

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian *snack food bars* rendah kalori yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan, bahwa :

1. Formulasi bahan baku *snack food bars* rendah kalori berbahan dasar tepung pisang goroho memberikan pengaruh terhadap karakteristik kimia dan organoleptik *snack food bars*.
2. Formulasi bahan baku terbaik *snack food bars* rendah kalori berbahan dasar tepung pisang goroho adalah formula 1, dengan kadar lemak 7.43%, kadar protein sebesar 13.31%, kadar karbohidrat sebesar 62.70%, kadar abu sebesar 2.50% dan kadar air sebesar 14,71%, serta tingkat penerimaan panelis terhadap tekstur, warna, dan aroma yang relatif disukai panelis. Dengan total kalori yang mendekati 70 kkl yaitu sebesar 68.14 kkl yang dapat dikonsumsi 2-3 bar dalam sehari untuk memenuhi kebutuhan makanan selingan yaitu 10 -15% dari total kebutuhan kalori harian.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian *snack food bars* rendah kalori yang telah dilakukan didapatkan saran, bahwa :

1. Sebaiknya menggunakan panelis yang spesifik dalam pengujian organoleptik
2. Perlunya reformulasi kembali *snack food bars* dengan menambahkan atau mengganti bahan baku untuk memperbaiki rasa dari *snack food bars* rendah kalori dengan gula aren.
3. Perlunya penelitian lanjutan terutama dalam perhitungan nilai ekonomis *snack food bars* rendah kalori berbahan dasar tepung pisang goroho.

DAFTAR PUSTAKA

- Antarlina, S., Noor, I., Noor, D., Umar, S., dan Muhammad. 2003. *Pemanfaatan*
- AOAC. 1995. *Official Methods Of Analysis The Association Of Analytical Chemist*. Washington D.C.
- Bait & Kasim, 2013. Suplementasi Lisin Pada Permen Keras Sari Jagung Metode *Open Pan* (Laporan Penelitian Hibah Bersaing. Universitas Negeri Gorontalo.
- Budianto AK.,2009*. Pangan, Gizi, dan Pembangunan Manusia Indonesia: Dasar-. Dasar Ilmu Gizi, Malang.
- Chandra, F. 2010. Formulasi *Snack Bar* Tinggi Serat Berbasis Tepung Sorgum (*Sorghum Bicolor L*), Tepung Maizena Dan Tepung Ampas Tahu (Skripsi). Fakultas Teknologi Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Chandra, F. 2010. Formulasi *Snack Bar* Tinggi Serat Berbasis Tepung Sorgum, Tepung Maizena, dan Tepung Ampas Tahu.Skripsi. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Elviera, G. 1988. Pengaruh pelayuan daging sapi terhadap mutu bakso. Skripsi. Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Farikha, IN., Anam, C., & Widowati, E. 2013. Pengaruh Jenis Dan Konsentrasi Bahan Penstabil Alami Terhadap Karakteristik Fisikokimia Sari Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) Selama Penyimpanan. Jurnal Teknosains Pangan
- Faturahman, R., Atmaka, W., dan Basito. 2012. Karakteristik Sensori dan Sifat Fisikokimia Cookies Dengan Substitusi Bekatul Beras Hitam (*Oryza sativa L.*) dan Tepung Jagung (*Zea mays L.*). Jurnal Teknosains Pangan
- Figoni, P. 2008. Exploring the fundamental of baking science 2nd Ed. New Jersey: John Wiley & Sons, Inc.,
- Gani, A., 2005. Mengenal lebih dekat minyak kelapa murni. Raja Grafindo. Jakarta
- Gillies, MT., 1974.Compressed Food Bars. Noyes Data Corporation. Park Ridge, New Jersey dalam Wijaya, E N. 2010.Pemanfaatan Tepung Jewawut (*Pennisetum glaucum*) dan Tepung Ampas Tahu dalam Pembuatan *Snack Bar* (Skripsi). Bogor : IPB
- Herning*, 2010. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Adopsi Biopestisida. Oleh Petani Di Kecamatan Mojogedang Kabupaten Karanganyar. (Skripsi) Program Studi

Penyuluhan dan Komunikasi Pertanian. Fakultas Pertanian, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.

Indrasti, D. 2004. Pemanfaatan tepung talas belitung (*Xanthosoma sagittifolium*) dalam pembuatan cookies. Skripsi. Fakultas Teknologi Pangan, Institut Pertanian Bogor, Bogor

Inggita K, Andriani S, Aswin, AAG ANom, 2006. The different effect between palm oil and virgin coconut oil administration on improving (holesterol) of rats with atheogenic diet,. Jurnal Kedokteran Brawijaya

Kaempe, H., Suryanto, E. & Kawengian, S., 2013, Potensi Ekstrak Fenolik Buah Pisang Goroho (*Musa Spp.*) Terhadap Gula Darah Tikus Putih (*Rattus norvegicus*).

Kartika, dkk. 1998. Pedoman Uji Inderawi Bahan Pangan. Yogyakarta.

Kasim R, L Ahmad, S Une, Y Bait, SA Liputo, 2017. Characterization of Snack Food Bars Made of Nixtamalized Corn Flour and Flour Of Nike Fish for Emergency Food. (Journal) Food Science and Technology Department, Faculty of Agriculture, Gorontalo State University

Kristanto D, 2009. Buah Naga : Pembudidayaan di Pot dan di Kebun. Penebar Swadaya. Jakarta.

Ladamay, SA dan SS Yuwono, 2014. Pemanfaatan Bahan Lokal Dalam Pembuatan Food Bars (Kajian Rasio Topika:Tepung Kacang Hijau Dan Proporsi CMC). Jurnal Pangan & Agroindustri Vol.2 No.1 P.67-78, Januari 2014.

Marimin. 2004. Pengambilan Keputusan Kriteria Majemuk, Jakarta : Grasindo Media Litbangkes, Vol. 25 No. 4. Jakarta Pusat

Melia, C. 2011. Pengolahan *Banana Bars* Dengan Inulin Sebagai Alternatif Pangan Darurat (Skripsi). Fakultas Teknologi Pertanian. Institut Pertanian Bogor.

Noor, TFD. 2012. “Pemanfaatan Tepung Ampas Tahu Pada Pembuatan Produk Cookies (Chocolate Cookies, Bulan Sabit Cookies, dan Pie Lemon Cookies)”. Proyek Akhir. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta

Peter, S. James, and T. William. (2008). Bertanam Buah Naga. Gramedia Pustaka Utama, Jakarta.

Pratomo, 2008. Superioritas Jambu Biji & Buah Naga. Unika Soegijapranata

- Putra GH, 2012. Pembuatan beras analog berbasis tepung pisang goroho (*musa acuminata*) dengan bahan pengikat carboxymethyl cellulose (cmc). Jurusan teknologi pertanian fakultas pertanian universitas sam ratulangi.
- Rachtamianto. 1974. Mempelajari Pengaruh Jumlah Air, Cara ekstraksi, Penyaringan, dan Penambahan CaSO₄ terhadap Mutu Tahu yang Dihasilkan. Tesis. Fatemata. IPB, Bogor.
- Rahmawati. 2013. Pengaruh Penggunaan Tepung Ampas Tahu Sebagai Bahan Komposit Terhadap Kualitas Kue Kering Lidah Kucing. Skripsi Universitas Negeri Semarang. Semarang.
- Rimbawan & A Siagian. 2004. Indeks Glikemik Pangan. Bogor : Penebar Swadaya.*
- Romanoff, AL., AJ. Romanoff. 1963. The Avian Egg. New York: John wiley and Sons, Inc
- Rosniar, M. 2016. Perbedaan tingkat kekerasan dan daya terima biskuit dari tepung sorgum yang disosoh dan tidak disosoh. Publikasi Ilmiah. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Roy, MK., Juneja, L.R., Isobe, S. dan Tsushida, T. (2009). Steam processed broccoli (*Brassica oleracea*) has high-er antioxidant activity in chemical and cellular assay systems. Food Chem
- Rufaizah, Umami. 2011. Pemanfaatan Tepung Sorgum (*Sorgum Bicolor L. Moench*) Pada Pembuatan Snack Bar Tinggi Serat Pangan Dan Sumber Zat Besi Untuk Remaja Putri. Skripsi. Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Teknologi Manusia. IPB, Bogor.
- Rusdi B, Maulana IT, dan Kodir RA. 2013. Analisis tepung ampas tahu. *Jurnal Matematika dan Sains*.
- Setiaji, B, dan Prayugo, S. (2006). Membuat VCO Berkualitas Tinggi. Jakarta: Penebar Swadaya.*
- Simanjuntak, L., Sinaga, C., Fatimah., 2014. Ekstraksi Pigmen Antosianin Kulit Buah Naga (*Hylocereus polyrhizus*) Jurnal Teknik Kimia USU
- Sirait, C. H. 1986. Telur dan Pengolahannya. Pusat Penelitian dan Pengembangan Peternakan. Bogor
- Soekarto ST., 1981. Penilaian Organoleptik Untuk Industri Pangan dan Hasil Pertanian. Jakarta : Bharat Aksara.

- Sondakh EP., 1990. Kandungan Pati Pada Beberapa Varietas Pisang. Skripsi Jurusan Teknologi Pertanian Unsrat. Manado.
- Sudarmadji, S., B. Haryono, dan Suhardi. 1989. Analisa Bahan Makanan dan Pertanian Edisi Pertama. Liberty. Yogyakarta.
- Sumber Daya Tanaman Buah-buahan Lokal Kalimantan Selatan untuk Agroindustri.* Banjarbaru: Laporan Akhir Balittra.
- Sundari, D. Almasyhuri & A Lamid. 2015. Pengaruh Proses Pemasakan Terhadap Komposisi Zat Gizi Bahan Pangan Sumber Protein.
- Suryani., 2007. Ilmu Pangan. Penebar Swadaya, Jakarta.
- Sutarmi, Hartin.* 2005. Taklukkan Penyakit dengan VCO (Virgin Coconut.Oil). Jakarta : Penebar Swadaya.
- Wardani, IE.* 2007.Uji Kualitas VCO Berdasarkan Cara Pembuatan dari Proses pengadukan Tanpa Pemancingan dan Proses Pengadukan dengan.Pemancingan. (Skripsi) Fakultas MIPA UNS
- Wijaya, EN, 2010. Pemanfaatan Tepung Jewawut (*Pennisetum Glaucum*) Dan Tepung Ampas Tahu Dalam Formulasi *Snack Bar* (Skripsi).Fakultas Teknologi Pertanian Institut Pertanian Bogor.
- Winarno, F G., 2008. Kimia Pangan dan Gizi. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Winarno, FG. dan Kartawidjajaputra, Felicia.2007. Pangan Fungsional dan Minuman Energi. Bogor: M-BIO PRESS, Cetakan 1.
- Yustina, I. & Abadi, FR.* 2012. Potensi Tepung Dari Ampas Industri Pengolahan. Kedelai Sebagai Bahan Pangan. Teks Seminar Nasional : Kedaulatan Pangan dan Energi.