

VARIASI, KEUNIKAN DAN RAGAM MAKANAN ADAT ETNIS BATAK SIMALUNGUN  
SUATU KAJIAN PROSPEK ETNOBOTANI

Oleh  
Ashar Hasalrin\*

ABSTRAK

Etnis Batak Simalungun mempunyai khas makanan adat yang berbeda dari etnis lain. Hasil inventarisasi jenis makanan khas adatnya antara lain: Nitak Putih dan Nitak merah, Dayok Na Binatur, Tinuktuk (Sambal Lada) dan Sambal Tawar. Makanan ini memiliki nilai ritual tersendiri dari setiap jenis makanan. Setiap makanan dihiasi dengan bunga Raya atau bunga kembang sepatu *Hibiscus rosa-sinensis*. Daya tarik makanan terhadap masyarakat Simalungun sangat tinggi karena pengolahan dan rasa yang khas dapat dikonsumsi masyarakat luas, terbukti sampai saat ini masih digunakan pada acara-acara tertentu.

Kata Kunci : *Makanan Khas, Batak Simalungun*

A. PENDAHULUAN

Suku Simalungun adalah salah satu suku asli dari Sumatera Utara, Indonesia. Beberapa sumber menyatakan bahwa leluhur suku ini berasal dari daerah India Selatan. Sepanjang sejarah suku ini terbagi ke dalam beberapa kerajaan. Terdapat 4 marga (nama keluarga) asli suku Simakurung, yaitu Sinaga, Saragih, Damanik dan Purba. Orang Batak menyebut suku ini sebagai suku "Si Balungu" dari legenda hantu yang menimbulkan wabah penyakit di daerah tersebut, sedangkan orang Karo menyebutnya Timur karena bertempat di sebelah timur mereka.

Asal usul Suku Simalungun sebagian besar menceritakan bahwa nenek moyang berasal dari luar Indonesia. Kedatangan ini terbagi dalam 2 gelombang yaitu: 1) Gelombang pertama (Proto Simalungun), diperkirakan datang dari Nagore (India Selatan) dan pegunungan Assam (India Timur) di sekitar abad ke-5, menyusuri Myanmar, ke Siam dan Malaka untuk selanjutnya menyeberang ke Sumatera Timur dan mendirikan kerajaan

Nagur dari Raja dinasti Damanik. 2) Gelombang kedua (Deutero Simalungun), datang dari suku-suku di sekitar Simalungun yang bertetangga dengan suku asli Simalungun.

Pada gelombang Proto Simalungun di atas, Tuan Taralamsyah Saragih menceritakan bahwa rombongan yang terdiri dari keturunan dari 4 Raja-raja besar dari Siam dan India ini bergerak dari Sumatera Timur ke daerah Aceh, Langkat, daerah Bangun Purba, hingga ke Bandar Kalifah sampai Batubara.

Kemudian mereka didesak oleh suku setempat hingga bergerak ke daerah pinggiran danau Toba dan Samosir. Pustaha Parpandangan Na Bolag (pustaka Simalungun kuno) mengisahkan bahwa Parpandangan Na Bolag (cikal bakal daerah Simalungun) merupakan kerajaan tertua di Sumatera Timur yang wilayahnya bermula dari Jayu (pesisir Selat Malaka) hingga ke Toba. Sebagian sumber lain menyebutkan bahwa wilayahnya meliputi Gayo dan Alas di Aceh hingga perbatasan sungai Rokan di Riau.

\*Dosen Biologi FMIPA Unimed

Secara etimologi "Simalungun" dalam bahasa Simalungun memiliki kata dasar "lungun" yang dapat memiliki makna "sunyi" atau "sedih." Karenanya terdapat beberapa versi mengenai asal-usul penamaan suku ini.

Pada zaman kerajaan Nagur, terdapat beberapa panglima (*Raja Goraha*) yaitu masing-masing bermarga. Saragih, Sinaga dan Purba. Kemudian mereka dijadikan menantu oleh Raja Nagur dan selanjutnya mendirikan kerajaan-kerajaan Silou (Purba Tambak); Tanah Djawa (Sinaga); Raya (Saragih).

Seperti halnya pada masyarakat lain, Simalungun juga mengenal banyak aneka dan cita rasa makanan adat. Ada beberapa makanan adat yang diperuntukkan bagi kepentingan sebuah upacara adat, ritual dan sebagainya. Adapun dalam melaksanakan kegiatan adat tersebut, tidak lepas dari adanya kuliner yang juga memiliki peranan penting. Makanan merupakan faktor penting sebagai simbolis dari upacara yang dilakukan. Makanan adat dilaksanakan pada saat perayaan pesta adat, misalnya untuk acara perkawinan makanan dijadikan simbol penghormatan kepada orang-orang yang lebih tua dan dihormati

Bahan baku makanan adat berupa bumbu dan rempah memiliki kaitan erat dengan sumber daya alam disekitarnya. Hal ini tercermin dari letak geografis dan alam lingkungannya. Gambaran lainnya terlihat dari kehidupannya sehari-hari terutama dalam pelaksanaan upacara adatnya. Tumbuhan banyak digunakan baik sebagai sumber bahan makanan maupun kegunaan lainnya (Soekarman & Soedarsono, 1992).

## B. PEMBAHASAN

### 1. Deskripsi Jenis Makanan Khas Adat Simalungun

Makanan khas Adat Simalungun tidak sama, bahkan memiliki variasi tersendiri baik dalam jenis makanan, bahan baku serta

pengolahannya. Makanan khas memiliki nilai makna ritual masing-masing sesuai dengan kebutuhan dalam pelaksanaan upacara-upacara adat. Hasil inventarisasi ada beberapa makanan khas adat etnis Batak Simalungun antara lain :

#### a. Nitak Sebagai Makanan Budaya Suku Batak Simalungun

Nitak adalah salah satu makanan khas Batak Simalungun yang sampai saat ini dianggap memiliki nilai ritual. Sejarah dari makanan ini digunakan sebagai makanan khas adat simalungun dan dianggap sebagai makanan yang memiliki nilai ritual karena beberapa hal yaitu:

- Rasa manis dari nitak dianggap sebagai harapan agar tetap sehat dan memperoleh kehidupan yang baik.
- Nitak ini adalah tidak keras melainkan lembek dan sangat mudah untuk dikonsumsi maka sering diungkapkan dalam pemberian nitak kepada orang dengan ucapan "semoga rezeki datang dengan mudah seperti lembeknya nitak ini" mudah.

Bahan baku pembuatan nitak yaitu : Tepung Beras (*Oriza sativa*), Kelapa (*Cocos nucifera*), Lada/merica (*Piper nigrum*), gula merah (*Arenga saccharifera*) dan gula tebu *Socharum officinarum*.

Pembuatan nitak yaitu :

- Memasukkan kelapa yang telah disangrai, dan gula merah atau gula putih (dipilih salah satu) ditumbuk hingga halus dan merata.
- Memasukkan tepung beras kedalam adonan tersebut dan mencampurnya hingga merata dengan gula dan kelapa yang telah ditumbuk tadi
- Setelah semuanya merata maka adonan akan menyatu dan dapat dibentuk, dan biasanya nitak ini disusun kedalam piring kaca dan ditambah dengan bunga raya (kembang sepatu)

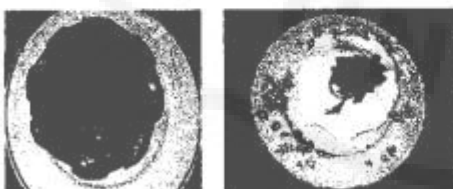


Daya tarik dari makanan ini terhadap masyarakat sangat tinggi karena rasanya yang khas dan bisa dikonsumsi oleh siapapun, dan terbukti sampai saat ini masih digunakan pada acara-acara tertentu. Rasa dari nitak ini yang paling khas adalah dapat dirasakan pada kelapa dan lada yang telah dimasukkan kedalam adonan.

Status gizi dari nitak ini yang terdapat pada bahan yang telah digunakan mengandung karbohidrat, lemak yang terdapat pada minyak kelapa yang telah disangrai tadi. Nitak ini baik dikonsumsi karena tidak ada menimbulkan efek negatif terhadap tubuh. Nitak ini biasanya digunakan untuk berbagai acara seperti saat memasuki rumah baru, saat pesta pernikahan, dan dapat di gunakan buat pengantin baru sebagai ungkapan rasa syukur, dan berharap keluarga yang harmonis untuk kedepannya.

Ketahanan pangan dari nitak ini biasanya bertahan dalam suhu yang dingin dalam waktu 2-3 hari, sedangkan pada suhu yang panas hanya dapat bertahan dalam 1-2 hari.

Sampai saat ini nitak masih sangat kuat nilai ritualnya, dan masih dianggap sebagai makanan yang dilambungkan untuk ucapan rasa syukur sehingga besar kemungkinan bahwa nitak ini masih digunakan dimasa mendatang.



Gambar 13 : Makanan Adat Simalungun Nitak Putih dan Nitak merah

**b. Dayok Na Binatur Sebagai Makanan Budaya Suku Batak Simalungun**

Tradisi pemberian manuk na Binatur ini telah dilaksanakan oleh masyarakat

Simalungun sejak dulu dan hal ini masih dilaksanakan hingga sekarang oleh orang-orang Simalungun. Masakan ini diberikan dalam acara khusus seperti pemikahan, perpisahan anggota keluarga yang akan marantau, ataupun penghiburan bagi mereka yang kehilangan anggota keluarga, dan acara lain, sebagai suatu symbol pemberian "upah-upah" atau restu/berkat bagi orang yang akan diberi.

Ditinjau dari aspek etnobotani, adapun bahan-bahan yang digunakan yaitu berasal dari tanaman bahan bumbu dapur biasa. Namun hal yang membuat masakan ini menjadi khas masakan Sumatra yaitu adanya pemakaian Andaliman yang digunakan oleh masyarakat Batak pada hampir semua jenis masakannya. Adapun rempah-rempah yang digunakan mudah di dapat di alam tempat masyarakat Batak Simalungun.

Makanan ini memiliki daya tarik dimana secara umum dapat dilihat dari bentuknya yang teratur dimana cara penyajiannya bagian-bagian ayam yang telah dipotong dibentuk kembali di tempat bagian ayam tersebut semula, kemudian dalam penyajiannya diberikan bunga Raya atau bunga kembang sepatu yang juga memiliki arti khusus bagi masyarakat Simalungun. Rasa masakan ini gurih dan pedas serta sangat terasa aroma dan rasa dari Andaliman sebagai bumbu khasnya.hal ini pulalah yang menyebabkan masakan ini masih tetap bertahan kejayaannya bukan hanya bagi masyarakat Simalungun sendiri, tetapi juga msyarakat luas yang menyukai kuliner nusantara.



Gambar 14 : Makanan Adat Simalungun Dayok Na Binatur

## PENERAPAN IPTEKS

### 1. Kajian Etnobotani Dayok Na Binatur

Tanggapan masyarakat sendiri terhadap masakan ini yaitu merupakan makanan yang sangat dikeramatkan sehingga tidak dapat hilang dari kehidupan masyarakat Simalungun.

Makna ritual dari setiap bahan tidaklah begitu penting karena bahan yang digunakan merupakan rempah-rempah asli dari masyarakat itu sendiri. Hanya saja yang paling diperhatikan yaitu jumlah dari bahan-bahan yang dipakai harus berjumlah ganjil karena dipercaya masakan yang akan dimasak

dalam jumlah ganjil memiliki rasa yang lebih nikmat.

### 2. Bahan Baku Resep Makanan Dayok Na Binatur

Beberapa jenis tumbuhan sebagai bahan baku yang digunakan dalam pembuatan makanan Dayok Na Binatur terlihat pada Tabel 8 dibawah ini.

Tabel 8 : Jenis Tumbuhan Rempah yang Digunakan Untuk Pembuatan Na Binatur

No.	Nama Jenis (Spesies)		Suku (Family)	Organ Digunakan	Ciri khas
	Lokal	Ilmiah			
1.	Cabe merah	<i>Capsicum annum</i>	Solanaceae	Buah secukupnya	Buah pedas, aromatis
2.	Lada/merica	<i>Piper nigrum</i>	Piperaceae	Buah	Buah pedas
3.	Kemiri	<i>Aleurites moluccana</i>	Euphorbiaceae	Buah 7 butir	Buah aromatis
4.	Bawang merah	<i>Allium ascalonicum</i>	Liliaceae	Umbi 3 buah	Umbi menyengat aromatis
5.	Bawang putih	<i>Allium sativum</i>	Liliaceae	Umbi 1 buah	Umbi aromatis
6.	Lengkuas	<i>Alpinia galanga</i>	Zingiberaceae	Rizome secukupnya	Rimpang pedas, aromatis
7.	Asam nipis	<i>Citrus aurantifolia</i>	Rutaceae	Buah secukupnya	Buah, daun aromatis
8.	Seral	<i>Andropogon nardus</i>	Poaceae	Batang secukupnya	Daun pedas, aromatis
9.	Jahe	<i>Zingiber officinale</i>	Zingiberaceae	Rimpang seruas ibu jari	Rizome pedas, aromatis
10	Kencur		Zingiberaceae	Rimpang secukupnya	Rizome aromatis
11	Andaliman	<i>Zanthocylum acanthopodium</i>	Rutaceae	Buah 20 gram	Buah getir, aromatis

Cara pembuatan makanan adat dayok na binatur yaitu satu ekor ayam kampung mira (dipotong menjadi bagian-per bagian), darah Ayam dan garam secukupnya. Proses pengolahan makanan dimulai dari :

#### 1. Membuat Bumbu

- Jahe, Kencur, kemiri, bawang merah, bawang putih dibakar
- Lengkuas seral dicacah halus
- Semua bumbu digiling halus dengan cara dimasukkan satu



- persatu kemudian dicampur garam.
- Setelah halus bumbu dicampur dengan darah ayam yang telah diberi asam.
2. Pemanggangan
- Ayam yang telah dipotong setiap bagiannya
  - Setiap bagian ayam dipanggang
  - Melumuri semua bagian ayam dengan bumbu
3. Penyajian
- Menyusun ayam secara teratur pada piring adat sesuai tempat bagian tubuhnya.
  - Meletakkan bunga Raya (Kembang Sepatu) diatas ayam

Status gizi makanan Dayak na binatur sangat tinggi yang berasal dari protein hewani ayam dimana masakan ini dimasak dengan cara dipanggang sehingga tidak mengandung banyak lemak. Adapun makanan ini merupakan makanan asli tanpa menggunakan bahan pengawet sehingga hanya dapat bertahan satu hari saja.

Ekstrak buah andaliman dalam bahan makanan mempunyai aktivitas penangkapan radikal bebas dan kandungan total fenol yang lebih tinggi dibandingkan ekstrak heksana maupun aseton. Ada kecenderungan semakin banyak konsentrasi ekstrak yang ditambahkan efek antioksidatifnya semakin besar.

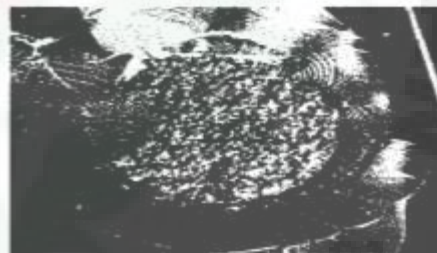
Sedangkan dari bahan rempah-rempah lain yang digunakan memiliki khasiat juga yang baik, seperti misalnya kencur, kemiri, lada dan rempah-rempah lain yang biasa digunakan sehari-hari.

### c. Sambal Lada (Tinuktuk) Sebagai Makanan Budaya Suku Batak Simalungun

Sebuah kebiasaan bagi wanita Simalungun yang baru melahirkan, disajikan panganan berupa sambal. Sambal ini mempunyai ragam nama dan variasi

pembuatannya disetiap daerah-daerah yang dihuni Halak Simalungun. Tinuktuk atau Sambal lada, begitu banyak yang menyebutkannya, merupakan ramuan induk yang bisa dicampur bahan lain berupa "Bulung-bulung ni tawar" untuk berbagai ramuan.

Tinuktuk atau Sambal Lada, baik yang masih berupa ramuan induk yang disuguhkan bagi wanita bersalin, atau ramuan induk yang sudah bercampur bulung-bulung ni tawar yang disebut "Sambal Tawar", dahulu disimpan di dalam "Abal-abal", yaitu sebuah wadah penyimpanan dari ruas bambu yang bertutup. Pembuatan Sambal Tinuktuk ini tidak menggunakan air, untuk menghindarkan efek basi, agak kental. sehingga saat hendak diambil dari abal-abal, biasanya disediakan pencungkil dari bilah bambu.



Gambar 15 : Tinuktuk Makanan Budaya Suku Batak Simalungun

Sambal Lada ini sangat enak dimakan dengan Nasi lada hangat, yang biasa juga menggunakan sayur atau lalapan daun torbangun, bajaronggi atau yang lainnya. Sebenarnya, di Simalungun banyak jenis sambal yang mempunyai khasiat obat, sebut saja "Sambal Gambiri" atau "Sambal Sanggei-sangei". Namun Tinuktuk atau Sambal lada ini begitu populer, karena tidak biasa menjadi sambal makanan harian, tapi hadir apabila disuatu rumah ada wanita yang sedang bersalin.

**1. Bahan-bahan yang digunakan Untuk Pembuatan Tinuktuk:**

- Kencur kupas (Zingiberaceae) dan telah diiris, sebanyak 1/4 kg
- Jahe Merah kupas dan telah diiris, sebanyak 1/4 kg
- Bawang merah (*Allium ascalonicum*) yang telah dirajang, 7 siung
- Bawang putih (*Allium sativum*) yang telah dirajang, 3-5 siung
- Lada hitam (*Piper nigrum*) 1 genggam
- Kemiri (*Aleurites molucana*) bakar 20 biji
- Hosaya (Lokio/Bawang Batak) *Allium* sp. tanpa daun 10 siung
- Buah Sihala (Kincung) (*Nicolaia speciosa*) secukupnya
- Jeruk Sundei (Unte Hajor) (*Citrus aurantifolia*) 1 buah
- Lengkuas (*Alpinia galanga*), sebesar ibu jari
- Andaliman (*Zanthocylum acanthopodium*), secukupnya
- Tomu Pauh (Temu Mangga) (*Curcuma mangga* Val. Et Zipp.) , secukupnya
- Garam

**2. Cara Pembuatan Sambal Lada (Tinuktuk)**

Sangraillah Lada dan Andaliman dicampur garam sampai mengering. Bakar Kemiri sampai mengering namun tidak sampai hitam. Selanjutnya Kencur, Hosaya, Jahe Merah, Bawang Merah, Bawang Putih, Lengkuas dan Tomu Pauh disangrai bersamaan.

Selanjutnya, bahan-bahan tadi ditumbuk secara terpisah hingga halus. Jika mengiginkan Tinuktuk yang bertekstur halus, tampilah hasil tumbukan agar terpisah bagian yang belum halus dengan yang sudah. Kemudian bagian yang belum halus bias ditumbuk lagi. Jika semua bahan sudah tampak halus, satukanlah seluruh bahan lalu tumbuk secara bersamaan. Sekarang Sambal Tinuktuk

sudah selesai. Untuk mengimbangi rasa dan sebagai bahan pengawet, perasi dengan air jeruk dan Sihala.

**C. PENUTUP**

Nitak ini adalah jenis makanan adat Simalungun yang tidak keras melainkan lembek dan sangat mudah untuk dikonsumsi maka sering diungkapkan dalam pemberian nitak kepada orang dengan ucapan "semoga rezeki datang dengan mudah seperti lembeknya nitak ini". Nitak ini biasanya digunakan untuk berbagai acara seperti saat memasuki rumah baru, saat pesta pernikahan, dan dapat di gunakan buat pengantin baru sebagai ungkapan rasa syukur, dan berharap keluarga yang harmonis untuk kedepannya.

Makanan Dayok Na Binatur ini diberikan dalam acara khusus seperti pernikahan, perpisahan anggota keluarga yang akan marantau, ataupun penghiburan bagi mereka yang kehilangan anggota keluarga, dan acara lain, sebagai suatu symbol pemberian "upah-upah" atau restu/berkat bagi orang yang akan diberi.

Tinuktuk atau Sambal Lada, baik yang masih berupa ramuan induk yang disuguhkan bagi wanita bersalin. Sambal Tinuktuk tidak menggunakan air, untuk menghindarkan efek basi, ianya agak kental. sehingga saat hendak diambil dari abal-abal, biasanya disediakan pencungkil dari bilah bambu.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Dwidjoseputro.D., (1990), *Dasar-Dasar Mikrobiologi*, Penerbit Djambatan, Surabaya.
- Eisenstad, S. N.1973. *Traditional Change and Modernity*. Jhon Wiley and Sons. New york

---

## PENERAPAN IPTEKS

---

Fardiaz, S., (1992), *Mikrobiologi Pangan*, Penerbit Gramedia Pustaka Umum, Jakarta.

Heyne, K. 1987. *Tumbuhan Berguna Indonesia (Terjemahan) Jilid I - IV* Balitbang Kehutanan. Departemen Kehutanan, Jakarta.

Lubis, L. H. 2007. Teknik Pengolahan dan Penyajian Makanan Tradisional di Hotel dan Restaurant. *Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat*, UNIMED 5 (17) : 12 - 21

Makfoeld, D., (1993), *Mikotoksin Pangan*, Penerbit Kanisius, Yogyakarta.

Nurwantoro. dan Abbas S. D., (1997), *Mikrobiologi pangan Hewani-Nabati*, Penerbit Kanisius, Jakarta.

Rifai, M. A. 1979. *Daftar Istilah Biologi*. Pusat Pembinaan dan Pengembangan Bahasa. Depdikbud. Jakarta.

Soekarman & Soedarsono, R. 1992. Status Pengetahuan Etnobotani di Indonesia. *Prosiding Seminar dan Lokakarya Nasional Etnobotani*, Bogor : 1 - 7

Supardi, I. dan Sukamto, (1998), *Mikrobiologi dalam Pengolahan dan Keamanan Pangan*, Penerbit Alumni, Bandung.