

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian kandungan energi dan serat *Brownies*

Sukun dan *Cookies* Sukun disimpulkan sebagai berikut:

1. Rata-rata kandungan energi *Brownies* Sukun Formulasi 1 sebanyak 480,4 kalori dan rata – rata kandungan energi pada formulasi 2 sebanyak 512,5 kalori. Sedangkan rata – rata kandungan serat *Brownies* sukun formulasi 1 sebanyak 34,57 gram dan rata – rata kandungan serat pada formulasi 2 sebanyak 45,7 gram.
2. Rata-rata kandungan energi *Cookies* Sukun Formulasi 1 sebanyak 578,7 kalori dan rata – rata kandungan energi pada formulasi 2 sebanyak 650,2 kalori. Sedangkan rata – rata kandungan serat *Cookies* sukun formulasi 1 sebanyak 42,48 gram dan rata – rata kandungan serat pada formulasi 2 sebanyak 58,46 gram.

B. Saran

1. Nilai energi formulasi produk *brownies* dan *cookies* sukun dengan perbandingan 20% : 80% (formulasi 1) energi lebih rendah dibandingkan formulasi 2 (30%:70%) maka orang dewasa

disarankan konsumsi formulasi 1 untuk memenuhi kebutuhan energi

2. Nilai serat formulasi produk *brownies* dan *cookies* sukun dengan perbandingan 20%:80% (formulasi 1) dan 30% : 70% (formulasi 1) mengandung serat lebih tinggi dari kebutuhan maka disarankan konsumsi pada 2 formulasi tersebut karena dapat memenuhi kebutuhan serat orang dewasa.
3. Perlu adanya pengembangan formulasi *brownies* dan *cookies* sukun yang menghasilkan nilai energi sesuai dengan kebutuhan orang dewasa.
4. Perlu adanya pengadukan bahan - bahan *brownies* dan *cookies* sukun lebih lama didapatkan adonan yang homogen sehingga hasil analisa energi dan serat tidak berbeda saat pengulangan analisa.