

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Penelitian ini memiliki beberapa kesimpulan sebagai berikut:

- a. Kandungan zat besi pada ketiga formulasi mi yaitu F1, F2, dan F3 dalam 100 gram berat matang berturut-urur sebesar 6,5 mg, 7,47 mg, dan 8,57 mg.
- b. Kandungan zink pada ketiga formulasi mi yaitu F1, F2, dan F3 dalam 100 gram berat matang berturut-urur sebesar 3,65 mg, 3,8 mg, dan 3,88 mg.
- c. Variasi komposisi tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning berpengaruh nyata terhadap peningkatan kandungan zat besi pada mi ($P=0,001$).
- d. Variasi komposisi tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning berpengaruh nyata terhadap peningkatan kandungan zink pada mi ($P=0,028$).
- e. Formula terpilih ditentukan menggunakan metode De Garmo berdasarkan parameter kandungan zat besi dan zink dengan hasil F3 (20 gram tepung hati ayam ; 25 gram tepung biji labu kuning) sebagai formula terpilih yang memiliki NP tertinggi.

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Mahasiswa

Mahasiswa, khususnya di bidang gizi, disarankan untuk terus mengembangkan inovasi pangan fungsional berbasis bahan pangan lokal yang memiliki potensi dalam pencegahan masalah gizi, termasuk anemia. Penelitian ini diharapkan mampu digunakan sebagai rujukan dalam memahami pemanfaatan bahan pangan hewani dan nabati sebagai sumber zat besi dan zink serta mendorong mahasiswa untuk mengembangkan penelitian yang tidak hanya berfokus pada

kandungan zat gizi, tetapi juga aspek bioavailabilitas, mutu produk, dan penerimaan konsumen.

V.2.2 Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian selanjutnya disarankan untuk melakukan analisis kandungan senyawa antinutrisi, seperti asam fitat pada tepung biji labu kuning maupun produk mi, sehingga pengaruhnya terhadap bioavailabilitas zat besi dan zink dapat diketahui secara lebih komprehensif. Selain itu, penelitian berikutnya diharapkan dapat melakukan uji bioavailabilitas zat besi dan zink pada bahan baku, uji efektivitas terhadap peningkatan kadar hemoglobin, serta uji daya simpan yang meliputi analisis mikrobiologi, fisik, dan kimia untuk menentukan masa simpan produk. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat dikembangkan menjadi publikasi ilmiah sebagai kontribusi terhadap pengembangan ilmu gizi, khususnya di bidang pangan fungsional berbasis bahan pangan lokal untuk pencegahan anemia.

V.2.3 Bagi Wanita Usia Subur dan Masyarakat Umum

Wanita usia subur dan masyarakat umum disarankan untuk menerapkan pola konsumsi gizi seimbang dengan memanfaatkan pangan lokal yang kaya zat besi dan zink sebagai bagian dari upaya pencegahan anemia. Produk mi berbahan tepung hati ayam dan tepung biji labu kuning dapat dipertimbangkan sebagai salah satu alternatif pangan tinggi zat besi dan zink. Namun demikian, konsumsi produk ini tetap perlu diimbangi dengan pola makan yang beragam serta sumber vitamin C untuk mendukung penyerapan zat besi non-heme