



PENGEMBANGAN PUDING OKRA UNGU MENGGUNAKAN LEMAK NABATI SEBAGAI MAKANAN SELINGAN BAGI VEGAN

NIRVANI IRMALASARI IANI PUTRI



**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Pengembangan Puding Okra Ungu Menggunakan Lemak Nabati Sebagai Makanan Selingan Bagi Vegan” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Nirvani Irmalasari Riani Putri
I1401201103



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

NIRVANI IRMALASARI RIANI PUTRI. Pengembangan Puding Okra Ungu Menggunakan Lemak Nabati sebagai Makanan Selingan Bagi Vegan. Dibimbing oleh ZURAIDAH NASUTION dan EVY DAMAYANTHI.

Okra ungu (*Abelmoschus esculentus*) memiliki potensi sebagai pangan fungsional karena mengandung antioksidan, serat, dan senyawa bioaktif. Penggunaan susu hewani pada puding membatasi konsumsi bagi vegetarian dan penderita intoleransi laktosa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh variasi konsentrasi agar dan krim nabati terhadap karakteristik fisik, kimia, dan sensori puding okra ungu. Penelitian menggunakan Rancangan Acak Lengkap dengan beberapa formulasi. Parameter yang diamati meliputi warna, tekstur, proksimat, dan uji sensori hedonik serta mutu hedonik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peningkatan konsentrasi agar meningkatkan kekuatan gel dan menghasilkan tekstur lebih padat. Formulasi F3 dengan penambahan agar 1,2% dan krim 8% merupakan formulasi terbaik karena memiliki karakteristik fisik yang lebih baik dan memperoleh nilai rata-rata tertinggi pada uji hedonik untuk rasa, warna, aroma, tekstur, aftertaste, dan penilaian keseluruhan. Hasil analisis proksimat menunjukkan adanya perbedaan kadar air, protein, lemak, dan karbohidrat antar formulasi. Seluruh formulasi dapat diterima oleh panelis. Disarankan untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai daya simpan, analisis senyawa bioaktif, dan uji penerimaan konsumen yang lebih luas.

Kata kunci: agar, formulasi terbaik, okra ungu, puding, sensori

ABSTRACT

NIRVANI IRMALASARI RIANI PUTRI. Development of Purple Okra Pudding Using Plant-Based Fat as a Snack for Vegans. Supervised by ZURAIDAH NASUTION and EVY DAMAYANTHI.

Diabetes mellitus is a disease characterized by elevated blood glucose levels that purple okra (*Abelmoschus esculentus*) has potential as a functional food due to its antioxidant, fiber, and bioactive compounds content. The use of animal milk in pudding limits consumption for vegans and lactose intolerant individuals. This study aimed to determine the effect of variations in agar and vegetable creamer concentrations on the physical, chemical, and sensory characteristics of purple okra pudding. The research used a Completely Randomized Design with several formulations. Parameters observed included color, texture, proximate analysis, and hedonic and quality hedonic sensory tests. The results showed that increasing agar concentration increased gel strength and produced a denser texture. Formulation F3 with 1.2% agar and 8% creamer was the best formulation because it had better physical characteristics and obtained the highest average scores in the hedonic test for taste, color, aroma, texture, aftertaste, and overall acceptance. Proximate analysis results showed differences in moisture, protein, fat, and carbohydrate content among formulations. All formulations were acceptable to panelists. Further

research is suggested on shelf life, bioactive compound analysis, and broader consumer acceptance tests.

Keywords: agar, best formulation, pudding, purple okra, sensory

@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PENGEMBANGAN PUDING OKRA UNGU MENGGUNAKAN LEMAK NABATI SEBAGAI MAKANAN SELINGAN BAGI VEGAN

NIRVANI IRMALASARI RIANI PUTRI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

IPB University

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si.



IPB University
— Bogor Indonesia —

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
 2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Pengembangan Puding Okra Ungu menggunakan Lemak Nabati sebagai Makanan Selingan bagi Vegan

Nama : Nirvani Irmalasari Riani Putri

NIM : 11401201103

Disetujui oleh

Pembimbing 1:

Zuraidah Nasution, S.T.P., M.Sc., Ph.D.

Pembimbing 2:

Prof. Dr. Ir. Evy Damayanthi, M.S.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi

Fakultas Kedokteran dan Gizi:

Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.

NIP 197102011999032001

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni

Fakultas Kedokteran dan Gizi:

Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.

NIP 197611162005012001



Tanggal Ujian:
11 Agustus 2026

Tanggal Lulus: 13 Agustus 2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Pengembangan Puding Okra Ungu Menggunakan Lemak Nabati Sebagai Makanan Selingan Bagi Vegan” ini berhasil diselesaikan. Penulisan skripsi ini dapat terselesaikan dengan adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, terimakasih penulis ucapkan kepada:

1. Zuraidah Nasution, S.T.P., M.Sc., Ph.D. selaku Dosen Pembimbing Skripsi I sekaligus pembimbing akademik yang senantiasa memberikan arahan, ilmu, waktu dan motivasi kepada penulis sejak memasuki departemen dan selama proses menyusun skripsi ini.
2. Prof. Dr. Ir. Evy Damayanthi, M.S. selaku Dosen Pembimbing Skripsi II yang senantiasa memberikan arahan, ilmu, waktu dan motivasi kepada penulis selama proses menyusun skripsi ini.
3. Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si. selaku Ketua Prodi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran dan Gizi, IPB University.
4. Kemendiknas dan BIMA atas kesempatan dan dukungan pendanaan yang diberikan kepada penulis.
5. Orang tua saya yaitu Bapak Ramdany dan Ibu Agustina, serta adik-adik saya Ryan, Rayn, Ardian, dan Ridwan atas kasih sayang, dukungan, motivasi, asuhan keuangan, dan doanya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
6. Rekan-rekan terkasih saya dari Cobaapaya yang senantiasa memberikan motivasi, kebahagiaan, dukungan, secara verbal maupun fisik sehingga saya memiliki semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Rekan-rekan terkasih saya dari Juvi yang selalu memberikan mendukung dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Rekan-rekan terkasih saya dari BIMA Okra yang telah memberikan kesempatan untuk melanjutkan *project* penelitian ini dan memberikan bantuan serta arahan selama penelitian.
9. Pihak-pihak lain yang tidak dapat disebut satu persatu yang turut memberikan saran, motivasi, dan masukan dalam proses penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat kekurangan pada penelitian ini. Besar harapan penulis terhadap penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Agustus 2026

Nirvani Irmalasari Riani Putri



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Manfaat	3
II METODE	4
2.1 Desain, Waktu, dan Tempat	4
2.2 Alat dan Bahan	4
2.3 Tahapan Penelitian	4
2.4 Pengolahan dan Analisis Data	10
III HASIL DAN PEMBAHASAN	12
3.1 Formulasi Puding Okra Ungu	12
3.2 Uji Karakteristik Fisik	14
3.3 Evaluasi Sensori	19
3.4 Analisis Kandungan Gizi	22
IV SIMPULAN DAN SARAN	25
4.1 Simpulan	25
4.2 Saran	25
DAFTAR PUSTAKA	26
LAMPIRAN	30
RIWAYAT HIDUP	37



DAFTAR TABEL

1	Hasil formula puding okra ungu	12
2	Hasil uji warna puding okra ungu	14
3	Hasil uji tekstur puding okra ungu	17
4	Hasil uji pH puding okra ungu	18
5	Uji hedonik puding okra ungu	19
6	Uji mutu hedonik puding okra ungu	19
7	Analisis kandungan zat gizi puding okra ungu	22
8	Analisis kandungan zat gizi puding okra ungu	23

DAFTAR GAMBAR

1	Diagram alir tahapan penelitian	5
2	Diagram Alir Tahapan Pembuatan Puding Okra Ungu	6
3	Puding okra ungu F1, F2, F3	133

DAFTAR LAMPIRAN

1	Formulir uji hedonik	31
2	Formulir uji mutu hedonik	32
3	Hasil uji sifat fisik puding okra ungu	34
4	Hasil uji hedonik puding okra ungu	34
5	Hasil uji intensitas atribut puding okra ungu	36
6	Hasil analisis kandungan zat gizi puding okra ungu	36