

Hubungan Frekuensi Konsumsi *Junk Food* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat 2 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung

M. Rizki Budiman*, Herri S. Sastramihardja, Yuke Andriane

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

*mrizkibudimann@gmail.com, herpst099@yahoo.com, yuke.andriane@unisba.ac.id

Abstract. Anxiety is defined as the body's response to fear, which manifests as disturbances in feelings, thoughts, attitudes, and physiological changes. One of the factors that causes anxiety is consuming foods high in fat and sugar that are contained in junk food or fast food which is food that is easy to consume. This study aims to analyze relationship between frequency of junk food consumption and anxiety level in level 2 students at the Unisba Faculty of Medicine. This research is cross sectional study with sample size of 33 second year students of FK Unisba who met the inclusion criteria. Data was collected using the Food Frequency Questionnaire (FFQ) and Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A). Data were analyzed using the Spearman statistical test. The research results showed that mostly respondents consumed junk food with a frequency of 1-3 times a month. It was also found that the entire research sample had anxiety with more than half of the respondents having mild levels of anxiety and 3 had severe anxiety. The Spearman test shows p value of 0,048 ($< 0,05$) and R value of 0,347. There is significant relationship between frequency of junk food consumption and level of anxiety with weak correlation strength.

Keywords: *Junk Food, Anxiety, Medicine.*

Abstrak. Kecemasan didefinisikan sebagai respon tubuh terhadap rasa takut, yang bermanifestasi sebagai gangguan perasaan, pemikiran, sikap, dan perubahan fisiologis. Salah satu faktor penyebab munculnya kecemasan adalah konsumsi makanan tinggi lemak dan gula yang terkandung dalam junk food atau makanan cepat saji yang merupakan makanan yang mudah dikonsumsi dan dibuat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara frekuensi konsumsi junk food dengan tingkat kecemasan pada mahasiswa tingkat 2 Fakultas kedokteran Unisba. Penelitian ini merupakan penelitian cross sectional dengan jumlah sample sebanyak 33 orang mahasiswa tingkat 2 FK Unisba yang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner Food Frequency Questionnaire (FFQ) dan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A). Data dianalisis dengan uji statistik spearman. Hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengonsumsi junk food dengan frekuensi 1-3 kali perbulan sebanyak 12, 1 kali perminggu sebanyak 3, 2-4 kali perminggu sebanyak 11, 1 kali perhari sebanyak 2, 2-3 kali perhari sebanyak 2, 4 kali perhari sebanyak 3. Seluruh sample penelitian memiliki kecemasan dengan lebih dari setengah jumlah responden memiliki tingkat kecemasan ringan dan kecemasan berat 3 responden. Uji spearman menunjukkan nilai p sebesar 0,048 ($< 0,05$) dan nilai R 0,347. Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi junk food dengan tingkat kecemasan dengan kekuatan korelasi lemah.

Kata Kunci: *Junk Food, Kecemasan, Kedokteran.*

A. Pendahuluan

Kecemasan adalah salah satu gangguan psikiatrik yang paling sering terjadi di populasi umum. Berdasarkan survey tahun 2015 oleh *National Comorbidity Survey* di *United Kingdom* pada populasi besar, yaitu pada orang-orang berusia 18-64 tahun, 33,7% populasi mengalami gangguan kecemasan selama hidupnya (1). *The Global Burden Of Disease* memperkirakan bahwa gangguan kecemasan berkontribusi terhadap 26,8 juta kecacatan dalam setahun di Amerika Serikat (2). Berdasarkan penelitian Travis tahun 2019 tingkat kecemasan di kalangan mahasiswa kedokteran di Asia (tidak termasuk Indonesia), Timur Tengah, Eropa, Amerika Selatan, Amerika Utara dan Afrika, adalah 33,8%. Sekitar satu dari tiga mahasiswa kedokteran di negara-negara tersebut mengalami kecemasan, tingkat prevalensi yang jauh lebih tinggi dari pada populasi umum. Kecemasan paling umum di kalangan mahasiswa kedokteran berasal dari Timur Tengah dan Asia (3). Di Indonesia sendiri telah dilakukan survey pada tahun 2014 untuk mengetahui prevalensi gangguan kecemasan. Prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia seperti gangguan kecemasan dan depresi sebesar 11,6% dari usia > 15 tahun (4).

Dalam hubungannya dengan pendidikan, kecemasan akan berdampak pada proses pendidikan yang sedang berjalan saat ini baik itu mulai dari tingkat PAUD (Pendidikan anak usia dini) sampai dengan level perguruan tinggi, karena munculnya rasa cemas dan takut akan sesuatu. Sehingga dengan adanya ketakutan ini maka akan berpengaruh pada cara berpikir yang sehat dan kemampuan kognitif khususnya tingkat pemahaman dalam proses belajar.

Kecemasan pada mahasiswa kedokteran bisa menyebabkan perasaan takut atau panik yang intens. Penderita kecemasan juga dapat mengalami gejala fisiologis lainnya termasuk kelelahan, pusing, sakit kepala, mual, sakit perut, jantung berdebar, sesak napas, dan inkontinensia urin (3). Kecemasan pada mahasiswa kedokteran memerlukan kesadaran yang lebih luas dan perhatian yang lebih besar. Ini dapat berdampak negatif pada kinerja akademik, tingkat putus sekolah, dan pengembangan profesional. Berdasarkan penelitian pada mahasiswa kedokteran di Kanada tahun 2006, kecemasan juga dapat berimplikasi pada perawatan pasien karena penelitian sebelumnya menemukan bahwa mahasiswa kedokteran yang cemas kurang berempati dan kurang antusias saat merawat pasien dengan penyakit kronis. Kualitas perawatan pasien menurun karena dokter dengan kecemasan cenderung menunjukkan produktivitas yang buruk (3).

Faktor kognitif, terutama cara orang menginterpretasikan atau berpikir tentang peristiwa stres, memainkan peran penting dalam etiologi kecemasan (6). Analisis mengungkapkan hubungan antara tingkat kecemasan yang lebih tinggi dan diet tinggi lemak, diet protein yang tidak memadai, asupan gula dan karbohidrat olahan yang tinggi, dan pola diet yang "tidak sehat" (7).

Penelitian Vijay tahun 2021 mengenai sensitivitas kecemasan dengan kebiasaan memesan makanan cepat saji pada orang dewasa kulit hitam, menunjukkan bahwa sensitivitas kecemasan memiliki kemungkinan lebih besar berkaitan dengan orang yang lebih sering memesan makanan cepat saji dengan ukuran besar, dan sensitivitas kecemasan memiliki kemungkinan lebih kecil berkaitan dengan orang yang lebih sering memesan makanan sehat dari restoran cepat saji (4). Skor yang tinggi pada sensitivitas kecemasan merupakan efek yang muncul dari konsumsi kalori yang sangat tinggi (8).

Tingkat konsumsi *junk food* yang tinggi dikarenakan kesederhanaannya, mudah disiapkan, dan rasanya yang enak. *Junk food* juga memiliki waktu kadaluarsa yang cukup panjang, meskipun tidak dimasukkan ke dalam lemari pendingin (9). Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Nilsen tahun 2008, didapatkan data bahwa 69% masyarakat kota di Indonesia mengkonsumsi *fast food*, dengan rincian sebanyak 33% menyatakan sebagai makan siang, 25% makan malam, 9% makanan selingan, dan 2% memilih untuk makan pagi (10). Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Health Education Authority (2002), usia 15-34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih menu *fast food* (11).

Alat ukur dalam mengukur tingkat kecemasan menggunakan Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A), yang merupakan alat ukur pertama yang dikembangkan untuk mengukur derajat keparahan dari gejala kecemasan, dan sampai sekarang masih digunakan untuk kepentingan klinis dan penelitian (12). Pengukuran frekuensi konsumsi *junk food* dapat

menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) yang merupakan instrumen untuk membantu memastikan asupan makanan dan hubungannya dengan hasil kesehatan dan penyakit (13).

Berdasarkan epidemiologi kecemasan wanita lebih sering terkena gangguan kecemasan dibanding pria. Mahasiswa kedokteran memiliki kesibukan yang cukup padat karena itu mereka lebih memilih junk food karena kesederhanaannya.

B. Metodologi Penelitian

Jenis atau rancangan penelitian ini adalah analisis observasional dengan metode penelitian cross sectional yang bertujuan untuk menganalisis hubungan korelatif antara frekuensi konsumsi junk food dan tingkat kecemasan. Populasi yang diteliti adalah mahasiswi tingkat 2 Fakultas kedokteran Universitas Islam Bandung, dengan jumlah minimal sampel yang telah ditetapkan sebanyak 31 orang. Penelitian ini menggunakan data primer yang diambil dari hasil kuesioner dalam bentuk google form.

Instrumen penelitian yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan adalah kuesioner kecemasan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)*, yang merupakan alat ukur pertama yang dikembangkan untuk mengukur derajat keparahan dari gejala kecemasan. Untuk mengukur frekuensi konsumsi *junk food* dapat digunakan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* yang merupakan instrumen untuk membantu memastikan asupan makanan dan hubungannya dengan hasil kesehatan dan penyakit Data yang telah diperoleh, diolah kemudian dimasukkan ke dalam sistem pengolahan SPSS (*Statistical Product and Service Solution*) dengan menggunakan uji *spearman*.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Pada penelitian ini didapatkan responden sebanyak 33 orang mahasiswa tingkat 2 Fakultas kedokteran Universitas Islam Bandung, ditampilkan pada tabel berikut.

Tabel 1. Frekuensi Konsumsi *Junk Food*

Frekuensi Konsumsi junk food	1-3 kali perbulan n (%)	1 kali per minggu n (%)	2-4 kali perminggu n (%)	1 kali per hari n (%)	2-3 kali per hari n (%)	4 kali per hari n (%)
Jumlah	12	3	11	2	2	3

Berdasarkan Tabel 1. frekuensi konsumsi *junk food* pada mahasiswa tingkat 2 FK Unisba berdasarkan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* persentase terbanyak adalah yang mengkonsumsi *junk food* sebanyak 1-3 kali per bulan dan 2-4 kali per minggu.

Tabel 2. Tingkat Kecemasan

Tingkat Kecemasan	Ringan n (%)	Ringan-sedang n (%)	Sedang-Berat n (%)	Berat n (%)
Jumlah	21	4	5	3

Berdasarkan Tabel 2. Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat 2 FK Unisba berdasarkan *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)* semua responden mengalami kecemasan, walau lebih dari setengahnya adalah tingkat kecemasan yang ringan, namun ada juga sebanyak 9,1% responden memiliki tingkat kecemasan yang berat.

Tabel 3. Hubungan Frekuensi Konsumsi *junk food* dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat 2 Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung

Tingkat Kecemasan	Normal	Ringan	Ringan-sedang	Sedang-berat	Berat	Jumlah	P*	R
Tidak pernah								
1-3 kali perbulan		10		2		12		
1 kali per minggu		1	2			3		
2-4 kali per minggu		6	2	3		11	0,048	0,347
1 Kali per hari		2				2		
2-3 kali per hari		1			1	2		
4 kali per hari		1			2	3		
Jumlah		21	4	5	3	33		

P* Uji spearman

Berdasarkan Tabel 3. mengenai Hubungan Frekuensi Konsumsi Junk Food dengan Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa Tingkat 2 FK Unisba didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi junk food dengan tingkat kecemasan (P value = 0,048), arah korelasi berarah positif dengan derajat hubungan antara kedua variabel adalah lemah (R Value = 0,347).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswa perempuan tingkat 2 Fakultas kedokteran Universitas Islam Bandung tahun 2022-2023, didapatkan hasil bahwa mahasiswa tingkat 2 FK Unisba mengonsumsi junk food dengan persentase terbanyak 1-3 kali perbulan dan 2-4 kali per minggu. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Gresya yang menyatakan mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Mulawarman mengonsumsi junk food 39,4% mengonsumsi junk food sebanyak 2-3 kali perminggu.

Mahasiswa memilih untuk mengonsumsi junk food dengan beberapa alasan yaitu waktu penyajian yang cenderung singkat dan sebagai pengganti bekal yang tidak sempat dibawa, harga yang terjangkau, tempat yang nyaman dan juga strategis, dan menjaga gengsi serta adanya ajakan dari orang lain. Banyaknya restoran yang menyediakan *fast food* juga memengaruhi tingkat konsumsi masyarakat. Salah satu konsumen *fast food* yang paling banyak adalah mahasiswa yang termasuk dalam generasi milenial (17).

Hal ini sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Carla, yaitu penelitian yang

meneliti tentang faktor-faktor apa saja yang memengaruhi pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa program studi kedokteran Fakultas kedokteran Universitas Tanjungpura. Faktor faktor yang dapat memengaruhi konsumsi *junk food* diantaranya, yaitu dukungan sosial seperti media sosial, teman sebaya, ketersediaan makanan, tempat tinggal, keluarga, jumlah uang saku konsumsi makanan, pengetahuan mahasiswa, stres akademik, serta persepsi personal berupa sikap dan tindakan mahasiswa dalam pemilihan *junk food* (18).

Berdasarkan kuesioner yang telah diisi oleh responden, semua responden mengalami kecemasan, walau lebih dari setengahnya adalah tingkat kecemasan yang ringan, namun ada juga sebanyak 9,1% responden memiliki tingkat kecemasan yang berat. Hal ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Travis tahun 2019 di Singapura mengenai penelitian yang dilakukan kepada mahasiswa Fakultas kedokteran secara global, prevalensi kecemasannya cukup tinggi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa 33,8% mahasiswa Fakultas kedokteran dunia mengalami kecemasan (3).

Pendidikan kedokteran dianggap sebagai salah satu program pelatihan yang paling menuntut secara akademis dan emosional dibandingkan profesi apa pun, akibatnya, waktu dan komitmen emosional sangat diperlukan. Tuntutan dan stres seperti itu menimbulkan hal negatif yang berdampak pada kesejahteraan psikologis mahasiswa dan dapat memicu depresi dan kecemasan (3).

Mahasiswa kedokteran memiliki tingkat kecemasan yang tinggi dibandingkan dengan mahasiswa lain yang memenuhi pendidikan di perguruan tinggi. Penelitian oleh Brauser mengatakan mahasiswa kedokteran mengalami tingkat kelelahan mental yang didalamnya termasuk kecemasan, yang lebih tinggi daripada populasi umum, dengan risiko kesehatan mentalnya memburuk selama proses belajar. Mahasiswa fakultas kedokteran memiliki jadwal kuliah yang padat, seperti kegiatan tutorial, praktikum, skills lab dan tuntutan untuk belajar mandiri di luar jam tersebut sehingga tekanan dan beban terhadap kondisi fisik dan mental relatif lebih berat dibandingkan pendidikan yang lain (19).

Dari hasil analisis data, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan tingkat kecemasan (P value = 0,048), meskipun arah korelasi berarah positif dengan derajat hubungan antara kedua variabel adalah lemah (R Value = 0,347), tapi *junk food* tetap berperan dalam tingkat kecemasan yang terjadi pada mahasiswa Fakultas kedokteran. Mekanisme yang mendasarinya berasal dari asupan gula dan karbohidrat olahan yang tinggi, dan pola diet yang tidak sehat terkandung dalam *junk food* dan berkaitan dengan tingkat kecemasan yang lebih tinggi (6)(14). Pola diet "Barat", yang terdiri dari makanan manis dan berlemak, biji-bijian olahan, gorengan dan makanan olahan, daging merah, produk susu tinggi lemak, dan asupan buah dan sayuran rendah (16).

Junk food mengandung zat-zat yang bisa menyebabkan inflamasi, yang terdiri dari lemak jenuh, garam, dan glukosa. Jika zat-zat tersebut dikonsumsi dengan frekuensi yang banyak maka bisa menyebabkan inflamasi di dalam tubuh. Inflamasi tersebut akan menyebabkan penurunan sintesis neurotransmitter terutama serotonin. Ketika serotonin menurun maka akan menimbulkan gejala-gejala kecemasan. Beberapa faktor lain juga mempengaruhi tingkat kecemasan pada mahasiswa Fakultas kedokteran, seperti kondisi stress, genetik dan faktor lingkungan (6)(14)(16).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vijay, dimana dilakukan penelitian peningkatan sensitivitas kecemasan dan pemesanan *fast food* pada orang dewasa berkulit hitam, adanya kemiripan dimana hasilnya menunjukkan bahwa orang dewasa dengan sensitivitas kecemasan yang lebih besar mungkin terlibat dalam kebiasaan memesan makanan cepat saji yang dapat berkontribusi terhadap epidemi kelebihan berat badan/obesitas (8).

D. Kesimpulan

Mahasiswa Fakultas kedokteran Unisba mengkonsumsi *junk food* dengan persentase terbanyak mengkonsumsi 1-3 kali perbulan. Mahasiswa Fakultas kedokteran Unisba memiliki kecemasan dengan tingkat yang beragam. Lebih dari setengah memiliki kecemasan dengan tingkat yang ringan. Terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi *junk food* dengan tingkat kecemasan, dengan kekuatan hubungan yang lemah.

Acknowledge

Penelitian terselenggara dengan baik atas bantuan dari pembimbing 1 Prof. Dr. Herri S. Sastramihardja, dr., Sp FK(K), dan pembimbing 2 dokter Yuke Andriane, dr., M.Kes. Penelitian ini juga bisa terselenggara dengan baik atas izin dari Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung yang mendukung dalam pengambilan data ini pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- [1] Bandelow B, Michaelis S. Epidemiology of anxiety disorders in the 21st century. 2015 www.dialogues-cns.org
- [2] Remes O, Wainwright N, Surtees P, Lafortune L, Khaw KT, Brayne C. Generalised anxiety disorder and hospital admissions: Findings from a large, population cohort study. *BMJ Open*. 2018;8(10).
- [3] Quek TTC, Tam WWS, Tran BX, Zhang M, Zhang Z, Ho CSH, dkk. The global prevalence of anxiety among medical students: A meta-analysis. In *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 2019 (Vol. 16, Issue 15).
- [4] Rismawan W, Muhammad Rizal F, Kurnia A, DIII Keperawatan STIKes BTH Tasikmalaya Jl Cilolohan Nomor, P. Tingkat kecemasan pasien pre-operasi di RSUD dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. In *Jurnal Ilmu Ilmu Keperawatan*. 2019 (Vol. 19).
- [5] Martini, Syahrul M, Bunyamin A. Tingkat Kecemasan Mahasiswa Selama Pandemi. *Indonesian Journal of Learning Education and Counseling*. 2021;4(1):43–9.
- [6] Jbireal JM, Azab AE. Symptoms, Etiology, Pathophysiology, and Treatment Article in *The South African journal of medical sciences*. 2019
- [7] Aucoin M, LaChance L, Naidoo U, Remy D, Shekdar T, Sayar N, dkk. Diet and Anxiety: A Scoping Review. *Nutrients*. 2021 Dec 10;13(12):4418
- [8] Nitturi V, Chen TA, Zvolensky MJ, McNeill LH, Obasi EM, Reitzel LR. Anxiety Sensitivity and Fast-Food Ordering Habits Among Black Adults. *Health Behavior Research*. 2021;4(1).
- [9] Bhaskar R. Junk food: Impact on health. *Journal of Drug Delivery and Therapeutics*. 2012;2(3).
- [10] Hanum TSL, Dewi AP, Erwin. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Kebiasaan Mengonsumsi Fast Food Dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Online Mahasiswa*. 2009;2(1):750–8.
- [11] Faidatur R, Aprianti. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Frekuensi Konsumsi Fast Food Pada Anak SMP Negeri 31 Banjarmasin. *Al' Ulum*. 2016;56(2):39–43.
- [12] Hamilton M. The assessment of anxiety states by rating. *Br J Med Psychol*. 1959;32:50–5.
- [13] el Kinany K, Garcia-Larsen V, Khalis M, Deoula MMS, Benslimane A, Ibrahim A, dkk. Adaptation and validation of a food frequency questionnaire (FFQ) to assess dietary intake in Moroccan adults. 2018
- [14] Servant D. Traitement non médicamenteux des troubles anxieux [Non-pharmacological treatment for anxiety disorders]. *Rev Prat*. 2019 Nov;69(9):985-7.
- [15] Chand S, Marwah R. Anxiety. 2022
- [16] Bear TLK, Dalziel JE, Coad J, Roy NC, Butts CA, Gopal PK. The role of the gut microbiota in dietary interventions for depression and anxiety. *Advances in Nutrition*. 2020;11(4):890–907.
- [17] Aulia SGB, Makmur T, Hamid AH. Perilaku konsumsi *fast food* mahasiswa Fakultas pertanian Universitas Syiah Kuala Kota Banda Aceh. 2018; 3(1):130-9.
- [18] Marshellina CJ, Tejoyuwono AAT, Irsan A. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi *fast food* pada mahasiswa program studi kedokteran Fakultas kedokteran Universitas Tanjungpura. 2023; 9(3):146-155
- [19] Sari DP, Nugroho H, Iskandar A. Gambaran Tingkat Kecemasan Mahasiswa Fakultas

- Kedokteran Universitas Mulawarman Sebelum Menghadapi OSCE. 2021; 3(4) : 482-8
- [20] Dahlan MS. Membuat Proposal Penelitian Bidang Kedokteran Dan Kesehatan. 2018 ; 3(2) : 80-1
- [21] Maier W, Buller R, Philipp M, Heuser I. The Hamilton Anxiety Scale: reliability, validity and sensitivity to change in anxiety and depressive disorders. *J Affect Disord* 1988;14(1):61–8.
- [22] Borkovec T and Costello E. Efficacy of applied relaxation and cognitive behavioral therapy in the treatment of generalized anxiety disorder. *J Clin Consult Psychol* 1993; 61(4):611–19
- [23] Manurung GE, Iskandar A, Rachmiputri A. Hubungan Frekuensi Konsumsi dan Jenis *Junk Food* dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman. 2021 ; 3(3) : 392-6
- [24] Tarawan MV, Lesmana R, Gunawan H, Gunadi WJ. Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Dan Tingkat Pengetahuan Mengenai Gizi Seimbang Pada Warga Desa Cimenyan. 2020; 4(2) : 57-9
- [25] Gozali W, Widiarta MBA. Ansietas Dan Prestasi Mahasiswa D3 Kebidanan Pada Program PKL Di Masa Pandemi Covid 19. 2021; 4(3):599-610
- [26] Dede EVB, Mola SA, Nabuasa YY. Implementasi Hamilton Anxiety Rating Scale Untuk Mendiagnosis Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Dalam Penyusunan Skripsi. 2022; 10(1) : 55-64
- [27] Maier W, Buller R, Philipp M, Heuser I. The Hamilton Anxiety Scale: reliability, validity and sensitivity to change in anxiety and depressive disorders. *J Affect Disord*. 1988;14(1):61-8.
- [28] Bestari Yuniah, Yudi Feriandi, & Fajar Awalia Yulianto. (2023). Proporsi Konsumsi Junk Food dan Status Gizi Berlebih di Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Riset Kedokteran*, 69–74. <https://doi.org/10.29313/jrk.v3i2.2878>
- [29] Nabila Alyssia, & Nuri Amalia Lubis. (2022). Scooping Review: Pengaruh Hipertensi Terhadap Penyakit Jantung Koroner. *Jurnal Riset Kedokteran*, 73–78. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1438>