



EKSPLORASI PENGETAHUAN TRADISIONAL MASYARAKAT KARO TENTANG PEMANFAATAN BUAH GAMBIR PUTIH (*UNCARIA GAMBIR ROXB*) SEBAGAI OBAT DIARE

EXPLORATION OF TRADITIONAL KNOWLEDGE OF THE KARO COMMUNITY REGARDING THE USE OF WHITE GAMBIR FRUIT (UNCARIA GAMBIR ROXB) AS A MEDICINE FOR DIARRHEA

**Findi Septiani¹, Roulina Siburian², Chyntia Dwi Camelia³, Nurul Ummi Lubis⁴, Rahel
Octavia Siaahan⁵, Rizki Jumiaty Hasibuan⁶, Cicik Suriani⁷**

Universitas Negeri Medan

Email: Findiseptiani@gmail.com¹, roulinasiburian005@gmail.com², chyntia0205@gmail.com³,
nurulummilubis1@gmail.com⁴, raheloctavia075@gmail.com⁵, rizkijumiatyhasibuan@gmail.com⁶,
ciciksuriani@unimed.ac.id⁷

Article Info

Article history :

Received : 10-10-2025

Revised : 12-10-2025

Accepted : 14-10-2025

Pulished : 16-10-2025

Abstract

*Indonesia is a country with high biodiversity, resulting in a wealth of traditional knowledge regarding the use of medicinal plants. One such plant is gambir (*Uncaria gambir* Roxb.), which is part of the tradition of the Karo people in North Sumatra. Specifically, white gambir has been used for generations as a remedy for diarrhea and stomach disorders. This study aims to describe the ethnomedical practices of the Karo people in using white gambir through a qualitative approach involving interviews and thematic analysis, enriched with a review of scientific literature. The results show that white gambir is processed by mixing it with bangun-bangun juice (*Coleus amboinicus* Lour.) and brown sugar, then brewed with hot water and drunk twice a day. It can also be consumed directly with a bitter taste that leaves a sweet sensation and is safe for children. This concoction is believed to be effective in treating diarrhea and reducing stomach acid. This traditional practice not only reflects the local wisdom of the Karo people, but also has a strong scientific basis and has the potential to be developed as a phytopharmaceutical based on Indonesian natural ingredients.*

Keywords : Diarrhea, Ethnobotany, White Gambir

Abstrak

Indonesia merupakan negara keanekaragaman hayati yang tinggi sehingga banyak pengetahuan tradisional dalam pemanfaatan tanaman obat. Salah satu tanaman itu adalah gambir (*Uncaria gambir* Roxb.), yang ada pada tradisi masyarakat Karo di Sumatera Utara, khususnya jenis gambir putih, digunakan secara turun-temurun sebagai obat diare dan gangguan lambung. Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan praktik etnomedisin masyarakat Karo menggunakan gambir putih melalui pendekatan kualitatif dengan wawancara dan analisis tematik, dan diperkaya dengan telaah literatur ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gambir putih diolah dengan mencampurkan sari bangun-bangun (*Coleus amboinicus* Lour.) dan gula merah, kemudian diseduh air panas dan diminum dua kali sehari, serta dapat dikonsumsi langsung dengan rasa sepat yang kemudian meninggalkan sensasi manis dan aman bagi anak-anak. Ramuan ini diyakini efektif dalam mengatasi diare dan menurunkan asam lambung. Praktik tradisional ini tidak hanya mencerminkan kearifan lokal masyarakat Karo, tetapi juga memiliki dasar ilmiah yang kuat dan berpotensi dikembangkan sebagai fitofarmaka berbasis bahan alam Indonesia.

Kata kunci: Diare, Etnobotani, Gambir Putih



PENDAHULUAN

Indonesia, yang terkenal karena keragaman hayati dan budayanya yang melimpah, memiliki berbagai kearifan lokal yang diwariskan dari generasi ke generasi. Salah satu aspek krusial dari kearifan lokal ini adalah penggunaan tanaman obat tradisional dalam kehidupan sehari-hari. Tanaman gambir (*Uncaria gambir Roxb*) merupakan salah satu hasil pertanian rakyat yang memiliki nilai ekonomi tinggi serta potensi untuk dikembangkan secara komersial berkat banyaknya manfaat yang ditawarkannya.

Tanaman gambir umumnya ditemukan dan dibudidayakan di Sumatera Barat, sehingga sering dianggap sebagai tanaman khas dari daerah tersebut. Di Sumatera Barat, sekitar 90% area tanam gambir berada di Kabupaten Lima Puluh Kota dan Pesisir Selatan, dengan lebih dari 80% total hasil produksi gambir di Indonesia berasal dari daerah ini (Zainal *et al.*, 2020). Meskipun demikian, penggunaan gambir tidak hanya terbatas pada masyarakat Sumatera Barat, tetapi juga dikenal luas oleh masyarakat dari banyak daerah, termasuk masyarakat Karo di Sumatera Utara yang memiliki tradisi yang lama dalam menggunakan tanaman obat untuk kesehatan.

Secara turun temurun, gambir telah dikenal sebagai bahan tambahan untuk menyirih yang berguna untuk memperkuat gigi dan gusi, digunakan dalam upacara adat, serta dimanfaatkan untuk mengobati diare, sakit perut, dan berbagai masalah pencernaan seperti maag atau gangguan asam lambung. Dengan kemajuan ilmu pengetahuan, gambir juga dimanfaatkan dalam industri farmasi modern, contohnya sebagai bahan aktif dalam obat-obatan, bahan perekat, serta dalam proses membatik, hingga sebagai campuran dalam larutan bir. Kandungan senyawa aktif seperti katekin, tanin, dan alkaloid diketahui memiliki sifat antimikroba, antioksidan, dan astringen, yang mendukung penggunaannya dalam pengobatan tradisional dan modern (Sagala *et al.*, 2015).

Senyawa katekin yang terdapat dalam gambir memiliki fungsi yang penting baik sebagai zat yang melawan oksidasi maupun sebagai agen antibakteri terutama terhadap bakteri Gram-positif seperti *Streptococcus mutans*. Pemanfaatan senyawa katekin sebagai zat antioksidan dan antibakteri terus ditingkatkan pada berbagai produk, baik yang bersifat pangan maupun nonpangan (Santoso & Pangawikan, 2022).

Secara khusus, masyarakat Karo memiliki pengetahuan tradisional yang unik mengenai pemanfaatan berbagai tumbuhan lokal, termasuk gambir putih, untuk keperluan pengobatan. Salah satu kegunaan yang paling mencolok adalah sebagai obat diare, yang masih merupakan masalah kesehatan di berbagai daerah pedesaan di Indonesia. Pengetahuan ini diturunkan secara lisan dari satu generasi ke generasi lainnya dan menjadi bagian penting dari praktik pengobatan tradisional. Namun, seiring dengan modernisasi, pengetahuan tradisional ini menghadapi tantangan seperti hilangnya dokumentasi, perubahan gaya hidup, dan pergeseran preferensi masyarakat terhadap pengobatan medis modern.

Oleh karena itu, penelitian mengenai eksplorasi pengetahuan tradisional masyarakat Karo tentang penggunaan buah gambir putih sebagai pengobatan diare sangat penting untuk dilakukan. Penelitian ini akan berfungsi tidak hanya untuk mendokumentasikan dan melestarikan kearifan lokal, tetapi juga sebagai dasar awal untuk mengembangkan obat herbal berbasis bahan alami yang aman, efektif, dan dapat meningkatkan nilai ekonomi tanaman gambir. Dengan begitu, studi ini



diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan dalam bidang ilmu pengetahuan, kesehatan masyarakat, serta pelestarian budaya tradisional.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam untuk mengeksplorasi pengetahuan tradisional masyarakat Karo terkait pemanfaatan gambir putih (*Uncaria gambir Roxb*) sebagai obat diare. Informan dipilih secara purposive, dengan narasumber utama Ibu Tika Br Ginting yang memiliki pengalaman turun-temurun dalam penggunaan gambir putih sebagai obat tradisional. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan pendekatan tematik untuk mengidentifikasi pola-pola makna dan praktik. Selain itu, dilakukan studi literatur terhadap sumber-sumber ilmiah yang membahas kandungan aktif dan pemanfaatan *Uncaria gambir Roxb*, guna membandingkan dan menguatkan data empiris dari lapangan dengan temuan terdahulu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel Perbandingan Pengetahuan Tradisional dan Studi Ilmiah Tentang Gambir Putih

Aspek	Pengetahuan Tradisional Masyarakat Karo	Hasil Studi Ilmiah
Jenis Gambir	Dibedakan menjadi gambir putih (untuk obat diare dan lambung) dan gambir merah (untuk menyirih).	Secara botani, gambir putih dan merah berasal dari <i>Uncaria gambir Roxb</i> , namun perbedaan warna dipengaruhi oleh metode pengolahan (Bancin, 2021).
Penggunaan utama	Obat diare pada anak, suami, atau ibu rumah tangga.	Senyawa tanin dan katekin pada gambir memiliki efek antidiare dengan cara mengikat protein mukosa usus dan menghambat pertumbuhan bakteri penyebab diare (Elida, 2022).
Cara pemakaian	Dicampur dengan sari bangun-bangun, ditambah gula merah, diseduh dengan air panas, diminum 2x sehari.	Kombinasi tanaman herbal sering memberikan efek sinergis. Gula merah asli lebih aman untuk lambung dibanding gula pasir, sesuai anjuran penggunaan bahan alami (Zahra et al., 2022).
Alternatif konsumsi	Bisa dikonsumsi langsung (rasanya sepat lalu manis), aman untuk anak-anak.	Tanin memang memberikan rasa sepat, tetapi juga memiliki aktivitas antibakteri dan antioksidan yang baik (Bancin, 2021).
Khasiat tambahan	Selain untuk diare, juga digunakan untuk mengatasi asam lambung naik.	Studi melaporkan gambir memiliki efek antiradang dan dapat menurunkan sekresi asam lambung, sehingga bermanfaat pada gangguan dispepsia (Elida, 2022).
Anjuran tambahan	Tidak disarankan memakai madu atau gula pasir, lebih baik memakai gula merah agar aman untuk lambung.	Studi menunjukkan gula merah memiliki kandungan mineral dan lebih rendah risiko iritasi lambung



		dibandingkan pemanis buatan atau gula pasir (Zahra et al., 2022).
--	--	---

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dengan informan utama, Ibu Tika Br Ginting, diketahui bahwa masyarakat Karo secara tradisional memanfaatkan *Uncaria gambir Roxb*, khususnya varian yang dikenal sebagai gambir putih, sebagai obat untuk mengatasi diare. Penggunaan gambir putih ini tidak hanya terbatas pada satu individu, melainkan juga digunakan untuk anggota keluarga lain, termasuk anak-anak dan suami, saat mengalami gejala diare.

Informan menjelaskan bahwa pengolahan gambir putih dilakukan dengan mencampurkan potongan gambir dengan sari daun bangun-bangun (*Plectranthus amboinicus*) dan sedikit gula merah asli, kemudian diseduh dengan air panas. Ramuan ini diminum sebanyak dua kali sehari. Menurut pengalaman informan, konsumsi ramuan tersebut dapat meredakan diare dalam waktu singkat, umumnya setelah satu hingga dua kali pemakaian.

Pemanfaatan gambir putih (*Uncaria gambir Roxb*) sebagai obat diare dalam tradisi masyarakat Karo menunjukkan adanya pengetahuan etnofarmakologi yang diwariskan secara turun-temurun. Gambir putih memiliki ciri khas berupa warna yang lebih pucat dibandingkan jenis gambir merah, dengan tekstur lebih lembut dan rasa sepat yang pada akhirnya meninggalkan sensasi manis. Masyarakat Karo membedakan fungsi kedua jenis gambir tersebut: gambir merah umumnya digunakan untuk kegiatan menyirih oleh kalangan orang tua, sedangkan gambir putih lebih difokuskan sebagai bahan pengobatan, khususnya dalam mengatasi diare.

Dalam praktik pengobatan tradisional, bila seorang anak, suami, atau bahkan ibu rumah tangga mengalami sakit diare, maka gambir putih menjadi pilihan utama sebagai terapi alami. Cara pemanfaatannya adalah dengan mencampurkan gambir putih bersama sari daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus Lour.*), ditambahkan sedikit gula merah asli, lalu diseduh menggunakan air panas. Ramuan ini diminum sebanyak dua kali sehari. Berdasarkan pengalaman empiris, ramuan tersebut diyakini dapat menghentikan diare dengan cepat dan efektif. Selain itu, masyarakat Karo juga percaya bahwa ramuan ini bermanfaat untuk meredakan asam lambung yang naik, sehingga penggunaannya bersifat multifungsi.

Kandungan senyawa bioaktif pada gambir putih, seperti katekin, tanin, dan flavonoid, diketahui memiliki aktivitas antibakteri, antidiare, dan antiradang. Tanin berperan penting dalam mengikat protein pada mukosa usus sehingga dapat mengurangi sekresi cairan berlebih saat diare. Penelitian lain juga menunjukkan bahwa katekin dalam gambir mampu menghambat pertumbuhan bakteri penyebab diare seperti *Escherichia coli* dan *Shigella dysenteriae*. Hal ini memperkuat pengetahuan tradisional masyarakat Karo bahwa konsumsi gambir putih memang efektif mengatasi gangguan pencernaan.

Menariknya, gambir putih dapat dikonsumsi secara langsung tanpa campuran. Meski rasa awalnya sangat sepat, pada akhirnya memberikan sensasi manis yang khas. Hal ini membuatnya relatif dapat diterima, bahkan oleh anak-anak, dengan catatan dosisnya disesuaikan. Pengetahuan lokal juga menekankan pentingnya menggunakan gula merah asli sebagai campuran, bukan madu atau gula pasir, karena gula merah dianggap lebih aman untuk lambung dan tidak memicu iritasi asam lambung.



Praktik pengobatan menggunakan gambir putih yang dicampur dengan sari bangun-bangun dan gula merah mencerminkan bentuk kearifan lokal yang sekaligus sejalan dengan temuan ilmiah mengenai potensi farmakologis gambir. Hal ini menunjukkan adanya sinergi antara pengalaman empiris masyarakat dengan bukti ilmiah modern.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat Karo memiliki pengetahuan tradisional yang jelas tentang penggunaan gambir putih (*Uncaria gambir Roxb.*), yaitu sejenis tanaman dengan warna pucat dan rasa sepat yang akhirnya manis, sebagai obat diare dan gangguan lambung. Menurut narasumber utama, Ibu Tika Br Ginting, gambir putih dapat dikonsumsi langsung atau dicampur dengan sari bangun-bangun dan gula merah, diseduh dengan air panas, dan diminum dua kali sehari. Ramuan ini efektif meredakan diare dan menurunkan asam lambung, termasuk aman untuk anak-anak. Temuan ini diperkuat oleh literatur ilmiah yang menunjukkan bahwa kandungan tanin, katekin, dan flavonoid pada gambir memiliki efek antidiare, antibakteri, antioksidan, dan antiradang. Penggunaan gambir putih oleh masyarakat Karo mencerminkan kearifan lokal yang memiliki dasar ilmiah kuat.

DAFTAR PUSTAKA

- Bancin, N. K. (2021). Pemanfaatan Gambir (*Uncaria Gambir*) Sebagai Obat Tradisional Etnis Pakpak di Kabupaten Pakpak Barat, Sumatera Utara.
- Elida, F. (2022). Etnomedisin Gambir Sebagai Obat Tradisional Di Teluk Embun, Nagari Pauh, Kec. Lubuksikaping, Kab. Pasaman Sumatera Barat. *Universe*, 3(2), 143-152.
- Sagala, J. F., Hartono, R., & Azhar, I. (2015). Potensi pemanfaatan gambir (*uncaria gambir roxb*) di kecamatan pergetteng getteng sengkut, kabupaten pakpak bharat, provinsi sumatera utara. *Peronema Forestry Science Journal*, 4(3), 218-226.
- Santoso,B& Pangawikan,A.D.(2022).*Teknologi Pengolahan Gambir*.Purwokerto :Cv Amerta Media
- Tika Br Ginting (2025). Wawancara Mendalam tentang Pemanfaatan Gambir Putih dalam Pengobatan Tradisional Masyarakat Karo. Data primer, Sumatera Utara, Indonesia.
- Zahra, H., Haridas, R. B., Gholam, G. M., & Setiawan, A. G. (2022). Aktivitas Antiulseratif Berbagai Tanaman Herbal dan Prospek Masa Depan Sebagai Tanaman Budidaya: Anti-ulceritis Activity of Various Herbal Plants and Future Prospects as Cultivated Plants. *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 4(3), 343-353.
- Zainal,A.,Ferita,I.,Gustian.,&Warnita.(2022). *Kajian Karakterisasi Terkait Potensi Kadar Katekin Pada Tanaman Gambir (Uncaria gambir (Hunt) Roxb)*.Bandung :Cv Media Sains Indonesia