

Factors that Influence Food Waste at the Istiqomah Samarinda Islamic Boarding School

Muhammad Faisal^{1*}, Wiryanto², Riana Pangestu Utami³
Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

Corresponding Author: Muhammad Faisal faisalkr8841@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Food Waste at the Istiqomah Samarinda, Islamic Boarding School, Quantitative Approach

Received : 24 August

Revised : 26, September

Accepted: 28, October

©2023 Faisal, Wiryanto, Utami: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Food waste is an indicator of the success of nutrition services in hospitals or other institutions. The failure and success of food service can be seen from the remaining food served. Food waste on plates is quantitative data that can be used to evaluate nutrition education programs. This research uses a quantitative approach based on the use of data in the form of numbers as a tool for analyzing variable measurements and drawing conclusions from the phenomena studied. This type of research is analytical observation with a cross-sectional design. The population in this study were students and female students at the Istiqomah Samarinda Islamic Boarding School class VII, totaling 54 people, consisting of 25 female students, while there were 29 female students.

Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Sisa Makanan di Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda

Muhammad Faisal^{1*}, Wiryanto², Riana Pangestu Utami³

Poltekkes Kemenkes Kalimantan Timur

Corresponding Author: Muhammad Faisal faisalkr8841@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Sisa Makanan di Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda, Pendekatan Kuantitatif

Received : 24 August

Revised : 26, September

Accepted: 28, October

©2023 Faisal, Wiryanto, Utami: This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Sisa makanan merupakan salah satu indikator keberhasilan pelayanan gizi di rumah sakit atau institusi lainnya. Kegagalan dan keberhasilan pelayanan makanan dapat dilihat dari sisa makanan yang di hidangkan. Sisa makanan di piring merupakan data kuantitatif yang dapat digunakan untuk mengevaluasi program pendidikan gizi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berdasarkan pada penggunaan data berupa angka sebagai alat untuk menganalisis pada pengukuran variabel dan menarik kesimpulan dari fenomena yang diteliti. Jenis penelitian ini adalah observasi analitik dengan desain *cross-sectional*. populasi dalam penelitian ini adalah santriwan dan santriwati Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda kelas VII yang berjumlah 54 orang yang terdiri dari santriwan berjumlah 25 orang, sedangkan santriwati berjumlah 29 orang.

PENDAHULUAN

Pondok pesantren merupakan salah satu lembaga yang melaksanakan penyelenggaraan makanan dalam rangka pencapaian status kesehatan maksimal lewat pemberian makan pagi, siang serta malam (Aritonang, 2012). Sistem penyelenggaraan makan yang baik bertujuan untuk menyediakan makanan yang beragam, nyaman dikonsumsi, memenuhi kebutuhan gizi para santri, dihidangkan dengan menarik, pelayanan yang tepat waktu, ramah, dan sarana yang cukup serta aman dikonsumsi (Lubis, 2015). Keberhasilan suatu penyelenggaraan makanan dapat dilihat dari tingkat sisa makanan para santri

Sisa makanan adalah jumlah makanan yang tidak habis dimakan oleh pasien dan akan dibuang sebagai sampah, sehingga dapat digunakan untuk mengukur keefektifitasan menu. Sisa makanan merupakan salah satu indikator keberhasilan pelayanan gizi di rumah sakit atau institusi lainnya. Bagi pasien, sisa makanan yang tinggi dapat meningkatkan resiko malnutrisi sehingga pasien menjadi lama sembuh dan bertambahnya durasi hari perawatan (Rimporok, 2019).

TINJAUAN PUSTAKA

Daya Terima Makan

Daya terima makanan adalah penerimaan terhadap makanan yang disajikan dapat diterima oleh konsumen. Tolak ukur keberhasilan penyelenggaraan makanan adalah makanan yang disajikan dapat diterima dan makanan tersebut habis dikonsumsi dan tidak menimbulkan sisa makanan. Kemauan konsumen untuk mengkonsumsi suatu makanan ditentukan oleh rangsangan dari indera penglihatan, penciuman, pengecap dan pendengaran. Faktor utama dalam penilaian cita rasa makanan dipengaruhi oleh penampilan makanan yang meliputi warna, bentuk, ukuran, besaran porsi, dan konsistensi. Rasa makanan meliputi aroma, tekstur, suhu, rasa, dan tingkat kematangan (Wayansari, 2021).

Rasa Makanan

Rasa makanan adalah rasa yang ditimbulkan dari makanan yang disajikan. Cita rasa makanan merupakan gabungan penilaian pasien terhadap beberapa aspek yaitu aroma, kematangan, tekstur dan suhu makanan. Cita rasa makanan ditentukan melalui indera perasa dan penciuman (Agustina, 2018) Setiap orang dapat membedakan ribuan sensasi rasa. Semua rasa adalah variasi dari kombinasi dari lima rasa primer yaitu: asin, asam, manis, pahit, dan umami. Lidah memiliki bagian-bagian yang lebih sensitif untuk merasakan keempat rasa tersebut. Diantaranya untuk rasa manis dan asin sensitifitasnya berada di ujung lidah atau tepi anterior, rasa asam sensitifitasnya berada di tepi lateral lidah, dan rasa pahit berada pada pangkal lidah atau posterior lidah (Siti, 2019).

Tekstur Makanan

Tekstur makanan merupakan sifat yang sangat penting, baik dalam makanan segar maupun hasil olahan. Tekstur dan konsistensi bahan akan mempengaruhi cita rasa suatu bahan. Perubahan tekstur dan viskositas bahan dapat mengubah rasa dan bau yang timbul, karena dapat mempengaruhi kecepatan timbulnya rasa terhadap sel reseptor alfaktorik dan kelenjar air liur. Semakin kental suatu bahan penerimaan terhadap intensitas rasa, bau dan rasa semakin berkurang. Tekstur makanan dinilai kurang sesuai dilihat apabila dari segi kepadatannya tidak baik sehingga makanan menjadi tidak enak saat dikunyah (Sari, 2016). Beberapa sifat tekstur makanan antara lain:

1. Halus-kuat-kasar
2. Liat/keras-kenyal-rapuh
3. Empuk-kenyal-liat
4. Berpasir-rasa bubur-bergetah
5. Encer-kental
6. Lengket-basah-lembab-berair
7. Berlemak-berminyak

Penampilan Makanan

Penampilan makanan merupakan penentu cita rasa makanan yang meliputi komponen warna makanan, warna makanan, konsistensi makanan, dan bentuk makanan. Menurut Sarma, (2018), pasien merasa bahwa penampilan makanan sangat penting. Penampilan makanan membuat seseorang tertarik untuk memakan makanan tersebut (Sarma, 2018). Faktor-Faktor yang menentukan penampilan makanan sewaktu disajikan:

1. Warna Makanan

Penampilan makanan yang menarik akan membuat selera makanan pasien meningkat. Warna makanan merupakan hal yang penting memengaruhi dalam penampilan makanan. Warna makanan yang menarik diperoleh dari teknik memasak tertentu atau dengan menambah zat pewarna, baik pewarna alami maupun pewarna buatan. Tetapi sebaiknya menggunakan pewarna alami daripada buatan karena zat warna alami tidak memberikan aroma atau rasa tambahan pada suatu makanan.

2. Konsistensi Makanan

Konsistensi makanan adalah salah satu bagian yang menentukan salah satu cita rasa makanan karena memengaruhi sensitivitas rasa makanan. Contohnya pada makanan padat atau kental akan memberikan rangsangan yang berbeda terhadap alat indera manusia (Anggraeni et al., 2019).

3. Porsi Makanan

Standar porsi harus ditetapkan untuk setiap jenis makanan. Penggunaan sendok skup, sendok porsi dan piring tertentu dapat berfungsi untuk memorsikan makanan. Sendok skup dapat digunakan untuk memorsikan makanan seperti cookies, muffins, bakso dan beberapa jenis makanan lainnya (Anggraeni et al., 2019).

Variasi Makanan

Perencanaan menu adalah suatu kegiatan penyusunan menu yang akan diolah memenuhi selera konsumen. Pasien dan kebutuhan zat gizi yang memenuhi prinsip gizi seimbang (Depkes RI, 2014). Bervariasi adalah tidak boleh terjadi pengulangan hidangan yang sama dalam satu siklus menu atau tidak boleh terjadi metode pemasakan yang sama dalam satu kali makan (Isma, 2019).

Siklus menu ini dipilih bertujuan untuk menghindari rasa bosan pasien jika pasien berada dalam rumah sakit dalam jangka waktu yang lama sehingga nafsu makan pasien tetap tinggi. Siklus menu ini dipilih bertujuan untuk menghindari rasa bosan pasien jika pasien berada dalam rumah sakit dalam jangka waktu yang lama sehingga nafsu makan pasien tetap tinggi (Tamba, 2018).

Sisa Makanan

Menurut Aula (2018), sisa makanan adalah jumlah makanan yang tidak habis dikonsumsi setelah makanan disajikan. Menurut Asosiasi Dietisien Indonesia, sisa makanan adalah jumlah makanan yang tidak dimakan pasien atau dari yang disajikan oleh Rumah Sakit menurut jenis makanannya. Sisa makanan merupakan indikator keberhasilan pelayanan gizi di Rumah Sakit. Sering terjadi kondisi pasien semakin buruk karena banyak pasien yang belum tercukupi kebutuhan gizinya.

Sisa Makanan dikatakan tinggi atau banyak jika pasien meninggalkan sisa makanan >25%. Pasien yang tidak menghabiskan makanan atau memiliki sisa makanan >25%, maka dalam waktu yang lama akan menyebabkan defisiensi zat-zat gizi karena kurang asupan zat gizi.

Ha : Ada hubungan faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan di Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda.

Ho : Tidak ada hubungan faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan di Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang berdasarkan pada penggunaan data berupa angka sebagai alat untuk menganalisis pada pengukuran variabel dan menarik kesimpulan dari fenomena yang diteliti. Jenis penelitian ini adalah observasi analitik dengan desain *cross-sectional*, yaitu dengan pengukuran terhadap variabel independen dan dependen pada populasi yang sama dan di satu waktu yang sama. populasi dalam penelitian ini adalah santriwan dan santriwati Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda kelas VII yang berjumlah 54 orang yang terdiri dari santriwan berjumlah 25 orang, sedangkan santriwati berjumlah 29 orang. Dan sampel yang digunakan sebanyak 40 responden.

HASIL PENELITIAN*Analisis Univariat***Table 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin**

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
12 tahun	14	35.0
13 tahun	21	52.5
14 tahun	5	12.5
Total	40	100.0
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	23	57.5
Perempuan	17	42.5
Total	40	100.0

Distribusi responden berdasarkan kelompok usia didapatkan hasil, sebagian besar responden berusia 13 tahun sebanyak 21 orang (52,5%), dan yang paling sedikit yaitu responden yang berusia 14 tahun sebanyak 5 orang (12,5%). Karakteristik jenis kelamin responden laki-laki lebih banyak dibandingkan responden perempuan. Jumlah responden laki-laki sebanyak 23 orang (57,5%) dan jumlah responden perempuan sebanyak 17 orang (42,5%).

Table 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penampilan dan Tekstur Makanan

Kesukaan	Warna		Tekstur		Porsi	
	n	%	n	%	n	%
Tidak suka	0	0	0	0	0	0
Suka	35	87,5	31	77,5	36	90,0
Sangat suka	5	12,5	9	22,5	4	10,0
Total	40	100	40	100	40	100

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebanyak 35 orang memilih suka terhadap warna makanan yang disajikan dan 5 orang memilih sangat suka terhadap warna makanan yang telah disajikan. Dari penilaian tekstur makanan sebanyak 31 orang memilih suka terhadap tekstur makanan yang di sajikan dan 9 orang memilih sangat suka terhadap tekstur makanan yang disajikan. Dari hasil penilaian terhadap porsi makanan sebanyak 36 orang memilih suka terhadap porsi yang disajikan dan 4 orang memilih sangat suka terhadap porsi yang disajikan oleh Ponpes Istiqomah Samarinda.

Tabel.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Rasa Makanan

Kesukaan	Suhu		Bumbu		Aroma	
	n	%	n	%	n	%
Tidak suka	0	0	0	0	1	2,5
Suka	38	95,0	36	90,0	35	87,5
Sangat suka	2	5,0	4	10,0	4	10,0
Total	40	100	40	100	40	100

Berdasarkan Tabel.3 dari hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan rasa makanan menunjukkan bahwa dari 40 responden yang diambil 38 orang memilih suka terhadap suhu makanan yang disajikan dan 2 orang memilih sangat suka terhadap suhu makanan yang disajikan. Dari penilaian terhadap bumbu makanan, sebanyak 36 orang memilih suka dan 4 orang memilih sangat suka terhadap bumbu makanan yang disajikan. Adapun penilaian terhadap aroma makanan sebanyak 35 orang memilih suka, 4 orang memilih sangat suka, dan 1 orang memilih tidak suka terhadap aroma makanan yang disajikan.

Tabel.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Variasi Makanan

Variasi makanan	Variasi Menu		Variasi Bahan Makanan	
	n	%	n	%
Tidak Bervariasi	1	2,5	2	5,0
Kurang Bervariasi	29	72,5	28	70,0
Bervariasi	10	25,5	10	25,0
Total	40	100	40	100

Berdasarkan Tabel.4 dari hasil distribusi frekuensi responden berdasarkan rasa variasi makanan menunjukkan bahwa dari 40 responden yang diambil sebanyak 29 orang memilih kurang bervariasi, 10 orang memilih bervariasi, dan 1 orang memilih tidak bervariasi terhadap variasi menu yang disajikan. Adapun hasil penilaian terhadap variasi bahan makanan, sebanyak 28 orang memilih kurang bervariasi, 10 orang memilih bervariasi, dan 2 orang memilih tidak bervariasi terhadap variasi bahan makanan yang disajikan di Ponpes Istiqomah Samarinda.

Analisis Bivariat

Tabel.5 Distribusi Tekstur Terhadap Sisa Makanan

Tekstur	Makanan habis	Sisa Makanan			Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	<i>p</i>
		Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi			
Tidak suka	0	0	0	0	0		
Suka	29	1	1	0	0	0,676	
Sangat suka	8	1	0	0	0		
Total	37	2	1	0	0	40	

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan hasil tekstur terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 29 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 8 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.6 Distribusi Porsi Terhadap Sisa Makanan

Porsi	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak suka	0	0	0	0	0	0	0,560
Suka	33	2	1	0	0	0	
Sangat suka	4	1	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan hasil porsi terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 33 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 4 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.7 Distribusi Warna Terhadap Sisa Makanan

Warna	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak suka	0	0	0	0	0	0	0,509
Suka	32	2	1	0	0	0	
Sangat suka	5	0	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel.7 didapatkan hasil warna terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 32 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 5 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.8 Distribusi Suhu Terhadap Sisa Makanan

Suhu	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak suka	0	0	0	0	0	0	0,023*
Suka	36	1	1	0	0	0	
Sangat suka	1	1	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel 4.8 didapatkan hasil suhu terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 36 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 1 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.9 Distribusi Bumbu Terhadap Sisa Makanan

Bumbu	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa 1/4 porsi	Sisa 1/2 porsi	Sisa 3/4 porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak suka	0	0	0	0	0	0	
Suka	33	2	1	0	0	0	0,560
Sangat suka	4	0	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel 4.9 didapatkan hasil bumbu terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 33 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 4 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.10 Distribusi Aroma Terhadap Sisa Makanan

Aroma	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa 1/4 porsi	Sisa 1/2 porsi	Sisa 3/4 porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak suka	1	0	0	0	0	0	
Suka	32	2	1	0	0	0	0,693
Sangat suka	4	0	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel.10 didapatkan hasil aroma terhadap sisa makanan yaitu dikategori suka sebanyak 32 orang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori sangat suka hanya sebanyak 4 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.11 Distribusi Variasi Menu Terhadap Sisa Makanan

Variasi Menu	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak Bervariasi	1	0	0	0	0	0	0,379
Kurang Bervariasi	26	2	1	0	0	0	
Bervariasi	10	0	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel.11 didapatkan hasil variasi menu terhadap sisa makanan yaitu dikategori kurang bervariasi sebanyak 26 orang yang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori tidak bervariasi hanya sebanyak 1 orang yang menghabiskan makanannya.

Tabel.12 Distribusi Variasi Bahan Makanan Terhadap Sisa Makanan

Variasi Bahan Makanan	Sisa Makanan						<i>p</i>
	Makanan habis	Sisa ¼ porsi	Sisa ½ porsi	Sisa ¾ porsi	Sisa 1 sdm	Tidak dikonsumsi	
Tidak bervariasi	1	1	0	0	0	0	0,379
Kurang bervariasi	26	1	1	0	0	0	
Bervariasi	10	0	0	0	0	0	
Total	37	2	1	0	0	0	40

Berdasarkan tabel.12 didapatkan hasil variasi bahan makanan terhadap sisa makanan yaitu dikategori kurang bervariasi sebanyak 26 orang yang menghabiskan makanannya sedangkan dikategori tidak bervariasi hanya sebanyak 1 orang yang menghabiskan makanannya.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Penampilan dan Tekstur Makanan dengan Sisa Makanan

Dalam variabel penampilan dan tekstur di penelitian ini diketahui bahwa indikator warna, tekstur, dan porsi tidak ada hubungan yang signifikan dengan sisa makanan pada santri dan santriwati di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda. Dibuktikan dengan hasil uji statistik yang didapatkan tidak ada hubungan signifikan antara penampilan makan dan tekstur terhadap sisa makanan dengan nilai *p* masing-masing adalah tekstur (0,676), porsi (0,560), dan warna (0,509). Penampilan dan tekstur makanan di Pondok Pesantren Istiqomah Samarinda mendapatkan hasil yang baik.

Berdasarkan asumsi peneliti penampilan dan tekstur makanan di Ponpes Istiqomah Samarinda sudah tergolong baik karena penampilan yang disajikan sudah menarik dan tekstur sudah sesuai dengan olahan masakan yang akan dihidangkan. Sebanyak 35 orang menyatakan suka terhadap penampilan dan tekstur makanan. Selain itu, sebanyak 5 orang menyatakan sangat suka terhadap karakteristik penampilan. Penampilan makanan yang dihidangkan sudah sangat menarik dan tekstur makanan sudah sesuai dengan olahan makanan tersebut. Karena penampilan makanan sangat mempengaruhi kesan pertama konsumen, dalam menilai penampilan makanan yang disajikan melalui indera penglihatan secara langsung. Semakin baik penampilan makan maka sisa makanan yang diamati peneliti akan semakin berkurang.

1. Hubungan Rasa Makanan dengan Sisa Makanan

Dalam penelitian ini variabel rasa makanan terhadap sisa makanan di penelitian ini diketahui bahwa suhu makanan terdapat hubungan terhadap sisa makanan dengan hasil uji statistika diperoleh nilai $p > 0,05$. Sedangkan bumbu dan aroma tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan sisa makanan pada santri dan santriwati di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda.

Suhu makanan yang disajikan di pondok pesantren Istiqomah Samarinda menunjukkan hubungan yang signifikan dengan sisa makanan ($p = 0,023$) dikarenakan ruang masak di pondok pesantren Istiqomah Samarinda sangat jauh dengan asrama santri. Makanan yang datang di asrama sudah mengalami penurunan suhu atau dingin ketika disantap oleh santri dan santriwati. Variabel lain yang dinilai adalah bumbu dan aroma. Hasil uji statistika menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara bumbu dan aroma terhadap sisa makanan dengan hasil nilai p variabel bumbu = 0,560 dan aroma = 0,693.

Berdasarkan asumsi peneliti dari 40 responden yang diambil sebanyak 36 orang memilih suka dan 4 orang memilih sangat suka terhadap bumbu makanan di Ponpes Istiqomah Samarinda. Proses pemasakan akan menghasilkan aroma yang kuat, seperti pada masakan yang digoreng, contohnya nugget yang disajikan pada saat makan waktu siang. Aroma dan bumbu yang kuat mampu merangsang responden untuk menghabiskan makanannya.

2. Hubungan Variasi Makanan dengan Sisa Makanan

Diketahui tidak ada hubungan yang signifikan antara variasi menu dan variasi bahan makanan terhadap sisa makanan pada santri dan santriwati di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda dengan nilai ($p = 0,379$ dan $p = 0,379$). Variasi menu dan variasi bahan makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda sudah bervariasi karena tidak terdapat pengulangan menu dan sudah mempunyai siklus menu yang diterapkan pada penyelenggaraan makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Oktaviani (2023), dimana variasi menu tidak berhubungan dengan sisa makanan lunak pada pasien rawat inap di RSUD Teluk Kuantan dibuktikan dengan nilai $p = (0,850)$. Namun tidak sejalan

dengan penelitian Shopia, (2018) dimana variasi bahan makanan berhubungan dengan sisa makanan pada pasien makanan lunak di rumah sakit umum daerah Cengkareng $p= (0,025)$.

Pada saat pengambilan data variasi bahan makanan memang ada pengulangan pada lauk hewani yaitu pada saat makan siang lauk hewani yang dihidangkan ayam goreng. Saat makan malam lauk hewani yang dihidangkan adalah nugget ayam sehingga terjadi pengulangan bahan makanan pada saat waktu makan siang dan makan malam walaupun berbeda pengolahan masakannya.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Berdasarkan hasil penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Sebagian responden yang paling banyak terdapat pada kategori usia 13 tahun sebanyak 21 orang dan paling sedikit pada usia 12 tahun sebanyak 14 orang. Berdasarkan kategori jenis kelamin, responden laki-laki lebih banyak dibandingkan responden perempuan. Jumlah responden laki-laki sebanyak 23 orang (57,5%), dan jumlah responden perempuan sebanyak 17 orang (42,5%).
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara penampilan dan tekstur terhadap sisa makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda dikarenakan penampilan yang disajikan diponpes tersebut sudah menarik dan tekstur sudah sesuai dengan menu yang disajikan, dibuktikan dengan nilai masing-masing $p=$ tekstur (0,676), porsi (0,560), dan warna (0,509).
3. Terdapat hubungan yang signifikan pada variabel terhadap sisa makanan ($p= 0,023$) dikarenakan tempat pengolahan makanan di Pesantren Istiqomah Samarinda sangat jauh dari asrama santri sehingga makanan yang datang diasrama sudah dalam keadaan dingin. Sedangkan pada indikator bumbu makanan dan aroma makanan tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap sisa makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda dibuktikan dengan nilai masing-masing $p=$ bumbu makanan (0,560), dan aroma (0,693).
4. Tidak terdapat hubungan yang signifikan terhadap sisa makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda dikarenakan pada pesantren tersebut sudah mempunyai siklus menu sehingga tidak terjadi pengulangan menu dibuktikan dengan nilai masing-masing $p=$ variasi menu (0,379), dan variasi bahan makanan (0,379).

Diharapkan memperhatikan kondisi kesehatan terutama bagi usia produktif dengan menjaga pola makan agar meminimalisir terjadinya masalah kesehatan. Selain itu perlu menerapkan 4 Pilar Gizi Seimbang, yaitu konsumsi makanan beragam, melakukan aktivitas fisik, menerapkan pola hidup bersih dan sehat, serta selalu mengontrol kesehatannya.

PENELITIAN LANJUTAN

Perlu dilakukan analisis yang mendalam terkait faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan di pondok Pesantren Istiqomah Samarinda, serta dapat menambahkan media terkait 4 pilar Gizi Seimbang agar materi yang disampaikan dapat dipahami dengan baik sehingga meminimalisir terkait sisa makanan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Proses jalannya suatu penelitian tentu tidak terlepas dari dukungan maupun bimbingan agar penelitian dapat terselesaikan dengan baik, terimakasih untuk rekan-rekan dan pihak-pihak yang telah membantu sehingga penelitian ini telah selesai dilakukan

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina. (2018). Hubungan Antara Rasa Makanan dan Suhu Makanan serta variasi makanan dengan Sisa Makanan Lauk Hewani Pada Pasien Anak Di Ruang Rawat Inap RUMKITAL Dr. Ramelan Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(3), 245–253. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2.i3.2018.245-253>
- Anggraeni, D., Ronitawati, P., & Hartati, L. S. (2019). Hubungan Cita Rasa dan Sisa Makanan Lunak Pasien Kelas III di RSUD Berkah Kabupaten Pandeglang. *Nutrire Diaita*, 9(1), 13.
- Aula, L. E. (2018). Faktor-faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Sisa Makanan Pada Pasien Rawat Inap DI Rumah Sakit Haji Jakarta. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 2(1), 123. kalteng.litbang.pertanian.go.id
- Isma, I. (2019). Sisa Makanan Pasien Berdasarkan Cita Rasa , Penampilan dan Variasi Makanan di Rumah Sakit Umum Daerah H . Abdul Manan Simatupang Kisaran. *Skripsi*.
- Oktaviani, A. (2023). HUBUNGAN CITA RASA DAN VARIASI MENU MAKANAN DENGAN SISA MAKANAN LUNAK PADA PASIEN RAWAT INAP DI RSUD TELUK KUANTAN ISSN : 2774-5848 (Online)
PENDAHULUAN Pasien rawat inap adalah pasien yang mendapatkan pelayanan yang masuk ke rumah sakit dengan mengguna. *Fakultas Ilmu Pahlawan*, 4, 133–147.
- Rimporok, M. (2019). faktor-faktor yang mempengaruhi sisa makanan yang dikonsumsi oleh pasien rawat inap di rumah sakit permata bunda malang tahun 2019. *CHMK HEALTH JOURNAL*, 3(4), 1–16.

- Sari, Y. (2016). *Tekstur makanan : sebuah bagian dari food properties yang terlupakan dalam memelihara fungsi kognisi ? (Food texture : a part of the food properties that ignorable for maintaining cognitive function ?)*. 184-189.
- Sarma. (2018). *Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi Sarjana Gizi Depok Juni 2012*. [http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320509-S-PDF-Dian Berdhika Sari Lumbantoruan.pdf](http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20320509-S-PDF-Dian%20Berdhika%20Sari%20Lumbantoruan.pdf)
- Shopia, D. (2018). Hubungan Variasi bahan makanan , Besar porsi , sisa makanan dan rumah sakit umum daerah Cengkareng. *Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Esa Unggul, 24*, 1-8.
- Siti. (2019). 5 rasa makanan yang dapat dirasakan di lidah manusia. *Fakultas Kesehatan Masyarkat, 27*, 30-44.
- Tamba. (2018). Susunan Variasi Makanan Kaitannya Dengan Tingkat Selera Makan Lansia Di Panti Werdah Yayasan Guna Budi Bakti Medan Labuhan. *Jurnal Sainatika, 14(2)*, 161-172.
- Wayansari, L. (2021). Sisa makanan indikator tingkat kepuasan pelayanan makan di pondok pesantren salafiyah kauman pemaalang. *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS, 4*, 1147-1160.