

ABSTRAK

Pola makan adalah perilaku manusia dalam memenuhi kebutuhannya akan makanan. Pola makan meliputi frekuensi, cara pengolahan dan pemilihan makanan. Pola makan yang tidak sehat dapat mempengaruhi kadar gula darah. Kadar gula darah pada penderita DM bila dibiarkan tanpa perawatan maka menimbulkan komplikasi yang cukup fatal seperti penyakit ginjal, kebutaan, aterosklerosis, bahkan sebagian tubuh dapat diamputasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara pola makan dengan kadar gula pasien DM di Puskesmas Tambak Rejo Surabaya.

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah Analitik secara *Cross Sectional*. Populasi semua pasien Diabetes Mellitus yang berkunjung di Puskesmas Tambak Rejo Surabaya, rata-rata tiap bulan sebanyak 35 orang. Besar sampel 32 orang dan pemilihan sampel secara *simple random sampling*. Hasil dari analisis data yang diperoleh ditabulasi dan dianalisis menggunakan uji *Rank Spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Dari hasil penelitian didapatkan lebih dari setengah responden mempunyai pola makan baik sebanyak 19 responden (59,4 %), sedangkan sebagian besar responden mengalami hyperglikemi sebanyak 18 responden (56,3%). Hasil dari uji *Rank Spearman* didapatkan $\rho = 0,006 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak, ada hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien DM.

Simpulan penelitian ini ada hubungan antara pola makan dengan kadar gula darah pada pasien DM di Puskesmas Tambak Rejo Surabaya, sehingga keluarga atau pasien DM hendaknya memperhatikan pola makan dengan baik sehingga kadar gula darah dapat terkontrol.

Kata kunci : pola makan, kadar gula darah