

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tersebut di atas dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

- a. Cara penambahan ekstrak daun pandan dan lama pendinginan dapat menghasilkan beras agak disukai panelis dan memiliki indeks glikemik rendah.

2. Tujuan Khusus

- a. Penambahan ekstrak daun pandan dan lama pendinginan pada beras *parboiled* cokelat terfortifikasi berpengaruh terhadap aktivitas antioksidan, mutu tanak (*water uptake ratio*, *elongation*, dan *solid loss*) tetapi tidak mempengaruhi *cooking time* dan *alkali spreading value*.
- b. Nasi yang disukai panelis adalah nasi beras *parboiled* cokelat dengan cara penambahan fortifikasi dan ekstrak daun pandan 65°C, lama pendinginan 0 jam dan cara penambahn ekstrak daun pandan dan fortifikasi 65°C dan penambahan ekstrak daun pandan 100°C, lama pendinginan 36 jam.
- c. Sifat mutu tanak yang dihasilkan beras *parboiled* cokelat terfortifikasi kromium dan magnesium dengan penambahan ekstrak daun pandan dan fortifikasi 65°C dan penambahan ekstrak daun pandan 100°C, lama pendinginan 36 jam memiliki *cooking time* 43 menit, *alkali spreading value* 2 (suhu gelatinisasi tinggi), *water uptake ratio* 3,10%,

elongation 1,21, *solid loss* 1,87%. Serta tingkat kesukaan dengan skor 3,05 atau agak disukai.

- d. Penambahan fortifikasi dan ekstrak daun pandan 65°C dengan lama pendinginan 0 jam dan cara penambahan ekstrak daun pandan dan fortifikasi 65°C dan penambahan ekstrak daun pandan 100°C dengan lama pendinginan 36 jam. dapat menghasilkan nasi *parboiled* cokelat yang memiliki indeks glikemik rendah yaitu berkisar 42,37 dan 40,39 (<55).

B. Saran

Metode perendaman gabah dengan penambahan ekstrak daun pandan dan lama pendinginan beras *parboiled* cokelat sudah baik namun belum cukup baik untuk penambahan ekstrak herbal pada beras *parboiled* cokelat sehingga diperlukan uji coba menggunakan variasi berbagai ekstrak herbal dengan menggunakan konsentrasi yang berbeda sehingga melihat perbedaannya.