

ABSTRAK

Ririn Faradila. 2021. *Literature Review*: Pengaruh Asupan Vitamin C terhadap Kadar Glukosa Darah Pasien Diabetes Mellitus Tipe 2. Karya Tulis Ilmiah, Program Studi Diploma III Gizi, Jurusan Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang di bawah bimbingan Ibu **Dwipajati, SST., M. Gz.**

Merujuk pada hasil Riskesdas 2018, bahwa prevalensi penyakit Diabetes Mellitus di Indonesia menunjukkan peningkatan dibandingkan dengan angka prevalensi hasil Riskesdas pada tahun 2013 yakni sebesar 1,5 %. Pada penderita DM tipe 2 terdapat kelainan dalam pengikatan insulin dengan reseptor. Radikal bebas yang berlebih merupakan hasil dari hiperglikemia yang akan memicu terjadinya stres oksidatif. Untuk meredakan akibat kerusakan oksidatif tersebut diperlukan adanya antioksidan. Vitamin C dapat mengurangi resistensi insulin dengan menurunkan stress oksidatif. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi asupan vitamin C dalam bentuk bahan makanan dan suplemen serta pengaruhnya terhadap kadar glukosa darah penderita Diabetes Mellitus Tipe 2. Penelitian ini menggunakan metode *traditional review* dengan metode PICO. Subjek penelitian yang diperoleh dari enam literatur yaitu pasien Diabetes Mellitus Tipe 2 rawat inap dan rawat jalan. Data di olah dan dianalisis secara deskriptif kemudian disajikan dalam bentuk tabel.

Hasil penelitian diperoleh karakteristik bahwa rata-rata usia responden yang mengalami penyakit DM Tipe 2 ialah diatas usia 40 tahun serta berjenis kelamin perempuan yakni diatas 50%. Berdasarkan lima artikel penelitian asupan vitamin C dalam bentuk bahan makanan pada pasien DM Tipe 2, terdapat tiga artikel penelitian yang memiliki hubungan terhadap kadar gula darah pasien DM Tipe 2. Sementara satu artikel penelitian asupan vitamin C dalam bentuk suplemen pada pasien DM Tipe 2 tidak dapat menurunkan kadar gula pasien. Terdapat empat dari enam artikel dengan gambaran asupan vitamin C pada pasien DM Tipe 2 termasuk dalam kategori cukup. Vitamin C memiliki pengaruh dalam pembentukan dan mempertahankan kolagen saat penyembuhan luka, dapat mencegah perdarahan, serta meningkatkan daya tahan tubuh melawan infeksi yang dibutuhkan dalam proses penyembuhan luka. Selain itu, vitamin C memiliki pengaruh untuk membantu mencegah komplikasi DM Tipe 2 dengan penghambatan produksi sorbitol. Sorbitol adalah hasil sampingan dari metabolisme gula yang akan diakumulasikan di dalam sel dan berperan terhadap perkembangan neuropati dan katarak.

Kata Kunci : Asupan Vitamin C, Kadar Glukosa Darah, Pengaruh Asupan Vitamin C, Diabetes Mellitus Tipe 2.