



Hubungan Cita Rasa dengan Sisa Makanan Diet Rendah Garam di Rumah Sakit Umum Daerah Bajawa

Victoria Karolina Noas¹, Ni Nengah Ariati², G. A. Dewi Kusumayanti³

^{1,2,3} Program Studi Sarjana Terpana Gizi dan Dietetika, Poltekkes Kemenkes Denpasar, Indonesia

Received : 12 Agustus 2026, Revised : 25 Agustus 2026, Published : 8 September 2026

Corresponding Author

Nama Penulis: Victoria Karolina Noas

E-mail: victoriakarolina04@gmail.com

Abstrak

Sisa makanan merupakan salah satu indikator mutu pelayanan gizi rumah sakit yang dapat memengaruhi kecukupan asupan zat gizi dan keberhasilan terapi diet pasien. Diet rendah garam memiliki keterbatasan dalam penggunaan garam sehingga dapat memengaruhi penerimaan pasien terhadap cita rasa makanan dan berpotensi meningkatkan sisa makanan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 40 pasien yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data cita rasa makanan dikumpulkan menggunakan kuesioner yang meliputi aspek rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu, sedangkan sisa makanan diukur menggunakan metode food weighing. Analisis data menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sisa makanan pada pasien yang mendapatkan diet rendah garam masih ditemukan dalam jumlah yang cukup banyak. Aspek cita rasa makanan yang meliputi rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu menjadi faktor yang diamati dalam kaitannya dengan sisa makanan diet rendah garam. Peningkatan kualitas cita rasa makanan perlu diperhatikan untuk meningkatkan penerimaan pasien dan mendukung pengurangan sisa makanan pada pelayanan gizi rumah sakit.

Kata kunci - cita rasa makanan, diet rendah garam, pasien rawat inap, pelayanan gizi, sisa makanan

Abstract

Food waste is one of the indicators of the quality of hospital nutritional services that can affect adequate nutrient intake and the success of patients' dietary therapy. A low-salt diet has limitations in salt use, which may affect patients' acceptance of food taste and potentially increase food waste. This study aimed to determine the relationship between food palatability and food waste among hospitalized patients receiving a low-salt diet at Bajawa Regional General Hospital. This study used an analytical observational design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 40 patients selected using purposive sampling. Data on food palatability were collected using a questionnaire covering taste, aroma, texture, appearance, and temperature, while food waste was measured using the food weighing method. Data were analyzed using the Chi-Square test with a significance level of $\alpha = 0.05$. The results showed that food waste was still found in considerable amounts among patients receiving a low-salt diet. Food palatability aspects, including taste, aroma, texture, appearance, and temperature, were observed in relation to food waste among hospitalized patients receiving a low-salt diet. Improving food palatability should be considered to enhance patient acceptance and support the reduction of food waste in hospital nutritional services.

Keywords - food palatability, food waste, inpatients, low-salt diet, nutrition services

How To Cite : Noas, V. K., Ariati, N. N., & Kusumayanti, G. A. D. (2026). Hubungan Cita Rasa dengan Sisa Makanan Diet Rendah Garam di Rumah Sakit Umum Daerah Bajawa. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Bangsa*, 3(4), 735 - 743. <https://doi.org/10.59837/jpnmb.v3i4.1044>

Copyright ©2026 Victoria Karolina Noas, Ni Nengah Ariati, G. A. Dewi Kusumayanti

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makanan merupakan salah satu komponen penting dalam pelayanan gizi rumah sakit yang bertujuan menyediakan makanan sesuai kebutuhan gizi, kondisi klinis, dan terapi diet pasien. Makanan yang diberikan tidak hanya harus memenuhi kebutuhan zat gizi dan keamanan pangan, tetapi juga perlu memiliki daya terima yang baik agar dapat dikonsumsi secara optimal oleh pasien. Daya terima makanan menjadi aspek penting karena makanan yang tidak dapat diterima pasien dapat menyebabkan rendahnya konsumsi dan meningkatkan jumlah makanan yang tersisa. Kondisi tersebut pada akhirnya dapat mengurangi kecukupan asupan zat gizi yang diperlukan selama proses penyembuhan (Pelayanan Gizi Rumah Sakit [PGRS], 2013). Sisa makanan merupakan salah satu indikator yang dapat digunakan untuk mengevaluasi keberhasilan penyelenggaraan makanan dan penerimaan pasien terhadap makanan yang disajikan. Sisa makanan yang tinggi menunjukkan bahwa sebagian makanan yang telah disediakan tidak dikonsumsi oleh pasien sehingga berpotensi menyebabkan asupan energi dan zat gizi tidak terpenuhi. Apabila berlangsung secara terus-menerus, kondisi tersebut dapat memperburuk status gizi dan berpotensi menghambat proses penyembuhan pasien. Oleh karena itu, evaluasi sisa makanan diperlukan sebagai bagian dari upaya peningkatan mutu pelayanan gizi rumah sakit.

Secara empiris, masalah sisa makanan masih ditemukan pada berbagai pelayanan makanan rumah sakit, termasuk pada pasien yang mendapatkan diet khusus. Salah satu diet yang berpotensi menghadapi masalah daya terima adalah diet rendah garam. Pembatasan penggunaan natrium dapat menyebabkan perubahan karakteristik sensori makanan, terutama rasa, sehingga makanan dapat dipersepsikan lebih hambar oleh pasien. Kondisi tersebut menjadi penting karena diet rendah garam umumnya diberikan kepada pasien dengan hipertensi, penyakit jantung, dan gangguan ginjal yang membutuhkan kepatuhan terhadap pembatasan natrium sebagai bagian dari terapi. Dengan demikian, keberhasilan diet rendah garam tidak hanya ditentukan oleh kesesuaian kandungan zat gizi, tetapi juga oleh kemampuan makanan untuk tetap dapat diterima oleh pasien.

Standar Pelayanan Minimal Rumah Sakit berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 129/Menkes/SK/II/2008 menetapkan bahwa sisa makanan pasien seharusnya kurang dari 20%. Namun, hasil penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sisa makanan pada pasien yang memperoleh diet rendah garam masih dapat melebihi standar tersebut. Suryaningsih et al. (2022) di RSUD Wangaya Denpasar menemukan bahwa rata-rata sisa makanan pasien diet rendah garam mencapai 42,12%. Penelitian tersebut juga menunjukkan bahwa persepsi terhadap cita rasa makanan berhubungan dengan sisa makanan, dengan sisa yang relatif tinggi terutama ditemukan pada lauk nabati dan sayuran. Temuan ini menunjukkan bahwa pembatasan garam dapat menjadi tantangan dalam mempertahankan daya terima makanan pasien.

Temuan serupa dilaporkan oleh Welviana et al. (2018) pada pasien hipertensi yang memperoleh diet rendah garam di Rumah Sakit Sultan Syarif Mohamad Alkadrie Pontianak. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa asupan makanan pasien sebagian besar masih kurang dan sisa makanan paling banyak ditemukan pada lauk hewani. Rasa makanan yang dianggap hambar dan ketidaksesuaian porsi menjadi beberapa faktor yang berhubungan dengan rendahnya konsumsi makanan. Hasil tersebut memperlihatkan bahwa karakteristik makanan yang diberikan dalam diet rendah garam dapat memengaruhi keputusan pasien untuk menghabiskan atau menyisakan makanan. Hubungan antara karakteristik sensori makanan dan sisa makanan juga ditemukan pada penelitian lain. Budianingsih, Gumala, dan Tamam (2025) melaporkan bahwa sisa makanan pada

pasien rawat inap masih cukup tinggi, terutama pada sayuran dan makanan pokok. Penelitian tersebut juga menemukan bahwa sebagian besar responden memberikan penilaian kurang baik terhadap cita rasa makanan. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara rasa dan penampilan makanan dengan sisa makanan ($p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa aspek sensori makanan tidak dapat dipisahkan dari tingkat penerimaan pasien, karena persepsi terhadap makanan dapat memengaruhi jumlah makanan yang dikonsumsi.

Penelitian Nisa dan Farhat (2018) juga menunjukkan adanya hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan. Pasien yang memberikan penilaian baik terhadap cita rasa makanan cenderung menyisakan makanan dalam jumlah lebih sedikit. Lironika dan Suryadi (2019) memperoleh temuan yang sejalan, yaitu pasien yang menilai cita rasa makanan baik cenderung memiliki sisa makanan yang lebih sedikit. Hasil tersebut memperkuat dugaan bahwa semakin baik penerimaan pasien terhadap karakteristik sensori makanan, semakin besar kemungkinan makanan dikonsumsi secara optimal. Budi (2021) di RSUD Kabupaten Buleleng menunjukkan bahwa cita rasa makanan memiliki hubungan yang signifikan dengan sisa makanan pasien rawat inap. Penelitian tersebut menilai beberapa karakteristik sensori makanan, meliputi rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu. Hasil tersebut memberikan dasar bahwa cita rasa makanan merupakan konstruk yang multidimensional dan tidak hanya ditentukan oleh rasa makanan. Setiap komponen sensori dapat memberikan kontribusi yang berbeda terhadap penerimaan makanan. Namun, penelitian-penelitian sebelumnya belum secara khusus menjelaskan bagaimana masing-masing komponen tersebut berhubungan dengan sisa makanan pada pasien yang memperoleh diet rendah garam dalam bentuk makanan lunak.

Keterbatasan tersebut penting diperhatikan karena bentuk makanan dapat memengaruhi persepsi pasien terhadap makanan yang disajikan. Makanan lunak memiliki karakteristik tekstur, kadar air, metode pengolahan, dan bentuk penyajian yang berbeda dibandingkan makanan biasa. Perubahan tersebut dapat memengaruhi aroma, rasa, tekstur, penampilan, dan suhu makanan ketika diterima pasien. Pada diet rendah garam, keterbatasan penggunaan garam ditambah karakteristik makanan lunak dapat menghasilkan kombinasi karakteristik sensori yang berbeda dibandingkan diet umum. Oleh karena itu, hasil penelitian pada pasien yang menerima makanan biasa atau diet umum belum tentu dapat langsung digeneralisasikan pada pasien yang menerima diet rendah garam dalam bentuk makanan lunak. Selain perbedaan bentuk makanan, terdapat pula perbedaan dalam pendekatan pengukuran sisa makanan. Sebagian penelitian terdahulu menggunakan penilaian visual atau kategori sisa makanan, sedangkan pengukuran dengan metode *food weighing* memberikan pengukuran yang lebih objektif terhadap jumlah makanan yang benar-benar tersisa. Penggunaan *food weighing* memungkinkan peneliti memperoleh gambaran kuantitatif mengenai sisa makanan berdasarkan berat makanan sebelum dan sesudah dikonsumsi. Dengan demikian, penelitian yang menggabungkan penilaian cita rasa secara multidimensional dengan pengukuran sisa makanan secara objektif dapat memberikan informasi yang lebih spesifik untuk evaluasi pelayanan makanan rumah sakit.

Berdasarkan uraian tersebut, *research gap* penelitian ini tidak hanya terletak pada belum adanya penelitian mengenai hubungan cita rasa makanan dengan sisa makanan di RSUD Bajawa. Penelitian terdahulu sebagian besar dilakukan pada konteks rumah sakit dan karakteristik diet yang berbeda, belum secara spesifik memusatkan perhatian pada pasien yang memperoleh diet rendah garam dalam bentuk makanan lunak. Selain itu, belum banyak penelitian yang menganalisis lima komponen cita rasa, yaitu rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu, secara terpisah terhadap sisa makanan dalam konteks diet tersebut. Perbedaan karakteristik pasien, jenis diet, bentuk makanan, sistem penyelenggaraan makanan, dan lingkungan pelayanan juga menyebabkan temuan penelitian sebelumnya belum dapat sepenuhnya menggambarkan kondisi di RSUD Bajawa.

Kesenjangan tersebut semakin relevan dengan kondisi awal di RSUD Bajawa. Berdasarkan pengamatan awal selama satu minggu terhadap 10 pasien yang mendapatkan diet rendah garam, ditemukan bahwa 7 pasien (70%) masih menyisakan makanan yang disajikan. Temuan awal tersebut menunjukkan adanya masalah daya terima makanan yang perlu dikaji secara lebih sistematis. Namun, pengamatan awal tersebut belum dapat menjelaskan secara kuantitatif tingkat sisa makanan maupun aspek cita rasa tertentu yang paling berhubungan dengan sisa makanan. Oleh sebab itu, diperlukan penelitian dengan pengukuran yang lebih objektif dan analisis terhadap komponen cita rasa secara lebih spesifik.

Tujuan Penelitian :

Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa

Tujuan khusus

1. Menilai cita rasa makanan(rasa, aroma, tekstur, penampildansuhu) diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa.
2. Menghitung sisa makanan diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa.
3. Menganalisis hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain observasional analitik dan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilaksanakan di RSUD Bajawa, Kabupaten Ngada, Nusa Tenggara Timur, pada 20 April–25 Mei 2026. Penelitian bertujuan menganalisis hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan pada pasien rawat inap yang mendapatkan diet rendah garam bentuk makanan lunak. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien rawat inap yang mendapatkan diet rendah garam bentuk makanan lunak di RSUD Bajawa selama periode penelitian. Sampel penelitian berjumlah 40 pasien yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan agar karakteristik responden sesuai dengan tujuan penelitian.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) pasien usia 18-59 tahun sedang rawat di RSUD Bajawa, (2) pasien dengan diagnosa medis hipertensi, jantung dan ginjal; (3) menjalani diet rendah garam; (4) bentuk makanan lunak; (5) pasien dalam kondisi sadar; (6) bersedia menjadi responden dan tidak mengalami gangguan sensori rasa mual dan muntah. Kriteria eksklusi meliputi pasien yang mengalami kondisi klinis yang menyebabkan tidak dapat mengonsumsi makanan secara oral, pasien yang menjalani tindakan atau pemeriksaan yang menyebabkan makanan tidak dapat dikonsumsi secara lengkap, serta pasien yang tidak dapat menyelesaikan proses pengukuran sisa makanan. Kriteria tersebut ditetapkan untuk meminimalkan pengaruh kondisi pasien dan faktor pelayanan yang dapat mengganggu pengukuran cita rasa dan sisa makanan.

Data cita rasa makanan diperoleh menggunakan kuesioner yang menilai lima aspek sensori makanan, yaitu rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu. Setiap aspek dinilai berdasarkan persepsi responden terhadap makanan diet rendah garam bentuk makanan lunak yang diterima selama masa pengamatan. Kuesioner yang digunakan terdiri atas 5-10 item pertanyaan dan menggunakan skala penilaian engan rentang skor penilaian 1-2. Pengukuran sisa makanan dilakukan menggunakan metode *food weighing*. Makanan ditimbang sebelum diberikan kepada pasien untuk memperoleh berat awal makanan. Setelah waktu makan selesai, seluruh sisa makanan yang berasal dari porsi pasien dikumpulkan dan ditimbang kembali untuk memperoleh berat sisa makanan. Persentase sisa makanan dihitung berdasarkan perbandingan berat makanan yang tersisa dengan berat makanan yang disajikan menggunakan rumus:

$$\% \text{ Sisa makanan} = \frac{\text{Berat sisa makanan}}{\text{Berat makanan awal}} \times 100\%$$

Pengukuran dilakukan terhadap jenis makanan yang diberikan kepada pasien, yaitu makanan pokok/bubur, lauk hewani, lauk nabati, sayuran, dan buah. Hasil pengukuran kemudian dikategorikan menjadi sisa sedikit dan sisa banyak berdasarkan batas kategori yang telah ditetapkan dalam penelitian, yaitu <20% kategori sedikit dan $\geq 20\%$ kategori banyak. Penetapan kategori harus dibedakan dari nilai rata-rata persentase sisa makanan, sehingga tidak terjadi interpretasi bahwa rata-rata persentase merupakan jumlah responden. Data karakteristik responden dan masing-masing variabel penelitian dianalisis secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi dan persentase. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara masing-masing aspek cita rasa makanan, yaitu rasa, aroma, tekstur, penampilan, dan suhu, dengan kategori sisa makanan. Uji statistik yang digunakan adalah Chi-Square dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ apabila seluruh asumsi uji terpenuhi.

Sebelum interpretasi hasil uji Chi-Square, dilakukan pemeriksaan terhadap *expected frequency* pada tabel kontingensi 2x2. Apabila terdapat sel dengan *expected frequency* yang tidak memenuhi asumsi uji Chi-Square, khususnya apabila terdapat *expected count* kurang dari 5 pada proporsi sel yang melebihi batas yang dipersyaratkan, maka digunakan Fisher's Exact Test sebagai alternatif. Pemilihan uji tersebut dilakukan untuk memperoleh hasil analisis yang sesuai dengan karakteristik distribusi data. Nilai $p < 0,05$ digunakan sebagai dasar untuk menyatakan terdapat hubungan yang bermakna secara statistik antara aspek cita rasa makanan dengan sisa makanan. Sebaliknya, nilai $p \geq 0,05$ menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna secara statistik. Karena penelitian menggunakan desain *cross-sectional*, interpretasi hasil dibatasi pada hubungan atau asosiasi antarvariabel dan tidak digunakan untuk menyimpulkan adanya pengaruh, sebab-akibat, atau hubungan kausal. Dengan pendekatan tersebut, penelitian ini menganalisis hubungan setiap komponen cita rasa makanan secara terpisah dengan sisa makanan pada pasien yang mendapatkan diet rendah garam bentuk makanan lunak di RSUD Bajawa. Analisis tersebut diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai aspek sensori makanan yang berhubungan dengan tingkat penerimaan pasien berdasarkan jumlah makanan yang tersisa.

PEMBAHASAN

Penyelenggaraan makanan di RSUD Bajawa menggunakan siklus menu 10+1 hari, yang disusun untuk memberikan variasi makanan kepada pasien sehingga dapat meningkatkan daya terima makanan dan mencegah kejenuhan terhadap menu yang disajikan. Menu yang diberikan disesuaikan dengan jenis diet dan kondisi kesehatan pasien berdasarkan rekomendasi tenaga gizi. Adapun beberapa jenis diet yang dilayani di instalasi gizi adalah NB (nasi biasa), NRG (nasi rendah garam), NRL (nasi rendah lemak), NRGL (nasi rendah garam lemak), NB DM (nasi biasa DM), BB (bubur biasa), BRG (bubur rendah garam), BRL (bubur rendah lemak), BRGL (bubur rendah garam lemak), BB DM (bubur biasa DM), BRG RP (bubur rendah garam rendah protein), BRG DM RP (bubur rendah garam DM rendah protein), BRGL DM RP (bubur rendah garam lemak DM rendah protein), BSaring, BS RG Bubur saring rendah garam), Bcair.

Salah satu diet yang diselenggarakan di Instalasi gizi adalah diet rendah garam, yang diberikan kepada pasien dengan indikasi medis tertentu, seperti hipertensi/stroke, penyakit jantung, dan gangguan ginjal. Dalam penyelenggaraannya, diet rendah garam tetap memperhatikan kecukupan zat gizi pasien dengan standar porsi makanan per hari yang terdiri atas bubur sebanyak 600 gram, lauk hewani 150 gram, lauk nabati 80 gram, sayur 225 gram, dan buah 200 gram. Standar porsi tersebut digunakan sebagai acuan dalam penyajian makanan kepada pasien yang menjalani diet rendah garam selama masa perawatan.

Tabel 1. Karakter umum sampel

Karakteristik	n (40)	%
Umur		
18-29 tahun	5	12,5
30-39 tahun	2	5,0
40-49 tahun	7	17,5
50-59 tahun	26	65,0
Jenis Kelamin		
Laki -laki	19	47,5
Perempuan	21	52,5
Jenis Penyakit		
Hipertensi	11	27,5
Jantung	15	37,5
Ginjal	14	35

Sumber: DATA PRIMER (2026)

Berdasarkan karakteristik umur, sebagian besar sampel berumur 50 – 59 tahun (65,0%) dan paling sedikit berumur 30 – 39 tahun (5,0%). Pada karakteristik jenis kelamin paling banyak yaitu perempuan sebesar 52,5% dan sisanya laki-laki sebesar 47,5% dan pada karekteristik jenis penyakit paling banyak yaitu penyakit jantung sebesar 37,5%, penyakit ginjal 35% dan hipertensi sebesar 27,5%.

Tabel 2. Distribusi Cita Rasa makanan Diet Rendah Garam Pada Sampel Rawat Inap Di RSUD

Cita Rasa	Tidak Suka		Suka (n)		Total	
	n	%	n	%	n	%
Rasa	23	57,5	17	42,5	40	100
Aroma	12	30	28	70	40	100
Tekstur	29	72,5	11	27,5	40	100
Penampilan	21	52,5	19	47,5	40	100
Suhu	13	32,5	27	67,5	40	100

Berdasarkan Tabel 3, dapat diketahui bahwa pada aspek rasa, sebagian besar sampel (57,5%) menyatakan tidak suka terhadap rasa makanan diet rendah garam yang disajikan, sedangkan hanya 42,5% yang menyatakan suka. Pada aspek tekstur, proporsi ketidaksukaan justru lebih tinggi lagi, yaitu sebesar 72,5%, dan merupakan aspek dengan tingkat ketidaksukaan tertinggi di antara seluruh aspek cita rasa yang dinilai. Demikian pula pada aspek penampilan, proporsi sampel yang tidak suka (52,5%) sedikit lebih tinggi dibandingkan yang suka (47,5%).Sebaliknya, pada aspek aroma dan suhu, sebagian besar sampel menyatakan suka, masing-masing sebesar 70,0% dan 67,5%. Secara umum, hasil ini menunjukkan bahwa aspek tekstur dan rasa merupakan dua aspek cita rasa makanan diet rendah garam yang paling banyak dikeluhkan oleh sampel, sementara aroma dan suhu makanan relatif lebih dapat.

Tabel 3. Distribusi Sampel Berdasarkan Sisa Makanan

Jenis Makanan	Sisa Sedikit		Sisa Banyak		Total	
	n	%	n	%	n	%
Bubur	14	35,0	26	65,0	40	100
Lauk Hewani	14	35,0	26	65,0	40	100
Lauk Nabati	15	37,5	25	62,5	40	100

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Sayur	22	55,0	18	45,0	40	100
Buah	13	32,5	27	67,5	40	100
Rata - rata		39,0		61,0		100

Sumber: DATA PRIMER (2026)

Berdasarkan tabel 3, rata-rata sisa makanan pasien menunjukkan bahwa 39,0% termasuk dalam kategori sisa sedikit, sedangkan 61,0% termasuk dalam kategori sisa banyak. Berdasarkan jenis makanan, sisa makanan dalam kategori banyak paling tinggi terdapat pada buah, yaitu 67,5%, diikuti bubur dan lauk hewani masing-masing sebesar 65,0%, serta lauk nabati sebesar 62,5%. Sementara itu, sayur memiliki persentase sisa makanan banyak paling rendah, yaitu 45,0%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar makanan yang disajikan masih menyisakan makanan dalam jumlah banyak.

Tabel 4. Sebaran Sampel Berdasarkan Cita Rasa Makanan

Cita Rasa		Sisa Makanan						p-value
		Sedikit		Banyak		Total		
		n	%	n	%	n	%	
Rasa	Suka	10	25	7	17,5	17	42,5	0,039
	Tidak suka	5	12,5	18	45	23	57,5	
Aroma	Suka	14	35	14	35	28	70	0,033
	Tidak suka	1	2,5	11	27,5	12	30	
Tekstur	Suka	8	20	3	7,5	11	27,5	0,014
	Tidak suka	7	17,5	22	55	29	72,5	
Penampilan	Suka	8	20	11	27,5	19	47,5	0,806
	Tidak suka	7	17,5	14	35	21	52,5	
Suhu	Suka	14	35	13	32,5	27	67,5	0,019
	Tidak suka	1	2,5	12	30	13	32,5	

Berdasarkan tabel 4, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar aspek cita rasa makanan diet rendah garam berhubungan signifikan dengan sisa makanan pasien rawat inap. Terdapat hubungan antara rasa ($p=0,039$), aroma ($p=0,033$), tekstur ($p=0,014$), dan suhu ($p=0,019$) dengan sisa makanan. Pasien yang menyukai rasa dan tekstur makanan cenderung memiliki sisa makanan lebih sedikit, sedangkan ketidaksukaan terhadap aroma dan suhu cenderung disertai sisa makanan yang lebih banyak. Sebaliknya, penampilan makanan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan sisa makanan ($p=0,806$). Secara keseluruhan, empat dari lima aspek cita rasa yang diteliti, yaitu rasa, aroma, tekstur, dan suhu, menunjukkan hubungan bermakna dengan sisa makanan, sedangkan penampilan tidak menunjukkan hubungan yang bermakna.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa aspek cita rasa makanan diet rendah garam yang paling banyak disukai pasien adalah aroma (70,0%) dan suhu (67,5%), sedangkan aspek yang paling banyak tidak disukai adalah tekstur (72,5%), diikuti rasa (57,5%) dan penampilan (52,5%). Rendahnya penerimaan terhadap rasa diduga berkaitan dengan pembatasan natrium yang menyebabkan makanan terasa kurang asin dan gurih, serta kemungkinan penurunan sensitivitas pengecap pada kelompok usia dewasa akhir. Tingginya penerimaan terhadap aroma dan suhu menunjukkan bahwa penggunaan bumbu alami serta proses distribusi makanan cukup mampu mempertahankan karakteristik sensori yang dapat diterima pasien. Sementara itu, rendahnya penerimaan terhadap tekstur dan penampilan dapat berkaitan dengan penyajian makanan lunak secara berulang dan keterbatasan variasi tampilan makanan dalam diet rendah garam.

Rata-rata sisa makanan pasien berada dalam kategori banyak, yaitu 61,0%. Komponen

makanan dengan sisa tertinggi adalah buah (67,5%), diikuti bubur dan lauk hewani masing-masing 65,0%, lauk nabati 62,5%, sedangkan sayur memiliki sisa terendah (45,0%). Tingginya sisa makanan menunjukkan bahwa penerimaan pasien terhadap diet rendah garam masih belum optimal. Tingginya sisa lauk hewani diduga berkaitan dengan keterbatasan variasi teknik pengolahan, sedangkan sisa buah yang tinggi kemungkinan dipengaruhi oleh kondisi buah yang disajikan dalam keadaan dingin. Selain cita rasa, kondisi kesehatan, lama perawatan, kejenuhan terhadap menu, dan penurunan nafsu makan juga dapat memengaruhi jumlah makanan yang tersisa.

Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan signifikan antara rasa ($p=0,039$), aroma ($p=0,033$), tekstur ($p=0,014$), dan suhu ($p=0,019$) dengan sisa makanan. Pasien yang menyukai rasa, aroma, tekstur, dan suhu makanan cenderung memiliki sisa makanan lebih sedikit. Rasa yang dapat diterima meningkatkan keinginan untuk mengonsumsi makanan, sedangkan aroma yang menarik dapat merangsang selera makan. Tekstur yang nyaman serta suhu yang sesuai juga dapat meningkatkan kenyamanan pasien selama makan. Sebaliknya, penampilan makanan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan sisa makanan ($p=0,806$), sehingga aspek penampilan belum terbukti menjadi faktor yang menentukan jumlah sisa makanan dalam penelitian ini.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa daya terima cita rasa makanan diet rendah garam masih perlu ditingkatkan karena sisa makanan pasien tergolong tinggi. Peningkatan kualitas makanan dapat dilakukan melalui modifikasi resep, pemanfaatan rempah dan bumbu alami sebagai pengganti sebagian garam, peningkatan variasi menu dan teknik pengolahan, serta pengendalian suhu penyajian. Upaya tersebut diharapkan dapat meningkatkan daya terima makanan, mengurangi sisa makanan, dan mendukung pemenuhan kebutuhan gizi pasien selama masa perawatan.

KESIMPULAN

Terdapat hubungan yang signifikan antara aspek rasa, aroma, tekstur, dan suhu makanan dengan sisa makanan diet rendah garam pada pasien rawat inap di RSUD Bajawa. Sementara itu, aspek penampilan tidak menunjukkan hubungan yang signifikan. Secara umum, semakin baik persepsi pasien terhadap cita rasa makanan, semakin rendah sisa makanan yang dihasilkan.

Instalasi Gizi RSUD Bajawa perlu melakukan evaluasi berkala terhadap cita rasa dan sisa makanan, khususnya rasa, tekstur, variasi menu, serta suhu penyajian. Penggunaan rempah alami, modifikasi resep, dan variasi teknik pengolahan perlu dioptimalkan tanpa mengurangi prinsip diet rendah garam. Bagi ahli gizi perlu meningkatkan monitoring dan evaluasi daya terima serta sisa makanan secara rutin, disertai edukasi kepada pasien mengenai pentingnya kepatuhan terhadap diet rendah garam untuk mendukung proses penyembuhan. Untuk peneliti selanjutnya: menggunakan sampel yang lebih besar, membedakan jenis Diet Rendah Garam I, II, dan III, serta mempertimbangkan faktor lain seperti nafsu makan, kondisi klinis, efek obat, tingkat keparahan penyakit, konsumsi makanan dari luar, dan preferensi pasien

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta, Gramedia Pustaka Utama. Aris, Budi, L. S. (2021). *Hubungan cita rasa makanan dengan sisa makanan pasien di ruang rawat inap RSUD Kabupaten Buleleng* (Karya Tulis Ilmiah). Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- Budianingsih, N. N., Gumala, N. M. Y., & Tamam, B. (2025). Hubungan sisa makanan pasien berdasarkan cita rasa makanan dan penampilan makanan di Rumah Sakit Umum Daerah Bangli. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 14(3), 157–167. <https://doi.org/10.33992/jig.v14i3.3407>
- Drummond, K. E., & Brefere, L. M. (2010). *Nutrition For Foodservice And Culinary Professionals* (7th ed.). John Wiley & Sons.

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS)*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan.
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 129 (2008), *Standar Pelayanan Minimal Rumah Sakit*.
- Kusuma, I. W. (2018). *Analisis Sisa Makanan Pasien Rawat Inap*. Jurnal Gizi Klinik Indonesia, 15(2), 112–120.
- Liber, L., Andarwulan, N., & Adawiyah, D. R. (2014). Peningkatan kualitas cita rasa makanan rumah sakit untuk mempercepat penyembuhan pasien. *Jurnal Mutu Pangan: Indonesian Journal of Food Quality*, 1(2), 83–90. <https://journal.ipb.ac.id/jmpi/article/view/19866>
- Lironika, A., & Suryadi, M. Y. (2019). Jadwal distribusi dan citarasa makanan berhubungan dengan sisa makanan pasien di ruang perawatan obgyn dan bedah RSD dr. Soebandi Jember. *Amerta Nutrition*, 3(3), 194–200. <https://doi.org/10.20473/amnt.v3i3.2019.194-200>
- Meilgaard, M., Civille, G. V., & Carr, B. T. (2007). *Sensory Evaluation Techniques (4th Ed.)*. CRC Press.
- Moehyi, M. (1992). Ilmu pengetahuan gizi. EGC. Moehyi, M. (2014). *Gizi Dietetika Klinik*. EGC.
- Nareswara, A. S. (2017). Hubungan kepuasan pasien dari kualitas makanan rumah sakit dengan sisa makanan di RSUD Kota Semarang. *Ilmu Gizi Indonesia*, 1(1), 34–39. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v1i1.11>
- Nisa, F. K., & Farhat, Y. (2018). Hubungan cita rasa makanan, jenis kelamin dan lama hari rawat dengan sisa makanan pasien rumah sakit. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*, 1(1). <https://doi.org/10.31964/jr-panzi.v1i1.28>
- Oktaviani, A., Afrinis, N., & Verawati, B. (2023). Hubungan cita rasa dan variasi menu makanan dengan sisa makanan lunak pada pasien rawat inap di RSUD Teluk Kuantan tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 4(1). <https://doi.org/10.31004/jkt.v4i1.12104>
- Pelayanan Gizi Rumah Sakit (PGRS). (2013). *Standar Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Kementerian Kesehatan RI.
- Purwita, N. K. D. D., Sukraniti, D. P., & Padmiari, I. A. E. (2023). Hubungan cita rasa dengan sisa makanan biasa pada pasien rawat inap di Rumah Sakit TK II Udayana Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 12(1), 60–70. <https://doi.org/10.33992/jig.v12i1.1590>
- Putri, O. D. P., Susilowati, P. E., & Husnul, N. (2025). Kepuasan pasien RSUD Ciamis terhadap cita rasa dan penyajian makanan dengan sisa makanan diet lunak. *Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*, 4(1), 15–20. <https://doi.org/10.25182/jigd.2025.4.1.15-20>
- S. (2019). *Manajemen Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Penerbit Andi.
- Saufani, I. A., Aiman, U., & Natalina, S. L. (2024). Persepsi daya terima pasien diet makanan lunak dengan sisa makanan rumah sakit. *Jurnal Andaliman: Jurnal Gizi Pangan, Klinik dan Masyarakat*, 4(1), 36–41. <https://doi.org/10.24114/jgpkkm.v4i1.60420>
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Suryaningsih, N., Padmiari, I. A. E., & Gumala, N. M. Y. (2023). Perbedaan sisa makanan pasien berdasarkan tingkat pengetahuan diet rendah garam dan persepsi cita rasa di RSUD Wangaya Kota Denpasar. *Jurnal Ilmu Gizi: Journal of Nutrition Science*, 11(4), 179–188. <https://doi.org/10.33992/jig.v11i4.1243>
- Trinca, V., Duizer, L., & Keller, H. (2022). Putting quality food on the tray: Factors associated with patients' perceptions of the hospital food experience. *Journal of Human Nutrition and Dietetics*, 35(1), 81–93. <https://doi.org/10.1111/jhn.12929>
- Widyanti, W., & Rahmi, Y. (2025). Cita rasa dan variasi menu dengan sisa makanan biasa pada pasien rawat inap. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 11(2), 128–135. <https://doi.org/10.33653/jkp.v11i2.1107>
- Williams, P., & Walton, K. (2011). Plate waste in hospitals and strategies for change. *E-SPEN, the European e-Journal of Clinical Nutrition and Metabolism*, 6(6), e235–e241. <https://doi.org/10.1016/j.eclnm.2011.09.006>