

Studi Etnofarmakologi Tumbuhan Aren (*Arenga Pinnata* (Wurmb.) Merr.) oleh Masyarakat Lokal Kabupaten Aceh Tengah

Hilmina Itawarnemi^{1*}, Iqbar Iqbar² dan Masykur Masykur³

¹Department of Agrotechnology, Faculty of Agriculture, Universitas Teuku Umar.

²Department of Biology, Faculty of Mathematics and Natural Science, Universitas Syiah Kuala. JL. Syech Abdurrauf No. 3, Kopelma Darussalam, Syiah Kuala, Banda Aceh

e-mail: hitawarnemi@utu.ac.id

Abstrak

Tumbuhan Aren (*Arenga Pinnata* (Wurmb. Merr) memiliki aktifitas farmakologis dan telah dimanfaatkan sebagai obat diberbagai daerah dengan cara yang beragam. Masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah sudah sejak lama memanfaatkan aren sebagai obat tradisional, namun pengetahuan mengenai kegunaannya sebagai obat belum terdokumentasi dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi tentang kegunaan tumbuhan aren sebagai obat oleh masyarakat lokal. Penentuan Lokasi penelitian dan responden dilakukan secara Purposive Sampling, sedangkan untuk kajian etnofarmakologi menggunakan Metode *Participatory Rural Appraisal* (PRA). Masyarakat Kabupaten Aceh Tengah memanfaatkan tumbuhan aren sebagai sumber obat-obatan untuk menyembuhkan 31 jenis penyakit. Selain penggunaan tujuh bagian tumbuhan, hasil produksi tumbuhan aren seperti air nira dan gula aren juga berkhasiat obat. Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan adalah buah (33,52%), sedangkan untuk hasil produksinya adalah air nira (64,29%). Teknik pengolahan tumbuhan aren sebagai obat paling banyak digunakan dengan cara direbus (16 penyakit). Cara penggunaan tumbuhan aren paling banyak dikonsumsi secara oral. Tumbuhan aren di kabupaten ini merupakan tumbuhan liar yang populasinya saat ini menurun drastis akibat ditebang (61,73%) dan serangan beruang (38,27%).

Kata kunci: Air nira, Aren, *Arenga pinnata*, Etnofarmakologi, Tumbuhan obat

Abstract

Sugar palm plant (*Arenga pinnata* (Wurmb. Merr) has pharmacological activity and has been used as medicine in various regions in various ways. The people in Central Aceh Regency have long used sugar palm as a traditional medicine, but knowledge about its use as a medicine has not been well documented. This study aims to obtain information about the use of sugar palm plants as medicine by local people. The determination of the research location and respondents was carried out by Purposive Sampling, while for the ethnopharmacological study using the Participatory Rural Appraisal (PRA) Method. The people of Central Aceh Regency use sugar palm plants as a source of medicine to cure 31 types of diseases. In addition to the use of seven parts of the plant, the production of sugar palm plants such as palm sap and palm sugar also have medicinal properties. The part of the plant that is most widely used is the fruit (33.52%), while the production result is palm sap (64.29%). The most widely used processing technique for sugar palm plants as medicine is by boiling (16 diseases). The most widely used method for using sugar palm plants is orally. Sugar palm plants in this district are wild plants whose population is currently decreasing drastically due to being cut down (61.73%) and bear attacks (38.27%).

Keywords: *Arenga pinnata*, Ethnopharmacology, Medicinal plants, Nira water, Palm sap

I. PENDAHULUAN

Indonesia merupakan negara kepulauan beriklim tropis yang menempati urutan ketiga tertinggi di dunia dalam hal keanekaragaman tumbuhan (Akbar *et al.*, 2023). Dari kekayaan tersebut, sekitar 30.000 spesies dari total ±40.000 spesies tumbuhan berkhasiat obat yang telah dikenal di dunia tumbuh di Indonesia. Meskipun memiliki kekayaan yang tinggi dalam keanekaragaman tumbuhan obat, namun hingga saat ini hanya 200 spesies yang telah

dimanfaatkan sebagai bahan baku industri obat tradisional (Susidarti, 2017).

Etnofarmakologi adalah studi tentang pemanfaatan tumbuhan sebagai obat-obatan oleh masyarakat yang mendiami suatu wilayah tertentu (etnis). Di Indonesia, beberapa kelompok masih memanfaatkan tumbuhan sebagai obat-obatan secara tradisional. Pemanfaatan tumbuhan ini dilakukan secara turun temurun melalui penuturan para ahli pengobatan atau berasal dari kebiasaan yang

diajarkan oleh orang tua masing-masing (Rizki & Leilani, 2017). Pengetahuan tentang tumbuhan obat sangat penting untuk menunjang peningkatan ilmu pengetahuan dibidang pengobatan, terutama dalam memenuhi kebutuhan bahan baku obat. Menurut Haba *et al.*, (2022), saat ini, penyediaan untuk memenuhi kebutuhan bahan baku obat tradisional dari alam menjadi tantangan di masa depan.

Arenga pinnata (Wurmb.) Merr. atau dikenal dengan aren adalah salah satu tumbuhan yang diketahui memiliki aktifitas farmakologis dan berpotensi besar untuk dikembangkan sebagai bahan baku obat herbal. Anggota Family Arecaceae ini tersebar hampir diseluruh wilayah Nusantara dan telah dikenal dengan ±150 nama lokal (Zuhud *et al.*, 2014; Kurniawan *et al.*, 2018). Khasiat aren sebagai penyembuh penyakit sudah dipublikasikan di beberapa daerah, di antaranya di Desa Sabuhur Kecamatan Jorong Kabupaten Tanah Laut. Di desa ini aren diyakini dapat menyembuhkan kanker, diabetes, sakit pinggang dan menetralkan darah dari beberapa bagian tumbuhannya (Ridanti *et al.*, 2022). Masyarakat Desa Saham Kecamatan Sengah Temila Kabupaten Landak menggunakan akar aren sebagai peluruh air seni dan peluruh haid (Srihardini *et al.*, 2023). Akar aren muda berkhasiat mengobati batu ginjal dan akar tua untuk sakit gigi pada masyarakat di Kampung Werbes Distrik Bikar Kabupaten Tambrau (Yeblo *et al.*, 2024). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipublikasi, menunjukkan

bahwa setiap daerah memiliki pengetahuan lokal tersendiri akan khasiat aren bagi kesehatan. Setiap wilayah umumnya memiliki kearifan lokal tersendiri yang telah lama diwariskan dari generasi ke generasi dalam memanfaatkan tumbuhan sebagai obat, mulai dari konsep, persepsi, teknik pengolahan dan cara penggunaannya

Aceh Tengah dikenal sebagai salah satu kabupaten yang memiliki populasi dan produksi tumbuhan aren tertinggi di Provinsi Aceh. Kabupaten Aceh Tengah didominasi oleh masyarakat beretnis Gayo. Hingga saat ini masyarakat lokal masih mempertahankan tradisi dengan memanfaatkan tumbuhan di sekitarnya, termasuk aren (*Pango*) sebagai salah satu obat tradisional. Pengetahuan lokal mengenai penggunaan tumbuhan aren sebagai obat di Kabupaten Aceh tengah belum terdokumentasi dengan baik. Pengetahuan tersebut hanya disampaikan secara lisan dari generasi ke generasi. Seiring dengan berkembangnya gaya hidup modern, dikhawatirkan akan semakin menurun minat generasi muda untuk melestarikan pengetahuan lokal tersebut sehingga lambat laun akan punah. Berdasarkan hal tersebut, guna melestarikan pengetahuan lokal serta mendukung penyediaan bahan baku obat dari alam, maka perlu adanya pendataan dan dokumentasi mengenai khasiat empiris dari tumbuhan aren sebagai obat yang digunakan oleh masyarakat lokal Kabupaten Aceh Tengah, sehingga pengetahuan lokal tersebut tidak hilang.

II. METODE PENELITIAN

A. Metode Pengambilan Data

Pengambilan data penelitian dilakukan pada tiga kecamatan di Kabupaten Aceh Tengah, yaitu Linge, Bintang dan Rusip Antara. Setiap kecamatannya dipilih tiga desa. Lokasi yang dipilih adalah kecamatan dan desa yang memiliki populasi tumbuhan aren dan dimanfaatkan oleh masyarakat setempat. Metode yang digunakan dalam pemilihan lokasi penelitian dan responden dilakukan secara *Purposive Sampling*. Untuk mendapatkan data tentang studi etnofarmakologi tumbuhan aren dilakukan dengan metode wawancara secara mendalam dengan masyarakat di lokasi penelitian (*Participatory Rular Appraisal*) (Martin, 1995).

Proses wawancara ditujukan pada masyarakat lokal di Kabupaten Aceh Tengah yang terbagi ke dalam dua kategori yaitu masyarakat pribumi (suku Gayo asli) dan inkulturasi (suku Non Gayo yang mendiami Kabupaten Aceh Tengah secara turun temurun dengan prilaku dan kebudayaan yang sudah menyerupai suku Gayo. Responden yang dipilih terdiri atas 18 responden pada setiap desa yang berasal dari enam kelompok responden, yaitu: kepala desa (satu orang), ketua adat (satu orang), petani aren (lima orang), masyarakat pengrajin aren (lima orang), masyarakat pengguna produk aren (lima orang), dan tabib/dukun kampung (satu orang) sebagai informan kunci. Total Responden yang

diwawancarai sebanyak 162 responden. Pengambilan data dilakukan dengan teknik wawancara secara mendalam berdasarkan daftar pertanyaan yang telah dipersiapkan. Hasil wawancara yang diperoleh akan dicatat dan direkam dengan menggunakan alat perekam suara sehingga tidak ada informasi yang tertinggal.

B. Parameter Penelitian dan Analisis Data

Parameter yang diamati dalam penelitian ini terdiri dari sejauh mana pengetahuan masyarakat lokal Kabupaten Aceh Tengah

memanfaatkan tumbuhan aren sebagai penyembuh penyakit, jenis penyakit apa saja yang dapat disembuhkan, bagian tumbuhan apa saja yang digunakan dalam menyembuhkan, bagaimana cara pengolahan tumbuhan aren sebagai obat serta bagaimana cara penggunaan atau pengaplikasiannya pada tubuh yang sakit. Data hasil penelitian berupa pemanfaatan tumbuhan aren oleh masyarakat lokal Kabupaten Aceh Tengah dianalisis secara deskriptif dengan menggunakan tabel dan gambar.

III. PEMBAHASAN

A. Pemanfaatan Bagian-bagian Tumbuhan Aren dan Hasil Produksinya Sebagai Obat

Masyarakat Kabupaten Aceh Tengah memanfaatkan tumbuhan aren sebagai sumber obat-obatan untuk menyembuhkan 31 jenis penyakit (Tabel 1). Kebanyakan responden yang diwawancarai memberikan lebih dari satu informasi tentang kegunaan tumbuhan aren sebagai obat. Masyarakat lokal tidak hanya menggunakan bagian-bagian tumbuhan aren saja dalam pengobatan, namun juga hasil produksinya, yaitu air nira dan gula aren. Masyarakat menggunakan tujuh bagian tumbuhan aren untuk mengobati 17 jenis penyakit. Bagian-bagian tersebut di antaranya

akar, buah, bunga jantan, daun, serabut ijuk, tulang ijuk dan umbut. Selain itu, air nira dan gula aren juga berkhasiat untuk mengobati 17 jenis penyakit lainnya. Khasiat aren sebagai obat lebih banyak diketahui oleh masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah dibandingkan di desa Sabuhur, Kecamatan Jorong, kabupaten Tanah Laut, di desa ini, aren hanya diketahui dapat menyembuhkan empat jenis penyakit, yaitu kanker, sakit pinggang, diabetes, dan penetral darah (Ridanti *et al.*, 2022). Dalam menyembuhkan satu jenis penyakit, masyarakat lokal dapat menggunakan satu atau lebih bagian dari tumbuhan aren, seperti asam urat, batuk, demam, iritasi kulit, dan reumatik.

Tabel 1.

Bagian tumbuhan aren dan hasil produksinya yang dimanfaatkan sebagai obat oleh masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah

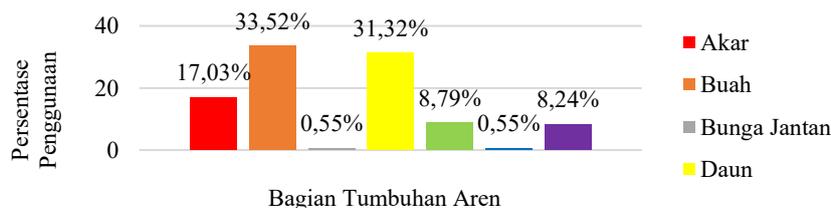
No	Jenis Penyakit	Bagian tumbuhan							Hasil Produksi	
		Akar	Buah	Bunga Jantan	Daun	Serabut Ijuk	Tulang Ijuk	Umbut	Air Nira	Gula Aren
1	Asam urat		√						√	√
2	Batuk	√							√	
3	Bisul									√
4	Buang Air Besar Berdarah									√
5	Demam	√							√	
6	Diabetes		√							
7	Diare									√
8	Iritasi oleh kulit buah				√	√			√	√
9	Jantung							√		
10	Jerawat				√					
11	Kuning (Hepatitis)									√
12	Lumpuh								√	
13	Maag	√								
14	Malaria									√

No	Jenis Penyakit	Bagian tumbuhan							Hasil Produksi	
		Akar	Buah	Bunga Jantan	Daun	Serabut Ijuk	Tulang Ijuk	Umbut	Air Nira	Gula Aren
15	Melancarkan air seni dan menghancurkan batu ginjal								√	
16	Melancarkan saluran pencernaan		√							
17	Memar/luka dalam									√
18	Menetralkan racun tubuh								√	
19	Meningkatkan produksi ASI			√						
20	Menstabilkan gula darah									
21	Meriang						√			
22	Nyeri sendi		√							
23	Pasca Melahirkan									√
24	Penambah stamina tubuh								√	
25	Penguat sendi		√							
26	Penyegar tubuh								√	
27	Perut Kembung							√		
28	Reumatik	√	√							
29	Sakit pinggang dan kesemutan								√	
30	Stroke	√								
31	Meningkatkan kekebalan tubuh	√								

Keterangan: √ : Dimanfaatkan

Bagian tumbuhan aren yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Kabupaten Aceh Tengah adalah buah (33,52%), daun (31,32%) dan akar (17,03%). Sedangkan bagian tumbuhan yang paling sedikit digunakan adalah bunga jantan (0,55%) dan tulang ijuk (0,55%) (Gambar 1). Masyarakat setempat meyakini buah aren sangat berkhasiat dalam menyembuhkan penyakit yang berkaitan dengan persendian dan melancarkan saluran pencernaan. Hasil ini sesuai dengan Sovia dan Anggraeny (2019) yang mengemukakan bahwa buah aren atau umumnya dikenal dengan kolang-kaling mengandung senyawa flavonoid,

alkaloid, dan kuinon yang bersifat analgesik dan memiliki aktifitas anti-inflamasi. Oleh karenanya, buah aren dapat digunakan sebagai obat untuk mengatasi peradangan. Khasiat buah aren untuk pencernaan juga dilaporkan oleh Harahap *et al.*, (2018), buah aren yang memiliki tingkat kematangan lunak mengandung kadar serat tinggi (14,03%) sehingga berperan memperlancar proses pencernaan dalam tubuh. Sedangkan buah dengan tingkat kematangan keras mengandung Vitamin C dan kalsium yang lebih tinggi sehingga berperan penting sebagai antioksidan dan sumber kalsium alternatif.



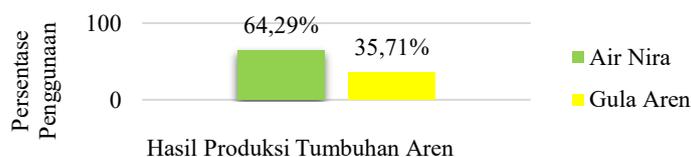
Gambar 1. Persentase penggunaan bagian-bagian tumbuhan aren sebagai obat oleh masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah

Daun banyak dimanfaatkan oleh masyarakat Kabupaten Aceh Tengah sebagai penyembuh gatal-gatal akibat iritasi yang disebabkan oleh kulit buah aren serta mengobati jerawat. Daun memiliki kandungan senyawa fenol seperti flavonoid dan asam fenolat. Flavonoid memiliki aktifitas antioksidan, anti radang, anti alergi, antibakteri dan antivirus (Nurdin *et al.*, 2022). Berbeda dengan laporan Oktavia dan Wungkana (2018), untuk mengatasi jerawat masyarakat Sumedang dan Sukabumi tidak menggunakan daun untuk namun bagian pelepah daun. Pelepah daun aren mengandung metabolit sekunder berupa tanin, polifenol, flavonoid, saponin, kuinon, alkaloid, monoterpene dan seskuiterpen. Senyawa-senyawa ini memiliki sifat anti bakteri yang berkontribusi mengatasi jerawat. Ekstrak pelepah aren memiliki aktifitas antibakteri penyebab jerawat dengan kategori kuat sehingga dapat diformulasikan menjadi sediaan krim (Kartika *et al.*, 2023). Ekstrak etanol pelepah aren yang dicampurkan pada sabun mandi padat memiliki akitivitas antibakteri sangat kuat pada *Pseudomonas aeruginosa* dan *Propionibacterium acnes* (Anggraini *et al.*, 2023)

Masyarakat Kabupaten Aceh Tengah menggunakan akar aren untuk mengatasi enam keluhan penyakit, di antaranya batuk, demam, maag, rematik, stroke dan meningkatkan kekebalan tubuh. Hasil ini berkaitan dengan laporan Yani *et al.*, (2024), akar aren mengandung senyawa flavonoid, saponin,

triterpenoid, tanin dan fenol. Ekstrak etanol akar aren memiliki aktifitas antibakteri terhadap pertumbuhan bakteri *Staphylococcus aureus* dan *Escherichia coli*. Penyakit infeksi yang diakibatkan oleh *S. aureus* di antaranya infeksi luka, bisul, jerawat, dan impetigo. Infeksi yang lebih berat dapat berupa pneumonia, mastitis, plebitis, meningitis, infeksi saluran kemih, osteomielitis, dan endocarditis. Selain itu, *S. aureus* juga menjadi penyebab utama keracunan makanan sindrom syok toksik, dan infeksi nosocomial.

Berdasarkan penggunaan hasil produksi tumbuhan aren sebagai obat, air nira memiliki persentase penggunaan tertinggi yaitu sebesar 64,29%, sedangkan gula aren sebesar 35,71% (Gambar 2). Kebanyakan masyarakat mempercayai bahwa air nira dapat menyegarkan dan meningkatkan stamina tubuh serta melancarkan air seni dan menghancurkan batu ginjal. Hasil ini sesuai dengan Silviana *et al.*, (2021) air nira segar (manis) dan air nira asam (1 hari penyimpanan) mengandung fenol dan saponin yang memiliki efek diuretik. Air nira asam memiliki efektifitas diuretic yang cukup baik sehingga mampu menurunkan tekanan darah melalui mekanisme yang diduga memberikan efek vasodilatasi yang membuat aliran darah menjadi lebih lancar dan meningkatkan pengeluaran urin. Hal ini juga menjadi dasar air nira asam dapat dijadikan sebagai alternatif terapi hipertensi dengan efek diuretic serta tinggi antioksidan.



Gambar 2. Persentase penggunaan hasil produksi tumbuhan aren sebagai obat oleh masyarakat di Kabupaten Aceh Tengah

Gula aren paling banyak diketahui oleh masyarakat Kabupaten Aceh Tengah sebagai bahan campuran dalam pembuatan ramuan obat untuk ibu pasca melahirkan, meskipun banyak juga dikonsumsi secara tunggal. Penggunaan gula aren, selain sebagai pemanis diyakini dapat mengencangkan otot-otot ibu pasca melahirkan dan menunjang kesehatannya dengan dikonsumsi secara rutin selama masa nifas. Gula aren mengandung komponen gula

dominan dalam bentuk sukrosa 13,9-74,9%, sehingga sangat berpotensi untuk dijadikan sebagai penambah stamina (Sidrotullah *et al.*, 2019). Alawi dan Rai (2019) dalam penelitiannya membuktikan adanya pengaruh yang cukup tinggi dari pemberian gula aren terhadap peningkatan daya tahan otot. Selain bermanfaat bagi ibu pasca melahirkan, gula aren yang dicampur dengan jahe sangat berpengaruh terhadap penurunan mual dan

muntah pada ibu hamil trimester satu (Gunarti *et al.*, 2024).

B. Teknik Pengolahan dan Penggunaan Bagian Tumbuhan Aren dan Hasil Produksinya Sebagai Obat

Masyarakat lokal Kabupaten Aceh Tengah memiliki beberapa teknik pengolahan dan cara penggunaan tumbuhan aren sebagai obat. Teknik pengolahan sebelum digunakan yaitu direbus, diperam, diremas, digiling, ditumbuk, dibakar, dicairkan, dicampur dan tanpa pengolahan. Pengolahan tumbuhan aren dengan cara direbus merupakan cara yang paling sering digunakan (Tabel 2). Teknik pengolahan dengan cara direbus digunakan untuk menyembuhkan 16 jenis penyakit. Hasil ini sesuai dengan Abeng *et al.*, (2021), pengolahan tumbuhan obat dengan cara direbus paling banyak digunakan di Kecamatan Torue, Kabupaten Parigi Moutong, Sulawesi Tengah. Selain mudah dilakukan, teknik perebusan

dapat menarik senyawa-senyawa aktif pada bagian tumbuhan yang direbus.

Cara penggunaan ramuan tumbuhan aren sebagai obat ke bagian tubuh meliputi dikonsumsi, digosok, dilumurkan dan ditempel (Tabel 2). Pengaplikasian ramuan yang paling banyak digunakan oleh masyarakat Kabupaten Aceh Tengah adalah dikonsumsi. Penyembuhan suatu penyakit berlangsung lebih cepat dengan mengkonsumsi air rebusan tumbuhan obat. Hal ini disebabkan karena senyawa-senyawa aktif tumbuhan yang terkandung dalam air rebusan akan langsung diproses dalam metabolisme tubuh (Gunarti *et al.*, 2021). Hasil ini sejalan dengan Wae *et al.*, (2022), masyarakat Suku Lio di Desa Waturaka Kawasan Taman Nasional Kelimutu Kabupaten Ende mengaplikasikan ramuan tumbuhan obat ke tubuh dengan dua cara yaitu, sebagai obat luar (digosok atau dilumurkan ke bagian tubuh yang sakit) serta obat dalam (diminum sebagai jamu).

Tabel 2
Teknik pengolahan dan cara penggunaan bagian tumbuhan aren dan hasil produksinya sebagai obat

No	Jenis Penyakit	Bagian Tumbuhan/Hasil Produksi Aren yang digunakan	Teknik Pengolahan	Cara Penggunaan
1	Asam urat	Buah	Buah aren (kolang-kaling) direbus hingga mendidih dan ditambahkan sedikit gula sebagai pemanis	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
		Gula aren	Gula aren dan tiga batang sere direbus dalam ±500 mL air hingga mendidih	Diminum dua kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
2	Batuk	Akar	Dua genggam akar dicuci bersih, ditumbuk dan direbus dalam ±600 mL hingga mendidih	Diminum tiga kali sehari sebanyak 1/3 gelas kecil (±60 mL)
		Air nira	Air nira sebanyak ±1,5 liter dimasukkan ke dalam wadah tertutup, ditambahkan 1/2 buah ragi dan lima butir merica. Didiamkan selama tiga hari (72 jam)	Diminum tiga kali sehari sebanyak 1/3 gelas kecil (±60 mL)
3	Bisul dan barah	Gula aren	Satu siung bawang putih diris tipis dan ditambahkan gula aren secukupnya. Kemudian diremas hingga hancur	Digosokkan pada bagian tubuh yang tumbuh bisul atau benjolan
4	Buang air besar berdarah	Gula aren	Segenggam pucuk daun delima, 1/4 daging asam jawa dan gula aren direbus dalam ± 500 mL air hingga mendidih, di saring dan didinginkan	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
5	Demam	Akar	Akar aren sebanyak 2-3 genggam direbus dengan ±600 mL air hingga mendidih	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
		Air nira	Air nira sebanyak satu liter dilarutkan dengan satu liter santan kelapa. Kemudian ditambahkan beras yang telah dioseng (<i>berteh</i>) dan didiamkan selama lima menit.	Diminum tiga kali sehari, dengan takaran dewasa sebanyak satu gelas besar (±250 mL) dan anak-anak sebanyak 1/3 gelas kecil (±60 mL)

No	Jenis Penyakit	Bagian Tumbuhan/Hasil Produksi Aren yang digunakan	Teknik Pengolahan	Cara Penggunaan
6	Diabetes	buah	Buah aren (kolang-kaling) direbus hingga mendidih dan ditambahkan sedikit gula sebagai pemanis	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
		Air nira	Air nira segar	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
7	Diare	Gula aren	Rimpang kunyit seukuran 2 cm dan satu siung bawang putih digiling halus. Ditambahkan ±60 mL air, gula aren secukupnya, ½ sendok teh jeruk nipis dan sedikit garam dapur	Dikonsumsi sekali sehari (pagi atau malam) sebanyak ½ gelas kecil (±60 mL)
8	Iritasi oleh kulit buah	Daun	Daun tua sebanyak 3-5 helai ditumbuk kasar	Digosokkan pada permukaan kulit yang terkena iritasi
		Serabut ijuk	Serabut ijuk sebanyak 5-8 genggam dibakar hingga menjadi abu (<i>perabu arangen</i>), ditambahkan sedikit minyak goreng dan diaduk hingga mengental	Digosokkan pada permukaan kulit yang terkena iritasi
		Air nira	Air nira segar	Dilumurkan dan digosokkan perlahan pada permukaan kulit yang iritasi
		Gula aren	Gula aren sebanyak 2-3 sendok dicampurkan dengan sedikit air hingga mengental	Dilumurkan pada permukaan kulit yang mengalami iritasi dan didiamkan hingga mengering. Dilakukan berulang kali jika gatal belum pulih
9	Jantung	Umbut	Umbut dicuci bersih, diiris tipis dan direbus. Dapat pula diolah sebagai sayuran	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
10	Jerawat	Daun	Daun tua sebanyak 4-5 helai dibakar hingga menjadi abu. Abu dicampurkan dengan sedikit minyak goreng hingga mengental	Ditempelkan pada bagian kulit berjerawat hingga mengering. Dilakukan sesering mungkin.
11	Kuning (Hepatitis)	Gula aren	<i>Cara pertama:</i> Sebanyak 1 kg rimpang temulawak dan ½ kg rimpang kunyit digiling halus dan direbus dalam 1,5 liter air. Kemudian air rebusan di saring dan ditambahkan 1 kg gula aren. Rebus kembali hingga amengental dan hanya tersisa setengahnya	<i>Cara pertama:</i> Dikonsumsi dua kali sehari sebanyak dua sendok makan
			<i>Cara kedua:</i> sebanyak lima genggam rambut tongkol jagung ditumbuk halus dan rebus dalam ±500 mL air hingga mendidih. Ditambahkan gula aren secukupnya, di aduk dan disaring	<i>Cara kedua:</i> Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
12	Lumpuh	Air nira	Air nira sebanyak tiga liter dimasukkan dalam wadah tertutup, ditambahkan delapan butir merica halus, didiamkan selama tiga jam.	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
13	Maag	Akar	Akar muda sebanyak dua genggam digiling halus dengan menambahkan sedikit air. Air disaring dan diendapkan selama satu jam. Kemudian rimpang kunyit, jahe, lengkuas, kulit manis, jintan cabai rawit digiling halus dan direbus dengan ±600 mL air. Selanjutnya dicampurkan dengan air endapan akar aren	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)

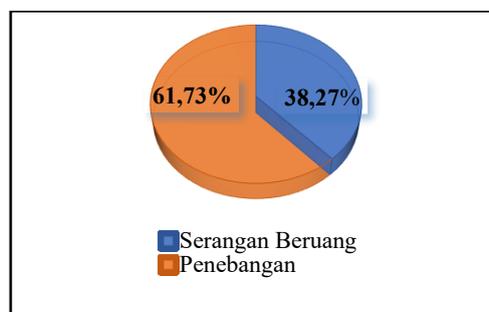
No	Jenis Penyakit	Bagian Tumbuhan/Hasil Produksi Aren yang digunakan	Teknik Pengolahan	Cara Penggunaan
14	Malaria	Gula aren	Rimpang kunyit seukuran 3 cm digiling halus, kemudian ditambahkan sedikit air, gula aren dan garam dapur secukupnya	Dikonsumsi 3 kali sehari secara rutin
15	Melancarkan air seni dan menghancurkan batu ginjal	akar	Akar aren sebanyak 2-3 genggam direbus dalam ± 600 mL air hingga mendidih, kemudian ditambahkan sedikit gula aren sebagai pemanis	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
		Air nira	Air nira segar	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
16	Melancarkan saluran pencernaan	Buah	Buah aren direbus hingga mendidih. Atau bisa diolah sebagai manisan	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
17	Memar/luka dalam	Gula aren	Gula aren sebanyak tiga sendok makan dicampurkan dengan dua butir kuning telur ayam kampung dan dua sendok makan madu, diaduk hingga merata	Digosokkan pada bagian yang sakit secara merata dan berulang kali hingga mengering
18	Menetralkan racun tubuh	Air nira	Air nira sebanyak satu liter dimasukkan ke dalam wadah tertutup, didiamkan selama delapan jam	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaannya
19	Meningkatkan produksi ASI	Bunga jantan	Bunga jantan muda (<i>mayang</i>) sebanyak 3-4 untai direbus dalam satu liter air hingga mendidih. Ditambahkan sedikit gula aren sebagai pemanis	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL). Ramuan ini dikonsumsi sehari setelah melahirkan dan dihentikan setelah habis masa menyusui
		Air nira	Air nira segar	Dikonsumsi dua kali sehari sebanyak satu gelas besar ±250 mL
20	Menstabilkan gula darah	Gula aren	-	Dikonsumsi setiap hari secara rutin sebagai cemilan atau campuran teh dan kopi
21	Meriang	tulang ijuk (<i>longe</i>)	Tulang ijuk sebanyak 10 helai direbus dengan segenggam akar dan pucuk rumput ilalang (<i>Imperata cylindrical</i>) (<i>rumpu jeh</i>) serta satu buah jeruk nipis dalam satu liter air hingga mendidih	Diminum tiga kali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
22	Nyeri sendi	buah	Buah aren direbus hingga mendidih. Atau bisa diolah sebagai manisan	Dikonsumsi rutin setiap hari tanpa ada batas waktu penggunaan
23	Pasca Melahirkan	Gula aren	Rimpang kunyit sebanyak 1 kg, rimpang jahe ½ kg, 1 buah nenas muda, 5 helai daun pepaya tua, 1 buah jeruk nipis ¼ kg bawang putih digiling halus dengan menambahkan air secukupnya, disaring. Kemudian ditambahkan 1 sendok teh merica, 3 sendok teh jintan hitam halus, 5 butir telur ayam kampung dan gula aren secukupnya ke dalam air hasil saringan. Selanjutnya direbus hingga mengental	Dikonsumsi tiga kali sehari sebanyak satu sendok makan
24	Penambah stamina tubuh	Air nira	air nira segar	Dikonsumsi rutin setiap harinya tanpa ada batasan waktu penggunaan
25	Penguat sendi	buah	Buah aren direbus hingga mendidih. Atau bisa diolah sebagai manisan	Dikonsumsi rutin setiap harinya tanpa ada batasan waktu penggunaan
26	Penyegar tubuh	Air nira	air nira segar	Dikonsumsi rutin setiap harinya tanpa ada batasan waktu penggunaan

No	Jenis Penyakit	Bagian Tumbuhan/Hasil Produksi Aren yang digunakan	Teknik Pengolahan	Cara Penggunaan
27	Perut Kembang	Gula aren	Dua sendok makan gula aren dicampurkan dengan ½ sendok makan kapur sirih dan sedikit air	digosokkan pada bagian perut secara merata dan dilakukan pengulangan jika sudah mengering
28	Reumatik	Buah	Buah aren direbus hingga mendidih. Atau bisa diolah sebagai manisan	Dikonsumsi rutin setiap harinya tanpa ada batasan waktu penggunaan
		Akar	Segenggam akar aren, akar pinang (<i>Areca catechu</i>) dan rebung bambu (<i>Dendrocalamus asper</i>) (<i>tuis</i>) direbus dengan ±600 mL air hingga mendidih.	Diminum sekali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
29	Sakit pinggang dan kesemutan	air nira	Sebanyak ±1,5 liter air nira dan ½ buah ragi dimasukkan ke dalam wadah tertutup, didiamkan selama 24 jam	Diminum sekali sehari sebanyak satu gelas kecil (±180 mL)
30	Stroke	Akar dan daun	segenggam akar dan 4-8 helai daun ditumbuk halus dengan menambahkan sedikit air. Air disaring dan dicampurkan kapur tor (abu cangkang kerang) hingga mengental	Digosokkan satu arah ke bagian tubuh yang sakit hingga mengering. Dilakukan hanya sekali pada malam hari
31	Meningkatkan kekebalan tubuh	Akar	Akar muda sebanyak 2-3 genggam di rebus dalam ±500 mL air. Perebusan dilakukan hingga air hanya tersisa setengahnya	Diminum dua kali sehari

C. Kondisi Populasi Tumbuhan Aren di Kabupaten Aceh Tengah

Informasi yang diperoleh dari pihak kecamatan dan responden yang diwawancarai, saat ini keberadaan populasi aren menurun drastis akibat penebangan yang dilakukan masyarakat dan serangan beruang. Gambar 3 menunjukkan persentase penurunan populasi tumbuhan aren di Kabupaten Aceh Tengah paling tinggi disebabkan oleh adanya penebangan (61,73%), selanjutnya serangan beruang (38,27%). Kecenderungan masyarakat beternak kuda pacu menjadikan empelur batang

aren sebagai bahan nutrisi penambah stamina dan laju kecepatan kuda pacu. Sehingga banyak peternak yang melakukan penebangan pohon aren terutama yang berusia 15-20 Tahun. Serangan beruang juga menyebabkan penurunan daya regenerasi tumbuhan aren di lokasi penelitian. Beruang sering menyerang tumbuhan aren untuk mendapatkan umbutnya sehingga mengakibatkan kematian tumbuhan aren muda. Keberadaan beruang juga menjadi ancaman kerugian besar bagi petani dan pengrajin aren karena menyebabkan rusaknya wadah penampungan air nira



Gambar 3. Persentase penurunan populasi tumbuhan aren di Kabupaten Aceh Tengah

Populasi aren yang terdapat di Kabupaten Aceh Tengah tumbuh secara liar dan dominannya terdapat di daerah yang berlereng curam. Kondisi ini menyulitkan bagi petani dan pengrajin untuk melakukan pemanenan. Meskipun demikian, masyarakat tetap berupaya memanfaatkan tumbuhan tersebut karena menjadi salah satu sumber pendapatan utama bagi sebagian besar masyarakatnya. Masyarakat lokal telah beberapa kali mencoba membudidayakan aren, namun tidak pernah berhasil. Kegagalan ini kemungkinan disebabkan karena kurangnya pengetahuan dalam menentukan biji buah aren yang baik dan viable untuk dijadikan bibit. Selain itu,

masyarakat juga tidak mendapatkan informasi yang cukup dari pemerintah terkait pemilihan dan penanaman bibit aren yang benar. Hal yang sama juga terjadi di desa Gema Kecamatan Simpang Dua Kabupaten Ketapang, penurunan populasi tumbuhan aren menurun setiap tahunnya karena tidak ada upaya budidaya dari masyarakat setempat. Menurunnya jumlah populasi menyebabkan semakin rendahnya pemanfaatan tumbuhan aren (Iskandar *et al.*, 2023). Berkaitan dengan ini, apabila tidak adanya penanganan yang intensif terhadap budidaya, dikhawatirkan akan berdampak terhadap lingkungan, kesehatan, ekonomi dan sosial masyarakat

IV. KESIMPULAN

Masyarakat Kabupaten Aceh Tengah memanfaatkan tumbuhan aren sebagai sumber obat-obatan untuk menyembuhkan 31 jenis penyakit. Selain penggunaan bagian tumbuhan, hasil produksi tumbuhan aren juga berkhasiat obat. Bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan adalah buah (33,52%), sedangkan untuk hasil produksinya adalah air nira

(64,29%). Teknik pengolahan dan cara penggunaan tumbuhan aren sebagai obat paling banyak digunakan dengan direbus dan dikonsumsi secara oral. Keberadaan populasi tumbuhan aren di Kabupaten Aceh Tengah saat ini mengalami penurunan drastis karena adanya penebangan (61,73%) dan serangan beruang (38,27%).

DAFTAR PUSTAKA

- Abeng, A.T., Rumi, A., & Masyita, A.A. (2021). Studi Etnofarmakologi Obat Tradisional Penyakit Darah Tinggi Di Kecamatan Torue, Kabupaten Parigi Moutong, Sulawesi Tengah. *Indonesia Natural Research Pharmaceutical Journal*, 6 (2), 1-9.
- Alawi, C. M., & Ray, H. R. D. (2021). Pengaruh Mengonsumsi Gula Aren (*Arenga Pinnata*) Sebelum Olahraga Terhadap Daya Tahan Otot. *Jurnal Ilmu Faal Olahraga Indonesia*, 2 (2), 53.
- Akbar, H. K., Muhimmatin, I., & Nugrahani, M. P. (2023). Keanekaragaman Tumbuhan Paku (Pteridophyta) Di Kawasan Wisata Air Terjun Kalibendo Banyuwangi. *BIOEDUKASI (Jurnal Pendidikan Biologi)*, 14 (1), 90.
- Anggraini, D., Sangi, M. S., & Wuntu, A. D. (2023). Formulasi Sabun Mandi Padat yang Mengandung Antioksidan dan Antibakteri dari Ekstrak Etanol Pelelepah Aren (*Arenga pinnata*). *Chemistry Progress*, 16 (1), 20-29.
- Badan Pusat Statistik (BPS) Aceh Tengah. 2024. *Kabupaten Aceh Tengah Dalam Angka*. BPS Kabupaten Aceh Tengah, Aceh Tengah
- Gunarti, N. S., Fikayuniar, L., & Hidayat, N. (2021). Studi Etnobotani Tumbuhan Obat di Desa Kutalanggeng dan Kutamaneuh Kecamatan Tegalwaru Kabupaten Karawang Jawa Barat. *Majalah Farmasetika*, 6 (1), 14-23.
- Gunarti, N. W., Dewi, M. K., & Ginting, A. S. B. R. (2024). Efektifitas Pemberian Minuman Gula Aren dan Jahe Hangat Untuk Mengurangi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Puskesmas Pagelaran Kabupaten Cianjur Tahun 2023. *Journal Of Midwifery*, 12 (2), 168-173.
- Haba, F. S., Purnama, M. M. E., & Mau, A. E. (2022). Keanekaragaman Jenis Dan Pemanfaatan Tumbuhan Obat Di Hutan Penelitian Bu'At So'E, Kecamatan Mollo Selatan, Kabupaten Timor Tengah Selatan, Provinsi Nusa Tenggara Timur. *Wana Lestari*, 4 (01), 182-193.
- Harahap, S., Nasution, M. N., & Nasution, D. P. (2018). Kandungan Nilai Gizi Kolang-Kaling dari Aren (*Arenga pinnata*) Sebagai Sumber Pangan Baru di Tapanuli Bagian Selatan. *Jurnal LPPM UGN*, 9 (1), 4.

- Iskandar, A. M., Wirando, W., & Tavita, G. E. (2023). Potensi Dan Pemanfaatan Aren (*Arenga Pinnata*) Oleh Masyarakat Di Desa Gema Kecamatan Simpang Dua Kabupaten Ketapang. *Jurnal Hutan Lestari*, 11 (4), 854.
- Kartika, E, Y., Pratami, D, N., & Jayantie, D, D. (2023). *Seminar Nasional Sains dan Teknologi (SNST)*, 12.
- Kurniawan, T., Jayanudin., Kustiningsih, I., Firdaus, M. A. (2018). Palm Sap Sources, Characteristics, and Utilization In Indonesia. *J Food Nutr Res* 6 (9), 590-596.
- Martin, G. J. 1995. *Ethnobotany: A People and Plant Conservation Manual*. Chapman & Hall, London.
- Nurdin, G, M., Sari, A.P., & Herni. (2022). Identifikasi Tumbuhan Obat Masyarakat Desa Pao-Pao Kabupaten Polewali Mandar Provinsi Sulawesi Barat. *BIOSFER: Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biologi*, 7 (01), 20-29.
- Oktavia, F., & Wungkana, J. (2018). Abu Pelepah Aren (*Arenga pinnata* Merr.) sebagai Bahan Kosmetika Perawatan Kulit Wajah Kaya Antioksidan. *Jurnal Ilmiah Pertanian*, 14 (1), 29-34.
- Ridanti, C., Dharmono, D., & Riefani, M. K. (2022). Kajian Etnobotani Aren (*Arenga pinnata* Merr.) Di Desa Sabuhur Kecamatan Jorong Kabupaten Tanah Laut. *JUPEIS: Jurnal Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 1 (3), 200-215.
- Rizki & Leilani, I. (2017). Etnofarmakologi Tumbuhan Familia Rhizophoraceae oleh Masyarakat di Indonesia. *Bioconchetta*, III (1), 51-60.
- Sidrotullah, M., Pahmi, K., & Amrillah. (2019). Pengaruh Perlakuan Rebusan Gula Aren (*Arenga Pinnata*) Yang Diberikan Perolar Terhadap Stamina Mencit Dengan Metode Natatory Exhaustion. *JIKF*, 7 (2), 83-86.
- Silviana, E., Handayani, R., & Askani, I. (2021). Uji diuretik air nira (*Arenga Pinnata* (Wurmb) Merr.) terhadap mencit (*Mus Musculus*) jantan. *Jurnal JIFS: Jurnal Ilmiah Farmasi Simplisia*, (1) 1, 55-61
- Srihardini., Dirhamsyah., & Iskandar. (2023). Pemanfaatan Aren (*Arenga pinnata*) Oleh Masyarakat Desa Saham Kecamatan Sengah Temila Kabupaten Landak. *Jurnal Lingkungan Hutan Tropis* 2 (4), 502-508.
- Susidarti, R.A., 2017. Ribuan Tanaman Herbal di Indonesia Belum Dimanfaatkan Secara Optimal. <http://ugm.ac.id/berita>. (Online) Diakses 15 April 2025
- Sovia, E., & Anggraeny, D. (2019). Sugar Palm Fruits (*Arenga pinnata*) as Potential Analgesics and Anti-Inflammatory Agent. *Molecular and Cellular Biomedical Sciences*, 3 (2), 107.
- Wae, V, P, S, M., Gago, J., Ngapa, Y. D. (2022). Etnobotani Masyarakat Suku Lio: Studi Kasus Di Desa Waturaka Kawasan Taman Nasional Kelimutu Kabupaten Ende. *BIOSFER: Jurnal Biologi Dan Pendidikan Biologi*, 7 (1), 58-66.
- Yani, R. D., Hasanudin, S., Saafi, L. O., Syafrie, F.A., Alani, F. W., Wijayanti, P. M., & Putri, T. Z. A. D. (2024). Uji Aktivitas Antibakteri Ekstrak Etanol Akar Enau (*Arenga pinnata* Merr.) Terhadap Bakteri *Staphylococcus aureus* dan *Escherichia coli*. *Jurnal Pharmacia Mandala Waluya*, 3 (6), 392-408.
- Yeblo, Y., Maruapey, A., & Febriadi, I. (2024) Etnobotani Pohon Aren (*Arenga pinnata* Merr.) Di Kampung Werbes Distrik Bikar Kabupaten Tambrau. *Jurnal Agriva* 2 (2), 8-19.
- Zuhud E, A, M., Siswoyo, E. Sandra, A. Hikmat, E., & Adhiyanto. 2014. *General Reference Books on Indonesian Medicinal Plants, Volume VIII*. Dian Rakyat, Jakarta.