

PENGEMBANGAN TANAMAN SUKUN

Tanaman sukun terdapat di berbagai wilayah di Indonesia, dan dikenal dengan berbagai nama seperti, Suune (Ambon), Amo (Maluku Utara), Kamandi, Urknem atau Beitu (Papua), Karara (Bima, Sumba dan Flores), Susu Aek (Rote), Naunu (Timor), Hatopul (Batak), Baka atau Bakara (Sulawesi Selatan), dll. Nama lain sukun di berbagai negara yaitu: Breadfruit (English); Fruit a Pain (French); Fruta Pao, Pao de Massa (Portuguese); Broodvrucht, Broodboom (Holland); dan Ulu (Hawai). Tanaman sukun mempunyai beberapa nama ilmiah yang sering digunakan, yaitu *Artocarpus communis* Forst, *Artocarpus Incisa* Linn, atau *Artocarpus Altilis*.

Sukun merupakan tanaman tahunan yang tumbuh baik pada lahan kering (daratan), dengan tinggi pohon dapat mencapai 10 m atau lebih. Buah muda berkulit kasar dan buah tua berkulit halus. Daging buah berwarna putih agak krem, teksturnya kompak dan berserat halus. Rasanya agak manis dan memiliki aroma yang spesifik. Berat buah sukun dapat mencapai 1 kg per buah.

Pembentukan buah sukun tidak didahului dengan proses pembuahan bakal biji (parthenocarphy), maka buah sukun tidak memiliki biji. Buah sukun akan menjadi tua setelah tiga bulan sejak munculnya bunga betina. Buah yang muncul awal akan menjadi tua lebih dahulu, kemudian diikuti oleh buah berikutnya.

Tanaman sukun dapat tumbuh dan dibudidayakan pada berbagai jenis tanah mulai dari tepi pantai sampai pada lahan dengan ketinggian kurang lebih 600 m dari permukaan laut. Sukun juga toleran terhadap curah hujan yang sedikit maupun curah hujan yang tinggi antara 80 - 100 inchi per pertahun dengan kelembaban 60 - 80%, namun lebih sesuai pada daerah-daerah yang cukup banyak mendapat penyinaran matahari. Tanaman sukun tumbuh baik di tempat yang lembab panas, dengan temperatur antara 15 - 38 °C.

Manfaat Sukun

- ☞ Buahnya dapat digunakan sebagai bahan makanan. Jaman dahulu di Hawai sukun digunakan sebagai makanan pokok. Di Madura digunakan sebagai obat sakit kuning.
- ☞ Bunganya dapat di ramu sebagai obat. Bunganya dapat menyembuhkan sakit gigi dengan cara dipanggang lalu digosokkan pada gusi yang giginya sakit.
- ☞ Daunnya selain untuk pakan ternak, juga dapat di ramu menjadi obat. Di India bagian barat, ramuan daunnya dipercaya dapat menurunkan tekanan darah dan meringankan asma. Daun yang dihancurkan diletakkan di lidah untuk mengobati sariawan. Juice daun digunakan untuk obat tetes telinga. Abu daun digunakan untuk infeksi kulit. Bubuk dari daun yang dipanggang digunakan untuk mengobati limpa yang membesar.
- ☞ Getah tanaman digunakan untuk mengobati penyakit kulit. Getah yang ditambah air jika diminum dapat mengobati diare. Di Caribia sebagai bahan membuat permen karet.
- ☞ Kayu sukun tidak terlalu keras tapi kuat, elastis dan tahan rayap, digunakan sebagai bahan bangunan antara lain mebel, partisi interior, papan selancar dan peralatan rumah tangga lainnya.
- ☞ Serat kulit kayu bagian dalam dari tanaman muda dan ranting dapat digunakan sebagai material serat pakaian. Di Malaysia digunakan sebagai mode pakaian.

Komposisi zat gizi buah sukun dapat dilihat pada tabel 1, dan perbandingan kandungan zat gizi disajikan pada tabel 2.

Tabel 1. Komposisi Zat Gizi Sukun per 100 g

| Zat Gizi | Sukun Muda | Sukun Tua | Tepung Sukun |
|-----------------|------------|-----------|--------------|
| Karbohidrat (g) | 9,2 | 28,2 | 78,9 |
| Lemak (g) | 0,7 | 0,3 | 0,8 |
| Protein (g) | 2,0 | 1,3 | 3,6 |
| Vitamin B1 (mg) | 0,12 | 0,12 | 0,34 |
| Vitamin B2 (mg) | 0,06 | 0,05 | 0,17 |
| Vitamin C (mg) | 21,00 | 17 | 47,6 |
| Kalsium (mg) | 59 | 21 | 58,8 |
| Fosfor (mg) | 46 | 59 | 165,2 |
| Zat besi (mg) | - | 0,4 | 1,1 |

Tabel 2. Perbandingan Komposisi kandungan gizi sukun dengan beberapa bahan pangan lainnya dalam 100 gram.

| Jenis bahan pangan | Energi (kal) | Protein (g) | Lemak (g) | Karbohidrat (g) |
|--------------------|--------------|-------------|-----------|-----------------|
| Tepung sukun | 302 | 3,6 | 0,8 | 78,9 |
| Buah sukun tua | 108 | 1,3 | 0,3 | 28,2 |
| Beras | 360 | 6,8 | 0,7 | 78,9 |
| Jagung | 129 | 4,1 | 1,3 | 30,3 |
| Ubi kayu | 146 | 1,2 | 0,3 | 34,7 |
| Ubi jalar | 123 | 1,8 | 0,7 | 27,9 |
| Kentang | 83 | 2,0 | 0,1 | 19,1 |

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat disimpulkan bahwa nilai gizi buah sukun tidak kalah dengan bahan-bahan pangan lainnya yang sering digunakan sebagai bahan pangan pokok ataupun bahan pangan pokok alternatif di Indonesia. Bahkan, dalam beberapa hal sukun tampak lebih unggul dari bahan pangan lainnya. Dengan demikian sukun, khususnya tepung sukun mempunyai prospek yang sangat baik sebagai bahan pangan pengganti beras.

Produk pangan olahan yang merupakan hasil olahan langsung dari buah sukun segar misalnya keripik sukun, apem sukun, bolu cup sukun, getuk sukun, kroket sukun, prol sukun, dll.

Pembibitan Sukun

Dalam kegiatan pembibitan sukun ada beberapa teknik pembiakan vegetatif yang dapat dilakukan:

☞ *Pemindahan tunas akar alami*

Secara alami pohon sukun berkembang biak dengan tunas akar. Untuk merangsang tumbuhnya tunas akar alami dapat dilakukan dengan cara melukai akar yang menjalar di permukaan tanah menggunakan parang. Setelah tunas tumbuh sekitar 30 cm sudah dapat dipindahkan ke media dalam polybag/pot. Bibit hasil sapihan ini dipelihara di persemaian sampai siap tanam.

☞ *Pencangkakan*

Teknik mencangkok dilakukan untuk mendapatkan bibit dalam jumlah terbatas. Untuk memperoleh hasil yang baik maka ranting yang dicangkok harus ranting yang baru dan belum produktif (menghasilkan buah).

Cara pencangkakan tanaman sukun adalah sebagai berikut:

Kulit ranting dikupas sekitar 3-5 cm dan bagian kambium pada permukaan luka dibersihkan dan dikeringkan selama sehari. Mengolesi luka bagian atas dengan zat pengatur tumbuh seperti rootone F. Menutup seluruh luka dengan campuran tanah dan kompos atau dengan media lain yang telah disemprot insektisida. Membungkus media dengan sabut kelapa atau plastik serta diikat kuat sehingga cangkok tidak goyah. Pelaksanaan yang baik adalah pada musim hujan sehingga media cangkok cukup lembab untuk pertumbuhan akar. Pengambilan hasil cangkakan dilakukan setelah cangkok berakar dengan baik yaitu setelah berumur 23 bulan. Pengambilan dilakukan dengan cara memotong pangkal cabang yang dicangkok dengan gergaji. Hasil cangkakan segera ditanam pada media tanah di persemaian dan diberi naungan/peneduh.

☞ *Stek akar.*

Teknik stek akar dilakukan untuk memperoleh bibit dalam jumlah yang besar karena bahan yang digunakan dapat diperoleh dalam jumlah banyak serta pelaksanaannya cukup mudah dan biayanya relatif murah.

Pohon induk sebaiknya berumur sekitar 20 tahun biasanya lebih berhasil dibanding pohon yang muda. Pengambilan akar dilakukan dengan menggali akar kemudian dipotong sepanjang 0,5 – 1 m..

Apabila pengambilan bahan stek dilakukan di tempat yang jauh dari lokasi persemaian maka stek dijaga supaya tidak kering dibungkus menggunakan pelepah pisang atau karung goni yang basah.

Akar sukun dipotong-potong menjadi stek akar sepanjang 10 – 15 cm dengan diameter rata-rata 1-2 cm. Bagian stek yang lebih muda (ujung akar) ditandai dengan dipotong miring. Hal ini akan memudahkan dalam penanaman stek supaya tidak terbalik.

Posisi stek di tanam tegak dengan kedalaman penanaman sekitar setengah bagian dari panjang stek.

Setelah ditanam segera dilakukan penyiraman kemudian bedengan ditutup dengan sungkup plastik. Setelah satu bulan dalam bedengan, stek akar mulai menumbuhkan tunas. Pada bulan ketiga akar sudah tumbuh namun daunnya masih berwarna kekuningan. Pada saat ini sungkup plastik sudah dapat dibuka secara bertahap agar bibit tidak layu dan 1-2 minggu kemudian sungkup sudah dapat dibuka sepenuhnya.

☞ *Stek pucuk.*

Teknik stek batang atau stek pucuk dilakukan untuk mengantisipasi permasalahan bibit yang terlalu lama dalam polibag atau memanfaatkan tunas-tunas yang tumbuh pada stek akar.

Bak stek dilengkapi dengan sungkup plastik dan naungan sarlon untuk mengurangi intensitas cahaya matahari.

Bahan tanaman berupa tunas/trubusan pada stek akar dan tunas-tunas yang tumbuh dari tanaman yang ada di persemaian (kebung pangkas).

Panjang stek kira-kira 10 cm dimana satu stek mempunyai 1-2 helai daun yang kemudian dipotong $\frac{2}{3}$ bagian. Pemotongan bagian pangkal stek dilakukan di bawah mata tunas. Sebelum ditanam pangkal diberi larutan hormon tumbuh.

Penyiraman rutin harus dilakukan untuk mencegah kekeringan. Intensitas penyiraman dilakukan minimal 2 kali sehari yaitu pagi (jam 08.00-10.00) dan sore (jam 14.00-16.00).



Pembiitan Sukun

Sumber Gambar : Kartikawati, N. K dan H. A. Adinugraha, 2003

Daftar Pustaka :

Anonimous, 2003. Panduan Teknologi Pengolahan Sukun Sebagai Bahan Pangan Alternatif. Direktorat Jenderal Bina Pengolahan dan Pemasaran Hasil Pertanian.

Kartikawati, N. K dan H.A. Adinugraha, 2003. Teknik Persemaian dan Informasi Benih Sukun. Pusat Penelitian dan Pengembangan Bioteknologi dan Pemuliaan Tanaman Hutan. Purwobinangun. Yogyakarta.

Koswara, S. 2006. Sukun Sebagai Cadangan Pangan Alternatif. ebookpangan.com