

ILMIATY RAHMI

**REVIEW: SYARAT YOGURT DAN KEFIR YANG
BERPOTENSI SEBAGAI MINUMAN PROBIOTIK DITINJAU
DARI NUTRISINYA**



**PROGRAM STUDI S1 FARMASI
FAKULTAS MATEMATIKA DAN ILMU PENGETAHUAN ALAM
UNIVERSITAS GARUT
2020**

LEMBAR PENGESAHAN

**PROGRAM STUDI S1 FARMASI, FAKULTAS MATEMATIKA DAN
ILMU PENGETAHUAN ALAM, UNIVERSITAS GARUT**

DEKAN



dr. Siva Hamdani, MARS.M.Farm

**REVIEW: SYARAT YOGURT DAN KEFIR YANG
BERPOTENSI SEBAGAI MINUMAN PROBIOTIK DITINJAU
DARI NUTRISINYA**

TUGAS AKHIR

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Farmasi pada Program Studi S1 Farmasi
Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam,
Universitas Garut

Garut, Desember 2020

Oleh:

Ilmiaty Rahmi
24041116184

Disetujui oleh:



Novriyanti Lubis, S. T., M. Si
Pembimbing Utama



Dang Soni, M. Farm
Pembimbing Serta



Kutipan atau saduran, baik sebagian maupun seluruh naskah ini, harus menyebutkan nama pengarang dan sumber aslinya, yaitu Program Studi S1 Farmasi, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut

DEKLARASI

Dengan ini menyatakan bahwa buku tugas akhir dengan judul “**REVIEW: SYARAT YOGURT DAN KEFIR YANG BERPOTENSI SEBAGAI MINUMAN PROBIOTIK DITINJAU DARI NUTRISINYA**” ini beserta isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika keilmuan yang tidak berlaku dengan masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam karya ini, atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Garut, Desember 2020

Yang membuat pernyataan

Tertanda



ILMIATY RAHMI

**REVIEW: SYARAT YOGURT DAN KEFIR YANG
BERPOTENSI SEBAGAI MINUMAN PROBIOTIK DITINJAU
DARI NUTRISINYA**

Ilmiaty Rahmi

24041116184

ABSTRAK

Yogurt dan Kefir merupakan pangan yang berpotensi sebagai probiotik. Adanya BAL (Bakteri Asam Laktat) hidup menunjukkan bahwa produk yang dihasilkan ini memiliki potensi untuk dimasukkan sebagai minuman probiotik. Tujuan dari *review* ini yaitu untuk mengevaluasi produk pangan yang berpotensi sebagai probiotik seperti yogurt dan kefir berdasarkan standar SNI 2981:2009 untuk yogurt dan standar CODEX STAN 243-2003 untuk kefir dari segi nutrisinya. Metode pencarian pada *review* artikel ini menggunakan *literature online* melalui situs *google scholar*. Hasil dari *review* artikel ini yaitu yogurt probiotik yang mengandung susu sapi dan susu domba dengan perbandingan yang sama (1:1); yogurt susu sapi dengan penambahan ekstrak rumput laut (*Sargassum polycystum*) dengan konsentrasi 0,22 dan 0,44%; yogurt susu sapi yang ditambahkan ekstrak selada air (*Nasturtium officinale*, R. Br); dan kefir susu kambing yang disimpan pada suhu (-1 sampai -5 °C, 1 sampai 5 °C, dan 6 sampai 10 °C) dan lama penyimpanan (10, 20, dan 30 hari) merupakan pangan yang berpotensi sebagai probiotik yang telah memenuhi standar SNI 2981:2009 dan CODEX STAN 243-2003 dari segi nutrisinya.

Kata kunci: kefir, nutrisi, probiotik, standar, yogurt

**REVIEW: REQUIREMENTS FOR POTENTIAL YOGHURT AND
KEFIR AS PROBIOTIC BASED ON NUTRITION**

Ilmiaty Rahmi

24041116184

ABSTRACT

*Yogurt and Kefir are foods that have potential as probiotics. The presence of live LAB (Lactic Acid Bacteria) indicates that this product has the potential as a probiotic drink. The purpose of this review is to evaluate food products that have the potential as probiotics such as yogurt and kefir based on the SNI 2981: 2009 standard for yogurt and the CODEX STAN 243-2003 standard for kefir based on nutrition. The search method used in this article was online literature through the Google Scholar site. The results of this review article are probiotic yogurt containing cow's milk and sheep's milk in the same proportion (1: 1); cow's milk yogurt with the addition of seaweed extract (*Sargassum polycystum*) with a concentration of 0,22 and 0,44%; cow's milk yogurt added with watercress extract (*Nasturtium officinale*, R. Br); and goat's milk kefir stored at temperatures (-1 to -5°C, 1 to 5°C, and 6 to 10°C) and storage time (10, 20, and 30 days) are foods that have the potential to be probiotic which has met SNI 2981: 2009 standards and the CODEX STAN 243-2003 standards based on its nutrition.*

Keywords: *kefir, nutrition, probiotics, standart, yogurt*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“REVIEW: SYARAT YOGURT DAN KEFIR YANG BERPOTENSI SEBAGAI MINUMAN PROBIOTIK DITINJAU DARI NUTRISINYA”**.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Farmasi pada Program Studi S1 Farmasi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut. Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu dr. Siva Hamdani, MARS., M.Farm selaku Dekan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Garut.
2. Ibu Novriyanti Lubis, S.T., M.Si. selaku dosen pembimbing utama yang telah memberi dukungan, motivasi, membantu, memberi petunjuk dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
3. Bapak Dang Soni, M.Farm. selaku dosen pembimbing serta yang telah memberi dukungan, motivasi, membantu, memberi petunjuk dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
4. Kedua orang tua dan keluarga yang tiada hentinya selalu memberikan doa, motivasi dan dukungan moril maupun material.
5. Seluruh staf akademik dan pengajar jurusan Farmasi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam.
6. Rekan-rekan yang telah memberikan motivasi, dukungan, bantuan, dan doa.

7. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu penulis baik secara langsung maupun tidak sehingga skripsi ini selesai.

Penulis menyadari bahwa begitu banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini, oleh karena itu kritik dan saran pembaca sangat penulis harapkan. Akhir kata semoga semua amal baik dan dukungan dari berbagai pihak menjadi nilai ibadah dan dibalas oleh Allah SWT. Penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan umumnya bagi pengembangan ilmu pengetahuan.



DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	iii
DAFTAR LAMPIRAN	v
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB	
I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Tujuan Skripsi	2
1.3 Luaran Skripsi	2
II METODOLOGI	3
III ULASAN PUSTAKA	4
3.1 Tinjauan Pustaka	4
3.1.1 Yogurt	4
3.1.2 Kefir	5
3.2 Tinjauan Riview	7
3.2.1 Hasil Publikasi Produk Yogurt dan Kefir	13
IV PROSPEK DAN REKOMENDASI	22
V SIMPULAN	24

DAFTAR PUSTAKA	25
LAMPIRAN	27



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN		Halaman
V.1	Bukti Submit Jurnal	27
V.2	Bukti Akreditasi Jurnal Sinta 4.....	27



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
III.1 Hasil publikasi produk yogurt	8
III.2 Hasil publikasi produk kefir.....	11



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
II.1 Alur pembuatan <i>review</i> artikel	3
V.1 Bukti Submit Jurnal	27
V.2 Bukti Akreditasi Jurnal Sinta 4.....	27

