

# NATURAL DRINK “*CARICA PAPAYA LINNAEUS*” SOLUSI MASYARAKAT SEHAT

Ika Istiana<sup>1</sup>, Vitasari<sup>2</sup>, Abdul Munib<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Matematika, STKIP PGRI Pacitan  
email: akuikiikka@yahoo.com

<sup>2</sup>Pendidikan Matematika, STKIP PGRI Pacitan  
Email: welly\_imt@yahoo.co.id

<sup>3</sup>Pendidikan Sejarah, STKIP PGRI Pacitan  
email: abdulmunib444@yahoo.co.id

## Abstract

*Sendang is a village that located on the western part of Pacitan Regency. Majority of its society work as a farmer who able to produce papaya in big amount. But, the existence of those papayas are not followed by maximal utilization. So, team of PKM-M has done the innovation to make instant drink powder from extract of papaya leave. The purposes of that event, such as to maximize utilization of papaya, to drilled and accompany the society to make healthy drink, build the central of Natural Drink “Carica papaya Linnaeus” and to decrease the economic difficulty of Sendang society. The conclusion, such as: the prosperity of Sendang society is increased in economy, skill, and health side; maximize utilization of papaya leaves; and create the new open jobs.*

**Keywords:** Natural Drink “*Carica papaya linnaeus*”, Papaya leaves, Sendang Village

## 1. PENDAHULUAN

Desa Sendang merupakan salah satu desa di Kecamatan Donorojo yang terletak di ujung barat Kabupaten Pacitan. Secara geografis, Desa Sendang terdiri dari perbukitan, tanah kering/ladang dan sebagian kecil sawah tadah hujan yang menjadi tumpuan hidup sebagian besar masyarakatnya. Secara spesifik, Desa Sendang terdiri dari 840 kepala keluarga, dengan jumlah jiwa 1.420 laki-laki dan 1.477 perempuan. Jumlah total penduduk sebesar 2.897 jiwa yang tersebar di delapan dusun. Dilihat dari sebaran 2.897 penduduk Desa Sendang, 1.083 di antaranya berada di usia balita, usia sekolah, dan lansia yang tidak bekerja. Sedangkan sebaran pekerjaan 1.814 penduduk lainnya dapat diamati pada Tabel 1 di bawah ini.

Dari Tabel 1 tersebut, dapat diketahui bahwa jumlah penduduk yang tidak memiliki pekerjaan tetap cukup besar, yakni 22,61%. Sementara jumlah penduduk yang berprofesi sebagai petani pun mempunyai jumlah yang tidak kalah besar, yakni 36,73%. Dalam memenuhi kebutuhan hidupnya, petani-petani itu bekerja dengan mengolah ladang dan menghasilkan tanaman pepaya (*Carica papaya*

Linnaeus) dalam jumlah yang sangat besar, ± 1.074 pohon pepaya di Desa Sendang.

Tabel 1. Sebaran Pekerjaan Masyarakat Desa Sendang

Pekerjaan	Jumlah	Prosentase (%)
PNS	20	0,69%
Wiraswasta	60	2,07%
Petani	1.064	36,73%
Pensiunan	15	0,52%
Tidak punya pekerjaan tetap	655	22,61%

Sayangnya, melimpahnya tanaman pepaya yang ada, berbanding terbalik dengan upaya pemanfaatan warga masyarakat terhadap keberadaannya. Hal ini terbukti dengan banyaknya buah dan daun pepaya yang ada, tidak dimanfaatkan secara optimal. Lebih-lebih, daun pepaya hanya dimanfaatkan sebagai makanan ternak, sisanya ditelantarkan dan rusak. Padahal, daun dan buah pepaya merupakan buah yang kaya manfaat.

Pepaya (*Carica papaya Linnaeus*) merupakan jenis tanaman perdu yang mempunyai tinggi 2-10 meter (Suhanda, 2009). Pepaya juga termasuk jenis tanaman tropis basah yang mampu tumbuh subur di daerah

yang memiliki ketinggian 0 m - 1500 m di atas permukaan laut. Selain itu, tanaman pepaya juga memiliki kandungan yang sangat bermanfaat bagi manusia. Hasil riset Direktorat Jenderal Gizi (1992) menyebutkan bahwa kandungan per 100 gram buah dan daun pepaya mengandung gizi yang sangat baik untuk kesehatan.

Komposisi gizi	Kandungan gizi	
	Buah	Daun
Kalori	46.00 kal.	79.00 kal.
Protein	0.50 gr	8.00 gr
Lemak	-	2.00 gr
Karbohidrat	12.20 gr	11.90 gr
Kalsium	23.00 mg	353.00 mg
Fosfor	12.00 mg	63.00 mg
Zat Besi	1.70 mg	0.80 mg
Vitamin A	365.00 S.I	18.250.00 S.I
Vitamin B1	0.04 mg	0.15 mg
Vitamin C	78.00 mg	140.00 mg
Air	86.70 gr	75.40 gr

Menurut Suprpti (2005: 16) tanaman pepaya dapat diklasifikasikan dalam ragam dan jenis sebagai berikut:

*Kingdom* : *Plantae*  
*Divisi* : *Spermatophyta*  
*Sub divisi* : *Angiosperma*  
*Kelas* : *Dicotyledonae*  
*Ordo* : *Caricales*  
*Famili* : *Caricaceae*  
*Spesies* : *Carica papaya Linnaeus*

Selain mempunyai kandungan yang sangat penting, pepaya juga merupakan tanaman yang kaya manfaat. Rukmana (2013: 20) menyatakan bahwa semua bagian tumbuhan pepaya mempunyai manfaat, antara lain: 1) akarnya bisa digunakan sebagai obat cacing kremi, ginjal, dan kandung kencing; 2) daunnya dapat dimanfaatkan untuk lalapan, menambah nafsu makan, sumber vitamin A, mengobati penyakit beri-beri, obat malaria, demam berdarah, kejang perut, dan sakit panas; 3) batangnya dapat diambil untuk pakan ternak; 4) bunganya dapat dimanfaatkan sebagai sayuran dan bunga hias; 5) buahnya dapat dimanfaatkan untuk sayuran, buah, bahan manisan, puree, campuran saus tomat, pasta, dan *juice*; 6) bijinya bermanfaat untuk mengurangi berat badan, obat cacing, dan mengeluarkan keringat bagi penderita masuk angin; 7) getahnya bermanfaat untuk melunakkan daging, menghaluskan kulit pada industri penyamakan kulit, bahan baku industri farmasi, dan bahan kosmetik.

Kondisi tersebut di atas, menjadi dasar alasan untuk melakukan pemberdayaan masyarakat Desa Sendang melalui kegiatan PKM-M. Adapun tujuan kegiatan pemberdayaan ini, antara lain: 1) mengoptimalkan pemanfaatan tanaman pepaya di Desa Sendang; 2) mendampingi dan melatih masyarakat Desa Sendang dalam membuat minuman sehat daun pepaya; 3) mendirikan sentra *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"*, yang berakibat terbukanya lapangan kerja baru di Desa Sendang; dan 4) menciptakan sumber pendapatan baru yang dapat mengatasi kesulitan perekonomian masyarakat Desa Sendang.

Tentunya, tujuan di atas dapat dicapai dengan serangkaian kegiatan yang menjadi solusi permasalahan. Pada kegiatan pemberdayaan ini, solusi yang ditawarkan adalah pembuatan produk dan sentra *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"*. Dalam pelaksanaannya, kegiatan yang dilakukan sentra adalah mengolah daun pepaya menjadi serbuk minuman instan yang sehat dan aman dikonsumsi. Dengan adanya inovasi ini, masyarakat menjadi lebih tertarik untuk mengkonsumsi daun pepaya. Dengan demikian, produksi *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* harus selalu ditingkatkan. Akibatnya, kebutuhan bahan baku dan pekerja di sentra pun secara signifikan juga meningkat. Sehingga, lapangan kerja di Desa Sendang semakin terbuka dan kesadaran masyarakat untuk memanfaatkan sumber daya alam sebagai sumber pangan pun secara berangsur-angsur turut meningkat.

## 2. METODE

Kegiatan pemberdayaan ini dilaksanakan di Desa Sendang, Kecamatan Donorojo, Kabupaten Pacitan, pada Bulan Februari hingga Agustus 2013. Sasaran kegiatan ini adalah masyarakat Desa Sendang, utamanya masyarakat yang tidak mempunyai pekerjaan tetap. Metode pelaksanaan, yaitu dengan menggunakan metode pendampingan. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut:

### Persiapan Tim

Persiapan tim dilakukan dengan membuat deskripsi jabatan sebagai berikut: 1) Ika Istiana sebagai ketua tim, sekaligus bertanggung jawab atas administrasi; 2) Welly

Novitasari sebagai koordinator keuangan, dan bertanggung jawab atas pengadaan bahan dan peralatan produksi; dan 3) Abdul Munib sebagai pelaksana teknis di lapangan.

### Sosialisasi Program

Sosialisasi program ini dilakukan untuk memberikan pemahaman dan pendampingan kepada warga masyarakat Desa Sendang, Kabupaten Pacitan. Utamanya, bagaimana mengelola daun pepaya menjadi suatu minuman sehat dan berkhasiat. Terlebih lagi, untuk meningkatkan perekonomian dan kesehatan masyarakat.

### Pembentukan Tim Pelaksana

Tim Pelaksana adalah tim pertama yang mengolah daun pepaya menjadi produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"*. Selanjutnya, tim itu juga bertugas untuk mendemonstrasikan cara pengolahan daun pepaya kepada masyarakat. Tim ini beranggota empat orang, yakni: Murtini (22 tahun), Miatun (32 tahun), Kasirah (38 tahun), dan Sularno (43 tahun).

### Identifikasi barang, survei pasar, dan pengadaan barang

Setelah melaksanakan identifikasi barang, tim melakukan survei pasar dan membeli alat dan bahan untuk memproduksi *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"*. Alat dan bahan yang diperlukan untuk produksi *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* disajikan dalam Tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Alat dan Bahan Produksi

Alat	Bahan
Blender	Daun pepaya
Kompor gas	Gula pasir
Baskom	Madu
Wajan	
Solet kayu	
Saringan	
Pisau	
Gayung	
Alat pengepres	

### Pengadaan Rumah Produksi

Rumah produksi adalah tempat yang dijadikan sentra produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"*. Rumah produksi terletak di RT 02 RW VI Dusun Guworejo, Desa Sendang, Kecamatan Donorojo, Kabupaten Pacitan.

### Pelatihan teknis pekerja

Pelatihan teknis pekerja dilakukan untuk memberikan gambaran kegiatan produksi yang akan dilaksanakan. Kegiatan yang disosialisasikan dalam pelatihan teknis pekerja, antara lain: cara pembuatan dan pengemasan produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* serta strategi pemasaran. Harapannya, setelah kegiatan ini selesai, tim pekerja dapat melaksanakan kegiatan produksi dan pemasaran produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* dengan maksimal.

### Uji coba produk oleh tim pekerja

Uji coba produk dilakukan untuk mendapatkan komposisi bahan yang mampu menghasilkan produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* yang bercita rasa tinggi, aman dikonsumsi dan siap dipasarkan. Pada pelaksanaannya, uji coba produk dilakukan sebanyak enam kali hingga menghasilkan cita rasa dan tampilan produk yang sesuai dengan harapan. Hasil dari pelaksanaan uji coba produksi ini adalah diperolehnya perbandingan komposisi produk, yakni daun pepaya: gula pasir : madu = a : x : .

### Proses produksi

Proses produksi dilakukan oleh tim pekerja dan didampingi mahasiswa serta dosen pendamping. Secara garis besar, proses produksi *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* meliputi beberapa tahapan, yaitu: 1) tahap penyortiran daun pepaya; 2) tahap pencucian daun pepaya; 3) tahap pemotongan bahan untuk memudahkan penghalusan; 4) tahap penghalusan; 5) tahap penyaringan; 6) tahap pengepresan; 7) tahap mengkristalkan ekstrak melalui pemanasan yang divariasi dengan penambahan gula dan madu; dan 8) tahap pembuatan serbuk; dan 9) tahap pengemasan produk.

### Pembuatan media promosi

Media promosi yang berhasil dibuat adalah *website*, *facebook*, brosur, pembuatan x-banner, radio, koran, maupun melalui pameran. Media promosi ini, diharapkan mampu memperluas pasar.

### Promosi dan Pemasaran

Kegiatan promosi dilakukan melalui pameran, x-banner, brosur, radio, koran, maupun *website*. Sedangkan pemasarannya dilakukan di sekitar sentra dan dititipkan di toko, minimarket, dan koperasi yang ada di

Kabupaten Pacitan. Selain itu, pemasaran juga dilakukan secara *online* melalui *website* maupun via *facebook*.

## Pengontrolan Program

Pengontrolan program dilakukan sejak awal hingga akhir program. Hal ini bertujuan untuk meminimalisir terjadinya kesalahan dalam proses pembuatan dan menjaga mutu produk yang dihasilkan.

## Evaluasi

Evaluasi yang dilaksanakan melalui tiga tahapan, yaitu tahap pra produksi, produksi dan pasca produksi. Rangkaian evaluasi ini bertujuan untuk mengetahui kekurangan dan keunggulan produksi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang telah dicapai pada pelaksanaan PKM-M ini adalah sebagai berikut:

### Produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"*

Produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* yang telah berhasil diciptakan sentra adalah produk berbentuk serbuk minuman instan berbahan dasar daun pepaya yang mempunyai cita rasa nikmat dengan berbagai manfaat. Manfaat produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"*, antara lain: 1) untuk menambah nafsu makan; 2) sebagai antikanker; 3) memperlancar pencernaan; 4) pengontrol tekanan darah; 5) obat nyeri haid; 6) obat penyakit demam berdarah. Produk ini dibuat secara alami dengan menggunakan ekstrak daun pepaya, gula, dan madu sehingga produk ini sangat aman dikonsumsi masyarakat dari semua golongan usia. Selain aman dikonsumsi, produk ini juga dapat dijangkau semua lapisan masyarakat karena masyarakat hanya membutuhkan uang sebesar Rp 12.000,00 untuk mendapatkan satu pcs produk *Natural Drink "Carica Papaya Linnaeus"* yang terdiri dari empat sachet. Secara rinci, tahapan pembuatan produk *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* adalah sebagai berikut:

### Tahap persiapan

Hal-hal yang harus dipersiapkan sebelum memproduksi *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* adalah sebagai berikut:

#### a. Tahap penyortiran

Kegiatan yang dilakukan pada tahap penyortiran adalah memilih daun pepaya yang berkualitas, yaitu daun yang tidak terlalu tua dan tidak terlalu muda.

#### b. Tahap pencucian

Pada tahap ini, daun pepaya dicuci dengan air bersih. Hal ini bertujuan untuk menghasilkan produk *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* yang steril.

#### c. Tahap pemotongan

Pada tahap ini, daun pepaya dipotong kecil-kecil untuk mempermudah proses penghalusan daun pepaya.

#### d. Tahap penghalusan

Tahap penghalusan adalah tahapan menghancurkan lembaran daun pepaya hingga menjadi bubur. Hal ini bertujuan untuk mempermudah pengambilan ekstrak daun pepaya.

#### e. Tahap penyaringan

Tahap penyaringan dilakukan terhadap bubur daun pepaya. Hasil yang diperoleh pada tahap ini adalah ekstrak daun pepaya dan ampas daun pepaya.

#### f. Tahap pengepresan

Tahap pengepresan adalah tahap untuk memaksimalkan perolehan ekstrak daun pepaya. Kegiatan yang dilakukan pada tahap ini adalah mengepres ampas daun pepaya yang merupakan hasil dari tahap penyaringan.

#### g. Tahap produksi

Hal-hal yang dilakukan pada tahap produksi *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* adalah sebagai berikut:

#### h. Tahap mengkristalkan ekstrak

Kegiatan mengkristalkan ekstrak dilakukan dengan cara merebus ekstrak daun pepaya hingga menghasilkan adonan kering yang bertekstur keras. Hal lain yang dilakukan pada tahap ini adalah penambahan gula pasir dan madu sebagai bahan penunjang. Penambahan bahan penunjang ini bertujuan untuk mengombinasikan cita rasa yang bergizi tinggi. Perpaduan rasa pahit dan manis.

#### i. Tahap pembuatan serbuk

Pembuatan serbuk dilakukan dengan cara menghancurkan kristal hingga menjadi serbuk halus.

#### j. Tahap pengemasan

Produk *Natural Drink "Carica papaya linnaeus"* dikemas dalam *double packaging*,

yaitu dengan kemasan plastik dan kardus. Alasan penggunaan *double packaging* ini adalah untuk menjaga agar serbuk tidak lembab. Teknis pengemasannya, serbuk yang telah terbentuk terlebih dahulu dikemas dalam plastik, kemudian baru dimasukkan ke dalam kardus.

### **Sentra Natural Drink “Carica papaya linnaeus”**

Sentra *Natural Drink “Carica papaya linnaeus”* adalah sentra yang bergerak dalam bidang produksi, yang aktivitasnya mengolah daun pepaya menjadi serbuk minuman instan siap saji. Sentra ini terletak di RT 02 RW VI Dusun Guworejo, Desa Sendang, Kecamatan Donorojo, Kabupaten Pacitan. Adapun susunan kepengurusan sentra adalah sebagai berikut: 1) Ketua: Kateni (41 tahun, Kepala Dusun Guworejo); 2) Sekretaris: Eka Novianti (25 tahun, karang taruna); 3) Bendahara: Iis Setiani (35 tahun, anggota PKK); 4) koordinator produksi: Sularno (43 tahun, anggota masyarakat); dan 5) koordinator pemasaran: Riza Santosa (20 tahun, karang taruna).

### **Peningkatan kesejahteraan masyarakat**

Kesejahteraan masyarakat Desa Sendang yang berhasil ditingkatkan melalui kegiatan PKM-M ini adalah kesejahteraan di bidang ekonomi, keterampilan, dan kesehatan. Peningkatan di bidang ekonomi diwujudkan dengan peran masyarakat sebagai *supplier* daun pepaya kepada sentra, di mana petani pepaya yang dahulu memperoleh pendapatan minim dari tanaman pepayanya kini petani pepaya sangat mudah untuk memperoleh pendapatan yang banyak karena daun pepaya saat ini dihargai hingga Rp 5.000,00/kg.

Peningkatan di bidang keterampilan telah berhasil diwujudkan dengan adanya pelatihan pengolahan daun pepaya menjadi produk *Natural Drink “Carica papaya linnaeus”* yang menjadi produk minuman instan pertama dan satu-satunya. Kesejahteraan di bidang kesehatan diwujudkan dengan adanya peningkatan minat masyarakat hingga 75% untuk mengkonsumsi *Natural Drink “Carica papaya linnaeus”*, peningkatan minat ini merata dari usia anak-anak hingga usia dewasa.

### **Kesediaan masyarakat untuk melanjutkan program**

Kesediaan masyarakat diwujudkan dengan adanya komitmen pengurus dan karyawan sentra yang semakin tinggi. Hal itu didasari oleh adanya peningkatan kesejahteraan yang dirasakan masyarakat setempat dan antusias masyarakat umum dalam menerima produk *Natural Drink “Carica papaya linnaeus”*.

### **Link pemasaran**

Link pemasaran yang berhasil diperoleh, antara lain UKM Posdaya, Minimarket Mitra, warung, dan koperasi. Sedangkan link di media internet ada dua, yakni melalui *facebook* di akun “natural drink capaya” dan melalui *website* [www.capaya.com](http://www.capaya.com).

## **4. KESIMPULAN**

Kesimpulan dari pelaksanaan kegiatan PKM-M ini adalah sebagai berikut:

- a. Daun pepaya yang merupakan komoditas utama ladang penduduk mampu dimanfaatkan warga masyarakat secara optimal.
- b. Kesejahteraan masyarakat setempat mengalami peningkatan di bidang ekonomi, keterampilan, dan kesehatan.
- c. Menciptakan lapangan kerja baru, sehingga penduduk yang biasanya merantau untuk mendapatkan pekerjaan dapat bekerja di lingkungannya sendiri.
- d. Sentra produksi *Natural Drink “Carica Papaya Linnaeus”* siap dilanjutkan dan dikembangkan oleh warga masyarakat.

## **5. REFERENSI**

- Direktorat Jenderal Gizi. 1992. *Laporan Riset tentang Kandungan Gizi Pepaya*.
- Rukmana, Rahmat. 2013. *Pepaya*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Suhanda, Irwan. 2009. *Rahasia Sehat dengan Makanan Berkhasiat*. Jakarta: PT. Kompas Media Nusantara.
- Suprapti, Lies. 2005. *Aneka Olahan Pepaya Mentah dan Mengkal*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.