



Ketahanan kesehatan masyarakat melalui *herbal habit*: Analisis isi pengobatan tradisional dalam Serat Centhini

Joko Susilo^{1a*}

^a Universitas Muhammadiyah Malang, Jalan Raya Tlogomas 246 Malang, 65144, Indonesia

¹ jokosusilo@umm.ac.id

* Corresponding Author

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
<p><i>Sejarah Artikel:</i> Diterima: 10 Februari 2022 Direvisi: 14 April 2022 Disetujui: 26 April 2022 Tersedia Daring: 28 April 2022</p> <p><i>Kata Kunci:</i> Analisis Isi Herbal Habbit Pandemi Pengobatan Herbal Serat Centhini</p>	<p>Artikel ini didasari atas realitas kondisi psikologis masyarakat yang masih cemas akan pandemi Covid-19. Penulis berusaha menggali pengetahuan pengobatan lama sebagai salah satu alternative solusi bagi kesehatan masyarakat. Serat Centhini terdiri dari 12 jilid, merupakan karya sastra Nusantara yang memuat beragam tema. Salah satu tema yang terdapat dalam Serat Centhini adalah tentang ragam penyakit dan gangguan kesehatan serta pengobatan yang berbasis bahan herbal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi jenis-jenis penyakit dan gangguan kesehatan serta metode pengobatan herbal dalam Serat Centhini. Peneliti melakukan penelusuran dengan menggunakan metode analisis isi kualitatif terhadap Serat Centhini Jilid 3. Analisis isi kualitatif bertujuan agar identifikasi teks tidak hanya menangkap hal-hal yang artifisial, tetapi juga mampu menggali muatan laten yang terkandung di dalamnya. Serat Centhini jilid 3 pada halaman 321 – 331 memuat informasi tentang gangguan kesehatan dan jenis penyakit serta formula pengobatan berbasis bahan herbal. Informasi tersebut tersaji dalam bentuk tembang, terdiri dari: Dandanggula, Salisir, Lonthang, dan Balabak. Hasil analisis menemukan empat kategori, yaitu: penyakit dan pengobatannya; gangguan kesehatan dan pengobatannya; pengobatan khusus pria; dan waktu yang mujarab untuk pengobatan. Hasil temuan tersebut dapat dijadikan alternatif penyembuhan selain pengobatan modern yang berbasis obat kimiawi. Informasi ini diharapkan dapat memberikan optimisme bagi masyarakat dalam rangka menghadapi era pandemi yang masih belum dapat dipastikan kapan akan berakhir pada status level zero. Kesimpulan penelitian bahwa Serat Centhini memuat khazanah pengetahuan tentang ragam penyakit dan metode pengobatan dengan berbasis bahan herbal yang mudah di dapat dan sudah akrab dalam kehidupan keseharian.</p>
ABSTRACT	ABSTRACT
<p><i>Keywords:</i> Content Analysis Herbal Habbit Herbal Treatment Pandemic Serat Centhini</p>	<p><i>This article is based on the psychological condition of people who are still worried about the Covid-19 pandemic. The author tries to explore the knowledge of ancient medicine as an alternative solution for public health. Serat Centhini consists of 12 volumes, is a literary work of the Archipelago which contains various themes. One of the themes contained in the Serat Centhini is about various diseases and health problems as well as herbal-based treatment. This study aims to identify the types of diseases and health disorders as well as herbal treatment methods in Serat Centhini. The researcher conducted a search using qualitative content analysis methods on Serat Centhini Volume 3. Qualitative content analysis aims to identify texts not only capturing artificial things, but also being able to explore the latent content contained in them. Serat Centhini volume 3 on pages 321 – 331 contains information about health disorders and types of</i></p>

diseases as well as herbal treatment formulas. The information is presented in the form of songs, consisting of: Dandanggula, Salisir, Lonhang, and Balabak. The results of the analysis found four categories, namely: disease and its treatment; health problems and their treatment; male-only treatment; and an efficacious time for treatment. The findings can be used as an alternative healing in addition to modern medicine based on chemical drugs. This information is expected to provide optimism for the public in order to face the pandemic era, which is still uncertain when it will end at level zero status. The conclusion of the study is that Serat Centhini contains a wealth of knowledge about various diseases and treatment methods based on herbal ingredients that are easy to obtain and are familiar to in everyday life.

© 2022, Joko Susilo
This is an open access article under CC-BY-SA license



How to Cite: Susilo, J. (2022). Ketahanan kesehatan masyarakat melalui *herbal habit*: Analisis isi pengobatan tradisional dalam Serat Centhini. *Satwika : Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 6 (1), 110-125. <https://doi.org/10.22219/satwika.v6i1.20193>

1. Pendahuluan

Indonesia dikenal sebagai negeri yang kaya akan sumber daya alam, termasuk potensi tanaman obat untuk menyembuhkan berbagai penyakit. Menurut Prof. Dr. Ratna Asmah Susidarti, M.S., Spt., Guru Besar Fakultas Farmasi UGM, tidak kurang dari 30.000 spesies tumbuhan hutan tropis Indonesia (Meifilina, 2021). Sekitar 9.600 spesies diketahui memiliki khasiat obat. Akan tetapi baru 200 spesies yang telah digunakan sebagai bahan baku industri obat tradisional (Novaryatiin, Handayani & Chairunnisa (2018). Potensi tersebut menjadi insentif tersendiri sebagai upaya alternatif menjaga kesehatan dan pengobatan penyakit bagi masyarakat dengan pendekatan herbal. Di samping itu, kondisi masyarakat yang semakin akrab menggunakan pengobatan herbal akan mampu mendorong kebiasaan hidup dan budaya herbal (Waruwu, Erfiani, Darmawijaya, & Kurniawati, 2020; Monida, 2019). Bahkan dewasa ini, salah satu bisnis yang memiliki perkembangan cukup pesat adalah industri suplemen makanan berbahan herbal (Puspitasari et. al. (2015). Misalnya Herbalife yang menjadi salah satu pemain yang mengemuka dalam bisnis tersebut. Sebagaimana pernyataan perusahaan dalam

laman resminya yang mendeklarasikan “*global leader in nutrition with over 40 years of experience in developing best-in-class meal replacement shakes and dietary supplements*” (Herbalife Nutrition, 2021).

Dalam realitas, tanaman obat tidak kalah efektif dalam proses preventif dan kuratif untuk peningkatan kebugaran tubuh dan pengobatan berbagai penyakit (Jumarani, 2013; Santoso, 2016; Hati, 2021). Pengobatan herbal dewasa ini kembali mendapatkan momentum sebagai komplementer ilmu kesehatan modern. Amerika Serikat yang sangat maju dalam sains dan teknologi kesehatan, tahun 2000 menghabiskan tidak kurang dari 591 juta USD untuk riset pengobatan herbal (Meifilina, 2021). Akselerasi penggunaan terapi komplementer, termasuk obat herbal, pijat, vitamin, dan homeopati di Amerika Serikat melonjak sembilan persen antara tahun 1990-1997. Menurut Sartati, et. al. (2021) terdapat 75 dari 117 sekolah kedokteran Amerika menawarkan kursus pengobatan alternatif.

Balai Besar Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat dan Obat Tradisional (B2P2TOOT) Balitbangkes Kemenkes RI juga memiliki program saintifikasi jamu. Saintifikasi jamu

merupakan upaya dan proses pembuktian secara ilmiah pengobatan herbal. Khasiat jamu tidak hanya dibuktikan berdasarkan *best practice* tetapi juga secara saintifik.

Dalam khazanah sastra Nusantara, karya sastra yang berjudul “Serat Centhini” memuat banyak informasi tentang kehidupan masyarakat Jawa, baik dari aspek sosiologis, antropologis, psikografis, religi, maupun politis. Sedemikian banyak dan variatif isi dari kitab ini, sehingga banyak yang menyebut sebagai Ensiklopèdi Kebudayaan Jawa ([Kamajaya, 1992](#); [Wibawa, 2013a](#); [Widiyarti, 2013](#); [Murwati, 2018](#); [Minardi et. al., 2021](#)).

Banyak ahli yang terlibat dalam penulisan isi Serat Centhini berdasarkan kemampuannya masing-masing. Kualifikasi para ahli tersebut di antaranya meliputi bidang agama, kebatinan atau spiritual (mistik), Ilmu kasunyatan/kasampurnan (Hikmah), *jaya-kawijayan* (ilmu keselamatan), kanuragan (ilmu kesaktian), pangasiyan (ilmu pelet), *kawruh sanggama* (*sex education*), *pêpetangan primbon* (astrologi), *iladuni* (ilmu batin), *pawukon* (ilmu perhitungan tahun), *pranatamangsa* (klimatologi), *kawruh sêsaji* (pengetahuan tentang ritual), tatacara (etika), *jiyarah* (ziarah), patilasan (artefak dan situs antropologi), *têtilaran kina* (warisan tradisional), kasusastran (kesusastraan), dongèng (dongeng), *babad* (sejarah), *dhuwung* (perihal keris), bab kuda (perihal kuda), *pêksi* (perihal burung), wisma (perihal pertukangan dan rumah), karawitan (musik jawa), *gêndhing* (lagu jawa), *bêksan* (tari-tarian), *tanêm tuwuh* (flora), *têtanèn* (pertanian), *jampi-jampi* (*obat herbal*) dan masih banyak lagi tema lainnya.

Penelitian tentang herbal mayoritas berbicara tentang salah satu jenis penyakit atau kasiat salah satu jenis herbal. Seperti yang dilakukan oleh [Maulida et. al \(2019\)](#) yang membahas herbal secara umum. [Hartoyo \(2020\)](#) yang meneliti manfaat Bawang Merah atau [Artini & Veranita \(2021\)](#) meneliti minuman herbal peningkat imun. Selain itu, penelitian terhadap kitab Centhini lebih banyak dilakukan untuk

membedah persoalan nilai filosofis ([Wibawa, 2013a](#)), filsafat moral ([Wibawa, 2013b](#)), kajian etnobotani ([Sukenti, 2002](#)), aritmatika dalam Centhini ([Prabowo, 2021](#)), persoalan gender ([Muslifah, 2004](#)). Penelitian terhadap aspek pengetahuan pengobatan herbal dalam serta Centhini belum pernah dilakukan. Padahal karya ini memiliki khasanah pengetahuan terhadap pengobatan herbal yang sangat kaya.

Penelitian ini bertujuan mengungkapkan deskripsi isi pengobatan herbal yang ada dalam serta Centhini. Pengobatan yang dipaparkan mencakup beragam macam penyakit dan kasiat dari jenis-jenis herbal yang ada di dalam teks.

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai kekayaan budaya Jawa, khususnya mengenai pengobatan herbal. Pengetahuan ini dapat dimanfaatkan dalam kehidupan praktis dalam pengobatan masyarakat.

2. Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis isi. Analisis isi adalah penelitian yang bersifat pembahasan mendalam terhadap isi (baca: pesan) dari media, seperti surat kabar, berita radio, iklan televisi maupun semua bahan dokumentasi lainnya. Analisis isi dalam penelitian ini digunakan untuk membuat inferensi yang dapat direplikasi (ditiru) dan datanya sah dengan memerhatikan konteksnya ([Eriyanto, 2013](#)).

Proses kerja analisis isi dalam rangka untuk pengumpulan data penelitian dilakukan dengan menetapkan unit yang diteliti (unit analisis) dengan menggunakan beberapa ukuran kata atau paragraf, melakukan pengkodean berdasarkan paragraf, menetapkan kategori dengan memperhatikan adakah hubungan eksklusif antar unit dan seberapa dekat hubungan antar unit dalam satu kategori, melakukan pengkodean pada teks dan diupayakan tidak terjadi ambiguitas dalam kategori, menguji akurasi atau reliabilitasnya, dan merevisi aturan pengkodean bila dirasa terdapat ambiguitas

(Riffe & Fico, 1998; Andriati & Wahjudi, 2016).

Sampel dalam penelitian ini adalah teks Serat Centhini yang mengandung informasi tentang penyakit dan pengobatan herbal. Teknik untuk menemukan sampel tersebut adalah dengan cara membaca Serat Centhini dari jilid 1 sampai dengan jilid 12. Sampel ditetapkan ketika hasil pembacaan menemukan teks yang menginformasikan tema yang dimaksud.

Unit analisis penelitian ada pada tataran sintaktik atau semantik. Dalam penelitian ini, unit analisis yang digunakan adalah kata-kata yang membentuk frasa, misalnya: *jampi panas etis; jahe sak siung; godhong kemladayan*, dan sebagainya. Kategori dalam penelitian ini ditetapkan berdasarkan jenis penyakit dan gangguan kesehatan serta pengobatannya, pengobatan untuk vitalitas, dan waktu-waktu yang mujarab untuk pengobatan.

3. Hasil dan Pembahasan

Berikut dipaparkan hasil analisis terhadap serta Centhini jilid 3 halaman 321-331. Penyajian bagian ini dilakukan dengan pemaparan terhadap bahasa asli dalam serta kemudian diikuti dengan terjemahan bahasa Indonesia.

3.1 Dandanggula

31. *Ki Saloka udud datan apti | muhung mucang apune kakehan | mentol sabêton bibire | narocos ngowèh idu | adhu nyai nyuwun usadi | kiranging duga-duga | apura dikladuk | nyai wisma ngling dènenggal | mamahana cêngkèh saking tigang siki | sa Allah awaluya //*

Ki Saloka merokok tidak hati-hati / hanya mucang bumbunya kebanyakan / bibirnya bengkak sebesar beton / liur mengucur / duhai nyonya mohon pengobatan / karena kurang hati-hati / mohon dimaafkan karena keterlanjuran / nyonya rumah berkata: cepatlah / Cengkeh tiga biji dikunyah dan dibalurkan / insyaallah sembuh //

32. *Ing tapsirih wus ulundèkèki | tanggap mëndhêt cêngkèh wus dènmamah | ngowe saras bēbengore | malêngèh lon amuwus | sampun mantun raosing sakit | mentol sabêton ical | tan na labêtipun | nuwun nyai yèn sēmbada | rēhning ulun katēmpah sēpuh pribadi | tan pantês Lonthang-lonthang //*

Di tempat daun Sirih sudah disiapkan / segera mengambil Cengkeh kemudian dikunyah / menjadi sembuh bibirnya / tersenyum dan berkata / sudah sembuh rasanya sakit / bengkak sebesar beton hilang / tidak ada bekasnya / terimakasih Nyonya kalau sanggup / karena saya yang paling tua / tidak pastas hanya diam saja //

a. Lonthang

1. *Lir kang anèm wajibe kēdah samēkta | mēnèk wontèn sukêr sakite nèng marga | sintèn ingkang kajibah tēmtu kang wrēdda //*

Ibaratnya yang muda wajib/harus selalu siap / seandainya ada halanagn dan jatuh sakit dalam perjalanan / siapa yang berkewajiban kecuali yang tua //

2. *Mila bilih nyai kaparēnging karsa | ulun nyuwun sasêrēpan bab usada | nyi wisma ngling punika langkung prayoga //*

Makanya apabila Nyonya berkenan / saya mohon pengetahuan pengobatan / nyonya rumah berkata: hal itu lebih utama //

3. *Nanging sampun tinartamtokkên jodhonya | namung kangge lantaran saèstunira | saras botên saking kwasaning Hyang Suksma //*

Tetapi sudah ada takdirnya / sesungguhnya hanya sebagai sarana / sembuh dan tidaknya tergantung Hyang Maha Kuasa //

4. *Jampi bêtèr-êtis wontèn kawan warna | kang sawarna sêdhah kapanggih rosira | bēngle dlingo ron ringin tēmu langya //*

Obat panas dingin ada empat macam / pertama, daun Sirih yang bertemu tangkainya / Bengle, Dlingo, daun Beringin, Temu Langya //

5. *Kang dwi warni êbungipun pisang Saba / podhisari murmak dagi asêm krêsna / apan sami binorèhakên sarira //*
Yang kedua, pangkal Pisang Saba / Podhisari murmak dagi buah Asam Hitam / dicampur dibalurkan ke seluruh tubuh //
6. *Katri warni apan namung abên tiga / têtumu kunir brambang binênêm punika / ugi sami binorèhkên patrapira //*
Ketiga, terdiri tiga jenis / Temu, Kunir, dan bawang merah di rendam / digunakan untuk mengolesi badan //
7. *Catur warni nanging dèn-unjuk punika / bêras adas kunci mrica-kumukusnya / brambang cabe gêndhis sarêm sawatara //*
Ke-empat, diminum / beras, Adas, Kunci dan merica dikukus / bawang merah, cabai, gula, dan garam secukupnya //
8. *Jampi cantên mladheyan brit pamêndhêtnya / sinosoga manginggil de abênira / (m)pu kunir hêr wayu pinipis popokna //*
Obat abses: keladi merah diambil dengan cara / disosog ke atas dicampur dengan / induk kunir dicampur air (yang dibiakan semalaman) dipipis kemudian dipupukkan //
9. *Jampi amêjahi cacing ron laosnya / dlingo bêngle mungsi bawang sarêm sarta / arêng-jati dèn-mamah cinêkokêna //*
Obat membasmi cacing: Daun Laos // Dlingo, Bengle, sebutir bawang, garam // dan Arang Jati, dilembutkan (dengan mulut), kemudian di-cekok-kan //
10. *Pamurunge cacar duk lagya panasnya / dipun dusi landhaning kang pisang Saba / kinurungan karanjang sasampunira //*
Menghentikan cacar saat puncak panas / dimandikan dengan getah Pisang Saba / kemudian dikurung dengan keranjang //
11. *Siniraman kinêmat sariranira / wusing garing binorèhan kang warata / krokot adas-pulasari abênira //*
Disiram merata seluruh badan / setelah kering dibaluri menyeluruh / (Campuran) Krokot, Adas dan Pulosari //
12. *Jampi sarap apan wontên kalih warna / godhong kawis kalawan kuliting bawang / jêram pécêl bêngle pinipis jamokna //*
Obat saraf ada dua macam / Daun Kawis dengan kulit bawang / Jeruk nipis dan Bengle dipipis kemudian diminumkan //
13. *Kang dwi warni binorèhakên kewala / kulit tigan ginêsêng lan lisah klapa / dlingo bêngle kadubang kinarya toya //*
Yang kedua, dibalurkan saja / (yaitu) kulit telur digoreng sampai gosong dengan minyak kelapa / Dlingo dan Bengle dicampur ludah sirih //
14. *Ing nalika (m)borèhakên mawi maca / ayat Kursi la illa hu kumdu mugya / ayal wala yaudu hu satamatnya //[85]*
Ketika membalurkan dengan membaca / ayat Qursi / komplit //
15. *Jampi racêg godhong katèpèng abênnya / adas-pulasari tanapi barambang / binênêma apèn atanapi sêcang //*
Obat Raceg, Daun Ketepeng dengan / Adas, Pulosari dan bawang merah/ direndam Apen dan Secang/
16. *Cinêkokkên maring larene punika / ampasipun pinupukkên (m)bunbunannya / adatipun racêg mênthak gya waluya //*
di-cekok-kan kepada yang sakit / ampasnya diborehkan di puncak kepala/ biasanya Raceg segera mereda kemudian sehat kembali //
17. *Jampi kuping wêrak(?) tuwa bawang seta / pan winêjêt ingêngêt pinupuhêna[86] / dhatêng kuping kang kraos sakit punika //*
Obat telinga: Werak Tua dan bawang putih / diempukkan, dihangatkan, ditempelkan / di telinga yang terasa sakit //
18. *wontên malih jampi kuping oyodira / kang galagah adas-pulasari nulya / pinipisa kang lêmbat pinupuhêna //*

- ada lagi obat telinga: akar dari / Glagah, Adas-Pulosari, kemudian / dipipis (*digerus*) yang halus kemudian di tempelkan //
19. *Kang sawarni malih jampi kuping ika / bawang pêthak lawan kunir pinupuhna / maring karna kang karaos tan sakeca //*
Obat telinga lainnya / bawang putih dan kunir ditempelkan / di telinga yang terasa tidak enak //
20. *Kuping ingkang (ng)ganda bacin usadanya / ronning sênting lan mêndhang kunir mripatnya / pinipis kang lêmbat nulya pinupuhna //*
Obat telinga yang berbau busuk / Daun Senting dan mendhang mata kunir / *digerus* halus kemudian ditempelkan //
21. *Jampi kopok kamladheyen sênting ronnya / lawan kunir pinipis êbun toyanya / pinupuhkên marang kang mêdal kopoknya //*
Obat telinga bernanah: Daun Keladi dan Senting / dengan kunir dihaluskan dengan air embun / ditempelkan pada telinga yang bernanah //
22. *Jampi kuping tuli sapta somah mrica / oyot kelor rêmpêluning ayam krêsna / lênga wijèn pinupuhkên kang tan myarsa //*
Obat telinga tuli: tujuh butir merica / akar kelor dan rempela ayam hitam / minyak wijen di tempelkan ke telinga yang tidak mendengar //
23. *Sarwi maca Palak Binas[87] kaping tiga / wontên malih godhong dhadhap srêp punika / pinususa pinupuhkên kang tan myarsa //*
Sambil membaca An-Nas tiga kali / juga bisa dengan Daun Dhadhapsep / dicuci diremas-remas kemudian ditempelkan pada telinga yang tidak bisa mendengar //
24. *Usadanya mripat kang lamur punika / ron kacipir pinusus ing astanira / pinupuhkên dhumatêng mripat kalihnya //*
Obat mata yang buram / Daun Kecipir diremas-remas ditangan / ditempelkan di kedua mata //
25. *Wontên malih jampi lamur uwohira / turi rêta sarêm sawuku lawan [[88] lisah klêntik pinupuhkên patrapira //*
Obat lainnya untuk mata buram, Buah / Turi Merah, garam sejimpit dengan minyak klentik (kelapa), ditempelkan //
26. *Usadanya mripat mlêthus êmpunira / kunir lawan jênene tiganing sata / asêm kawak arêng jati pinupuhna //*
Obat mata yang ‘mletik’, umbi / kunir dengan kuning telur ayam / asem kawak, arang jati dicampur ditempelkan //
27. *Usadaning mripat gatêl sarêm priya / mung sawuku myang isining lêrak nulya / dènmamaha pinupuhkên kang karasa //*
Obat mata gatal, garam lanang / sejimpit dengan isi Lerak / dihaluskan (dengan mulut) kemudian ditempelkan //
28. *Usadaning maripat sakit punika / asêm kawak kunir pacing sidawayah / toya tuli anulya pinupuhêna //*
Obat sakit mata / asam kawak, kunir, *pacing sidawayah* / air tuli, dicampur kemudian di tempelkan //
29. *Usadanya mripat malêtik jalaran / saking cacar kang lagya enggal punika / paku wêsi binakar kang ngantos rêta //*
Obat mata yang ‘mletik’ karena / akibat cacar yang masih baru / paku besi dibakar sampai merah //
30. *Tinuruhan toyane kang jêram linglang / kang sapalih inguyup de sapalihnya / pinupuhkên marang kang malêtik sarta //*
Diguyur air garam linglang / setengahnya diminum, dan setengahnya lagi / ditempelkan ke mata, serta //

31. *Sabên ari winêwahan upa juga / pamupuhe dèn-nuli-nuli ywa weya / kang malêtik adatipun lajêng sirna //*
Setiap hari diberi butiran nasi / ditempelkan dengan cara digeser-geser / biasanya yang 'mletik' segera hilang //
32. *Jampi bèlèk duduhe jambe kang mudha / myang babakan kayu jurang(?) adas-pala / -sari lawan sunthi ingindêl toyanya //*
Obat mata merah (belek), air Buah Jambe muda / dengan irisan kayu 'Jurang', adas-palasari dengan sunthi diambil airnya //
33. *Pinupuhkên dhumatêng bèlèk punika / kang wus klakyan ngêrês pêdhês gatêl rêta / myang balêrêng sirna pulih kadi kuna //*
Ditempelkan ke mata merah / biasanya akan terasa perih, pedas, dan gatal memerah / dan buram. Setelah hilang akan pulih seperti sediakala //
34. *Jampi puyêng pulasari kapulaga / myang kumukus tuwin bawang sawatara / pinipisa lajêng inguyup kewala //*
Obat pusing, pulasari-kapulaga / dengan kemukus dan bawang secukupnya / diperas kemudian diminum airnya //
35. *Wontên malih pinilisakên kewala / oyoting jruk pêcêl jêbug sunthi mrica / dlingo bêngle kang lêmbat pamipisira //*
ada lagi yang hanya dioleskan di dahi / akar jeruk nipis, jebug, sunthi, merica / dlingo, bingle, diperas halus //
36. *Wontên malih pilising puyêng punika / namung kalih warni kumukus titiga / myang lêmpuyang tigang iris pinipisa //*
ada lagi pilis untuk pusing / hanya dua macam: 3 kumukus / dengan lempuyang 3 biji digerus //
37. *Pilis puyêng kadadak lêgon laosnya / myang warêsah babakaning têtmu krêsna / lan sadhêgan (m)ponpon linawêt ing sela //*
Pilis puyeng darurat: loas / dengan irisan Temu Hitam / dan *sadhêgan mpon-mpon* dicampur di cobek batu //
38. *Jampi watuk mpuning kunir traos rêta / asêm-kawak toyanipun santên klapa / inguyupkên padatan lajêng waluya //*
Obat batuk, induk Kunir, jahe merah / Asem kawak, air santan / diminum, biasanya kemudian sembuh //
39. *wontên malih jampi watuk lisah klapa / kunci asêm-kawak nanging mawi donga / Illa iya Allahu amung punika //*
adalah obat batuk: minyak kelapa / kunci, Asam Kawak dengan diberi doa / Illa iya Allahu //
40. *Jampi watuk datan mêdal riyakira / sunthi lawan oyod gandarosa [gan...][...darosa] krêsna / toyaning jram linglang pinipis uyupna //*
Obat batuk yang tidakbisa keluar dahak / Sunthi dan akar Gandarosa Hitam / air Jeruk Linglang dihaluskan diperas diminumkan //
41. *Usadanya tiyang aluntak ludira / lêmpuyang myang jêram linglang sarêm ika / inguyupkên adatipun sring waluya //*
Obat muntah darah / Lempuyang dengan Jeruk Linglang, garam / diminumkan, biasanya sering sembuh //
42. *Kang sawarni malih sunthi bawang seta / mung sabungkul jêram linglang toyanira / inguyupkên asring akarya waluya //*
Yang sejenisnya, Sunthi, bawah putih / sebungkul, air Jeruk Linglang / diminumkan, sering menjadikan sembuh //
43. *Wontên malih triris bonggol pisang Saba / godhong wringin têtmu brambarang asêm-lama / lawan sarêm inguyup saras kang raga //*
Ada lagi, 3 iris bonggol Pisang Saba / Daun Beringin, Temu, bawang merah,

- Asem tua /dengan garam, diminum sehat badannya //
44. *Jampi sambang godhong kawis cabe tiga / lawan ganthi masoyi kamukus samya / linawêta amung dènuntal kewala //*
Obat Sambang: Daun Kawis, cabe tiga / dengan Ganthi, Masoyi, Kemukus bersama-sama / dicampur kemudian ditelan begitu saja //
45. *Kang sawarni malih ron waringin sarta / babakannya myang awu pawon punika / toyanipun tuli[89] lajnêng[90] inguyupna //*
Yang sejenis, Daun Beringin serta / campurannya dengan abu dapur / air tuli kemudian diminum //
46. *Usadanya padharan (m)badhêdhêg ika / kasèmbukan lampês sulangking abênnya / tumbar mungsi cabe-wungkuk amung tiga //*
Obat perut kembung / campuran Sembukan, Lampes, Sulangking / Tambar, Mungsi, cabe lengkung tiga //
47. *Miwah laos tigang iris kathahira / myang lèmpuyang tigang iris sadayanya / pinipis kang lèmbat inguntal kewala //*
Juga Laos 3 iris / dengan Lempuyang 3 iris juga / dihaluskan yang halus ditelan saja //
48. *Usadanya padharan kang kraos bêngka / dlingo laos pinipis wedang toyanya / ingurapkên mring padharan kang warata //*
Obat perut penuh / Dlingo, Laos dihaluskan dicampur air / dibalurkan ke perut secara merata //
49. *Bilih mulês punika usadanira / sahang miwah êmpuning kang kunir-priya / sinimbarkên ngarsa wuri kang warata //*
Obat untuk mulas / sahang dan induk Kunir lanang / diusapkan depan dan belakang secara merata //
50. *Yèn padharan kakên jampinipun eca / kukuluban walikadhêp pinêcêla / dyan dhinahar sampun mawi taha-taha //*
Perut kaku obatnya mudah / sayuran Walikadhep di pecel / dimakan tidak perlu ragu-ragu //
51. *Jampi sakit wawratan ron api-api / myang majakan pucuk miwah podhisari / adal-adal cêmêng inguyupkên nulya //*
Obat sakit kandungan, Daun Api-Api / dan pucuk Majakan serta Podhisari / Adal-Adal Hitam diminumkan //
52. *Wontên malih jampi wawratan warnèki / lèmpuyang tri iris sarêm arêng-jati / dènmamaha ingêlêt toyanirèki //*
ada lagi obat kandungan / Lempuyang 3 iris, garam, Arang Jati / dikunyah dan di teguk airnya //
53. *Bilih sakit wawratan-rah jampinèki / adas enggal lawan oyoting kamrunggi / inguyupkên lajêng pampêt adatnèki //*
Kalau sakit berak darah / Adas baru dengan akar Kamrunggi / diminumkan kemudian biasanya darah akan berhenti (mampat) //
54. *Kang sawarni malih yèn wawratan gêtih / asêm abrit brambarang sarêm lisah-klapa / dipun êpès binênêm nulya tinêdha //*
Obat berak darah satu lagi / Asam Merah, bawang merah, garam, minyak kelapa / di campur di rendam kemudian dimakan //
55. *Jampinipun wawratan umbêl punika / jêbug klapa binênêm deabênnira / podhisari pucuk kêncur sidawayah //*
Obat berak ingus / sabut Kelapa direndam bersama / Podhisari ujung Kencur Sidawayah //
56. *Myang cangkok kang sidawayah tinoyanan / pathinira mêngah matêng kang lèmpuyang / inguyupkên tanapi kinarya sibar //*
Dengan kelopak Bunga Sidawayah diberi air / tepung (mentah /matang)

- Lempuyang / diminumkan digunakan sibar //
57. *wontên malih wawratan umbêl jampinya / êmpu puyang binakar pucuk majakan / podhisari pinipis inguyupêna //*
Obat berak ingus lainnya / induk Puyang dibakar, pucuk Majakan / Podhisari dihaluskan diminumkan //
58. *Usadanya tan-toyan datan-wawratan / tri ris laos tri ris puyang mungsi tumber / pan pinipis anulya inguyupêna //*
Obat tidak bisa kencing dan berak / 3 iris Laos, 3 iris Puyang, Mungsi, Tumber / diperas kemudian diminumkan //
59. *Yèn tan-ngêntut punika usadanira / oyoting kang waluh lawan bawang seta / jêram nipis pinipis inguyupêna //*
Kalau tidak bisa kentut, obatnya / akar Waluh dengan Bawang putih / Jeruk nipis diperas diminumkan //
60. *Jampi mêjên bluluk binênêm abênnya / êmpu kunir podhisari jintên krêsna / asêm kawak kêncur sarêm arêng-jatya //*
Obat impotensi, Bluluk direndam dengan / induk Kunir, Podhisari, Jinten hitam / Asam kawak, Kencur, Garam, Arang Jati //
61. *Kang sawarni jampi mêjên jintên krêsna / podhisari majakan dwiwani samya / dhinahara ingêlêt dalah ampasnya //*
Obat lainnya, Jintan hitam / Podhisati, Majakan 2 buah / dikunyah ditelan bersama ampasnya //
62. *Awawratan lêlêngêtan jampinira / tanpa abên mung oyod kêncur kewala / linolohkên adate nulya waluya //*
Obat sulit BAB / tanpa campuran hanya akar Kencur saja / ditelan biasanya segera sembuh //
63. *Wontên malih lêngêdên usadanira / oyod dilêm lawan jêbug pamipisnya / ingkang lêmbat kinarya tapêl kewala //*
- Sulit buang air besar, obat lainnya / akar Dilem dengan sabut, merasnya / yang halus digunakan untuk tapel saja //
64. *Usadanya sakit untu lah punika / êrahipun sêmut lan gêndhis kalapa / tinamakna ing untu kang tan sakeca //*
Obat sakit gigi yaitu / darah semut dan gula kelapa / ditaruh di gigi yang sakit //
65. *Ing nalika namakkên iki jpanya / adhi untu marênga si kakang untu / kukuh-kukuh adat ical sakitira //*
Ketika menaruh disertai doa / adik gigi marenga si kakak gigi / kuat-kuat, biasanya hilang sakitnya //
66. *Untu ingkang sangêt sakit usadanya / bawang pêthak lawan asêm pinipisa / kang alêmbat pinupuhna kang karasa //*
Gigi yang sangat sakit, obatnya / Bawang putih dengan asam diperas / yang lembut ditempelkan pada tempat yang sakit //
67. *Ing nalika mupuhkên iki mëlira / tangêt barang lara winor mung punika / ingkang sampun sasakit lajêng waluya //*
Ketika menempelkan, mantranya / “*tangêt barang lara winor*”, hanya itu / yang sudah sakit kemudian sembuh //
68. *Abuh ingkang tanpa sangkan usadanya / asêm-kawak kayu-lêgi linawêda / ingkang lêmbat anulya winêdhakêna //*
Bengkak yang tidak tahu sebabnya, obatnya / Asam Kawak, Kayu Manis dihaluskan kemudian dibalurkan //
69. *Bilih abuh sariranira sadaya / jae tigang iris lawan oyodira / wit rêmpêlas pinipis gya winêdhakna //*
Kalau seluruh badan bengkak semua / Jahe 3 iris dengan akarnya / pohon Rempelas diperas kemudian dibalurkan //
70. *Ugi abuh tanpa sangkan usadanya / angkuping woh kudhu lan bras pitu //*

nulya | dènmamaha sinêmburna kang warata //

Obat yang lain / bungkusnya Buah Kudu dan Beras tujuh kemudian / dikunyah dan disemburkan merata //

71. *Abuh datan sagêd ngêlêt[91] usadanya | ron mēntaos ron sēnting ron mandhakakya | abēnnira miri adas bawang seta //*
bengkak tidak bisa menelan, obatnya / daun Mentaos, Senthing, Mandhakakya / dicampur Miri, Adas, Bawang putih //

72. *Miwah sarêm kang lēmbat pamipisira | winêdhakkên dhatêng kang abuh punika | adatipun kang lir Balabag gya mulya //*
Juga Garam diperas halus / dibalurkan ke yang bengkak / biasanya yang bengkak segera sembuh //

3.3 Balabak

1. *Ki Saloka tanya malih mring ni wisma | jampine | ingkang tumrap dhumatêng jalêr kewala | pedahē | bilih wontên kawêdharêna [[92] saene //*
Ki Saloka bertanya kepada tuan rumah / obatnya / untuk khusus lelaki / gunanya / kalau ada diuraikan / baiknya //
2. *Nyai wisma mèsêm lah ngangkah punapa | sarèhne | tiyang sêpuh wus nir walangsangkêrira | milane | kula wêca usada mung tumrap priya | clêmêde //*
Tuan rumah tersenyum tidak mengapa / karena / orang tua sudah tidak ada rahasianya / maka / saya sampaikan obat khusus lelaki / katanya //
3. *Jampi apês lung pare tri punggêl lawan | bēnglene | tigang iris pinipissa ingkang lēmbat | nulya ge | ingurutkên dhumatêng dēdakarira | wratane //*
Obat lemah sahwat: batang Pare 3 potong dengan / Bengle / 3 iris diperas yang halus / segera / dipijat pada dzakarnya / merata //
4. *Jampi pēluh lisah ayam cēmêng ingkang | muluse | dēnatêngi dene wawadhahira*

| cupune | bilih arsa sahwati dēnusapēna | dakare //

Obat tidak bisa tegak: minyak ayam hitam / warnanya / dimasak sedang tempatnya / botol / Ketika akan bersengama dioleskan pada / dzakarnya //

5. *Lamun arsa amung nikmating wanita | gajihe | ayam cēmêng mulus dēnusap-usapna | dakare | ing nalika purusa ayun tumama | mring hēsse //*
Ketika ingin memuaskan wanita / gajihnya / ayam hitam mulus diusap-usapkan / dzakarnya / Ketika lingga akan di masukkan / ke yoni //
6. *Loloh priya inguntal dimèn utama | sahwate | laos kunci sunthi kajêng lêgi mēnyan | madune | wawrat ngawan-saga pinipis kang lēmbat | lumêre //*
Obat yang di telan agar kuat / syahwatnya / Laos, Kunci, Sunthi, Kayumanis, Menyan / Madu juga / Wawrat Ngawan saga diperas yang halus / lembutnya //
7. *Ki Saloka kalangkung sukaning nala | de olèh | kawruh kèhing usada saking racikan | warnane | tanya malih punapa inggih wontēna | jampine //*
Ki Saloka sungguh bersuka hati / mendapatkan / pengetahuan beragam pengobatan berbahan racikan / macamnya / bertanya lagi apakah ada lagi / obatnya //
8. *Tumrap dhatêng ingkang sarasan kewala | saene | nyi wisma ngling inggih wontên wah prayoga | tanduke | mring sarira sakeca padharan lêga | namane //*
Untuk yang sehat / baiknya / tuan rumah berkata ya ada / manfaatnya / ke badan sehat ke perut nyaman / Namanya //
9. *Ya sadhêgan anton-anton gi-anggi-nya | saene | apan mawi binobot sadayanira | pamrihe | sagêt ajêg punika wawatonnira | bobote //*

- Sadhegan anton-anton digunakan / baiknya / dengan di takar semuanya / maksudnya / bisa terkontrol ukurannya / beratnya //
10. *Adas wrat nêmlikir dhuwit pulasarinya / wawrate / tigang dhuwit mungsi nêml dhuwit wawratnya / tumbare / wawrat sangang dhuwit cabe tri dhuwitnya / wawrate //*
Adas berat 26 gram Pulosari / beratnya / 3 gram, Mungsi 6 gram beratnya / Tambar / berat 9 gram, Lombok 3 gram / beratnya //
 11. *Mrica wawrat sadhuwit kayu lègènyanya / wawrate / pitung dhuwit pala wawratnya sakawan / dhuwite / botor matêng ginorèng sangan wrat sakwan / dhuwite //*
Merica berat 1 gram, Kayumanis / beratnya / 7 gram, Pala 4 / gram / Botor masak digoreng tanpa minyak berat 4 / gram //
 12. *Kadhawunge ginorèng sangan kinipas / wawrate / kalih dhuwit wah kèncur sampun rinajang / pinepe / ngantya garing wawrat nêml dhuwit kèhira / nulya ge //*
Kedhawung digoreng tanpa minyak dikipasi / beratnya / 2 gram dengan Kencur yang sudah dirajang / dijemur / sampai kering berat 6 gram banyaknya / selanjutnya //
 13. *Binubuk myang ingirigan kang alêmbat / lajènge / ginorèng sangan namung sawatara [[93] pamrihe / bilih lami tan sagêd (n)jamur punika / prêlune //*
Dibubuk kemudian di saring lembut / selanjutnya / digoreng kering sebentar / supaya / disimpan lama tidak berjamur / manfaatnya //
 14. *Saupami badhe damêl kang akathah / wawrate / wêwahipun mirit kang kasêbut ngarsa / malihe / yèn adamêl sakêdhik sudaning wawrat / lugune //*
Seandainya akan membuat banyak / beratnya / sama seperti keterangan di
 - depan / perubahannya / Ketika membuat sedikit berkurangnya berat / tepatnya //
 15. *Inggih mirit saking kang kasêbut ngarsa / sudane / kajampènan tiyang sêpuh katakêra / kathahe / mung satunggal suru agêng ingkang kêbak / pinêrês //*
Berdasarkan keterangan di depan / berkurangnya / orang tua yang mengobati ditakar / banyaknya / satu sendok penuh / diperas //
 16. *Bilih lare namung sapalihe wrêdha / takêre / lamun kagêm loloh barambang lèmpuyang / wêwahe / puyang mêng matêng dwi grigèh myang brambang / kalihe //*
Kalau anak-anak separuh dewasa / dosisnya / bila untuk ditelan bawang merah dan Lempuang / perubahannya / Puyang mentah masak 2 potong dan Berambang / keduanya //
 17. *Bilih kagêm loloh cahabe lèmpuyang / wêwahe / cabe tiga iji kalawan lèmpuyang / mêngtahe / kalih grigah angêt kuwat mring sarira / pamrihe //*
Kalau untuk pil Cabe Puyang / perubahannya / Cabe 3 biji dengan Lempuang / yang mentah / 2 potong, hangat dan kuat ke badan / maksudnya //
 18. *Kagêm loloh bëndha laos wêwahira / bëndhane / ingatêngan amung satunggal kalawan / laose / sapalihe (n)dhas-ayam mung tumrap wrêddha / êkase //*
Untuk pil: Bendha, Laos perubahannya / Bendha nya / dimasak yang satu dengan / Laos / setenganya kepala ayam untuk yang dewasa / maksudnya //
 19. *Kagêm jampi pêdhêtan wêwah bungira / kelore / tigang punggêl woh inggu dwi klungsu lawan / jêrame / -pêcêl namung sairis sunthi samanya / klungsune //*
Untuk obat Pedhetan dan Bung / Kelor / 3 potong, buah Inggu 2 klungsu dengan / Jeruk / pecel hanya 1 iris Sunthi sama / klungsunya //

20. *Bilih mèncret brambang puyang êron sabrang | wêwahe | sadayèku pinipis sarêng sadhêkan | ingombe | amung bêndha laos punika inguntal | patrape //*
 Kalau mencret: bawang merah, Puyang, Daun Sabrang / alternatifnya / semua diperas bersamaan / diminum / hanya Bendha dan Laos yang di telan / caranya //
21. *Mung pêdhetan ingombe kinarya dhasar | pedahe | ngêndhakakên kuwaya lawan usada | bêngange | yèn (m)bubucal murus têrkadhang mung lêga | wêdale //*
 Hanya Pedhetan diminum awal / gunanya / mengurangi diare dan menyembuhkan / harapannya / Ketika buang air besar diare kadang hanya lega / keluarnya //
22. *Loloh parêm ênèm anggi-angginira | warnine | adas pulasari kayu-lêgi pala | sarine | kembangpulu manis-jangan sidawayah | tumbare //*
 Pil Parem untuk yang muda / bentuknya / Adas-Pulosari, Kayumanis, Pala / sarinya / Kembangpulu, Manisjangan, Sidawayah / dengan Tambar //
23. *Jintên irêng kumukus jongrahap murmak | daginge | cabe brambang saprantu kêncur kunirnya | tambahe | jêram pêcêl pinipissa mawi toya | [...] // [94]*
 Jinten Hitam, Kumukus, Jongrahap, Murmak / dagingnya / Cabe, bawang merah, Saprantu, Kencur, Kunir / tambahannya / Jeruk pecel diperas menggunakan air //
24. *Bilih kagêm loloh sêpuh parêm wêwah | ge-angge | pucuk ganthi pucuk pandhan widasari | cêngkèhe | jae kêling majakan mêsoyi mrica | mungsine //*
 Kalau untuk pil bagi yang tua: Parem wewah / digunakan / pucuk Ganthi, pucuk Pandan, Widasari / Cengkeh / Jae keeling, Majakan, Mesoyi, Merica / dengan Mungsi //
25. *Pon-êmponnya wêwah bêngle têmulawak | puyange | pinipissa tinoyanan sawatara | kathahe | mudha wrêddha panginume wusnya nadhah | sêkule //*
 Ramuan herbal: Wewah, Bengle, Temulawak / Puyang / diperas diberi air secukupnya / banyaknya / muda-tua minumnya setelah makan / nasi //
26. *Mangkya loloh sawanan racikanira | warnane | dlingo bêngle bawang inggu ragi lirang | adase | -pulasari kembang sumba tambar mungsi | palane //*
 Kalau pil Sawanan komposisinya / berupa / Dlingo, Bengle, Bawang, Inggus, Ragi, Lirang / Adas / Pulosari, Kembang Sumba, Tambar, Mungsi / Pala //
27. *Kayu-lêgi kumukus sêntok mêsoyi | sarine | rasukangin cêngkèh pucuk kapulaga | karange | lawan botor kêdhawung ginorèng sangan | kalihe //*
 Kayumanis, Kumukus, Sentok, Meyosi / sarinya / Rasukangin, Cengkeh, pucuk Kapulaga / Karange / dengan Botor, Kedhawung, digoreng keringan / keduanya //
28. *Gya linawêt toyanira sawatara | kathahe | pangunjoke sontên ing sadèrèngira | sêrape | Sang Hyang Surya punika mung tumrap jalma | sêpuhe //*
 Segera direbus, airnya sedang saja / banyaknya / minumnya waktu sore sebelum / terbenam / Matahari, yang ini hanya untuk / usia tua //
29. *Mangkya loloh kalamun luntak ludira | maliye | watuk mawi ngêdalkên êrah punika | warnine | kawulipun panawar jambe rannira | abênne //*
 Sedang pil untuk muntah darah / atau / batuk dengan mengeluarkan darah / bentuknya / sarana penawar Jambe Namanya / referensinya //
30. *Adas pulasari ginodhog kinarya | wedange | pangombene yèn wus asrêp*

- lan tan kênâ | angombe | sanèsipun tumêkanira waluya | lawase //*
Adas, Pulosari direbus dijadikan / minuman / cara minum setelah dingin dan tidak boleh / minum / minuman lain sampai sehat / lamanya //
31. *Mangkya loloh kamatus kang nama rujak | warnine | traos abrit sagalindhing ingatêngan | maliye | tiga pêntil jram pêcêl sajêmpol asta | agênge //*
Ada pil kamatus dinamakan rujak / bentuknya / Traos merah sebutir dimasak / tambahannya / 3 bakal buah Jeruk pecel sebesar jempol / besarnya //
32. *Brambang abrit tiga iji lombok rêta | isine | binucalan dene kathahe dinuga | pêdhêse | pêntil jêram lombok brambang rinajangan | nulya ge //*
Bawang merah 3 biji cabe merah / isinya / dibuang, banyaknya dikira-kira / pedasnya / pentil Jeruk, cabe, bawang merah di iris / selanjutnya //
33. *Ingulêg nèng lèmpèr kang ngantos warata | mukête | gya binukti sasampuning kalêbêtan | bojane | tinêlasna sadaya ywa nganti tirah | rujake //*
Dihaluskan di Lemper sampai halus rata / campurnya / segera dimakan setelah sampai / waktu makan / dihabiskan jangan sampai sisa / rujaknya //
34. *Dènnya loloh baladhêg tri ari ika | etange | ingkang kaping kalih jêramnya sakawan | ping trine | jêram gangsal sakêh loloh èstu mawa | sarême //*
Mengkonsumsinya terus-menerus selama 3 hari / hitungannya / yang kedua jeruknya 4 buah / yang ke 3 / jeruk 5, seluruh pil menggunakan / garam //
35. *Sampun têlas mung punika kawruh para | lolohe | Saloka ngling kalangkung panuwunkula | èstune | warnaning kang anggi-anggi kèh kalepyan | namane //*
Sudah habis hanya ini pengetahuan saya / tentang pil / Saloka menyampaikan
- terimakasih / sesungguhnya / bentuk anggi-anggi sudah banyak yang terlupa / Namanya //
36. *Miwah kathah ulun kang dèrèng uninga | wujude | nyai wisma amêndhêt bothekannira | nulya ge | anêdahkên wujud tanapi namanya | Silisire ///*[95]
Juga banyak yang saya belum tahu / bentuknya / tuan rumah mengambil kotaknya / segera / menunjukkan bentuk serta Namanya / silisirnya //
37. *Ngat Lêgi lan Sênènira | Paing Kulawu wukunya | anjampènana tyang roga | istijab têtah waluya //*
Minggu legi dan senin / Paing Wuku Kulawu / mengobati orang sakit / mujarab sehingga sembuh //
38. *Punika yèn tan kasêsa | madyane anyingkirana | sangar naas ringkêl jalma | atanapi tali-sawa //*
Demikian kalau tidak tergesa / menghindari waktu / sangar, naas, ringkel bagi manusia / juga tali-sawa //
39. *de yèn kèdah sanalika | tumanduke kang usada | sampun was-uwas ing nala | sumendhe karsaning Sukma //*
sedangkan kalau harus segera / melakukan pengobatan / jangan ragu-ragu / pasrahkan kepada yang Maha Kuasa //

3.4 Salisir

1. *Sampun jinènrèh[96] sadaya | nyi wisma malih wacana | tumanduke kang usada | mrih istijab utaminya //*
Sudah diuraikan semua / tuan rumah mengganti tema / praktek pengobatan / agar lebih berkhasiat //
2. *Saèstu kèdah ngupaya | ari wuku tigang dasa | pinilih kang pratelakna | asung usada waluya //*
Bersungguh-sungguh usaha / hari, wuku yang 30 / dipilih yang pas / untuk memberikan efek kesembuhan //

3. *Kêmis Lêgi Wuku Sinta / lênggahe anjampênana / sakit maripat punika / saèstu dadya waluya //*
Kamis legi Wuku Sinta / waktu pengobatan / sakit mata / sungguh menjadikan sembuh //
4. *Ngat Kliwon Tolu wukunya / punika usadanana / sadhengah raga tiarda / tartamtu dumadya mulya //*
Minggu Kliwon Wuku Tolu / waktu untuk pengobatan / segala sakit badan / pasti menjadi sembuh //
5. *Slasa Wage Gumbreg ika / lênggahe anjampênana / tyang ewah kang saking raga / mantuka èngêtanira //*
Selasa Wage Wuku Gumbreg / waktu pengobatan / orang sakit jiwa / pulih ingatannya //
6. *Sênèn Kliwon Kuningan / lênggahe sung jampi marang / tyang elik dènnya jodhoan / wangsul atut raruntungan //*
Senin Kliwon Wuku Kuningan / saat pengobatan / suami-istri yang sedang renggang / kembali rukun mesra //
7. *Sabtu Pon ing wuku Pahang / nandukkèn usada marang / jalma ingkang lagya nandhang / sakit tamtu saras girang //*
Sabtu Pon Wuku Pahang / tepat untuk pengobatan / manusia yang sedang / sakit pasti sembuh //
8. *Kêmis Kliwon panuju / apan Marakèh kang wuku / anjampênana puniku / tyang sakit saras saèstu //*
Kamis Kliwon Wuku Panuju / juga Wuku Marakeh / waktu pengobatan / orang sakit pasti sembuh //

3.5 Pengobatan herbal dalam Serat Centhini

Informasi tentang pengobatan tradisional ala Jawa dalam Serat Centhini dengan menggunakan bahan herbal terdiri dari ragam penyakit, upaya kesehatan badan, dan waktu yang bagus untuk proses pengobatan. Informasi pengobatan tersebut disampaikan

dalam bentuk tembang: Dandanggula, Lonthang, Balabak dan Salisir.

Terdapat sekitar 80 macam ramuan herbal untuk 34 keluhan dan jenis penyakit. Ke-34 jenis penyakit yaitu: bibir melepuh, cacangan, panas-dingin, *Canten* (abses), Cacar, saraf, *Raceg* (cacing Kremi), sakit telinga, telinga bau busuk, tuli, mata bura, mata meletus (karena cacar), sakit mata, mata merah, pusing, batuk, batuk kering, muntah darah, perut kembung, perut penuh, perut kaku, perut mulas, diare, diare darah, diare lender, tidak bisa kencing dan buang air besar, tidak bisa buang angin, tidak bisa buang air besar, buang air besar sakit, sakit gigi, sakit gigi yang sangat, bengkak tanpa sebab, bengkak seluruh tubuh, bengkak tidak bisa menelan, tidak tahan lama, dan lemah syahwat.

Ramuan herbal juga digunakan untuk upaya preventif. Dalam rangka menjaga kebugaran tubuh bisa ditempuh dengan mengonsumsi adas, cabe, manisjangan, kedhawang, kencur, ketumbar, merica, mungsi, pala, dan pulasari. Tubuh yang didera panas dingin dapat diobati dengan bengle, ringan, dlingo, dan sirih. Ramuan lainnya yang diperuntukkan bagi panas dingin adalah murmak daging dan pisang seba. Penyakit telinga tuli bisa disembuhkan dengan dadapserep. Alternatif formula lainnya menggunakan bahan ayam cemani, daun kelor, merica, dan minyak wijen ([Gardjito, et. al., 2021](#)). Bagi yang belum dikarunia anak, Serat Centhini menyarankan untuk mengonsumsi delima, garam, dan minyak wijen. Teknik mengonsumsi ramuan herbal tersebut dapat dengan cara diminum (perasan) atau ditelan (bubukan).

Hari-hari yang baik untuk pengobatan antara lain: *Kamis Legi wuku Sinto* untuk penyakit mata. *Minggu Kliwon Wuku Tolu* cocok mengobati penyakit yang ada di seluruh tubuh. *Selas Wage Wuku Gumbreg* manjur bagi sakit ingatan. *Senin Kliwon Wuku Kuningan* efektif digunakan merukunkan pasangan suami-isteri. *Sabtu Pon Wuku Pahang*; *Kamis Kliwon Wuku Marakeh*; dan *Minggu Legi dan Senin Pahing* cocok untuk segala penyakit.

4. Kesimpulan

Informasi gangguan kesehatan dan penyakit serta pengobatan herbal yang ditulis dalam Serat Centhini dapat dipetakan menjadi empat kategori, yaitu jenis penyakit atau gangguan kesehatan, pengobatan penyakit, pengobatan khusus untuk pria, dan waktu yang mujarab untuk pengobatan.

Pengobatan herbal sebagai salah satu kekayaan pengetahuan tradisional Jawa yang tercatat dalam Serat Centhini adalah fakta sejarah lingkungan. Pengobatan herbal tradisional tersebut yang tersimpan dan terawat dalam memori kolektif masyarakat serta terdokumentasi dalam Serat Centhini, merupakan salah satu bentuk kearifan lokal yang penting dan perlu dilestarikan.

Hasil temuan dalam penelitian ini dapat dijadikan alternatif penyembuhan selain pengobatan modern yang berbasis obat kimiawi. Informasi pengobatan herbal dalam Serat Centhini perlu disosialisasikan lebih luas sebagai referensi bagi masyarakat dalam proses pengobatan sehingga pada titik tertentu bisa menjadi *herbal habit*. Semangat *herbal habit* pada gilirannya akan mampu mendorong peningkatan kesehatan masyarakat baik dari dimensi medis maupun ekonomis.

Pada ranah psikologis, informasi ini diharapkan dapat memberikan optimisme bagi masyarakat dalam rangka menghadapi era pandemi yang masih belum dapat dipastikan kapan akan berakhir.

5. Daftar Pustaka

- Andriati, A., & Wahjudi, R.M. T. 2016. Tingkat Penerimaan Penggunaan Jamu Sebagai Alternatif Penggunaan Obat Modern pada Masyarakat Ekonomi Rendah-Menengah Dan Atas. *Jurnal Masyarakat, Kebudayaan, dan Politik*, 29(3), 133-145. <https://doi.org/10.20473/mkp.V29I32016.133-145>
- Artini, K. S., & Veranita, W. (2021). Tamanam herbal untuk meningkatkan sistem imun tubuh: Literature

Review. *Jurnal Farmasetis*, 10(1), 15-20. <http://www.journal.stikeskendal.ac.id/index.php/far/article/view/1383>

- Eriyanto. (2013). *Analisis Naratif: Dasar-dasar dan Penerapannya dalam Analisis Teks Berita Media*, Jakarta: Kencana.
- Gardjito, M., Harmayani, E., & Suharjono, K. I. (2021). *JAMU: Authentic Indonesian Healthcare, A Legacy for the Nation: JAMU: Pusaka Penjaga Kesehatan Bangsa, Asli Indonesia*. Yogyakarta: UGM PRESS.
- Hartoyo, H. (2020). Potensi Bawang Merah Sebagai Tanaman Herbal Untuk Kesehatan Masyarakat Desa Jemasih Kec. Ketanggungan Kab. Brebes. *Syntax Literate; Jurnal Ilmiah Indonesia*, 5(10), 1109-1120. <http://dx.doi.org/10.36418/syntax-literate.v5i10.1704>
- Hati, S. T. (2021). Perubahan Obat Tradisional pada Masyarakat karo Desa Guru Singa. Prodi Tadris IPS Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan UIN Sumatera Utara, Medan. <http://repository.uinsu.ac.id/11094/>
- Herbalife Nutrition. (2021). Retrieved February 12, 2022, from <https://www.herbalife.com/about-us/>
- Jumarani, L. (2013). *The essence of Indonesian spa*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Kamajaya. (1992). *Serat Centhini Latin*. Yogyakarta: Yayasan Centhini.
- Maulida, A., Dewi, I., & Yulianto, S. (2019). Sikap Dan Pengetahuan Terhadap Jamu Di Komunitas Yoga First Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 4(2), 57-61. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v4i2.114>

- Meifilina, A. (2021). Digitalisasi Ruang Seni di Era New Normal. *Kesiapan Masyarakat Dalam Kehidupan New Normal*, 72. Klaten: Lakeisha. <http://journal.umpalangkaraya.ac.id/index.php/jsm/article/download/93/92>
- Miftahussurur, M. (2022). *Penelitian Review Artikel 2020 dengan judul Perawatan Paliatif pada Stadium Akhir Penderita Kanker Kolorektal: Metode Terbaik Melalui Terapi Komplementer*. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Minardi, M., Samidi, S., & Rahmah, Y. A. (2021). Menelusuri Jejak Kuliner Tembayat dalam Serat Centhini. *Manuskripta*, 11(1). 105-126. <https://doi.org/10.33656/manuskripta.v11i1.180>
- Monida, P. (2019). Literasi Tanaman Herbal (Studi Terhadap Pemanfaatan Tanaman Herbal Sebagai Alternatif Obat Dalam Upaya Membentuk Pola Hidup Sehat Pada Masyarakat Simpang Iv Sipin Kota Jambi). *Disertasi*, UIN Sulthan Thaha Saifuddin Jambi.
- Murwati, R. (2018). Serat Centhini dalam Masyarakat Jawa (Tinjau Resepsi Sastra). *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia Metalingua*, 3(1), 38-42. <https://doi.org/10.21107/metalingua.v3i1.7032>
- Muslifah, S. (2004). *Serat Centhini eisode Centhini Naratologi dan pendekatan Gender Analisis Fabula* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada). http://etd.repository.ugm.ac.id/home/detail_pencarian/24179
- Novaryatiin, S., Handayani, R., & Chairunnisa, R. (2018). Uji daya hambat ekstrak etanol umbi hati tanah (*Angiotepriis Sp.*) terhadap bakteri *Staphylococcus aureus*. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 3(2), 23-31.
- Prabowo, A. (2021). Arithmetics in Serat Centhini. *International Journal of Ethno-Sciences and Education Research*, 1(2), 1-6. <https://doi.org/10.46336/ijeer.v1i2.119>
- Puspitasari, M. L., Wulansari, T. V., Widyaningsih, T. D., Maligan, J. M., & Nugrahini, N. I. P. (2015). Aktivitas Antioksidan Suplemen Herbal Daun Sirsak (*Annona muricata L.*) dan Kulit Manggis (*Garcinia mangostana L.*): Kajian Pustaka. *Jurnal Pangan dan Agroindustri*, 4(1). <https://www.jpa.ub.ac.id/index.php/jpa/article/download/329/340>
- Riffe, D., Lacy, S., & Fico, F. G., 1998, *Analyzing Media Messages Using Quantitative Content Analysis in Research*, London: Lawrence Erlbaum Associates.
- Santoso, M. (2016). Survei Pengetahuan Dan Pengalaman Swamedikasi Menggunakan Jamu Pada Masyarakat Kecamatan Tanggul Kabupaten Jember Tahun 2016. Skripsi Sarjana. Fakultas Ilmu Farmasi, Universitas Negeri Jember. <https://repository.unej.ac.id/handle/123456789/83430>
- Sartati, D., Ismail, N., & Harbiyah, H. (2021). Motivasi Masyarakat dalam Mendapatkan Pelayanan Kesehatan Melalui Pengobatan Alternatif Penderita Stroke di Kota Banda Aceh. *Jurnal Aceh Medika*, 5(1), 75-90. <http://jurnal.abulyatama.ac.id/index.php/acehmedika/article/view/1942>
- Sukenti, K. (2002). Kajian Etnobotani terhadap Serat Centhini. Tesis Master. Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Institut Pertanian Bogor.

- <http://repository.ipb.ac.id/handle/123456789/7194>
- Waruwu, D., Erfiani, N. M. D., Darmawijaya, I. P., & Kurniawati, N. S. E. (2020). Pengembangan Tanaman Herbal Sebagai Destinasi Wisata Di Desa Catur, Kintamani, Bali. *Panrita Abdi-Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, 4(1), 1-10.
<https://journal.unhas.ac.id/index.php/panritaabdi/article/download/7668/4701>
- Wibawa, S. (2013a). *Filsafat moral dalam Serat Centhini melalui tokoh Seh Amongraga Sumbangannya bagi pendidikan karakter* (Doctoral dissertation, Universitas Gadjah Mada).
http://etd.repository.ugm.ac.id/home/detail_pencarian/60950
- Wibawa, S. S. (2013b). Nilai filosofi Jawa dalam Serat Centhini. *Litera*, 12(2). 328-344.
<https://doi.org/10.21831/ltr.v12i02.1546>
- Widiyarti, A. (2013). Serat Centhini: Sebuah Kompleksitas Kesusastraan Jawa yang Mumpuni. *Lensa: Kajian Kebahasaan, Kesusastraan, dan Budaya*, 3(2), 1-10.
https://web.archive.org/web/20180417000513id_/http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/lensa/article/viewFile/2725/pdf