

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai *cookies* berbahan dasar tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Formulasi dalam pembuatan *cookies* berbahan dasar tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai dengan tiga jenis perlakuan masing-masing berjumlah F1 (50%:50%), F2 (60%:40%), dan F3 (70%:30%).
2. Berdasarkan hasil analisis organoleptik didapatkan bahwa pada aspek warna, aroma, dan rasa menunjukkan tidak ada pengaruh yang nyata. Namun, untuk aspek tekstur menunjukkan adanya pengaruh yang nyata dalam penambahan tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai. Dari tiga formulasi yang dilakukan, formulasi terbaik secara keseluruhan rata-rata tingkat kesukaan tertinggi dari segi warna, aroma, rasa dan tekstur yaitu F3 dengan perbandingan 70 gram tepung ubi banggai dan 30 gram tepung kacang kedelai.
3. Berdasarkan hasil analisis kandungan gizi menunjukkan adanya pengaruh nyata dalam penambahan tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai pada setiap formulasi. Kandungan gizi yang telah dilakukan diperoleh nilai rata-rata yaitu F1 (kadar protein 14,14%, kadar lemak 30,25%, kadar karbohidrat 47,83%, dan kadar serat kasar 1,46%), F2 (kadar protein 13,66%, kadar lemak 29,48%, kadar karbohidrat 48,82%, dan kadar serat kasar 1,73%), dan F3 (kadar protein 12,46%, kadar lemak 27,20%, kadar karbohidrat 51,97%, dan kadar serat kasar 1,88%). Hal ini, dari ketiga formulasi tersebut didapatkan formulasi yang cocok untuk alternatif cemilan remaja *overweight* yaitu F3.

B. Saran

1. Bagi Ilmu Pengetahuan (Pendidikan)

Pada penelitian selanjutnya dapat melakukan daya simpan produk *cookies* berbahan dasar tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai.

2. Bagi Masyarakat

Masyarakat dapat memanfaatkan pangan lokal seperti ubi Banggai, daun kelor, dan lainnya menjadi produk seperti *cookies*, untuk alternatif cemilan remaja *overweight*. Dan dapat mengkonsumsi produk *cookies* berbahan tepung ubi banggai dan tepung kacang kedelai untuk memenuhi kebutuhan energi makanan selingan pada remaja putra 13-19 tahun yaitu sekitar 155-170 gram *cookies*, dengan porsi sehari 7 keping *cookies* 2 kali makan. Sementara, untuk remaja putri 13-19 tahun sekitar 190-210 gram dengan porsi sehari 8 keping *cookies* 2 kali makan.

3. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Fasilitas yang disediakan kampus di Laboratorium Dasar Kulineri di Universitas Widya Nusantara dapat ditambahkan alat pengering bahan makanan seperti dehydrator untuk pembuatan tepung, mesin pengayakan tepung, dan alat pemanas makanan untuk pembuatan *cookies*, agar memudahkan peneliti selanjutnya dalam mengembangkan produk *cookies*.