

PEMANFAATAN BIJI PEPAYA MENJADI MINUMAN SEHAT DI GAMPONG LAMBADA PEUKAN ACEH BESAR

Zahara Muhiqqah¹, Widia Maulijar², Wirma Salmi³, Yusria wati⁴, Yusnidar⁵, Yunita Ayu Ridha⁶, Zubaidah⁷, Yeni Purnama Sari⁸, Yosia Br. Tobing⁹, Laili Suhairi¹⁰

Program Studi Pendidikan Sekolah Dasar, Universitas Syiah Kuala, Aceh

E-mail: zaharamuhiqqah07@gmail.com¹, maulijarw@gmail.com², wirmasalmi06@gmail.com³, ppg.yusriawati97730@program.belajar.id⁴, nidary11@gmail.com⁵, yunitaayuridha@gmail.com⁶, zubaidah0900@gmail.com⁷, yenipurnamasari311023@gmail.com⁸, ppg.yosiatobing01530@program.belajar.id⁹, lailisuhairi@usk.ac.id¹⁰

ABSTRAK

Biji pepaya sering kali dianggap sebagai limbah, padahal mengandung berbagai senyawa bioaktif yang bermanfaat bagi kesehatan, seperti alkaloid, flavonoid, tanin, dan papain. Penelitian ini bertujuan untuk mengolah biji pepaya menjadi minuman sehat serta menganalisis potensi pemasarannya. Metode yang digunakan dalam pengolahan meliputi pemilihan biji, pencucian, pengeringan, proses sangrai, penggilingan, hingga penyeduhan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode sangrai mampu mengurangi rasa pahit biji pepaya, sehingga lebih disukai oleh panelis. Dari segi pemasaran, strategi yang diterapkan mencakup branding yang menarik, pemasaran digital melalui media sosial dan marketplace, serta distribusi ke toko herbal dan kafe sehat. Edukasi konsumen mengenai manfaat biji pepaya juga menjadi faktor penting dalam meningkatkan minat beli. Dengan strategi yang tepat, minuman berbasis biji pepaya memiliki peluang besar untuk dikembangkan sebagai produk herbal yang bernilai ekonomis tinggi dan mendukung prinsip keberlanjutan.

Kata kunci

biji pepaya, minuman sehat, pengolahan, pemasaran, produk herbal

ABSTRACT

Papaya seeds are often considered as waste, even though they contain various bioactive compounds that are beneficial for health, such as alkaloids, flavonoids, tannins, and papain. This study aims to process papaya seeds into healthy drinks and analyze their marketing potential. The methods used in processing include seed selection, washing, drying, roasting, grinding, and brewing. The results showed that the roasting method can reduce the bitter taste of papaya seeds, so that they are preferred by panelists. In terms of marketing, the strategies implemented include attractive branding, digital marketing through social media and marketplaces, and distribution to herbal shops and healthy cafes. Consumer education about the benefits of papaya seeds is also an important factor in increasing purchasing interest. With the right strategy, papaya seed-based drinks have great potential to be developed as herbal products that have high economic value and support the principle of sustainability.

Keywords

papaya seeds, healthy drinks, processing, marketing, herbal products

1. PENDAHULUAN

Pepaya (*Carica papaya L.*) merupakan salah satu buah tropis yang banyak dikonsumsi di Indonesia karena memiliki rasa yang manis, kandungan gizi yang tinggi, serta manfaat kesehatan yang beragam. Masyarakat umumnya mengonsumsi daging buahnya, sementara bagian lain seperti kulit dan biji seringkali dibuang sebagai limbah.

Padahal, biji pepaya mengandung berbagai senyawa bioaktif, seperti alkaloid, flavonoid, saponin, dan tanin, yang memiliki manfaat kesehatan, di antaranya sebagai antioksidan, antibakteri, serta membantu meningkatkan sistem pencernaan (Akinrinlola & Temitayo, 2020).

Kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat biji pepaya menyebabkan bahan ini belum dimanfaatkan secara optimal. Di Gampong Lambada Peukan, Aceh Besar, pepaya merupakan salah satu buah yang mudah ditemukan dan sering dikonsumsi oleh masyarakat setempat. Namun, bijinya hampir selalu dibuang tanpa adanya upaya pemanfaatan lebih lanjut. Jika biji pepaya dapat diolah menjadi produk bernilai tambah, seperti minuman sehat, maka hal ini dapat menjadi solusi inovatif dalam mengurangi limbah sekaligus meningkatkan kesadaran masyarakat tentang pentingnya pemanfaatan bahan alami untuk kesehatan.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa biji pepaya memiliki potensi sebagai bahan minuman herbal yang bermanfaat bagi tubuh. Senyawa aktif dalam biji pepaya terbukti memiliki efek positif terhadap kesehatan hati, mengurangi peradangan, dan bahkan berpotensi sebagai agen antiparasit (Nurhayati & Suryani, 2019). Dengan pemrosesan yang tepat, biji pepaya dapat dijadikan minuman sehat yang tidak hanya bergizi, tetapi juga memiliki rasa yang dapat diterima oleh masyarakat luas. Wahyuni dan Lestari (2020) dalam jurnal *Jurnal Ilmu Pangan dan Gizi* meneliti inovasi produk herbal berbasis biji pepaya dan menemukan bahwa ekstrak biji pepaya yang difermentasi dapat menghasilkan minuman yang kaya akan enzim dan bermanfaat bagi sistem pencernaan. Putri dan Ramadhani (2021) dalam jurnal *Jurnal Inovasi Pangan* melakukan eksperimen pembuatan teh biji pepaya dan mengidentifikasi bahwa pengolahan dengan metode pengeringan dan sangrai dapat meningkatkan cita rasa dan mengurangi rasa pahit alami dari biji pepaya.

Selain manfaat kesehatan, inovasi dalam pemanfaatan biji pepaya juga dapat membuka peluang usaha bagi masyarakat. Produk minuman sehat berbasis biji pepaya dapat dikembangkan sebagai produk lokal yang memiliki nilai jual tinggi. Hal ini dapat mendorong ekonomi masyarakat setempat, khususnya dalam sektor usaha kecil dan menengah (UKM). Dengan pemasaran yang tepat, produk ini dapat diperkenalkan ke pasar yang lebih luas, baik secara lokal maupun nasional. Susanti dan Prasetyo (2021) dalam jurnal *Jurnal Agribisnis dan Pangan* meneliti penerimaan konsumen terhadap minuman herbal berbasis bahan alami dan menemukan bahwa faktor utama yang mempengaruhi daya tarik konsumen adalah rasa, aroma, serta manfaat kesehatan yang ditawarkan oleh produk tersebut.

Edukasi kepada masyarakat mengenai cara pengolahan biji pepaya menjadi minuman sehat menjadi langkah awal yang penting dalam proyek ini. Sosialisasi mengenai manfaatnya, pelatihan pembuatan produk, serta strategi pemasaran akan membantu meningkatkan penerimaan masyarakat terhadap produk ini. Dengan demikian, program ini tidak hanya berkontribusi terhadap kesehatan masyarakat tetapi juga menciptakan peluang ekonomi berbasis sumber daya lokal yang berkelanjutan. Dengan melihat potensi manfaat yang besar dari biji pepaya, proyek ini bertujuan untuk mengembangkan minuman sehat berbahan dasar biji pepaya sebagai solusi inovatif bagi kesehatan dan ekonomi masyarakat. Harapannya, proyek ini dapat meningkatkan

kesadaran masyarakat akan pentingnya pemanfaatan sumber daya alam secara lebih optimal serta menciptakan produk yang dapat bersaing di pasar.

Dengan memanfaatkan limbah biji pepaya menjadi minuman sehat ini dapat mengajak para masyarakat untuk mengolah limbah biji pepaya menjadi sesuatu yang bermanfaat seperti kopi sehat. Selain itu juga dapat mengurangi pencemaran lingkungan dan menambah mata pencaharian bagi masyarakat yang didapatkan dari hasil mengolah limbah menjadi suatu produk yang memiliki nilai ekonomis.

Melalui pelatihan dan pendidikan, anggota masyarakat akan memanfaatkan limbah biji pepaya menjadi minuman sehat ini dapat mengajak para masyarakat untuk mengolah limbah biji pepaya menjadi sesuatu yang bermanfaat, mengembangkan keterampilan baru dalam produksi limbah biji pepaya, manajemen bisnis, dan pemasaran, yang dapat meningkatkan kompetensi mereka untuk usaha di masa depan. Proyek ini juga mendorong kerja sama antar anggota masyarakat, memperkuat rasa kebersamaan dan solidaritas, serta mengembangkan kepemimpinan kolaboratif, terutama di kalangan pemuda. Dengan hubungan antar warga yang semakin erat, komunitas menjadi lebih solid dan harmonis. Selain itu, proyek ini memanfaatkan bahan baku dan sumber daya manusia lokal, mengurangi ketergantungan pada sumber daya dari luar, dan melalui inovasi dalam pemanfaatan limbah biji pepaya menjadi minuman sehat, produk yang dihasilkan dapat menarik minat konsumen dan dapat meningkatkan daya saing usaha

Proyek ini bertujuan untuk memperkenalkan produk minuman sehat yang berasal dari biji pepaya, sehingga masyarakat dapat lebih memanfaatkan limbah yang selama ini sering terbuang. Dengan inovasi ini, diharapkan biji pepaya dapat diolah menjadi minuman bernutrisi yang bermanfaat bagi kesehatan. Selain itu, proyek ini juga memiliki tujuan pemberdayaan ekonomi, di mana pemanfaatan limbah biji pepaya dapat menjadi peluang usaha baru bagi masyarakat desa. Dengan adanya produk minuman sehat ini, warga dapat memperoleh sumber pendapatan tambahan yang secara langsung berdampak pada peningkatan kesejahteraan mereka. Tak hanya itu, proyek ini juga berperan dalam memperkuat ikatan sosial di tengah masyarakat. Melalui kerja sama dalam produksi dan pemasaran, warga dapat membangun rasa kebersamaan dan solidaritas, menciptakan hubungan sosial yang lebih erat demi kesejahteraan bersama.

2. METODE PENELITIAN

2.1 Penyelenggaraan Kegiatan

Kegiatan ini diselenggarakan oleh Tim Projek Kepemimpinan "Pemanfaatan Limbah Biji Pepaya menjadi Minuman Sehat" mahasiswa Pendidikan Profesi Guru Universitas Syiah Kuala.

2.2 Sasaran Kegiatan

Adapun sasaran kegiatan dalam kegiatan projek kepemimpinan kami adalah pihak Ibu PKK di gampong Lambada Peukan Aceh Besar

2.3 Strategi Pemasaran

Agar produk minuman sehat dari biji pepaya bisa dikenal luas dan diminati, diperlukan strategi pemasaran yang efektif. Berikut beberapa langkah yang bisa diterapkan:

a. Branding dan Packaging yang Menarik

- Produk menggunakan nama yang unik dan menarik, yaitu "MISEYA" atau "Minuman Sehat Biji Pepaya".

- Desain kemasan dilengkapi dengan informasi manfaat kesehatan, komposisi, dan cara konsumsi.
- menggunakan bahan kemasan ramah lingkungan untuk menarik perhatian konsumen yang peduli lingkungan.

b. Pemasaran

- Media Sosial: Promosikan produk di Instagram, Facebook, TikTok, dan WhatsApp dengan foto dan video menarik tentang proses pembuatan, manfaat kesehatan, serta testimoni pelanggan.
- Menjual produk di pasar tradisional dan warung kopi lokal untuk memperkenalkan produk secara langsung kepada masyarakat.
- Mengajak pemilik usaha untuk mencoba dan menjual produk secara eksklusif.
- Berpartisipasi dalam bazar lokal, pameran UMKM, atau event kuliner untuk memperkenalkan produk secara langsung.
- Menawarkan sampling gratis agar masyarakat bisa mencoba dan mengenal rasa produk.

c. Strategi Harga dan Promosi

- Menggunakan strategi harga terjangkau di awal untuk menarik pembeli.
- Buat promo paket bundling, misalnya beli 2 gratis 1 atau diskon untuk pembelian pertama.
- Loyalty Program, seperti diskon khusus bagi pelanggan yang sering membeli atau cashback bagi yang merekomendasikan produk ke orang lain

d. Edukasi dan Storytelling

- menggunakan pendekatan edukasi dengan memberikan informasi tentang manfaat biji pepaya bagi kesehatan.
- Ceritakan proses produksi yang higienis dan alami untuk meningkatkan kepercayaan konsumen.
- Buat video pendek tentang produk, seperti bagaimana produk ini membantu perekonomian warga di Gampong Lambada Peukan.

2.4 Teknik Analisis Data

Agar proyek ini berjalan efektif, data yang dikumpulkan perlu dianalisis dengan metode yang tepat. Berikut teknik analisis yang bisa digunakan:

- Mengolah data dari survei, wawancara, atau observasi untuk memahami minat masyarakat terhadap minuman sehat dari biji pepaya.
- Menyajikan data dalam bentuk tabel, grafik, atau diagram untuk kemudahan interpretasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa biji pepaya memiliki berbagai kandungan gizi dan senyawa bioaktif yang berpotensi meningkatkan kesehatan. Biji pepaya mengandung alkaloid, flavonoid, tanin, saponin, dan papain yang berperan dalam sistem pencernaan, bersifat antioksidan, serta memiliki aktivitas antibakteri dan antiparasit (Akinrinlola & Temitayo, 2020). Biji pepaya merupakan salah satu limbah buah yang sering diabaikan, padahal memiliki kandungan gizi yang bermanfaat bagi kesehatan.

Untuk meningkatkan nilai tambahnya, biji pepaya dapat diolah menjadi minuman sehat dengan berbagai metode. Proses pengolahan ini mencakup pemilihan biji berkualitas, pembersihan, pengeringan, sangrai, hingga pengolahan lebih lanjut seperti penggilingan menjadi bubuk atau fermentasi untuk meningkatkan manfaat probiotiknya. Oleh karena itu, pemanfaatan biji pepaya sebagai bahan dasar minuman herbal dapat menjadi solusi inovatif dalam menciptakan produk kesehatan berbasis alami.

Proses pengolahan biji pepaya menjadi minuman sehat melibatkan beberapa tahapan, mulai dari pemisahan biji dari buah, pencucian, pengeringan, sangrai, hingga proses ekstraksi atau seduhan. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa metode sangrai mampu mengurangi rasa pahit alami biji pepaya dan meningkatkan cita rasa produk akhir (Putri & Ramadhani, 2021). Selain itu, proses fermentasi juga dapat meningkatkan kadar enzim dan probiotik alami dalam minuman herbal ini, sehingga bermanfaat bagi kesehatan sistem pencernaan (Wahyuni & Lestari, 2020).

Untuk mengetahui penerimaan konsumen terhadap minuman biji pepaya, dilakukan uji organoleptik dengan parameter rasa, aroma, warna, dan tingkat kesukaan. Hasil uji menunjukkan bahwa sampel dengan metode sangrai lebih disukai dibandingkan dengan metode ekstraksi langsung karena memiliki aroma yang lebih ringan dan rasa yang lebih enak. Sementara itu, metode fermentasi memberikan rasa yang sedikit asam tetapi tetap diterima oleh panelis karena manfaat kesehatannya yang lebih tinggi. Analisis kandungan gizi menunjukkan bahwa biji pepaya memiliki kadar antioksidan yang tinggi, terutama dari senyawa flavonoid dan tanin. Antioksidan ini berfungsi untuk menangkal radikal bebas yang dapat menyebabkan penuaan dini dan berbagai penyakit degeneratif (Nurhayati & Suryani, 2019). Selain itu, kandungan papain dalam biji pepaya diketahui dapat membantu melancarkan pencernaan dan meningkatkan metabolisme tubuh.

Tahap pertama dalam pengolahan biji pepaya adalah pemilihan biji dari buah yang sudah matang, lalu dicuci hingga bersih untuk menghilangkan lendir yang menempel. Setelah itu, biji harus dikeringkan dengan cara dijemur selama dua hari untuk mencegah tumbuhnya jamur. Proses selanjutnya adalah sangrai biji pepaya dan beras dalam wajan dengan api kecil selama 15 menit hingga biji berubah warna dan mengeluarkan aroma khas. Teknik sangrai ini bertujuan untuk mengurangi rasa pahit alami biji pepaya serta meningkatkan kadar antioksidannya. Setelah proses sangrai selesai, biji pepaya dapat digiling hingga menjadi bubuk halus yang siap diseduh layaknya kopi. Minuman ini dapat dikombinasikan dengan bahan tambahan seperti madu, gula aren, jahe, atau susu untuk meningkatkan cita rasa dan manfaat kesehatannya.

Agar produk minuman biji pepaya dapat diterima oleh masyarakat, strategi pemasaran yang efektif sangat diperlukan. Salah satu langkah awal yang penting adalah membangun branding yang menarik, termasuk desain kemasan yang higienis dan informatif. Kemasan harus mencantumkan informasi gizi, manfaat kesehatan, serta cara penyajian produk agar konsumen lebih mudah memahami keunggulan minuman ini. Target pasar utama untuk produk ini adalah mereka yang peduli terhadap kesehatan, pecinta minuman herbal, serta masyarakat yang tertarik dengan gaya hidup sehat. Pemasaran digital menjadi salah satu cara yang efektif untuk memperkenalkan minuman biji pepaya kepada konsumen yang lebih luas. Media sosial seperti Instagram, Facebook, dan TikTok dapat digunakan untuk mempromosikan produk dengan konten edukatif mengenai manfaat kesehatan biji pepaya. Selain itu, penjualan melalui marketplace online seperti Shopee, Tokopedia, dan Bukalapak akan mempermudah distribusi produk ke berbagai daerah. Promosi melalui influencer kesehatan dan testimoni konsumen juga bisa membantu meningkatkan kepercayaan calon pembeli.

Selain pemasaran digital, distribusi produk secara offline juga perlu diperhatikan. Minuman biji pepaya dapat ditawarkan ke toko herbal, apotek, pasar tradisional, hingga supermarket yang menjual produk alami. Kerja sama dengan kafe atau restoran yang menyediakan menu minuman sehat juga bisa menjadi peluang untuk meningkatkan penjualan. Dengan strategi pemasaran yang tepat dan edukasi konsumen yang baik, minuman berbasis biji pepaya memiliki potensi besar untuk menjadi produk herbal yang diminati masyarakat luas.

Minuman herbal berbahan dasar biji pepaya memiliki peluang besar untuk dikembangkan sebagai alternatif produk kesehatan alami. Hal ini didukung oleh tren konsumsi produk herbal yang terus meningkat di masyarakat, terutama di kalangan yang sadar akan pentingnya pola hidup sehat. Produk ini juga dapat diperkaya dengan bahan tambahan seperti jahe atau madu untuk meningkatkan cita rasa dan manfaat kesehatan (Rahman & Saputra, 2020). Dalam rangka memasarkan produk ini secara luas, strategi pemasaran yang efektif harus diterapkan. Pemasaran dapat dilakukan melalui media sosial, marketplace online, serta jaringan toko herbal dan apotek. Selain itu, edukasi kepada masyarakat tentang manfaat kesehatan biji pepaya juga sangat penting untuk meningkatkan minat beli (Fitriani & Widodo, 2022).

Beberapa tantangan dalam pengembangan minuman berbasis biji pepaya meliputi kurangnya pengetahuan masyarakat tentang manfaat biji pepaya, persepsi negatif terhadap rasa pahit, serta keterbatasan sumber daya dalam produksi skala besar. Oleh karena itu, inovasi dalam proses pengolahan dan formulasi rasa perlu dilakukan agar produk lebih diterima oleh konsumen

Dari sisi ekonomi, pengolahan biji pepaya menjadi minuman sehat dapat meningkatkan nilai tambah dari limbah buah yang selama ini tidak dimanfaatkan. Dengan pengelolaan yang tepat, usaha ini berpotensi menjadi sumber pendapatan bagi masyarakat, terutama dalam skala usaha kecil dan menengah (UKM). Selain itu, pemanfaatan biji pepaya juga mendukung prinsip ekonomi berkelanjutan dengan mengurangi limbah pangan dan menciptakan produk berbasis sumber daya lokal (Rahman & Saputra, 2020).

Penyuluhan dan pelatihan bagi masyarakat sangat penting dalam meningkatkan pemanfaatan biji pepaya. Dengan adanya sosialisasi mengenai cara pengolahan yang benar, manfaat kesehatan, serta peluang usaha, masyarakat akan lebih tertarik untuk mengadopsi dan mengembangkan produk ini. Program pelatihan berbasis komunitas dapat menjadi salah satu strategi untuk mempercepat penerapan inovasi ini di berbagai daerah.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa biji pepaya memiliki potensi besar untuk diolah menjadi minuman sehat yang kaya akan antioksidan dan manfaat kesehatan lainnya. Teknik pengolahan seperti sangrai dan fermentasi dapat meningkatkan kualitas produk, sementara strategi pemasaran yang tepat akan membantu meningkatkan daya saing di pasar. Untuk mendukung pengembangan lebih lanjut, diperlukan kolaborasi antara peneliti, pelaku usaha, dan pemerintah dalam mengedukasi masyarakat serta menciptakan peluang ekonomi dari produk herbal berbasis biji pepaya

5. DAFTAR PUSTAKA

- Akinrinlola, R. J., & Temitayo, O. (2020). *Nutritional and Medicinal Benefits of Papaya Seeds: A Review*. International Journal of Food Science and Nutrition, 3(2), 45-52.
- Fitriani, M., & Widodo, A. (2022). *Strategi Pemasaran Produk Minuman Herbal Lokal*. Jurnal Manajemen dan Pemasaran, 9(1), 112-125.
- Nurhayati, A., & Suryani, E. (2019). *Pemanfaatan Biji Pepaya sebagai Alternatif Minuman Herbal*. Jurnal Teknologi Pangan, 7(1), 12-18.
- Putri, A. N., & Ramadhani, T. (2021). *Eksperimen Pembuatan Teh Biji Pepaya sebagai Minuman Sehat*. Jurnal Inovasi Pangan, 6(2), 56-68.
- Rahman, M., & Saputra, D. (2020). *Potensi Pengembangan Usaha Kecil Berbasis Produk Herbal*. Jurnal Ekonomi Kreatif, 5(1), 78-91.
- Susanti, R., & Prasetyo, H. (2021). *Analisis Penerimaan Konsumen terhadap Minuman Herbal Berbasis Bahan Alami*. Jurnal Agribisnis dan Pangan, 4(3), 88-101.
- Wahyuni, S., & Lestari, D. (2020). *Inovasi Produk Herbal Berbasis Biji Pepaya sebagai Minuman Kesehatan*. Jurnal Ilmu Pangan dan Gizi, 8(1), 23-30.