

POLA KONSUMSI FAST FOOD DAN STATUS GIZI REMAJA PENGUNJUNG BEBERAPA RESTORAN
FAST FOOD DI SEMARANG

KHOMSIYAH KARTIKA DEWI -- G.101930521
(1998 - Skripsi)

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui karakteristik remaja pengunjung restoran *fast food*, jenis *fast food*, frekuensi mengkonsumsi *fast food*, besarnya sumbangan konsumsi zat gizi *fast food* (energi, lemak, kolesterol dan natrium), tingkat kecukupan energi dan lemak, status gizi dan gangguan makan pada remaja, hubungan antara konsumsi *fast food*, konsumsi makanan selingan non *fast food* konsumsi makanan utama dengan tingkat kecukupan energi dan lemak, hubungan antara status gizi serta hubungan antara konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja.

Jenis penelitian adalah deskriptif dan analitik dengan metoda penelitian survei. Sebagai populasi adalah remaja pengunjung restoran *fast food* yang berusia 13 –18 tahun dengan teknik pengambilan sampel secara purposive. Penelitian dilakukan di *fast food* yaitu KFC-Citraland, CFC-Citraland dan McD- Citraland dan McD di Jl pemuda semarang, pada bulan februari – maret 1998. Pengumpulan dilakukan dengan wawancara dibantu kuesioner, penimbangan BB dan pengukuran TB. Data yang terkumpul dianalisis dengan menggunakan metode analisis deskriptif dan statistik dengan uji korelasi Product Moment ® untuk variabel konsumsi *fast food*, konsumsi makanan jajanan/selingan don *fast food*, konsumsi makanan utama, tingkat kecukupan energi dan lemak serta status gizi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja yang mengunjungi restoran *fast food* rata-rata masih berpendidikan SMP dan SMU dan berasal dari keluarga ekonomi menengah keatas. Frekuensi remaja dalam konsumsi *fast food* di *fast food* rata-rata 1-2 kali seminggu. Jenis *fast food* yang sering dikonsumsi ada *fried chicken dan French fries*. Jenis minuman yang dikonsumsi adalah soft drink. Rata-rata konsumsi energi, lemak, kolesterol, natrium *fast food* dalam sehari masing-masing adalah 903,1 kal, 33,6 gizi, 251,9 mg dan 232,0-2352,7 mg. Sebagian besar remaja berstatus gizi obese dan over weight selain itu kebanyakan responden ternyata memiliki kebiasaan makan lebih pada saat sedih dari pada saat senang.

Dari uji hubungan didapatkan hasil:

- 1) Ada hubungan antara konsumsi *fast food*, konsumsi makanan jajanan/selingan non *fast food* dan konsumsi makanan utama dengan tingkat kecukupan energi dan lemak.
- 2) Ada hubungan antara tingkat kecukupan energi dan lemak dengan status gizi remaja.
- 3) Ada hubungan antar konsumsi *fast food* dengan status gizi remaja.

Disarankan adanya pemasaran sosial Pedoman Umum Gizi Seimbang (PUGS) tentang kelebihan dan kekurangan *fast food* pada remaja serta

penambahan sayuran pada menu yang dihidangkan produsen. Selain itu perlu pengoptimalan peran Bimbingan Konseling (BK) sekolah untuk membantu memecahkan masalah remaja agar tidak melampiaskan permasalahannya dengan makan lebih banyak.

Kata Kunci: KONSUMSI FAST FOOD REMAJA