

BAB V

KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Kesimpulan dari penelitian Uji Mutu dan Indeks Glikemik *Cookies* Berbahan Tepung Kentang (*Solanum tuberosum L*) dan Kacang Fava (*Vicia faba L*) adalah sebagai berikut :

1. Mutu organoleptik *cookies* berbahan tepung kentang dan kacang fava didapatkan hasil untuk indikator warna, aroma, dan rasa dalam kategori normal hal ini dapat dikatakan bahwa warna, aroma, dan rasa pada *cookies* sudah memenuhi SNI – 2973 : 2022.
2. Mutu fisik berupa tekstur (kekerasan) *cookies* berbahan tepung kentang dan kacang fava didapatkan hasil bahwa setiap 10 gram *cookies* memiliki rata – rata tekstur (kekerasan) 834, 5 g.
3. Indeks glikemik *cookies* berbahan tepung kentang dan kacang fava adalah 47.11 % yang dapat dikategorikan sebagai produk pangan berindeks glikemik rendah.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka saran dari penelitian ini yaitu :

1. Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya agar mengganti bahan pangan yang memiliki indeks glikemik yang rendah dan memiliki referensi jurnal terkait penelitian agar lebih bisa memahami apa yang akan dilakukan.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Dilakukan penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai tambahan informasi bagi mahasiswa terkait produk dengan nilai indeks glikemik untuk memudahkan penelitian selanjutnya.

3. Bagi Masyarakat

Dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan baru tentang produk olahan *cookies* berbahan tepung kentang dan kacang fava yang dapat dijadikan salah satu alternatif kudapan yang memiliki nilai indeks glikemik yang rendah.