

## ASEM JAWA



(*Tamarindus indica*, Linn.)

Sinonim :

Familia : Leguminosae

Uraian :

Asam jawa (*tamarindus indica*) merupakan sebuah kultivar daerah tropis dan termasuk tumbuhan berbuah polong. Batang pohonnya yang cukup keras dapat tumbuh menjadi besar dan daunnya rindang. Batang pohonnya yang cukup keras dapat tumbuh menjadi besar dan daunnya rindang. Daun asam jawa bertangkai panjang, sekitar 17 cm dan bersirip genap. Bunganya berwarna kuning kemerah-merahan dan buah polongnya berwarna coklat dengan rasa khas asam. Di dalam buah polong selain terdapat kulit yang membungkus daging buah, juga terdapat biji berjumlah 2 - 5 yang berbentuk pipih dengan warna coklat agak kehitaman.

Nama Lokal :

Tamarind (Inggris), Tamarinier (Perancis); Asam Jawa (Indonesia), Celangi, Tangkal asem (Sunda); Asem (Jawa);

Penyakit Yang Dapat Diobati :

Asma, Batuk, Demam, Sakit panas, Reumatik, Sakit perut, morbili; Alergi/biduren, Sariawan, Luka baru, Luka borok, Eksim, Bisul; Bengkak disengat lipan/lebah, Gigitan ular bisa, Rambut rontok;

Pemanfaatan :

1. Asma

Bahan: 2 potong kulit pohon asam jawa, adas pulawaras secukupnya

Cara membuat: kedua bahan tersebut direbus dengan 1 liter air

sampai mendidih, kemudian disaring.  
Cara menggunakan: diminum 2 kali sehari

## 2. Batuk Kering

Bahan: 3 polong buah asam jawa, ½ genggam daun saga  
Cara membuat: kedua bahan tersebut direbus dengan 4 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas dan disaring  
Cara menggunakan: diminum 2 kali sehari, pagi dan sore

## 3. Demam

Bahan: 1 genggam daun asam jawa, adas pulawaras secukupnya;  
Cara membuat: kedua bahan tersebut direbus dengan ½ liter air sampai mendidih, kemudian disaring  
Cara menggunakan: diminum 2 kali sehari, pagi dan sore

## 4. Sakit Panas

Bahan: 2 polong buah asam jawa yang telah masak, garam secukupnya  
Cara membuat: kedua bahan tersebut disedu dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring  
Cara menggunakan: diminum biasa  
Catatan: bagi ibu hamil tidak boleh minum resep ini

## 5. Reumatik

Bahan: 1 genggam daun asam jawa, 2-3 biji asam jawa (klungsu = jawa)  
Cara membuat: kedua bahan tersebut ditumbuk halus  
Cara menggunakan: dipakai untuk kompres bagian yang sakit

## 6. Sakit perut

a. Bahan: 3 polong buah asam jawa yang sudah masak, kapur sirih dan minyak kayu putih secukupnya  
Cara membuat: semua bahan tersebut dicampur sampai merata  
Cara menggunakan: digunakan sebagai obat gosok, terutama pada bagian perut

b. Bahan: 3 polong buah asam jawa, 1 potong gula aren  
Cara membuat: kedua bahan tersebut disedu dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring  
Cara menggunakan: diminum biasa

c. Bahan: 2 polong buah asam jawa, 1 rimpang kunyit sebesar ibu jari, 1 potong gula kelapa  
Cara membuat: Kunyit diparut, kemudian dicampur dengan bahan bahan lainnya dan diseduh dengan 1 gelas air panas, kemudian disaring

Cara menggunakan: diminum biasa

7. Morbili

Bahan: 1 - 2 potong buah asam jawa yang telah masak, 2 rimpang kunyit sebesar ibu jari

Cara membuat: kunyit diparut, kemudian kedua bahan tersebut dicampur sampai merata

Cara menggunakan: digunakan sebagai bedak/obat gosok bagi penderita morbili

8. Alergi/Biduren (Jawa)

Bahan: 2-3 golongan buah asam jawa yang telah tua, garam secukupnya, ¼ sendok kapur sirih.

Cara membuat: semua bahan tersebut direbus dengan 3 gelas air sampai mendidih hingga tinggal 2 gelas dan disaring

Cara menggunakan: diminum 2 kali sehari, pagi dan sore

9. Sariawan

Bahan: 2 polong buah asam jawa, 2 rimpang temulawak sebesar ibu jari, 1 potong gula kelapa

Cara membuat: semua bahan tersebut direbus sampai mendidih hingga tinggal 1 gelas, kemudian disaring

Cara menggunakan: diminum biasa

10. Luka baru

Bahan: daun asam jawa secukupnya

Cara membuat: daun asam jawa dikunyah sampai lumat

Cara menggunakan: ditempelkan pada luka

11. Luka borok

Bahan: beberapa biji asam jawa (klungsu = jawa)

Cara membuat: biji asam jawa ditumbuk halus

Cara menggunakan: ditempelkan pada luka, kemudian diperban

12. Eksim dan Bisul

Bahan: 1 genggam daun asam jawa yang masih muda (sinom = jawa), 2 rimpang kunyit sebesar ibu jari

Cara membuat: kedua bahan tersebut ditumbuk sampai halus

Cara menggunakan: ditempelkan pada bagian yang sakit

13. Bengkak karena disengat lipan atau lebah

Bahan: 3 - 5 biji asam jawa dan minyak kayu putih secukupnya

Cara membuat: biji asam jawa ditumbuk halus

Cara menggunakan: bagian yang bengkak dibersihkan terlebih dahulu dengan kain yang dibasahi dengan minyak kayu putih, kemudian ditaburi/ditempeli dengan bubuk biji asam jawa

tersebut.

#### 14. Mencegah rambut rontok

Bahan: beberapa biji asam jawa

Cara menggunakan: sebelum keramas dengan shampo, kepala dimasase terlebih dahulu dengan

Komposisi :

KANDUNGAN KIMIA : Buah polong asam jawa mengandung senyawa kimia antara lain asam appel, asam sitrat, asam anggur, asam tartrat, asam suksinat, pectin dan gula invert. Buah asam jawa yang masak di pohon diantaranya mengandung nilai kalori sebesar 239 kal per 100 gram, protein 2,8 gram per 100 gram, lemak 0,6 gram per 100 gram, hidrat arang 62,5 gram per 100 gram, kalsium 74 miligram per 100 gram, fosfor 113 miligram per 100 gram, zat besi 0,6 miligram per 100 gram, vitamin A 30 SI per 100 gram, vitamin B1 0,34 miligram per 100 gram, vitamin C 2 miligram per 100 gram. Kulit bijinya mengandung phlobataninnin dan bijinya mengandung albuminoid serta pati.