

## **BAB VI**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan pada bab terdahulu maka dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Formulasi *pizza* substitusi tepung *mocaf* dan *puree* bayam merah memberikan pengaruh terhadap daya terima panelis meliputi warna dan rasa. Formulasi *pizza* substitusi tepung *mocaf* dan *puree* bayam merah tidak memberikan pengaruh terhadap daya terima panelis meliputi aroma dan tekstur.
2. Formulasi *pizza* substitusi tepung *mocaf* dan *puree* bayam merah tidak memberikan pengaruh pada kandungan lemak formula kontrol dan formula terpilih/F1 (perbandingan tepung *mocaf* : *puree* bayam merah : tepung terigu, yaitu 3:0:7).
3. Formulasi *pizza* substitusi tepung *mocaf* dan *puree* bayam merah tidak memberikan pengaruh pada kandungan serat kasar formula kontrol dan formula terpilih/F1 (perbandingan tepung *mocaf* : *puree* bayam merah : tepung terigu, yaitu 3:0:7).

#### **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, maka saran yang dapat peneliti sampaikan bagi remaja, produsen, dan peneliti selanjutnya sebagai berikut.

### 1. Bagi Remaja

Disarankan kepada remaja agar memperhatikan asupan makanan sehari-hari seperti mengonsumsi camilan yang rendah lemak dan tinggi serat untuk mencegah terjadinya obesitas.

### 2. Bagi Produsen

Diharapkan kepada produsen agar mencantumkan label nilai gizi pada bahan makanan untuk mengetahui nilai gizi yang terkandung secara lengkap terdiri atas zat gizi makro (energi, protein, lemak, karbohidrat) dan zat gizi mikro (mineral, vitamin).

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Penambahan *topping pizza* (daging lele) pada *pizza* memiliki berat yang sama pada setiap formulasi *pizza* untuk menghindari kenaikan nilai lemak.
- b. Tepung *mocaf* dapat dijadikan sebagai bahan tambahan bukan sebagai substitusi atau mengganti tepung *mocaf* dengan tepung yang memiliki serat yang lebih tinggi untuk meningkatkan nilai serat pada *pizza*.
- c. Perlu dilakukan analisis kandungan lemak dan serat kasar pada semua formulasi untuk mengetahui nilai gizi pada semua formula.
- d. Perlu dilakukan uji proksimat untuk mengetahui kandungan gizi *pizza* substitusi tepung *mocaf* dan *puree* bayam merah secara lengkap yang terdiri atas zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dan zat gizi mikro (mineral dan vitamin).