

Hubungan Impresi Cita Rasa Makanan dan Motivasi Makan terhadap Sisa Makanan pada Pasien Diabetes Mellitus di RSUD Ratu Zalecha Martapura

Windi Anggi Tiara Putri^{1*}, Magdalena², Zulfiana Dewi², Rusmini Yanti²

¹Program Studi Gizi dan Dietetika, Program Sarjana Terapan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

²Politeknik Kesehatan Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

*email Korespondensi: windianggi0419@gmail.com

ABSTRAK. Diabetes Melitus (DM) merupakan gangguan metabolisme yang menyebabkan peningkatan kadar gula darah dan berisiko menimbulkan komplikasi. Menurut profil kesehatan Kabupaten Banjar, kasus diabetes melitus di Kabupaten Banjar selama 3 tahun terakhir menempati urutan ke-2 dari 10 penyakit terbanyak tidak menular di Kabupaten Banjar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara impresi cita rasa makanan dan motivasi makan terhadap sisa makanan pada pasien Diabetes Mellitus di RSUD Ratu Zalecha Martapura. Jenis penelitian ini observasional analitik dengan desain cross sectional, menggunakan populasi seluruh pasien DM dengan sampel 39 orang, dipilih secara purposive sampling. Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2025 – November 2025. Data karakteristik responden, impresi makanan, motivasi makan, dan sisa makanan dikumpulkan dengan wawancara menggunakan kuesioner dan virtual comstock selama 2 hari. Analisis data secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki sisa makanan rendah (56,4%), impresi cita rasa makanan puas (56,4%), dan motivasi makan baik (92,3%). Terdapat hubungan yang signifikan antara impresi cita rasa makanan dengan sisa makanan ($p = 0,001 < \alpha$). Terdapat juga hubungan yang signifikan antara motivasi makan dengan sisa makanan ($p = 0,04 < \alpha$). Impresi cita rasa makanan dan motivasi makan berhubungan dengan sisa makanan, sehingga diharapkan responden dapat meningkatkan kepuasan terhadap cita rasa makanan dan motivasi makan untuk mengurangi sisa makanan yang dapat mempengaruhi keberhasilan pengendalian kadar gula darah pada pasien diabetes mellitus.

Kata kunci: diabetes mellitus, motivasi makan, impresi cita rasa makanan, sisa makanan

ABSTRACT. *Diabetes Mellitus (DM) is a metabolic disorder that causes an increase in blood sugar levels and poses a risk of complications. According to the health profile of Banjar Regency, diabetes mellitus has ranked second among the top 10 non-communicable diseases in the region over the past three years. This study aims to examine the relationship between taste impressions and eating motivation with food leftovers among patients with diabetes mellitus at RSUD Ratu Zalecha Martapura. This research is an analytical observational study with a cross-sectional design, using the entire DM patient population; a sample of 39 participants was selected through purposive sampling. The study was conducted from October to November 2025. Data on respondent characteristics, food impressions, eating motivation, and food leftovers were collected through interviews using questionnaires and virtual comstock over 2 days. Data analysis was conducted univariately and bivariately using the chi-square test. The results showed that the majority of respondents had low levels of food leftovers (56.4%), a positive impression of the food's taste (56.4%), and high eating motivation (92.3%). There was a significant relationship between food taste impressions and food leftovers ($p = 0.001 < \alpha$). A significant relationship was also found between eating motivation and food leftovers ($p = 0.04 < \alpha$). Food taste impressions and eating motivation are related to food leftovers. It is expected that respondents will improve their satisfaction with food taste perceptions and eating motivation, thereby reducing food leftovers, which can affect the success of blood glucose control in patients with Diabetes Mellitus.*



This is an open access article distributed under the terms of [CC BY-NC 4.0 license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Keywords: diabetes mellitus, eating motivation, food taste impressions, food leftovers

PENDAHULUAN

Diabetes mellitus merupakan penyakit metabolismik kronis yang ditandai dengan peningkatan kadar glukosa darah akibat gangguan sekresi insulin,

kerja insulin, atau keduanya. Penyakit ini berisiko menimbulkan berbagai komplikasi dan prevalensinya terus meningkat secara global maupun nasional, sehingga memerlukan pengelolaan yang

komprehensif dan berkelanjutan, khususnya melalui terapi gizi medis (American Diabetes Association 2023; International Diabetes Federation 2025).

Pengaturan diet merupakan salah satu pilar utama dalam pengelolaan diabetes mellitus, terutama pada pasien rawat inap. Keberhasilan diet dapat dievaluasi melalui sisa makanan pasien, yang mencerminkan tingkat penerimaan dan ketercapaian asupan gizi sesuai perencanaan diet. Tingginya sisa makanan menunjukkan rendahnya daya terima makanan dan dapat berdampak pada tidak tercapainya pengendalian kadar glukosa darah serta peningkatan pemborosan biaya penyelenggaraan makanan rumah sakit (Wayansari 2018; Fadilla et al. 2020).

Sisa makanan dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Faktor internal yang berperan penting adalah motivasi makan, yang memengaruhi kepatuhan pasien dalam mengonsumsi makanan sesuai anjuran diet. Faktor eksternal yang turut memengaruhi adalah impresi cita rasa makanan, meliputi rasa, aroma, tekstur, dan penampilan makanan. Pada pasien diabetes mellitus, pembatasan penggunaan gula dan garam sering menurunkan kepuasan terhadap cita rasa makanan, sehingga meningkatkan risiko sisa makanan (Bertalina & Purnama 2016; Spence 2015; Rinninella et al. 2023). Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan impresi cita rasa makanan dan motivasi makan terhadap sisa makanan pada pasien diabetes mellitus di RSUD Ratu Zalecha Martapura.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain potong lintang (cross sectional) yang dilaksanakan di RSUD Ratu Zalecha Martapura pada bulan Oktober–November 2025. Populasi penelitian adalah seluruh pasien diabetes mellitus rawat inap, dengan sampel sebanyak 39 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi. Data karakteristik responden, impresi cita rasa makanan, dan motivasi makan dikumpulkan melalui wawancara menggunakan kuesioner terstruktur. Sisa makanan diukur menggunakan metode visual Comstock dengan skala 0–100% yang dilakukan selama dua hari pengamatan pada waktu makan utama. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan

distribusi variabel dan secara bivariat menggunakan uji chi-square untuk menganalisis hubungan antara impresi cita rasa makanan dan motivasi makan dengan sisa makanan, dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL

Uji deskriptif dilakukan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi variabel penelitian pada pasien diabetes mellitus rawat inap di RSUD Ratu Zalecha Martapura.

Tabel 1. Gambaran Umum Responden

Variabel	Frekuensi (n)	Percentase (%)
Umur Responden		
20-30 tahun (Dewasa muda)	1	2,6
40-59 tahun (Dewasa madya)	28	71,8
≥ 60 tahun (Lansia)	10	25,6
Jenis Kelamin		
Laki-laki	11	28,2
Perempuan	28	71,8
Pendidikan Terakhir		
Rendah (Tidak sekolah, SD, SMP)	20	51,3
Menengah (SMA)	14	35,9
Tinggi (Perguruan tinggi)	5	12,8

Subjek penelitian didominasi oleh responden berjenis kelamin perempuan dengan persentase sebesar 71,8%, sedangkan responden laki-laki sebesar 28,2%. Berdasarkan karakteristik usia, sebagian besar responden berada pada rentang usia 40–59 tahun (dewasa madya), yaitu sebesar 71,8%, diikuti kelompok usia ≥60 tahun (lansia) sebesar 25,6%, dan kelompok usia 20–30 tahun (dewasa muda) sebesar 2,6%. Distribusi usia ini menunjukkan bahwa pasien diabetes mellitus rawat inap dalam penelitian ini didominasi oleh kelompok usia dewasa madya.

Berdasarkan tingkat pendidikan terakhir, sebagian besar responden memiliki tingkat pendidikan rendah (tidak sekolah, SD, dan SMP) sebesar 51,3%, diikuti pendidikan menengah (SMA) sebesar 35,9%, dan pendidikan tinggi (perguruan tinggi) sebesar 12,8%. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki latar belakang

pendidikan yang relatif rendah, yang berpotensi memengaruhi pemahaman dan kepatuhan terhadap pengaturan diet serta anjuran kesehatan selama masa perawatan.

Tabel 2. Hubungan Impresi Cita Rasa Makanan dengan Sisa Makanan

Impresi Cita Rasa Makanan	Sisa Makanan				P- Value
	Rendah		Tinggi		
	n	%	n	%	
Puas	19	48,72	3	7,69	
Tidak Puas	3	7,69	14	35,90	0,001
Jumlah	22	56,41	17	43,59	

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara impresi cita rasa makanan dengan sisa makanan pada pasien diabetes mellitus ($p < 0,05$). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa penerimaan sensorik makanan, seperti rasa, aroma, tekstur, dan penampilan, berperan penting dalam menentukan tingkat konsumsi makanan pasien rumah sakit (Spence 2015; Williams et al. 2022).

Pasien yang memiliki impresi cita rasa makanan yang baik cenderung menyisakan makanan dalam jumlah yang lebih rendah dibandingkan pasien yang tidak puas terhadap cita rasa makanan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kualitas cita rasa makanan dapat meningkatkan daya terima dan kepatuhan pasien dalam mengonsumsi makanan sesuai anjuran diet. Pada pasien diabetes mellitus, pembatasan penggunaan gula dan garam sering menurunkan kepuasan terhadap rasa makanan, sehingga berpotensi meningkatkan sisa makanan apabila kualitas pengolahan dan penyajian tidak diperhatikan (Yulianti 2020; Rinninella et al. 2023).

Temuan ini menguatkan bahwa perbaikan kualitas sensorik makanan rumah sakit menjadi salah satu strategi penting untuk menurunkan sisa makanan dan mendukung keberhasilan terapi gizi pada pasien diabetes mellitus (Fadilla et al. 2020; Wayansari 2018).

Tabel 3. Hubungan Motivasi Makan dengan Sisa Makanan

Motivasi Makan	Sisa Makanan				P- Value
	Rendah		Tinggi		
	n	%	n	%	
Baik	22	56,41	14	35,90	
Kurang	0	0,00	3	7,69	0,04
Jumlah	22	56,41	17	43,59	

Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien diabetes mellitus ($p < 0,05$). Temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa motivasi makan berperan penting dalam menentukan kepatuhan pasien terhadap konsumsi makanan selama masa perawatan (Bertalina & Purnama 2016; Noor et al. 2018).

Pasien yang memiliki motivasi makan yang baik cenderung menyisakan makanan dalam jumlah yang lebih rendah dibandingkan pasien dengan motivasi makan kurang. Kondisi ini menunjukkan bahwa motivasi internal pasien, seperti keinginan untuk sembuh dan pemahaman terhadap manfaat diet, dapat meningkatkan kepatuhan dalam mengonsumsi makanan sesuai anjuran diet. Pada pasien diabetes mellitus, motivasi makan yang rendah dapat menyebabkan ketidakpatuhan terhadap diet, sehingga meningkatkan sisa makanan dan berpotensi menghambat pengendalian kadar glukosa darah (Indrawati et al. 2023; Blongkod & Arpin 2022).

Temuan ini menguatkan bahwa penguatan motivasi makan melalui edukasi gizi dan dukungan tenaga kesehatan menjadi salah satu strategi penting untuk menurunkan sisa makanan dan mendukung keberhasilan terapi gizi pada pasien diabetes mellitus (Puspadiwati & Briawan 2015; Fadilla et al. 2020).

PEMBAHASAN

Hasil penelitian di RSUD Ratu Zalecha Martapura menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara impresi cita rasa makanan dan tingkat sisa makanan pada pasien diabetes mellitus ($p = 0,001$). Sebagian besar responden yang menyatakan puas terhadap cita rasa makanan memiliki sisa makanan rendah ($\leq 20\%$), sedangkan responden yang menyatakan tidak puas cenderung memiliki sisa makanan tinggi ($> 20\%$). Temuan ini menunjukkan bahwa penerimaan yang baik terhadap cita rasa makanan berkontribusi pada kemampuan pasien untuk menghabiskan makanan yang disajikan. Rendahnya sisa makanan menjadi indikator penting keberhasilan penyusunan menu karena menunjukkan bahwa makanan dapat diterima secara sensori oleh pasien (Yulianti, 2020; Aprianti & Insyarah, 2017).

Aspek tekstur merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi ketidakpuasan responden terhadap makanan rumah sakit. Ketidaksesuaian

tekstur antar komponen makanan, seperti perpaduan makanan pokok bertekstur lunak dengan lauk bertekstur lebih keras dan berminyak, dapat menurunkan kenyamanan makan dan penerimaan makanan oleh pasien. Kondisi ini sejalan dengan kajian sensori yang menyatakan bahwa tekstur merupakan determinan utama dalam penerimaan makanan, khususnya dalam konteks gizi klinik (Martins & Pliner, 2016; Putri & Handayani, 2020).

Selain tekstur, aroma makanan juga memengaruhi tingkat kepuasan responden terhadap makanan rumah sakit. Beberapa responden menyatakan ketidaksukaan terhadap aroma sayuran tertentu yang dimasak dengan metode rebus atau kukus, yang berpotensi menurunkan nafsu makan. Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa aroma merupakan salah satu komponen sensori awal yang memengaruhi persepsi dan minat konsumsi makanan (Rahmawati & Lestari, 2019; Widyastuti et al., 2020).

Secara teoretis, penerimaan makanan dipengaruhi oleh pengalaman multisensorik yang mencakup rasa, aroma, tekstur, suhu, dan tampilan. Impresi memiliki peranan penting dalam menentukan selera makan, sedangkan kualitas sensorik yang baik dapat meningkatkan penerimaan dan konsumsi makanan secara signifikan (Spence, 2015; Kokaji & Nakatani, 2021; Williams et al., 2022).

Selain impresi cita rasa, motivasi makan juga menunjukkan hubungan signifikan dengan sisa makanan ($p = 0,04$). Sebagian besar responden dengan motivasi makan baik memiliki sisa makanan rendah, sedangkan seluruh responden dengan motivasi makan kurang memiliki sisa makanan tinggi. Motivasi makan yang baik dipengaruhi oleh dukungan keluarga, tenaga kesehatan, serta dorongan internal pasien untuk sembuh, dan berhubungan erat dengan kepatuhan diet pada pasien diabetes mellitus (Lubis et al., 2021; Suhartatik, 2022; Risti & Isnaeni, 2017).

Sebaliknya, rendahnya motivasi makan dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikologis pasien, seperti kecemasan, kelelahan, dan ketidaknyamanan fisik, yang berdampak pada menurunnya keinginan makan. Kondisi emosional yang tidak stabil dapat menurunkan motivasi makan dan meningkatkan risiko sisa makanan (Yuliana et al., 2021).

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar pasien diabetes mellitus rawat inap di RSUD Ratu Zalecha Martapura didominasi oleh kelompok usia 40–59 tahun, berjenis kelamin perempuan, dan memiliki tingkat pendidikan rendah. Sebagian besar responden memiliki sisa makanan rendah, impresi cita rasa makanan yang puas, serta motivasi makan yang baik. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara impresi cita rasa makanan dan motivasi makan dengan sisa makanan pada pasien diabetes mellitus, dengan nilai p masing-masing sebesar 0,001 dan 0,04. Temuan ini mengindikasikan bahwa penerimaan sensorik makanan dan faktor psikologis pasien berperan dalam tingkat konsumsi makanan selama perawatan.

REFERENSI

- American Diabetes Association. (2023). Standards of medical care in diabetes—2023. *Diabetes Care*, 46(Suppl. 1), S1–S21.
- Fadilla, C., Rachmah, Q., & Juwariyah. (2020). Gambaran sisa makanan pasien rawat inap RSUD Kabupaten Sidoarjo. *Amerta Nutrition*, 4(3), 198–204. <https://doi.org/10.20473/amnt.v4i3.2020.198-204>
- International Diabetes Federation. (2025). IDF Diabetes Atlas. International Diabetes Federation.
- Lubis, R., Santosa, T., & Arifin, M. (2021). Pengaruh motivasi makan terhadap pengelolaan diabetes mellitus. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 34–40.
- Martins, Y., & Pliner, P. (2016). Human food choices: An examination of the role of sensory characteristics, familiarity, and texture. *Appetite*, 105, 80–90. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2016.04.020>
- Putri, A., & Handayani. (2020). Faktor yang memengaruhi penerimaan makanan pasien rawat inap. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Rahmawati, & Lestari. (2019). Hubungan aroma makanan dengan tingkat penerimaan pasien rawat inap. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*.
- Rinninella, E., Cintoni, M., Raoul, P., Pozzo, C., Strippoli, A., Bria, E., & Gasbarrini, A. (2023).

- Food preferences and sensory perception in chronic diseases. *Nutrients*, 15(2), 356. <https://doi.org/10.3390/nu15020356>
- Risti, K. N., & Isnaeni, F. N. (2017). Hubungan motivasi diri dan pengetahuan gizi terhadap kepatuhan diet DM pada pasien diabetes mellitus tipe II rawat jalan di RSUD Karanganyar. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 94. <https://doi.org/10.23917/jurkes.v10i2.5538>
- Spence, C. (2015). Multisensory flavor perception. *Cell*, 161(1), 24–35. <https://doi.org/10.1016/j.cell.2015.03.007>
- Suhartatik, S. (2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kepatuhan diet penderita diabetes mellitus. *Healthy Tadulako Journal*, 8(3), 148–156. <https://doi.org/10.22487/htj.v8i3.536>
- Wayansari, L., Anwar, I. Z., & Amri, Z. (2018). *Manajemen Sistem Penyelenggaraan Makanan Institusi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Widyastuti, et al. (2020). Pengaruh aroma dan metode pengolahan terhadap penerimaan makanan pasien rawat inap. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*.
- Williams, P., Leslie, W., Capra, S., & Miller, M. D. (2022). Improving hospital food services to increase intake and reduce waste: A systematic review. *Clinical Nutrition*, 41(5), 1090–1098.
- Yulianti, D. (2020). Faktor yang memengaruhi penerimaan makanan pasien diabetes mellitus di rumah sakit. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 17(1), 25–33.
- Yuliana, E., & Ardiansyah, H. (2021). Pengaruh dukungan sosial terhadap motivasi makan pada pasien diabetes mellitus. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 13(1), 45–51.