

BAB VI

SIMPULAN DAN SARAN

6.2 Simpulan

- 1) Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan didapatkan 3 imbangan tepung ikan nila dan bayam hijau yaitu F1 30%:70%, F2 50%:50%, dan F3 70%:30%.
- 2) Berdasarkan hasil penelitian dari sifat organoleptik warna, aroma, dan tekstur yang paling disukai panelis yaitu formula 1 (30%:70%), sedangkan rasa yang paling banyak disukai yaitu formula 3 (70%:30%).
- 3) Berdasarkan *overall* formula *waffle* dengan imbangan tepung ikan nila dan bayam hijau yang paling banyak disukai oleh panelis yaitu formula 1 (30%:70%).
- 4) Hasil analisis gizi *waffle* tepung ikan nila dan bayam hijau per porsi pada formula 1 (30%:70%) yaitu 300,53 kkal energi, 6,2364 gram protein, 15,35 gram lemak, 37,6965 gram karbohidrat, dan 3,02848 mg zat besi. Pada formula 2 (50%:50%) yaitu 300,33 kkal energi, 6,9077 gram protein, 15,3955 gram lemak, 37,595 gram karbohidrat, dan 2,93558 mg zat besi. Pada formula 3 (70%:30%) yaitu 306.13 kkal energi, 7.579 gram protein, 15.441 gram lemak, 37.4935 gram karbohidrat, dan 2.82258 mg zat besi.
- 5) Berdasarkan hasil analisis gizi produk *waffle* ini kadar protein paling tinggi yaitu pada formula 3 (70%:30%) sedangkan kadar zat besi paling tinggi yaitu pada formula 1 (30%:70%)

- 6) Berdasarkan analisis biaya produk *waffle* tepung ikan nila dan bayam hijau per porsi pada formula 1 (30%:70%) yaitu Rp. 4.385, pada formula 2 (50%:50%) yaitu Rp. 4.486, pada formula 3 (70%:30%) yaitu Rp. 4.586.

6.2 Saran

- 1) Pengembangan produk *waffle* labay formula tepung ikan nila dan bayam hijau yang terbaik disarankan untuk membuat denganimbangan antara tepung ikan nila dan bayam hijau (30%:70%) karena dari segi aroma, tekstur, warna, dan *overall*. F1 banyak disukai oleh panelis dan terkandung nilai zat besi (fe) sebesar 3.02848 mg.
- 2) Penelitian selanjutnya pada produk *waffle* labay diperlukan untuk mengetahui lebih lanjut mengenai penyebab perbedaan rasa dan tekstur pada produk *waffle* labay ini.
- 3) Untuk meningkatkan cita rasa, produk *waffle* dapat dikembangkan kembali dari segi bentuk, tekstur, warna, dan rasa. Juga dapat disajikan dengan saus atau topping lain.
- 4) Jika dibandingkan dengan kebuahan makanan selingan, *waffle* kaya akan protein dan zat besi ini telah memenuhi 10% AKG kelompok usia 16-18 tahun yaitu 6,5 gram protein dan 1,5 mg zat besi. Dengan demikian, mengonsumsi 1 porsi *waffle* sudah memenuhi 10% AKG.
- 5) Agar penyerapan zat besi (fe) lebih optimal, sebaiknya saat akan mengonsumsi *waffle* labay bisa disertai dengan konsumsi bahan makanan yang mengandung vitamin C seperti buah jeruk dan jambu. Menghindari mengonsumsi produk *waffle* bersamaan dengan minum teh dan kopi.