

## **BAB VI**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **6.1 Simpulan**

Produk mie basah yang terbuat dari tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir ini bermanfaat untuk penderita diabetes. Kandungan yang terdapat pada kedua bahan tersebut dapat mengurangi risiko diabetes melitus dan menurunkan kadar gula darah yaitu terdapat kandungan serat dan antosianin.

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan:

1. Didapatkan tiga formulasi tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir yang digunakan pada produk mie basah berbahan dasar tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir yaitu F1 (55%:45%), F2 (50%:50%) dan F3 (45%:55%).
2. Hasil tingkat kesukaan terhadap aspek warna, aroma, rasa dan tekstur yang paling disukai adalah F2 (50%:50%). Secara keseluruhan (*overall*), mie basah yang paling disukai panelis yaitu F2 (50%:50%) dilihat dari skala agak suka, suka dan sangat suka sebanyak 25 panelis (83,3%) skor rata – rata yaitu sebesar 5,57.
3. Nilai gizi pada mie basah tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir yang paling disukai yaitu F2 (50%:50%) didapatkan kandungan nilai gizi per porsi diantaranya energi sebesar 213,4 kkal, protein 4,8 g, lemak 1,46 g, karbohidrat 47,1 g dan serat 2,5 g.
4. Hasil analisis harga mie basah tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir yang terpilih yaitu formula F2 (50%:50%) dengan harga per resepnya Rp11.120 dan harga per porsinya adalah Rp3.971,4.

## 6.2 Saran

1. Mie basah formula F2 berbahan dasar tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir direkomendasikan sebagai makanan sumber serat untuk penderita diabetes mellitus. Hal ini didasarkan pada hasil uji kesukaan yang unggul dan ditinjau dari nilai serat yang terkandung sebesar 2,5 gram.
2. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin mendalami produk mie basah berbahan dasar tepung ubi jalar ungu dan ekstrak buah pir bisa melanjutkan menjadi produk mie basah yang tidak mudah putus dengan memperhatikan penggunaan tepung ubi jalar ungu, tahan lama dan dapat diproduksi massal. Selain itu, sebaiknya air perebusan mie selalu diganti karena dapat mempengaruhi tekstur mie yang dihasilkan.
3. Berdasarkan hasil penelitian produk yang kurang disukai adalah formula 1, sebaiknya penggunaan tepung ubi jalar ungu tidak terlalu banyak karena berpengaruh pada tekstur produk. Agar mie basah menjadi lebih kenyal dan tidak mudah putus.
4. Pada penelitian berikutnya dapat memperdalam analisis nilai gizi produk mie basah dengan melakukan uji laboratorium untuk memperoleh data yang akurat.
5. Penggunaan telur ayam sebaiknya hanya menggunakan kuning telur saja agar mie tidak keras dan mudah putus, serta penambahan garam dan penyedap agar mie lebih terasa gurih.
6. Saran penyajian mie basah sebaiknya dibatasi atau sesuai dengan porsi yang diberikan yaitu 85 g serta dapat dikombinasikan dengan sayuran dan lauk hewani seperti telur dan daging agar menambah cita rasa dan nilai gizi.