

BAB 6 : PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan yaitu pengembangan produk minuman isotonik air kelapa tua (*Cocos nucifera L.*) dengan penambahan sari pisang raja (*Musa paradisiaca L.*) dan madu untuk meningkatkan *cardiovascular endurance* atlet dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Hasil uji hedonik dan mutu hedonik minuman isotonik berbahan baku air kelapa tua dengan penambahan sari pisang raja dan madu menunjukkan bahwa F1 lebih disukai oleh panelis dibandingkan F2 dan F3 (diluar formula kontrol) dengan karakteristik warna putih kecoklatan, aroma agak wangi, rasa manis dan tekstur cair.
2. Hasil uji kandungan gizi minuman isotonik dengan penambahan sari pisang raja dan madu menunjukkan bahwa F1 memiliki skor terbaik dibandingkan dengan F2 dan F3 (diluar formula kontrol).
3. Formula terbaik yang terpilih berdasarkan perhitungan tingkat kesukaan panelis dan kandungan gizi yaitu F1 dengan variasi air kelapa tua 82% dan sari pisang raja sebanyak 12%.

6.2 Saran

1. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil minuman isotonik berbahan baku air kelapa tua dengan penambahan sari pisang raja dan madu memiliki kadar kalium dan natrium yang tinggi sehingga melebihi batas standar maksimum SNI minuman isotonik, sehingga perlu dilakukan uji lanjut untuk pengurangan konsentrasi air kelapa tua sehingga dapat memenuhi standar SNI 01 4452-1998.

2. Diperlukan penelitian lebih lanjut untuk pemeriksaan mikrobiologi terhadap produk minuman isotonik guna menjamin keamanan mutu dan kelayakan konsumsi produk minuman isotonik.
3. Menambahkan asam seperti jeruk untuk menurunkan kadar pH pada minuman isotonik agar sesuai dengan SNI 01 4452-1998 dan menjadi saran bagi peneliti selanjutnya ingin mengembangkan produk serupa.
4. Penelitian lanjutan perlu dilakukan untuk mengevaluasi dampak intervensi langsung kepada kelompok sasaran dengan sampel lebih besar.

