

Saus Cocolan Pepaya Sehat sebagai Inovasi Pangan bagi Masyarakat di Kampung Wisata Rheepong Muaif, Kabupaten Jayapura

Henderina J. Keiluhu¹, Gerardinalia Ngamelubun^{2,*}, Evie L. Warikar¹, Jeirel Wattilete², Raini Panjaitan², Yelsi Y. Palebangan¹, Seramina R.T. Sawegu¹

¹Program Studi Biologi, FMIPA Universitas Cenderawasih, Jayapura Papua

²Program Studi Teknologi Pangan, FMIPA Universitas Cenderawasih, Jayapura Papua

*) Korespondensi:

Program Studi Teknologi Pangan
FMIPA, Universitas Cenderawasih
Jayapura. Jl. Raya Sentani -
Abepura, Kampus Uncen Jayapura
99333. Papua. Email:
g.ngamelubun@fmipa.uncen.ac.id

Diterima: 25 September 2025

Disetujui: 10 November 2025

Dipublikasi: 1 Desember 2025

Sitasi:

Keiluhu, H.J., Ngamelubun, G., Warikar, E.L., Jeirel Wattilete, Raini Panjaitan, Palebangan, Y.Y., Sawegu, S.R.T. 2025. Saus Cocolan Pepaya Sehat sebagai Inovasi Pangan bagi Masyarakat di Kampung Wisata Rheepong Muaif, Kabupaten Jayapura. *Bakti Hayati, Jurnal Pengabdian Indonesia*. 4(2): 52–57.

Abstract

Papaya (*Carica papaya* L.) is a fruit with high nutritional value and significant potential to be developed into various processed food products. However, its utilization in the communities remains limited as papaya is generally consumed fresh or processed into simple dishes such as juice and vegetables. This community service activity aimed to increase public knowledge and skills in diversifying papaya-based food products by introducing the processing of papaya into a healthy dipping sauce that is free from artificial sweeteners and preservatives. The activity also sought to increase awareness of the economic potential of papaya-based processed products. It was conducted on August 9, 2025, in collaboration with the local community of Rheepong Muaif Tourism Village, at the kitchen pavilion of Isyo Hills Bird Watching Campsite. A total of 13 participants were involved, consisting of 8 youths, 3 middle-aged adults, and 2 elderly individuals. The implementation methods included socialization, hands-on training, and direct assistance in the preparation. The training utilized simple methods, common kitchen tools, and easily accessible ingredients. The results showed that participants were able to produce a spicy and healthy papaya-based dipping sauce that can be consumed with various snacks, such as boiled sweet potatoes, boiled bananas, fried bananas, and french fries. The product demonstrates potential economic value due to its affordability, health benefits, and marketability. Overall, the activity was well received, with participant satisfaction rates of 100%, indicating a positive response, successful implementation, and benefit to the community.

Key words: dipping sauce; food diversification; jayapura; Rheepong Muaif

PENDAHULUAN

Pepaya (*Carica papaya* L.) merupakan salah satu tumbuhan yang memiliki nutrisi yang tinggi. Akar, daun, kulit, getah, bunga, buah,

dan biji pepaya memiliki banyak nutrisi, baik nutrisi makro maupun nutrisi mikro. Di dalam 100 gram buah pepaya segar terdapat sekitar 41,4 kcal energi; 0,6 g protein dan 0,8 g serat; serta 10,98 g karbohidrat. Selain itu, 100 g buah

pepaya segar juga mengandung sekitar 55 dan 2,9 mikrogram vitamin A dan vitamin K; 55 mikrogram asam folat; 5,3 mg vitamin E, 108 miligram vitamin C; 24 mg kalsium dan sodium; 257 mg potassium, 33 mg magnesium, 9 mg fosfor, dan beberapa mikronutrien lainnya (Ali dkk., 2011).

Pepaya memiliki khasiat yang baik bagi tubuh. Buah ini membantu pencernaan, mengurangi radang, serta mendukung fungsi kardiovaskular, dan imun. Selain itu, pepaya juga membantu dalam detoksifikasi, mengaktifkan metabolisme, membaharui sel tubuh, memelihara homeostasis tubuh (Dotto & Abihudi, 2021), berperan dalam memperlancar proses laktasi pada ibu yang menyusui (Sebayang, 2020; Mulyati, 2021) dan berpotensi sebagai obat anti kanker (Ulfa dkk., 2019). Buah pepaya juga dimanfaatkan untuk meningkatkan nafsu makan pada anak (Fatmawati dkk., 2023). Buah pepaya memiliki rasa yang enak dan harga yang terjangkau. Buah ini umumnya dikonsumsi secara langsung, dibuat sebagai jus, smoothie, rujak, maupun dijadikan sebagai sayur. Buah pepaya juga dapat dijadikan sebagai olahan, seperti sup, kue, abon, jeli, permen, acar, tepung, kapsul, selai, dendeng buah, kerupuk dan keripik pepaya, serta manisan (Ramli & Hamzah, 2017; Tan dkk., 2020; Luumula dkk., 2021; Munawaroh & Islam, 2021; Feni dkk., 2022; Huda dkk., 2022; Luh dkk., 2022; Oktavia dkk., 2023; Sari dkk., 2023; Keiluhu dkk., 2025). Selain itu, masih banyak variasi buah pepaya yang dapat dilakukan, misalnya dengan mengolahnya menjadi saus pepaya yang bebas dari bahan pengawet buatan (Hazimah dkk., 2019).

Masyarakat lokal di Rheepong Muaif memiliki pohon pepaya di sekitar area rumah mereka, namun pemanfaatannya masih terbatas dan secara umum hanya untuk dikonsumsi secara langsung. Kondisi ini menunjukkan bahwa potensi pepaya sebagai bahan lokal belum dimanfaatkan secara optimal dalam bentuk variasi olahan yang bernilai tambah. Oleh karena itu, kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini penting untuk dilakukan karena menjadi sarana transfer pengetahuan dan teknologi sederhana untuk

mengoptimalkan pemanfaatan pepaya menjadi produk saus cocolan yang sehat tanpa tambahan pemanis dan pengawet buatan. Produk ini tidak hanya dapat dikonsumsi oleh masing-masing keluarga, tetapi juga berpotensi mendukung ekonomi rumah tangga. Tujuan kegiatan ini adalah melatih masyarakat dalam pembuatan saus cocolan sehat berbahan dasar pepaya. Melalui kegiatan ini, masyarakat diharapkan memperoleh pengetahuan dan keterampilan dalam memproduksi saus cocolan sehat secara mandiri serta mengembangkannya sebagai usaha skala rumah tangga dengan harga yang terjangkau.

METODE KEGIATAN

Waktu dan Tempat Kegiatan

Kegiatan pembuatan saus sehat berbahan dasar pepaya dilaksanakan pada 9 Agustus 2025 di Campsite Wisata Isyo Hills, Rheepong Muaif, Kecamatan Nimbokrang, Kabupaten Jayapura, dengan jumlah peserta 13 orang masyarakat lokal.

Metode Pelaksanaan

Pelatihan menggunakan dua metode, yaitu sosialisasi dan praktik. Di dalam sosialisasi, pemateri memberikan informasi terkait nutrisi pepaya dan produk-produk turunan pepaya. Pada sesi praktik, peserta membuat saus pepaya secara mandiri, sesuai dengan buku resep yang dibagikan.

Evaluasi Kegiatan

Pada akhir kegiatan, peserta diminta untuk mengisi kuisioner tentang kepuasan mengikuti kegiatan pembuatan saus sehat tersebut. Data diolah lalu ditampilkan dalam bentuk grafik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peserta pelatihan terdiri atas 13 orang yang meliputi 8 orang kaum muda, 3 orang paruh baya, dan 2 orang lansia. Peserta memiliki tingkat pendidikan yang beragam. Sebagian besar peserta memiliki tingkat pendidikan

SMA/SMK, yaitu sebesar 46%, sedangkan peserta dengan tingkat pendidikan SMP merupakan kelompok yang paling sedikit, yaitu 8%. Sementara itu, peserta dengan tingkat pendidikan SD dan Sarjana (S1) masing-masing berjumlah 23%.



Gambar 1. Pelaksanaan pemaparan materi dan praktik.

Peserta tidak hanya diberikan materi teori mengenai pemanfaatan buah pepaya, tetapi juga dilibatkan secara langsung dalam praktik pembuatan produk olahan pepaya (Gambar 1). Selama kegiatan berlangsung, para peserta menunjukkan antusiasme dan partisipasi aktif yang ditunjukkan dengan aktif bertanya dan keterlibatan langsung dalam setiap tahapan proses produksi saus cocolan sehat. Keterlibatan peserta dalam praktik pembuatan saus cocolan sehat berbahan dasar pepaya menunjukkan minat yang tinggi terhadap materi yang diberikan. Produk saus cocolan yang dihasilkan (Gambar 2) langsung dicicipi oleh para peserta dan digunakan sebagai saus celup untuk gorengan dan snack yang telah disediakan. Saus yang dihasilkan memiliki cita rasa manis dengan sensasi pedis ringan yang berasal dari penggunaan cabai. Tingkat kepedisan saus dapat disesuaikan dengan menambahkan cabai sesuai keinginan. Saus cocolan juga memiliki aroma harum yang dihasilkan dari pepaya, bawang merah, bawang putih, dan cabai, yang memiliki daya tarik sensorik (Sasmita, dkk., 2025).



Gambar 2. Produk Saus sehat berbahan dasar pepaya.

Saus cocolan sehat berbahan dasar pepaya ini mampu meningkatkan nilai tambah pepaya yang selama ini mudah ditemukan di sekitar masyarakat. Dengan adanya pengolahan ini, pepaya tidak hanya dijual dalam bentuk segar atau dibiarkan membusuk, tetapi dapat diolah menjadi produk pangan yang sehat, yang dapat dikonsumsi oleh berbagai kalangan. Produk saus yang dihasilkan juga berpotensi untuk dikembangkan menjadi sumber pendapatan (Hazimah dkk., 2019). Untuk mendukung aspek pemasaran, hasil olahan dapat dikemas dengan baik, misalnya menggunakan toples kaca yang dilengkapi dengan label produk. Contoh desain stiker label saus cocolan disiapkan, dibagikan kepada para peserta, dan diaplikasikan langsung pada kemasan produk (Gambar 4). Wadah yang digunakan berbahan kaca karena lebih kuat dan tahan terhadap panas (Aminah dkk., 2021). Selain itu, kaca juga bersifat inert (tidak bereaksi) terhadap produk pangan yang dikemas sehingga menjaga kualitas dan rasa produk (Lestari dkk., 2025). Toples kaca yang digunakan berwarna bening sehingga dapat memperlihatkan warna saus cocolan.

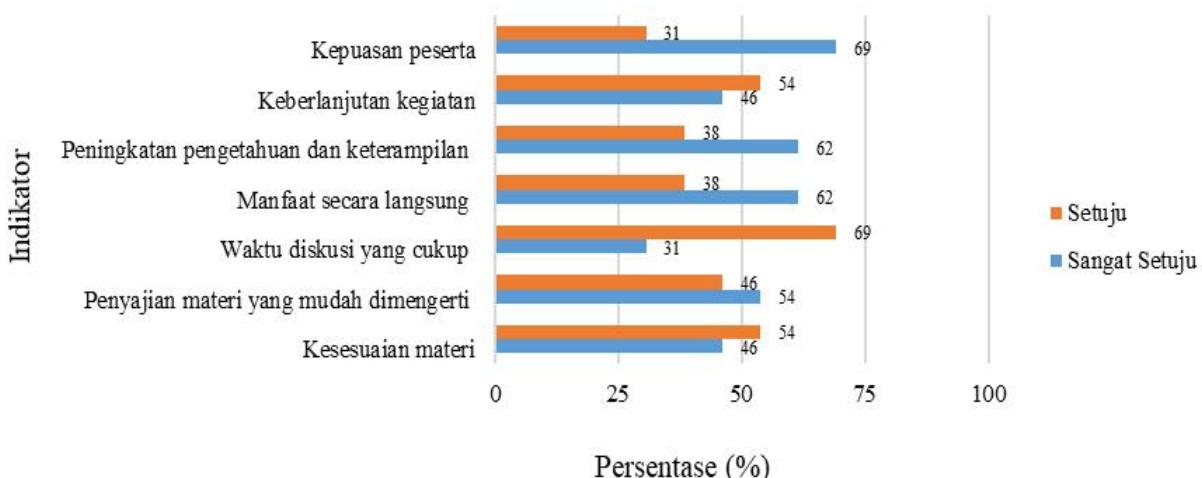
Hasil evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan respons yang sangat positif dari para peserta. Hal ini ditunjukkan oleh dominasi kategori “sangat stuju” dan “setuju” pada tujuh indikator evaluasi kegiatan (Gambar 3). Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan pengabdian telah berjalan sesuai dengan kebutuhan dan harapan peserta. Indikator kepuasan peserta memperoleh nilai yang tinggi, menunjukkan

bawa secara umum peserta merasa puas terhadap pelaksanaan kegiatan, baik dari sisi materi, metode penyampaian, praktik, maupun interaksi yang terjalin selama kegiatan berlangsung.

Indikator peningkatan pengetahuan dan keterampilan dan manfaat secara langsung menunjukkan hasil yang tinggi. Hal ini mengindikasikan bahwa materi dan aktivitas yang diberikan mampu meningkatkan kapasitas peserta dan memberikan manfaat yang dapat dirasakan secara langsung. Dengan demikian, kegiatan pengabdian ini tidak hanya bersifat informatif, tetapi juga aplikatif dan dapat berkontribusi dalam memecahkan masalah yang dihadapi. Pada indikator penyajian materi yang mudah dimengerti dan kesesuaian materi, semua peserta memberikan tanggapan yang positif. Ini menunjukkan bahwa materi disusun secara sistematis, disesuaikan dengan kebutuhan peserta, dan disampaikan dengan baik sehingga mudah dimengerti. Indikator waktu diskusi yang cukup memperoleh respons yang positif, tetapi nilainya relatif lebih rendah dibandingkan indikator lainnya. Ini menunjukkan bahwa peserta masih mengharapkan waktu diskusi yang lebih panjang untuk memperdalam pemahaman dan membahas produk olahan. Nilai ini menjadi bahan evaluasi untuk perbaikan pelaksanaan kegiatan pengabdian di masa mendatang.

Indikator keberlanjutan kegiatan menunjukkan harapan peserta agar kegiatan serupa dapat dilaksanakan kembali. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pengabdian saos cocolan sehat ini relevan dan bermanfaat, serta memiliki potensi untuk dikembangkan secara berkelanjutan untuk memberikan dampak yang lebih luas bagi masyarakat. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan ini memberikan kontribusi positif dalam peningkatan pengetahuan dan kepuasan peserta, serta memiliki potensi keberlanjutan yang baik, dengan beberapa perbaikan pada teknis pelaksanaan.

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat menunjukkan bahwa inovasi saus cocolan sehat berbahan dasar pepaya dapat diterima dengan baik oleh masyarakat. Keaktifan peserta selama proses pelatihan bersama tim pengabdian (Gambar 6), produk olahan yang dihasilkan (Gambar 4), serta tanggapan positif pada evaluasi kegiatan (Gambar 5) menunjukkan bahwa proses transfer pengetahuan dan keterampilan berlangsung secara efektif. Kegiatan ini tidak hanya meningkatkan kapasitas peserta dalam mengolah pepaya menjadi produk bernilai tambah, tetapi juga membuka peluang pengembangan usaha berbasis pangan lokal yang berpotensi mendukung peningkatan kesejahteraan ekonomi dan kesehatan



Gambar 3. Grafik persentase evaluasi peserta terhadap pelatihan.

masyarakat secara berkelanjutan.



Gambar 4. Suasana foto bersama peserta usai kegiatan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa pelatihan pembuatan saus cocolan sehat berbahan dasar pepaya di Rheepong Muaif terlaksana dengan baik dan mencapai tujuan yang ditetapkan. Kegiatan ini meningkatkan pengetahuan dan keterampilan peserta dalam mengolah pepaya menjadi produk pangan bernilai tambah dan berpotensi untuk dikembangkan sebagai usaha skala rumah tangga. Respons positif peserta menunjukkan bahwa inovasi pemanfaatan pepaya sebagai pangan lokal sehat dapat diterima dan dikembangkan secara berkelanjutan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Ketua LPPM Universitas Cenderawasih Jayapura yang telah memberikan kesempatan kepada kami untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dibiayai oleh PNBP LPPM Universitas Cenderawasih dengan Surat Perjanjian Kerja Pengabdian No.105/UN20.2.1/Am/2025.
2. Sdri. Alexandra Wasimon, S.Si., selaku pengelola penginapan Isyo Hills Bird Watching di Kampung Wisata Rheepong Muaif yang telah membantu mengkoordinasi dan mengumpulkan peserta pelatihan.
3. Ibu Elizabeth Wouw, S.Sos. selaku pengelola dan pemilik Campsite Isyo Hills Bird Watching di Kampung Wisata Rheepong Muaif atas ijin penggunaan dapur campsite sebagai tempat pelatihan kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., W. Hersoelistyorini, dan Nurrahman. 2021. Pengenalan teknologi sederhana pengolahan saus berbasis pangan lokal pada anggota ‘Aisyiyah Kota Semarang. *Jurnal Surya Masyarakat*. 3(2): 115-122. DOI: 10.26714/jsm.3.2.2021.115-122.
- Ali, A., S. Devarajan, M.I. Waly, M.M. Essa, dan M.S. Rahman. 2011. Nutritional and medicinal values of papaya (*Carica papaya* L.), *Dalam: Natural products and their active compounds on disease prevention*. Penerbit: Nova Science Publishers, Inc.
- Dotto, J.M., dan S.A. Abihudi. 2021. Nutraceutical value of *Carica papaya*: a review. *Scientific African*. 13: 1-15. DOI: 10.1016/j.sciaf.2021.e00933.
- Fatmawati, N., Y. Zulfiana, I. Setyawati, dan S. Handayani. 2023. Edukasi pemanfaatan buah pepaya (*Carica papaya* L.) terhadap nafsu makan anak sebagai upaya pencegahan stunting. *ADMA Jurnal Pengabdian Pemberdayaan Masyarakat*. 4(1): 25-30. DOI: 10.30812/adma.v4i1.2827.
- Feni, R., S. Mardianti, E. Marwan, J. Yawahar, dan F. Ningsih. 2022. Pemanfaatan buah pepaya sebagai manisan di Desa Niur Kecamatan Sukaraja, Kabupaten Seluma. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*. 2(5): 641-647. DOI: 10.52436/1.jpmi.809.
- Hazimah, W. Sugianto, dan A.T. Nurlinda. 2019. Peningkatan nilai guna pepaya menjadi saus pepaya di Perumahan Patam Indah Patam lestari Sekupang. *Jurnal Pengabdian Barelang*. 2(1): 1-7.
- Huda, N., Jaenab, S. Ernawati, A. Pratiwi, dan N.N. Rahmatia. 2022. Pemberdayaan masyarakat melalui pengembangan soft skill “pembuatan abon pepaya” dalam upaya

- peningkatan pendapatan keluarga di Lingkungan Songgela Kelurahan Ule Kota Bima. *PRIMA: Portal Riset dan Inovasi Pengabdian Masyarakat.* 1(3): 13-20. DOI: 10.55047/prima.v1i3.185.
- Keiluhu, H.J., D.Z.K. Wambrauw, Farmawaty, G. Ngamelubun, A.S. Pallo, dan R. Alatubir. 2025. Pelatihan pembuatan permen jelly pepaya (*Carica papaya*) bagi ibu-ibu anggota PW Jemaat GKJ Getsemani Kotaraja. *Bhakti Hayati, Jurnal Pengabdian Indonesia.* 9(1): 42-46.
- Lestari, S.D., S. Nurmiah, I. Juwita, A. Aprilia, Mariani, I. Muhtar, Faridah, C.F. Putri, Z.D. Mustaka, Z.H. Zen, Jufrinaldi, dan B.A. Tartillah. 2025. Teknologi Pengemasan. Lingkar Edukasi Indonesia. Padang.
- Lumula, I., A. Engelen, dan N. Nurhafnita. 2021. Pembuatan selai berbahan dasar pepaya super Thailand (*Carica papaya* L.). *Journal of Agritech Science.* 5(2): 92–104. DOI: 10.30869/jasc.v5i02.794.
- Mulyati, M. 2021. Pemanfaatan buah pepaya oleh masyarakat Baduy dalam memperlancar proses laktasi. *Journal of Natural Sciences.* 2(1): 18-25. DOI: 10.34007/jonas.v2i1.30.
- Munawaroh, A.A., dan A.F. Islam. 2021. Pemanfaatan buah papaya sebagai keripik papaya. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat.* 3(2): 29-34. DOI: 10.32682/jpmas.v3i2.2203.
- Oktavia, N., T. Tamrin, W. Rahmawati, dan S. Kuncoro. 2023. Mempelajari pembuatan tepung dari buah pepaya sebagai bahan baku makanan. *Journal Agricultural Biosystem Engineering.* 2(3): 393. DOI: 10.23960/jabe.v2i3.8038.
- Ramli, R., dan F. Hamzah. 2017. Pemanfaatan buah pepaya (*Carica papaya* L.) dan tomat (*Lycopersicum esculentum* Mill.) dalam pembuatan fruit leather. *JOM Faperta.* 4(1): 1-9.
- Sari, L.A., F. Oktafiani, W.R. Maisyaroh, dan W. Purwasih. 2023. Pemanfaatan buah papaya menjadi manisan guna meningkatkan nilai jual buah pepaya di Desa Karanganyar, Kecamatann Patikraja. *Prosiding Kampelmas.* 2(2): 751-763.
- Sasmita, M. E.N. Taib, Mulyadi, Zuraidah, dan E. Agustina. 2025. Uji organoleptik terhadap perbandingan pepaya (*Carica papaya* L.) dan wortel (*Daucus carota* L.) dalam pembuatan saus. *Jurnal Riset Rumpun Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.* 4(2): 89-104. DOI: 10.55606/jurrimipa.v4i2.6188.
- Sebayang, W.B.R. 2020. Pengaruh konsumsi buah pepaya (*Carica papaya* L.) terhadap peningkatan produksi ASI. *Jurnal Ilmiah Kebidanan.* 6(1): 13-16.
- Tan, C.X., S.T. Tan, dan S.S Tan. 2020. An overview of papaya seed oil extraction methods. *International Journal of Food Science and Technology.* 55(4): 1506-1514. DOI: 10.1111/ijfs.14431.
- Ulfa N.M., G.G. Kusumo, dan I.M. Zulfa. 2019. Analisis uji pendahuluan aktivitas antikanker ekstrak biji buah pepaya (*Carica papaya* L) dengan metode BSLT. *Journal of Pharmacy and Science.* 4(1): 7-10.