

BAB V

KESIMPULAN

V.1 Kesimpulan

- a. Rerata karakteristik subjek adalah $21,73 \pm 0,64$ untuk usia, $156,73 \pm 5,98$ untuk tinggi badan, $51,85 \pm 3,50$ untuk berat badan dan $21,07 \pm 1,12$ untuk IMT.
- b. Produk susu nabati berbahan dasar biji jali memiliki kandungan zat gizi berupa kadar abu 0,14%, kadar air 86,46% energi sebesar 54,7 kkal, protein 0,26 g, karbohidrat sebesar 12,9 g, lemak sebesar 0,23 g dan kadar serat sebesar 0,33 g.
- c. Hasil intervensi kelompok perlakuan yang diberikan susu nabati berbahan dasar biji jali dengan kandungan karbohidrat 50 g dapat meningkatkan glukosa darah yang tidak begitu cepat dan penurunan kadar glukosa darah yang secara perlahan dibandingkan dengan glukosa murni. Pada perhitungan rerata luas AUC, didapatkan hasil yang berbeda nyata ($p < 0,05$) dan luas AUC kelompok perlakuan lebih rendah dibanding kelompok kontrol.
- d. Susu nabati berbahan dasar biji jali dengan substitusi sari buah naga merah memiliki nilai indeks glikemik yang rendah sebesar 3,75. Sedangkan nilai beban glikemik susu nabati berbahan dasar biji jali dengan substitusi sari buah naga merah rendah sebesar 4,81.

V.2 Saran

Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk intervensi jangka panjang guna mengetahui efektifitas susu nabati berbahan dasar biji jali dengan substitusi sari buah naga merah terhadap respon glukosa darah baik terhadap penderita hiperglikemia maupun hewan coba yang diinduksi aloksan. Perlu dilakukan analisis mengenai komponen antizit gizi pada susu nabati berbahan dasar biji jali yang diduga menjadi faktor lain yang dapat mempengaruhi indeks glikemik.