

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai uji daya terima formulasi teh herbal daun kersen (*Muntingia calabura* L.) dengan penambahan jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum* rhizoma) dan uji proksimat sebagai minuman alternatif bagi penderita diabetes melitus, dapat disimpulkan bahwa formulasi teh herbal yang dibuat memiliki tingkat daya terima yang baik serta karakteristik kimia yang memenuhi persyaratan mutu. Formulasi yang diberikan memberikan pengaruh terhadap tingkat kesukaan panelis pada parameter warna, aroma, rasa, dan kekentalan, serta menghasilkan nilai kadar abu, kadar air, dan pH yang masih berada dalam rentang mutu teh herbal sehingga berpotensi dikembangkan sebagai minuman alternatif bagi penderita diabetes melitus.

1. Formulasi teh herbal dibuat dalam tiga perlakuan, yaitu F1 (8% daun kersen : 2% jahe merah), F2 (5% daun kersen : 5% jahe merah), dan F3 (4% daun kersen : 6% jahe merah). Perbedaan komposisi daun kersen dan jahe merah menghasilkan karakteristik produk yang berbeda pada setiap formulasi.
2. Hasil uji organoleptik menunjukkan bahwa formulasi teh herbal daun kersen dengan penambahan jahe merah berpengaruh terhadap tingkat kesukaan panelis pada parameter warna, aroma, rasa, dan kekentalan. Berdasarkan hasil pengujian, formulasi F2 merupakan formulasi yang paling disukai panelis karena memiliki keseimbangan warna seduhan, aroma khas, rasa yang lebih dapat diterima, dan tingkat kekentalan yang sesuai.

3. Hasil uji proksimat menunjukkan bahwa nilai kadar abu, kadar air, dan pH pada ketiga formulasi masih berada dalam kisaran mutu teh herbal yang baik. Hal tersebut menunjukkan bahwa teh herbal daun kersen dengan penambahan jahe merah memiliki karakteristik kimia yang baik dan aman untuk dikembangkan

5.2 Saran

1. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi mahasiswa, khususnya di bidang Gizi dan Dietetika, mengenai pemanfaatan daun kersen (*Muntingia calabura* L.) dan jahe merah (*Zingiber officinale* var. *rubrum* rhizoma) sebagai bahan pangan fungsional. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan produk pangan lokal yang memiliki nilai gizi dan manfaat kesehatan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan analisis kandungan senyawa bioaktif seperti flavonoid, fenolik total, dan aktivitas antioksidan pada teh herbal daun kersen dengan penambahan jahe merah. Selain itu, perlu dilakukan uji efektivitas terhadap penurunan kadar glukosa darah melalui penelitian in vivo maupun uji klinis, serta pengujian mutu yang lebih lengkap seperti uji mikrobiologi, dan pengembangan kemasan serta label produk agar memiliki nilai jual yang lebih baik.

3. Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat memanfaatkan daun kersen dan jahe merah sebagai salah satu alternatif minuman herbal yang mudah dibuat dan

berpotensi memberikan manfaat kesehatan, khususnya sebagai minuman pendamping bagi penderita diabetes melitus. Namun demikian, konsumsi teh herbal ini tetap perlu diimbangi dengan pola makan sehat, aktivitas fisik yang cukup, serta tidak menggantikan pengobatan medis yang telah dianjurkan oleh tenaga kesehatan.

