

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan makan dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Sifat fisik warna jus semakin sedikit jumlah brokoli semakin pudar warna hijaunya. Semakin sedikit jumlah brokoli semakin kuat aroma dari jeruk nipis. Semakin sedikit jumlah brokoli semakin terasa rasa khas jeruk nipis. Serta memiliki kekentalan yang cair.
- b. Tidak ada pengaruh penambahan jumlah brokoli terhadap sifat organoleptik tingkat kesukaan warna dan kekentalan sedangkan ada pengaruh penambahan jumlah brokoli terhadap sifat organoleptik tingkat kesukaan aroma dan rasa variasi jumlah brokoli (*Brassica oleracea* L. var. *italica*) dengan penambahan jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*) pada jus sebagai minuman fungsional alternatif pengganti konsumsi sayur.
- c. Ada pengaruh variasi jumlah brokoli terhadap aktivitas antioksidan pada variasi jumlah brokoli (*Brassica oleracea* L. var. *italica*) dengan penambahan jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*) pada jus sebagai minuman fungsional alternatif pengganti konsumsi sayur. Jus brokoli dengan aktivitas antioksidan tertinggi pada perlakuan B dengan komposisi brokoli 65 g penambahan sari jeruk nipis 5 g yaitu 25% antioksidan dalam 100 ml jus.

- d. Tidak ada pengaruh variasi jumlah brokoli terhadap kadar serat pangan pada variasi jumlah brokoli (*Brassica oleracea* L. var. *italica*) dengan penambahan jeruk nipis (*Citrus aurantifolia*) pada jus sebagai minuman fungsional alternatif pengganti konsumsi sayur. Jus brokoli dengan kadar serat pangan tertinggi pada perlakuan B dengan komposisi brokoli 65 g penambahan sari jeruk nipis 5 g yaitu 5,57% antioksidan dalam 100 ml jus.

B. Saran

Jus brokoli yang dapat diterima pada perlakuan B berdasarkan sifat fisik dan sifat organoleptik untuk konsumen yang meminum jus brokoli 400 ml perhari dengan perlakuan B (brokoli 65 g dan sari jeruk nipis 5 g dapat mengkonsumsi antioksidan sebesar 100 µg/hari dan serat pangan 22,28 g/hari. Untuk menambah jumlah konsumsi serat perhari dapat mengkonsumsi sayur dan buah lainnya pada menu makan. Disarankan untuk mengkonsumsi jus segera setelah dibuat agar jus tidak bereaksi dengan oksigen sehingga membentuk senyawa baru yang mengakibatkan terjadinya perubahan warna pada jus.