

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Pembuatan *cookies* pada penelitian ini dilakukan melalui modifikasi resep dengan substitusi tepung ubi jalar ungu, kacang tanah dan stevia dengan cara pembuatan berdasarkan formula yang berbeda-beda yakni F1 dengan substitusi tepung ubi jalar ungu dan kacang tanah sebesar 30%, F2 dengan substitusi tepung ubi jalar ungu dan kacang tanah sebesar 40%, dan F3 dengan substitusi tepung ubi jalar ungu dan kacang tanah sebesar 50%.
2. *Cookies* perlakuan F2 dengan formulasi sebesar 40% substitusi tepung ubi jalar ungu dan kacang tanah yang menjadikan perlakuan yang paling diminati berdasarkan hasil uji organoleptik parameter aroma, rasa, warna dan tekstur.
3. Kandungan gizi *cookies* substitusi tepung ubi jalar ungu, kacang tanah, dan stevia dapat diklaim sebagai produk kudapan rendah karbohidrat (30,0%), tinggi protein (9,51%), tinggi serat (18,4%) dan rendah kadar gula (1,65%) menunjukkan bahwa penggunaan pemanis stevia dapat mengurangi kadar gula sebesar 90% dari kadar gula *cookies* kontrol yang tanpa adanya pergantian penggunaan gula menjadi pemanis stevia. Berdasarkan hal ini menunjukkan bahwa *cookies* dengan perlakuan F2 aman untuk dikonsumsi penderita diabetes melitus. Rendahnya karbohidrat beserta gula dan tingginya serat serta protein dapat mengontrol dan menurunkan laju penyerapan glukosa.

5.2 Implikasi

Implikasi dari penelitian yang dilakukan, yaitu :

1. Pembuatan *cookies* dengan perlakuan yang berbeda-beda berdasarkan formula didapatkan bahwa formula F2 merupakan *cookies* yang paling diminati sehingga resep *cookies* pada perlakuan formula F2 dapat dijadikan acuan resep yang dapat diterapkan dalam pembuatan *cookies* substitusi tepung ubi jalar ungu, kacang tanah, dan stevia.
2. *Cookies* perlakuan F2 merupakan *cookies* yang paling diminati berdasarkan aroma, rasa, warna dan tekstur sehingga dapat dijadikan referensi dalam pemilihan formula *cookies* substitusi tepung ubi jalar ungu dan kacang tanah yang akan diolah oleh industri masyarakat maupun rumah tangga.
3. Dapat dikonsumsi oleh masyarakat penderita diabetes melitus dikarenakan rendahnya karbohidrat, tinggi protein, tinggi serat dan rendah gula yang terkandung pada *cookies* penelitian ini berdampak ke penurunan laju penyerapan glukosa dalam darah.

5.3 Saran

Saran pada penelitian ini adalah :

1. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terhadap modifikasi resep pembuatan *cookies* substitusi ubi jalar ungu yakni kandungan gizi yang belum memenuhi SNI agar dapat terpenuhi dengan tetap memperhatikan klaim gizi berdasarkan kebutuhan zat gizi penderita diabetes melitus.

2. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait kadar gula yang terkandung di *cookies* kontrol agar dapat dibandingkan dengan *cookies* perlakuan F2 yakni adanya penggantian sebagian penggunaan gula tebu menjadi penggunaan pemanis alami stevia.
3. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut terkait penambahan bahan lainnya pada pembuatan *cookies* penelitian ini untuk menambah kandungan gizi serta memenuhi zat gizi yang belum terpenuhi sesuai standart SNI yang telah ditetapkan.

