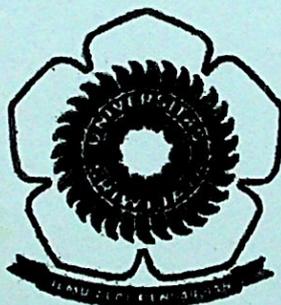


**KONSUMSI REMAJA TERHADAP
AYAM GORENG (*FRIED CHICKEN*) DI SMAN 1, SMAN 3
DAN SMAN 10 PALEMBANG**

**Oleh
MELDA R. PANGARIBUAN**



**FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

INDRALAYA

2005

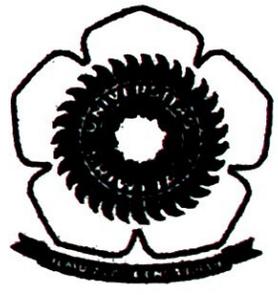
5
641.307
pan
le
2005

**KONSUMSI REMAJA TERHADAP
AYAM GORENG (*FRIED CHICKEN*) DI SMAN 10
DAN SMAN 10 PALEMBANG**



R. 12579
12801

Oleh
MELDA R. PANGARIBUAN



**FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

**INDRALAYA
2005**

SUMMARY

MELDA R. PANGARIBUAN. The Students Eating Pattern for Fried Chicken at State Senior High Schools (SMAN) 1, 3 and 10 in Palembang (Supervised by **NURA MALAHAYATI** and **UMI ROSIDAH**).

The research objective was to determine the students eating pattern of State Senior High Schools (SMAN) 1, 3 and 10 in Palembang. This study was carried out at State Senior High Schools (SMAN) 1, 3 and 10 in Palembang as well as at Food Technology Laboratory of Chemical Engineering, Sriwijaya Polytechnic from April to August 2004. This study was a survey research using Cross Sectional Design.

The result showed that students nutrient status based on Body Mass Index (BMI) at State Senior High Schools (SMAN) 1, 3 and 10 in Palembang consisted of 55.5 percent that was classified as thin, 38.9 percent was classified as normal, and 5.6 percent was classified as fat, respectively. Calory and protein consumption pattern for boy students was below the Recommended Dietary Allowance (RDA) of 82.85 percent and 99.28 percent, whereas calory and protein consumption pattern for girl students was exceed the Recommended Dietary Allowance of 101.3 percent and 118.11 percent.

The students have habit to consume fried chicken because of practical reason, relatively cheap and deliciously oily taste. Result of fried chicken analysis at restaurants of KFC, Texas, Mc.Donald, and CFC showed that it had relatively high fat, natrium, and cholesterol contents, but it had low fibre content.

RINGKASAN

MELDA R. PANGARIBUAN. Konsumsi Remaja Terhadap Ayam Goreng (*Fried Chicken*) di SMAN 1, SMAN 3 dan SMAN 10 Palembang (Dibimbing oleh **NURA MALAHAYATI** dan **UMI ROSIDAH**).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan faktor sosial ekonomi dan pola konsumsi remaja SMAN 1, SMAN 3 dan SMAN 10 Palembang. Penelitian ini dilaksanakan di tiga sekolah yaitu SMAN 1, SMAN 3, SMAN 10 Palembang, Laboratorium Teknologi Pangan Teknik Kimia Politeknik Sriwijaya dan Laboratorium Kimia Hasil Pertanian pada bulan April 2004 sampai dengan Agustus 2004. Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan menggunakan rancangan *Cross Sectional*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi remaja berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) di SMA Negeri 1, SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 10 Palembang 55,5 persen tergolong kategori kurus, 38,9 persen kategori normal dan 5,6 persen kategori gemuk. Pola konsumsi kalori dan protein kalori remaja putra masih di bawah angka kecukupan yang dianjurkan yaitu 82,85 persen dan 99,28 persen sedangkan remaja putri di atas angka kecukupan yaitu 101,3 persen dan 118,11 persen.

Remaja memiliki kebiasaan mengkonsumsi ayam goreng dengan alasan praktis, harga terjangkau dan rasa yang gurih. Hasil analisa kimia terhadap ayam goreng di restoran *KFC*, *Texas*, *Mc. Donald's* dan *CFC* menunjukkan kandungan lemak, natrium, kolesterol ayam goreng cukup tinggi.

**KONSUMSI REMAJA TERHADAP AYAM GORENG
(*FRIED CHICKEN*) DI SMAN 1, SMAN 3 DAN SMAN 10 PALEMBANG**

Oleh

MELDA R. PANGARIBUAN

SKRIPSI

sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Teknologi Pertanian

pada

**PROGRAM STUDI TEKNOLOGI HASIL PERTANIAN
JURUSAN TEKNOLOGI PERTANIAN
FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA**

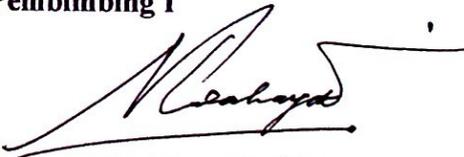
**INDRALAYA
2005**

Skripsi
KONSUMSI REMAJA TERHADAP AYAM GORENG
(FRIED CHICKEN) DI SMAN 1, SMAN 3 DAN SMAN 10 PALEMBANG

Oleh
MELDA R. PANGARIBUAN
05983107035

telah diterima sebagai salah satu syarat
untuk memperoleh gelar
Sarjana Teknologi Pertanian

Pembimbing I



Ir. Nura Malahayati, M.Sc

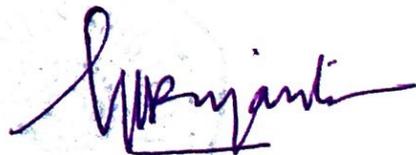
Indralaya, Mei 2005

Fakultas Pertanian
Universitas Sriwijaya
Plt. Dekan,

Pembimbing II



Ir. Hj. Umi Rosidah, M.S



Dr. Ir. Gatot Priyanto, M.S
NIP. 131 414 570

Skripsi berjudul "Konsumsi Remaja Terhadap Ayam Goreng (*Fried Chicken*) di SMAN 1, SMAN 3 dan SMAN 10 Palembang" oleh Melda R. Pangaribuan telah dipertahankan di depan Komisi Penguji pada tanggal 21 April 2005.

Komisi Penguji

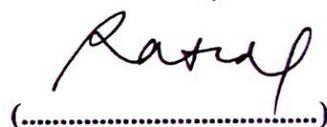
1. Ir. Nura Malahayati, M.Sc

Ketua



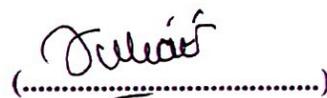
2. Ir. Hj. Umi Rosidah, M.S

Sekretaris



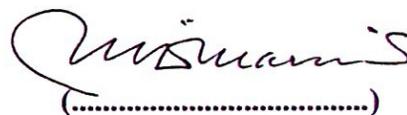
3. Dr. Ir. Kiki Yuliati, M.Sc

Anggota



4. Ir. R. Mursidi, M.Si

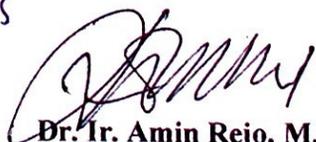
Anggota



Mengetahui

Ketua Jurusan

Teknologi Pertanian

An 19/05


Dr. Ir. Amin Rejo, M.P.
NIP. 131875110

Mengesahkan

Ketua Program Studi

Teknologi Hasil Pertanian



Ir. Anny Yanuriati, M.Appl.Sc.
NIP. 131999059

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa seluruh data dan informasi yang disajikan dalam skripsi ini, kecuali yang disebutkan dengan jelas sumbernya, adalah penelitian dan investigasi saya sendiri dan belum pernah atau tidak sedang diajukan sebagai syarat untuk memperoleh gelar kesarjanaan lain atau gelar yang sama di tempat lain.

Indralaya, Mei 2005

Yang membuat pernyataan

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Melda R. Pangaribuan', with a horizontal line underneath the name.

Melda R. Pangaribuan

RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan pada tanggal 15 Juni 1980 di Medan, merupakan anak ke lima dari lima bersaudara. Orang tua bernama V. Pangaribuan dan H. Sarumpaet.

Pendidikan Taman Kanak-kanak diselesaikan pada tahun 1986 di Tk Kuncup Mekar Swastiastu Denpasar, sekolah dasar diselesaikan pada tahun 1992 di SD Indriasana Palembang, sekolah menengah pertama pada tahun 1995 di SLTP Negeri 3 Palembang dan sekolah menengah atas pada tahun 1998 di SMA Negeri 3 Palembang.

Penulis diterima di Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya, Jurusan Teknologi Pertanian Program Studi Teknologi Hasil Pertanian melalui Ujian Masuk Perguruan Tinggi Negeri (UMPTN) pada tahun 1998.

KATA PENGANTAR

Terpujilah Allah Bapa karena berkat pertolongan dan anugerah-Nyalah maka penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian ini dengan baik.

Penulis sangat berterima kasih kepada Ibu Ir. Nura Malahayati, M.Sc dan Ibu Ir. Hj. Umi Rosidah, M.S selaku pembimbing atas kesabaran dan arahan serta bimbingan yang diberikan penulis selama penelitian berlangsung sampai skripsi ini terselesaikan.

Pada kesempatan ini penulis juga sangat berterima kasih kepada:

1. Bapak Dr. rer. nat. Ir. Agus Wijaya, M. Si selaku dosen pembimbing akademik yang telah membantu dan memotivasi penulis selama menyelesaikan penelitian.
2. Ibu Dr. Ir. Kiki Yulianti, M.Sc dan Bapak Ir. R. Mursidi, M.Si selaku dosen penguji skripsi.
3. Bapak Drs. Irawadi selaku kepala sekolah SMA Negeri 10 Palembang.
4. Ibu Dra. Darmi Hartati selaku kepala sekolah SMA Negeri 1 Palembang.
5. Bapak Drs. Lukman Hakim selaku kepala sekolah SMA Negeri 3 Palembang dan guru-guru yang telah membantu dan memberikan semangatnya kepada penulis selama penelitian.
6. Ibu Ir. Erwana Dewi, M. Eng. selaku kepala Laboratorium Teknik Kimia Politeknik, Mbak Lisma dan Mbak Hapsah di Laboratorium Kimia Hasil Pertanian Jurusan Teknologi Pertanian yang membantu penulis dalam menganalisa ayam goreng.

7. Bapak, Mama, Kak Vera, Bang Holmes, Bang Paul dan Kak Tetty yang memberikan kasih sayang dan perhatiannya selalu melalui doa, motivasi, nasehat. Terima kasih karena kalian adalah Anugerah terindah yang Allah Bapa berikan kepadaku.
8. Indriasari 'Ayi' (alm) sahabat terbaikku yang telah memberikan waktu, perhatian, kebersamaan, harapan dan semangat untuk mengerjakan skripsi ini.
9. Adik-Adik SMA Negeri 1, 3, dan 10 Palembang yang bersedia menjadi sampel dan memberikan informasi, waktu buat penelitian ini.
10. Mbak Oyi di Perpustakaan Akademi Gizi Palembang atas buku-buku yang dipinjamkan selama penulisan skripsi ini.
11. Kelompok Kecilku di Pertanian dan siswa, TPS, KTB Naomi, Anak-anak Pahlawan, Kak Tio, dan teman-teman di PERKANTAS atas doa, semangat juga kekuatan yang memotivasiku untuk terus mengerjakan skripsi ini.
12. Teman baikku Yohanes, Dhedhe, Fery dan Alex atas kebersamaan, doa dan bantuan yang selalu siap sedia sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.
13. Maya, Lusy, Reni, Fera, Wati Funky, Melly, Friska, dan lainnya di THP'98 serta Femmy, Devy atas semangat dan bantuan tanpa pamrih kalian.

Semoga skripsi ini dapat memberikan sumbangan pemikiran yang bermanfaat bagi kita semua.

Indralaya, Mei 2005

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
I. PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Tujuan	2
II. TINJAUAN PUSTAKA	3
A. Pola Konsumsi	3
B. Remaja	5
C. Makanan Cepat Saji (<i>Fast Food</i>)	8
III. PELAKSANAAN PENELITIAN	11
A. Jenis Penelitian	11
B. Tempat dan Waktu.....	11
C. Populasi dan Sampel.....	11
D. Pengumpulan Data.....	11
E. Instrumen Penelitian.....	12
F. Batasan Operasional.....	12
G. Analisis	13
H. Cara Kerja.....	14
I. Kerangka Pemikiran.....	20
J. Kerangka Kerja.....	21



IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	22
A. Karakteristik Remaja Sampel	22
B. Karakteristik Keluarga Remaja Sampel	24
C. Status Gizi Remaja	25
D. Konsumsi Pangan Keluarga.....	26
E. Konsumsi <i>Fast Food</i> Remaja.....	29
F. Pengetahuan Gizi Remaja	32
G. Kecukupan Gizi Remaja	33
H. Kandungan Gizi Ayam Goreng	35
I. Kolesterol Ayam Goreng	37
V. KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Anjuran kecukupan zat gizi utama pada usia remaja	6
2. Batas ambang IMT untuk Indonesia	12
3. Karakteristik remaja sampel dan keluarganya	22
4. Status gizi remaja berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT).....	25
5. Konsumsi pangan keluarga dan remaja	28
6. Persentase remaja menurut frekuensi makan ayam goreng dan pendapatan keluarga	31
7. Persentase remaja menurut frekuensi makan ayam goreng dan dengan siapa	31
8. Persentase kecukupan konsumsi kalori, protein, dan lemak remaja berdasarkan jenis kelamin	33
9. Persentase kandungan gizi pada 100 g ayam goreng	35
10. Persentase kandungan kolesterol pada 100 g ayam goreng	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Kuesioner pendahuluan	44
2. Kuesioner	45
3. Data Indeks Massa Tubuh Remaja	51
4. Asupan zat gizi (energi, protein dan lemak) remaja	54
5. Pengaruh pendapatan keluarga terhadap frekuensi makan remaja	57
6. Surat Keterangan dari Dinas Pendidikan	58
7. Surat Keterangan dari SMAN Negeri 1 Palembang	59
8. Surat Keterangan dari SMAN Negeri 3 Palembang	60
9. Surat Keterangan dari SMAN Negeri 10 Palembang	61

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Era globalisasi yang dicirikan oleh perdagangan yang pesat mendorong industri pengolahan pangan menghasilkan sejumlah besar produk berupa pangan terolah. Produk pangan terolah ini bukan saja memiliki daya simpan yang lama, tetapi juga memiliki rasa, warna dan tekstur lebih baik sehingga disenangi masyarakat khususnya masyarakat perkotaan. Fenomena yang terjadi di perkotaan sekarang yaitu banyaknya produk-produk makanan terolah yang disediakan di restoran cepat saji. Makanan cepat saji atau *fast food* sering diidentikkan dengan gaya hidup barat yang menyajikan makanan seperti pizza, ayam goreng dan lainnya yang menjanjikan kemudahan dalam memperoleh dan mengkonsumsinya (Baliwati, *et al.*, 2004).

Makanan cepat saji (*fast food*) dipilih masyarakat karena penyajiannya yang cepat, cita rasa yang enak, dan harga terjangkau, selain itu makanan *fast food* juga dianggap memiliki nilai sosial tinggi bagi yang mengkonsumsinya. Pada umumnya konsumen restoran ini adalah remaja (Khomsan, 2003).

Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada usia remaja terjadi perubahan fisik, bertambahnya jaringan lemak dan perubahan hormonal sehingga remaja membutuhkan makanan dalam jumlah besar dan juga makanan yang mengandung energi tinggi selama masa pertumbuhannya.

Remaja memiliki sifat mudah terpengaruh iklan, suka ikut-ikutan teman, dan cenderung boros dalam menggunakan uangnya, sehingga memudahkan produsen

makanan cepat saji untuk melakukan promosi produk yang berlebihan melalui media elektronika dan massa untuk menarik perhatian remaja mengkonsumsi *fast food* (Khomsan, 2003).

Di Sumatera Selatan berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik dilaporkan jumlah penduduk usia 10 sampai 19 tahun besarnya 23,34 persen yang terdiri atas 11,94 persen berumur 10 sampai 14 tahun dan 11,40 persen berumur 15 sampai 19 tahun (BPS, 2003). Jumlah yang cukup besar dan memiliki potensi untuk menjadi sasaran bagi restoran *fast food*.

Kehadiran *fast food* dalam industri makanan bisa mempengaruhi pola konsumsi remaja di kota. Salah satu makanan *fast food* yang digemari remaja adalah ayam goreng (*fried chicken*) yang umumnya memiliki kandungan kalori, lemak dan natrium yang tinggi, tetapi mempunyai serat yang rendah. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini bila telah menjadi pola konsumsi, akan dapat mengakibatkan gizi salah pada remaja (Moehyi, 2000).

Berdasarkan uraian di atas maka dilakukan penelitian tentang pola konsumsi remaja terhadap ayam goreng (*fried chicken*).

B. Tujuan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor sosial ekonomi dan pola konsumsi remaja SMAN 1, SMAN 3 dan SMAN 10 Palembang terhadap ayam goreng (*fried chicken*).

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari penelitian yang dilakukan, maka dapat disimpulkan beberapa hal sebagai berikut :

1. Hasil antropometri remaja di SMA Negeri 1, SMA Negeri 3 dan SMA Negeri 10 Palembang menunjukkan 55,5 persen tergolong kategori kurus, 38,9 persen kategori normal dan 5,6 persen kategori gemuk.
2. Pola konsumsi kalori dan protein kalori remaja putra masih di bawah angka kecukupan yang dianjurkan yaitu 82,85 persen dan 99,28 persen sedangkan remaja putri di atas angka kecukupan yaitu 101,3 persen dan 118,11 persen.
3. Faktor ekonomi (pendapatan keluarga) berpengaruh tidak nyata terhadap frekuensi makan *fast food* remaja.
4. Faktor lingkungan sosial (pergi bersama teman) berpengaruh nyata terhadap frekuensi makan *fast food* remaja.

B. Saran

1. Remaja perlu mengkonsumsi menu makanan yang seimbang untuk memenuhi kebutuhan zat gizi dalam tubuh.
2. Perlu dilakukan penelitian lanjutan tentang makanan *fast food* lainnya seperti hamburger, pizza, *french fries* untuk memberikan gambaran lebih lengkap dan menyeluruh tentang kandungan gizi *fast food*.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggorodi, R. 1979. Ilmu Makanan Ternak Umum. PT Gramedia. Jakarta.
- Baedhowle, M. dan S. Pranggonowati. 1982. Petunjuk Praktek Pengawasan Mutu Hasil Pertanian I. Depdikbud Direktorat Pendidikan Menengah Kejuruan. Jakarta.
- Baliwati, Y.F, A. Khomsan, dan C.M Dwiriani. 2004. Pengantar Pangan dan Gizi. Penebar Swadaya. Jakarta.
- Berg, A dan Robert J. M. 1987. Nutrition Factor – Diterjemahkan Oleh A. D. Sediaoetama. Faktor Gizi. Penerbit Bhatara Karya Aksara. Jakarta.
- Biro Pusat Statistik. 2003. Sumatera Selatan dalam Angka 2002. BPS. Palembang.
- Departemen Kesehatan. 1996. Pedoman Praktis Memantau Status Gizi Orang Dewasa. Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.
- Gaman, P.M., dan K.B. Sherrington. 1994. Ilmu Pangan Pengantar Ilmu Pangan, Nutrisi dan Mikrobiologi. Gadjah Mada University Press. Yogyakarta.
- Hardinsyah dan Drajat, M. 1989. Menaksir Kecukupan Energi dan Protein serta Penilaian Gizi Konsumsi Pangan. Wirasari. Jakarta.
- Hasan, M. I. 1999. Pokok-Pokok Statistik 2 (Statistik Inferensi). Penerbit Bumi Aksara. Jakarta.
- Heslet, L. 1991. Cholesterol – Diterjemahkan Oleh A. Adiwiyoto. Kolesterol. PT Kesaint Blanc Indah Corp. Jakarta.
- Joseph, G. 2002. Manfaat Serat Makanan Bagi Kesehatan Kita. IPB. (Online). ([Http://www.tripod.com](http://www.tripod.com). Diakses 4 Februari 2005).
- Khomsan, A. 2003. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan. PT Rajagrafindo Persada. Jakarta.
- Khumaidi, M. 1994. Gizi Masyarakat. Penerbit PT BPK Gunung Mulia. Jakarta.
- Krause, M. V. and L. K. Mahan. 1984. Food, Nutrition and Diet Therapy: A Textbook of Nutrition Care. W. B. Saunders Company. Canada.

- Lanny, C.H., 2003. *Nutrisi dan Metabolisme Keseimbangan Garam*. Jakarta. (Online). ([Http://medicastore.com](http://medicastore.com) Diakses 4 Februari 2005).
- Latifah, M. 1993. Kebiasaan Makan, Pengetahuan Gizi dan Distribusi Konsumsi Pangan di Antara Anggota Keluarga Pria dan Wanita Pada Keluarga Petani Miskin dan Tidak Miskin. *Media Gizi dan Keluarga*:17(1):39-48.
- Moehji, S. 2000. *Gizi Dalam Daur kehidupan*. Penerbit Papas Sinar Sunanti. Jakarta.
- _____. 2003. *Ilmu Gizi 2 Penanggulangan Gizi Buruk*. Penerbit Papas Sinar Sunanti. Jakarta.
- Muhalil dan Karyadi. 1996. *Kecukupan Gizi yang Dianjurkan*. Pt. Gramedia Pustaka Utama. Jakarta.
- Nelson. 2005. *Principles of Biochemistry*. W.H Freeman. New York.
- Owen, A. Y. and R. T. Frankle. 1986. *Nutrition In The Community The Art Of Delivering Services*. Times Mirror/Mosby College Publishing. Missouri.
- Rickert. 1995. *Adolescent Nutrition: Assessment and Management*. International Thomson Publishing. New York
- Sediaoetama, A. D. 2000. *Ilmu Gizi untuk Mahasiswa dan Profesi*. Penerbit Dian Rakyat. Jakarta.
- Setiono, L. H. 2002. *Beberapa Permasalahan Remaja*. Team Psikologi. Jakarta. (Online). ([Http://www.e-psikologi.com](http://www.e-psikologi.com). Diakses 15 Oktober 2003).
- Sudarmadji, S., B. Haryono, dan Suhardi. 1996. *Analisa Bahan Makanan dan Pertanian*. Liberty Yogyakarta. Yogyakarta.
- Suhardjo. 1986. *Pangan, Gizi dan Pertanian*. Universitas Indonesia Press. Jakarta.
- _____. 2003. *Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Penerbit Bumi Aksara bekerja sama dengan Pusat Antar Universitas- Pangan dan Gizi Institut Pertanian Bogor. Jakarta.
- Widiastuti, E., N. S. Djenar, A. Marlina, Riniati, dan H. N. Chamidy. 1996. *Petunjuk Praktikum Kimia Analitik Instrumen*. Pusat Pengembangan Pendidikan Politeknik Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Bandung.

Williams, S. R. 1990. *Essentials of Nutrition and Diet Therapy*. Times Mirror/Mosby College Publishing. St. Louis.

Winarno, F.G. 1997. *Kimia Pangan dan Gizi*. PT Gramedia. Jakarta.

Winarsi, H. 2001. Peran Serat Makanan (*Dietary Fiber*) untuk Mempertahankan Tubuh Sehat. IPB. (Online). ([Http://www. Hayati-ipb.com](http://www.Hayati-ipb.com). Diakses 4 Februari 2005).