

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juni 2024
Rosidah Nur
061201018

**ANALISIS TINGKAT KEASAMAN DAN KANDUNGAN GIZI SOYGHURT
DENGAN PENAMBAHAN SARI BUAH NAGA MERAH (*Hylocereus
polyrhizus*)**

ABSTRAK

Latar Belakang : *Soyghurt* merupakan minuman fermentasi berbahan dasar susu kedelai yang aman dikonsumsi untuk anti hiperkolesterolemia. *Soyghurt* dapat memenuhi kebutuhan protein bagi masyarakat yang tidak bisa mengonsumsi susu hewani. Penambahan sari buah naga merah dapat meningkatkan daya terima dan kandungan gizinya. Untuk mengetahui sifat *soyghurt* yang asam perlu dilakukan uji keasaman dengan mengetahui pHnya, karena jika terlalu asam tidak baik untuk kesehatan lambung.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keasaman dan kandungan gizi *soyghurt* buah naga merah.

Metode : Jenis penelitian yang digunakan yaitu desain eksperimental dan dilakukan uji keasaman serta uji analisis kandungan gizi berupa energi, protein, lemak dan karbohidrat.

Hasil : pH *soyghurt* buah naga merah di suhu ruang yaitu 3,85-0,98 selama 72 jam penyimpanan, sedangkan pH pada *soyghurt* buah naga merah di penyimpanan lemari es yaitu 3,85 – 4,46 selama 72 jam penyimpanan. Kandungan gizi *soyghurt* buah naga merah per 100 ml yaitu 49,66 kkal, protein 4,35 gram, lemak 2,15 gram dan karbohidrat 3,22 gram.

Simpulan : *Soyghurt* buah naga merah pada penyimpanan di suhu ruang memiliki nilai pH lebih rendah atau lebih asam dari penyimpanan di lemari es. *Soyghurt* buah naga merah mengandung rendah energi, tinggi protein dan rendah lemak.

Kata Kunci : *Soyghurt*, susu kedelai, buah naga merah, tingkat keasaman.

Universitas Ngudi Waluyo

Study Program of Nutrition, Faculty of Health

Skripsi, Juni 2024

Rosidah Nur

061201018

AN ANALYSIS OF ACIDITY LEVEL AND NUTRITIONAL CONTENT OF SOYGURT WITH THE ADDITION OF RED DRAGON (*Hylocereus polyrhizus*) JUICE

ABSTRACT

Background: Soyghurt is a fermented drink made from soy milk that is safe to consume for anti-hypercholesterolemia. Soyghurt can fulfill the protein needs of people who cannot consume animal milk. The addition of red dragon fruit juice can increase its acceptability and nutritional content. To understand the acidic nature of soy milk, it is necessary to test its acidity by measuring the pH, as excessive acidity is not beneficial for stomach health.

Objectives: This study aims to determine the acidity level and nutritional content of red dragon fruit soyghurt.

Method: The type of research used was an experimental design, with acidity tests and nutritional content analysis tests conducted to measure energy, protein, fat, and carbohydrate levels.

Results: The pH of red dragon fruit soyghurt at room temperature was 3.85-0.98 over 72 hours of storage, while the pH of red dragon fruit soyghurt in refrigerator storage was 3.85 – 4.46 over the same period. The nutritional content of red dragon fruit soyghurt per 100 ml is 49.66 kcal, 4.35 grams of protein, 2.15 grams of fat and 3.22 grams of carbohydrates.

Conclusions: Red dragon fruit soyghurt, when stored at room temperature, has a lower pH value, or is more acidic than when stored in the refrigerator. Red dragon fruit soyghurt contains low energy, high protein, and low fat.

Keywords: Soyghurt, soy milk, red dragon fruit, acidity level