

## Local Wisdom of Tinuktuk Traditional Typical Food in the Simalungun Community

Liony Patricia Panjaitan<sup>1\*</sup>, Asni Barus<sup>2</sup>

Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Sumatera Utara

**Corresponding Author:** Liony Patricia Panjaitan [Lionypandjaitan15@gmail.com](mailto:Lionypandjaitan15@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

*Keywords:* Local Wisdom, Traditional Typical Food, Tinuktuk

*Received :* 16, December

*Revised :* 18, January

*Accepted:* 17, February

©2023 Panjaitan, Barus: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



### ABSTRACT

This article is entitled "Local Wisdom of Tinuktuk Traditional Typical Food in the Simalungun Community". Tinuktuk is a traditional food served in the form of chili sauce and made from crushed spices and is believed by the Simalungun people to have properties for curing various internal ailments. Making tinuktuk is passed down from generation to generation by ancestors. As science develops, the Simalungun people switch from traditional to modern medicine. The purpose of writing this thesis is to describe the stages of making tinuktuk traditional specialties, describe the benefits of consuming tinuktuk traditional specialties, describe efforts to preserve tinuktuk traditional specialties, describe local wisdom in tinuktuk traditional specialties. the method used is descriptive method. The theory used is the theory of local wisdom.

---

## Kearifan Lokal Makanan Khas Tradisional Tinuktuk pada Masyarakat Simalungun

Liony Patricia Panjaitan<sup>1\*</sup>, Asni Barus<sup>2</sup>

Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Sumatera Utara

**Corresponding Author:** Liony Patricia Panjaitan [Lionypandjaitan15@gmail.com](mailto:Lionypandjaitan15@gmail.com)

---

### ARTICLE INFO

*Kata Kunci:* Kearifan Lokal, Makanan Khas Tradisional, Tinuktuk .

*Received :* 16, December

*Revised :* 18, January

*Accepted:* 17, February

©2022 Panjaitan, Barus: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



### ABSTRAK

Tulisan ini berjudul “Kearifan Lokal Makanan Khas Tradisional Tinuktuk pada Masyarakat Simalungun”. Tinuktuk merupakan makanan khas tradisional yang disajikan dalam bentuk sambal dan terbuat dari rempah-rempah yang ditumbuk dan dipercayai oleh masyarakat Simalungun memiliki khasiat untuk menyembuhkan berbagai penyakit dalam. Pembuatan tinuktuk diwariskan secara turun temurun oleh leluhur. Seiring berkembangnya ilmu pengetahuan, masyarakat Simalungun beralih dari pengobatan tradisional ke modern. Adapun tujuan dari penulisan skripsi ini adalah untuk mendeskripsikan tahapan pembuatan makanan khas tradisional tinuktuk, mendeskripsikan manfaat dalam mengonsumsi makanan khas tradisional tinuktuk, mendeskripsikan upaya pelestarian makanan khas tradisional tinuktuk, mendeskripsikan kearifan lokal pada makanan khas tradisional tinuktuk. metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Teori yang digunakan adalah teori kearifan lokal.

---

## PENDAHULUAN

Negara Indonesia terdiri dari berbagai macam suku yang menghasilkan budaya yang beraneka ragam. Salah satunya suku Batak, suku Batak terdiri atas 5 sub etnis yakni : Batak Toba, Batak Simalungun, Batak Karo, Batak Angkola/Mandailing, Batak Pakpak. Masing-masing dari kelima sub etnik tersebut memiliki kebudayaan serta tradisi yang sangat khas. Masyarakat Batak umumnya memiliki bahasa dan adat-istiadat, serta makanan khas tradisional yang berbeda-beda tapi perbedaan tersebut tidak menjadikan perpecahan diantara masyarakat Batak.

Etnik Batak Simalungun adalah salah satu dari lima subetnik Batak yang sudah memiliki kebudayaan sendiri sejak dahulu, kebudayaan itu juga mencakup upacara adat, ritual adat dan pesta rakyat ketiga kebudayaan itu tidak terlepas dari peran makanan khas tradisional yang mengambil peran penting dalam pelaksanaan kebudayaan tersebut. Makanan khas tradisional merupakan fenomena kebudayaan yang semakin diteliti keberadaannya dan semakin ingin mengetahui tentangnya, kebudayaan dapat menentukan makanan sebagai makanan khas suatu daerah.

Masyarakat Simalungun memiliki beberapa tradisi yang unik, dimana salah satunya tradisi yang melestarikan suatu makanan berupa sambal, yakni sambal Tinuktuk. Menurut Jamilah Nasution (2021:122) Tinuktuk merupakan salah satu makanan yang dipercayai oleh etnis Simalungun memiliki khasiat untuk menyembuhkan berbagai penyakit dalam, khususnya membantu pemulihan ibu pasca melahirkan dan menghangatkan tubuh. Keunikan tinuktuk adalah ketika digunakan sebagai media pengobatan pasca melahirkan, bukan disapukan atau dioleskan pada bagian badan yang sakit melainkan dengan mengkonsumsinya secara langsung agar khasiat tinuktuk langsung terasa ditubuh.

Pada umumnya setiap perempuan yang habis melahirkan selalu dianjurkan untuk mengonsumsi tinuktuk, karena memiliki khasiat dapat memulihkan dan menghilangkan rasa lelah dan dingin pasca melahirkan. Sibarani (2012:177) Kearifan lokal adalah kebijaksanaan dan pengetahuan asli suatu masyarakat yang berasal dari nilai luhur tradisi budaya untuk mengatur tatanan kehidupan masyarakat. Prospek kearifan lokal sangat bergantung kepada bagaimana masyarakat melestarikan kembali kearifan lokal yang ada dan bagaimana masyarakat mengubah pola pikirnya kembali ke pola pikir holistik. Sehingga sumberdaya alam dan lingkungan yang dimiliki masyarakat dapat dimanfaatkan dan dilestarikan dengan tanpa mengganggu keseimbangannya.

Seiring berkembangnya ilmu pengetahuan terutama bidang ilmu kesehatan masyarakat pun beralih dari pengobatan tradisional ke pengobatan modern. Minat produksi dan konsumsi tinuktuk oleh masyarakat pun berkurang. Pengobatan medis yang lebih efisien menjadikan tinuktuk ini semakin langka. Pada umumnya masyarakat percaya akan khasiat yang terkandung dalam tinuktuk sangat baik untuk kesehatan tetapi tinuktuk telah sulit ditemukan. Penelitian terhadap makanan tradisional etnik batak Simalungun ini sangat minim meskipun selama ini banyak ahli budaya yang

meneliti tentang makanan etnik Batak Simalungun namun hanya sebatas mendeskripsikan yang umumnya saja. Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian agar nilai-nilai kearifan lokal pada makanan khas ini tetap terjaga kelestariannya. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti mengajukan judul yakni: “Kearifan Lokal Makanan Khas Tradisional Tinuktuk pada Masyarakat Simalungun”. Adapun alasan yang mendasari penulis dalam memilih judul ini, yaitu agar masyarakat yang membaca karya ilmiah ini mengetahui bagaimana nilai kearifan lokal makanan khas tradisional tinuktuk dan mempertahankan tali warisan yang didapat dari para leluhur untuk diwariskan kepada generasi selanjutnya.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Kearifan Lokal**

Kearifan lokal adalah kebijaksanaan atau pengetahuan asli suatu masyarakat yang berasal dari nilai luhur tradisi budaya untuk mengatur tatanan kehidupan masyarakat (Sibarani, 2012:112). Istilah kearifan lokal (local wisdom) terdiri dari dua kata, yaitu kearifan (wisdom) berarti “kebijaksanaan” dan lokal (local) berarti “setempat”. Dengan demikian kearifan lokal atau kearifan setempat (local wisdom) dapat dipahami sebagai gagasan-gagasan dan pengetahuan setempat yang bersifat bijaksana, penuh kearifan, bernilai baik, dan berbudi luhur yang dimiliki, dipedomani, dan dilaksanakan oleh anggota masyarakatnya (Sibarani 2012:114). Menurut Sibarani (2012:134), kearifan lokal terdiri atas kedamaian dan kesejahteraan.

Dalam hal ini kearifan lokal itu bukan hanya nilai budaya, tetapi nilai budaya dapat dimanfaatkan untuk menata kehidupan masyarakat dalam mencapai peningkatan kesejahteraan dan pembentukan kedamaian. Kearifan lokal yang terdapat pada masyarakat banyak mengandung nilai luhur budaya bangsa, yang masih kuat menjadi identitas karakter warga masyarakatnya. Namun disisi lain, nilai kearifan lokal sering kali diabaikan, karena tidak sesuai dengan perkembangan zamannya. Padahal dari nilai kearifan lokal tersebut dapat dipromosikan nilai-nilai luhur yang bisa dijadikan model dalam pengembangan budaya bangsa Indonesia. Dalam konteks ini, masyarakat adat yang masih tetap memelihara dan eksis dalam kearifan lokalnya misalnya masyarakat di Simalungun yang masih menjaga eksistensi makanan khas Tinuktuk.

## **METODOLOGI**

Penelitian ini dilakukan menggunakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Pendekatan ini bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian, misalnya perilaku, persepsi, pandangan, motivasi, tindakan sehari-hari, secara holistik dan dengan metode deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa (naratif) pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

## HASIL PENELITIAN

Ada beberapa tahapan yang cukup rumit dalam membuat tinuktuk, yakni mulai dari membersihkan semua bahan, mengupas sampai dengan mengeringkan beberapa bahan yang dapat memakan waktu yang cukup lama jika keadaan cuaca tidak bagus. Memiliki 18 bahan-bahan yang cukup mudah di temui di perkebunan atau dipasaran, namun ada 2 sampai 3 bahan sedikit sulit untuk di temui di pasaran. Tinuktuk memiliki manfaat yang sangat bagus jika kita mengonsumsinya, terlebih lagi bagi wanita yang usai melahirkan. Terkandung 15 kearifan lokal pada makanan khas Simalungun yakni; kejujuran, kesopansantunan, kesetiakawanan, kerukunan dan penyelesaian konflik, komitmen, pikiran positif, rasa syukur, kerja keras, disiplin, pendidikan, kesehatan, gotong royong, pengelolaan gender, pelestarian dan kreativitas budaya dan peduli lingkungan.

## PEMBAHASAN

Makanan khas ini diwariskan secara turun-temurun antar generasi ke generasi selanjutnya sehingga hasilnya mendukung, salah satunya ialah makanan khas tinuktuk. Tinuktuk tidak memiliki bukti sejarah yang tertulis sebagai makanan khas tradisional maupun pengobatan tradisional baik pada etnis Simalungun maupun di Indonesia. Damanik (2015:10) menyatakan di wilayah Simalungun terdapat gunung seperti Simarjarunjung, Simarsolpah dan gunung Simbolon.

Adapun bahan-bahan yang diperlukan dalam pembuatan tinuktuk yakni; Pogei narara (Jahe merah), Hasohor (Kencur), Bawang sigerger (Bawang merah), Bawang silopak (Bawang putih), Indung ni huning (Induk kunyit), Tomulawak (Temulawak), Lempuyang si gorsing (Lempuyang kuning), Lada sibirong (Lada hitam), gambiri (Kemiri), Sira (Garam), Longa hitam (Wijen hitam), Tuba (Andaliman), Hajor (Jeruk Purut), Untei migar (Jeruk nipis), Untei Jungga (jeruk jungga), Bulung kacang sapari (Daun kacang sapari), Bulung borong sapari (Daun kacang tunggak), Bulung rating (Daun rating).

Dalam proses pembuatan makanan khas tinuktuk pada masyarakat Simalungun yakni dengan cara semua bahan yang sudah diracik dengan perbandingan ditumbuk dan disatukan pada lesung batu maupun lesung kayu, kemudian didiamkan selama satu malam. proses pembuatan makanan khas tinuktuk pada masyarakat Simalungun yakni;

- 1) Tahap pertama, kupas jahe merah, kencur, bawang merah, bawang putih, induk kunyit, temulawak dan lempuyang kuning. Kemudian dibersihkan menggunakan air bersih dan ditiriskan.
- 2) Tahap kedua, jemur jahe merah dan kencur yang sudah dibersihkan namun jangan sampai kering keriput.
- 3) Tahap ketiga, potong secara halus jahe merah, kencur, bawang merah, bawang putih, induk kunyit, temulawak dan lempuyang kuning.
- 4) Tahap keempat, siapkan lada hitam lalu gongseng sampai terasa panas. Lalu gongseng kemiri sampai berwarna kecoklatan.

- 5) Tahap kelima, tumbuk kering lada hitam dan wijen hitam secara bersamaan. Setelah lada hitam dan biji wijen halus ditumbuk, sisihkan ke wadah yang sudah disediakan.
- 6) Tahap keenam, tumbuk andaliman sampai halus. Lalu masukkan kemiri yang sudah digongseng kemudian tumbuk kedua bahan tersebut secara bersamaan sampai halus. Lalu sisihkan ke wadah yang telah sediakan.
- 7) Tahap ketujuh, tumbuk semua bahan-bahan yang sudah diiris sampai halus, kemudian disege-sege (diayak menggunakan tampi) guna menyisahkan bahayang kasar dengan bahan yang sudah halus, bahan yang masih kasar ditumbuk kembali sampai semuanya halus dan disatukan ke wadah bahan sebelumnya.
- 8) Tahap kedelapan, tumbuk daun kacang sapari, daun borong sapari, dan daun rating sampai halus dan terlihat berair, kemudian daun-daun yang ditumbuk tersebut diperas sampai semua airnya keluar.
- 9) Tahap kesembilan, satukan semua bahan yang telah ditumbuk sebelumnya dan air daun yang sudah diperas dalam satu wadah. Aduk semua bahan perlahan sampai merata. Alat pengaduknya menggunakan sendok yang terbuat dari kayu atau bambu guna bahan-bahan dapat bertahan lebih lama.
- 10) Tahap kesepuluh, peras jeruk hajor, jeruk nipis dan jeruk jungga secara bergantian kedalam wadah bahan-bahan tersebut. Kemudian aduk semua bahan sampai merata.
- 11) Tahap kesebelas, setelah semua bahan diaduk secara merata tambahkan garam dan diaduk kembali sampai garamnya larut, kemudian tutup wadah tersebut dan diamkan selama satu malam.
- 12) Tahap terakhir, setelah semua bahan yang dicampur telah matang, pindahkan ke wadah yang lebih baru dan siap untuk disajikan.

## **KESIMPULAN DAN REKOMENDASI**

Ada beberapa tahapan yang cukup rumit dalam membuat tinuktuk, yakni mulai dari membersihkan semua bahan, mengupas sampai dengan mengeringkan beberapa bahan yang dapat memakan waktu yang cukup lama jika keadaan cuaca tidak bagus. Memiliki 18 bahan-bahan yang cukup mudah di temui di perkebunan atau dipasaran, namun ada 2 sampai 3 bahan sedikit sulit untuk di temui di pasaran. Tinuktuk memiliki manfaat yang sangat bagus jika kita mengonsumsinya, terlebih lagi bagi wanita yang usai melahirkan. Terkandung 15 kearifan lokal pada makanan khas Simalungun yakni; kejujuran, kesopansantunan, kesetiakawanan, kerukunan dan penyelesaian konflik, komitmen, pikiran positif, rasa syukur, kerja keras, disiplin, pendidikan, kesehatan, gotong royong, pengelolaan gender, pelestarian dan kreativitas budaya dan peduli lingkungan.

## **PENELITIAN LANJUTAN**

Penelitian ini masih jauh dari kata sempurna untuk dijadikan sebagai landasan deskripsi proses pembuatan, manfaat sampai kearifan lokal yang ada pada makanan khas tinuktuk.

Maka dari itu dalam adanya konteks pelestarian kearifan lokal sebagai bagian dari pelestarian budaya. Memperkenalkan sebagai tradisi daerah dibutuhkan

penelitian lanjutan untuk menyempurnakan penelitian ini. Pengaruh dari penelitian lanjutan tersebut dapat memperkenalkan tradisi daerah pada generasi muda selanjutnya.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan puji dan syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa berkat karunia-Nya senantiasa mengiringi, melindungi dan memberi kesahatan dalam penyusunan tulisan ini mulai dari tahap awal sampai selesai. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua terkasih yang selalu menompang dalam doa, cinta perhatian, kasih sayang serta dukungan yang senantiasa diberikan tanpa harus diminta. Penulis juga menyampaikan terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan saran, motivasi dan bimbingan secara langsung atau tidak langsung.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alfayed , D. S. (2020). Makanan Khas Tradisional pada Upacara Adat Batak Simalungun: Kajian Semantik. Medan: Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Sumatera Utara.
- Damanik, Erond L. 2015. Amarah: Latar, Gerak dan Ambruknya Swapraja Simalungun 3 Maret 1946. Medan: Simetri Publisier.
- Hasugian, H. (2021). Kearifan Lokal Manumpun Kapal pada Masyarakat Batak Toba di Desa Sibandang, Kecamatan Muara, Kabupaten Tapanuli Utara. Medan: Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Sumatera Utara.
- Kriyantono, Rachmat. 2008. Teknik Praktis Riset Komunikasi. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Leonardo, I. S. (2020). Peran Modal Sosial dalam Memelihara Sambal Rempah Tinuktuk. Medan: Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, USU.
- Marwanti. (2000). Pengetahuan Masakan Indonesia. Yogyakarta: Adi Cita.
- Meleong, L. J. (2007). Metodologi Penelitian Kualitatif. . Bandung: Remaja Rosdakarya.
- M, Nazir. 2014. Studi Kepustakaan. Banten: Perguruan Tinggi Raharja.
- Moehar. 2002. Metode Penelitian Sosial Ekonomi. Jakarta: Bumi Aksara

*Panjaitan, Barus*

Nababan, K. (2021). Kearifan Lokal dalam Legenda Air Terjun Janji di Desa Marbun Kecamatan Baktiraja, Kabupaten Humbang Hasundutan. Medan: FIB, USU.

Nasution, J., Rahmiati, & Eva, J. F. (2021). Tinuktuk Makanan Tradisional Etnis Simalungun untuk Kesehatan Ibu Pasca melahirkan.