

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### A. Simpulan

- Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa Formulasi PKMK DM berbasis beras coklat dan jamur tiram yang menunjukkan analisis proksimat dan energi terbaik yaitu pada perlakuan 2 (F2) dengan bahan tambahan tepung ikan dan tepung wortel.
- Kandungan Energi pada F2 ternyata paling rendah dibandingkan dengan perlakuan lainnya yaitu 391 kkal yang akan mencegah penumpukan lemak di dalam tubuh.
- Kandungan Protein pada F2 ternyata lebih tinggi dibandingkan dengan perlakuan lainnya yaitu 14,52%. Protein telah terbukti mampu mengendalikan glukosa darah dengan cara memfasilitasi transpor glukosa ke sel (Sulistiyowati, 2021).
- Kandungan Lemak pada F2 paling rendah yaitu 5,45% sehingga dapat berperan sebagai antioksidan dan aman dikonsumsi pasien DMT2.
- Kandungan Karbohidrat pada F2 ternyata lebih rendah dibandingkan dengan perlakuan lainnya yaitu 71,02%. Kandungan karbohidrat yang lebih rendah akan membantu pengendalian glukosa darah (Putri, 2023).

#### B. Saran

Diharapkan untuk penelitian selanjutnya, setiap formula bisa menggunakan perbandingan komposisi bahan yang cenderung sama sehingga menghasilkan formula terbaik yang sempurna dari segi kandungan energi dan zat gizi makronya.