

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- a. EPA memiliki manfaat sebagai pencegah kardiovaskular, mengontrol lipid darah, anti inflamasi, penghambatan limfosit T, menurunkan kolesterol darah dan berperan penting dalam mencegah obesitas, sedangkan manfaat DHA sebagian besar dikaitkan dengan kemampuan untuk meningkatkan membran sel dan sinyal selular. Kekurangan DHA akan menimbulkan hambatan perkembangan psikomotorik terutama pada anak.
- b. Pembuatan tepung ikan kembung terdiri dari penghilangan isi perut, sirip, ekor, serta pemisahan tulang atau serta kulit (filleting skinless), pengukusan, pencincangan, pengeringan, penggilingan dan pengayakan.
- c. Tepung ikan kembung yang dihasilkan mengandung EPA (0,146 gr) dan DHA (0,411 gr).
- d. Penetapan formula terendah pada penambahan tepung ikan kembung didasarkan dari hasil uji *trial and error*. Penambahan minimal tepung ikan kembung sebesar 6,5 gr mampu menyumbangkan EPA sebesar 0,94 gr sehingga dapat berpotensi memenuhi 3,79% kebutuhan dalam diet anak usia 6-10 tahun dan mampu menyumbangkan DHA sebesar 0,026 gr sehingga dapat berpotensi memenuhi 10,68% kebutuhan dalam diet anak usia 6-10 tahun.
- e. Berdasarkan hasil uji hedonik secara keseluruhan formula yang terpilih adalah F1 kerupuk tapioka goreng minyak dan F2 kerupuk tapioka sangrai pasir. Berdasarkan hasil uji mutu hedonic F1 kerupuk tapioka goreng minyak memiliki warna kuning, aroma tidak harum, rasa agak gurih dan tekstur mendekati sangat renyah. Hasil uji mutu hedonik F2 kerupuk

tapioka sangrai pasir memiliki warna agak kuning, aroma agak amis, rasa agak gurih dan tekstur netral.

- f. Hasil analisis zat gizi didapatkan kerupuk tapioka substitusi tepung ikan kembung F1 goreng minyak mengandung air 3,97%, abu 2,10%, protein 7,80%, lemak 37,44%, KH 48,68%, EPA 1,85% dan DHA 4,75%. Hasil analisis zat gizi kerupuk tapioka substitusi tepung ikan kembung F2 sangrai pasir mengandung air 6,08%, abu 3,83%, protein 21,69%, lemak 0,36%, KH 68,03%, EPA 19,70% dan DHA 39,15%.

V.2 Saran

Penelitian ini masih memiliki keterbatasan seperti aroma tidak harum, rasa agak gurih pada kerupuk tapioka goreng minyak F1 dan aroma agak amis pada kerupuk tapioka sangrai pasir F2. Pada penelitian berikutnya diperlukan uji daya terima pada anak-anak terhadap karakteristik sensori produk kerupuk tapioka substitusi tepung ikan kembung, serta dilakukannya intervensi untuk penyakit kardiovaskular lainnya. Sehingga produk dapat dikembangkan pada kalangan anak-anak maupun dewasa sebagai makanan camilan yang baik untuk pencegahan aterosklerosis.