



INDONESIA PUNYA **KABAU**

Penulis:

Afrilia Tri Widyawati

Fungsional Pegawai Benih Tanaman

Balai Standar Instrumen Pertanian Kalimantan Timur

email : afriatriwidyawati@yahoo.co.id

Kabau merupakan kerabat jengkol yang memiliki bau menyengat dan rasa khas seperti biji jengkol dan biji petai. Tanaman kabau sangat kaya akan protein, karbohidrat, dan rendah lemak. Bagian kabau yang banyak dimanfaatkan sebagai bahan pangan adalah biji. Batang atau kayu tanaman kabau digunakan sebagai bahan bangunan dan peralatan rumah tangga. Di beberapa daerah di Indonesia tumbuhan kabau telah digunakan sebagai obat tradisional seperti obat sakit perut dan demam.

Kabau (*Archidendron bubalinum* (Jack) I.C Nielsen) merupakan kerabat jengkol (*Archidendron jiringa*) yang memiliki bau menyengat dan rasa khas seperti biji jengkol dan biji petai. Tanaman kabau tidak umum dikenal secara lokal karena dianggap tidak mempunyai nilai ekonomi tinggi sehingga menyebabkan tumbuhan ini kurang populer di Indonesia jika dibandingkan dengan jengkol, sehingga belum dibudidayakan seperti halnya jengkol.

Secara alami tanaman kabau tumbuh liar di daerah manor atau hutan belantara, hutan primer dan sekunder dataran rendah, namun banyaknya masyarakat yang mengalih fungsikan hutan menjadi perkebunan sawit berdampak pada populasi kabau yang semakin berkurang.

Tanaman kabau memiliki buah polong yang berukuran lebih kecil dibanding jengkol, berbentuk melonjong, berwarna hijau dengan biji yang tersusun rapat di dalamnya. Rasa dan aroma biji kabau lebih kuat dibandingkan biji jengkol. Biji kabau yang tua biasanya dimanfaatkan sebagai bahan pangan atau bahan masakan dan penambah aroma pada masakan, sedangkan biji yang muda dimakan sebagai sayur mentah (lalap).

Kacang polong kabau termasuk dalam keluarga *Fabaceae*, sebagian besar ditemukan di daerah tropis seperti Indonesia, Thailand, Malaysia, dan Filipina. Tanaman kabau dikategorikan sebagai tanaman asli Indonesia dan banyak ditemukan di Pulau Sumatra dan Kalimantan. Di Pulau Sumatra dikenal dengan nama jengkol utan, di setiap provinsi juga memiliki nama tersendiri. Di Provinsi Sumatra Barat di kenal dengan nama jering kabau, di Provinsi Riau dengan nama kabau atau jering utan, dan di Provinsi Bengkulu disebut kabeu. Di Lampung tumbuhan ini dikenal dengan nama julang-jaling, jiring tupai, dan kabau.

Di Pulau Kalimantan dikenal dengan nama yang berbeda-beda tergantung pada masing-masing daerah. Di Pulau Jawa, tanaman ini dikenal dengan nama bangkong, kabau. Di luar negeri yaitu di Malaysia dikenal dengan nama saga gajah dan kerdas, di Filipinia dikenal dengan nama Bugas,



Gambar 1. Ikatan Buah Kabau
Sumber: Lim, T.K. 2011

dan di Thailand dikenal dengan nama niengnok.

KARAKTERISTIK TANAMAN KABAU

Karakteristik morfologi tanaman kabau merupakan tanaman pohon, tegak dengan tinggi antara 10 – 20 m dan berdiameter 20 – 30 cm, batang pohon tidak mempunyai berduri. Kulit batang berwarna coklat terang – keabuan, ranting menggalah, permukaan gundul atau berbulu balig. Pohon kecil, tingginya jarang mencapai 20 m, gemang batang hingga 25 cm. Ranting-ranting kecil bulat torak, merah, mengkilap, coklat terang atau kemerahan jika dikeringkan, bersisik berambut balig merah karat.

Daun majemuk menyirip genap, berseling spiral; tangkai daun 1 – 4 cm, tidak bersayap, gundul hingga berbulu balig halus; kelenjar tangkai dilipatan pinak daun atau 1 – 2 cm di bawah

lipatan pinak daun, membundar atau melonjong, rata atau menonjol. Pinak daun satu pasang, 2 – 14 cm, berwarna merah keunguan atau hijau saat muda, gundul atau berbulu balig halus. Tangkai anak daun 4 – 5 mm, gundul; anak daun 1 – 3 pasang per rakila, berhadapan, ungu kemerahan saat muda, helaian anak daun membundar telur, membundar telur sungsang, membundar telur lanset, atau menjorong, pangkal membaji, ujung meruncing atau berekor, tepi rata, permukaan atas hijau mengkilat atau kusam, permukaan bawah kusam.

Perbungaan berupa malai ganda terminal atau di ketiak daun di ujung, berambut balig atau pendek-rapat berwarna karat. Bunga-bunga duduk atau hampir duduk, berbilangan-5, putih, dan berbau harum. Kelopaknya bentuk lonceng atau mangkuk lebar ukuran 1,5–2,5 mm. Mahkota berlekatan membentuk serupa corong, berbulu balig halus, 2,5–5 mm. Benang



Gambar 2. Buah Kabau diiris untuk menunjukkan susunan biji
Sumber: Lim, T.K. 2011

sari banyak, panjang lk. 9 mm; putik 1.

Polong berwarna hijau atau merah, pada akhirnya kekuningan dengan bagian dalam kemerahan, bulat torak menggebu hingga menggepung, lurus atau agak melengkung dengan ukuran 3,5–10 × 1,5–2,5 cm, kulitnya mengayu, berambut balig halus dan rapat atau hampir gundul, urat-uratnya tak kentara, memecah menurut kampuh di kedua sisinya. Biji berwarna hitam, padat mengisi rongga buah, biji bagian tengah serupa cakram tablet, tebal 8–15 mm; biji ujung serupa gasing terpangkas.

KANDUNGAN NUTRISI TANAMAN KABAU

Tanaman kabau sangat kaya akan protein, karbohidrat, dan rendah lemak. Protein kasar, karbohidrat, dan lemak dari kabau yang sudah matang masing-masing adalah 17,2; 78,5 dan 0,46 g/100 g berat kering. Kabau memiliki energi sebesar 386,8 kkal/100 g. Kandungan protein ini menunjukkan bahwa kabau dapat digunakan sebagai sumber protein alternatif. Biji kabau diketahui memiliki kandungan senyawa flavonoid, alkaloid, dan

saponin, sama dengan kandungan senyawa jengkol yang merupakan satu marga dengan kabau.

Dalam 100 g biji kabau yang dapat dimakan mengandung: air 76,3 g, kalori 92 unit, lemak 0,2 g, karbohidrat 16,9 g, serat 1,3 g, protein

6,2 g, kalsium 23 mg, fosfor 38 mg, zat besi 0,7 mg, vitamin A 658 IU, vitamin B1 0,14 mg, vitamin B2 0,01 mg, niasin 0,4 mg, dan vitamin C 8,0 mg.

Biji kabau ditemukan memiliki kelembaban yang tinggi kadar air yang tinggi, kadar lemak rendah, kandungan protein kasar tinggi 6-10% FW tetapi skor kimiawi yang buruk 32% terbatas pada kandungan valin, metionin dan kandungan tirosin. Biji kabau diketahui memiliki kandungan senyawa flavonoid, alkaloid, dan saponin, sama dengan kandungan senyawa jengkol yang merupakan satu marga dengan kabau. Kabau mengandung kadar anti nutrisi yang signifikan seperti tanin, penghambat tripsin dan hemaglutinin. Tanin, inhibitor tripsin, dan hemaglutinin dari Kabau masing-masing adalah 0,46 g/100 g berat basah, 12,5 TIU/ml dan 1280 HU/g berat basah.

PEMANFAATAN KABAU

Kabau belum banyak dikenal dan dimanfaatkan oleh masyarakat, tetapi keberadaannya di alam semakin berkurang. Secara alami kabau tumbuh liar di hutan primer dan sekunder dataran rendah. Di Pulau Sumatera kabau dapat dijumpai di kebun karet rakyat dan perkarangan penduduk. Sebagian masyarakat menilai bahwa kabau tidak memiliki nilai ekonomis seperti halnya jengkol,



Gambar 3. Biji mentah dan cangkang polong Kabau
Sumber: Lim, T.K. 2011



Gambar 4. Biji Kabau yang sudah matang
Sumber: Lim, T.K. 2011

sehingga hanya sebagian masyarakat yang memanfaatkan tumbuhan ini. Pemanfaatan kabau hanya terbatas dalam penggunaan sederhana.

Kabau memiliki banyak manfaat sehingga berpotensi untuk dikembangkan sebagai tanaman budi daya yang ditanam dengan sistem tumpang sari dalam sistem agoforestri karet. Tumbuhan kabau dimanfaatkan sebagai bahan masakan dan sayuran mentah (lalap), bahan bangunan dan perlengkapan rumah tangga, serta sebagai obat tradisional. Bagian tumbuhan kabau yang dimanfaatkan oleh masyarakat meliputi biji, daun, dan batang.

KABAU SEBAGAI BAHAN PANGAN

Bagian kabau yang banyak dimanfaatkan sebagai bahan pangan adalah biji. Pada umumnya kabau dijual di pasar tradisional dalam bentuk polong yang diikat ataupun biji yang sudah dipisahkan dari polongnya. Biji yang dimanfaatkan adalah biji yang tua dan muda. Biji yang tua dimanfaatkan sebagai penambah rasa pada masakan, biji digoreng dan dimakan dengan kuah gulai, atau biji ditumbuk kasar untuk campuran sambal. Biji kabau yang muda dimakan sebagai sayuran mentah, dan dilaporkan

memiliki sedikit rasa manis dan lebih renyah. Masyarakat Malaysia juga mengkonsumsi biji kabau yang masih mentah sebagai ulam atau sayuran mentah (lalap).

Kabau memiliki biji yang beraroma menyengat. Konsumsi kabau biasanya menyebabkan tinja berbau, keringat, air seni, atau bahkan bau mulut. Bau yang tajam dari biji kabau dapat dikurangi dengan merendamnya di dalam air atau air bekas cucian beras. Air rendaman diganti hingga 3 kali sebelum biji diolah. Selain itu, cara lain untuk mengurangi bau pada biji adalah dengan mengecambahkan biji kabau sebelum dikonsumsi. Biji yang sudah berkecambah dinamakan lahang oleh masyarakat Jambi. Lahang terasa lebih renyah, dapat dimakan mentah sebagai lalab atau diolah menjadi sambal atau digoreng dan dimakan seperti kacang.

Selain biji, masyarakat Jambi juga mengkonsumsi daun kabau sebagai lalapan karena bagian daunnya memiliki aroma seperti biji. Daun yang dijadikan lalapan merupakan daun muda yang baru keluar dan masih berwarna merah keunguan atau hijau. Daun yang masih muda terasa segar tetapi sedikit sepat saat dimakan. Perlu ditambahkan bahwa bagian daun A. jiringa juga tidak dikonsumsi oleh masyarakat di Jambi, karena jenis

ini memiliki daun yang tidak beraroma dan rasa yang lebih sepat dibandingkan dengan daun kabau.

Kabau biasanya dikonsumsi dalam bentuk segar. Aroma khas dari biji kabau dapat meningkatkan selera makan. Komponen antinutrisi yang dimilikinya dapat menghambat daya cerna proteinnya jika dimakan tanpa diolah. Kebiasaan mengkonsumsi kabau dalam bentuk mentah menyebabkan tubuh tidak dapat menyerap protein kabau secara maksimal. Komponen antinutrisi dari beberapa biji-bijian/kacang-kacangan/kacang polong dapat dikurangi dengan pengolahan, terutama dengan perlakuan panas.

KABAU SEBAGAI BAHAN PERLENGKAPAN RUMAH TANGGA

Batang atau kayu tanaman kabau digunakan sebagai bahan bangunan dan peralatan rumah tangga. Bagian kayu kabau dimanfaatkan untuk tiang rumah dan kayu bakar oleh masyarakat Suku Anak Dalam dan masyarakat Tanjung Jabung Barat, Jambi. Batang kabau memiliki struktur kayu yang keras dan dapat bertahan lama, sehingga dapat dimanfaatkan sebagai bahan konstruksi, lemari, dayung, kano, dan peralatan rumah tangga.

KABAU SEBAGAI TANAMAN OBAT

Di beberapa daerah di Indonesia tumbuhan kabau telah digunakan sebagai obat tradisional seperti obat sakit perut dan demam seperti di daerah Sumatera Utara. Secara empiris, masyarakat Provinsi Jambi memanfaatkan biji kabau sebagai obat anti diabetes. Bagian biji yang sudah masak dikeringkan dengan cara disangrai, kemudian ditumbuk halus. Biji kabau yang sudah dihaluskan selanjutnya dilarutkan dengan air dan diminum dua kali sehari.

Di Malaysia, daun jering telah digunakan sebagai tapal untuk keluhan kulit dan untuk nyeri di dada dalam pengobatan tradisional. Kulit kayunya telah digunakan juga untuk nyeri dada dan untuk obat kumur sakit gigi. Daun tua dibakar dan abunya dioleskan

untuk mengatasi gatal-gatal di Jawa. Bubuk dari daun muda yang hangus telah dioleskan pada luka.

MANFAAT LAIN TANAMAN KABAU

Ekstrak metanol dari kabau menunjukkan aktivitas antinematoda moderat terhadap *Bursaphelenchus xylophilus*, nematoda kayu pinus. Polong jering memberikan pewarna ungu pada sutra dan telah digunakan oleh para pencelup di Pekan, Pahang, Malaysia. Di Kalimantan, kulit kayunya digunakan untuk mewarnai anyaman

menjadi hitam. Daunnya juga dapat digunakan dengan cara yang sama. Polongnya telah digunakan untuk mencuci rambut. Kayu lunaknya telah digunakan untuk membuat peti mati dan kayu bakar.

MASALAH TOKSISITAS

Konsumsi yang berlebihan dapat menyebabkan keracunan jering atau jenkolisme yang juga disebut sebagai penyakit kejengkolan yang disebabkan oleh kristalisasi asam jenkolat di ginjal dan kandung kemih. Penyakit ini ditandai dengan

hiperemia ginjal, oliguria, obstruksi saluran kemih, dan nyeri spasmodik saat buang air kecil. Konsumsi kacang djenkol juga diidentifikasi sebagai salah satu kemungkinan penyebab hematuria pada anak-anak di daerah di mana pohon djenkol tumbuh di Thailand selatan. Dua kasus keracunan jering dilaporkan di Singapura yang mengakibatkan gagal ginjal akut. Gejala klinis termasuk nyeri pinggang bilateral, demam, mual, muntah, oligoanuria, hematuria, dan partikel berpasir dalam urin. Terapi perbaikan terdiri dari dehidrasi dengan garam normal dan alkalinisasi urin dengan natrium bikarbonat.