

# Berkenalan Dengan Tanaman Lidah Mertua

Lidah mertua atau sansevieria atau snake plant menjadi salah satu tanaman hias yang cukup populer sebagai pajangan di dalam rumah karena dapat tumbuh dalam kondisi yang sedikit air dan cahaya matahari. Daun yang keras, tegak panjang, sukulen, dengan ujung meruncing merupakan karakter bentuk dari lidah mertua. Karena bentuknya yang tajam menjadi alasan tanaman ini memiliki nama lidah mertua.

## Detail Tumbuhan ( Lidah Mertua )

*Sansevieria trifasciata* atau lidah mertua merupakan tanaman hias yang sering ditemui. Tanaman ini diklasifikasikan dalam Famili Asparagaceae. Bentuk daun lanset atau pedang, sehingga kadang disebut pedang-pedangan. Daun biasanya berjumlah 2-6 lembar, tebal, tegak, dan keras, berwarna kuning muda dengan coreng horizontal hijau tua. Panjang daun 0,6-1,75 m. Bunga dalam bentuk tandan panjang, berwarna putih, dan sangat harum

Nama Pohon	:	Lidah Mertua
Nama Ilmiah	:	<i>Sansevieria trifasciata</i>
Nama Lokal	:	
Asal Pohon	:	Afrika tropis
Jenis Tumbuhan	:	Monokotil
Status	:	Aman
Senyawa yang terkandung	:	Daun Lidah Mertua mengandung bahan aktif pregnane glikoside, carotenoids, phytates, saponins, dan tannins
Kemampuan tumbuhan	:	Mampu menyerap racun (polutan) dan CO <sub>2</sub> di udara serta menghasilkan oksigen sehingga udara menjadi lebih segar.
Spesifikasi	:	Tinggi : 0,6-1,75 m Jenis Daun : Tunggal, lanset Diameter : - Jenis Akar : Serabut Berkembang Biak : Stek, Tunas
Manfaat	:	Sansevieria mampu menyerap zat polutan karena memiliki bahan aktif pregnane glikosid yang berfungsi untuk mereduksi polutan menjadi asam organik, gula, dan asam amino sehingga unsur polutan tersebut menjadi tidak

berbahaya lagi bagi manusia

---

Keunikan : Lidah mertua juga memiliki tampilan daun yang unik, mulai dari warnanya yang hijau tua, hijau muda, hijau abu-abu, perak, kombinasi putih-kuning dan hijau-kuning, disertai model tampilan daun yang cantik dengan model panjang dan pendek seperti bentuk tongkat, pedang, bulat runcing dan lain-lain

---

Sansevieria mempunyai banyak nama, yaitu lidah mertua (mother in law tongue), atau tanaman pedang-pedangan, dan beberapa yang lain menyebutnya tanaman ular(snake plant). Lidah mertua merupakan tanaman hias yang sudah cukup dikenal di Indonesia, karena warnanya yang menarik, bentuknya yang unik, serta perawatannya relatif mudah. Secara umum lidah mertua memiliki akar serabut serta batang pendek dan beruas. Daun lidah mertua berbentuk pipih, ujung meruncing, lebar 4-9 cm, serta panjang 15-150 cm, dengan warna hijau bernoda kuning atau putih, serta bertekstur rata dan halus (Mahardika, 2014).

Menurut penelitian yang dilakukan Philip dkk. (2011), Sansevieria mengandung beberapa antioksidan seperti tanin, saponin, flavonoid, dan alkaloid. Komposisi kimia yang terkandung dalam tanaman Sansevieria secara umum diantaranya adalah ruscogenin, serat, hemiselulosa, sanseverigenin, pregnane glikosid, saponin, dan tanin (Muhammadah dkk., 2011). Sansevieria diketahui memiliki keunggulan dibandingkan tanaman lain yaitu resisten terhadap polutan. Tanaman ini mampu menyerap 107 jenis polutan di daerah yang padat lalu lintas dan di dalam ruangan yang penuh asap rokok (Tahir dan Sitanggang, 2008).

Perbanyakan tanaman lidah mertua dapat dilakukan secara generatif melalui biji dan vegetatif dengan pemotongan anakan atau tunas, setek daun, setek pucuk, setek rimpang dan kultur jaringan. Tanaman lidah mertua mampu menyerap polusi udara. Polusi udara perlu diwaspadai karena bisa menjadi sumber dari berbagai penyakit. Tanaman lidah mertua bisa ditempatkan di tempat strategis di rumah untuk menyerap polusi. Lidah mertua menjadi tanaman hias yang populer sejak beberapa tahun terakhir. Tanaman ini memiliki kemampuan hidup di iklim yang kering serta panas. Cara merawat lidah mertua pun tak terlalu sulit, cukup letakkan di tempat yang terkena sinar matahari.

Selain berfungsi sebagai tanaman hias, lidah mertua memiliki manfaat luar biasa yang mana mampu menghisap berbagai macam polusi udara. Namun, manfaat lidah mertua tak hanya itu,

dirangkum dari beberapa sumber, di bawah ini adalah manfaat luar biasa lainnya dari tanaman lidah mertua yang mungkin tidak kamu sangka:

1. Pembersih udara alami terbaik
2. Penghilang polusi udara dalam maupun luar ruangan
3. Pemasok oksigen melimpah
4. Tanaman anti kanker
5. Penyerap karbondioksida malam hari
6. Menyerap radiasi
7. Menyerap bau
8. Sebagai bahan tonik rambut alami
9. Membantu mengobati wasir
10. Membantu menyembuhkan sakit kepala
11. Membantu menurunkan risiko diabetes



Lidah mertua merupakan satu di antara tanaman hias yang kerap dijumpai di rumah. Tanaman ini memiliki nama ilmiah *Sansevieria*. Lidah mertua banyak ditemukan di benua Asia dan Afrika. Itulah mengapa, sangat mudah menemukan tanaman ini di Indonesia.

Lidah mertua memiliki daun keras, sukulen, tegak, dengan ujung meruncing. Bentuknya yang estetik membuatnya cocok ditempatkan di berbagai sudut rumah. Selain mempercantik ruangan, tanaman lidah mertua memiliki manfaat lain bagi penghuni rumah. Tanaman ini mampu meringankan Sick Building Syndrome (SBS) dengan memperbaiki sistem pemanasan, ventilasi, dan pendingin ruang yang buruk. Tak hanya itu, masih ada beberapa manfaat lain dengan meletakkan atau menanam lidah mertua di rumah. Dengan harga terjangkau, kecuali jenis yang langka, Anda bisa merasakan berbagai manfaatnya dengan menempatkan tanaman hias satu ini di dalam rumah.

1. Pengharum Ruang Lidah mertua bisa dimanfaatkan untuk mengharumkan ruangan secara alami. Manfaat ini dipengaruhi oleh aroma khasnya. Aroma lidah mertua sangat menyejukkan dan membuat tenang. Tanaman ini cocok diletakkan di beberapa sudut ruang. Ruang tamu, toilet, dapur, dan lain-lain. Ruang yang direkomendasikan diberi lidah mertua adalah ruang yang kerap mengeluarkan bau tidak sedap.

2. Aromaterapi Bau lidah mertua yang menyegarkan dan sehat membuatnya baik dijadikan aromaterapi. Manfaat menanam lidah mertua yang satu ini tidak hanya berdampak pada lingkungan, melainkan berdampak pula bagi psikologi penanamnya. Lidah mertua dikenal sebagai tanaman yang berbunga yang bisa mekar setiap sore hari. Aroma bunga dari lidah mertua inilah yang menjadikannya begitu menenangkan. Ampuh mengurangi dan meredakan stres. Manfaat Menanam Lidah Mertua di Rumah

3. Menyerap Radiasi Tanaman lidah mertua diyakini bisa menyerap radiasi yang dipancarkan barang elektronik di dalam rumah. Mulai perangkat telepon genggam, televisi, komputer, laptop, dan masih banyak lagi. Untuk bisa mendapatkan manfaat menanam lidah mertua, lakukan perawatan dengan benar. Lalu, posisikan tanaman lidah mertua di sudut-sudut ruang yang berdekatan dengan barang elektronik. Jika perlu, lakukan perencanaan khusus untuk dekorasi ruang dengan memadukan lidah mertua. Seimbangkan posisi barang lidah mertua dekat barang elektronik dan cahaya matahari yang mencukupi.

4. Mengatasi Sick Building Syndrome Menanam lidah mertua bisa membantu meringankan Sick Building Syndrome (SBS). SBS merupakan masalah psikologis yang membuat seseorang kerap merasakan sakit kepala, iritasi mata, hidung, tenggorokan, rasa lelah, dan mual. Tanaman lidah mertua akan memperbaiki sistem pemanasan, ventilasi, dan pendingin ruang yang buruk. Meminimalkan keberadaan karbon dan memaksimalkan asupan oksigen dalam ruang. Untuk bisa merasakan manfaatnya dengan maksimal, pastikan teknik penanaman dan perawatan lidah mertua dilakukan dengan benar.

### Manfaat Tanaman Lidah Mertua Bagi Lingkungan dan Kesehatan

Tanaman lidah mertua sendiri mengandung pregnane glycoside yang dapat menguraikan racun. Dilansir laman Manfaat Beberapa manfaat tanaman lidah mertua bagi lingkungan dan kesehatan antara lain :

#### 1. Dapat menyerap polusi

Tanaman lidah mertua mampu menyerap polusi udara. Polusi udara perlu diwaspadai karena bisa menjadi sumber dari berbagai penyakit. Tanaman lidah mertua bisa ditempatkan di tempat strategis di rumah untuk menyerap polusi. Polusi yang diserap bukan hanya polusi dari kendaraan bermotor namun polusi dari asap rokok dan sejenisnya juga bisa diserap oleh tanaman ini.

#### 2. Dapat menyerap radiasi

Selain polusi, lidah mertua juga dapat menyerap radiasi. Radiasi bisa dipancarkan oleh barang-barang elektronik seperti televisi, komputer, handphone dan sejenisnya. Jadi tanaman lidah mertua bisa ditempatkan di ruangan yang banyak digunakan barang elektronik tersebut misalnya saja di ruang keluarga.

#### 3. Memproduksi Oksigen

Manfaat oksigen sangat dibutuhkan oleh tubuh kita untuk proses pernapasan. Tanaman lidah mertua menjadi salah satu tanaman yang menghasilkan oksigen tinggi. Kandungan klorofil pada lidah mertua sangat banyak sehingga dapat membantu proses fotosintesis. Itu juga yang akhirnya menyebabkan produksi oksigen yang dikeluarkan menjadi sangat tinggi.

#### 4. Menyembuhkan sakit kepala

Lidah mertua dapat menyembuhkan sakit kepala yaitu dengan mengolahnya terlebih dahulu yaitu dibakar. Lidah mertua yang dibakar tersebut dapat dimanfaatkan untuk obat sakit kepala. Sakit kepala sendiri memang perlu segera diatasi agar tak mengganggu aktivitas.

#### 5. Sebagai pagar rumah

Tanaman lidah mertua yang daunnya besar-besar cocok digunakan sebagai pagar hidup. Pagar hidup yang menggunakan tanaman lidah mertua memiliki kelebihan tersendiri. Selain enak dipandang, tanaman lidah mertua mampu menyerap polusi dan menghasilkan oksigen sehingga dapat menyehatkan rumah.

#### 6. Sebagai pengharum ruangan

Bunga lidah mertua memiliki aroma khas. Aroma tersebut dapat dimanfaatkan untuk pengharum ruangan. Di beberapa negara seperti China dan Perancis, aroma dari bunga lidah mertua dimanfaatkan sebagai pengharum ruangan.

#### 7. Sebagai antiseptik

Seperti yang diulas pada awal artikel, lidah mertua memiliki kandungan anti racun. Kandungan tersebut bisa digunakan sebagai antiseptik untuk membunuh kuman. Antiseptik tersebut dapat digunakan untuk membersihkan luka agar terbebas dari kuman yang dapat menginfeksi luka. Lidah mertua juga bisa dijadikan sebagai sabun antibakteri.

#### 8. Sebagai obat wasir

Penyakit wasir merupakan penyakit yang cukup menyusahkan karena menimbulkan rasa sakit dan mengganggu proses buang air besar. Tanaman lidah mertua ternyata dapat dimanfaatkan untuk mengatasi wasir. Tanaman lidah mertua kaya akan serat sehingga dapat membantu memperlancar proses buang air besar.

#### 9. Ramuan diabetes

Manfaat lidah mertua bagi kesehatan digunakan untuk ramuan herbal yang dapat menurunkan risiko diabetes atau kencing manis. Ramuan tersebut dibuat dengan cara merebus daun lidah mertua. Setelah itu meminum sarinya. Diabetes sendiri dapat dicegah dengan cara mengatur konsumsi gula agar tidak berlebihan.

#### 10. Sebagai kerajinan tangan

Lidah mertua ternyata dapat digunakan untuk bahan anyaman. Hal ini mungkin tak umum dilakukan di Indonesia, namun masyarakat Jepang menggunakan lidah mertua untuk membuat kain atau anyaman. Serat yang dihasilkan oleh lidah mertua kualitasnya baik, lembut, serta kuat.

#### 11. Ramuan untuk tekanan darah tinggi, diare, radang lambung

Lidah mertua bisa dijadikan ramuan yang dapat mengatasi beberapa jenis penyakit antara lain penyakit tekanan darah tinggi, radang pada saluran pernapasan, radang lambung, radang usus, diare dan bahkan digigit ular.

*Referensi : <https://m-bola-com.manfaat-menanam-lidah-mertua-di-rumah-tak-hanya-memperscantik-ruangan>*

*Sumber : <https://grujugan.kec-petanahan.kebumenkab.go.id/index.php/web/artikel/4/500>*