

ABSTRAK

Prevalensi diabetes melitus berdasarkan hasil pengukuran gula darah pada penduduk umur ≥ 15 tahun yang bertempat tinggal di perkotaan adalah 10,6%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kadar glukosa dalam darah pada penderita Diabetes Mellitus tipe 2 di Puskesmas Kebonsari Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan metode pendekatan *cross sectional*. Dalam penelitian ini menggunakan 2 variabel, variabel independen yakni pola makan dan variabel dependen yakni kadar glukosa darah. Populasi ini adalah pasien yang berkunjung ke Puskesmas Kebonsari Surabaya. Besar sampel 59 orang diambil dengan tehnik simple random sampling. Pola makan dalam penelitian ini diukur dengan menggunakan kuesioner, Kadar gula dalam darah diukur menggunakan alat tes GCU (gula darah, kolesterol, asam urat) dan *stick* gula darah, serta menggunakan jarum untuk pengambilan darah, kapas sublimat, alkohol 70 %. Analisis data diambil menggunakan uji *rank spearman* dengan kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (52,5%) memiliki pola makan baik, hampir setengahnya (44,1%) memiliki glukosa darah buruk. Hasil uji didapatkan $\rho = 0,000$ yang berarti ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kadar glukosa dalam darah pada penderita diabetes mellitus tipe 2 di Puskesmas Kebonsari Surabaya.

Pola makan baik dapat mempengaruhi kadar glukosa darah agar tetap stabil. Perawat harus memberikan edukasi kepada pasien mengenai pola makan terhadap kadar gula darah.

Kata Kunci : Pola Makan, Kadar Glukosa Darah, Diabetes Mellitus Tipe 2