

IDENTIFIKASI POTENSI LOKAL PADA TUMBUHAN BIJI PEPAYA (*CARICA PAPAYA*) SEBAGAI OBAT TRADISIONAL MASYARAKAT DI KECAMATAN BANGGAE TIMUR.

Nurhikma Ramadhana¹, Muhammad Syukri²

¹Jurusan Pendidikan Biologi - FMIPA Universitas Sulawesi Barat

²Prodi Budidaya Perairan - FAPETKAN Universitas Sulawesi Barat

e-mail: ¹ukey_achiek@yahoo.com; ²ramabiologi@gmail.com

Abstrak

Biji pepaya merupakan limbah dari buah pepaya yang dibuang oleh masyarakat karena dianggap tidak penting. Sebenarnya biji pepaya dapat diolah menjadi barang yang lebih bermanfaat. Biji pepaya memiliki kandungan - kandungan yang baik untuk tubuh dan dapat mengobati penyakit gagal ginjal usia dini. Karena cukup banyak limbah biji pepaya saat peneliti mengkonsumsi buah pepaya. Peneliti mulai terobsesi meneliti kandungan biji pepaya. Ternyata kandungan dalam biji pepaya tidak bisa diremehkan. Banyak kandungan biji pepaya antara lain, mengandung zat-zat yaitu: alkaloid, steroid, tanin, dan juga minyak atsiri. Secara mendetail, kandungan biji tersebut berupa beberapa asam lemak tak jenuh dalam jumlah tinggi. Asam tersebut adalah oleat dan asam palmitat. Selain itu, biji pepaya juga diketahui mengandung senyawa kimia golongan fenol, terpenoid juga saponin. Senyawa ini bersifat sitotoksik, anti-androgen dan berefek estrogenik. Selanjutnya, biji pepaya juga mengandung karbohidrat dalam jumlah kecil, air, protein, dan juga lemak. Salah satu cara pemanfaatan biji pepaya yaitu dengan mengolahnya menjadi obat.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan informasi tentang potensi biji pepaya sebagai obat tradisional bagi masyarakat dalam kaitannya dengan penyakit gagal ginjal karena penyakit ini sangat berbahaya dan menguras uang, karena orang yang menderita gagal ginjal akan mengeluarkan biaya sekitar 5 juta lebih setiap minggunya untuk cuci darah, dan cuci darah ini akan membawa efek samping. Oleh karena itu, untuk mencegah penyakit tersebut peneliti memanfaatkan biji pepaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dan analisis data, tabulasi data dan pustaka. Metode eksperimen dilakukan dengan cara mengolah biji pepaya menjadi obat yang bermanfaat khususnya di kecamatan Banggae Timur. Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa biji pepaya dapat diolah menjadi obat, dan hasil dari uji konsumen dapat diambil kesimpulan bahwa rasa dan aroma biji pepaya seperti kopi.

Kata Kunci: Biji pepaya, sebagai obat, tradisional, Banggae Timur.

PENDAHULUAN

Buah pepaya adalah buah yang tidak asing di masyarakat. Sehingga buah pepaya sering disebut buah rakyat, dengan harga yang murah. Buah pepaya terdapat biji yang selalu di buang setiap mengupas buah pepaya. Sehingga biji pepaya akan selalu menjadi limbah yang tidak berguna. Pepaya mengandung nutrisi yang amat berlimpah dan amat baik dikonsumsi anak-anak hingga lansia (lanjut usia), untuk menjaga kesehatan tubuh. Selain itu, buah yang diduga berasal dari Kostarika dan Meksiko ini, bisa diperoleh di mana saja dan kapan saja, karena buah ini tidak mengenal musim, sehingga bisa terus tumbuh sepanjang masa. Seluruh bagian pepaya, mulai dari akar sampai dengan ujung daunnya—termasuk bunga dan buahnya, mempunyai nilai medis yang tinggi. Bunga pepaya yang telah dimasak dan dimaniskan dengan gula, bisa digunakan untuk mengobati penyakit kuning dan bronchitis (Krisna, 2005).

Kulit batang pohon pepaya, bisa digunakan sebagai obat sakit gigi. Akar dan getah pepaya memiliki khasiat yang luar biasa. Keduanya mengandung zat aktif non-gizi, yaitu karpain, karposit, kautsyuk, dan papayotin, yang bisa berfungsi sebagai antibiotik. Akar pepaya juga bisa dibuat teh untuk menghilangkan parasit-parasit usus, mengobati penyakit kuning dan penyakit ginjal, dan menghentikan perdarahan. Getah pepaya juga bisa digunakan untuk menghilangkan jerawat. Caranya: iris buah pepaya hingga keluar getahnya, kemudian oleskan ke bagian wajah yang berjerawat. Biarkan mengering, kemudian basuhlah dengan air sampai bersih. Maka, dalam waktu yang relatif singkat, kulit wajah yang sebelumnya berjerawat akan mulus kembali. Cukup banyak limbah biji pepaya saat peneliti mengkonsumsi buah pepaya, Sehingga Peneliti ingin mulai meneliti tentang kandungan biji pepaya. Ternyata kandungan dalam biji pepaya tidak bisa diremehkan. Banyak kandungan biji pepaya antara lain, banyak mengandung zat-zat antara lain: alkaloid, steroid, tanin, dan juga minyak atsiri. Secara mendetail, kandungan biji tersebut berupa beberapa asal lemak tak jenuh dalam jumlah tinggi. Asam tersebut adalah oleat dan asam palmiat. Selain itu, biji pepaya juga diketahui mengandung senyawa kimia golongan fenol, terpenoid juga saponin. Senyawa ini bersifat sitotoksik, anti-androgen dan berefek estrogenik. Selanjutnya, biji pepaya juga mengandung karbohidrat dalam jumlah kecil, air, protein, dan juga lemak yang bermanfaat bagi tubuh (Andi kuncoro 2004).

Pepaya mengandung serat pektin. Serat yang satu ini, memiliki kemampuan yang sangat hebat, yaitu mampu menghilangkan rasa lapar satu hari penuh. Berdasarkan hasil sebuah penelitian yang dimuat di *Journal of The American College of Nutrition*, orang yang mengonsumsi buah yang mengandung pektin, memiliki rasa kenyang empat jam lebih lama daripada orang yang juga mengonsumsi buah., tapi tidak mengandung pektin. Pektin ini, terdapat di antara kulit dan daging buah. Oleh karena itu, jika mengupas buah, tidak boleh terlalu tebal, agar pektin tidak terbuang dengan percuma. Selain itu, serat yang dikandung oleh pepaya, sangat halus. Hal tersebut, menjadikan buah ini sangat cocok dikonsumsi oleh berbagai kalangan usia. Penyakit gagal ginjal adalah penyakit yang berbahaya dan menguras uang, karena orang yang menderita gagal ginjal akan mengeluarkan biaya sekitar 5 juta lebih setiap minggunya untuk cuci darah, dan cuci darah ini akan membawa efek samping. Oleh karena itu, untuk mencegah penyakit tersebut peneliti memanfaatkan biji pepaya. Secara bertahap peneliti mulai merubah biji pepaya menjadi obat. Apalagi dengan kealamian biji pepaya sehingga mengurangi penggunaan bahan kimia, dan secara otomatis mengurangi pencemaran lingkungan (Aguskrisno 2005).

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Kajian Tentang Buah pepaya (*carica papaya*)

Pepaya (*Carica papaya*), adalah tumbuhan yang berasal dari Meksiko bagian selatan dan bagian utara dari Amerika Selatan, dan kini menyebar luas dan banyak ditanam diseluruhdaerah tropis untuk diambil buahnya. *Carica papaya* adalah satu-satunya jenis dalam genus *Carica*. Nama pepaya dalam bahasa Indonesia diambil dari bahasa Belanda, "papaja", yang pada gilirannya juga mengambil dari nama bahasa Arawak, "papaya". Dalam bahasa Jawa pepaya disebut "kates" dan dalam bahasa Sunda disebut "gedang". (Pudjatmaka, 2002). Pepaya merupakan tumbuhan yang berbatang tegak dan basah. Pohon papaya umumnya tidak bercabang atau bercabang sedikit, tumbuh hingga setinggi 5-10 m dengan daun-daunan yang membentuk serupa spiral pada batang pohon bagian atas, permukaan batangnya terlihat bekas pelekatan daun. Batangnya tidak memiliki cabang. Arah tumbuh batang tegak lurus. Daunnya berbentuk bulat atau bundar (*orbicularis*), merupakan daun tunggal bertulang daun menjari dengan tangkai yang panjang dan berlubang di bagian tengah. Tepi daun bercangap menjari (*palmatifidus*). Permukaan daun licin (*laevis*) sedikit mengkilat (*nitidus*), daging seperti perkamen (*perkamentius*) (Badrianto, 2009).

Buah pepaya dimakan dagingnya, baik ketika muda maupun masak. Daging buah muda dimasak sebagai sayuran. Daging buah masak dimakan segar atau sebagai campuran koktail buah. Pepaya dimanfaatkan pula daunnya sebagai sayuran dan pelunak daging. Daun pepaya muda dimakan sebagai lalap (setelah dilayukan dengan air panas) atau dijadikan pembungkus buntel. Oleh orang Manado, bunga pepaya yang diurap menjadi sayuran yang biasa dimakan. Getah pepaya (dapat ditemukan di batang, daun, dan buah) mengandung enzim papain, semacam protease, yang dapat melunakkan daging dan mengubah konformasi protein lainnya. Papain telah diproduksi secara massal dan menjadi komoditas dagang. Untuk memproduksi papain, bahan baku yang perlu dipersiapkan adalah getah pepaya. Sementara bahan penolongnya berupa air dan sulfit. Air digunakan sebagai pengencer getah pepaya, sedangkan sulfit digunakan sebagai pelarut bahan kimia. Pengambilan Getah Buah Pengambilan getah buah dilakukan pada buah yang sudah berumur 2.5-3 bulan. Buah yang sedang dalam masa penyadapan harus tetap tergantung pada batang pokoknya. Penyadapan dilakukan sampai tujuh kali dengan interval penyadapan empat hari, maka waktu yang diperlukan untuk penyadapan adalah sekitar 28 hari. Waktu yang tepat untuk menyadap adalah pagi hari sebelum matahari terbit atau sore hari sebelum matahari terbenam. Pepaya juga berkhasiat obat dan perasannya digunakan dalam pengobatan tradisional untuk menambah nafsu makan (Sabrina, 2007).

Selain dikonsumsi sebagai "buah segar", pepaya juga dapat diolah menjadi berbagai bentuk makanan dan minuman yang diminati pasar luar negeri seperti olahan puree, pasta pepaya, manisan kering, manisan basah, saus pepaya, dan juice pepaya. Pepaya juga sering dipakai sebagai bahan pencampur dan pengental dalam industri saus tomat atau saus cabai. Selain buah, bagian tanaman pepaya lainnya dapat dimanfaatkan untuk berbagai keperluan mulai sebagai bahan makanan dan minuman, obat tradisional, pakan ternak, industri penyamakan kulit, kosmetik, dan sebagainya. Bahkan bijinyapun dapat diolah lebih lanjut menjadi minyak dan tepung. Minyak biji pepaya berwarna kuning dan mengandung asam oleat (71,60%), asam palmitat (15,13%), asam linoleat (7,68%), asam stearat (3,60%), dan asam-asam lemak lainnya dalam prosentase yang relatif kecil (Rukmana, 1995). Substansi lain yang banyak dimanfaatkan dalam dunia industri adalah *papain* yang dapat dihasilkan dari buah, batang, ataupun daun pepaya. Buah yang memiliki nama Latin *Carica papaya* L. ini, juga

mengandung zat papain. Keistimewaan zat ini adalah mampu membantu tubuh kita untuk mencerna makanan yang memiliki ukuran 35 kali lipat lebih besar dari ukuran pepaya yang kita konsumsi. Zat ini, tersebar di seluruh bagian buah—dari kulit sampai dengan biji, sehingga tidak mengherankan bila sejumlah ahli gizi sering memberi anjuran kepada orang-orang yang memiliki masalah dengan pencernaannya, untuk rajin mengonsumsi pepaya lengkap dengan bijinya. Di Cina, biji pepaya sudah lazim dikonsumsi oleh masyarakat pribumi dengan cara dikeringkan, kemudian diramu menjadi minuman teh. Dengan demikian, rasa pahit yang dikeluarkan oleh biji, akan lenyap sama sekali. Mengonsumsi buah pepaya secara teratur, dapat menghindarkan kita dari risiko terserang penyakit kanker kandung kemih, kanker kolon, kanker pankreas, dan kanker paru-paru. Selain itu, mengonsumsi pepaya secara teratur juga membuat lendir usus—yang secara negatif mempengaruhi sistem pencernaan kita—bisa dikurangi, bahkan parasit-parasit usus bisa dicerna (Sabrina 2007).

Pepaya memang baik untuk dikonsumsi demi menjaga kesehatan tubuh kita, tapi wanita yang sedang hamil, dilarang mengonsumsi buah pepaya—terutama pepaya yang masih muda atau mentah atau mengkal—dan juga kulit; daun; biji (segar/kering); dan getahnya, karena bagian-bagian buah tersebut, memiliki efek untuk menggugurkan kandungan. Jika tidak memungkinkan—dikarenakan berbagai alasan, wanita yang sedang hamil tetap “diperbolehkan” untuk mengonsumsi buah pepaya, itupun yang telah benar-benar masak dan dengan kuantitas yang sedang. Dalam hal ini, dosis memainkan peran yang amat penting, karena wanita-wanita yang mengonsumsi pepaya dalam jumlah yang banyak dan dalam rentang waktu yang sangat lama, bisa menjadi mandul untuk selamanya. Sejumlah peneliti di University of Sussex di Inggris menyebutkan, “Jika wanita yang sedang hamil mengonsumsi satu pepaya per hari, mungkin dia akan mengalami keguguran dalam waktu seminggu. Buah ini, hanya perlu dimakan dua atau tiga hari untuk merasakan fungsinya sebagai pengendali kelahiran. Aborsi dijamin akan terjadi, hanya dengan memakan buah pepaya yang belum masak. Oleh sebab itulah, di berbagai negara seperti di Papua Nugini dan Peru, buah pepaya sering digunakan sebagai alat kontrasepsi (pengendali kelahiran) (Amir, 2009).

Dari hasil seminar tentang pepaya yang diselenggarakan oleh Direktorat Budidaya Tanaman Buah—Direktorat Jendral Holtikultura di Taman Buah Mekarsari, terungkap sejumlah informasi penting tentang manfaat mengonsumsi buah pepaya, di antaranya:

1. Pepaya mampu mempengaruhi hormon pertumbuhan manusia, yang mampu membantu peningkatan kesehatan otot dan mengurangi penimbunan lemak di dalam tubuh,
2. Pepaya mampu membantu mempercepat proses pencernaan protein,
3. Pepaya mampu membantu pengaturan asam amino dan membantu proses detoksifikasi racun dari dalam tubuh. Dengan demikian, sistem kekebalan tubuh akan kian meningkat,
4. Pepaya membantu meningkatkan kualitas sperma. Pepaya terbukti secara signifikan dalam membantu proses kesuburan pria. Dengan mengonsumsi vitamin C yang dikandung oleh pepaya sebanyak 500 miligram per hari, maka para pria dapat meningkatkan jumlah sperma, menstimulasinya menjadi lebih subur, dan—yang paling penting—mempercepat pergerakan sperma, yang pada akhirnya mempercepat terjadinya kehamilan,
5. Pepaya merupakan salah satu buah yang amat baik dijadikan sebagai sumber antioksidan, yang bisa diandalkan untuk mengenyahkan radikal bebas—pemicu

penyakit kanker, karena pepaya mengandung vitamin C dan karoten dalam jumlah yang lumayan banyak,

6. Pepaya memiliki sifat antiseptik dan dapat membantu mencegah perkembangan bakteri yang dapat merugikan usus. Selain itu, pepaya membantu menormalkan pH usus, sehingga keadaan flora usus menjadi normal,
7. Pepaya yang telah masak dapat digunakan untuk menyembuhkan penyakit disentri dan reumatik,
8. Zat *papain* yang dikandung oleh pepaya dapat memecah makanan yang mengandung protein, sehingga terbentuklah senyawa asam amino yang bersifat *autointoxicating*, sehingga otomatis menghilangkan terbentuknya berbagai substansi yang tidak diinginkan tubuh, yang terjadi akibat proses pencernaan yang tidak sempurna. Dengan demikian, kita akan terbebas dari penyakit epilepsi, hipertensi, kencing manis, radang sendi, dan sembelit.

Mengingat banyaknya manfaat yang bisa diperoleh dari mengonsumsi pepaya, ada baiknya pepaya disisipkan dalam daftar makanan yang akan dikonsumsi. Anda tentu tidak akan menolak buah yang menjanjikan kesehatan pencernaan, mengurangi timbunan lemak, dan mengurangi risiko terkena serangan kanker, bukan?

Kandungan gizi pepaya per 100 gram

Komposisi Gizi	Pepaya Matang	Pepaya Muda	biji Pepaya
Air	86,7 gram	92,4 gram	75,4 gram
Energi	46 kalori	26 kalori	79 kalori
Hidrat arang	12,2 gram	4,9 gram	11,9 gram
Kalsium	23 miligram	50 miligram	353 miligram
Lemak	-	0,10 gram	2 gram
Phosphor	12 miligram	16 miligram	63 miligram
Protein	0,5 gram	2,1 gram	8,0 gram
Vitamin A	365 SI	50 SI	18.250 SI
Vitamin B1	0,04 miligram	0,02 miligram	0,15 miligram
Vitamin C	78 miligram	19 miligram	140 miligram
Zat besi	1,7 miligram	0,4 miligram	0,8 miligram

(Sumber, kartono 2008)



(Sumber Pudjatmaka, 2006).

Klasifikasi Tumbuhan Papaya

Kingdom :Plantae
Subkingdom :Trachebionta
Super Divisi :Spermatophyta
Divisi :Magnoliophyta
Kelas :Magnoliopsida
Sub Kelas :Dilleniidae
Ordo :Violales
Famili :Caricaceae
Genus :Carica
Spesies:*Carica papaya L.*

Pepaya mengandung enzim papain yang mirip enzim pencerna protein yang diproduksi oleh pankreas. Protein ini mencerna enzim yang dapat melarutkan lapisan protein yang terbentuk di sekitar sel kanker dan membantu sistem kekebalan tubuh untuk menghancurkan sel-sel kanker dengan lebih mudah. Enzim lain yang hadir dalam pepaya adalah chymopapain. Pepaya kaya akan nutrisi anti-oksidan yaitu karoten, lycopenes, vitamin C, E dan A dan flavonoid. Pepaya juga mengandung vitamin B, asam folat dan asam pantothenic, dan mineral kalium & magnesium, dan serat. Semua ini menjadikan sistem kardiovaskular yang sehat dan juga melindungi terhadap risiko kanker. Pepaya yang kaya serat mampu menurunkan kadar kolesterol tinggi. Serat ini juga mampu mengikat racun penyebab kanker di usus besar dan menjauhkan mereka dari sel-sel usus besar yang sehat, sehingga mengurangi resiko kanker usus besar. Bentuk buah bulat hingga memanjang, dengan ujung biasanya meruncing. Warna buah ketika muda hijau gelap, dan setelah masak hijau muda hingga kuning. Bentuk buah membulat bila berasal dari tanaman betina dan memanjang (oval) bila dihasilkan tanaman banci. Tanaman banci lebih disukai dalam budidaya karena dapat menghasilkan buah lebih banyak dan buahnya lebih besar. Daging buah berasal dari karpela yang menebal, berwarna kuning hingga merah, tergantung varietasnya. Bagian tengah buah berongga. Biji-biji berwarna hitam atau kehitaman dan terbungkus semacam lapisan berlendir (*pulp*) untuk mencegahnya dari kekeringan. Dalam budidaya, biji-biji untuk ditanam kembali diambil dari bagian tengah buah. Kelamin jantan pepaya ditentukan oleh

suatu kromosom Y-primitif, yang 10% dari keseluruhan panjangnya tidak mengalami rekombinasi.^[2] Suatu penanda genetik RAPD juga telah ditemukan untuk membedakan pepaya berkelamin betina dari pepaya jantan atau banci. (Nurhikma., 2013).

2.2 Biji Pepaya

Biji pepaya merupakan bagian dari buah papaya yang terdapat didalam buah papaya yang tidak dimakan. Pada umumnya biji papaya hanya dibuang atau di tanam atau dimanfaatkan sebagai bibit untuk dibudidayakan, padahal sebenarnya biji papaya bisa diolah menjadi suatu barang yang bermanfaat dan biji pepaya lebih banyak di jadikan limbah buangan, padahal berdasarkan uji klinis yang di lakukan oleh banyak praktikum bidang kesehatan, ternyata biji pepaya bisa diolah dan diambil minyaknya sebagai obat, karena di dalam kandungan biji pepaya terdapat sumber minyak yang bermanfaat bagi tubuh. (Arbianto, purwo 2007).

Biji pepaya juga memiliki efek farmakologis bagi tubuh manusia. Oleh sebab itu membuang biji papaya memiliki banyak manfaat dan memiliki kandungan yang banyak. Jika diurai, maka kandungan biji papaya antara lain alkaloid, steroid, tanin, dan juga minyak atsiri. Secara mendetil, kandungan biji tersebut berupa beberapa asam lemak tak jenuh dalam jumlah tinggi. Asam tersebut adalah oleat dan asam palmitat. Selain itu, biji papaya juga diketahui mengandung senyawa kimia golongan fenol, terpenoid, dan juga saponin. Senyawa ini bersifat sitotoksik, anti-androgen dan berefek estrogenik. Selanjutnya, biji papaya juga mengandung karbohidrat dalam jumlah kecil, air, abu, protein, dan juga lemak. Sementara itu, terkait manfaatnya sebagai penghitam rambut, terkait erat dengan kandungan senyawa Glucoside carcirin di dalam biji papaya itu sendiri. Biji pepaya tentu sangat bermanfaat karena dapat menyembuhkan penyakit terutama gangguan saluran pencernaan dan mencegah penyakit gagal ginjal, oleh karena itu jika kita membuang biji pepaya sama dengan membuang obat yang boleh jadi sangat di butuhkan oleh masyarakat atau keluarga anda (hertynfrianka, 2010).

Biji pepaya tak dapat disepelekan manfaatnya, selain bisa dijadikan bibit untuk ditanam lagi juga bisa dijadikan obat yang sangat berkhasiat.

- Biji Pepaya sebagai antibakteri. Penelitian telah dilakukan dan menemukan kalau biji pepaya ternyata efektif membasmi E. coli, Salmonella, dan infeksi Staph.
- Biji Pepaya dalam perlindungan ginjal. Penelitian telah menemukan kalau dari ekstrak biji pepaya dapat melindungi ginjal dari racun-diinduksi gagal ginjal.
- Biji Pepaya dalam menghilangkan Parasit usus. Ada bukti bahwa biji pepaya membasmi parasit usus. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan pada anak-anak Nigeria dengan parasit usus, 76,7% dari anak-anak bebas parasit setelah tujuh hari pengobatan dengan biji pepaya dibandingkan dengan hanya 16,7% dari anak-anak yang menerima plasebo.
- Biji Pepaya basmi Racun hati. Dalam pengobatan di negeri Cina diyakini kalau sesendok teh biji pepaya dapat membantu detoksifikasi hati. Biji pepaya juga sering direkomendasikan oleh para dokter secara alami dalam pengobatan pada sirosis hati.
- Biji Pepaya atasi cacingan. Penyakit memalukan ini juga sangat baik dibasmi dengan biji pepaya, bahkan sangat ampuh katanya. (Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya)

Perhatian: Bagi yang ibu hamil jangan sekali-kali mengkonsumsi biji pepaya sebagai obat karna akan menyebabkan resiko keguguran (hertynfrianka, 2010).

2.3 Pemanfaatan Pepaya

Menurut Andriani, 2009 bahwa Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya. Manfaat Pepaya untuk kesehatan hampir tak terhitung, mulai dari daun, bunga, biji, akar, getah dan kulitnya. Buat anda yang memetingkan kesehatan, bacaan Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya ini mungkin cukup buat dijadikan rujukan.

1. Manfaat Daun Pepaya

Bagian dari buah pepaya yang paling banyak memberi manfaat adalah daun pepaya itu sendiri. Beberapa manfaat yang harus anda ketahui diantaranya.

- a. Bermanfaat sebagai penyembuh penyakit demam berdarah. Cara menggunakan daun pepaya sebagai obat demam berdarah yaitu dengan merebus 5 lembar daun pepaya atau secukupnya saja kemudian direbus dengan 3 gelas air hingga tersisa 1 gelas saja. Sebaiknya jangan berlebihan dalam mengkonsumsi daun pepaya ini kecuali jika sudah dalam tahap mengkhawatirkan.
- b. Bermanfaat sebagai peredam nyeri haid. Bila nyeri haid terasa sangat mengganggu sebaiknya gunakan ini. Caranya, 1 lembar daun pepaya, asam jawa, garam secukupnya dan air dicampurkan dan direbus hingga matang. Untuk khasiat yang lebih baik sebaiknya diminum selagi hangat.
- c. Bermanfaat untuk memperlancar pencernaan. Kandungan dalam daun pepaya yang dinamakan karpain sangat baik untuk saluran pencernaan kita karna karpainlah yang membantu membunuh micro organisme yang mengganggu dalam pencernaan kita.
- d. Berfungsi sebagai masker anti jerawat. Cara menggunakannya terlebih dahulu daun pepaya harus di keringkan kemudian dilumatkan dan dicampur dengan air baru kemudian diusapkan ke wajah seperti halnya dengan masker pada umumnya.
- e. Berguna melunatkan daging. Jika ingin memasak daging sebaiknya gunakan daun pepaya dagingnya menjadi empuk dan enak saat dikunyah. Caranya, hancurkan daun pepaya yang masih basah dan campurkan ke dalam daging yang telah diiris-iris, tapi jangan terlalu banyak karna rasa pahit dari daun pepaya tersebut bisa membuat daging menjadi tidak enak dimakan. (Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya)

2. Manfaat Bunga Pepaya

Sebenarnya manfaat bunga pepaya sama saja dengan daunnya, tapi yah masih tetap ada bedanya hanya saja belum ketemu jawabannya, makanya saya kasi info resep tumis bunga pepaya saja dulu. Caranya sama dengan menumis sayuran pada umumnya, silahkan dicatat bahannya :

- 250 g bunga pepaya, bersihkan
- 2 sdm minyak sayur
- 5 siung bawang merah, iris tipis
- 2 siung bawang putih, iris tipis
- 1 batang daun bawang, potong 3 cm
- 2 buah cabai merah, iris serong tipis
- 2 buah cabai hijau, iris tipis
- 4 buah cabai rawit merah, iris serong
- 1 lembar daun pandan muda, iris kasar
- 50 g teri nasi tawar goreng
- 1 buah jagung manis, serut bijinya

- 30 lembar daun kemangi
- 1 sdt merica bubuk
- 1 sdt garam (Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya)

3. Manfaat Akar Pepaya

Akar Pepaya yang banyak dikenal dari manfaat akar pepaya adalah manfaatnya sebagai obat bagi penyakit ginjal, baik yang sudah terkena maupun untuk menghindari penyakit ginjal. Caranya, rebus 3 potong akar pepaya bersama 1 liter air kemudian campur dengan madu untuk meminumnya. Selain itu, seperti pada manfaat biji pepaya di atas, akar pepaya juga baik untuk mengobati penyakit cacangan. (Manfaat Pepaya : Daun, Bunga, Biji, Akar, Getah, dan Kulit Pepaya) (hertynfrianka, 2010).

Selain itu Manfaat dan kegunaan Tanaman Pepaya Buah masak yang populer sebagai “buah meja”, selain untuk pencuci mulut juga sebagai pensusplai nutrisi/gizi terutama vitamin A dan C. Buah pepaya masak yang mudah rusak perlu diolah dijadikan makanan seperti sari pepaya, dodol pepaya. Dalam industri makanan buah pepaya sering dijadikan bahan baku pembuatan (pencampur) saus tomat yakni untuk penambah cita rasa, warna dan kadar vitamin. Dalam industri makanan, akarnya dapat digunakan sebagai obat penyembuh sakit ginjal dan kandung kencing. Daunnya sebagai obat penyembuh penyakit malaria, kejang perut dan sakit panas. Bahkan daun mudanya enak dilalap dan untuk menambah nafsu makan, serta dapat menyembuhkan penyakit beriberi dan untuk menyusun ransum ayam. Batang buah muda dan daunnya mengandung getah putih yang berisikan enzim pemecah protein yang disebut “papaine” sehingga dapat melunakan daging untuk bahan kosmetik dan digunakan pada industri minuman (penjernih), industri farmasi dan tekstil. Bunga pepaya yang berwarna putih dapat dirangkai dan digunakan sebagai “bunga kalung” pengganti bunga melati atau sering dibuat urap. Batangnya dapat dijadikan pencampur makanan ternak melalui proses pengirisan dan pengeringan. (Jarwo, 2010).

2.4 Obat biji pepaya

Obat biji pepaya merupakan obat yang terbuat dari gula merah, serbuk biji pepaya, dan gula putih, yang diolah dengan cara di rebus dengan sedikit air dan aduk hingga mengental, kemudian dicetak sesuai keinginan, obat biji pepaya ini aman karena tidak mengandung bahan pengawet atau bahan kimia. Biji pepaya ini bisa digunakan sebagai obat pencegah gagal ginjal sejak dini. Obat ini bisa dikonsumsi setiap hari. Seluruh bagian pepaya, mulai dari akar sampai dengan ujung daunnya—termasuk bunga dan buahnya, mempunyai nilai medis yang tinggi. Bunga pepaya yang telah dimasak dan dimaniskan dengan gula, bisa digunakan untuk mengobati penyakit kuning dan bronchitis. Kulit batang pohon pepaya, bisa digunakan sebagai obat sakit gigi. Akar dan getah pepaya memiliki khasiat yang luar biasa. Keduanya mengandung zat aktif non-gizi, yaitu karpain, karposit, kautsyuk, dan papayotin, yang bisa berfungsi sebagai antibiotik. Akar pepaya juga bisa dibuat teh untuk menghilangkan parasit-parasit usus, mengobati penyakit kuning dan penyakit ginjal, dan menghentikan perdarahan. Getah pepaya juga bisa digunakan untuk menghilangkan jerawat. Caranya: iris buah pepaya hingga keluar getahnya, kemudian oleskan ke bagian wajah yang berjerawat. Biarkan mengering, kemudian basuhlah dengan air sampai bersih. Maka, dalam waktu yang relatif singkat, kulit wajah yang sebelumnya berjerawat akan mulus kembali (Buchari, 2010).

2.5 Nilai ekonomis dari pepaya

Pembuatan Tepung Getah Pepaya Papain diperoleh melalui penyadapan getah buah pepaya minimal berumur 3 bulan. Pengambilan getah dapat dilakukan beberapa kali selama buah masih muda dan mengandung banyak getah. Kemudian getah dijemur atau dikeringkan pada suhu 60 – 70 oC selama 12 jam. Selama penjemuran atau pengeringan, kebersihan getah dan lingkungan harus betul-betul dijaga. Setelah kering, kemudian ditumbuk dan disaring hingga didapat tepung halus, sehalus tepung beras atau tepung terigu. (tarsana, 2008).

2.6 Salah satu penyakit yang disembuhkan oleh biji pepaya yaitu Gagal Ginjal

Gagal ginjal merupakan penyakit mahal, yang sering dialami orang Indonesia. Penyakit gagal ginjal adalah suatu penyakit dimanafungsi organ ginjal mengalami penurunan hingga akhirnya tidak lagi mampu bekerja sama sekali. Terjadinya gagal ginjal disebabkan oleh beberapa penyakit serius yang diderita oleh tubuh yang mana secara perlahan-lahan berdampak pada kesehatan organ ginjal. Penyakit gagal ginjal akut terjadi karena menurunnya dari fungsi ginjal secara mendadak yang terlihat dari pada penurunan Glomeruli Filtration Rate (GFR) atau Tes Kliren Kreatinin (TKK) dan juga terganggunya suatu kemampuan ginjal untuk mengeluarkan produk-produk sisa dari metabolisme. Penyakit gagal ginjal yang bersifat akut ini juga disertai dengan oliguria urinnya kurang dari 500 ml per 24 jam sampai anuria. Penyebab dari gagal ginjal akut juga bisa terjadi karena bermacam-macam, misalnya adalah kekurangan cairan tubuh yang secara berlebihan yang terjadi karena penyakit diare dan juga muntah, pendarahan yang terjadi sangat hebat atau juga trauma yang dirasa pada ginjal karena adanya kecelakaan, keracunan obat, dan juga luka bakar (Poedjadji, 2007).

Menurut penelitian Levinsky dan Alexander (1976), gagal ginjal akut terjadi akibat penyebab-penyebab yang berbeda. Ternyata 43% dari 2200 kasus gagal ginjal akut berhubungan dengan trauma atau tindakan bedah, 26% dengan berbagai kondisi medik, 13% pada kehamilan dan 9% disebabkan nefrotoksin. Penyebab gagal ginjal akut dibagi dalam kategori pra renal, renal, dan pasca renal. Gagal ginjal karena penyebab renal terjadi akibat perubahan parenkim ginjal yang merusak nefron. Faktor-faktor penyebabnya bermacam-macam. Glomerulonefritis akut dapat terjadi akibat infeksi streptococcus. Kelainan patologisnya adalah proliferasi sel-sel glomerular, nekrosis kapiler glomerular, atau eksudasi leukosit ke dalam glomerulus. Penyakit vaskular ginjal dapat terjadi setelah oklusi renal, poliarteritis nodosa angitis hipersensitivitas, nefrosklerosis atau trombosis vena ginjal. Penyakit vaskular ginjal terjadi akibat kelainan yang dapat berakibat penyempitan arteri, penebalan arteriol aferen atau radang dan nekrosis dinding arteri. Nefritis interstitial berat bisa menyertai bular akut menunjukkan kerusakan akut pada epitel tubulus ginjal. Sedangkan penyebab pasca renal mencakup obstruksi saluran kemih akibat obstruksi uretra, batu, hipertrofi prostat dan tumor. Ciri unik gagal ginjal pasca renal adalah terjadinya anuria yang tidak selalu terjadi pada gagal renal atau pra renal. Oleh karena penyakit gagal ginjal ini sering tidak disadari oleh penderita atau gejala dan risiko dari penyakit gagal ginjal ini. Tak sedikit orang yang mampu bertahan ketika didapati menderita penyakit gagal ginjal. Salah satu tindakan pengobatan yang paling dekat dan sering menjadi pilihan utama bagi pengobatan gagal ginjal adalah melakukan pencangkokan ginjal atau transplantasi ginjal. Namun sayangnya, di dunia ini masih sedikit, bahkan hampir tidak dapat menemukan pendonor ginjal. Sekalipun ada belum ginjal pendonor sesuai atau cocok untuk didonorkan untuk penderita gagal ginjal. Namun di samping itu, pengobatan gagal ginjal dengan melakukan pencangkokan ginjal tidak selalu menuai hasil yang bagus. Risiko atau efek samping di kemudian waktu akan timbul. Di samping melakukan operasi pencangkokan ginjal.

Disarankan untuk melakukan terapi pola dan gaya hidup yang sehat dan seimbang serta menghindari berbagai risiko dan penyebab yang mungkin dapat menimbulkan penyakit gagal ginjal baru (Raharjo, 2008).

Salah satu organ tubuh manusia yang penting adalah ginjal. Ginjal mempunyai fungsi untuk menyaring pembuangan elektrolit tubuh, menjaga keseimbangan cairan dan zat-zat kimia tubuh seperti kalium dan sodium di dalam darah atau memproduksi urine. Fungsi dari ginjal ini bisa mengalami penurunan dan bahkan bisa tidak mampu bekerja sama sekali atau yang biasa disebut dengan penyakit gagal ginjal. Gagal ginjal adalah kondisi dimana ginjal gagal berfungsi dan fungsinya hanya 15% dari yang seharusnya. Gagal ginjal merupakan stadium akhir dari penyakit ginjal kronik. Prevalensi gagal ginjal di Indonesia saat ini sekitar 7%. Meskipun belum terdapat data akurat mengenai jumlah pasti penderita gagal ginjal jumlahnya diperkirakan sekitar 10.000 orang, dilihat dari jumlah pasien yang melakukan terapi pengganti. Tujuannya, untuk mendukung fungsi ginjal pasien yang hanya tersisa 15% sehingga tidak mencukupi untuk aktivitas sehari-hari. Terapi ginjal pengganti data berupa cuci darah atau transplantasi ginjal. Namun, menjalani sisa hidup dengan cuci darah, meski cuci darah bukan akhir dari segalanya-dua kali seminggu atau tiga kali seminggu bagi seseorang yang divonis gagal ginjal bukanlah pilihan mudah. Karena itu, cangkok ginjal adalah sebuah pilihan. Hal ini karena transplantasi ginjal dapat mengatasi seluruh komplikasi yang terjadi akibat penurunan fungsi ginjal. Selain itu, lebih unggul dari segi prosedur, kualitas hidup, ketergantungan pada fasilitas medik, maupun biaya. Gagal ginjal memberikan hasil yang lebih baik ketimbang dialisis kronik pada prosedurnya yang lebih ringkas, 1 kali sementara dialisis kronik memerlukan waktu seumur hidup. Dengan cangkok ginjal, kualitas hidup akan jauh lebih baik. angka kematian pada cangkok ginjal juga jauh lebih rendah sekitar 4-8% bila dibandingkan dialisis kronik yang mencapai angka kematian 20-25% . (raharjo, 2008).

Gagal ginjal karena penyebab renal terjadi akibat perubahan parenkim ginjal yang merusak nefron. Faktor-faktor penyebabnya macam-macam. Glomerulonefritis akut dapat terjadi akibat infeksi streptococcus. Kelainan patologisnya adalah proliferasi sel-sel glomerular, nekrosis kapiler glomerular, atau eksudasi leukosit ke dalam glomerulus. Penyakit vaskular ginjal dapat terjadi setelah oklusi renal, poliarteritis nodosa angitis hipersensitivitas, nefrosklerosis atau trombosis vena ginjal. Penyakit vaskular ginjal terjadi akibat kelainan yang dapat berakibat penyempitan arteri, penebalan arteriol aferen atau radang dan nekrosis dinding arteri. Nefritis interstisial berat bisa menyertai bular akut menunjukkan kerusakan akut pada epitel tubulus ginjal. Sedangkan penyebab pasca renal mencakup obstruksi saluran kemih akibat obstruksi uretra, batu, hipertrofi prostat dan tumor. Ciri unik gagal ginjal pasca renal adalah terjadinya anuria yang tidak selalu terjadi pada gagal renal atau pra renal. (raharjo, 2008).

METODE PENELITIAN

2.1 Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari 2016 sampai dengan bulan November 2016 di kecamatan bangga timur. Adapun alasan memilih masyarakat di kecamatan ini yaitu masyarakat yang terdapat di lokasi ini sangat bervariasi dan berasal dari latar belakang keluarga yang juga bervariasi, di mana masyarakat ini berada pada lingkungan yang kuang sehat.

2.2 Alat dan bahan

Alat dan bahan yang peneliti gunakan dalam penelitian ini murah dan mudah didapat dan hasilnya cukup memuaskan antara lain:

1. Alat

Pisau
Saringan
Baskom
Lengser/ cetakan

2. Bahan

Buah pepaya yang sudah masak ambil bijinya
Gula merah
Gula putih

2.3 Metode dan Prosedur Pelaksanaan Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode experiment dan pustaka. Langkah-langkah experiment sebagai berikut:

Perlakuan A. Mengolah biji pepaya menjadi permen biji pepaya.

1. Menyiapkan alat dan bahan.
2. Memisahkan biji pepaya dari buah pepaya.
3. Mengolah biji pepaya menjadi permen biji pepaya.

Perlakuan B. Uji konsumen

1. Menyiapkan permen biji pepaya.
2. Memberikannya kepada konsumen.
3. Mencatat pendapat dari konsumen.

2.4 Cara Kerja

Pembuatan permen biji pepaya.

Cara pembuatan serbuk biji pepaya sebagai berikut:

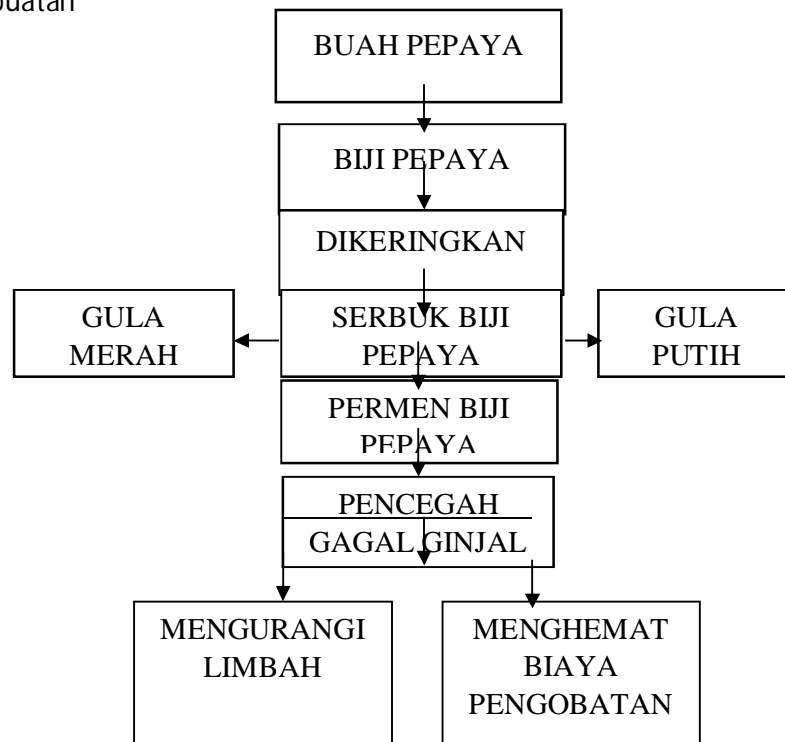
- Siapkan alat dan bahan.
- Ambil buah pepaya yang sudah masak.
- Potong buah pepaya menjadi beberapa bagian.
- Pisahkan biji pepaya dari daging buahnya.
- Keringkan biji pepaya hingga kering.
- Sangrai biji pepaya yang sudah dikeringkan hingga beraroma khas.
- Tumbuk biji pepaya yang sudah di sangrai hingga halus.
- Saring biji pepaya yang sudah ditumbuk halus.

- Serbuk biji pepaya siap digunakan.

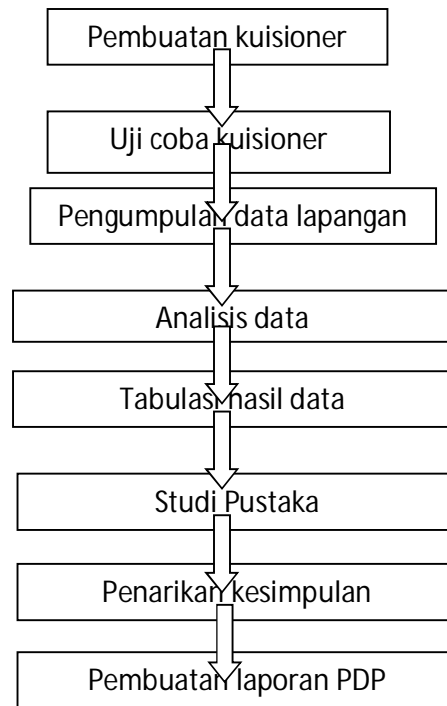
Cara pembuatan Obat biji pepaya sebagai berikut:

- Siapkan alat dan bahan.
- Masukkan sedikit air pada panci.
- Nyalakan kompor.
- Rebus air tersebut hingga mendidih.
- Masukkan gula merah pada panci secukupnya.
- Aduk hingga mengental.
- Tambahkan serbuk biji pepaya kedalam panci secukupnya.
- Aduk hingga merata.
- Matikan kompor.
- Masukkan adonan permen kedalam cetakan.
- Cetak sesuai keinginan.
- Tunggu sampai dingin.
- Keluarkan dari cetakan.
- obat biji pepaya siap dikonsumsi.

2.5 Skema Pembuatan



2.6. Bagan diagram alir penelitian



2.7. Penjelasan singkat diagram alir penelitian

- a. Pembuatan kuisisioner secara serentak pada masyarakat di kecamatan Banggae Timur pada responden yang ingin diteliti.
- b. Uji coba kuisisioner
- c. Pengumpulan data
Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling penting dalam penelitian karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data. pengumpulan data melalui observasi, wawancara, dan hasil wawancara disini akan memberikan data yang lebih akurat dalam penelitian ini dan juga dokumentasi.
- d. Studi Pustaka kegiatan pemilihan secara teratur dengan cara menggunakan bahan-bahan dokumentasi seperti buku-buku, internet, dll.
- e. Analisis Data
Metode analisis data yang digunakan adalah metode analisis data deskriptif
- f. Tabulasi Data
Verifikasi data dilakukan dengan mengecek kelengkapan jumlah kuisisioner yang terkumpul dan kelengkapan pengisian kuisisioner yang telah diisi oleh responden. Tabulasi data adalah proses di mana peneliti merekap semua data yang telah diperoleh. Pengolahan Data secara Statistik Data yang akan diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan program software SPSS versi 16.0 for windows.
- g. Penarikan kesimpulan, Membuat kesimpulan dan rekomendasi untuk berbagai pihak yang terkait.

h. Pembuatan laporan PDP.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang sudah di capai dalam penelitian dosen pemula ini

- a. Kegiatan koordinasi sekaligus survey lokasi pelaksanaan kegiatan penelitian.
- b. Persiapan bahan dan peralatan.
- c. Pelaksanaan pembuatan obat tradisional dari biji pepaya.

Adapun langkah –langkah Pelaksanaan Penelitian yaitu:



Gambar 1. Observasi Buah pepaya, sekaligus menyiapkan untuk penelitian



Gambar 2. Sosialisasi kepada masyarakat Banggae Timur tentang manfaat biji pepaya



Gambar 3. Memisahkan daging buah papaya dengan bijinya.



Gambar 4. Mengolek ngolek biji papaya hingga hancur



Gambar 5. Merebus biji pepaya tersebut ke dalam panci

4.2 Pembahasan Uji Konsumen

A. Rasa

Pada uji konsumen mengenai rasa obat biji pepaya. Diperoleh hasil bahwa 6 orang menyatakan bahwa rasa permen biji pepaya sedikit pahit, 10 orang menyatakan bahwa rasa permen biji pepaya seperti kopi, 1 orang menyatakan bahwa rasa obat biji pepaya pas. Tidak terlalu pahit dan tidak terlalu manis.

B. Aroma

Pada uji konsumen mengenai aroma obat biji pepaya, Diperoleh hasil bahwa 6 orang menyatakan bahwa aroma permen biji pepaya beraroma seperti sangrai biji pepaya. 11 orang menyatakan bahwa aroma obat biji pepaya beraroma seperti kopi.

1.3. Pembahasan terhadap kandungan biji pepaya

- Biji pepaya antara lain mengandung alkaloid, steroid, tanin, dan juga minyak atsiri. Secara mendetil, kandungan biji tersebut berupa beberapa asam lemak tak jenuh dalam jumlah tinggi. Asam tersebut adalah oleat dan asam palmitat. Selain itu, biji pepaya juga diketahui mengandung senyawa kimia golongan fenol, terpenoid, dan juga saponin. Biji Pepaya dalam perlindungan ginjal. Penelitian telah menemukan kalau dari ekstrak biji pepaya dapat melindungi ginjal dari racun-diinduksi gagal ginjal.
- Obat biji pepaya merupakan obat yang terbuat dari gula merah, serbuk biji pepaya, dan gula putih, yang diolah dengan cara direbus dengan sedikit air dan aduk hingga mengental, kemudian dicetak sesuai keinginan, obat biji pepaya ini aman karena tidak mengandung bahan pengawet atau bahan kimia. Biji pepaya ini bisa digunakan sebagai obat pencegah gagal ginjal sejak dini. Obat ini bisa dikonsumsi setiap hari. Seluruh bagian pepaya, mulai dari akar sampai dengan ujung daunnya—termasuk bunga dan buahnya, mempunyai nilai medis yang tinggi. Bunga pepaya yang telah dimasak dan dimaniskan dengan gula, bisa digunakan untuk mengobati penyakit kuning dan bronchitis. Kulit batang pohon pepaya, bisa digunakan sebagai obat sakit gigi. Akar dan getah pepaya memiliki khasiat yang luar biasa. Keduanya mengandung zat aktif non-gizi, yaitu karpain, karposit, kautsyuk, dan papayotin, yang bisa berfungsi sebagai antibiotik. Akar pepaya juga bisa dibuat teh untuk menghilangkan parasit-parasit usus, mengobati penyakit kuning dan penyakit ginjal, dan menghentikan perdarahan. Getah pepaya juga bisa digunakan untuk menghilangkan jerawat. Caranya: iris buah pepaya hingga keluar getahnya, kemudian oleskan ke bagian wajah yang berjerawat. Biarkan mengering, kemudian basuhlah dengan air sampai bersih. Maka, dalam waktu yang relatif singkat, kulit wajah yang sebelumnya berjerawat akan mulus kembali

Daftar Pustaka

- Arbianto, Purwo. 2007. **Dasar-Dasar Biokimia**. Jakarta: Depdikbud.
- Aguskrisno. 2005. **Mengatasi penyakit gagal ginjal**. Surabaya. University Press.
- Andi Kuncoro. 2004. **Pemanfaatan biji pepaya**. Online (<http://kun.co.ro/2004/01/11>), diakses 20 April 2015.
- Amir 2009. **Budidaya tanaman**. Makassar. Kencana.
- Andriani, 2009. **Hortikultura Tanaman**. Surabaya. University Press.
- Buchari. 2010. **Biologi Lingkungan**. Jakarta. Yudisthira.
- Badrianto. 2009. **Kandungan biji pepaya**. Jakarta. Intan Prawira.
- Hertynfrianka. 2010. **Analisa Gugus Alkohol**. <http://hertynfrianka.blogspot.com>, diakses tanggal 30 September 2015.
- Jarwo 2010. **Pemanfaatan tanaman berkhasiat untuk obat**. Bandung. Sembari.
- Krisna. 2005. **Pemanfaatan biji pepaya**. Jurusan budidaya pertanian. Bengkulu.
- Kartono 2008. **Tipe tanaman obat**. Semarang. Swaraya.
- Nurhikma, R. 2013. **Mikrobiologi Terapan**. Surabaya: University Press.
- Poedjadji, A. 2007. **Penyakit gagal ginjal**. Jakarta: UI.
- Raharjo, 2008. **Pencegahan penyakit gagal ginjal**. University Press. Surabaya.
- Raharjo, 2010. **Sistem ekskresi**. University Press. Surabaya.
- Sabrina 2007. **Budidaya Tanaman Pepaya**. Surabaya. Grahadi.
- Tarsana, 2008. **Manfaat mengkonsumsi tanaman pepaya**. Jakarta. UI.