

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh substitusi tepung ubi jalar ungu pada pembuatan *soft cookies* isi selai buah naga, dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil uji daya terima, seluruh formulasi *soft cookies* ubi ungu isian selai buah naga termasuk kategori disukai panelis. Tidak terdapat perbedaan signifikan pada aspek warna, aroma, dan rasa, sedangkan pada aspek tekstur terdapat perbedaan signifikan. Perbedaan nyata ditemukan pada perlakuan P0–P3 dan P1–P3, yang menunjukkan bahwa peningkatan substitusi tepung ubi ungu cenderung menghasilkan tekstur lebih padat dan menurunkan tingkat kesukaan panelis. Namun, perlakuan P1 dan P2 masih dapat diterima dengan baik.
2. Berdasarkan hasil analisis gizi, peningkatan substitusi tepung ubi ungu meningkatkan kandungan zat besi *soft cookies*. Perlakuan P2 direkomendasikan sebagai formulasi terbaik karena memiliki daya terima yang baik dan kandungan zat besi lebih tinggi. Konsumsi 1–2 keping *soft cookies* P2 dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dari makanan selingan dan berpotensi mendukung pencegahan anemia pada remaja putri.

B. Saran

1. *Soft cookies* ubi ungu isian selai buah naga dapat dijadikan sebagai alternatif makanan selingan bergizi bagi remaja putri untuk membantu mencegah anemia karena mengandung energi, zat besi, vitamin C, dan antioksidan dari bahan pangan lokal.
2. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan analisis kandungan zat gizi secara laboratorium agar memperoleh hasil yang lebih akurat, serta mengembangkan formulasi, terutama pada penggunaan gula, pemanis, dan BTP (bahan tambahan pangan) yang dapat dimodifikasi sesuai selera konsumen. Hal ini karena beberapa panelis menilai *soft cookies* memiliki

rasa yang terlalu manis, sehingga diperlukan penyesuaian formulasi agar rasa produk lebih seimbang dan lebih disukai.