

## Peran Fermentasi Ubi Jalar Ungu oleh *Lactobacillus sp* terhadap Kesehatan Saluran Pencernaan

Anisyah Arivianti. W<sup>1\*</sup>, Alsya Nursafa<sup>2</sup>, Putri Nur Sabila<sup>3</sup>, Aji Jumiono<sup>4</sup>

<sup>1\*</sup>Program Studi Teknologi Pangan Universitas Djuanda, anisyaharivianti@gmail.com

<sup>2</sup>Program Studi Teknologi Pangan Universitas Djuanda, nursafaalsya30@gmail.com

<sup>3</sup>Program Studi Teknologi Pangan Universitas Djuanda, putrinursabila@gmail.com

<sup>4</sup>Program Studi Teknologi Pangan Universitas Djuanda, aji.jumiono@unida.ac.id

---

### ABSTRAK

Fermentasi pangan berbasis umbi lokal seperti ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas* L.) berpotensi mendukung kesehatan saluran pencernaan melalui peningkatan aktivitas probiotik dan bioaktivitas senyawa fungsional. Kajian ini bertujuan mengevaluasi pengaruh fermentasi ubi jalar ungu oleh *Lactobacillus sp.* terhadap komposisi gizi dan fungsi fisiologisnya bagi saluran cerna. Metode yang digunakan berupa telaah literatur deskriptif-kualitatif terhadap 25 artikel ilmiah dari tahun 2015–2025, diperoleh melalui Google Scholar, ScienceDirect, dan ResearchGate. Hasil menunjukkan bahwa fermentasi meningkatkan populasi *Lactobacillus* hingga 1–2 log CFU/mL, menurunkan pH produk dari 6,5 menjadi  $\pm 4,2$ , serta meningkatkan aktivitas antioksidan sebesar 30–50%. Proses ini juga menghasilkan metabolit seperti asam laktat dan senyawa antimikroba yang mendukung keseimbangan mikrobiota usus, fungsi imun lokal, serta menurunkan risiko gangguan pencernaan. Selain itu, fermentasi meningkatkan ketersediaan senyawa bioaktif, memperbaiki karakteristik sensorik, dan memperpanjang umur simpan produk. Dengan demikian, fermentasi ubi jalar ungu menggunakan *Lactobacillus sp.* merupakan pendekatan strategis dalam pengembangan pangan fungsional berbasis lokal yang sehat dan berkelanjutan.

**Kata kunci:** ubi jalar ungu, fermentasi, *Lactobacillus sp*, pangan fungsional, probiotik, kesehatan saluran pencernaan

### PENDAHULUAN

Pangan fungsional telah menjadi fokus strategis dalam pengembangan sistem pangan modern karena tidak hanya berperan sebagai sumber nutrisi, tetapi juga memberikan manfaat fisiologis spesifik bagi kesehatan tubuh, terutama sistem pencernaan. Seiring meningkatnya kesadaran masyarakat terhadap kesehatan usus dan peran mikrobiota dalam keseimbangan imun, permintaan terhadap produk pangan yang mendukung fungsi pencernaan terus meningkat. Salah satu pendekatan

yang berkembang adalah pemanfaatan bahan pangan lokal yang kaya akan senyawa bioaktif dan serat pangan sebagai substrat dalam fermentasi.

Ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas* L.) merupakan komoditas lokal Indonesia yang kaya akan antosianin, serat, dan inulin, yang memiliki aktivitas antioksidan tinggi dan berfungsi sebagai prebiotik alami (Sari & Bilqis, 2024; Anindita *et al.*, 2025). Komponen ini berperan penting dalam mendukung pertumbuhan bakteri probiotik seperti *Lactobacillus* dan *Bifidobacterium*, serta berkontribusi dalam pemulihan ekosistem mikroba usus yang terganggu. Selain itu, kandungan serat dari kulit dan umbi ubi jalar diketahui dapat meningkatkan keragaman mikrobiota usus dan menurunkan prevalensi bakteri patogen (Cao *et al.*, 2022).

9pFermentasi sebagai metode bioproses telah lama digunakan dalam pengolahan pangan tradisional karena mampu meningkatkan ketersediaan zat gizi, stabilitas senyawa bioaktif, dan menghasilkan metabolit yang bermanfaat bagi kesehatan, seperti asam laktat dan senyawa antimikroba (Pasaribu *et al.*, 2025; Juliana *et al.*, 2017). Fermentasi ubi jalar ungu menggunakan *Lactobacillus* sp. terbukti dapat meningkatkan aktivitas antioksidan sebesar 30–50%, menurunkan pH produk, dan meningkatkan populasi bakteri asam laktat hingga 2 log CFU/mL (Maharani *et al.*, 2023; Raudah *et al.*, 2024).

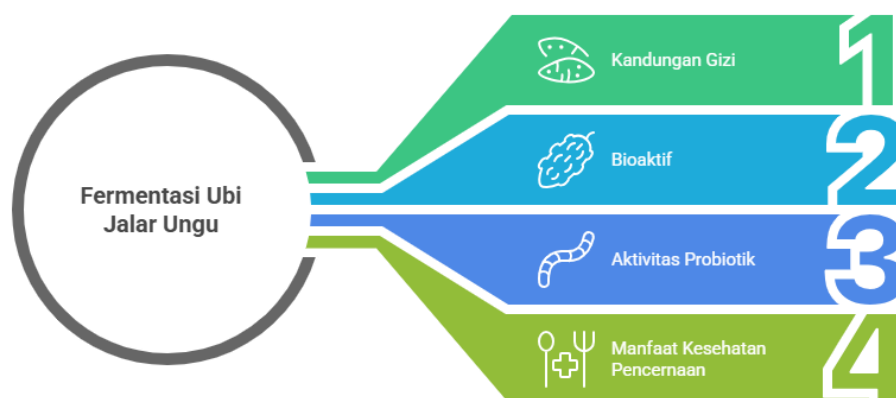
Produk hasil fermentasi seperti yogurt dengan penambahan ekstrak ubi jalar ungu menunjukkan aktivitas sinbiotik yang mendukung keseimbangan mikrobiota, menurunkan risiko diare, serta memperbaiki kondisi usus melalui produksi asam lemak rantai pendek (Tari & Handayani, 2015; Trian Iswanty & Hartanti, 2025). Selain itu, antosianin dari ubi jalar ungu juga diketahui membantu menormalkan kadar glukosa darah dan memodulasi mikrobiota pada kondisi metabolik tertentu (Mi *et al.*, 2024).

Meskipun potensinya besar, pengolahan ubi jalar ungu masih terbatas pada skala rumah tangga dengan inovasi teknologi yang minim. Oleh karena itu, diperlukan pengembangan berbasis fermentasi yang mampu menghasilkan produk

pangan fungsional berkualitas tinggi, berdaya saing, dan mudah diterima konsumen. Kajian ini bertujuan untuk mengevaluasi secara komprehensif pengaruh fermentasi ubi jalar ungu dengan *Lactobacillus* sp. terhadap komposisi gizi, aktivitas probiotik, dan dampaknya terhadap kesehatan saluran pencernaan, sekaligus mengidentifikasi celah penelitian dan potensi riset lanjutan dalam pengembangan pangan fungsional lokal yang berkelanjutan.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode literature review deskriptif kualitatif untuk mengkaji peran fermentasi ubi jalar ungu menggunakan *Lactobacillus* sp dalam mendukung kesehatan saluran pencernaan berdasarkan data sekunder yang diperoleh dari berbagai sumber ilmiah. Penelusuran literatur dilakukan melalui basis data online seperti Google Scholar, ScienceDirect, ResearchGate, dan Garuda dengan menggunakan kata kunci: “purple sweet potato fermentation”, “*Lactobacillus* sp”, “functional food”, “gut health”, “probiotic-prebiotic”.



**Gambar 1.** Topik penelitian terkait fermentasi ubi jalar ungu

Artikel yang dipilih merupakan publikasi rentang tahun 2015–2025 yang relevan dengan topik fermentasi, kandungan gizi, bioaktif, aktivitas probiotik, serta manfaat kesehatan pencernaan, serta tersedia dalam bentuk full-text. Proses analisis dilakukan menggunakan pendekatan content analysis, yaitu membaca, memahami,

menyeleksi, dan membandingkan isi literatur untuk menemukan informasi yang sesuai, kemudian dilakukan sintesis secara deskriptif untuk melihat hubungan antara komponen nutrisi ubi jalar ungu, proses fermentasi, serta efeknya terhadap kesehatan pencernaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa fermentasi ubi jalar ungu dengan *Lactobacillus* sp memiliki potensi signifikan dalam mendukung kesehatan saluran pencernaan. Ubi jalar ungu, kaya akan antosianin, serat, dan inulin, berfungsi sebagai prebiotik alami yang mendukung pertumbuhan mikroorganisme menguntungkan di usus. Proses fermentasi dengan kultur *Lactobacillus* tidak hanya meningkatkan populasi bakteri baik dan aktivitas probiotik, tetapi juga memperkuat sifat antimikroba, menurunkan risiko peradangan, dan meningkatkan bioaktivitas senyawa nutrisi dalam produk akhir. Berdasarkan kajian literatur dari berbagai jurnal nasional dan internasional, temuan-temuan tersebut dapat dirangkum untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai metode, temuan utama, dan implikasi kesehatan dari fermentasi ubi jalar ungu dengan *Lactobacillus* sp.

**Tabel 1.** Hasil dan Pembahasan (Kajian Literatur)

No	Penulis & Tahun	Jenis Penelitian / Sumber	Fokus Penelitian	Metode/ Kultur	Temuan Utama	Implikasi untuk Kesehatan Saluran Pencernaan
1	Tari & Handayani, 2015	Jurnal Nasional	Uji potensi antidiare <i>Lactobacillus</i> sp lokal sebagai <i>starter yogurt</i> dengan suplementasi ekstrak ubi jalar ungu	<i>Lactobacillus</i> sp indigenous, <i>yogurt</i>	<i>Yogurt</i> dengan ekstrak ubi jalar ungu meningkatkan pertumbuhan BAL dan aktivitas antioksidan	Mendukung mikrobiota usus, berpotensi mencegah diare

2	Trian Iswanty & Hartanti, 2025	Jurnal Nasional	Penambahan ubi jalar ungu pada <i>yogurt</i>	<i>Yogurt</i> + ekstrak ubi jalar ungu	<i>Yogurt</i> tinggi aktivitas antioksidan, bersifat prebiotik	Memperkuat keseimbangan mikrobiota dan kesehatan pencernaan
3	Maharani <i>et al.</i> , 2023	Jurnal Internasional	Fermentasi ubi jalar ungu dengan <i>Lactobacillus plantarum</i>	Fermentasi ubi jalar ungu	Meningkatkan populasi mikroba baik, produksi asam laktat, senyawa antimikroba	Memperkuat sistem imun lokal dan mencegah gangguan pencernaan
4	Namirah Yasmine Raudah <i>et al.</i> , 2024	Jurnal Nasional	Aktivitas probiotik <i>Lactobacillus</i> sp pada fermentasi pangan fungsional	Fermentasi probiotik	Probiotik tumbuh aktif, menurunkan risiko peradangan dan gangguan metabolik	Menjaga keseimbangan mikrobiota usus dan mendukung fungsi imun
5	Sari, F. Y. K., Bilqis, Z. I., 2024	Jurnal Nasional	Kandungan antosianin dan serat ubi jalar ungu	Kajian literatur	Antosianin tinggi, serat mendukung pertumbuhan mikroba baik	Meningkatkan kesehatan saluran pencernaan melalui efek prebiotik
6	Anindita <i>et al.</i> , 2025	Jurnal Nasional	Kandungan inulin ubi jalar ungu	Kajian literatur	Inulin sebagai prebiotik alami	Mendukung keseimbangan mikrobiota dan fungsi pencernaan
7	Juliana <i>et al.</i> , 2017	Jurnal Internasional	Fermentasi ubi jalar ungu untuk kualitas tepung	Fermentasi	Meningkatkan keasaman dan produksi asam organik, menghambat mikroba patogen	Memperpanjang umur simpan, mendukung kesehatan mikrobiota usus

8	Nguyen <i>et al.</i> , 2021	Jurnal Internasional	Kandungan nutrisi dan bioaktif ubi jalar ungu	Kajian literatur	Karbohidrat, serat, vitamin, mineral, senyawa bioaktif	Mendukung kesehatan saluran pencernaan dan imunitas
9	Ramadhani, 2018	Jurnal Nasional	Nutrisi dan manfaat <i>yogurt</i>	Kajian literatur	Protein, mineral, vitamin B, bermanfaat bagi pencernaan	Memperbaiki sistem pencernaan dan menurunkan risiko gangguan saluran cerna
10	Kuwoyo <i>et al.</i> , 2025	Jurnal Nasional	Fermentasi ubi jalar ungu dengan BAL	Fermentasi literatur	Meningkatkan nilai fungsional dan potensi prebiotik ubi jalar ungu.	Mendukung pertumbuhan bakteri probiotik di usus.

Fermentasi ubi jalar ungu dengan *Lactobacillus* sp. menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kesehatan saluran pencernaan, sebagaimana ditunjukkan oleh berbagai kajian literatur. Proses fermentasi ini secara umum meningkatkan aktivitas probiotik dan memperkuat sifat prebiotik dalam produk akhir. Perubahan tersebut berkontribusi dalam meningkatkan pertumbuhan mikroorganisme menguntungkan di usus, memperbaiki komposisi mikrobiota usus, serta menghasilkan senyawa bioaktif yang mendukung fungsi fisiologis pencernaan.

Penelitian oleh Tari *et al.* (2021) mengungkapkan bahwa yogurt dengan penambahan ekstrak ubi jalar ungu mampu meningkatkan pertumbuhan bakteri asam laktat (BAL) indigenous, meningkatkan aktivitas antioksidan, serta berpotensi mencegah diare dan memperkuat keseimbangan mikrobiota usus. Temuan ini diperkuat oleh Trian Iswanti dan Hartanti (2025), yang menunjukkan bahwa yogurt mengandung aktivitas antioksidan tinggi dan berfungsi sebagai agen prebiotik, mendukung pertumbuhan BAL secara *in vivo*. Selain itu, fermentasi dengan *Lactobacillus plantarum* terbukti meningkatkan populasi mikroba menguntungkan

dan menghasilkan senyawa metabolit seperti asam laktat dan senyawa antimikroba yang berperan dalam memperkuat sistem imun lokal (Maharani *et al.*, 2023).

Lebih lanjut, Raudah *et al.* (2024) menyatakan bahwa mikroorganisme probiotik dalam produk fermentasi tumbuh aktif selama proses fermentasi dan berkontribusi terhadap peningkatan nilai fungsional pangan. Mikroorganisme ini juga efektif dalam mencegah peradangan dan gangguan metabolik, serta mendukung keseimbangan mikrobiota usus dan fungsi imun tubuh. Hal ini sejalan dengan peran senyawa bioaktif dalam ubi jalar ungu seperti antosianin dan inulin, yang berfungsi sebagai prebiotik alami. Kandungan tersebut diketahui meningkatkan pertumbuhan mikroba menguntungkan di saluran pencernaan serta memberikan manfaat fisiologis tambahan (Sari & Bilqis, 2024; Anindita *et al.*, 2025).

Proses fermentasi ubi jalar ungu juga memberikan dampak positif terhadap kualitas produk akhir. Fermentasi terbukti menurunkan pH, menghasilkan senyawa bioaktif baru, memperkuat sifat antimikroba, dan meningkatkan ketersediaan nutrisi (Raudah *et al.*, 2024). Kajian oleh Juliana *et al.* (2017) menunjukkan bahwa fermentasi meningkatkan keasaman, produksi asam organik, dan kemampuan menghambat pertumbuhan mikroba patogen, sehingga memperpanjang umur simpan produk. Ubi jalar ungu juga dilaporkan mengandung karbohidrat, serat, vitamin, mineral, dan senyawa bioaktif yang secara sinergis mendukung kesehatan pencernaan dan fungsi imun (Nguyen *et al.*, 2021).

Yogurt sebagai produk fermentasi susu turut memberikan manfaat tambahan. Menurut Ramadhani (2018), yogurt mengandung protein berkualitas tinggi, serta vitamin dan mineral penting bagi sistem pencernaan. Dengan demikian, fermentasi ubi jalar ungu dengan *Lactobacillus sp.* menghasilkan pangan fungsional dengan aktivitas probiotik dan prebiotik tinggi, peningkatan nilai gizi, serta kestabilan senyawa bioaktif. Strategi ini tidak hanya memperkuat kesehatan pencernaan dan memperpanjang umur simpan, tetapi juga menjadi solusi pangan lokal yang sehat, berkelanjutan, dan dapat diterima oleh masyarakat luas (Kuwoyo et

al., 2025).

### **Analisis Kritis (Gap Penelitian dan Peluang Riset Lanjutan)**

Berdasarkan hasil kajian literatur, sebagian besar penelitian mengenai **fermentasi ubi jalar ungu** masih berfokus pada peningkatan **aktivitas antioksidan** dan **pertumbuhan bakteri asam laktat (BAL)**, namun belum banyak membahas secara mendalam **mekanisme molekuler** yang menjelaskan hubungan antara senyawa bioaktif ubi jalar ungu dengan **aktivitas probiotik**. Beberapa studi juga cenderung hanya meneliti efek fermentasi pada skala laboratorium dengan ruang lingkup terbatas pada karakter fisikokimia dan organoleptik produk.

Selain itu, penelitian yang mengoptimalkan **lama fermentasi, jenis kultur *Lactobacillus sp.*, serta stabilitas antosianin selama penyimpanan** masih sangat terbatas. Padahal, faktor-faktor tersebut berpengaruh besar terhadap **bioavailabilitas zat gizi dan efektivitas probiotik** pada produk pangan fermentasi.

Peluang riset lanjutan dapat diarahkan pada:

- a. **Eksplorasi mekanisme molekuler** interaksi antara antosianin dan metabolit *Lactobacillus sp.* terhadap aktivitas probiotik.
- b. **Optimasi kondisi fermentasi (pH, suhu, durasi)** untuk meningkatkan stabilitas senyawa bioaktif.
- c. **Uji *in vivo*** untuk menilai efek fisiologis pada mikrobiota usus manusia.
- d. **Skala industri dan shelf life testing** untuk menilai potensi komersial produk fermentasi ubi jalar ungu.

Dengan demikian, riset lanjutan diharapkan dapat menghasilkan **produk pangan fungsional fermentasi lokal** yang tidak hanya unggul secara gizi dan kesehatan, tetapi juga berdaya saing tinggi serta berkelanjutan.

**Tabel 2.** Analisis Kritis: Gap Penelitian dan Peluang Riset Lanjutan

Aspek yang Dikaji	Temuan Penelitian Sebelumnya	Celah Penelitian (Research Gap)	Peluang Riset Lanjutan
Fokus Penelitian	Mayoritas penelitian menyoroti peningkatan aktivitas antioksidan dan pertumbuhan BAL ( <i>Lactobacillus plantarum</i> , <i>L. casei</i> ).	Belum ada studi yang membahas mekanisme molekuler hubungan antara senyawa bioaktif (antosianin, inulin) dengan aktivitas probiotik.	Meneliti interaksi molekuler antosianin–probiotik melalui pendekatan omics (metabolomik, proteomik).
Variasi Kultur Mikroba	Studi terbatas pada satu jenis <i>Lactobacillus</i> (terutama <i>L. plantarum</i> ).	Variasi spesies <i>Lactobacillus</i> sp. lain seperti <i>L. rhamnosus</i> atau <i>L. acidophilus</i> belum diuji terhadap substrat ubi jalar ungu.	Eksperimen fermentasi menggunakan berbagai kultur BAL untuk membandingkan efisiensi probiotik dan hasil metabolit.
Durasi dan Kondisi Fermentasi	Lama fermentasi umumnya 12–24 jam tanpa optimasi parameter lingkungan.	Pengaruh lama fermentasi dan suhu terhadap kestabilan antosianin serta aktivitas enzim belum dianalisis mendalam.	Menentukan kondisi optimum (pH, suhu, waktu) untuk menjaga stabilitas antosianin dan meningkatkan kandungan asam organik.
Evaluasi Produk	Fokus hanya pada sifat fisikokimia dan sensorik dasar.	Belum ada uji <i>in vivo</i> terhadap mikrobiota usus atau uji efektivitas fungsional.	Melakukan uji <i>in vivo</i> untuk menilai pengaruh fermentasi ubi jalar ungu terhadap keseimbangan mikrobiota dan imunitas usus.
Aplikasi Industri	Skala penelitian masih terbatas pada uji laboratorium.	Belum ada kajian formulasi dan umur simpan produk fermentasi berbasis ubi jalar ungu.	Pengembangan skala industri dan analisis shelf life untuk menghasilkan produk komersial yang stabil dan aman.

Sumber : Kilua et al., 2020, Kilua et al., 2018, Tian et al., 2023, Liu et al., 2022, Aura et al., 2019, Ramdan & Fitriah, 2023, Salim et al., 2020, THP Unpad, 2023

## KESIMPULAN

Fermentasi ubi jalar ungu (*Ipomoea batatas* L.) menggunakan *Lactobacillus* sp. terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan nilai fungsional produk pangan. Proses ini tidak hanya meningkatkan aktivitas probiotik, antioksidan, dan produksi senyawa metabolit seperti asam laktat dan antimikroba, tetapi juga memperkuat keseimbangan mikrobiota usus dan fungsi imun lokal. Kombinasi antara kandungan antosianin, serat, dan inulin dalam ubi jalar ungu dengan aktivitas fermentasi bakteri asam laktat menghasilkan sinergi yang mendukung kesehatan saluran pencernaan secara komprehensif.

Fermentasi turut meningkatkan ketersediaan nutrisi, memperbaiki karakteristik sensorik, dan memperpanjang umur simpan produk, menjadikan ubi jalar ungu sebagai bahan baku strategis dalam pengembangan pangan fungsional lokal yang sehat dan berkelanjutan. Hasil kajian ini mendukung potensi penerapan fermentasi berbasis mikroba lokal sebagai pendekatan inovatif dalam menghadapi tantangan gizi masyarakat, sekaligus membuka peluang riset lanjutan yang lebih mendalam pada aspek mekanisme molekuler, efisiensi fermentasi, dan validasi klinis terhadap kesehatan usus manusia.

## REFERENSI

- Anindita, V., Quddus, A. A., & Tubagus, R. (2025). Karakteristik Fisikokimia Dan Organoleptik Yogurt Serbuk Dengan Penambahan Ekstrak Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea batatas* L.). *Pasundan Food Technology Journal*, 12(2), 90–97. <https://doi.org/10.23969/pftj.v12i2.31505>
- Cao, Y., Tian, B., Zhang, Z., Yang, K., Cai, M., Hu, W., Guo, Y., Xia, Q., & Wu, W. (2022). Positive effects of dietary fiber from sweet potato [*Ipomoea batatas* (L.) Lam.] peels by different extraction methods on human fecal microbiota in vitro fermentation. *Frontiers in Nutrition*, 9. <https://doi.org/10.3389/fnut.2022.986667>
- Juliana, R., Julianti, E., & Limbong, L. N. (2017). Pengaruh Metode Dan Lama Fermentasi Terhadap Karakteristik. 5(3), 496–501.

- Kuwoyo, W. A., Fuadi, M., & Manan, A. (2025). *Analisis Produksi Minuman Melalui Fermentasi Bakteri Asam Laktat Berbahan Dasar Ubi Jalar*. 8(1).
- Maharani, Pratiwi, I., & Soeka, Y. S. (2023). Nutrient Composition, Content of Bioactive Compounds and Hedonic Test of Purple Sweet Potato Flour Cake (*Ipomoea batatas* cultivar Ayamurasaki) Fermentation. *Jurnal Biologi Indonesia*, 1(19), 43–56. <https://doi.org/10.47349/jbi/19012023/43>
- Mi, W., Hu, Z., Zhao, S., Wang, W., Lian, W., Lu, P., & Shi, T. (2024). Purple sweet potato anthocyanins normalize the blood glucose concentration and restore the gut microbiota in mice with type 2 diabetes mellitus. *Heliyon*, 10(11), e31784. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e31784>
- Namirah Yasmine Raudah, Miftahul Khairani, M Rizki, & Rizka Lucy Nadia. (2024). Analisis Kandungan Zat Gizi dalam Pembuatan Olahan Snack Dari Ubi Jalar Ungu (*Ipomoea batatas* L.). *Journal Innovation In Education*, 2(1), 47–55. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i1.734>
- Nguyen, H. C., Chen, C. C., Lin, K. H., Chao, P. Y., Lin, H. H., & Huang, M. Y. (2021). Bioactive compounds, antioxidants, and health benefits of sweet potato leaves. *Molecules*, 26(7). <https://doi.org/10.3390/molecules26071820>
- Pasaribu, T., Soeka, Y. S., Nurhidayat, N., Suciati, S., Yulinery, T., Triana, E., Sulistiyani, T. R., Setyowati, N., Sulistyowati, D. D., & Susilowati, D. N. (2025). Enhancing the nutritional profile of purple sweet potato flour through fermentation with *Lactiplantibacillus plantarum* InaCC B157: A functional food perspective. *Veterinary World*, 18(7), 1870–1880. <https://doi.org/10.14202/vetworld.2025.1870-1880>
- Ramadhani, T. B. (2018). Nurwantoro and A. Hintono, "Karakteristik Yoghurt dengan Penambahan Tepung Ubi Jalar Ungu,". *Jurnal Teknologi Pangan*, 2(2).
- Sari, F. Y. K., Bilqis, Z. I., & I. (2024). *Yoghurt Dengan Penambahan Ubi Jalar Ungu Sebagai Snack Untuk Pencegahan Stunting*. 15, 313–322.
- Tari, I. N., & Handayani, C. B. (2025). (2015). Uji Potensi Antidiare *Lactobacillus Sp* Indigenous Sebagai Kultur Starter pada Yogurt Dengan Suplementasi Ekstrak Ubi Jalar Ungu. *Jurnal Teknologi Hasil Pertanian*, VIII(2), 63–70. <https://jurnal.uns.ac.id/ilmupangan/article/view/12890>
- Tari, A. I. N., Handayani, C. B., & Hartati, S. (2021). Sinbiotik Ekstrak Ubi Ungu dan Probiotik Lokal pada Yogurt: Kesehatan Pencernaan, Hematologi, dan Sistem Imun. *AgriTECH*, 40(4), 312. <https://doi.org/10.22146/agritech.29718>

Trian Iswanty, K., & Hartanti, L. (2025). Characteristics of purple sweet potato yoghurt based on the use of different carbon sources. *Jitipari*, 10(2), 127–136. <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/jtpr/index>

Wang, Z., Gao, M., Kan, J., Cheng, Q., Chen, X., Tang, C., Chen, D., Zong, S., & Jin, C. (2024). Resistant Starch from Purple Sweet Potatoes Alleviates Dextran Sulfate Sodium-Induced Colitis through Modulating the Homeostasis of the Gut Microbiota. *Foods*, 13(7). <https://doi.org/10.3390/foods13071028>