

BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

- 7.1.1 Pemenuhan kecukupan magnesium dan zat besi bagi penderita dismenore dihasilkan tiga formulasi pie biji labu kuning daun kelor yaitu F1 dengan imbangan biji labu kuning dan daun kelor 25%:75%, F2 dengan imbangan 50%:50%, dan F3 dengan imbangan 75%:25%.
- 7.1.2 Berdasarkan hasil uji organoleptic (hedonic), diperoleh imbangan terbaik dari aspek warna, aroma, rasa, dan tekstur produk pie yaitu Formula 3 dengan imbangan biji labu kuning dan daun kelor yaitu 75%:25%.
- 7.1.3 Terdapat pengaruh perbedaan imbangan pie biji labu kuning daun kelor terhadap aspek rasa, aroma, dan tekstur sebagai salah satu alternatif makanan selingan untuk mengurangi gejala dismenore.
- 7.1.4 Tidak ada pengaruh perbedaan imbangan pie biji labu kuning daun kelor terhadap aspek warna sebagai salah satu alternatif makanan selingan untuk mengurangi gejala dismenore.
- 7.1.5 Dalam satu porsi (60 gram/2 buah) Pie biji labu kuning daun kelor mengandung magnesium sebanyak 58,9 mg atau memenuhi 26,1% kecukupan magnesium dalam sehari sehingga wanita yang merasakan gejala dismenore cukup mengkonsumsi setengah atau satu porsi produk untuk pemenuhan kecukupan magnesium sehari.
- 7.1.6 Dalam satu porsi (60 gram/2 buah) Pie biji labu kuning daun kelor mengandung zat besi sebanyak 1,64 mg atau memenuhi 10,9% kecukupan zat besi (Fe) dalam sehari sehingga wanita yang merasakan gejala dismenore cukup mengkonsumsi satu porsi produk untuk pemenuhan kecukupan zat besi sehari.

7.2 Saran

- 7.2.1 Produk ini belum dapat diaplikasikan sebagai alternatif untuk mengurangi gejala dismenore karena hanya diteliti dari aspek kesukaan (hedonik) dan kandungan zat gizi. Oleh karena itu peneliti mengharapkan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pemberian produk pie biji labu kuning daun kelor terhadap sampel dengan riwayat dismenore dan anemia.
- 7.2.2 Pada penelitian selanjutnya, dapat diteliti lebih lanjut mengenai umur simpan dan nilai gizi makro produk pie biji labu kuning daun kelor agar produk dapat dimanfaatkan dalam jangka panjang.
- 7.2.3 Perlu dilakukan modifikasi bahan untuk memperbaiki karakteristik produk seperti modifikasi bentuk pie dengan cetakan pie yang lebih menarik, penggunaan tepung daun kelor dengan bubuk kasar agar meminimalisir warna adonan yang pekat menjadi adonan dengan warna cerah disertai bintik hijau yang berasal dari tepung kasar daun kelor, pengurangan penggunaan tepung daun kelor untuk meminimalisir rasa pahit dan aroma menyengat, serta modifikasi *topping* seperti fla buah agar dapat lebih menarik dan meningkatkan cita rasa.
- 7.2.4 Diharapkan produk ini dapat dikembangkan dan dikenalkan kepada masyarakat sebagai produk pie sumber magnesium dan zat besi dengan melakukan kerjasama dengan berbagai pihak yang terkait seperti industri rumah tangga atau komersial.