

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan pada hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Hasil uji organoleptik menunjukkan bahwa untuk perlakuan P1 dan P2 rata-rata menunjukkan kategori suka, kecuali warna pada perlakuan P3 dan aroma pada perlakuan P1 dan P3 menunjukkan kategori agak suka. Hal ini ditunjukkan dengan uji statistik yaitu keripik pangsit dengan substitusi tepung bayam dan tepung ikan teri dengan nilai ($p < 0,05$) yang artinya berpengaruh nyata pada warna ($p < 0,001$), aroma ($p < 0,001$), tekstur ($p = 0,024$) dan rasa ($p < 0,001$) keripik pangsit. Maka, formula yang paling direkomendasikan berdasarkan aspek warna, aroma, tekstur, dan rasa yaitu formula P2 dengan formula tepung bayam 10% : tepung ikan teri 10%.
2. Berdasarkan hasil uji nilai gizi maka formula yang direkomendasikan adalah formula P2 dengan total energi 1119,4 kkal, protein 35,2 gram, lemak 60,3 gram, karbohidrat 111,2 gram dan Fe 5,8 miligram. Formula P2 ini direkomendasikan oleh peneliti karena berdasarkan angka kecukupan gizi maka total kebutuhan makanan selingan dalam sehari hanya sebesar 20% dari total kebutuhan remaja putri dan formula dengan kandungan gizi yang paling mendekati kebutuhan makanan selingan remaja putri adalah formula P2.

B. Saran

1. Diharapkan adanya penelitian lanjutan terkait kandungan atau analisa zat gizi mikro lainnya dari formulasi keripik pangsit.

2. Proses pengeringan daun bayam untuk pembuatan tepung bayam sebaiknya diganti dengan metode pengovenan agar kandungan Fe pada tepung bayam yang dihasilkan tidak mengalami penurunan drastis serta lebih menghemat waktu.
3. Untuk memenuhi 20% kebutuhan gizi remaja dalam sehari makan disarankan untuk mengkonsumsi produk keripik pangsit sebanyak 7 sajian per hari atau setara 140 gram keripik pangsit perlakuan P2 per hari.