

## **BAB VII**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **7.1. Simpulan**

- 7.1.1. Terdapat perbedaan yang bermakna pada hasil uji Kruskal Wallis terhadap sifat organoleptik aroma, tekstur, dan overall. Pada hasil uji organoleptik metode uji hedonik, produk F1 denganimbangan tape ketan hitam dan oat 40% : 60% unggul dalam aspek aroma, rasa, tekstur, dan overall.
- 7.1.2. Dalam 1 resep, granola bites tape ketan hitam yang dihasilkan adalah 5 porsi. Satu porsi produk granola bites tape ketan hitam dan oat sebanyak 45 gram atau setara dengan 15 buah.
- 7.1.3. Hasil uji kadar antosianin granola bites tape ketan hitam dan oat formula 1 (40% : 60%) yaitu sebesar 14,12 mg/100 gram produk dan satu porsi produk dapat memenuhi 127% kecukupan antosianin untuk satu kali makanan selingan.
- 7.1.4. Hasil uji kadar serat granola bites tape ketan hitam dan oat formula 1 (40% : 60%) yaitu sebesar 12,6 gram/100 gram dan satu porsi produk dapat memenuhi 177,2% kecukupan serat untuk satu kali makanan selingan.

#### **7.2. Saran**

- 7.2.1. Peneliti mengharapkan adanya penelitian lebih lanjut mengenai efektifitas pemberian produk granola bites tape ketan hitam dan oat terhadap orang dewasa dengan obesitas.
- 7.2.2. Peneliti mengharapkan adanya penelitian lebih lanjut mengenai kandungan energi dan zat gizi makro yang meliputi protein, lemak, dan karbohidrat dengan analisis laboratorium untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

- 7.2.3. Diharapkan pada penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut mengenai umur simpan produk untuk mendapatkan informasi daya tahan dari produk granola bites tape ketan hitam dan oat.
- 7.2.4. Diharapkan dapat dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai produk berbahan dasar tape ketan hitam dan oat agar semakin bervariasi.
- 7.2.5. Diharapkan produk granola bites tape ketan hitam dan oat ini dapat dikembangkan dan dikenal masyarakat sebagai produk makanan selingan sumber antosianin dan serat dengan melakukan kerja sama dengan berbagai pihak terkait seperti industri rumah tangga atau komersial.