

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka disimpulkan sebagai berikut:

1. Formula terbaik dalam pembuatan *cookies* substitusi tepung ubi jalar putih, kacang hijau dan wortel yang paling banyak diterima panalies dan bermutu baik adalah *cookies* dengan substitusi sebesar 60 persen atau perlakuan F1 (40 % tepung terigu : 60 % tepung ubi jalar putih, kacang hijau dan wortel).
2. Hasil uji hedonik yang dilakukan pada panalies konsumen diketahui bahwa perlakuan F1 (40 % tepung terigu :60 %tepung ubi jalar putih,kacang hijau dan wortel) adalah perlakuan yang paling banyak disukai oleh panelis dari segi warna, rasa,aroma dan tekstur. Hasil uji mutu hedonik yang dilakukan pada panelis terlatih diketahui bahwa *cookies* yang memiliki karakteristik mutu hedonik terbaik adalah perlakuan F1 (40% tepung terigu :60 % tepung ubi jalar putih,kacang hijau dan wortel) yang memiliki kategori warna kuning kecoklatan. Kemudian rasa pada *cookies* F1 dengan kategori manis dan *cookies* F1 memiliki juga aroma yang agak terasa aroma ubi jalar,kacang hijau dan wortel serta *cookies* F1 memiliki tekstur yang renyah.
3. Zat gizi *cookies* energi per 100 gram *cookies* substitusi tepung ubi jalar putih,kacang hijau dan wortel sebesar 435,86 kkal, kadar abu (2,16%), kadar air (3,29%), kadar lemak (31,7%), kadar protein (7,60%) , kadar

karbohidrat (30,6%) dan serat sebanyak (24%)

4. Kandungan gizi pertakaran saji cookies substitusi tepung ubi jalar putih, kacang hijau dan wortel yaitu sebanyak 25 gram pertakaran saji dengan kandungan gizi karbohidrat 7,65 gram, lemak 7,90 gram, protein sebanyak 1,50 gram, serat sebesar 6,15 gram dan energi sebesar 108,97 kkal. Kandungan serat pada cookies substitusi tepung ubi jalar, kacang hijau dan wortel telah memenuhi ketentuan klaim sumber serat sesuai ketentuan BPOM serta memenuhi 30 persen sumbangan serat cemilan yaitu memenuhi 6,15 gram/takaran saji sehingga sumbangan serat pada *cookies* dikategorikan cukup bagi pralansia dan lansia.

5.2 Implikasi

Implikasi dari penelitian yang dilakukan, yaitu:

1. Hasil penelitian pada pengembangan produk cookies substitusi tepung ubi jalar putih, kacang hijau dan wortel dapat dikonsumsi oleh masyarakat meluas terkhusus pra lansia dan lansia sebagai makanan sumber serat.
2. Hasil analisis kandungan gizi pada *cookies* substitusi tepung ubi jalar putih, kacang hijau dan wortel telah memiliki kandungan gizi yang lebih tinggi dari pada cookies umumnya.

5.3 Saran

Saran untuk penelitian ini adalah:

- 1) Penelitian selanjutnya dapat mengembangkan skripsi ini berdasarkan hasil analisis tekstur pada produk cookies. Penelitian selanjutnya perlu untuk

mengembangkan formula agar dapat menjadikan cookies memiliki tekstur yang lebih lembut dan lunak.

- 2) Kandungan karbohidrat dalam penelitian ini masih tergolong rendah dan kandungan lemak yang cukup tinggi sehingga dapat diharapkan mampu memodifikasi produk yang dikembangkan untuk menyeimbangkan kandungan gizi dalam produk tersebut.
- 3) Bagi industri dapat mengembangkan produk ini sehingga lebih dapat dikenal masyarakat dan dapat berkembang sebagai salah satu makanan sumber serat untuk membantu mengurangi dampak kekurangan serat.

