



Hubungan Cita Rasa dan Variasi Menu Makanan dengan Sisa Makanan pada Santriwati di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam

Herda Awaliyah¹, Siska Pratiwi^{2*}, Inke Asmika³

^{1,2} Program Studi Sarjana Gizi, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia

³ Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Indonesia

*Penulis Korespondensi: siska.pratiwi27@gmail.com

Abstract. Food waste is food left on the plate after consumption and reflects an individual's ability and desire to finish food. In Islamic boarding schools, this problem often arises because the taste of the food is less favorable and the menu variety is limited. This research aims to determine the relationship between taste and menu variations and food waste among female students at the An-Nashar Islamic Boarding School, Batam City. This research used a cross sectional analytical design with 46 respondents selected using simple random sampling. Data were collected through self-reported consumption using the comstock method, analyzed using the Chi-Square test. The results showed that the majority of female students who rated the taste and menu variety as poor tended to leave food behind, but the p-value for taste was 0.989 and menu variety was 0.650 (>0.05), so there was no significant relationship. Inconclusion, there is no significant relationship between taste or menu variety and food waste.

Keywords: Female Students; Islamic Boarding Schools; Leftovers; Menu Variety; Taste.

Abstrak. Sisa makanan adalah makanan yang tersisa di piring setelah dikonsumsi dan mencerminkan kemampuan serta kemauan individu untuk menghabiskan makanan. Dipondok pesantren, masalah ini sering muncul karena cita rasa makanan kurang disukai dan variasi menu terbatas. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara cita rasa dan variasi menu dengan sisa makanan pada santriwati Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam. Penelitian ini menggunakan desain analitik *cross sectional* dengan 46 responden yang dipilih secara *simple random sampling*. Data dikumpulkan melalui *self-reported consumption* dengan metode comstock, dianalisis dengan *uji Chi-Square*. Hasil menunjukkan sebagian besar santriwati yang menilai cita rasa dan variasi menu kurang baik cenderung menyisakan makanan, namun p-value untuk cita rasa 0,989 dan variasi menu 0,650 (>0,05), sehingga tidak terdapat hubungan signifikan. Kesimpulannya, tidak ada hubungan bermakna antara cita rasa maupun variasi menu dengan sisa makanan.

Kata Kunci: Cita Rasa; Pesantren; Santriwati; Sisa Makanan; Variasi Menu.

1. LATAR BELAKANG

Pondok pesantren merupakan lembaga pendidikan Islam yang menyediakan kebutuhan hidup santri secara menyeluruh, termasuk kebutuhan pangan dan gizi. Santri yang tinggal di asrama sangat bergantung pada makanan yang disediakan oleh pihak pesantren, sehingga kualitas dan penerimaan makanan menjadi faktor penting dalam menunjang kesehatan, konsentrasi belajar, dan produktivitas mereka. Salah satu masalah yang sering dihadapi dalam penyelenggaraan makanan institusi seperti pesantren adalah tingginya sisa makanan (food waste).

Sisa makanan merupakan jumlah makanan yang tidak dihabiskan oleh konsumen setelah penyajian. Jumlah sisa makanan yang tinggi menunjukkan adanya ketidaksesuaian antara menu yang disajikan dengan preferensi makan, cita rasa, atau kualitas makanan yang diterima. Selain berdampak pada pemborosan bahan makanan, tingginya sisa makanan juga menyebabkan penurunan asupan gizi yang berpotensi menimbulkan masalah kesehatan seperti kurang energi kronis dan gangguan konsentrasi belajar.

Menurut Winarno (2018), daya terima makanan dipengaruhi oleh faktor sensorik seperti rasa, aroma, warna, tekstur, dan suhu makanan. Cita rasa merupakan gabungan dari rasa dasar (manis, asin, asam, pahit, umami), aroma bahan dan bumbu, serta sensasi tekstur. Jika makanan memiliki cita rasa yang tidak seimbang, seperti terlalu asin, hambar, atau berminyak, maka konsumen cenderung tidak menghabiskan makanannya.

Selain itu, variasi menu juga memiliki peranan penting dalam penyelenggaraan makanan institusi. Menu yang diulang-ulang dengan jenis bahan dan cara pengolahan yang sama dapat menimbulkan kejemuhan, sehingga menurunkan daya terima terhadap makanan. Menurut Kemenkes RI (2018), variasi menu yang baik harus memperhatikan keseimbangan zat gizi, keberagaman warna dan bentuk, serta teknik pengolahan yang berbeda untuk menghindari kebosanan.

Fenomena sisa makanan juga berdampak terhadap lingkungan. Berdasarkan data SIPSN (2024), sekitar 49% dari total timbunan sampah di Kota Batam merupakan sampah organik dari sisa makanan. Sebagian besar berasal dari rumah makan, sekolah, dan lembaga pendidikan seperti pesantren. Berdasarkan hasil observasi awal di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam, ditemukan banyak santriwati yang meninggalkan lauk dan sayur pada setiap kali makan. Hal ini mengindikasikan adanya kemungkinan bahwa cita rasa dan variasi menu belum sesuai dengan selera atau ekspektasi santriwati.

Penelitian terdahulu oleh Hasanah et al. (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara cita rasa dan variasi menu dengan sisa makanan pada santri di pesantren Al-Mubarokah Lamongan. Sementara itu, penelitian Velawati et al. (2021) menunjukkan bahwa kepuasan terhadap pelayanan makanan, termasuk rasa dan penyajian, berpengaruh terhadap jumlah sisa makanan. Berdasarkan latar belakang tersebut, penting untuk meneliti hubungan antara cita rasa dan variasi menu dengan sisa makanan pada santriwati di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam guna memberikan rekomendasi peningkatan mutu penyelenggaraan makanan di pesantren.

2. KAJIAN TEORITIS

Cita rasa merupakan kombinasi dari beberapa sensasi yang ditangkap oleh pancaindra seperti rasa dasar, aroma, tekstur, dan suhu makanan (Winarno, 2018). Faktor-faktor yang memengaruhi cita rasa antara lain bahan makanan yang digunakan, cara pengolahan, bumbu, serta pengalaman makan individu. Rasa yang seimbang akan menimbulkan kepuasan dan mendorong individu untuk menghabiskan makanannya.

Variasi menu didefinisikan sebagai perbedaan jenis bahan makanan dan cara pengolahannya dalam waktu tertentu agar konsumen tidak merasa jemu (Kemenkes, 2018). Menu yang disusun dengan baik mampu meningkatkan nafsu makan, memperbaiki daya terima, dan menjaga keseimbangan zat gizi. Sebaliknya, menu yang monoton menyebabkan kejemuhan dan berpotensi meningkatkan jumlah sisa makanan.

Dalam konteks pesantren, pengelolaan makanan memiliki tantangan tersendiri karena harus melayani jumlah santri yang besar dengan anggaran terbatas. Akibatnya, variasi menu sering kali terbatas dan pengulangan menu lebih sering terjadi. Kondisi ini dapat memengaruhi persepsi cita rasa karena santri merasa bosan dengan makanan yang disajikan.

Penelitian Hasanah et al. (2024) menunjukkan bahwa cita rasa dan variasi menu memiliki hubungan positif dengan tingkat penerimaan makanan pada santri. Sedangkan Ilmi et al. (2022) menemukan bahwa sisa makanan meningkat ketika menu yang disajikan terlalu sering diulang tanpa perubahan cita rasa. Teori ini juga diperkuat oleh Velawati et al. (2021) yang menambahkan bahwa faktor lingkungan seperti waktu makan, suhu penyajian, serta suasana makan turut memengaruhi tingkat konsumsi makanan.

Dengan demikian, teori-teori tersebut memperkuat dugaan bahwa cita rasa dan variasi menu merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi jumlah sisa makanan di lingkungan pesantren.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam pada bulan September 2025. Populasi penelitian adalah seluruh santriwati yang tinggal di asrama, dengan jumlah sampel sebanyak 46 responden yang dipilih menggunakan metode *simple random sampling*. Instrumen penelitian terdiri dari Kuesioner persepsi cita rasa dan variasi menu, yang disusun berdasarkan aspek rasa, aroma, warna, tekstur, dan penyajian makanan dan formulir pengamatan sisa makanan dengan metode Comstock (*self-reported consumption*), di mana responden melaporkan sendiri jumlah makanan yang dihabiskan dan tersisa. Analisis data dilakukan dalam dua tahap Analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi setiap variabel dan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square untuk mengetahui hubungan antara cita rasa dan variasi menu dengan sisa makanan, dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Responden dalam penelitian ini adalah santri putri Pondok Pesantren An-Nashar yang berjumlah 46 orang

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia dan Kelas pada Santriwati Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam.

Kategori	Frekuensi (<i>f</i>)	Percentase (%)
Usia (Th)		
13 tahun	6	13,0
14 tahun	13	28,3
15 tahun	9	19,6
16 tahun	10	21,7
17 tahun	8	17,4
Total	46	100

Berdasarkan pada tabel 1 menunjukkan distribusi karakteristik subjek penelitian, diketahui 46 responden, sebagian besar responden berusia 14 tahun, yaitu sebanyak 13 responden dengan persentase 28,3%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Penilaian Santriwati Terhadap Cita Rasa Makanan Di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam.

Kategori	Frekuensi (<i>n</i>)	Percentase (%)
Puas	27	58,7
Tidak Puas	19	41,3
Total	46	100

Berdasarkan tabel 2 dari 46 responden, sebagian besar penilaian cita rasa makanan dalam kategori puas, yaitu sebanyak 27 responden dengan persentase 58,7 %.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Penilaian Variasi Menu Makanan di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam.

Kategori	Frekuensi (<i>n</i>)	Percentase (%)
Puas	29	63,0
Tidak Puas	17	37,0
Total	46	100

Berdasarkan tabel 3 dari 46 responden, sebagian besar penilaian variasi menu makanan dalam puas, yaitu sebanyak 29 responden dengan persentase 63,0%.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Penilaian Santriwati Terhadap Sisa Makanan Di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam.

Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Banyak	10	21,7
Sedikit	36	78,2
Total	46	100

Berdasarkan tabel 4. dari 46 responden, responden memiliki sisa makanan dalam kategori sedikit, yaitu sebanyak 36 responden dengan persentase 78,2%.

Tabel 5. Hubungan Cita Rasa Makanan Dengan Sisa Makanan.

Cita Rasa Makanan	Sisa Makanan					
	Banyak		Sedikit		Total	
	n	%	n	%	n	%
Puas	6	60%	21	58,3%	27	58,7%
Tidak Puas	4	40%	15	41,7%	19	41,3%
Total	10	100 %	36	100%	46	100%

Berdasarkan Tabel 5 dapat diketahui bahwa santriwati yang memiliki sisa makanan sedikit lebih tinggi pada kelompok yang menyatakan puas terhadap cita rasa makanan yaitu sebanyak 21 responden (58,3%), dibandingkan dengan kelompok yang menyatakan tidak puas yaitu sebanyak 15 responden (41,7%). Sementara itu, pada kategori sisa makanan banyak, responden yang menyatakan puas berjumlah 6 orang (60%), dan yang tidak puas berjumlah 4 orang (40%).

Hasil uji statistik didapat nilai 0,989, Artinya tidak terdapat hubungan yang bermakna antara cita rasa makanan dengan sisa makanan pada santriwati Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam.

Tabel 6. Hubungan Variasi Menu Makanan Dengan Sisa Makanan.

Variasi Menu Makanan	Sisa Makanan					
	Banyak		Sedikit		Total	
	n	%	n	%	n	%
Puas	6	60%	23	63,9%	29	63,0%
Tidak Puas	4	40%	13	36,1%	17	37,0%
Total	10	100 %	36	100%	46	100%

Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui bahwa santriwati dengan sisa makanan sedikit lebih banyak terdapat pada kelompok yang menyatakan puas dengan variasi menu makanan, yaitu sebanyak 23 orang (63,9%), dibandingkan dengan kelompok yang menyatakan tidak puas dengan variasi menu, yaitu sebanyak 13 orang (36,1%). Sedangkan pada kategori sisa makanan

banyak, responden yang menilai variasi menu makanan puas berjumlah 6 orang (60%), sedangkan yang menilai kategori tidak puas sebanyak 4 orang (40%).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian 46 responden di pondok pesantren An-Nashar, ditemukan tidak adanya hubungan signifikan, Penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 46 sampel sesuai kriteria inklusi dan ekslusi di pondok pesantren An-Nashar Batu aji Kota Batam Tahun 2025. Analisis statistik yang dilakukan terdiri dari:

Analisis Hubungan Cita Rasa Makanan dengan Sisa Makanan Pada Santriwati Terhadap Sisa Makanan di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan santriwati. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,989. Hal ini berarti cita rasa makanan tidak mempengaruhi banyaknya sisa makanan pada santriwati. Dengan demikian, Hasil ini menunjukkan bahwa tinggi atau rendahnya cita rasa makanan tidak secara langsung memengaruhi banyak atau sedikitnya sisa makanan yang ditinggalkan santriwati.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Iqra Ramadhan (2014) di Pondok Pesantren Cahaya Islam Payakumbuh dan Rima Melati (2016) di SMP IT IQRA Kota Bengkulu, yang sama-sama menunjukkan tidak adanya hubungan signifikan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan atau daya terima siswa. Hasil ini menegaskan bahwa cita rasa bukan satu-satunya faktor penentu penerimaan makanan, karena faktor lain seperti kebiasaan makan, dan suasana saat makan juga memengaruhi.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, sebagian besar santriwati menyatakan bahwa rasa makanan yang disajikan di Pondok Pesantren An-Nashar sudah cukup enak dan sesuai dengan kebiasaan mereka. Namun, sebagian santriwati masih ada yang meninggalkan makanan. Hal ini mengindikasikan bahwa kepuasan terhadap rasa belum tentu membuat makanan dihabiskan sepenuhnya.

Menurut Hernanto (2017), cita rasa makanan merupakan faktor penting yang dapat memengaruhi daya terima makanan, namun dalam konteks konsumsi kelompok seperti di pesantren, faktor lain seperti porsi makan, kebiasaan makan, kondisi psikologis, dan suasana lingkungan makan juga turut berperan besar. Misalnya, jika makanan disajikan dalam jumlah banyak dan santriwati memiliki kebiasaan makan sedikit, maka makanan yang enak sekalipun cenderung tersisa. Hal ini sesuai dengan teori dari Velawati et al. (2021) yang menyebutkan

bahwa cita rasa dan variasi menu merupakan dua faktor yang saling berkaitan ketika variasi menu rendah, persepsi terhadap cita rasa pun dapat menurun karena muncul rasa bosan terhadap makanan yang sama.

Hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa meskipun cita rasa makanan di Pondok Pesantren An-Nashar sudah cukup baik, tidak adanya hubungan signifikan dengan sisa makanan.

Analisis Hubungan Variasi Menu Makanan dengan Sisa Makanan Pada Santriwati Terhadap Sisa Makanan di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam

Berdasarkan hasil penelitian di Pondok Pesantren An-Nashar Kota Batam, diketahui bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variasi menu dengan sisa makanan santriwati. Hasil uji *Chi-Square* menunjukkan nilai p-value sebesar 0,650 ($p>0,05$), yang berarti variasi menu tidak berpengaruh terhadap banyaknya sisa makanan.

Temuan ini sesuai dengan penelitian Azahra (2023) yang juga menunjukkan hasil serupa, bahwa variasi menu tidak berpengaruh signifikan terhadap sisa makanan. Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Hasanah (2024) di Pondok Pesantren Al-Mubarokah Lamongan yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara variasi menu dan sisa makanan. Perbedaan hasil tersebut menunjukkan bahwa setiap lingkungan pesantren memiliki karakteristik tersendiri dalam pola makan dan penerimaan makanan.

Berdasarkan hasil observasi, meskipun menu makanan di Pondok Pesantren An-Nashar terbilang cukup sederhana, santriwati sudah terbiasa dengan pola penyajian yang sama setiap harinya. dan kesadaran santriwati akan pentingnya tidak menyisakan makanan membuat tingkat sisa makanan tetap rendah.

Variasi menu memang berperan dalam meningkatkan selera makan karena memberikan pengalaman rasa dan tekstur yang berbeda. Namun, jika individu sudah terbiasa dengan pola makan tertentu dan memiliki rasa tanggung jawab terhadap makanan yang disediakan, maka keterbatasan variasi tidak akan terlalu berpengaruh terhadap banyaknya sisa makanan. Pramono et al. (2020).

Selain itu, berdasarkan teori Astutik et al. (2020) , variasi menu yang baik seharusnya memperhatikan unsur gizi, warna, rasa, tekstur, dan metode pengolahan agar tidak menimbulkan kejemuhan. Dalam konteks Pondok Pesantren An-Nashar, menu makanan memang disusun berdasarkan kemampuan anggaran dan ketersediaan bahan, sehingga variasinya terbatas.

Secara umum, tidak adanya hubungan signifikan antara variasi menu dan sisa makanan menunjukkan bahwa kebiasaan dan disiplin makan lebih dominan dibandingkan faktor menu

itu sendiri. Namun demikian, variasi menu tetap perlu diperhatikan agar santriwati tidak mengalami kejemuhan jangka panjang dan tetap mempertahankan minat makan yang baik.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar penilaian cita rasa makanan dan variasi menu dengan sisa makanan, Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar penilaian cita rasa makanan dalam kategori puas, dengan persentase 58,7%. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar penilaian variasi menu makanan dalam kategori puas, dengan persentase 63,0% dan hampir seluruh responden memiliki sisa makanan dalam kategori sedikit dengan persentase 78,2%. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara cita rasa makanan dengan sisa makanan santriwati p value 0,989. Hal ini menunjukkan bahwa cita rasa yang diberikan tidak berpengaruh secara signifikan terhadap jumlah makanan yang tersisa dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variasi menu dengan sisa makanan santriwati p value 0,650. Artinya, variasi menu yang disajikan tidak memengaruhi kecenderungan santriwati untuk menyisakan makanan, sehingga faktor lain di luar variasi menu mungkin lebih berperan.

DAFTAR REFERENSI

- Adiputra, I., dkk. (2021). *Validitas instrumen penelitian kesehatan*. *Jurnal Riset Kesehatan*, 9(2), 55–64.
- Aramico. (2017). *Gizi anak dan remaja*. Jakarta: Kencana.
- Arawinda. (2021). *Manajemen pelayanan gizi institusi*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Astutik, E., dkk. (2020). Hubungan variasi makanan dengan daya terima makanan. *Jurnal Kesehatan*, 5(3), 89–94.
- Ayupradinda, dkk. (2022). Evaluasi sisa makanan sebagai indikator pelayanan gizi. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 19(1), 65–71.
- Azis, F., & Pagarra, M. (2018). Asupan gizi dan kesehatan remaja. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 10(1), 33–40.
- Azzahra, H. (2023). *Hubungan rasa makanan, penampilan makanan, dan variasi makanan dengan sisa makanan diet biasa di RSUD Inche Abdoel Moeis Samarinda* (Skripsi, tidak diterbitkan).
- Choiriyah, L., dkk. (2021). Penyelenggaraan makanan di pondok pesantren. *Jurnal Gizi Indonesia*, 9(1), 1–9.
- Dewi, S. (2007). Evaluasi sisa makanan dengan metode penimbangan. *Jurnal Gizi Klinik*, 4(2), 13–16.
- Donsu, J. (2020). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Kencana.
- FAO. (2017). *Food loss and food waste*. United Nations.
- Gibson, R. (2017). *Principles of nutritional assessment*. Oxford University Press.

- Giesthafanny, R. (2022). Evaluasi pelayanan makanan rumah sakit. *Jurnal Gizi Institusi*, 7(1), 41–48.
- Hernanto, H. (2017). *Penyelenggaraan makanan institusi*. Jakarta: Gramedia.
- Hidayat, D. G., Salam, M. R., & Rahmat, N. (2023). Tingkat kepuasan pasien terhadap cita rasa dan variasi menu unit bisnis Kota Kendari. *Jurnal Pelita Sains Kesehatan*, 3(2), 54–66.
- Ibrahim, M., dkk. (2021). Validitas metode visual dalam penilaian sisa makanan. *Jurnal Gizi dan Teknologi Pangan*, 9(1), 50–58.
- Ilmi, N., dkk. (2022). Dampak lingkungan dari sisa makanan. *Jurnal Kesehatan Lingkungan*, 11(2), 120–128.
- Imantoro, I., dkk. (2018). Pengaruh cita rasa terhadap daya terima. *Jurnal Gizi Indonesia*, 6(1), 25–30.
- Kartini, & Primadona. (2018). Pengaruh cita rasa terhadap sisa makanan. *Jurnal Gizi Klinik*, 6(2), 110–117.* <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i3.2018.212-218>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2013). *Pedoman penyelenggaraan makanan institusi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Pedoman gizi seimbang dan penyelenggaraan makanan*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Standar pelayanan minimal institusi*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Komang, A. (2020). Hubungan cita rasa dengan sisa makanan santri. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 8(2), 23–30.
- Lestari, P., & Winarningsih, D. (2022). Perilaku pemborosan pangan pada masyarakat. *Jurnal Sosial dan Budaya*, 10(1), 55–64.* <https://doi.org/10.55123/abdisoshum.v1i1.494>
- Minantyo, D. (2011). *Manajemen penyelenggaraan makanan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Moehyi, A. (1992). *Ilmu gizi dan penampilan makanan*. Bandung: Alumni.
- Ningsih, S. (2019). Studi sisa makanan di pondok pesantren. *Jurnal Ilmiah Gizi*, 7(3), 102–109.
- Nisak, K., dkk. (2019). Validasi metode Comstock dalam penilaian sisa makanan. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 6(2), 77–84.
- Nursalam. (2015). *Metodologi penelitian ilmu keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Oktaviani, A., Afrinis, N., & Verawati, B. (2023). Hubungan cita rasa dan variasi menu makanan dengan sisa makanan lunak pada pasien rawat inap. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 11(2), 75–83.
- Oktaviani, A., dkk. (2023). Pengaruh cita rasa dan variasi menu terhadap sisa makanan pasien. *Jurnal Gizi dan Pelayanan Kesehatan*, 9(1), 112–118.
- Par'i. (2016). Metode recall dalam penilaian asupan. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia*, 4(2), 89–92.
- Pramono, H., dkk. (2020). Variasi menu dan daya terima santri. *Jurnal Gizi Institusi*, 8(1), 47–55.
- Ramadhan, I. (2014). *Hubungan kualitas makanan dengan terjadinya sisa makanan pada santriwati di Pondok Pesantren Cahaya Islam Payakumbuh* (Skripsi, tidak diterbitkan).