BAB VII

SIMPULAN DAN SARAN

7.1 Simpulan

7.1.1 Berdasarkan hasil uji hedonik, didapatkan imbangan terbaik dari aspek warna, aroma, rasa, dan tekstur yaitu F1 dengan imbangan tape ketan hitam dan tepung kedelai 85%:15%.

7.1.2 Untuk pemenuhan kecukupan protein, isoflavon, serat, dan antosianin bagi penderita hiperkolesterolemia dihasilkan tiga formulasi Es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai yaitu F1 dengan imbangan tape ketan hitam dan tepung kedelai 85%:15%, F2 dengan imbangan 50:50%, dan F3 dengan imbangan 40%:60%.

7.1.3 Terdapat pengaruh perbedaan imbangan tape ketan hitam dan tepung kedelai terhadap aspek warna dan rasa sebagai salah satu alternatif makanan selingan penderita hiperkolesterolemia.

7.1.4 Tidak ada pengaruh perbedaan imbangan tape ketan hitam dan tepung kedelai terhadap aspek aroma dan tekstur sebagai salah satu alternatif makanan selingan penderita hiperkolesterolemia.

7.1.5 Dalam satu porsi (100 gram/1 *cup*) Es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai mengandung protein sebanyak 6.8 gram atau memenuhi 9.1% kecukupan protein dalam sehari sehingga penderita hiperkolesterolemia cukup mengonsumsi satu porsi produk untuk pemenuhan kecukupan protein sehari.

7.1.6 Dalam satu porsi (100 gram/1 *cup*) Es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai mengandung isoflavon sebanyak 29.75 mg atau memenuhi 59.5% kecukupan isoflavon dalam sehari sehingga penderita hiperkolesterolemia cukup mengonsumsi setengah porsi produk untuk pemenuhan kecukupan isoflavon sehari.

7.1.7 Dalam satu porsi (100 gram/1 *cup*) Es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai mengandung serat sebanyak 5.77 gram atau

memenuhi 23.1% kecukupan serat dalam sehari sehingga penderita hiperkolesterolemia cukup mengonsumsi setengah porsi produk untuk pemenuhan kecukupan serat sehari.

7.1.8 Dalam satu porsi (100 gram/1 *cup*) Es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai mengandung antosianin sebanyak 1.53 mg atau hanya memenuhi 15% kecukupan antosianin dalam sehari sehingga penderita hiperkolesterolemia dapat mengonsumsi dua porsi produk untuk pemenuhan kecukupan antosianin sehari. Oleh karena itu, perlu adanya konsumsi sumber makanan lain yang mengandung tinggi antosianin untuk memenuhi kecukupan antosianin sehari.

7.1.9 Es krim formula unggulan F1 (tape ketan hitam 85%:tepung kedelai 15%) dapat menjadi solusi pemenuhan kecukupan protein, isoflavon, serat, dan antosianin sebagai makanan selingan bagi penderita hiperkolesterolemia.

7.2 Saran

7.2.1 Produk ini belum dapat diaplikasikan sebagai alternatif untuk menurunkan kolesterol darah kepada penderita hiperkolesterolemia karena hanya diteliti dari aspek kesukaan (hedonik) dan kandungan zat gizi. Oleh karena itu peneliti mengharapkan dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh pemberian produk es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai terhadap sampel dengan kadar kolesterol darah melebihi normal.

7.2.2 Pada penelitian selanjutnya, dapat diteliti lebih lanjut mengenai umur simpan, total padatan, waktu leleh, dan *overrun* produk es krim tape ketan hitam dan tepung kedelai. Selain itu, perlu dilakukan pencegahan terhadap timbulnya aroma dan rasa langu pada es krim yang disebabkan karena adanya tepung kedelai.

7.2.3 Diharapkan produk ini dapat dikembangkan dan dikenalkan kepada masyarakat sebagai produk es krim sumber protein,

isoflavon, serat, dan antosianin dengan melakukan kerjasama dengan berbagai pihak yang terkait seperti industri rumah tangga atau komersial.