

## Pengetahuan dan Pemanfaatan Pepaya (*Carica papaya* L.) dalam Pengobatan Penyakit di Díli, Timor-Leste

### Knowledge and Use of Papaya (*Carica papaya* L.) in the Treatment of Disease in Díli, Timor-Leste

Alice Pinto<sup>1\*</sup>

<sup>1</sup>Departamento do Ensino de Biologia, Faculdade de Educação, Artes e Humanidades (FEAH), Universidade Nacional Timor Lorosa'e (UNTL), Avenida Cidade de Lisboa Dr. Francisco Machado Liceu-Dili

\*Corresponding Author: apinto745@gmail.com  
+670 7619 5047

**Abstrak:** Pepaya merupakan salah satu tanaman obat tradisional. Untuk pengolahannya dapat dilakukan dengan memanfaatkan bagian-bagian seperti daun, bunga, buah dan akar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sumber perolehan pepaya, bagian pepaya yang digunakan dalam pembuatan obat tradisional, cara pengolahan, cara konsumsi, kuantitas mengonsumsi pepaya, peranannya dalam menyembuhkan penyakit, masa waktu yang dibutuhkan untuk pulih dari penyakit dan sumber pengetahuan masyarakat tentang obat tradisional pepaya. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dan metode yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masyarakat dapat memperoleh pepaya dari halaman rumah dan memanfaatkan daun, akar, buah dan bunga untuk pengolahan obat tradisional melalui cara dekoksi dengan prosentase sebesar 42% diikuti dengan cara dicampur dengan makanan sebesar 38%. Obat tradisional tersebut dapat dikonsumsi dengan cara dimakan sebanyak 52% dan diminum sebanyak 34% untuk mengobati penyakit infeksi dan parasit malaria sebesar 42%. Obat tradisional tersebut dapat dikonsumsi minimal sekali/hari dengan proporsi paling tinggi 62%. Lama waktu yang dibutuhkan untuk dapat pulih dari penyakit adalah minimal sehari dengan prosentase maksimum 70%. Pengetahuan tersebut diperoleh dari nenek moyang masyarakat dengan prosentase paling tinggi 90%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pepaya dapat dimanfaatkan sebagai sumber bahan baku untuk pembuatan obat tradisional yang dapat dimanfaatkan untuk menyembuhkan penyakit.

**Kata kunci:** bagian pepaya, *Carica papaya* L., obat tradisional, pengetahuan masyarakat

**Abstract:** Papaya is one of the traditional medicinal plant. Processing can be done by using parts such as leave, flower, fruit and root. This research aims to determine the source of papaya, the parts of papaya that used in preparing traditional medicine, processing methods, consumption methods, quantity of consuming papaya, its role in curing the disease, the time required to recover from the disease and source of community knowledge about traditional medicine of papaya. The type of this research is qualitative and the methods used are interview and observation. The results of this research showed that the community can obtained papaya from their home garden and they use the leave, root, fruit and flower for processing traditional medicine through decoction with a percentage of 42% followed by mixed with foods at 38%. 52% of these traditional medicines can be consumed by eating and 34% by drinking to treat infectious diseases of malaria by 42%. These traditional medicines can be consumed at least once/day with a maximum proportion of 62%. The length of time needed to recover from disease is minimum of a day with a maximum percentage of 70%. This knowledge is obtained from the community's ancestors with a maximum percentage of 90%. Thus, it can be concluded that papaya can be used as a source of raw materials for preparing traditional medicines which can be used to cure diseases.

**Keywords:** part of papaya, *Carica papaya* L., traditional medicine, community knowledge

## Pendahuluan

Pengetahuan dan pemanfaatan tanaman obat oleh masyarakat di suatu wilayah, telah dilakukan sejak jaman dahulu kala. Pengetahuan tersebut merupakan warisan dari nenek moyang yang diteruskan kepada keturunannya secara lisan. Dengan demikian, perlu dilestarikan agar pengetahuan tersebut tidak hilang. Salah satu mekanisme untuk melestarikannya adalah dengan cara melakukan penelitian secara lebih detail tentang pemanfaatan tanaman obat, agar dapat dijadikan referensi bagi generasi yang akan datang.

Pepaya tergolong tanaman yang dibudidayakan karena memiliki banyak manfaat. Buahnya yang sudah matang dapat dikonsumsi sebagai sumber vitamin A, B dan C. Selain vitamin, pepaya juga kaya akan zat besi dan kalsium (Aravind *et al.*, 2013: 8). Sedangkan bagian-bagian pepaya yang lainnya seperti daun, bunga dan bijinya dapat digunakan sebagai bahan baku untuk pengolahan obat tradisional (Khasanah *et al.*, 2020).

Daun pepaya dapat dimanfaatkan secara tradisional sebagai obat malaria. Untuk mengolahnya dapat dilakukan dengan cara ditumbuk halus dan diambil sarinya untuk dikonsumsi dua kali dalam sehari (Rupilu & Watuguly, 2018: 56, 58).

Daun pepaya juga dapat dimanfaatkan untuk menyembuhkan penyakit demam berdarah. Pengolahannya melalui cara ekstraksi menggunakan air, dikonsumsi sebanyak dua kali sehari, dengan volume sebanyak 25 ml (Ahmad *et al.*, 2011).

Biji pepaya dapat digunakan secara tradisional sebagai obat antihelmintik pada anak sekolah yang diidentifikasi secara positif terinfeksi oleh telur cacing *Ascaris lumbricoides*. Pengolahan biji pepaya

dilakukan dengan cara dikeringkan dan ditumbuk halus dan diberikan dengan dosis  $\frac{1}{4}$  sendok teh, dikonsumsi minimal satu kali dalam sehari selama tujuh hari, dengan hasil tingkat efektivitas sebesar 85% (Ambarwati & Marni, 2015: 358).

Akar pepaya juga dapat dimanfaatkan secara tradisional untuk menyembuhkan penyakit darah tinggi. Pengolahannya melalui cara dekoksi, dengan memanfaatkan akar pepaya yang secukupnya, air sebanyak satu gayung dan direbus hingga tertinggal satu gelas. Dapat dikonsumsi minimal satu kali dalam sehari hingga sembuh (Rupilu & Watuguly, 2018: 58).

Masyarakat di Díli, Timor-Leste juga membudidayakan tanaman pepaya untuk memenuhi kebutuhannya sebagai sumber akan buah-buahan. Selain itu, masyarakat juga memanfaatkan bagian-bagian pepaya seperti daun, bunga, buah dan akar pepaya untuk pengolahan obat tradisional yang dapat dimanfaatkan untuk menyembuhkan penyakit.

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui sumber perolehan pepaya, bagian pepaya yang dapat digunakan dalam pembuatan obat tradisional, cara pengolahan obat tradisional pepaya, cara konsumsi, kuantitas mengonsumsi pepaya, peranannya dalam menyembuhkan penyakit, masa waktu yang dibutuhkan untuk pulih dari penyakit dan sumber pengetahuan masyarakat tentang obat tradisional pepaya.

Hasil studi ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat umumnya, dan khususnya masyarakat di Timor-Leste, mengenai pemanfaatan pepaya dalam pengobatan penyakit. Selain itu, dapat digunakan sebagai sumber literatur untuk penelitian lebih lanjut, terutama dalam menemukan obat-obatan baru yang berasal dari pepaya.

## Bahan dan Metode

### Waktu dan tempat penelitian

Penelitian ini telah direalisasikan pada tanggal 2-6 April 2023 di Díli, Timor-Leste, dengan peta lokasi investigasi seperti yang ditampilkan dalam gambar 1.



Gambar 1. Peta lokasi penelitian, di Díli, Timor-Leste  
(Sumber: Google Earth Pro, 2023).

### Alat dan bahan

Alat-alat yang digunakan dalam penelitian ini meliputi: alat tulis, alat perekam dan dokumentasi HP, dan kuesioner.

### Metode

Jenis penelitian ini adalah kualitatif dan metode yang digunakan adalah wawancara dan observasi. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui langkah-langkah berikut:

1. Wawancara untuk mendapatkan informasi yang lebih detail terkait pengetahuan dan pemanfaatan pepaya sebagai obat tradisional oleh masyarakat Díli, Timor-Leste.
2. Wawancara dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Setelah wawancara, dilakukan observasi untuk mengamati cara pengolahan pepaya oleh masyarakat.
3. Jenis sampel yang dipilih adalah “*Purposive sampling*” dan “*Snowball sampling*” yang didasarkan atas pengetahuan dan pengalaman masyarakat dalam menggunakan pepaya sebagai obat tradisional, dengan jumlah total sampel sebanyak 50 orang. Jumlah tersebut

sekaligus merupakan total responden, yang berusia antara 21 hingga 78 tahun, dengan jumlah 33 orang kaum perempuan dan 17 orang kaum laki-laki.

### Analisis data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat dipresentasikan untuk mengetahui %responden tentang sumber perolehan pepaya dan sumber pengetahuan masyarakat mengenai pemanfaatan pepaya. Selain itu, untuk mengetahui banyaknya pemanfaatan tanaman pepaya oleh masyarakat Díli, Timor-Leste dapat dihitung dengan rumus %pemanfaatan yang diadaptasi dari Nasution *et al.*, (2020).

$$\% \text{ Pemanfaatan} = \frac{\Sigma \text{ responden dari kelompok pemanfaat}}{\Sigma \text{ total responden}} \times 100\%$$

## Hasil dan Pembahasan

### Hasil

#### 1. Sumber perolehan pepaya di Díli

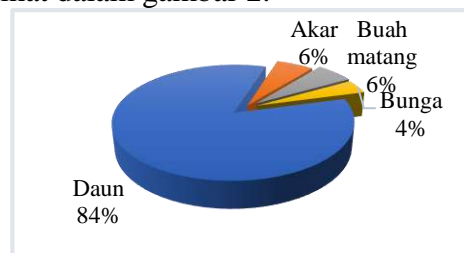
Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan di Díli, maka dapat dikemukakan bahwa masyarakat di Díli, Timor-Leste dapat memperoleh pepaya dari dua sumber, seperti yang tertera dalam tabel 1.

Tabel 1. Sumber perolehan pepaya

No.	Sumber pepaya	Responden%
1.	Halaman rumah	96
2.	Beli di pasar	4

#### 2. Bagian tumbuhan yang digunakan dalam pembuatan obat tradisional

Bagian pepaya yang dimanfaatkan untuk pembuatan obat tradisional dapat dilihat dalam gambar 2.



Gambar 2. Bagian-bagian pepaya yang dimanfaatkan sebagai obat tradisional

### 3. Cara pengolahan pepaya

Pepaya dapat diolah menjadi obat tradisional melalui 7 cara yang tercantum dalam tabel 2.

Tabel 2. Cara pengolahan obat tradisional

No.	Cara pengolahan	Pemanfaatan%
1.	Dekoksi	42
2.	Dicampur dengan makanan	38
3.	Ditumis	6
4.	Langsung dimakan	6
5.	Dipanaskan di atas arang	4
6.	Dihancurkan	2
7.	Salad	2

### 4. Cara mengonsumsi pepaya

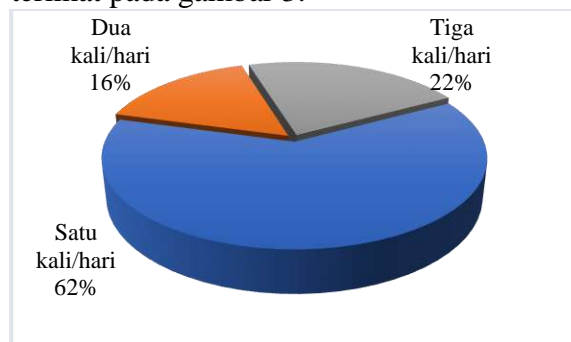
Masyarakat di Dili dapat mengonsumsi obat tradisional pepaya melalui 5 cara bersamaan dengan bagian-bagian pepaya dan % pemanfaatannya dapat dilihat dalam tabel 3.

Tabel 3. Cara mengonsumsi obat tradisional pepaya

No.	Cara konsumsi	Bagian-bagian pepaya	Pemanfaatan%
1.	Dimakan	Daun, bunga, buah	52
2.	Diminum	Daun, akar	34
3.	Dimakan dan diminum	Daun	6
4.	Mandi	Daun	4
5.	Topikal	Daun	4

### 5. Kuantitas mengonsumsi pepaya

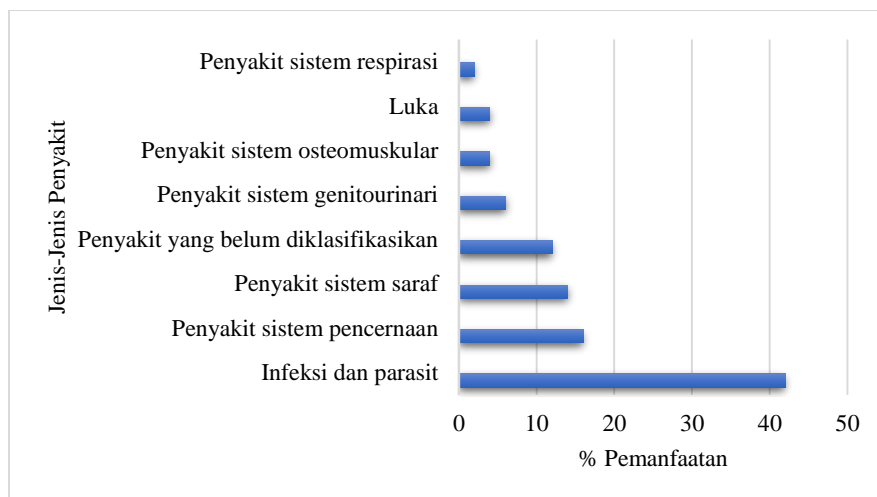
Obat tradisional pepaya dapat dikonsumsi berdasarkan pada kuantitas yang terlihat pada gambar 3.



Gambar 3. Kuantitas mengonsumsi obat tradisional pepaya/hari

### 6. Peranan pepaya dalam menyembuhkan penyakit

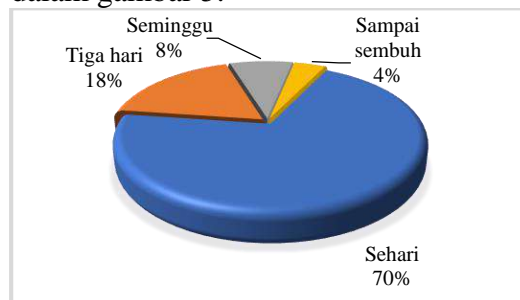
Dalam studi ini jenis-jenis penyakit yang diadaptasi adalah klasifikasi jenis-jenis penyakit yang menurut WHO (2015). Hasil penelitian ini ditemukan berbagai jenis penyakit yang dapat disembuhkan dengan obat tradisional pepaya seperti yang ditunjukkan pada gambar 4.



Gambar 4. Peranan obat tradisional pepaya dalam terapi berbagai penyakit

### 7. Waktu yang dibutuhkan untuk pulih dari sakit

Setelah mengonsumsi obat tradisional pepaya, maka dibutuhkan periode waktu tertentu untuk dapat pulih dari penyakit. Maka, masa waktu yang dibutuhkan untuk sembuh dari penyakit dapat berbeda-beda, seperti yang terlihat dalam gambar 5.



Gambar 5. Masa pemulihan dari penyakit

### 8. Sumber pengetahuan masyarakat

Masyarakat Dili memperoleh pengetahuan mengenai obat tradisional pepaya dari berbagai sumber, seperti yang tertera pada tabel 4.

Tabel 4. Sumber pengetahuan tentang obat tradisional pepaya

No.	Sumber pengetahuan	Responden%
1.	Nenek moyang	90
2.	Kerabat	4
3.	Dokter	4
4.	Internet	2

### Pembahasan

#### 1. Sumber perolehan pepaya di Dili

Pepaya yang digunakan untuk pembuatan obat tradisional, lebih banyak diperoleh dari halaman rumah masyarakat (Tabel 1). Hal tersebut menunjukkan bahwa pepaya ditanam di pekarangan rumah, yang mana masyarakat dapat mengambilnya dalam keadaan segar untuk pembuatan obat tradisional.

Pembudidayaan tanaman pepaya dapat merupakan mekanisme untuk mendomestikasikan dan mengkonservasikan tanaman pepaya agar tetap terjaga ketersediaannya pada saat pepaya dibutuhkan untuk pembuatan obat tradisional.

Hal lain yang mendukung domestikasi pepaya adalah cara menanamnya yang mudah, yaitu dengan menggunakan bijinya, dan tidak membutuhkan lahan yang luas. Jadi, pekarangan rumah yang sempit, dapat dipergunakan sebagai tempat untuk menanam pepaya.

Selain diperoleh dari halaman rumah, sekurangnya 4% dari responden menyatakan bahwa pepaya dapat diperoleh dengan cara membeli di pasar. Hal ini diperkuat oleh alasan-alasan bahwa harga pepaya yang murah, berkualitas baik dan lokasi pasar yang dapat dijangkau oleh masyarakat.



## 2. Bagian tumbuhan yang digunakan dalam pembuatan obat tradisional

Bagian-bagian pepaya yang dapat digunakan oleh masyarakat di Dili sebagai obat tradisional adalah daun dengan prosentase yang paling tinggi yaitu 84%. Hal ini disebabkan karena daun pepaya mengandung alkaloid, flavonoid, glikosida, saponin, tannin dan steroid (Kurniasari, 2019: 574).

Bagian akar dan buah yang sudah matang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat dengan prosentase masing-masing 6%. Hal ini disebabkan karena akar pepaya mengandung enzim mirosin. Sedangkan buahnya dapat mengandung karbohidrat, vitamin, mineral dan enzim (Naureen *et al.*, 2022: 80).

Bunga pepaya juga dapat dimanfaatkan oleh masyarakat dengan prosentase yang paling rendah yaitu 4%.

## 3. Cara pengolahan pepaya

Dalam penelitian ini dicatat tujuh cara pengolahan pepaya. Diantaranya cara dekoksi dengan prosentase paling tinggi yaitu 42%. Dekoksi adalah cara yang dipilih oleh masyarakat untuk mengolah bagian-bagian tanaman yang berserat seperti akar dan daun. Metode tersebut dilakukan dengan pemanasan untuk mengekstraksi bahan kimia tanaman obat yang terlarut dalam air (Rasul, 2018: 12).

Masyarakat juga mengolah pepaya dengan cara dicampur dengan makanan yang ditemukan dengan proporsi sebesar 38%. Hal ini dilakukan untuk mengurangi rasa pahit pada pepaya.

### 3.1. Dekoksi

Cara pengolahan secara dekoksi dapat dilakukan oleh masyarakat dengan memanfaatkan bagian akar dan daun pepaya.

#### 3.1.1. Dekoksi akar pepaya

Cara pengolahan akar pepaya dengan dekoksi diawali dengan mendidihkan 4 gelas air di dalam panci. Kemudian ditambahkan

dengan potongan akar pepaya yang secukupnya, dan dilanjutkan proses pemanasan hingga air rebusan tertinggal tiga gelas. Selanjutnya dapat dilakukan filtrasi untuk memisahkan akarnya dan air rebusannya dapat diminum. Gambaran secara detail terkait pengolahan dekoksi akar pepaya ditunjukkan dalam gambar 6.



A. B.

Gambar 6.A. Empat gelas air dan potongan akar pepaya, B. Tiga gelas air rebusan akar pepaya.

#### 3.1.2. Dekoksi daun pepaya

Cara dekoksi daun pepaya dapat diawali dengan mendidihkan 10 liter air dalam panci. Kemudian ditambahkan 5 lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong dan direbus hingga matang. Selanjutnya dilakukan filtrasi untuk memisahkan daun pepaya yang sudah matang. Kemudian air rebusannya dapat digunakan untuk mandi. Gambaran secara detail mengenai dekoksi daun pepaya untuk mandi ditampilkan dalam gambar 7.



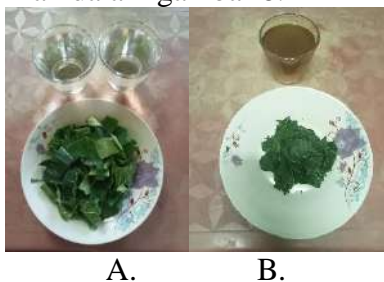
A. B.

Gambar 7.A. 10 liter air di dalam panci dan lima lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong, B. Filtrasi air rebusan daun pepaya untuk mandi.

Selain itu, masih ditemukan cara dekoksi daun pepaya yang lain. Dimana cara pengolahannya dapat diawali dengan mendidihkan 2 gelas air dalam panci.

Kemudian ditambahkan 2 lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong dan direbus hingga matang. Hasil dekoksi daun yang sudah matang dapat dimakan dan air rebusannya dapat diminum.

Gambaran secara detail mengenai dekoksi daun pepaya untuk dimakan dan diminum ditunjukkan dalam gambar 8.



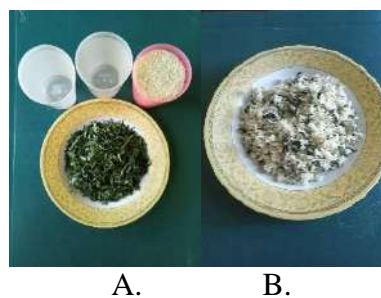
Gambar 8.A. Dua gelas air dan dua lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong, B. Daun pepaya yang sudah matang untuk dimakan dan air rebusan daun pepaya untuk diminum.

### 3.2. Dicampur dengan makanan

Bagian pepaya yang dapat dicampur dengan makanan adalah daun dan bunga. Bagian-bagian tersebut dapat diolah melalui empat macam cara pengolahan yaitu nasi daun pepaya, daun pepaya dicampur dengan mi instan, bunga pepaya dicampur dengan mi instan dan bubur daun pepaya.

#### 3.2.1. Nasi daun pepaya

Cara pengolahan nasi daun pepaya dapat dilakukan dengan mendidihkan 2 gelas air di dalam panci. Setelah itu dapat ditambahkan dengan 2 lembar daun pepaya yang telah dipotong kecil-kecil dan direbus hingga matang. Kemudian ditambahkan 1 gelas beras yang telah dibersihkan dan proses pemanasan dapat dilanjutkan hingga nasi menjadi matang. Gambaran secara detail mengenai bahan-bahan yang digunakan dan hasil pengolahan nasi daun pepaya ditunjukkan dalam gambar 9.



Gambar 9.A. Dua gelas air, satu gelas beras dan dua helai daun pepaya yang telah dipotong kecil-kecil. B. Nasi daun pepaya.

#### 3.2.2. Daun pepaya dicampur dengan mi instan

Cara pengolahannya diawali dengan mendidihkan 2 gelas air dalam panci. Setelah itu dapat ditambahkan dengan 2 lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong. Proses pemanasan dapat dilanjutkan hingga daun pepaya menjadi matang. Kemudian ditambahkan satu bungkus mi instan dan perebusan dilanjutkan hingga mi instan menjadi matang. Gambaran secara detail mengenai bahan-bahan dan hasil pengolahan daun pepaya dicampur dengan mi instan diperlihatkan dalam gambar 10.



Gambar 10.A. Dua gelas air, dua lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong dan satu bungkus mi instan rebus, B. Hasil rebusan daun pepaya yang telah dicampur dengan mi instan.

#### 3.2.3. Bunga pepaya dicampur dengan mi instan

Cara pengolahannya hampir sama dengan cara mengolah daun pepaya dicampur dengan mi instan. Perbedaannya terletak pada bagian pepaya yang digunakan adalah bunganya, dengan takaran dua gengam tangan. Gambaran pengolahan

bunga pepaya dicampur dengan mi instan ditunjukkan dalam gambar 11.



A. B.

Gambar 11.A. Dua gelas air, dua gengam bunga pepaya dan satu bungkus mi instan rebus, B. Hasil pengolahan bunga pepaya dicampur dengan mi instan .

### 3.2.4. Bubur daun pepaya

Cara pengolahan bubur daun pepaya dapat diawali dengan mendidihkan 4 gelas air dalam panci. Kemudian ditambahkan dengan 2 lembar daun pepaya yang telah dipotong kecil-kecil. Proses pemanasan dapat dilanjutkan hingga daun pepaya menjadi matang. Selanjutnya ditambahkan satu gelas beras yang telah dibersihkan dan proses pemanasan dilanjutkan sampai bubur menjadi matang. Gambaran secara detail mengenai bubur daun pepaya diperlihatkan dalam gambar 12.



A. B.

Gambar 12.A. Tiga gelas air, satu gelas beras dan dua lembar daun pepaya yang telah dipotong kecil-kecil. B. Bubur daun pepaya.

### 3.3. Ditumis

Bagian pepaya yang dimanfaatkan adalah 2 helai daun pepaya yang telah dipotong-potong. Cara mengolahnya dapat dilakukan dengan memanaskan dua sendok minyak goreng di dalam wajan. Selanjutnya menumis irisan satu siung bawang merah.

Kemudian ditambahkan daun pepaya dan ditumis hingga matang dan ditambahkan satu sendok teh garam. Gambaran hasil pengolahan tumis daun pepaya ditampilkan dalam gambar 13.



A. B.

Gambar 13. A. Bahan-bahan yang digunakan untuk tumis pepaya, B. Hasil pengolahan tumis daun pepaya.

### 3.4. Langsung dikonsumsi

Bagian pepaya yang dapat langsung dikonsumsi adalah buahnya yang sudah matang, dengan tampilan dalam gambar 14.



Gambar 14. Buah pepaya yang langsung dikonsumsi.

### 3.5. Dipanaskan di atas arang

Bagian pepaya yang dimanfaatkan adalah daun. Cara pengolahannya dapat dilakukan dengan mempersiapkan satu lembar daun pepaya. Kemudian daun tersebut dapat dipanaskan di atas arang hingga menjadi panas. Selanjutnya dapat digunakan secara topikal pada luka. Gambaran secara detail mengenai bahan dan hasil pengolahan daun dengan pemanasan di atas arang diperlihatkan dalam gambar 15.





A. B.

Gambar 15. A. Satu lembar daun pepaya yang dipanaskan di atas arang, B. Hasil daun yang telah dipanaskan di atas arang.

### 3.6. Dihancurkan

Cara pengolahannya diawali dengan mempersiapkan 2 lembar daun pepaya yang telah dipotong-potong. Kemudian dihaluskan dengan lumping dan alu. Setelah itu dapat diekstraksi dengan satu gelas air minum untuk diminum. Gambaran secara detail mengenai ekstraksi daun pepaya ditampilkan dalam gambar 16.



A. B.

Gambar 16. A. Dua lembar daun pepaya yang telah ditumbuk halus, B. Segelas ekstrak daun pepaya untuk diminum.

### 3.7. Salad

Bagian pepaya yang dimanfaatkan untuk salad adalah pucuk daun pepaya. Cara pengolahannya diawali dengan mempersiapkan dua helai pucuk daun, dipotong-potong dan dimasukkan ke dalam piring. Kemudian ditambahkan dengan satu sendok teh garam, satu siung bawang merah yang telah dipotong-potong dan satu sendok makan minyak goreng dan dicampur hingga homogen. Bahan-bahan yang digunakan dan

hasil pengolahan salad pucuk pepaya ditampilkan dalam gambar 17.



A. B.

Gambar 17. A. Bahan-bahan yang digunakan dalam pengolahan salad pepaya, B. Hasil pengolahan salad pepaya.

### 4. Cara mengonsumsi pepaya

Masyarakat di Dili dapat mengonsumsi obat tradisional pepaya dengan cara dimakan dengan prosentase maksimum 52%, diikuti dengan cara diminum dengan proporsi sebesar 34%. Dapat juga dikonsumsi dengan cara gabungan antara dimakan dan diminum dengan prosentase 6%. Selain itu dapat digunakan untuk mandi dan topikal dengan proporsi paling rendah masing-masing 4%.

Cara konsumsi secara oral dapat diterapkan untuk pengobatan penyakit dalam, seperti: penyakit menular dan parasit, penyakit sistem pencernaan, saraf, genitourinari, pernafasan dan penyakit yang belum diklasifikasikan, seperti: demam. Cara pemakaian dengan mandi, dapat diterapkan untuk mengobati penyakit pada sistem muskuloskeletal, seperti rematik. Cara penggunaan secara topikal dapat dipakai untuk menyembuhkan luka.

Terdapat beberapa penelitian yang melaporkan tentang cara pemberian obat tradisional. Menurut Collins *et al.*, (2007), pemberian obat tradisional dapat dilakukan dengan cara diminum, mandi, topikal, tapal, dimakan, dikunyah, dilemparkan de dalam air dan penguapan. Sedangkan Birhanu *et al.*, (2015), menemukan tiga mekanisme

pemberian obat tradisional yaitu secara oral, topikal dan inhalasi.

### 5. Kuantitas mengonsumsi pepaya

Masyarakat di Dili dapat mengonsumsi obat tradisional pepaya dengan kuantitas minimal hanya sekali dalam sehari dan maksimal dapat sampai tiga kali sehari (Gambar 3).

Mengenai cara mengonsumsi obat yang hanya sekali/hari, dapat dikonsumsi hanya di pagi hari saja. Sedangkan dua kali/hari, dapat dilakukan di pagi dan malam hari. Untuk pemakaian tiga kali/hari, dapat diminum di pagi, siang dan malam hari (Drugs & Therapy Bulletin, 2007: 1).

### 6. Peranan pepaya dalam pengobatan penyakit

Pepaya memegang peranan yang penting dalam pengobatan berbagai jenis penyakit dengan jumlah pemanfaatan yang paling maksimum adalah 42% dan yang minimum adalah 2% dalam gambar 4.

Pemanfaatan yang paling maksimum ditunjukkan untuk jenis penyakit infeksi dan parasit seperti malaria. Masyarakat dapat melakukan pengobatan malaria dengan memanfaatkan daun pepaya. Hal ini disebabkan karena daun pepaya memiliki sifat anti malaria. Yang mana karakteristik anti plasmodial tersebut berkaitan erat dengan adanya senyawa kimia karpain dalam daun pepaya yang berperan untuk mematikan *Plasmodium falciparum* (Teng *et al.*, 2019: 33).

Selain malaria, penyakit sistem pencernaan adalah jenis penyakit yang disebutkan oleh masyarakat dengan tingkat pemanfaatan pepaya sebesar 16%. Penyakit-penyakit sistem pencernaan yang disebutkan oleh masyarakat adalah maag, mual-mual dan susah buang air besar, yang pengobatannya dilakukan dengan memanfaatkan buah pepaya yang sudah matang. Hal ini disebabkan karena buah pepaya yang sudah matang mengandung enzim papain dan kimopapain yang

berperanan penting dalam meningkatkan kesehatan sistem pencernaan dan memulihkan gangguan pencernaan serta gangguan pada saluran pencernaan (Palei *et al.*, 2018: 7). Selain buahnya, getah pepaya juga mengandung papain. Getah pepaya tersebut telah digunakan untuk memproduksi obat yang dapat meredakan gangguan pencernaan (Aravind *et al.*, 2013: 10).

Penyakit sistem genitourinari merupakan penyakit yang disebutkan oleh masyarakat dengan tingkat pemanfaatan 6%. Jenis penyakit yang termasuk sistem genitourinari yang disebutkan oleh masyarakat adalah batu ginjal, dengan memanfaatkan akar pepaya. Hal ini terjadi karena pepaya memiliki sifat anti-urolitik. Karakteristik anti-urolitik tersebut berkaitan erat dengan kemampuan pepaya dalam menurunkan konsentrasi kalsium, oksalat dan fosfor dalam urin (Vijayakumar *et al.*, 2013).

Sedangkan pemanfaatan pepaya dengan proporsi yang lebih rendah yaitu 4% dari masyarakat yang memanfaatkan daun pepaya untuk mengobati penyakit pada sistem osteomuskular seperti rematik. Hal ini disebabkan karena pepaya memiliki potensi anti-arthritis. Sifat anti-arthritis tersebut berhubungan dengan adanya komponen fitokimia daun yang dinamakan kaempferol (Singh *et al.*, 2022).

Masih terlihat pemanfaatan pepaya dengan proporsi yang sama yaitu 4% dari masyarakat yang memanfaatkan daun pepaya untuk menyembuhkan penyakit luka. Hal ini terjadi karena adanya kandungan getah pepaya di dalam daun. Di mana getah pepaya tersebut dapat menyembuhkan luka pada tikus *Rattus norvegicus* dengan tingkat penyembuhan maksimum 97% (Zakaria *et al.*, 2021).

Selain penyakit-penyakit yang telah disebutkan, masih terdapat beberapa jenis penyakit lain seperti sakit kepala dengan pemanfaatan pepaya sebesar 14%, demam dengan pemanfaatan pepaya sebesar 12% dan influenza dengan pemanfaatan pepaya

yang minimum yaitu 2%. Mekanisme kerja pepaya dalam menyembuhkan penyakit-penyakit tersebut belum diketahui. Dengan demikian, perlu diadakan penelitian lanjutan untuk mempelajari secara lebih detail mengenai pemanfaatan pepaya dalam menyembuhkan sakit kepala, demam dan influenza.

### **7. Waktu yang dibutuhkan untuk pulih dari sakit**

Lama waktu yang dibutuhkan agar masyarakat dapat sembuh dari penyakit yaitu paling minimal hanya dalam sehari dengan prosentase paling tinggi 70%, terutama untuk menyembuhkan penyakit malaria, demam, sakit kepala dan mual-mual.

Beberapa dari penyakit yang telah disebutkan juga dapat diobati dengan mengonsumsi pepaya selama tiga hari dengan prosentase 18%, terutama untuk penyakit malaria dan demam. Sedangkan penyakit batu ginjal dapat disembuhkan dengan mengonsumsi pepaya selama seminggu (8%). Sedangkan untuk menyembuhkan penyakit sistem pencernaan dapat memerlukan waktu yang lebih lama yaitu dikonsumsi hingga pulih (4%) (Gambar 5).

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa lama waktu yang dibutuhkan agar dapat sembuh dari penyakit adalah tergantung dari jenis penyakit yang diderita. Penyakit-penyakit seperti malaria, sakit kepala dan demam akan lebih cepat sembuh bila dibandingkan dengan penyakit batu ginjal.

### **8. Sumber pengetahuan masyarakat**

Pengetahuan masyarakat di Dili mengenai pemanfaatan pepaya secara tradisional untuk mengobati berbagai jenis penyakit, menunjukkan bahwa pengetahuan tersebut sebagian besar berasal dari nenek moyang mereka dengan tingkat prosentase paling tinggi sebesar 90% (Tabel 4). Hasil penelitian ini hampir sama seperti yang dilaporkan oleh Fahima *et al.*, (2022),

mengenai sumber pengetahuan masyarakat tentang pemanfaatan tanaman asam jawa (*Tamarindus indica* L.). Selain itu, dapat berasal dari kerabat, dokter dan dari internet. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa pengetahuan tentang pengobatan tradisional dengan memanfaatkan pepaya, dapat diperoleh dari masyarakat itu sendiri. Hal ini membuktikan kekayaan warisan budaya yang terpelihara dengan baik di wilayah ini.

### **Kesimpulan**

Masyarakat di Dili, Timor-Leste dapat memperoleh pepaya dari halaman rumah dengan prosentase paling tinggi 96%. Daun pepaya adalah bagian yang paling banyak dimanfaatkan dengan prosentase paling tinggi sebesar 84%. Cara yang paling banyak digunakan oleh masyarakat untuk pengolahan obat tradisional pepaya adalah dekoksi dengan prosentase 42% diikuti dengan cara mencampur dengan makanan sebanyak 38%. Obat tradisional pepaya dapat dikonsumsi paling banyak dengan cara dimakan sebanyak 52% dan diminum 34%. Kuantitas untuk mengonsumsi pepaya dicatat minimal satu kali dalam sehari dengan prosentase 62% hingga maksimal tiga kali/hari sebanyak 22%. Jenis penyakit yang paling banyak disembuhkan dengan pepaya adalah infeksi dan parasit oleh malaria sebesar 42%. Lama waktu yang dibutuhkan untuk dapat pulih dari penyakit dicatat minimal dalam sehari dengan prosentase 70% dan maksimal sampai sembuh dengan prosentase paling rendah 4%. Pengetahuan terkait pengobatan penyakit dengan pepaya paling banyak didapatkan dari nenek moyang masyarakat dengan prosentase paling tinggi 90%. Pengetahuan tersebut adalah penting untuk dilestarikan bagi generasi di masa yang akan datang.

## Referensi

- Ahmad, N., Fazal, H., Ayaz, M., Abbasi, B. H., Mohammad, I., & Fazal, L. (2011). Dengue fever treatment with *Carica papaya* leaves extracts. *Asian Pac J Trop Biomed*, 1(4), 330-333. doi:10.1016/S2221-1691(11)60055-5. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3614241/>
- Ambarwati, R., & Marni. (2015). Efektifitas pemberian bubuk biji pepaya (*Carica papaya*) kering sebagai antihelmintik alamiah pada anak usia sekolah darar. *The 2<sup>nd</sup> University Research Coloquium*, 355-358. ISSN: 2407-9189. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/sn12012010/article/view/1610/1662>
- Aravind, G., D. Bhowmik, D., Duravel, S., & Harish, G. (2013). Traditional and Medicinal Uses of *Carica papaya*. *Journal of Medicinal Plants Studies*, 1(1), 7-15. ISSN: 2320-3862. [https://www.plantsjournal.com/vol1Issue1/Issue\\_jan\\_2013/2.pdf](https://www.plantsjournal.com/vol1Issue1/Issue_jan_2013/2.pdf)
- Birhanu, T., Abera, D., & Ejeta, E. (2015). Ethnobotanical Study of Medicinal Plants in Selected Horro Gudurru Woredas, Western Ethiopia. *Journal of Biology, Agriculture and Healthcare*, 5(1), 83-93. ISSN: 2225-093X. <https://www.iiste.org/Journals/index.php/JBAH/article/view/19497>
- Collins, S. W. M., Martins, X., Mitchell, A., Teshome, A., & Arnason, J. T. (2007). Fataluku medicinal ethnobotany and the East Timorese military resistance. *Journal of Ethnobiology and Ethnomedicine*, 3(5), 1-10. doi: 10.1186/1746-4269-3-5. <https://ethnobiomed.biomedcentral.com/articles/10.1186/1746-4269-3-5>
- Drugs & Therapy Bulletin. (2007). Policies and Procedures Standardized dosing times. *Shands the University of Florida*, 21(10), 1-4. <https://professionals.ufhealth.org/files/2011/11/1007-drugs-therapy-bulletin.pdf>
- Fahima, S. S. N., Hayati, A., & Zayadi, H. (2022). Studi Etnobotani Tanaman Asam Jawa (*Tamarindus indica* L.) Di Desa Lebakrejo Kecamatan Purwodadi Kabupaten Pasuruan. *Berkala Ilmiah Biologi*, 13 (1): 24-33. DOI: <http://dx.doi.org/DOI10.22146/bib.v13i1.4073>. <https://jurnal.ugm.ac.id/v3/bib/article/view/4073>
- Khasanah, R., Wahidah, B. F., Hayati, N., Miswari, & Kamal, I. (2020). Etnobotani Tumbuhan Pepaya (*Carica papaya* L.) di Kecamatan Moga Kabupaten Pemalang. *Prosiding Seminar Nasional Biologi di Era Pandemi COVID-19*, 363-371. ISBN: 978-602-72245-5-1. <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/psb/>
- Kurniasari, Y. E. P., Retnoningrum, D., & Subchan, P. (2019). Pengaruh Pemberian Ekstrak dan Serbuk Daun Pepaya (*Carica papaya*) terhadap Kadar Glukosa Darah. *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, 8(1): 572-579. ISSN: 2540-8844. <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/medico/article/view/23400/0>
- Nasution, J., Riyanto, & Chandra, R. H. (2020). Kajian etnobotani Zingiberaceae sebagai bahan pengobatan tradisional etnis Batak Toba di Sumatera Utara. *Media Konservasi*, 25(1), 98-102. DOI: 10.29244/medkom.25.1.98-102. <https://journal.ipb.ac.id/index.php/konservasi/article/view/30529>
- Naureen, I., Saleem, A., Mobeen, A., Manj, N. W., Sultani, H. M. I., Saeed, S., Raheem, I., & Adnan, M. (2022). Therapeutic Potential of *Carica papaya* Leaves in Dengue Associated Thrombocytopenia. *Sch Bull*, 8(3): 79-83. [https://saudijournals.com/media/articles/SB\\_83\\_79-83.pdf](https://saudijournals.com/media/articles/SB_83_79-83.pdf)



- Palei, S., Dash, D. K., & Rout, G. R. (2018). Biology and Biotechnology of Papaya, an important fruit crop of tropics: A Review. *Vegetos An International Journal of Plant Research & Biotechnology*, 31 (4), 01-15. doi: 10.5958/2229-4473.2018.00086.1. [https://www.researchgate.net/publication/330317924\\_Biology\\_and\\_Biotechnology\\_of\\_Papaya\\_an\\_important\\_fruit\\_crop\\_of\\_tropics\\_A\\_Review](https://www.researchgate.net/publication/330317924_Biology_and_Biotechnology_of_Papaya_an_important_fruit_crop_of_tropics_A_Review)
- Rasul, M. G. (2018). Conventional Extraction Methods Use in Medicinal Plants, their Advantages and Disadvantages. *International Journal of Basic Sciences and Applied Computing (IJBSAC)*, 2(6), 10-14. ISSN: 2394-367X. <https://www.ijbsac.org/wp-content/uploads/papers/v2i6/F0082122618.pdf>
- Rupilu, B., & Watuguly, T. (2018). Studi pemanfaatan tumbuhan obat tradisional oleh masyarakat Suku Oirata pulau Kisar Kecamatan Pulau-Pulau Terselatan Kabupaten Maluku Barat Daya. *Biopendix*, 5(1), 53-64. <https://ojs3.unpatti.ac.id/index.php/biopendix/article/view/1064>
- Singh, M., Ahmed, D., Pandey, H., Yadav, R. D., Singh, S., & Mishra, S. B. (2022). Assessment of antiarthritic potential of *Carica papaya* L. leaves extract and fraction: histopathological analysis. *Journal of Pharmaceutical Negative Results*, 13(5), 269-277. DOI: 10.47750/pnr.2022.13.S05.38. <https://www.pnrjournal.com/index.php/home/article/view/1936>
- Teng, W.C., Chan, W., Suwanarusk, R., Ong, A., Ho, H.K., Russell, B., Rénia, L., & Koh, H. L. (2019). *In vitro* Antimalarial Evaluations and Cytotoxicity Investigations of *Carica papaya* Leaves and Carpaine. *Natural Product Communications*, 14 (1), 33-36. <https://www.deepdyve.com/lp/sage/in-vitro-antimalarial-evaluations-and-cytotoxicity-investigations-of-Wn2qeJg32g?key=sage>
- Vijayakumar, S., Velmurugan, C., Kumar, P. R. L., & Shajahan, S. K. (2013). Anti-uro lithiatic activity of methanolic extract of roots of “*Carica papaya*” Linn in ethylene glycol induced urolithiatic rats. *World Journal of Pharmaceutical Research*, 2(6), 2816-2826. ISSN: 2277-7105. [https://www.researchgate.net/publication/312760756\\_Anti-uro lithiatic\\_activity\\_of\\_methanolic\\_extract\\_of\\_roots\\_of\\_Carica\\_papaya\\_Linn\\_in\\_ethylene\\_glycol\\_induced\\_urolithiatic\\_rats](https://www.researchgate.net/publication/312760756_Anti-uro lithiatic_activity_of_methanolic_extract_of_roots_of_Carica_papaya_Linn_in_ethylene_glycol_induced_urolithiatic_rats)
- World Health Organization. (2015). International Statistical classification of diseases and related health problems, 10<sup>th</sup> revision, (5<sup>th</sup> ed.). World Health Organization, 1-1075. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/246208>
- Zakaria, A., Erviani, A. E., & Soekendarsi, E. (2021). Uji potensi getah pepaya *Carica papaya* terhadap kecepatan penyembuhan luka bakar kulit tikus *Rattus norvegicus*. *Jurnal Ilmu Alam dan Lingkungan*, 12 (2), 40-46. P ISSN: 2086 – 4604. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jai2/article/view/17581>