves have been known to treat various types of diseases. Indonesia is rich with a variety of herbs that are beneficial both for treatment, beauty and other various uses. Benefits of red betel have been widely used by the medical world to address various issues related to body odor, bad breath until the ambient treatment. This leaves contained chemical compound such as alkaloid, saponins, tannins and flavonoids. Empirically red betel can cure many diseases such as diabetes mellitus, hepatitis, kidney stones, lower cholesterol, prevent stroke, gout, cancer, hypertension, inflammation of the liver, inflammation of the prostate, eye inflammation, vaginal discharge, ulcers, fatigue, joint pain and refine skin.

Keywords: Betel leaves, Food, Health, Beauty

### **I. PENDAHULUAN**

Dalam kehidupan modern saat ini manusia semakin menyadari arti pentingnya penampilan diri dalam setiap aktivitas gerakanya. Upaya untuk membangun penampilan diri yang baik secara keseluruhan dilakukan dengan berbagai cara, diantaranya meliputi perawatan kecantikan, dengan diikuti pemeliharaan dan kesegaran jasmani. Seiring dengan berubahnya kehidupan sosial, banyak wanita

yang memburu simbol untuk memasuki strata sosial baru. Hal ini merupakan suatu fenomena dimana kalangan wanita masa kini sedang berlangsung suatu gaya hidup yang lain, dalam usaha mencari jati diri yang lebih baik. Makin banyak dan ramainya salon / fasilitas kecantikan, *fitness center* dan studio pelangsing yang dikunjungi selain untuk penampilan yang menarik juga dalam usaha untuk mendapatkan kedudukan yang sama dengan

kelompok tertentu (<http://www.scribd.com/doc/4806075/sirih-merah-sebagai-tanaman-obat-multi-fungsi>).

Bagi setiap wanita, baik yang berkarir aktif di kegiatan sosial, maupun ibu rumah tangga, perawatan tubuh dan kecantikan sangat penting artinya. Karena tubuh yang sehat dan penampilan yang menarik mencerminkan kepribadian selain memberikan kepercayaan diri. Perawatan kecantikan harus senantiasa diperhatikan, tidak hanya kecantikan wajah tetapi juga tubuh. Keindahan tubuh dapat diperhatikan dengan rajin berolahraga, makan makanan yang sehat, cukup istirahat dan melakukan perawatan yang teratur untuk tubuhnya (Manoi, 2007).

Indonesia memang kaya dengan tanaman herbal yang sangat bermanfaat. Salah satunya, Daun Sirih Merah (*Piper Crocatum*) yang sering ditanam atau dipelihara sebagai tanaman hias. Tanaman yang masuk dalam keluarga *piperaceae* ini menarik dipandang mata. Tapi kegunaannya tak sebatas menarik mata dan memperindah halaman atau taman. Sirih merah juga punya manfaat yang besar bagi kaum perempuan, baik terhadap kesehatan maupun kecantikan (<http://www.scribd.com/doc/4806075/sirih-merah-sebagai-tanaman-obat-multi-fungsi>).

## II. PEMBAHASAN

Sudah sejak dulu, sirih merah digunakan oleh para leluhur kita untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Di Jawa, misalnya, sirih merah digunakan untuk menyembuhkan ambeien, keputihan, dan menghilangkan bau mulut. Kandungan alkaloid dianggap berfungsi sebagai antimikroba. Di China, sirih digunakan untuk meluruhkan kentut, menghentikan batuk, mengurangi peradangan, dan menghilangkan gatal (Manoi, 2007).

Dalam daun sirih merah terkandung senyawa fito-kimia yakni alkaloid, saponin, tanin dan flavonoid. Secara empiris sirih merah dapat menyembuhkan berbagai jenis penyakit seperti diabetes militus, hepatitis, batu ginjal, menurunkan kolesterol, mencegah stroke, asam urat, kanker, hipertensi, radang liver, radang prostat, radang mata, keputihan, maag, kelelahan, nyeri sendi dan memperhalus kulit (Manoi, 2007).

Hasil uji praklinis pada tikus dengan pemberian ekstrak hingga dosis 20 g/kg berat badan, aman dikonsumsi dan tidak bersifat toksik. Meskipun begitu untuk mendapatkan hasil optimal, maka sebaiknya sirih merah dikombinasikan dengan herba lainnya. Kandungan kimia lainnya yang terdapat di dalam daun sirih merah adalah minyak atsiri, hidroksikavicol, kavicol, kavibetol, allylprokatekol, karvakrol, eugenol, pcymentene, cineole, caryofelen, kadimen estragol, terpenena, dan fenil propada. Karvakrol bersifat desinfektan, antijamur, sehingga bisa digunakan sebagai obat antiseptik untuk menghilangkan bau mulut dan keputihan. Eugenol bisa mengurangi rasa sakit, dan tanin mengatasi sakit perut (Manoi, 2007).

Sirih merah banyak digunakan di Klinik Herbal Center sebagai ramuan atau terapi bagi penderita yang tidak dapat disembuhkan dengan obat kimia. Secara umum jika kita menggunakan sirih merah dengan benar, sesuai dengan aturannya maka tidak menyebabkan efek negatif ke organ reproduksi wanita. Di pengobatan herbal, daun sirih merah ini digunakan untuk mengurangi keputihan dan menjaga organ kewanitaan karena salah satu khasiat dari sirih merah adalah sebagai antiseptik, yaitu dengan merebus 7-10 lembar daun sirih merah, lalu menggunakan air rebusan

tersebut untuk membilas organewanitaan ([http://www.daun\\_sirih\\_merah/manfaat-daun-sirih-merah.html](http://www.daun_sirih_merah/manfaat-daun-sirih-merah.html)).

Khasiat daun sirih merah telah dikenal untuk mengobati berbagai macam jenis penyakit. Indonesia memang kaya dengan berbagai tanaman herbal yang sangat bermanfaat baik untuk pengobatan, kecantikan dan berbagai macam kegunaan lainnya. Manfaat sirih merah telah banyak digunakan oleh dunia medis untuk mengatasi berbagai masalah yang berkaitan dengan bau badan, bau mulut sampai pengobatan ambien ([http://www.Khasiat\\_Daun\\_Sirih\\_Merah\\_Bagi\\_Kesehatan\\_dan\\_Kecantikan.html](http://www.Khasiat_Daun_Sirih_Merah_Bagi_Kesehatan_dan_Kecantikan.html)).

Sirih merah adalah tumbuhan yang merambat dan hampir mirip dengan tanaman sirih biasa, yang membedakannya hanyalah pada warna daunnya. Sirih merah banyak ditanam sebagai tanaman hias maupun untuk digunakan sebagai tanaman obat. Tanaman sirih merah masih memiliki kerabat dengan tanaman lada. Sirih merah adalah tanaman yang berasal dari Sulawesi. Nama latin dari tanaman ini adalah *Piper Ornatum* (Hs. 2011. [http://www.khasiat\\_daun\\_sirih\\_merah.html](http://www.khasiat_daun_sirih_merah.html)).

Tanaman sirih merah (*Piper crocatum*) termasuk dalam famili Piperaceae, tumbuh merambat dengan bentuk daun menyerupai hati dan bertangkai, yang tumbuh berselang-seling dari batangnya serta penampakan daun yang berwarna merah keperakan dan mengkilap. Dalam daun sirih merah terkandung senyawa fito-kimia yakni alkaloid, saponin, ta-nindan flavonoid. Sirih merah sejak dulu telah digunakan oleh masyarakat yang berada di Pulau Jawa sebagai obat untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit dan merupakan bagian dari acara adat. Penggunaan sirih merah dapat digunakan

dalam bentuk segar, simplisia maupun ekstrak kapsul ([http://www.khasiat\\_daun\\_sirih\\_merah\\_bagi\\_kesehatan\\_dan\\_kecantikan.html](http://www.khasiat_daun_sirih_merah_bagi_kesehatan_dan_kecantikan.html)).

Tanaman sirih mempunyai banyak spesies dan memiliki jenis yang beragam, seperti sirih gading, sirih hijau, sirih hitam, sirih kuning dan sirih merah. Semua jenis tanaman sirih memiliki ciri yang hampir sama yaitu tanamannya merambat dengan bentuk daun menyerupai hati dan bertangkai yang tumbuh berselang seling dari batangnya. Sirih merah (*Piper crocatum*) adalah salah satu tanaman obat potensial yang sejak lama telah di-ketahui memiliki berbagai khasiat obat untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit, disamping itu juga memiliki nilai-nilai spritual yang tinggi. Sirih merah termasuk dalam satu elemen penting yang harus disediakan dalam setiap upacara adat khususnya di Yogyakarta ([http://www.khasiat\\_daun\\_sirih\\_merah\\_bagi\\_kesehatan\\_dan\\_kecantikan.html](http://www.khasiat_daun_sirih_merah_bagi_kesehatan_dan_kecantikan.html)).

Ramuan sirih merah telah lama dimanfaatkan oleh lingkungan kraton Yogyakarta sebagai tanaman obat yang berguna untuk ngadi saliro. Pada tahun 1990-an sirih merah difungsikan sebagai tanaman hias oleh para hobis, karena penampilannya yang menarik. Permukaan daunnya merah keperakan dan mengkilap. Pada tahun-tahun terakhir ini ramai dibicarakan dan dimanfaatkan sebagai tanaman obat. Dari beberapa pengalaman, diketahui sirih merah memiliki khasiat obat untuk berbagai penyakit. Dengan ramuan sirih merah telah banyak masyarakat yang disembuhkan dari berbagai penyakit. Oleh karena itu banyak orang yang ingin membudidayakannya. Aspek budidaya Sirih merah dapat diperbanyak secara vegetatif dengan penyetekan atau pencangkokan karena tanaman ini tidak berbunga. Penyetekan

dapat dilakukan dengan menggunakan sulur dengan panjang 20 - 30 cm. Sirih merah dapat beradaptasi dengan baik di setiap jenis tanah dan tidak terlalu sulit dalam pemeliharannya ([http://www.khasiat\\_daun\\_sirih\\_merah\\_bagi\\_kesehatan\\_dan\\_kecantikan.html](http://www.khasiat_daun_sirih_merah_bagi_kesehatan_dan_kecantikan.html)).

Penggunaan sirih merah dapat dilakukan selain dalam bentuk simplisia juga dalam bentuk teh, serbuk, dan ekstrak kapsul. Pembuatan serbuk sirih merah yaitu diambil dari simplisia yang telah kering kemudian digiling dengan menggunakan grinder mencapai ukuran 40 mesh. Pengemasan dilakukan pada kantong plastik transparan dan diberi label. Sedangkan ekstrak kapsul dibuat dari hasil serbuk yang di ekstrak dengan menggunakan etanol 70%. Ekstrak kental yang didapat ditambahkan bahan pengisi tepung beras 50% dan dikeringkan dengan menggunakan oven pada suhu 400C, setelah kering dimasukkan ke dalam kapsul. Kandungan kimia Tanaman memproduksi berbagai macam bahan kimia untuk tujuan tertentu, yang disebut dengan metabolit sekunder (<http://www.kesehatan123.com/2273/manfaat-daun-sirih/>).

Metabolit sekunder tanaman merupakan bahan yang tidak esensial untuk kepentingan hidup tanaman tersebut, tetapi mempunyai fungsi untuk berkompetisi dengan makhluk hidup lainnya. Metabolit sekunder yang diproduksi tanaman bermacam-macam seperti alkaloid, terpenoid, isoprenoid, flavonoid, cyanogenic, glucoside, glu-cosinolate dan non protein amino acid. Alkaloid merupakan metabolit sekunder yang paling banyak di produksi tanaman. Alkaloid adalah bahan organik yang mengandung nitrogen sebagai bagian dari sistem heterosiklik. Nenek moyang kita telah memanfaatkan alkaloid dari tanaman sebagai obat. Sampai saat ini

semakin banyak alkaloid yang ditemukan dan diisolasi untuk obat moderen. Para ahli pengobatan tradisional telah banyak menggunakan tanaman sirih merah oleh karena mempunyai kandungan kimia yang penting untuk menyembuhkan berbagai penyakit ([http://www.khasiat\\_daun\\_sirih\\_merah\\_bagi\\_kesehatan\\_dan\\_kecantikan.html](http://www.khasiat_daun_sirih_merah_bagi_kesehatan_dan_kecantikan.html)).

Dalam daun sirih merah terkandung senyawa fitokimia yakni alkaloid, saponin, tanin dan flavonoid. Dari buku “A review of natural product and plants as potensial antidiabetic” dilaporkan bahwa senyawa alkaloid dan flavonoid memiliki aktivitas hipoglikemik atau penurun kadar glukosa darah. Kandungan kimia lainnya yang terdapat di daun sirih merah adalah minyak atsiri, hidroksikavicol, kavi-col, kavibetol, allylprokatekol, karvakrol, eugenol, p-cymene, cineole, caryofelen, kadimen estragol, terpenena, dan fenil propada. Karena banyaknya kandungan zat/senyawa kimia bermanfaat inilah, daun sirih merah memiliki manfaat yang sangat luas sebagai bahan obat. Karvakrol bersifat desinfektan, anti jamur, sehingga bisa digunakan untuk obat antiseptik pada bau mulut dan keputihan. Eugenol dapat digunakan untuk mengurangi rasa sakit, sedangkan tanin dapat digunakan untuk mengobati sakit perut. Sirih merah sebagai tanaman obat multi fungsi (<http://www.kesehatan123.com/2273/manfaat-daun-sirih/>).

Sejak jaman nenek moyang kita dahulu tanaman sirih merah telah diketahui memiliki berbagai khasiat obat untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit, di samping itu sirih merah memiliki nilai-nilai spiritual yang tinggi. Sirih merah dipergunakan sebagai salah satu bagian penting yang harus disediakan dalam setiap upacara adat. Air rebusannya yang



mengandung antiseptik digunakan untuk menjaga kesehatan rongga mulut dan menyembuhkan penyakit keputihan serta bau tak sedap. Penelitian terhadap tanaman sirih merah sampai saat ini masih sangat kurang terutama dalam pengembangan sebagai bahan baku untuk bio-farmaka. Selama ini pemanfaatan sirih merah di masyarakat hanya berdasarkan pengalaman yang dilakukan secara turun temurun dari orang tua kepada anak atau saudara terdekat secara lisan (<http://www.khasiat.daun.sirih.merah.bagi.kesehatan.dan.kecantikan.htm>).

Di Jawa, terutama di Kraton Yogyakarta, tanaman sirih merah telah dikonsumsi sejak dahulu untuk menyembuhkan berbagai jenis penyakit. Berdasarkan pengalaman suku Jawa tanaman sirih merah mempunyai manfaat menyembuhkan penyakit ambeien, keputihan dan obat kumur, alkaloid di dalam sirih merah inilah yang berfungsi sebagai anti mikroba. Selain bersifat antiseptik sirih merah juga bisa dipakai mengobati penyakit diabetes, dengan meminum air rebusan sirih merah setiap hari akan menurunkan kadar gula darah sampai pada tingkat yang normal. Kanker merupakan penyakit yang cukup banyak diderita orang dan sangat mematikan, dapat disembuhkan dengan menggunakan serbuk atau rebusan dari daun sirih merah (<http://blogbintang.com/manfaat-daun-sirih-merah>).

Beberapa pengalaman di masyarakat menunjukkan bahwa sirih merah dapat menurunkan penyakit darah tinggi, selain itu juga dapat menyembuhkan penyakit hepatitis. Sirih merah dalam bentuk teh herbal bisa mengobati asam urat, kencing manis, maag dan kelelahan, ini telah dilakukan oleh klinik herbal senter yang ada di Yogyakarta, di mana pasiennya yang

berobat sembuh dari diabetes karena mengkonsumsi teh herbal sirih merah. Sirih merah juga sebagai obat luar dapat memperhalus kulit. Secara empiris diketahui tanaman sirih merah dapat menyembuhkan penyakit batu ginjal, kolesterol, asam urat, serangan jantung, stroke, radang prostat, radang mata, masuk angin dan nyeri sendi (<http://indonesiaindonesia.com/f/6147-daun-sirih-memiliki-khasiat-serba-guna/>).

### III. SIMPULAN

Tanaman sirih merah mempunyai banyak manfaat dalam pengobatan tradisional, mempunyai potensi menyembuhkan berbagai jenis penyakit. Banyak pengalaman bahwa menggunakan sirih merah dalam bentuk segar, simplisia maupun ekstrak kapsul dapat menyembuhkan penyakit diabetes militus, hepatitis, batu ginjal, menurunkan kolesterol, men-cegah stroke, asam urat, hipertensi, radang liver, radang prostat, radang mata, keputihan, maag, kelelahan, nyeri sendi dan memperhalus kulit. Tanaman sirih merah dapat dapat beradaptasi dengan baik di setiap jenis tanah sehingga mudah dikembangkan dalam skala besar.

### IV. DAFTAR PUSTAKA

Manoi F. 2007. Sirih Merah Sebagai Tanaman Obat Multi Fungsi. Warta Puslitbangbun Vol.13 No. 2.

<http://www.scribd.com/doc/4806075/sirih-merah-sebagai-tanaman-obat-multi-fungsi>. Diakses 27 April 2012.

<http://www.daun.sirih.merah/manfaat-daun-sirih-merah.htm>. Diakses 28 April 2012

Disampaikan pada Seminar dan Workshop Nasional “Makanan Sehat untuk Kecantikan dan Kebugaran” dan Festival Makanan Tradisional di Trans Studio Makassar, 5 Mei 2012

Hs. 2011. [http://www.khasiat daun `sirih merah.htm](http://www.khasiat-daun-sirih-merah.htm). Diakses 28 April 2012.

<http://blogbintang.com/manfaat-daun-sirih-merah>. Diakses 29 April 2012.

[http://www.khasiat daun sirih merah bagi kesehatan dan kecantikan.htm](http://www.khasiat-daun-sirih-merah-bagi-kesehatan-dan-kecantikan.htm). Diakses 28 April 2012.

<http://indonesiaindonesia.com/f/6147-daun-sirih-memiliki-khasiat-serba-guna/>. Diakses 29 April 2012.

<http://www.kesehatan123.com/2273/manfaat-daun-sirih/>. Diakses 29 April 2012.