

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Hasil pembuatan roti tawar substitusi *puree* talas beneng diawali dengan pemilihan bahan baku pembuatan roti. Kemudian dilanjutkan dengan pembuatan *puree* talas terlebih dahulu. Proses pembuatan roti tawar yaitu dengan mencampurkan seluruh bahan kemudian dilakukan pengadonan. Satu adonan akan menghasilkan berat 800 gram dilakukan 4 perlakuan.
2. Hasil roti tawar terbaik adalah formula F2 (tepung terigu 50%: *puree* talas 50%) berdasarkan hasil uji daya terima warna dengan nilai 3,77, aroma 3,8, rasa 4,23 dan tekstur 4,23.
3. Kandungan gizi pada roti tawar terbaik yaitu formula F2 (tepung terigu 50%: *puree* talas 50%) diperoleh hasil kadar air 31,79%, kadar abu 1,80%, karbohidrat 49,1 gr, protein 8,81 gr, lemak 9,08 gr dan serat kasar 4,51 gr.

#### 5.2. Implikasi

Adapun implikasi dari penelitian ini adalah:

1. Pembuatan roti tawar substitusi *puree* talas ini dapat memanfaatkan bahan pangan lokal yang kaya akan zat gizi. Talas merupakan umbi yang banyak kandungan gizi dan dapat dikreasikan untuk pengolahannya.
2. Hasil dari perhitungan kandungan gizi pada roti tawar sudah memenuhi kebutuhan kandungan gizi per hari untuk lansia. Hasil kandungan serat pada

roti tawar substitui *puree* sebanyak 50% juga sudah memenuhi produk makanan sumber serat.

### 5.3. Saran

1. Disarankan untuk penelitian selanjutnya menambahkan variasi bahan baku lain pada pembuatan roti tawar ini agar penerimaan terhadap panelis lebih baik dan menambah kandungan gizi terutama serat.
2. Perlu dilakukan penelitian selanjutnya untuk kandungan zat gizi mikro serta memperhatikan daya simpan maksimal untuk roti tawar substitusi *puree* talas beneng.
3. Perlu dilakukan penelitian selanjutnya untuk mengetahui pengaruh konsumsi roti tawar substitusi *puree* talas sebagai produk sumber serat untuk pencegahan konstipasi pada lansia.