

Wahidah Mahanani Rahayu
Retnosyari Septiyani
Heni Siswanti
Barry Nur Setyanto
Wisnu Wijaya Dewojati

Diversifikasi Olahan Pepaya Kekinian

Inspirasi Peluang Usaha Berbagai Inovasi Olahan Pepaya Dan Contoh Perhitungan Ekonomi



Diversifikasi Olahan Pepaya Kekinian:

***INSPIRASI PELUANG USAHA BERBAGAI INOVASI OLAHAN
PEPAYA DAN CONTOH PERHITUNGAN EKONOMI***

**Tim penyusun:
Wahidah Mahanani Rahayu
Retnosyari Septiyani
Heni Siswantari
Barry Nur Setyanto
Wisnu Wijaya Dewojati**



**Penerbit K-Media
Yogyakarta, 2023**

**Diversifikasi Olahan Pepaya Kekinian:
inspirasi peluang usaha berbagai inovasi olahan
pepaya dan contoh perhitungan ekonomi**

Penulis:

Wahidah Mahanani Rahayu,
Retnosyari Septiyani,
Heni Siswantari,
Barry Nur Setyanto,
Wisnu Wijaya Dewojati.

ISBN: 978-623-174-304-6

Ilustrator: Lydia Rahma Wati
Tata Letak: Erlina Nur Arifani, Wahyu Nugroho,
Desain Sampul: Yuliana Sari

Diterbitkan oleh:



Penerbit K-Media
Anggota IKAPI No.106/DIY/2018
Banguntapan, Bantul, Yogyakarta.
WA +6281-802-556-554, Email: kmedia.cv@gmail.com

Cetakan pertama, Desember 2023
Yogyakarta, Penerbit K-Media 2023
15,5 x 23 cm, vi, 61 hlm.

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang
All rights reserved

Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan
cara apapun tanpa izin tertulis dari Penulis dan Penerbit.

Isi di luar tanggung jawab percetakan

Daftar Isi

Daftar Isi.....	iii
Daftar Tabel dan Gambar	iv
Prakata.....	v
BAB I NILAI GIZI DAN SENYAWA AKTIF PADA BUAH PEPAYA.....	1
BAB II PEMANFAATAN BUAH PEPAYA	10
BAB III OLAHAN BUAH PEPAYA KEKINIAN	20
BAB IV ANALISIS EKONOMI OLAHAN PEPAYA	40
Daftar Pustaka.....	54
Profil Penulis	57

Daftar Tabel dan Gambar

Gambar 1.	Bagian Tumbuhan Pepaya	5
Tabel 1.	Kandungan Gizi Buah dan Daun Pepaya	6
Tabel 2.	Kandungan Senyawa Kimia Pada Berbagai Bagian Tumbuhan Pepaya	8
Gambar 2.	Permen Pepaya.....	21
Gambar 3.	Keripik Pepaya	23
Gambar 4.	Cookies Pepaya	25
Gambar 6.	Abon Pepaya (atas: sebelum dikemas; bawah: setelah dikemas)	32
Gambar 7.	Brownies Kering Pepaya (atas: sebelum dikemas; bawah: setelah dikemas)	36
Gambar 8.	Kopi Biji Pepaya	37
Gambar 9.	Mie Daun Pepaya	39

Prakata

Alhamdulillah puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga kami dapat menyelesaikan buku dengan judul “Diversifikasi Olahan Pepaya Kekinian” ini dengan lancar.

Buah pepaya merupakan salah satu buah yang mudah tumbuh di Indonesia. Masyarakat sangat mudah mendapatkan pepaya sepanjang tahun. Buah ini mengandung berbagai zat gizi yang baik bagi kesehatan, tetapi kadar airnya yang tinggi menyebabkan masa simpannya rendah. Buah ini umumnya hanya disajikan sebagai buah meja atau diolah menjadi jus. Oleh karena itu, tim penulis yang telah dapat mengolah pepaya menjadi berbagai jenis makanan kering dengan masa simpan yang lebih panjang, seperti *brownies*, *pepaya chips*, *pepaya candy*, brownis kering, abon pepaya *crispy*, dan lain sebagainya, membagikan pengetahuan melalui buku ini.

Selain menampilkan berbagai resep olahan pepaya dan kandungan dalam pepaya yang dapat dibaca dan dipraktikkan secara langsung, buku ini juga menampilkan contoh perhitungan ekonomi sehingga menjadi inspirasi

peluang usaha bagi pembaca. Resep-resep olahan makanan juga dilengkapi dengan takaran dan spesifikasi produk yang dibutuhkan.

Tim penulis berharap buku ini bukan hanya menjadi sekedar buku populer namun juga bisa memaksimalkan potensi buah lokal Indonesia. Terakhir ucapan terimakasih kami sampaikan kepada berbagai pihak yang memberikan bantuan dalam berbagai bentuk. Semoga buku ini dapat bermanfaat dan menginspirasi kita semua.

Yogyakarta, November 2023

Tim Penyusun

Daftar Pustaka

- Anonim, 2013. *Edible Plants from the Americas*.
<https://www.europeana.eu/en/exhibitions/edible-plants-from-the-americas/pepaya>
[Diakses Desember 2022].
- Anonim & Sachdev, d. o. P., 2022. *Health Benefits of Pepaya*.
<https://www.webmd.com/diet/health-benefits-pepaya>
[Diakses Desember 2022].
- Asiah, N. & Handayani, D., 2018. Pengaruh Konsentrasi dan Waktu Perendaman dengan Larutan Kalsium Hidroksida Terhadap Mutu Sensori Produk *Vacuum Frying* Buah Nanas. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 7(2), pp. 78-81.
- Bonaditya, 2014. *Pepaya carica..* Jakarta: Penebar Swadaya.
- Dalimartha, S., 2003. *Atlas Tumbuhan Obat Indonesia*. Jilid 3 ed. Jakarta: Puspa Swara.
- Deenin, W. et al., 2021. Pepaya improves non-alcoholic fatty liver disease in obese rats by attenuating oxidative stress, inflammation and lipogenic gene expression. *World Journal of Hepatology* 13(3), 13(3), p. 315–327.
- Elsamadony, M., Tawfik, A., Danial, A. & Suzuki, M., 2015. Use of *Carica pepaya* enzymes for enhancement of H₂ production and degradation of glucose, protein, and lipids. *Energy Procedia*, Volume 75, p. 975 – 980.
- Gomes, W. F. et al., 2018. Effect of freeze- and spray-drying on physico-chemical characteristics, phenolic compounds and antioxidant activity of pepaya pulp. *Journal of Food Science and Technology*, 55(6), pp. 2095-2102.
- Gunawan, G., 2018. *Pengaruh Perendaman Larutan Kalsium Klorida (CaCl₂) terhadap Kualitas Pepaya California (Carica Pepaya L.)*, Tasikmalaya: Universitas Siliwangi.

- Kalie, B. M., 2008. *Bertanam Pepaya*. Edisi Revisi. Jakarta: Penebar Swadaya.
- Khasanah, S. Z., 2017. *Studi Proses Penggorengan Vakum Buah Pepaya (Carica pepaya L.) (Kajian Aspek Energi dan Laju Penggorengan)*, Malang: Universitas Brawijaya..
- Krishna, K., Paridhavi, M. & Patel, J., 2008. Review on nutritional, medicinal and pharmacological properties of pepaya (*Carica pepaya* linn.). *Indian Journal of Natural Product Resources*, 7(4), pp. 364-373.
- Lusiana, D. & Nugroho, A. B., 2021. Inovasi Produk Daun Pepaya menjadi Mie Daun Pepaya dan Buah Pepaya Menjadi Krupuk Buah Pepaya. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Manage*, 2(2), pp. 108-113.
- Natawidjaja, P. S., 1983. *Mengenal Buah-Buahan yang Bergizi*. Jakarta: Pustaka Dian.
- Prabasini, H., Ishartani, D. & Rahadian., D., 2013. Kajian sifat kimia dan fisik tepung labu kuning dengan perlakuan blanching dan perendaman dalam natrium metabisulfid. *Jurnal Teknosains Pangan*, 2(2), pp. 93-102.
- Rahmat, A., Abu Bakar, M., Faezeh, N. & Hambali, Z., 2004. The Effects of Consumption of guava (*Psidium guajava*) or Pepaya (*Carica pepaya*) on Total antioxidant and Lipid Profile in Normal Male Youth. *Asia Pacific Journal of Clinical Nutrition*, Volume 13.
- Ramadhan, E. & Sudarsono, 2013. Penangkapan Radikal 2, 2 Dipenil - 1 - Pikril Hidrazil (DPPH) Buah Pepaya (*Carica pepaya L*) Tua Dan Muda. *Journal of Tradicional Medicine*, 18(3), p. 167 – 172.
- Ramadhian, M. R. & Widiastini, A. A., 2018. Kegunaan Ekstrak Daun Pepaya (*Carica pepaya*) Pada Luka. *Jurnal Kesehatan dan Agromedicine*, 5(1).

Sepriyani, H., Devitria, R., Surya, A. & Sari, S., 2020. Aktivitas Antioksidan Ekstrak Metanol Daun Pepaya (*Carica pepaya* L) dengan Metode 2, 2 – Diphenyl - 1 – Picrylhydrazil (DPPH). *Jurnal Penelitian Farmasi Indonesia*, 9(1), 8-11.

Profil Penulis



Wahidah Mahanani Rahayu, S.T.P., M.Sc. lahir di Yogyakarta, 20 April 1984. Penulis merupakan dosen di Program Studi Teknologi Pangan, Fakultas Teknologi Industri, Universitas Ahmad Dahlan (UAD) pada bidang Kimia Pangan dan Gizi sejak tahun 2016. Setelah lulus S1 dari Jurusan Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian, Universitas Gadjah Mada (UGM), penulis menimba ilmu dan bekerja di National Chiayi University, Taiwan.

Setelah lulus S2 dari Ilmu dan Teknologi Pangan, UGM, penulis bergabung dan ikut mendirikan Program Studi Teknologi Pangan di Universitas Ahmad Dahlan. Selain mengajar, penulis aktif melakukan penelitian dan menulis sejumlah artikel ilmiah pada jurnal nasional dan prosiding pada pertemuan ilmiah baik nasional maupun internasional di bidang pangan fungsional dari komoditas lokal. Penulis juga aktif sebagai anggota Perhimpunan Ahli Teknologi Pangan Indonesia (PATPI). Selain terlibat dalam berbagai program penelitian dan pengabdian kepada masyarakat dalam mengolah pangan lokal, penulis saat ini sedang menempuh studi doctoral di Program Doktor Ilmu Pangan di Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta. Penulis dapat dihubungi melalui surel: wahidah.rahayu@tp.uad.ac.id



Retnosyari Septiyani, S.T.P., M.Sc. lahir di Sleman pada 18 September 1981. Penulis saat ini merupakan dosen pada program studi Bisnis Jasa Makanan, Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Ahmad Dahlan. Kiprahnya di dunia pangan dan kuliner dimulai sejak masih berkuliah di jurusan Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian, Universitas Gadjah Mada, melalui berbagai riset yang diikutsertakan

pada perlombaan tingkat nasional. Bersama rekan-rekannya, penulis mendirikan CV Progress Jogja, yang bergerak di bidang olahan minuman tradisional wedang uwuh. Setelah lulus dari Program Ilmu dan Teknologi Pangan, Universitas Gadjah Mada, penulis terus mengembangkan usaha untuk memproduksi berbagai olahan komoditas lokal, sehingga meraih penghargaan Adhikarya Pangan Nusantara tingkat Nasional pada tahun 2016 oleh Presiden RI. Selain mengajar dan menjadi narasumber pada berbagai seminar dan kegiatan, penulis aktif melakukan kegiatan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat di berbagai daerah di Indonesia. Penulis saat ini sedang menempuh studi doktoral di Program Doktor Ilmu Pangan, Universitas Gadjah Mada. Penulis dapat dihubungi melalui alamat surel:

retnosyari.septiyani@culinary.uad.ac.id



Heni Siswantari S.Pd., M.A yang lahir pada 16 Juni 1990 berkiprah sebagai dosen di Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP UAD sejak tahun 2016. S1 ditempuh hingga tahun 2013 di Universitas Negeri Semarang prodi pendidikan Seni Tari. Pendidikan S2 selesai ditempuh tahun 2015 dan saat ini sedang menempuh pendidikan S3 sejak 2021 di Program Studi Pengkajian Seni

Pertunjukan dan Seni Rupa, Universitas Gadjah Mada. Selain mengajar, penulis aktif menulis berbagai artikel di jurnal ilmiah dan melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, dan beberapa kali menjadi duta budaya Universitas Ahmad Dahlan di tingkat nasional maupun internasional. Penghargaan yang pernah diterima yaitu dosen berprestasi kategori pengabdian kepada masyarakat bidang sosial humaniora UAD tahun 2021. Beberapa tahun terakhir ini fokus dalam pengabdian masyarakat dalam pengembangan desa wisata budaya dan seni. Penulis dapat dihubungi melalui alamat surel: heni.siswantari@pgsd.uad.ac.id



Barry Nur Setyanto, S.Pd., M.Pd.

lahir di Pringsewu pada 26 Januari 1988. Lulus dari Pendidikan Teknik Elektro dan Magister Pendidikan Teknologi Kejuruan di Universitas Negeri Yogyakarta, penulis menjadi dosen di Pendidikan Vokasional Teknik Elektronika, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Ahmad Dahlan. Penulis mengembangkan keahlian di

bidang peralatan dan instrumen elektronika, media pembelajaran, dan telah memiliki banyak Hak Cipta untuk berbagai alat, aplikasi, dan alat peraga. Penulis pernah menjadi peserta terbaik Paten Bidang Mekanik dalam kegiatan *Patent Drafting Camp* Tingkat Dasar dari Kementerian Hukum dan HAM RI pada tahun 2022, dan saat ini sedang mengembangkan teknologi tepat guna untuk mendukung kewirausahaan produk olahan pangan bagi UMKM. Penulis dapat dihubungi melalui alamat surel: barry.setyanto@pvte.uad.ac.id



Raden Wisnu Wijaya Dewojati, S.Pd.,M.Pd lahir di Yogyakarta pada 22 Februari 1975. Penulis menempuh S1 di Pendidikan Seni Rupa (DKV), Universitas Negeri Yogyakarta dan S2 bidang Manajemen Pendidikan, Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa, menjadi dosen di Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP, Universitas Ahmad Dahlan. Dengan kebidangan dalam seni rupa, seni kriya, dan menejemen pendidikan, selain berkarya dalam pembuatan media

pembelajaran, penulis juga aktif berperan dalam pengabdian kepada masyarakat, khususnya dalam merancang disain kemasan. Penulis dapat dihubungi melalui alamat surel raden.dewojati@pgsd.uad.ac.id

Diversifikasi Olahan *Pepaya* Kekinian

*Inspirasi Peluang Usaha Berbagai Inovasi Olahan Pepaya
Dan Contoh Perhitungan Ekonomi*

Pepaya adalah salah satu buah tropis yang kaya manfaat, mulai dari kandungan serat hingga vitaminnya yang baik bagi kesehatan. Tanaman pepaya mudah tumbuh dan dibudidayakan. Buah ini seringkali disajikan segar, tetapi masa simpannya cukup singkat dan mudah membusuk. Buku ini memberikan gambaran proses pengolahan buah pepaya untuk mengubahnya menjadi produk pangan kekinian yang lebih awet, tanpa bahan pengawet.

Pepaya juga merupakan komoditas buah andalan dari Jatimulyo, salah satu rintisan desa budaya di Kabupaten Bantul. Hampir setiap rumah memiliki pohon pepaya di halamannya. Melalui program pengabdian masyarakat, pepaya tersebut diolah menjadi berbagai produk panganan khas Jatimulyo. Dengan berbagai potensi wisata dan budaya, desa ini sangat layak dikunjungi, dan panganan khas tersebut menjadi buah tangannya. Produk olahan khas berbahan pepaya tersebut dihadirkan dalam buku ini untuk memberikan informasi dan inspirasi kepada khalayak tentang pepaya, nilai gizi, dan cara mengolahnya menjadi snack kekinian yang lezat, sehat, dan layak jual. Buku ini juga dilengkapi contoh perhitungan ekonomi, sehingga bisa dipraktikkan oleh Anda yang hendak memulai usaha. Selamat membaca.

Penerbit K-Media
Bantul, Yogyakarta
📧 kmediacorp
✉ kmedia.cv@gmail.com
🌐 www.kmedia.co.id

