

**PENGAMBILAN BUAH-BUAHAN DAN PENILAIAN SENSORI
KAJIAN KES DI SEBERANG JAYA PULAU PINANG**

DISEDIAKAN OLEH :

**HUSSIN KHAN BIN RAHMATULLAH KHAN
MOHAMAD AZLI RAZALI
KHAIRUL HIDAYAT REZO**

DISEMBER 2009

PENGAMBILAN BUAH-BUAHAN DAN PENILAIAN SENSORI: KAJIAN KES DI SEBERANG JAYA PULAU PINANG

ABSTRAK

OLEH

**HUSSIN KHAN BIN RAHMATULLAH KHAN
MOHAMAD AZLI RAZALI
KHAIRUL HIDAYAT REZO**

Kajian dijalankan untuk menentukan pengambilan buah-buahan di kalangan 200 orang penduduk Seberang Jaya Pulau Pinang dan sensori buah-buahan yang terpilih. Kaedah persampelan secara rawak dilakukan ke atas penduduk yang berumur 19 hingga 52 tahun dan telah dijalankan di beberapa tempat sekitar Seberang Jaya Pulau Pinang. Borang kaji selidik digunakan dan subjek ditemuramah untuk mengumpulkan maklumat corak pengambilan buah-buahan. Seterusnya varieti buah-buahan dikenalpasti daripada 3 jenis buah-buahan yang mencatatkan min pengambilan tertinggi untuk dinilai tahap penerimaan sesuatu buah-buahan. Responden kajian terdiri daripada 60% perempuan dan 40% lelaki, 57% adalah bujang manakala 43% berkahwin. Kebanyakan responden kajian adalah kakitangan kerajaan (40%), diikuti pelajar (26%), kakitangan swasta (18%), bekerja sendiri (9%) dan tidak bekerja (7.0%). Min umur keseluruhan subjek kajian adalah 27 tahun. Manakala min pengambilan buah-buahan untuk kesemua subjek adalah 1.85 hidangan sehari iaitu satu nilai yang rendah berbanding nilai saranan. Buah yang paling kerap dimakan adalah Epal Merah iaitu 1.30 hidangan sehari dengan masa lapang adalah masa paling sesuai buah-buahan diambil untuk dimakan. Penilaian sensori menunjukkan Red Delicious paling disukai bagi kategori epal, pisang mas bagi kategori pisang manakala Valencia bagi kategori sitrus.

KANDUNGAN

	Halaman	
TAJUK PROJEK	i	
SURAT TAWARAN	ii	
SURAT DEKLARASI	iv	
ABSTRAK	vi	
PENGHARGAAN	vii	
KANDUNGAN	viii	
SENARAI JADUAL	xi	
SENARAI RAJAH	xii	
SENARAI SIMBOL/SINGKATAN	xiii	
BAB I		
PENGENALAN	1	
BAB II		
ULASAN KEPUSTAKAAN	4	
2.1	Pendahuluan	4
2.2	Pengambilan Buah-Buahan Dari Perspektif Islam	7
2.3	Corak Pengambilan Buah-Buahan Di Malaysia Dan Negara Luar	14
2.4	Pengambilan Buah-Buahan Dan Kepentingannya Kepada Kesihatan	15
2.4.1	Pencegahan Obesiti Dan Berat Badan Berlebihan	16
2.4.2	Pencegahan Penyakit Kardiovaskular	19
2.4.3	Pencegahan Penyakit Kanser	22
2.4.4	Pencegahan Penyakit Diabetis	23

2.5	Faktor Yang Mempengaruhi Pengambilan Buah-Buahan	24
	2.5.1 Faktor Demografik	24
	2.5.2 Faktor Psikologi	28
2.6	Masalah/Kesulitan Yang Dihadapi Dalam Pengambilan Buah-Buahan	30
	2.6.1 Masalah Kewangan (Harga Yang Mahal)	30
	2.6.2 Alahan (Alergik)	31
2.7	Strategi Bagi Meningkatkan Pengambilan Buah-Buahan	32
2.8	Kepentingan Kajian	37
BAB III	METODOLOGI	39
3.1	Rekabentuk Kajian	39
3.2	Kaedah Kajian	40
	3.2.1 Borang Soalselidik Pengambilan Buah-Buahan Di Kalangan Penduduk Melayu Lembah Kelang	40
3.3	Kajian Makmal	41
	3.3.1 Penilaian Sensori	41
3.4	Analisis Data	42
	3.4.1 Analisis Data Kekerapan Pengambilan Buah-Buahan	42
	3.4.2 Analisis Statistik	44
BAB IV	HASIL DAN PERBINCANGAN	46
4.1	Ciri-ciri Demografik Subjek Kajian	46
4.2	Amalan Dan Dikap Pemakanan Buah-Buahan Di Kalangan Subjek	47
4.3	Faktor Pemilihan Buah-Buahan Di Kalangan Subjek	48

4.4	Lokasi Subjek Memperolehi Buah-Buahan	51
4.5	Masa Pengambilan Buah-Buahan Di Kalangan Subjek	52
4.6	Kekerapan Pengambilan Buah-Buahan Di Kalangan Subjek	53
4.7	Sepuluh Jenis Buah-Buahan Yang Paling Kerap Diambil Oleh Subjek	55
4.8	Penilaian Sensori – Fizikal Luaran Dan Isibuah Epal, Pisang Dan Sitrus	56
	4.8.1 Buah Epal	57
	4.8.2 Buah Pisang	61
	4.8.3 Buah Sitrus	64
BAB V	KESIMPULAN	67
	CADANGAN KAJIAN	70
RUJUKAN		71
LAMPIRAN A	Saiz Satu Hidangan Buah-Buahan	91
LAMPIRAN B	Borang Soal Selidik	92
LAMPIRAN C	Borang Penilaian Sensori Ujian Hedonik – Fizikal Luaran Dan Isibuah	100
LAMPIRAN D	Gambar Buah-Buahan Ujikaji	103