

# Hubungan Cita Rasa Makanan dengan Sisa Makanan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan

## *The Relationship Between Food Taste and Food Waste at the Al-Mubarakah Lamongan Islamic Boarding School*

Ulfi Uswatun Hasanah<sup>1\*</sup>, Lilia Faridatul Fauziah<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Gizi, Fakultas Kesehatan, Institut Ilmu Kesehatan Nahdlatul Ulama Tuban

<sup>1</sup>email: [ulfiuswa23@gmail.com](mailto:ulfiuswa23@gmail.com)

### ABSTRAK

Sisa makanan adalah makanan yang tersisa dipiring setelah konsumen selesai makan dan melihat sisa makanan dapat mengungkapkan kemampuan dan kemauan konsumen untuk mengonsumsi makanan yang telah disediakan. Masalah penyelenggaraan makanan pada remaja yang tinggal di asrama salah satunya adalah makanan yang disajikan tidak sesuai selera santri seperti cita rasa makanan yang kurang disukai santri. Mengetahui hubungan cita rasa makanan dengan sisa makanan di Pondok Pesantren. Metode penelitian analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan pada bulan juli 2024. Pemilihan responden ditentukan dengan teknik *Stratified random sampling* dengan total 106 responden. Pengambilan data dilakukan menggunakan kuesioner cita rasa makanan dan formulir comstock. Analisis penelitian menggunakan uji statistik *correlations spearman*. Menunjukkan sebagian besar penilaian santri yang sangat tidak puas dengan cita rasa makanan di pondok pesantren banyak menyisakan makananya. Hasil analisis antara cita rasa makanan dan sisa makanan pada santri putri menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,000 terdapat hubungan yang signifikan. Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa cita rasa makanan yang kurang baik menyebabkan tingginya sisa makanan santri di Pondok Pesantren.

**Kata kunci**— *cita rasa makanan, pondok pesantren, sisa makanan*

### ABSTRACT

*Food waste is food left on the plate after the consumer has finished eating and seeing food waste can reveal the consumer's ability and desire to consume the food that has been provided. One of the problems with organizing food for teenagers living in dormitories is that the food served does not suit the students' tastes, such as the taste of food that the students don't like. to determine the relationship between food taste and food waste in Islamic boarding schools. Analytical research method with a cross sectional time approach. The research was conducted at the Al-Mubarakah Lamongan Islamic Boarding School in July 2024. The selection of respondents was determined using a stratified random sampling technique with a total of 106 respondents. Data collection was carried out using a food taste questionnaire and a comstock form. Research analysis uses the Spearman correlation statistical test. Shows that the majority of students' assessments are very dissatisfied with the taste of food in Islamic boarding schools, leaving a lot of food behind. The results of the analysis between food taste and food waste in female students show a p-value of 0.000, there is a significant relationship. From the description above, it can be concluded that poor food taste causes high levels of food waste among students in Islamic boarding schools.*

**Key words:** *food taste, food waste, Islamic boarding school*

## PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makanan Pondok Pesantren adalah suatu rangkaian kegiatan dari perencanaan menu sampai dengan pendistribusian makanan pada santri, dalam rangka pencapaian status kesehatan yang optimal melalui pemberian makan pagi, siang dan malam (Choiriyah *et al.*, 2021). Masalah penyelenggaraan makanan pada remaja yang tinggal di asrama salah satunya adalah makanan yang disajikan tidak sesuai selera santri, seperti cita rasa makanan yang kurang disukai dan menu yang kurang bervariasi sehingga menyebabkan tingginya sisa makanan di Pondok Pesantren (Sholichah, 2020).

Sisa makanan adalah makanan yang tersisa di piring setelah konsumen selesai makan dan melihat sisa makanan dapat mengungkapkan kemampuan dan kemauan konsumen untuk mengkonsumsi makanan yang telah disediakan (Kemenkes, 2018). Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Azzahra *dkk* (2017), lebih dari separuh responden menyisakan makanan dalam kategori banyak (>20%) sebesar 54,2% dengan rata-rata sebesar 27%. Sisa makanan responden >20% berdasarkan jenis makanan adalah makanan pokok (72,2%) dan snack (56,9%). Sisa makanan responden paling tinggi adalah saat waktu makan malam (30%).

Penelitian Sulistiawati (2019) di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Maros menunjukkan bahwa 29,5% santri yang tidak menyukai hidangan nasi, 26,3% tidak menyukai lauk hewani, 29,5% tidak menyukai lauk nabati, dan 26,3% tidak menyukai sayur karena makanan yang disajikan kurang bervariasi, suhu makanan yang kurang hangat dan sering dijumpai sayur yang disajikan terasa hambar sehingga kurang membangkitkan selera makan. Berdasarkan hasil wawancara dengan juru masak di dapur Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan dapat disimpulkan, bahwa Rata-rata sisa makanan santri putri adalah 25% yang artinya lebih tinggi dari indikator sisa makanan yaitu  $\leq 20\%$ .

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi tingkat kepuasan santri terhadap makanan yang disajikan Pondok Pesantren yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi kondisi psikologis, kebiasaan makan dan kebosanan. Faktor eksternal meliputi cita rasa, variasi menu, besar porsi, ketepatan waktu penyajian serta kebersihan makanan dan alat makan (Oktaviani *et al.*, 2023).

Cita rasa makanan merupakan salah satu faktor penting dalam penyelenggaraan makanan di pondok pesantren karena berpengaruh langsung pada daya terima santri terhadap

makanan yang diberikan (Oktaviani *et al.*, 2023). Cita rasa yang tinggi adalah makanan yang disajikan dengan menarik, menyebarkan bau yang sedap dan memberikan rasa yang lezat dan mampu mempengaruhi selera makan santri untuk makan (Hernanto, 2017).

Menurut Qurrota'yun (2021), cita rasa makanan yang baik dapat meningkatkan selera makan santri dan berdampak pada peningkatan konsumsi makan santri, sehingga para santri merasa puas dan nyaman selama berada di Pondok Pesantren. Sedangkan menurut Komang (2020), cita rasa makanan yang kurang disukai oleh santri akan menyebabkan santri tidak mengonsumsi makanan yang disajikan, dan cenderung lebih memilih mengonsumsi makanan dari luar Pondok Pesantren, sehingga menyebabkan tingginya sisa makanan yang disajikan. Menurut (Kemenkes RI, 2013) bahwa cita rasa makanan menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi sisa makanan.

Asupan yang cukup dipengaruhi oleh ketertarikan santri terhadap menu yang disajikan. Semakin menarik makanan, maka daya terima makan semakin tinggi. Mutu organoleptik yang baik seperti hidangan yang menarik dapat dihasilkan dari proses pengolahan sesuai syarat (Zikrika *et al.*, 2021).

Asupan zat gizi merupakan kebutuhan yang berperan dalam proses pertumbuhan terutama dalam perkembangan otak. Kemampuan seseorang untuk dapat mengembangkan saraf motoriknya adalah melalui pemberian asupan gizi yang seimbang (Aramico, 2017). Anak usia sekolah membutuhkan asupan nutrisi yang baik untuk menunjang kegiatan belajar di sekolah. Asupan nutrisi akan mempengaruhi daya konsentrasi dan kecerdasan anak dalam menerima dan menyerap setiap ilmu yang didapat di sekolah. Asupan zat gizi dapat dijadikan sebagai indikasi status kesehatan santri. Ketidakseimbangan tingkat kecukupan zat gizi dapat menimbulkan masalah gizi, baik masalah gizi kurang maupun gizi lebih (Azis and Pagarra, 2018).

Selama ini sudah banyak penelitian tentang hubungan cita rasa makanan dengan sisa makanan yang dilakukan di rumah sakit. Belum banyak penelitian dilakukan di institusi Pondok Pesantren. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan.

## **METODE**

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*. Jenis penelitian termasuk kedalam *penelitian analitik*, karena

tidak ada perlakuan apapun yang dapat diberikan kepada responden. Peneliti hanya melakukan pengumpulan data dan pengamatan kepada responden yang akan diteliti.

Penelitian ini dilakukan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan pada bulan Mei 2024, jumlah populasi adalah 145 responden. Sampel dalam penelitian ini adalah santri Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan dengan batasan kriteria inklusi dan eksklusi, jumlah sampel dari penelitian ini sebanyak 106 santri. Penentuan jumlah awal anggota sampel berstrata dilakukan dengan cara pengambilan sampel secara *Proportionate stratified random sampling*.

Variabel independen pada penelitian ini adalah variasi menu makanan dan variabel dependen pada penelitian ini adalah sisa makanan. Instrumen yang akan digunakan pada penelitian ini adalah kuisionare yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya untuk mengukur variabel variasi menu makanan, untuk mengukur variabel sisa makanan menggunakan pengukuran visual atau *Comstock*. Uji statistik pada penelitian ini menggunakan *correlations spearman*. Nilai signifikan  $< \alpha 0,05$ , yang berarti bahwa ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Alat yang akan digunakan untuk

menganalisa data menggunakan program *software SPSS for windows*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Responden dalam penelitian ini adalah santri putri Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan yang berjumlah 106 responden.

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan umur dan kelas pada santri putri Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan

| Kategori      | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|---------------|------------------------|----------------|
| Usia (Th)     |                        |                |
| 13 tahun      | 31                     | 29,3           |
| 14 tahun      | 61                     | 57,5           |
| 15 tahun      | 14                     | 13,2           |
| Tingkat Kelas |                        |                |
| Kelas 7       | 56                     | 53             |
| Kelas 8       | 50                     | 47             |

Tabel 1. menunjukkan distribusi karakteristik subjek penelitian, diketahui dari 106 responden, sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 61 responden dengan persentase 57,5%. Selain itu, sebagian besar responden berada di kelas 7, yaitu sebanyak 56 responden dengan persentase 53%.

Tabel 2. Distribusi frekuensi penilaian cita rasa makanan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan

| Kategori     | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|--------------|------------------------|----------------|
| Cita Rasa    |                        |                |
| Sangat Tidak | 62                     | 58,5           |

|             |    |      |
|-------------|----|------|
| Puas        |    |      |
| Tidak Puas  | 43 | 40,6 |
| Puas        | 1  | 0,9  |
| Sangat Puas | 0  | 0    |

Berdasarkan **tabel 2.** dari 106 responden, sebagian besar penilaian cita rasa makanan dalam kategori sangat tidak puas, yaitu sebanyak 62 responden dengan persentase 58,5%.

Tabel 3. Distribusi frekuensi data penilaian sisa makanan di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan

| Kategori     | Frekuensi ( <i>f</i> ) | Persentase (%) |
|--------------|------------------------|----------------|
| Sisa Makanan |                        |                |
| Sedikit      | 23                     | 21,7           |
| Banyak       | 83                     | 78,3           |

Berdasarkan **tabel 3.** dari 106 responden, hampir seluruh responden memiliki sisa makanan dalam kategori banyak, yaitu sebanyak 83 responden dengan persentase 78,3%.

Tabel 4. Hubungan cita rasa makanan dengan sisa makanan

| Cita Rasa No Makanan | Sisa Makanan |             | Total         |
|----------------------|--------------|-------------|---------------|
|                      | Sedikit      | Banyak      |               |
| 1. Sangat tidak puas | 23<br>37,1%  | 39<br>62,9% | 62<br>100,0%  |
| 2. Tidak puas        | 0<br>0,0%    | 43<br>100%  | 43<br>100,0%  |
| 3. Puas              | 0<br>0,0%    | 1<br>100,0% | 1<br>100,0%   |
| 4. Sangat puas       | 0<br>0,0%    | 0<br>0,0%   | 0<br>0,0%     |
| <b>Total</b>         | 23<br>21,7%  | 83<br>78,3% | 106<br>100,0% |

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa sebagian besar santri yang memberikan penilaian sangat tidak puas pada cita rasa makanan di pondok pesantren menyisakan banyak makanan yaitu sebanyak 39 responden dengan persentase 62,9%, santri yang

memberikan penilaian tidak puas pada cita rasa makanan di pondok pesantren keseluruhan menyisakan banyak makanan yaitu sebanyak 28 responden dengan persentase 100%, santri yang memberikan penilaian puas pada cita rasa makanan di pondok pesantren keseluruhan menyisakan banyak makanan yaitu sebanyak 1 responden dengan persentase 100%, dan tidak seorngpun santri yang memberikan penilaian sangat puas pada cita rasa makanan di pondok pesantren.

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan uji korelasi *Spearman* ditemukan bahwa terdapat hubungan signifikan antara variasi menu makanan dan sisa makanan pada santri putri. Nilai *p-value* yang diperoleh adalah 0,000 yang menunjukkan bahwa nilai tersebut kurang dari 0,05. Ini menunjukkan adanya hubungan antara variasi menu makanan dengan sisa makanan. Nilai *Correlation Coefisien* termasuk kategori sedang sebesar 0,442.

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian 106 responden di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan, ditemukan hubungan signifikan antara cita rasa makanan dan sisa makanan. Hasil uji *Correlation Spearman* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,011 yang berarti hubungan ini signifikan dengan *p-value* kurang dari 0,05. Temuan utama

penuelitian ini mengungkapkan cita rasa makanan yang kurang baik menyebabkan santri meninggalkan lebih banyak sisa makanan. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan cita rasa makanan dapat mengurangi jumlah sisa makanan yang ditinggalkan.

Penelitian ini menundukung temuan dari penelitian sebelumnya. Suhu makanan yang kurang hangat dan rasa sayur yang hambar dapat mengurangi selera makan, yang pada akhirnya meningkatkan jumlah sisa makanan di Pondok Pesantren Nahdlatul Ulum Maros (Sulistiawati, 2019). Hasil penelitian lain menyebutkan bahwa 52% pasien rawat inap di rumah sakit meninggalkan banyak sisa makanan meskipun hanya 48% yang merasa cita rasanya cukup, hal ini menyoroti bahwa kualitas cita rasa penting dalam mempengaruhi konsumsi makanan (Oktaviani *et al.*, 2023). Selain itu, penelitian Qurrota'yun (2022) menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan cita rasa makanan terhadap sisa makanan pada pasien rawat inap di RSUD Dr. Moewardi.

Cita rasa makanan memainkan peran sentral dalam penyelenggaraan makanan di pondok pesantren karena secara langsung mempengaruhi bagaimana santri menerima makanan yang disajikan (Oktaviani *et al.*, 2023). Menurut Qurrota'yun (2021), cita rasa

makanan yang baik dapat meningkatkan selera makan santri dan berdampak positif pada peningkatan konsumsi makan santri, sehingga para santri merasa puas dan nyaman selama berada di pondok pesantren. Selain itu, penelitian Hernanto (2017), juga mengemukakan bahwa cita rasa makanan dapat dipahami dari 2 aspek utama yaitu penampilan dan rasa makanan.

Berdasarkan pemahaman ini, peneliti menyimpulkan bahwa makanan dengan cita rasa yang tinggi, disajikan dengan cara yang menarik, memiliki aroma yang menggugah selera, dan memberikan rasa yang lezat. Sehingga mampu merangsang selera makan santri. Ketika santri merasa puas dengan cita rasa makanan, mereka cenderung mengkonsumsi makanan dengan lebih baik, mengurangi kemungkinan terjadinya sisa makanan. Sebaliknya jika cita rasa makanan tidak sesuai dengan prevalensi santri, akan menyebabkan santri tidak mengkonsumsi makanan yang disajikan, dan cenderung lebih memilih mengkonsumsi makanan dari luar pondok. Hal ini dapat mengakibatkan peningkatan jumlah sisa makanan yang tersisa dari sajian di pondok pesantren. Oleh karena itu penting bagi penyelenggara makanan di pondok pesantren untuk memperhatikan kualitas cita rasa makanan agar dapat

memenuhi kebutuhan dan harapan santri serta mengurangi pemborosan makanan.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar penilaian cita rasa makanan dalam kategori sangat tidak puas, dengan persentase 58% dan hampir seluruh responden memiliki sisa makanan dalam kategori banyak dengan persentase 78,3%. Terdapat hubungan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan santri putri di Pondok Pesantren Al-Mubarakah Lamongan, dengan nilai *p-value* sebesar 0,000 <0,05.

Diharapkan pihak pesantren dapat menyediakan menu makanan yang memiliki cita rasa makanan yang baik agar dapat meningkatkan selera makan santri yang akan berdampak pada peningkatan konsumsi makan santri, sehingga para santri merasa puas dan nyaman selama berada di pondok pesantren.

### **ACKNOWLEDGEMENT**

Penelitian ini dapat terselesaikan karena bantuan berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu-persatu yang telah membantu dalam penyelesaian skripsi ini. Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu kritik

dan saran yang bersifat membangun senantiasa penulis harapkan guna kesempurnaan penelitian ini dikemudian hari. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Azis, A.A., Pagarra, H., (2018). Hubungan Asupan Zat Gizi dan Status Gizi dengan Hasil Belajar Ipa Siswa Pesantren Mts di Kabupaten Buru. *Jurnal Ipa Terpadu*, 1(2).
- Aramico, Basri, Nihan, W., S., Adibah, N., (2017). Hubungan Asupan Gizi, Aktifitas Fisik, Menstruasi dan Anemia dengan Status Gizi pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri (MAN) Simpang Kiri Kota Subulussalam. *Jurnal Penelitian Kesehatan*. Vol. 4 No. 1, 21-30
- Choiriyah, S., Sholichah, F., Widiastuti, W., (2021). Sistem Penyelenggaraan Makan Pagi dan Status Gizi Santriwati Pondok Pesantren Putri Mbah Rumi. *Penelit. Gizi dan Makanan J. Nutr. Food Res.* 44, 31–44. <https://doi.org/10.22435/pgm.v44i1.3204>
- Hernanto., (2017). Hubungan Antara Penampilan dan Rasa Makanan dengan Sisa Makanan Biasa Pada Pasien Rawat Inap di Rsu Aminah Blitar. *Tesis*. Fakultas Ilmu

- Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.  
Kemenkes, R.I., (2018). *Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*. Kementerian Kesehatan RI  
Kementerian Kesehatan RI., (2013). *Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Oktaviani, A., Afrinis, N., Verawati, B., (2023). Hubungan Cita Rasa dan Variasi Menu Makanan engan Sisa Makanan Lunak pada Pasien Rawat Inap di Rsud Teluk Kuantan. *Jurnal Kesehatan Tambusari*, 4(1).
- Qurrotaa'yun, S., Ekorinawati, W., (2021). Hubungan Cita Rasa Makanan dan Konsumsi Makanan Dari Luar Rumah Sakit Terhadap Sisa Makanan pada Pasien Rawat Inap di Rsud Dr. Moewardi. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sholichah, F., Syukur, F., (2020). Sistem Penyelenggaraan Makanan di Pondok Pesantren Tahfidz. *J. Penelit. dan Pengemb. Kesehat. Masy. Indones.* 1, 90–100.  
<https://doi.org/10.15294/jppkmi.v1i2.42918>
- Sulistiawati, W., Hartono, R., Kartini, T. D., (2019). Tingkat Kepuasan dan Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Remaja Putri, Vol. XII No. 2.
- Velawati, M., Kusuma, H.S., Fitriyanti, A.R., (2021). Sisa Makanan Indikator Tingkat Kepuasan Pelayanan Makan di Pondok Pesantren Salafiyah Kauman Pernalang. *In Prosiding Seminar Nasional Unimus*. Vol (4)
- Zikrika, C.A., Ronitawati, P., Dhyani, P., Sa'pang, M., Syaher, N.A., (2021). Analisis Perbedaan Kualitas Pelayanan, Kualitas Makanan dan Tingkat Kepuasan Santri di Pondok Pesantren Perkotaan dan Perdesaan. *Darussalam Nutrition Journal*. 5(2).