



UNIVERSITAS ANDALAS

**FORMULASI PUDING PISANG AMBON (*Musa paradisiaca* var.
sapientum (L.) kunt) DENGAN PENAMBAHAN ALPUKAT (*Persea
americana*) DAN NANGKA (*Artocarpus heterophyllus* lamk.)
SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER
KALIUM BAGI LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI**

Oleh :

VIONNA ADHISTI

2011222034

Pembimbing I : Dr. Syahrial, S.K.M., M.Biomed

Pembimbing II : Dr. Fivi Melva Diana, S.K.M., M.Biomed

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2024



UNIVERSITAS ANDALAS

**FORMULASI PUDING PISANG AMBON (*Musa paradisiaca* var.
sapientum (L.) kunt) DENGAN PENAMBAHAN ALPUKAT (*Persea
americana*) DAN NANGKA (*Artocarpus heterophyllus* lamk.)
SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER
KALIUM BAGI LANSIA PENDERITA
HIPERTENSI**

Oleh :

VIONNA ADHISTI

2011222034

Sebagai Pemenuhan Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Gizi

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2024**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, Desember 2024

VIONNA ADHISTI, No. BP. 2011222034

FORMULASI PUDING PISANG AMBON (*Musa paradisiaca* var. *sapientum* (L.) *kunt*) DENGAN PENAMBAHAN ALPUKAT (*Persea americana*) DAN NANGKA (*Artocarpus heterophyllus lamk.*) SEBAGAI MAKANAN SELINGAN SUMBER KALIUM BAGI LANSIA PENDERITA HIPERTENSI

x + 97 halaman + 28 tabel + 16 gambar + 15 lampiran

ABSTRAK

Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan produk puding pisang ambon dengan penambahan alpukat dan nangka terhadap uji organoleptik dan kandungan zat gizi sebagai makanan selingan sumber kalium bagi lansia penderita hipertensi.

Metode

Penelitian ini berjenis penelitian eksperimental berupa percobaan penambahan alpukat dan nangka dalam pembuatan produk puding pisang ambon dengan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) yang terdiri dari 4 taraf perlakuan (penambahan alpukat 0 gr, 10 gr, 30 gr, dan, 50 gr, serta penambahan nangka 0 gr, 30 gr, 50 gr, dan, 70 gr) dengan 2 kali pengulangan. Uji organoleptik melibatkan 30 orang panelis semi terlatih. Uji kandungan zat gizi yang dilakukan adalah uji kadar air, abu, protein, lemak, karbohidrat, kalium dan natrium. Pengolahan data dilakukan menggunakan *software* komputer. Analisis data dilakukan menggunakan uji ANOVA dan *Kruskal Wallis* dengan taraf pengujian 5% dilanjutkan dengan uji *Mann Whitney* dan *Duncan* sebagai uji lanjutan pada data yang menunjukkan perbedaan nyata.

Hasil

Berdasarkan hasil total skor uji hedonik dan uji kandungan gizi, diperoleh F3 sebagai formula terbaik dengan karakteristik mutu warna kuning, aroma harum, rasa manis, dan tekstur agak kenyal. Kandungan gizi formula terpilih yaitu kadar air sebesar 80,62%, abu sebesar 0,36%, protein sebesar 1,39%, lemak sebesar 0,66%, karbohidrat sebesar 16,97%, kalium sebesar 66,03 mg/100 g dan natrium sebesar 32,61 mg/100 g.

Kesimpulan

Berdasarkan 4 taraf perlakuan puding, F3 terpilih sebagai formula terbaik dikarenakan jumlah formulasi setiap formulasi meningkat dengan penambahan alpukat sebanyak 50 g dan nangka sebanyak 70 g pada F3. Berdasarkan hasil uji kadar kalium, formula ini belum bisa di klaim sebagai sumber kalium karena kadar kalium F3 hanya sebesar 66,03 mg/100 g, dan mengonsumsi puding untuk dua kali selingan masih belum mencukupi kebutuhan kalium dalam sehari.

Daftar Pustaka : 85 (2012 - 2024)

Kata Kunci : Alpukat, hipertensi, kalium, nangka, puding

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, December 2024

VIONNA ADHISTI, Student ID Number 2011222034

FORMULATION OF AMBON BANANA PUDDING (*Musa paradisiaca* var. *sapientum* (L.) *kunt*) WITH THE ADDITIONS OF AVOCADO (*Persea americana*) AND JACKFRUIT (*Artocarpus heterophyllus lamk.*) AS A POTASSIUM SOURCE SNACK FOR ELDERLY PEOPLE WITH HYPERTENSION

x+ 97 pages + 28 tables + 16 pictures + 15 attachments

ABSTRACT

Objective

This study aimed to develop ambon banana pudding products with the additions of avocado and jackfruit to the organoleptic test and nutrient content as a potassium source snack for elderly people with hypertension.

Method

This study was experimental type of research in the form of experiments on the addition of avocado and jackfruit in the manufacture of banana ambon pudding products with the Complete Randomized Design (CRD) method consisting of 4 treatment levels (the addition of avocado 0 gr, 10 gr, 30 gr, and 50 gr, and the addition of jackfruit 0 gr, 30 gr, 50 gr, and 70 gr) with 2 repetitions. Organoleptic test involved 30 semi trained panelists. Nutrient content tests conducted were water, ash, protein, fat, carbohydrate, potassium and sodium content tests. Data processing was done using computer software. Data analysis was conducted using ANOVA and Kruskal Wallis tests with a 5% testing level followed by Mann Whitney and Duncan tests as further tests on data that showed significant differences.

Result

Based on the results of the total hedonic test score and nutritional content test, F3 was obtained as the best formula with the quality characteristics of yellow color, fragrant aroma, sweet taste, and slightly chewy texture. The nutritional content of the selected formula was 80.62% water content, 0.36% ash, 1.39% protein, 0.66% fat, 16.97% carbohydrate, 66.03 mg/100 g potassium and 32.61 mg/100 g sodium.

Conclusion

Based on 4 levels of pudding treatment, F3 was chosen as the best formula because the amount of formulation of each formulation increased with the addition of avocado as much as 50 g and jackfruit as much as 70 g in F3. Based on the results of the potassium content test, this formula cannot be claimed as a source of potassium because the potassium content of F3 was only 66.03 mg/100 g, and consuming pudding for two snacks was insufficient for potassium needs in a day.

References : 85 (2012 - 2024)

Keywords : Avocado, hypertension, jackfruit, potassium, pudding