

## BAB VI

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### VI.1 Kesimpulan

Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

- a. Proses pembuatan ikan kembung lumat yaitu penyiangan, pencucian, *filleting* dan penggilingan. Pembuatan tepung ikan kembung terdiri dari penyiangan, pencucian, *filleting*, pengukusan, pencincangan, penjemuran, penggilingan, dan pengayakan. Pembuatan sosis ikan kembung terdiri atas pencampuran, pemasukan adonan ke selongsong, perebusan, dan pendinginan.
- b. Penetapan formula terendah penambahan ikan kembung lumat dan tepung ikan kembung didasarkan dari kandungan omega 3 masing-masing bahan baku, sedangkan penentuan batas maksimal didasarkan dari hasil uji *trial and error*. Penambahan minimal ikan lumat sebesar 30 gram yang menyumbang 15% dari kebutuhan omega 3 anak, dan penambahan 6,75 gram menyumbang 16,2% dari kebutuhan omega 3 anak. Batas maksimal yang digunakan untuk ikan kembung lumat 60 gram dan tepung ikan kembung 20 gram.
- c. Berdasarkan uji hedonik secara keseluruhan formula yang terpilih adalah FS2 yaitu ikan lumat 45% dan tepung tapioka 19,86%. Berdasarkan uji mutu hedonik FS2 memiliki warna abu-abu tua, aroma yang agak harum, rasanya gurih dan memiliki tekstur yang netral.
- d. Ikan kembung lumat yang dihasilkan mengandung omega 3 sebesar 0,45 gram dan tepung ikan kembung sebesar 2,17 gram. Hasil analisis zat gizi didapatkan sosis ikan kembung mengandung kadar air 44,48%, abu 2,64%, lemak 5,4%, protein 9,4%, karbohidrat 37,88% dan omega 3 0,18 gram. Sosis ikan kembung mampu menyumbangkan omega 3 mencapai 20% AKG anak usia 7 sampai 9 tahun.

- e. Nilai indeks glikemik sosis ikan kembung adalah 53,45 yang termasuk kategori rendah. Nilai indeks glikemik sosis ikan kembung yang rendah diduga berhubungan dengan kandungan omega 3, protein, dan lemak yang terdapat pada sosis.

## **VI.2 Saran**

Penelitian ini masih memiliki banyak keterbatasan seperti aroma sosis yang amis dan rasa yang pahit jika menggunakan bahan baku tepung ikan dalam pembuatan sosis. Selain itu warna produk kurang menarik, diperlukan penambahan pewarna alami untuk meningkatkan daya tarik sosis. Pada penelitian berikutnya diperlukan uji daya terima terhadap anak-anak untuk melihat daya terima atau kesukaan anak-anak terhadap karakteristik sensori produk sosis ikan kembung. Sehingga produk dapat dikembangkan pada kalangan anak-anak sebagai makanan selingan yang baik untuk kecerdasan dan pencegahan diabetes melitus tipe 2.

