

# FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN SISA MAKANAN SEBAGAI PERILAKU MAKAN PASIEN YANG DI RAWAT INAP DI RS LARAS SIMALUNGUN

Johan Saputra<sup>1</sup>, Ica Fauziah Harahap<sup>2</sup>

Program Studi Kebidanan STIKes Paluta Husada Gunung Tua, Indonesia

## Article Info

### Article history:

Received Oktober 1, 2025  
Revised Nopember 5, 2025  
Accepted Desember 30, 2025

### Keywords:

Perilaku  
Makan  
Sisa makanan

## ABSTRACT

Penyelenggaraan makanan merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang dimulai dari perencanaan hingga pendistribusian makanan yang tepat untuk mencapai status kesehatan yang optimal. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan pasien yang dirawat inap di RS Laras. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif analitik dengan desain cross- sectional, melibatkan 42 responden yang memberikan data melalui pengisian kuesioner. Hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan pada dimensi kepercayaan, sikap, frekuensi makan dan nafsu makan terhadap perilaku sisa makan. Peneliti menyimpulkan Perilaku Sisa Makan berpengaruh pada dimensi kepercayaan, sikap, frekuensi makan dan nafsu makan, sedangkan pengetahuan dan makanan dari luar tidak berpengaruh terhadap perilaku sisa makan di RS Laras.

*This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.*



## Corresponding Author:

Ica Fauziah Harahap,  
Program Studi Kebidanan STIKes Paluta Husada Gunung Tua, Indonesia.  
Email: [icafauziahhyes@gmail.com](mailto:icafauziahhyes@gmail.com)

## 1. PENDAHULUAN

Penyelenggaraan makanan merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang dimulai dari perencanaan hingga pendistribusian makanan yang tepat untuk mencapai status kesehatan yang optimal (Aritonang, 2012). Batasan penyelenggaraan makanan di Indonesia adalah lebih dari 50 porsi sekali pengolahan atau 150 porsi sehari (untuk 3 kali makan) (Bakhri dkk, 2018). Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 78 Tahun 2013 Tentang Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit menyatakan bahwa penyelenggaraan makanan rumah sakit merupakan rangkaian kegiatan mulai dari perencanaan menu, perencanaan kebutuhan bahan makanan, perencanaan anggaran belanja, pengadaan bahan makanan, penerimaan dan penyimpanan, pemasakan bahan makanan, distribusi dan pencatatan, pelaporan serta evaluasi. Adapun tujuan penyelenggaraan gizi adalah menyediakan makanan yang berkualitas sesuai kebutuhan gizi, biaya aman dan dapat diterima oleh konsumen guna mencapai status gizi yang optimal. Pemberian makan di rumah sakit merupakan bagian penting dari pelayanan kesehatan untuk pasien yang dirawat. Pengadaan dan penyediaan makanan untuk pasien rawat inap harus disesuaikan dengan kebutuhan diet berdasarkan kondisi penyakit yang diderita pasien (Almatsier, 2005). Daya terima terhadap diet makanan pasien dapat

diukur melalui jumlah sisa makanan yang ditinggalkan. Sisa makanan merujuk pada porsi makanan yang tidak dihabiskan oleh pasien (Kemenkes RI, 2013).

Terjadinya sisa makanan dapat dipengaruhi oleh faktor internal maupun faktor eksternal. di mana faktor internal meliputi aspek fisik dan psikologis individu, sedangkan faktor eksternal mencakup budaya, kondisi ekonomi, norma sosial, pengetahuan, serta pengaruh media atau periklanan. Menurut Green, perilaku dapat didefinisikan sebagai respons atau reaksi individu terhadap stimulus tertentu dalam lingkungan mereka. Metode dalam pengukuran sisa makanan yaitu Metode penimbangan Sisa Makanan dan Metode Taksiran Visual. Menurut teori Lawrence Green (1991) yang dikutip oleh Notoatmodjo (2014), perilaku kesehatan individu atau masyarakat dipengaruhi oleh pengetahuan yang berfungsi sebagai predisposisi dalam menentukan tindakan atau perilaku seseorang secara nyata.

Faktor perilaku ditentukan atau dibentuk oleh :

- 1) Faktor predisposisi (predisposing factor), yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, nilai-nilai dan sebagainya.
- 2) Faktor pendukung (enabling factor), yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak tersedianya fasilitas- fasilitas atau sarana-sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat- obatan, alat- alat steril dan sebagainya.
- 3) Faktor pendorong (reinforcing factor) yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lain, yang merupakan kelompok referensi dari perilaku masyarakat.

## 2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan studi kuantitatif dengan desain cross sectional. Populasi sebanyak 42 orang pasien yang di rawat inap di RS Laras Simalungun. Teknik pengambilan sampel secara total sampling, dengan kriteria inklusi berusia 17 tahun sampai 65 tahun, telah dirawat minimal 24 jam, menerima diet makanan biasa berbentuk nasi, bisa diajak berkomunikasi dan bersedia menjadi responden. Penelitian ini dilakukan di RS Laras Simalungun. Langkah-langkah pertimbangan etika penelitian yang digunakan meliputi informed consent responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan manfaat penelitian, anonymity nama responden menggunakan inisial, confidentiality kerahasiaan identitas dan data dari responden yang diteliti dijamin oleh peneliti dan tidak akan menyebutkan identitas responden tersebut, dan justice hak responden mendapatkan perlakuan yang sama baik sebelum, selama, maupun sesudah berpartisipasi dalam penelitian.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### **Pengaruh kepercayaan sebagai faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan.**

Dari hasil kuesioner, terlihat bahwa mayoritas responden dipengaruhi oleh faktor budaya dan agama dalam pola makan mereka. Kesadaran terhadap kalori dan diet rendah karbohidrat bervariasi, dengan sebagian besar tidak terlalu memperhatikan asupan kalori tetapi cukup peduli dengan lemak. Selain itu, alergi makanan juga menjadi faktor yang cukup banyak dialami oleh responden. Penelitian ini menunjukkan bahwa saat seseorang menilai perilaku menyisakan makanan sebagai hal yang buruk, niat untuk mengurangi menyisakan makanan meningkat. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian.

### **Pengaruh sikap sebagai faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan**

Berdasarkan hasil kuesioner, mayoritas responden memiliki kebiasaan makan dengan hidangan lengkap dan lebih memilih makanan hangat. Pemilihan makanan cukup berpengaruh dalam pola makan, dengan banyak responden cenderung selektif terhadap makanan tertentu. Ngemil menjadi kebiasaan yang cukup umum, terutama saat bosan, dengan kecenderungan tinggi terhadap

makanan manis. Preferensi terhadap makanan pedas cukup bervariasi, dengan sebagian besar responden menyukainya namun masih ada yang tidak menyukai makanan pedas sama sekali. bahwa pemilih makanan cenderung lebih banyak menghasilkan sisa makanan.

Mengingat sikap pemilih lebih cenderung menghasilkan pemborosan makanan, penting untuk melakukan pendidikan mengenai cara mengelola sisa makanan bagi mereka yang selektif dalam memilih makanan. Ini dapat mencakup pelatihan atau edukasi untuk mengurangi pemborosan melalui teknik pengelolaan sisa makanan yang lebih baik. Peneliti juga menyarankan agar masyarakat diberikan informasi lebih lanjut tentang bagaimana sikap mereka terhadap makanan (seperti menjadi pemilih atau tidak pemilih) dapat mempengaruhi pemborosan makanan, dan bagaimana sikap tersebut dapat dikendalikan untuk mencapai pengelolaan makanan yang lebih baik.

#### **Pengaruh pengetahuan sebagai faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan**

Hasil kuesioner didapatkan, mayoritas responden memahami pentingnya makanan bergizi, terutama dalam konteks pemulihan saat sakit. Kesadaran akan kebutuhan protein saat sakit cukup tinggi, tetapi masih ada beberapa responden yang kurang

memahami pentingnya pola makan sehat secara keseluruhan. Banyak responden setuju bahwa pola makan yang baik mempengaruhi kesembuhan, tetapi ada yang belum menerapkan pola makan teratur. Ada pandangan yang beragam mengenai apakah makanan yang dikonsumsi sudah memenuhi standar gizi yang optimal.

#### **Pengaruh frekuensi makan sebagai faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan**

Dari hasil kuesioner, mayoritas responden memiliki pola makan yang cukup teratur, tetapi masih ada yang sering terlambat makan atau melewatkan waktu makan jika tidak merasa lapar. Sarapan menjadi kebiasaan yang cukup baik di antara responden, tetapi masih ada sebagian kecil yang sering melewatkannya. Makan siang dan makan malam umumnya dilakukan secara rutin, meskipun ada yang terkadang melewatkannya. Secara umum, kebiasaan makan 3 kali sehari masih belum diterapkan oleh semua responden, yang dapat berdampak pada keseimbangan nutrisi dan kesehatan secara keseluruhan.

Menurut peneliti Rumah sakit dapat meningkatkan pola makan pasien dengan menjadwalkan makan secara teratur dan mengawasi kepatuhan pasien. Menyediakan makanan bernutrisi dalam porsi yang disesuaikan dengan kebutuhan pasien, mengedukasi pasien tentang pentingnya makan teratur untuk pemulihan kesehatan, memberikan variasi menu yang menarik dan mudah dikonsumsi oleh pasien.

#### **Pengaruh nafsu makan sebagai faktor yang berhubungan dengan sisa makanan sebagai perilaku makan**

Dari hasil kuesioner sebagian besar pasien menyukai makanan tinggi karbohidrat namun masih ada kelompok pasien yang mengurangi konsumsi karbohidrat. Sebagian besar pasien menyukai makanan tinggi protein namun masih ada yang membatasi protein. Dominan setuju nafsu makan dipengaruhi oleh tampilan makanan. Sebagian besar merasa porsi makan cukup namun ada yang menunjukkan bahwa pasien merasa porsi makan kurang atau berlebihan. Sebagian besar makanan tidak cocok di lidah.

#### **4. KESIMPULAN**

Hasil Penelitian Terdapat hubungan signifikan antara kepercayaan dengan perilaku sisa makanan, hal ini mengindikasikan bahwa semakin baik tingkat kepercayaan seseorang, semakin besar kemungkinan mereka untuk memiliki perilaku yang baik dalam mengelola sisa makanan. Sebaliknya, individu dengan kepercayaan yang lebih rendah cenderung membuang lebih banyak makanan. Sikap terhadap makanan, baik menjadi pemilih atau tidak pemilih, berpengaruh signifikan terhadap perilaku sisa makanan. Pemilih cenderung menghasilkan lebih banyak sisa makanan

## REFERENCES

- Afrina, Mulyati, H., dan Aziz, D. 2019. Hubungan Perilaku Makan dengan Status Gizi pada Remaja di SMK Negeri 1 Palu. *Jurnal Kesehatan* (online), volume 3, nomor 2. (<http://cyberchmk.net/ojs/index.php/kesehatan/article/view/521>). Diakses: 5 Juli 2021).
- Ariyanti, V. (2016). Hubungan Antara Menu yang disajikan Dengan Sisa Makanan Biasa Pada Pasien Rawat Inap RSUD Dr. Soeratto, Gemolong, Kabupaten Sragen. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Available: <http://eprints.ums.ac.id/47288/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>
- AULA, Lisa Elizabet, et al. Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya sisa makanan pada pasien rawat inap di Rumah Sakit Haji Jakarta. (Universitas Islam Negeri, Jakarta, 2011)
- Bellina, P, Mureen, Nancy (2022). Gambaran Perilaku Makan Pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. *Jurnal KESMAS*, Vol. 11, No. 2. Februari 2022
- Fatkhurohman, Lestari, Y.N. & Torina, T.D. Hubungan Perubahan Standar Porsi Makan dengan Sisa Makanan Pasien Rumah Sakit Holistik Tahun 2016. *Jurnal Gizi Indonesia* 40(1), 1-8 (2017).
- Ghozali, I. (2021). Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS. 26. (10th ed.). Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Izhani, I (2019). Sisa Makanan Pasien Berdasarkan Cita Rasa, Penampilan dan variasi makanan di RSUD H. Abdul Manan Simatupang Kisaran. Skripsi. Sumatera Utara : Fakultas Kesehatan Masyarakat
- Proverawati, A. 2017. Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Setyowati, N.D., Ryanti, E., & Indraswari, R. (2017). Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Perilaku Makan Remaja Putri dalam Pencegahan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak Simongan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(5), 1042–1053
- Sugiyono. (2022). Metode Penelitian dan Pengembangan (Research and Development) (Sofia Yustiani Suryandari (ed.); 5th ed.). Alfabeta.