

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Pembuatan puding rumput laut dengan penambahan sari bit merah dibuat menjadi tiga formula. Bahan dasar yang digunakan dalam pembuatan puding terdiri dari rumput laut, bit merah, air mineral, gula stevia, dan bubuk agar-agar. Tingkat penambahan sari bit merah pada masing-masing formula sebesar F1 (55%); F2 (60%); F3 (65%). Hasil uji organoleptik menunjukkan, penambahan sari bit merah pada puding rumput laut memiliki pengaruh nyata ( $p < 0,05$ ) pada tingkat kegemaran atau kesukaan panelis dalam parameter rasa. Pada aktivitas antioksidan tidak memiliki pengaruh nyata ( $p = 0,183$ ), dan pada hasil uji terjadi peningkatan pada F3 yang mengartikan pada F3 aktivitas antioksidan semakin lemah dibandingkan F2 dan F1. Hasil total fenol memiliki pengaruh nyata ( $p < 0,05$ ) pada pudding rumput laut dengan penambahan sari bit merah. Penambahan sari bit merah berbanding lurus dengan peningkatan kadar total fenol pada puding, sehingga peningkatan sari bit merah membuat kadar total fenol mengalami peningkatan. Formula puding yang terpilih adalah F3 dengan total penambahan sebanyak 65%. Takaran saji sebanyak 200 gram mengandung energi sebesar 70,25 Kkal; karbohidrat 11,81 gram; lemak 1,45 gram; protein 2,5 gram; dan total fenol sebesar 84,6 mg GAE. Puding diberikan sebanyak 2 (dua) porsi agar dapat berpengaruh terhadap glukosa darah *postprandial*.

#### **V.2 Saran**

Penggunaan *juicer* dapat memudahkan pembuatan sari merah sehingga sari yang diambil lebih maksimal dan mengefisiensi waktu pembuatan, serta disarankan untuk menggunakan bit merah yang memiliki usia lebih dari 2.5 – 4 bulan atau sudah siap panen. Perlu dilakukan pengembangan mutu dari parameter aroma agar lebih diterima oleh konsumen. Selain itu, pada penelitian selanjutnya bisa dilakukan uji intervensi ke manusia agar dapat dibuktikan apakah produk puding berpengaruh pada penurunan gula darah bagi penderita DM tipe 2.