

SKRIPSI

**VARIASI PENAMBAHAN YOGHURT PADA PUDING UBI
UNGU DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT
ORGANOLEPTIK, DAN AKTIVITAS ANTIOKSIDAN**



**REIZA DWI YUNIAR
P07131222046**

**PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**VARIASI PENAMBAHAN YOGHURT PADA PUDING UBI
UNGU DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT
ORGANOLEPTIK, DAN AKTIVITAS ANTIOKSIDAN**

Diajukan sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar
Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika



REIZA DWI YUNIAR
P07131222046

PRODI GIZI DAN DIETETIKA PROGRAM SARJANA TERAPAN
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi

“Variasi Penambahan Yoghurt pada Puding Ubi Ungu Ditinjau dari Sifat Fisik,
Sifat Organoleptik, dan Aktivitas Antioksidan”

“Variations in Yoghurt Addition to Purple Sweet Potato Pudding in Terms of
Physical Properties, Organoleptic Properties, and Antioxidant Activity”

Disusun oleh:

REIZA DWI YUNIAR

P07131222046

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal:

..... 7 Agustus 2026

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping



Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003



Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Ketua Jurusan Gizi



Nur Hidayat, SKM, M. Kes.
NIP. 196804021992031003

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

“VARIASI PENAMBAHAN YOGHURT PADA PUDING UBI UNGU
DITINJAU DARI SIFAT FISIK, SIFAT ORGANOLEPTIK, DAN AKTIVITAS
ANTIOKSIDAN”

Disusun oleh:
REIZA DWI YUNIAR
P07131222046

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Pada Tanggal: 30 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,
Dr. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes
NIP. 197403061998031002

(.....)

Anggota,
Nur Hidayat, SKM, M. Kes
NIP. 196804021992031003

(.....)

Anggota,
Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH
NIP. 196701141991032001

(.....)

Yogyakarta, 7 Agustus 2026

Ketua Jurusan Gizi



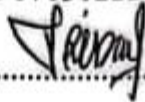
Nur Hidayat, SKM.M.Kes.
NIP.196804021992031003

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Reiza Dwi Yuniar

NIM : P07131222046

Tanda Tangan : 

Tanggal : 7 Agustus 2026

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Poltekkes kemenkes Yogyakarta , saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Reiza Dwi Yuniar
NIM : P07131222046
Program Studi : Gizi dan Dietetika Program Sarjana Terapan
Jurusan : Gizi

demikian pembangunan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty- Free Right*)** atas Skripsi saya berjudul:

Variasi Penambahan Yoghurt pada Puding Ubi Ungu Ditinjau dari Sifat Fisik, Sifat Organoleptik, dan Aktivitas Antioksidan

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya,

Dibuat di : Yogyakarta
Pada tanggal : 7 Agustus 2021
Yang menyatakan


(Reiza Dwi Yuniar)

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes., selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
2. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku Ketua Jurusan Gizi
3. Bapak Dr. Waluyo, STP, M.Kes., selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika
4. Bapak Nur Hidayat, SKM, M.Kes., selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat, dan masukan dalam penyelesaian skripsi
5. Nugraheni Tri Lestari, SKM, MPH., selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan, arahan, nasehat, dan masukan dalam penyelesaian skripsi
6. Bapak Dr. Agus Wijanarka, S.Si.T, M.Kes., selaku penguji yang telah memberikan masukan dalam penyelesaian skripsi
7. Orang tua dan keluarga saya yang telah memberikan doa serta dukungan material dan moral
8. Teman-teman saya yang telah mendukung, memberikan semangat, dan membantu dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini

Akhir kata, penulis menyadari bahwa skripsi ini masih terdapat kekurangan, maka dari itu saran dan masukan penulis harapkan demi kesempurnaan skripsi ini.

Yogyakarta, 2026
Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
ABSTRACT.....	xiii
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian.....	6
F. Keaslian Penelitian.....	7
G. Produk yang Dihasilkan	9
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 10
A. Telaah Pustaka.....	10
B. Kerangka Teori.....	22
C. Kerangka Konsep.....	23
D. Hipotesis Penelitian	23
 BAB III METODE PENELITIAN	 24
A. Jenis dan Desain Penelitian	24
B. Rancangan Penelitian	24
C. Waktu dan Tempat	25
D. Variabel Penelitian.....	26
E. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data.....	27

G. Instrument dan Bahan Penelitian	28
H. Prosedur Penelitian	33
I. Manajemen Data	36
J. Etika Penelitian	38
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	39
A. Hasil	39
B. Pembahasan	50
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	66
A. Simpulan	66
B. Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Produk Yang Dihasilkan	9
Tabel 2.	Kandungan Gizi Ubi Jalar Ungu	12
Tabel 3	Rancangan Percobaan.....	24
Tabel 4	Alat Percobaan.....	28
Tabel 5	Bahan Percobaan	31
Tabel 6.	Komposisi Bahan.....	32
Tabel 7.	Hasil Uji Sifat Fisik Puding.....	41
Tabel 8.	Hasil Analisis Tekstur	41
Tabel 9.	Hasil Analisis Uji Organoleptik.....	42
Tabel 10.	Hasil Analisis Aktivitas Antioksidan	48
Tabel 11.	Nilai Gizi Puding	49
Tabel 12.	Hasil Analisis dengan Metode De Garmo	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Ubi Jalar Ungu	10
Gambar 2. Yoghurt.....	13
Gambar 3. Puding.....	18
Gambar 4. Kerangka Teori	22
Gambar 5. Kerangka Konsep	23
Gambar 6. Diagram Alir Proses Pembuatan Puding Ubi Ungu Yoghurt	33
Gambar 7. Produk Puding yang Dihasilkan.....	40
Gambar 8. Hasil Uji Tingkat Kesukaan Terhadap Warna	43
Gambar 9. Hasil Uji Tingkat Kesukaan Terhadap Aroma.....	44
Gambar 10. Hasil Uji Tingkat Kesukaan Terhadap Rasa.....	45
Gambar 11. Hasil Uji Tingkat Kesukaan Terhadap Tekstur.....	46
Gambar 12. Spiderweb Uji Organoleptik.....	47

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Form PSP (Penjelasan Sebelum Penelitian)	74
Lampiran 2.	Informed Consent	75
Lampiran 3.	Formulir Uji Hedonik	76
Lampiran 4.	Anggaran Penelitian	77
Lampiran 5.	Ethical Clearance	78
Lampiran 6.	Hasil Uji Tekstur	79
Lampiran 7.	Hasil Analisa Aktivitas Antioksidan DPPH	80
Lampiran 8.	Rekapitulasi Sifat Organoleptik	81
Lampiran 9.	Hasil Uji Statistik Sifat Fisik	84
Lampiran 10.	Hasil Uji Statistik Sifat Organoleptik	85
Lampiran 11.	Hasil Uji Statistik Aktivitas Antioksidan DPPH	89
Lampiran 12.	Daftar Hadir Panelis	90
Lampiran 13.	Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian	91