

BAB 6: PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dengan judul “Formulasi Puding Pisang Ambon dengan penambahan Alpukat dan Nangka sebagai Makanan Selingan Sumber Kalium Bagi Lansia Penderita Hipertensi” dapat disimpulkan sebagai berikut:

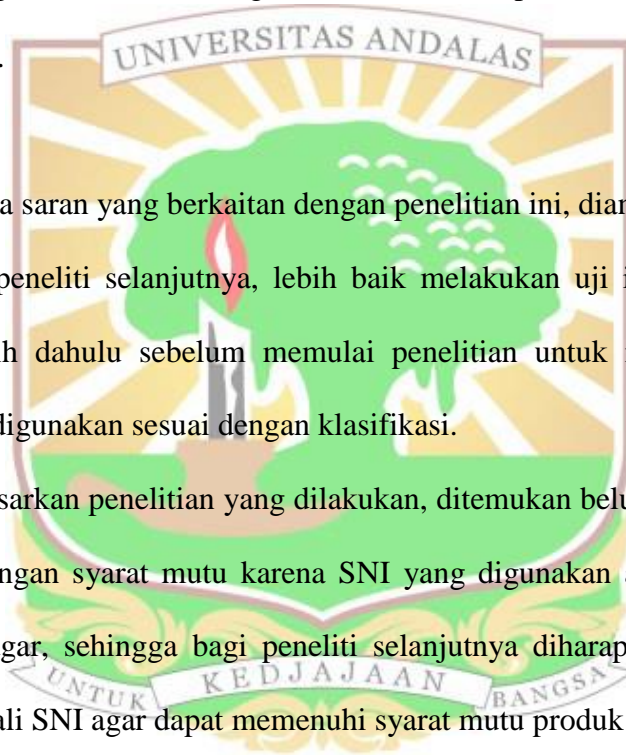
1. Hasil uji organoleptik produk puding pisang ambon dengan penambahan alpukat dan nangka memengaruhi tingkat kesukaan panelis terhadap aroma dan tekstur, kemudian pada tingkat mutu berpengaruh terhadap warna. F3 lebih disukai panelis karena penambahan alpukat dan nangka paling tinggi dengan warna kuning, aroma harum, rasa manis, dan tekstur agak kenyal.
2. Hasil analisis kandungan gizi pada puding memiliki kadar air terendah pada F0 sebesar 79,63%, kadar abu tertinggi pada F3 sebesar 0,36%, kadar protein tertinggi pada F3 sebesar 1,39%, kadar lemak tertinggi pada F3 sebesar 0,66%, kadar karbohidrat tertinggi pada F0 sebesar 18,37%, dan kalium tertinggi pada F3 sebesar 66,03 mg/100g, serta natrium terendah pada F0 sebesar 24,26 mg/100g. Kandungan gizi pada puding meningkat terjadi karena penggunaan jumlah bahan utama di setiap formulasi meningkat sehingga terjadi peningkatan kandungan gizi.
3. Formula terbaik yang terpilih adalah F3 dengan formulasi penambahan alpukat 50 g dan nangka 70 g yang memiliki kadar air 80,62%, kadar abu 0,36%, kadar protein 1,39%, kadar lemak 0,66%, kadar karbohidrat 16,97%, kadar kalium 66,03mg/100g dan natrium 32,61mg/100g. F3

terpilih sebagai formula terbaik dikarenakan jumlah formulasi tidak sama untuk semua perlakuan, terdapat peningkatan jumlah penambahan alpukat dan nangka pada semua perlakuan sehingga terjadi peningkatan tingkat kesukaan panelis dan juga berpengaruh terhadap peningkatan zat gizi pada produk di setiap formulasi. Berdasarkan hasil uji kadar kalium, formula ini belum bisa di klaim sebagai makanan selingan sumber kalium karena kadar kalium puding hanya 66,03 mg/100 g, dan mengonsumsi puding untuk 2 kali selingan belum mencukupi kebutuhan kalium dalam sehari.

6.2 Saran

Terdapat beberapa saran yang berkaitan dengan penelitian ini, diantaranya:

1. Bagi peneliti selanjutnya, lebih baik melakukan uji identifikasi pangan terlebih dahulu sebelum memulai penelitian untuk memastikan bahan yang digunakan sesuai dengan klasifikasi.
2. Berdasarkan penelitian yang dilakukan, ditemukan belum sesuainya kadar air dengan syarat mutu karena SNI yang digunakan adalah SNI tepung agar-agar, sehingga bagi peneliti selanjutnya diharapkan menyesuaikan kembali SNI agar dapat memenuhi syarat mutu produk puding.
3. Dalam penelitian ini ditemukan belum sesuainya kadar kalium dengan klaim gizi pangan olahan sebagai sumber kalium, untuk itu diperlukan adanya perbaikan formulasi, memperhatikan proses pengolahan, dan faktor lain yang saling berinteraksi agar mendapatkan kadar kalium maupun zat gizi lainnya yang sesuai.



4. Lebih mempelajari terkait kelebihan dan kekurangan zat gizi yang akan diunggulkan agar tidak terjadi kehilangan banyak zat gizi pada saat proses pembuatan produk.
5. Apabila produk direncanakan untuk dipasarkan, disarankan untuk mencantumkan tata cara penyimpanan produk pada kemasan. Hal ini penting agar kandungan gizi yang sensitif terhadap suhu, cahaya, dan oksigen tetap terjaga selama proses penyimpanan.

