



Kacip Fatimah

Pelbagai Khasiat

Menurut pengamal perubatan tradisional, semua bahagian pokok kacip fatimah berkhasiat dan digunakan dalam perubatan tradisional. Akar pokok kacip fatimah dipercayai paling tinggi khasiatnya. Daun kacip fatimah digunakan sebagai air mandian ibu bersalin, sementara batang dan akarnya dijadikan jamu dan ubat periuik.

Jenis pokok kacip fatimah yang biasa digunakan pula ialah jenis yang bertangkai pendek, iaitu *Labisia pumila* varian *alata* dan *Labisia pumila* varian *pumila* kerana dikatakan lebih berkhasiat berbanding dengan pokok kacip fatimah yang bertangkai panjang, iaitu *Labisia pumila* varian *lanceolata*.

Biasanya, bagi tujuan rawatan, kacip fatimah dicampurkan bersama-sama tumbuhan berkhasiat atau herba lain bagi memberikan kesan yang cepat dan pelbagai. Antaranya termasuklah buah manjakani, daun hempedu bumi dan daun mas cotek (*Ficus deltoidea*).

Realitinya, resipi bagi campuran ramuan dan sukatan ini berbeza-beza antara pengamal perubatan tradisional berdasarkan pengalaman dan pengetahuan masing-masing. Oleh sebab itu, tidak hairanlah, jika ada pengamal perubatan tradisional mempunyai pelanggan tetap yang setia menggunakan produk ini. Pengguna pula percaya bahawa produk ini dapat menyihatkan badan.

Ada pelbagai cara penyediaan dan penggunaan pokok kacip fatimah. Cara penyediaan ini berdasarkan panduan yang diberi oleh pengamal perubatan tradisional dan keperluan pelanggan, sama ada untuk kegunaan luaran atau dalaman.

Bentuk air rebusan atau pati merupakan kaedah penggunaan terawal yang diamalkan oleh pengguna dan pengamal perubatan tradisional. Air rebusan ini lebih dikenali sebagai ubat periuik kerana direbus menggunakan periuk tanah. Penggunaan periuk tanah dikatakan dapat memberikan khasiat yang lebih banyak kepada pati rebusan ini. Menurut pengamal perubatan tradisional Melayu, penyediaan melalui kaedah rebusan dianggap terbaik berbanding dengan kaedah lain. Hal ini dikatakan demikian kerana air rebusan dapat diminum terus daripada pati rebusannya.

Kaedah rebusan sesuai digunakan bagi ramuan herba yang keras, seperti batang, ranting, akar dan buah. Lazimnya, ramuan ini dihiris menjadi serpihan. Setelah itu, ramuan direbus dengan kuantiti air yang hampir memenuhi periuk. Ramuan dibiarkan mendidih hingga kuantiti air rebusan berkurang separuh periuk. Hasil rebusan dapat diminum, sama ada ketika panas atau selepas sejuk. Biasanya, air rebusan ini diminum pada setiap pagi.



Majun kacip fatimah yang digentel hingga bulat.

Di samping itu, cara penyediaan air rebusan dipercayai dapat memberikan kesan yang lebih mujarab. Selalunya, sepokok kacip fatimah kering menghasilkan satu liter air rebusan. Ada juga pengamal yang hanya menggunakan bahagian akar kacip fatimah kerana dipercayai lebih berkhasiat berbanding dengan bahagian lain.

Ada fakta ketara yang membezakan rasa antara pokok kacip fatimah dengan pokok tongkat ali. Pokok kacip fatimah mempunyai rasa kelat yang tidak ketara berbanding dengan tongkat ali yang mempunyai rasa kelat yang keterlaluan. Rasa kacip fatimah sama seperti rasa teh hijau. Namun begitu, khasiat kacip fatimah tidak serupa dengan khasiat teh hijau.

Banyak pengamal perubatan tradisional berpendapat bahawa air rebusan pokok kacip fatimah mengandungi pelbagai khasiat. Antaranya termasuklah memelihara kesihatan dalaman wanita, memelihara paras rupa, membetulkan kitar haid dan mengurangkan gejala senggugut.

Di samping itu, kacip fatimah mampu mengetatkan saluran faraj, melancarkan peredaran darah, mempercepat pelepasan rahim, menjarakkan kehamilan serta menambahkan dan memulihkan tenaga selepas bersalin. Air rebusan kacip fatimah perlu diminum sebanyak dua kali sehari bagi memberikan kesan yang hebat dan mujarab. Biasanya, pengamal perubatan menyarankan pokok kacip fatimah direbus bersama-sama tumbuhan lain, seperti manjakani dan akar serapat.

Bagi mengetatkan saluran faraj, ada pengamal perubatan tradisional yang menyarankan air rebusan diambil selepas sebulan anak dilahirkan supaya pengaliran darah nifas yang masih keluar tidak tersekat. Biasanya, tempoh pengeluaran darah nifas bagi wanita yang baru bersalin adalah antara empat hingga enam minggu. Oleh hal yang demikian, pengambilan kacip fatimah hanya disarankan selepas itu. Jika kacip

Air rebusan kacip fatimah dikatakan berupaya membetulkan kitar haid yang tidak teratur dan dapat mengatasi masalah gejala senggugut yang dialami oleh kebanyakan wanita, bahkan tidak terkecuali gadis belasan tahun.

fatimah diambil lebih awal, dikhuatiri pengeluaran darah nifas tersekat.

Berdasarkan kepercayaan pengamal perubatan tradisional, kacip fatimah menyebabkan pangkal rahim (serviks) mengecut lebih awal daripada tempoh yang sepatutnya hingga menyebabkan darah nifas tidak dapat mengalir keluar dengan lancar. Air rebusan ini juga dipercayai dapat memberikan ketegangan pada bahagian otot abdomen selepas proses kelahiran. Kekerapan pengambilan air rebusan ini pula bergantung pada tujuan rawatan.

Kacip fatimah dianggap ubat antipenuaan atau ubat awet muda. Khasiat pokok ini adalah untuk menghasilkan kulit yang halus dan tegang, menjadi pewangi badan, mengurangkan sakit sendi tulang dan sakit urat. Malah, kacip fatimah dapat meningkatkan nafsu seks serta merawat cirit-birit dan kembung perut. Cara pengambilannya ialah bahagian daun direbus dan diminum.

Air rebusan kacip fatimah dikatakan berupaya membetulkan kitar haid yang tidak teratur dan dapat mengatasi masalah gejala senggugut yang dihadapi oleh kebanyakan wanita,

bahkan tidak terkecuali gadis belasan tahun. Kaedah pengambilannya ialah pokok kacip fatimah direbus bersama-sama tongkat ali, rempah gunung dan lemuni. Air rebusan ini diminum dan diamalkan sekurang-kurangnya tiga bulan hingga kelihatan darah haid yang normal dan tidak berketul-ketul. Biasanya, air rebusan ini diminum sebelum kedatangan haid.

Di samping itu, kaedah rendaman khusus untuk dijadikan air selusuh. Menurut sesetengah bidan kampung, pokok kacip fatimah tidak perlu direbus. Sebaliknya, kacip fatimah hanya direndam supaya kesan panasnya tidak terlalu kuat bagi ibu. Air selusuh dipercaiyai mujarab untuk mempercepat kelahiran bayi dan memudahkan proses bersalin.

Kemujaaban ini menyebabkan permintaan air selusuh dalam kalangan ibu yang pertama kali hamil atau yang pernah mengalamkannya tinggi. Hal ini dikatakan demikian kerana proses bersalin dianggap mempunyai tahap kesakitan yang paling tinggi berbanding dengan sakit lain. Ibu yang minum air selusuh atau rendaman kacip fatimah ini mengharapkan kesakitan yang dialami tidak lama.

Caranya, air selusuh atau rendaman pokok kacip fatimah diminum dalam tempoh antara satu hingga dua bulan sebelum kelahiran bayi. Ada pengamal yang menyarankan air selusuh atau rendaman kacip fatimah diambil sekali sehari sahaja.

Rendaman kacip fatimah juga dapat dijadikan air mandian, khususnya bagi wanita yang baru bersalin. Kaedah

mandi menggunakan air rendaman daun kacip fatimah diamalkan oleh kebanyakan orang asli. Hal ini dikatakan demikian kerana bau badan yang kurang menyenangkan yang disebabkan oleh proses bersalin dapat dihindari.

Pes pula ialah campuran antara serbuk kacip fatimah dengan cecair yang dapat dibentuk atau disapu pada bahagian tertentu pada badan. Biasanya, pes ini digunakan dalam rawatan kembung perut yang kerap berlaku pada bayi. Pes ini dicampurkan minyak kelapa dan disapu pada perut bayi. Pes dipercaiyai mampu mengeluarkan angin dan mencegah pembentukan gas yang menyebabkan perut kembung.

Berdasarkan fungsinya yang dapat mengecut, pes kacip fatimah juga digunakan dalam rawatan buasir. Selain digiling, pes juga dapat disediakan menerusi kaedah penyediaan pengeringan pokok kacip fatimah dan ditumbuk atau dimesin^{hingga} menjadi serbuk. Kemudian, sedikit minyak kelapa dituang dan digul bersama-sama. Setelah itu, pes kacip fatimah disapu pada bahagian yang mengalami buasir.

Selain itu, kapsul kacip fatimah merupakan kaedah penyediaan terkini. Kelebihan kapsul ini ialah mudah ditelan, sukatan sama dan yang lebih penting rasa pahit ubat dapat dihindari. Malah, sediaan berbentuk kapsul lebih praktikal dan menjadi tarikan, khususnya bagi wanita yang bekerja.

Jangka hayat kapsul juga lebih lama berbanding dengan bentuk lain. Namun demikian, menurut pengamal perubatan tradisional, kesan khasiatnya pada badan memerlukan masa yang lebih lama, iaitu antara lapan hingga sepuluh jam berbanding dengan kaedah⁴ meminum air rebusan.

Walaupun kaedah penyediaannya diangap terkini tetapi pada peringkat awal, pokok kacip fatimah dicabut bersama-sama akarnya. Kemudian, pokok ini dibasuh dan dijemur hingga kering. Proses pengeringan secara jemuran di bawah sinaran matahari

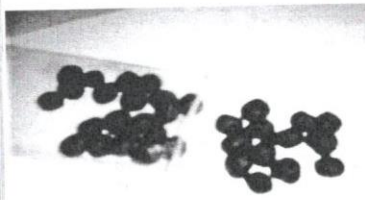
dilakukan bagi memastikan bahan mentah yang dihasilkan kekal lebih lama sebelum proses selanjutnya dilakukan. Setelah kering, kacip fatimah dikisar dan dimasukkan ke dalam kapsul. Proses pengisar ini dilakukan menggunakan alat pengisar. Semua bahagian atau keseluruhan pokok dikisar dan diisi ke dalam kapsul.

Bagi pengguna yang tidak tahan rasa pahit, sebaliknya lebih menggemari rasa manis, majun menjadi pilihan. Ada beberapa peringkat dalam penyediaan majun. Mula-mula, akar kacip fatimah digoreng tanpa minyak atau disangai. Kemudian, akar kacip fatimah ditumbuk dan dikisar halus.

Serbuk ini dicampur dengan air rebusan kacip fatimah dan gula melaka atau madu lebah supaya keadaan yang melekit dihasilkan. Madu lebah atau gula melaka juga dicampurkan supaya rasa pahit ubat dikurangkan. Seterusnya, campuran ini dibentuk atau digentel menjadi bulat. Majun dikatakan memberikan kesan yang lebih baik berbanding dengan kapsul.

Walaupun bagaimanapun, cirinya yang lembap menyebabkan majun tidak tahan dalam tempoh yang lama. Biasanya, bahagian akar digunakan bagi menghasilkan majun berbanding dengan daun. Hal ini dikatakan demikian kerana ciri akarnya yang mudah dibentuk menjadi pes. Pengambilan majun disarankan kepada wanita selepas bersalin. Majun sebesar ibu jari dimakan pada waktu pagi dalam tempoh pantang.

Masyarakat Melayu memang menggemari ulam yang tinggi khasiatnya. Walaupun kacip fatimah dapat dijadikan ulam, pengambilan tumbuhan ini jarang-jarang diamalkan kerana rasanya yang kelat dan pahit. Tambahkan pula, daun kacip fatimah agak keras ketika dikunyah, kecuali bahagian pucuknya. Selain itu, disebabkan oleh pucuk pokok kacip fatimah lambat bercambah, pokok ini tidak sesuai dijadikan ulam. Namun begitu masih ada individu yang menggemarinya. □



Bungkusan majun yang sedia dijual.

Profesor Dr. Nik Hazlina Nik Hussain, Penyelaras Unit Perikembangan Kesihatan Wanita (Pakar Obstetrik & Ginekologi) dan Puan Inlani Idrana Hassan, Penyelarah Kajian Keluaruawitan, Pusat Pengajian Sains Kesihatan, USM.