

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, M. *et al.* 2022. Survey Design: Cross Sectional dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Pendidikan Sains dan Komputer*. 3(1): 31–39. doi: 10.47709/jpsk.v3i01.1955.
- Aiyub, S. Al. 2024. *Strategi Nasional Literasi dan Inklusi Ekonomi dan Keuangan Syariah Indonesia*. Komite Nasional Ekonomi dan Keuangan Syariah (KNEKS).
- Alfora, D., Saori, E. dan Fajriah, L.N. 2023. Pengaruh konsumsi makanan cepat saji terhadap gizi remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2: 43–49.
- AlJaber, M.I. *et al.* 2019. Effect of academic stressors on eating habits among medical students in Riyadh, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 8(2): 390. doi: 10.4103/JFMPC.JFMPC_455_18.
- Almogbel, E. *et al.* 2019. Stress Associated Alterations in Dietary Behaviours of Undergraduate Students of Qassim University, Saudi Arabia. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*. 7(13): 2182. doi: 10.3889/OAMJMS.2019.571.
- Amandatiana, A. 2020. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pola Makan pada Mahasiswa Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat di STIKES Kharisma Persada. *JUMANTIK*. 6(1): 35–41. Doi: 10.29406/jjum.v6i1.
- Anggiruling, D.O. *et al.* 2022. Gambaran Kebiasaan Makan di Luar dan Status Gizi Pada Mahasiswa Bogor Husada. *Jurnal Kesehatan Bogor (JKBH)*. 2(1).
- Arisdani, Y. 2023. Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Kebiasaan Mengonsumsi Makanan Siap Saji pada Remaja. *Jurnal Aisyiyah Medika*. 8(2). doi: 10.36729/JAM.V8I2.1089.
- Arvia, A.D. dan Sumarmi, S. 2024. Perbedaan Konsumsi Fast Food dan Status Gizi pada Mahasiwa Rantau dan Non Rantau Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga. *Jurnal Kesehatan Tambusai*. 5: 350–357. Doi: 10.31004/jkt.v5i1.23190.
- Arya, C. dan Dubey, N. 2023. A critical review on fast-food consumption pattern among South Asian and Southeast Asian young adults. *International Journal Of Community Medicine Dan Public Health*. 10(6): 2282–2290. Doi: 10.18203/2394-6040.IJCMPH20231717.
- Ashakiran dan Deepthi, R. 2012. Fast Foods and their Impact on Health. *Journal of Krishna Institute of Medical Sciences University JKIMSU*. 1(2).

- Asshar, B. *et al.* 2024. Hubungan Konsumerisme Makanan Cepat Saji terhadap Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Negeri Semarang Program Studi Gizi Angkatan 2023. *Jurnal Angka*. 1(2): 371–383.
- Atanda, O. dan Dane, S., 2020. Attitude Towards Fast Food Consumption Among Students in a Private Nigerian University by Gender, Academic Level, and Marital Status. *Journal of Research in Medical and Dental Science*. 8: 248–252.
- Azimah, F. *et al.* 2024. Jumlah Uang Saku, Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Persentase Lemak Tubuh Pada Remaja Putri. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*. 7(0): 511–519.
- Aziza, K.N. dan Farhat, Y. 2021. Hubungan Sikap dan Konsumsi *Junk food* dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Mahasiswa Jurusan Gizi. *Jurnal Riset Pangan dan Gizi*. 3(2): 9–16. Doi: 10.31964/JR-PANZI.V3I2.97.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. 2016. *Kamus Bahasa Besar Bahasa Indonesia VI Daring*. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>. <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/mahasiswa>. Akses: 16 February 2025.
- Baek, J.H. 2020. Stress and the dopaminergic reward system. *Experimental & Molecular Medicine* 2020. 52(12): 1879–1890. Doi: 10.1038/S12276-020-00532-4.
- Bedewy, D. dan Gabriel, A. 2015. Examining perceptions of academic stress and its sources among university students: The Perception of Academic Stress Scale. *Health Psychology Open*. 2(2): 1-9. Doi: org/10.1177/2055102915596714.
- Bonita, I.A. dan Fitranti, D.Y. 2017. Konsumsi fast food dan aktivitas fisik sebagai faktor risiko kejadian overweight pada remaja stunting SMP. *Journal of Nutrition College*, 6(1): 52. Doi : 10.14710/JNC.V6I1.16893.
- Caso, D. *et al.* 2020. Unhealthy eating and academic stress: The moderating effect of eating style and BMI. *Health Psychology Open*. 7(2): 1-15. Doi: 10.1177/2055102920975274.
- Chourpiliadis, C. dan Aeddula, N.R. 2023. Physiology, Glucocorticoids. *StatPearls*. 1-6. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK560897>.
- Darma, S. D. dan Rhamadona, W. 2021. Perbedaan Stres Akademik Antara Mahasiswa Tahun Awal dan Mahasiswa Tahun Akhir. *Biblio Couns : Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*. 4(1): 47–54. Doi: 10.30596/bibliocouns.v4i1.5049.
- Dimitriadis, G.D. *et al.* 2021. Regulation of Postabsorptive and Postprandial Glucose Metabolism by Insulin-Dependent and Insulin-Independent

- Mechanisms: An Integrative Approach. *Nutrients*. 13(1): 159. Doi: 10.3390/NU13010159.
- Dirniyatika, A. dan Indrawati, V. 2024. Hubungan Tingkat Stres Akademik dan Tingkat Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi Siswa. *Journal Health and Nutritions*. 10(1): 17–23.
- Eliska, A. N. dan Hardiansyah, A. 2022. Hubungan Antara Asupan Energi, Aktivitas Fisik dan Kualitas Tidur Terhadap Status Gizi pada Santri Putri Pondok Pesantren Kyai Galang Sewu Semarang. *Jurnal Ilmu Gizi Indonesia (JIGZI)*. 3(2): 1-8. Doi: 10.57084/JIGZI.V3I2.1022.
- FAO. 2019. Pangan Sehat Itu Penting. Roma: *Food and Agriculture Organization of the United Nations*.
- Faridi, A. *et al.* 2022. *Survei Konsumsi Gizi*. 1st edn. Jakarta: Yayasan Kita Menulis.
- Fayasari, A. *et al.* 2022. Perilaku Menonton Mukbang dan Preferensi Makanan Mahasiswa di Jakarta. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*. 16(2): 220–227. Doi: 10.33860/JIK.V16I2.1190.
- Fourman, S. *et al.* 2021. Limited cheese intake reduces HPA axis and behavioral stress responses in male rats. *Physiology & Behavior*. 242: 113614. Doi: 10.1016/J.PHYSBEH.2021.113614.
- Fradinta, A. *et al.* 2022. Gambaran Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Program Studi Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura Dalam Menjalani Pembelajaran Jarak Jauh Selama Pdanemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*. 13(2): 51–66. Doi: 10.54630/JK2.V13I2.183.
- Gamayanti, W. *et al.* 2018. Self Disclosure dan Tingkat Stres pada Mahasiswa yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Psymphathic : Jurnal Ilmiah Psikologi*. 5(1): 115–130. Doi: 10.15575/psy.v5i1.2282.
- Gemesi, K. *et al.* 2022. Stress eating: an online survey of eating behaviours, comfort foods, and healthy food substitutes in German adults. *BMC Public Health*. 22(1): 1–12. Doi: 10.1186/S12889-022-12787-9/TABLES/6.
- Gryzela, E. *et al.* 2021. Hubungan antara Stres dengan Emotional Eating pada Mahasiswa Perempuan yang sedang Mengerjakan Skripsi. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*. 1(1): 18–26. Doi: 10.20473/brpkm.v1i1.24328.
- Gunasekaran, G., 2016 The mental stress levels of students studying in different professional courses. *Article in Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*.

- Handalan, A.Z. *et al.* 2022. Hubungan Tingkat Stres dengan Konsumsi Junk Food melalui Pemesanan Daring pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Majalah Kedokteran Andalas*. 334–347.
- Handayani, D.N.M., 2019. Upaya pengurangan konsumsi junk food untuk menurunkan risiko penyakit tidak menular. *Jurnal Prodi Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret*. 1–6.
- Handayani, W. *et al.* 2021. Pengaruh Media Sosial Instagram dalam Mengiklankan Makanan Cepat Saji dan Dampak Bagi Kesehatan Pada Remaja. *Infotech jurnal*. 7: 1.
- Harwani, Y. dan Fauziyah, F. 2020. Keputusan Pembelian Konsumen Geraai Makanan Cepat Saji Ditinjau dari Kualitas Produk, Persepsi Harga dan Iklan. *Business Economic, Communication, and Social Sciences Journal (BECOSS)*. 2(3): 285–291. Doi: 10.21512/BECOSSJOURNAL.V2I3.6659.
- Huang, Y. *et al.* 2023. Depression and Its Associated Factors among Undergraduate Engineering Students: A Cross-Sectional Survey in Thailand. *Healthcare*. 11(16): 2334. Doi: 10.3390/HEALTHCARE11162334.
- Hulukati, W. dan Djibran, Moh.R. 2018. Analisis Tugas Perkembangan Mahasiswa Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Gorontalo. *Jurnal Bikitetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)*. 2(1): 73–80. Doi: 10.26740/BIKOTETIK.V2N1.P73-80.
- Jauziyah, S. *et al.* 2021. Pengetahuan Gizi dan Cara Mendapatkan Makanan Berhubungan dengan Kebiasaan Makan Mahasiswa Universitas Diponegoro. *Journal of Nutrition College*. 10(1): 72–81. Doi: 10.14710/JNC.V10I1.30428.
- Jia, S.S. *et al.* 2022. The Impacts of *Junk food* on Health. *Human Health*. 10. Doi: 10.3389/FRYM.2022.694523.
- Juzailah, J. dan Ilmi, I.M.B. 2022. The Relationship Between Emotional Eating, Body Image, dan Stress Level with The BMI-For-Age In Female Adolescents at SMK Negeri 41 Jakarta 2022. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(2).
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2022. Stress dan Penyebabnya. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1777/stress-dan-penyebabnya. Akses: 28 December 2024.
- Kementerian Kesehatan RI. 2018a. *Ketahui Bahaya Terlalu Sering Mengonsumsi Junk food*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/ketahui-bahaya-terlalu-sering-mengonsumsi-junk-food>. Akses: 17 February 2025.

- Kementerian Kesehatan RI. 2018b. *Laporan Riskesdas Provinsi Jawa Barat*. Jakarta: Laporan Riskesdas Provinsi Jawa Barat.
- Kementerian Kesehatan RI. 2023. *Survey Kesehatan Indonesia (SKI)*.
- Khoiroh, U. *et al.* 2022. Hubungan Stres Akademik Dan Pola Konsumsi Makan Dengan Overweight Pada Siswa SMAN 2 Sumenep. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 13(2): 341–352. Doi: 10.22487/PREVENTIF.V13I2.372.
- Kingsley, D. *et al.* 2021. A Nutritious Alternative to *Junk food*. *International Research Journal of Engineering and Technology*.
- Knezevic, E. *et al.* 2023. The Role of Cortisol in Chronic Stress, Neurodegenerative Diseases, and Psychological Disorders. *Cells*. 12(23): 2726. Doi: 10.3390/CELLS12232726.
- Kristiana, T. *et al.* 2020. Hubungan Antara Pola Tidur dan Kebiasaan Makan *Junk food* dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Universitas Malahayati Tahun 2019. *Human Care Journal*. 5(3): 750–761. Doi: 10.32883/hcj.v5i3.758.
- Lusiawati, I., 2019. Pengembangan Otak dan Optimalisasi Sumber Daya Manusia. *Jurnal TEDC*. 11(2): 162–171.
- Marshellina, C.J. *et al.* 2023. Factors Affecting Patterns of *Junk food* Consumption in Students of Medical Study Program Faculty of Medicine Tanjungpura University. *Journal of Agromedicine and Medical Sciences*. 9(3): 146–155. Doi: 10.19184/AMS.V9I3.41505.
- McKay, N. *et al.* 2021. The effect of unhealthy food dan liking on stress reactivity', *Physiology & Behavior*. 229: 113216. Doi: 10.1016/J.PHYSBEH.2020.113216.
- Merry dan Mamahit, H.C. 2020. Stres Akademik Mahasiswa Aktif Angkatan 2018 dan 2019 Universitas Swasta di DKI Jakarta. *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)*. 6(1): 6–13. Doi: 10.21067/JKI.V6I1.4935.
- Mhaske, S. 2013. Bye Bye *Junk food*. *International Journal of Food Nutrition and Dietetics*. 1: 2.
- Mititelu, M. *et al.* 2023. Evaluation of *Junk food* Consumption and the Risk Related to Consumer Health among the Romanian Population. *Nutrients*. 15(16): 3591. Doi: 10.3390/NU15163591.
- Niagara, N. dan Khomsan, A. 2023. Faktor-Faktor Korelasi Tingkat Stres dan Kualitas Konsumsi Remaja Overweight dan Normal di Masa Pandemi.

- Jurnal Ilmu Gizi dan Dietetik*. 2(2): 89–95. Doi: 10.25182/JIGD.2023.2.2.89-95.
- Norjannah, W. 2023. Pengaruh manajemen kinerja perpustakaan terhadap kepuasan pemustaka di Perpustakaan UIN Antasari Banjarbaru. *Pustaka Karya : Jurnal Ilmiah Ilmu Perpustakaan dan Informasi*. 11(2): 129–140. Doi: 10.18592/PK.V11I2.9823.
- Nugroho, P. dan Hikmah, A. 2020. Kebiasaan Konsumsi *Junk food* dan Frekuensi Makan Terhadap Obesitas. *Jurnal Dunia Kesmas*, 9(2301–6604): 185–191.
- Nurlita, N. dan Mardiyati, N.L. 2017. Hubungan Frekuensi Konsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Tempat Tinggal Pada Mahasiswa FIK dan FT Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Program Studi Ilmu Gizi UMS*. 7: 23-23.
- Ozawa, T. *et al.* 2025. Flexible value coding in the mesolimbic dopamine system depending on internal water and sodium balance. *bioRxiv*. 20-40. Doi: 10.1101/2025.04.16.649233.
- Palupi, R.R. *et al.* 2023. The Influence of Financial Literacy, Amount of Pocket Money, dan Life Style on Student Consumption Behavior STKIP PGRI Nganjuk Economics Education. *IJEBD (International Journal of Entrepreneurship dan Business Development)*. 6(2): 333–344. Doi: 10.29138/IJEBD.V6I2.2206.
- Praktikawati, F.A. *et al.* 2020. Persepsi Mahasiswa Pendidikan Biologi Untidar Terhadap *Junk food*. *NECTAR: Jurnal Pendidikan Biologi*. 1 (18).
- Prasetyo, Y.A. dan Danriana, S.S. 2022. Gambaran Persepsi Stres Akademik Selama Pandemi COVID-19 dan Faktor yang Terkait Pada Mahasiswa Keperawatan. *SBY Proceedings*. 1(1): 82–94.
- Purba, M.L. *et al.* 2022. Faktor–Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Terhadap Pemilihan Makanan/Minuman Melalui Aplikasi Online. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*. 2(3): 799–810. Doi: 10.34011/JKS.V2I3.875.
- Putri, N.P.R.P. 2021. Hubungan Stres Akademik dengan Pola Makan Pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Institut Teknologi dan Kesehatan Bali. Institut Teknologi dan Kesehatan Bali. *Skripsi Sarjana Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*. <https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/892/>
- Rachma, H.A. *et al.* 2024. Hubungan Antara Stres dengan Perilaku Emotional eating pada Mahasiswa Semester Satu di Purwokerto. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*. 60–64.

- Rahmadhani, A. *et al.* 2024. Pengaruh Uang Saku Bulanan terhadap Gaya Hidup dan Perilaku Konsumsi Makanan Tidak Sehat pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 8(3): 40153–40169.
- Rahmawati. 2020. *Manajemen Gizi Olahraga dan Kebugaran*. Bandung: Penerbit Media Sains Indonesia.
- Roy, R. *et al.* 2015. Food Environment Interventions to Improve the Dietary Behavior of Young Adults in Tertiary Education Settings: A Systematic Literature Review. *Journal of the Academy of Nutrition and Dietetics*. 115(10): 1647-1681. Doi: 10.1016/j.jand.2015.06.380.
- Saniya dan Wahyuni, D. A. 2024. Fenomena Tingkat Stres Akademik Mahasiswa Keperawatan di Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrah*. 8(1).
- Shaban, L. dan Alkazemi, D. 2019. Trends in fast-food consumption among kuwaiti youth. *International Journal of Preventive Medicine*. 10(1): 1–7. Doi: 10.4103/ijpvm.IJPVM_480_18.
- Sharan dan Vellapdanian, C. 2024. Hypothalamic-Pituitary-Adrenal (HPA) Axis: Unveiling the Potential Mechanisms Involved in Stress-Induced Alzheimer's Disease dan Depression. *Cureus*. 16(8): 67595 Doi: 10.7759/CUREUS.67595.
- Spencer, S. J. 2019. How Stress Can (Sometimes) Make Us Eat More. *Frontiers for Young Minds*. 7. Doi: 10.3389/FRYM.2019.00095.
- Suaib, F. *et al.* 2020. Aplikasi Go Food dan Gambaran Konsumsi Makanan Pada Mahasiswa. *Media Gizi Pangan*. 27(1): 30–37. Doi: 10.32382/MGP.V27I1.1586.
- Sugiyono dan Puspdanhani, M.E. 2020. *Metode Penelitian Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Tamrin, T.D., 2021. *Pengaruh stres akademik terhadap perilaku makan pada mahasiswa di Kota Makasar*. Univeristas Bosowa Makasar.
- Tanjung, N.U. *et al.* 2022. *Junk food* dan Kaitannya dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat*. 14(3): 133–140. Doi: 10.52022/JIKM.V14I3.343.
- Tasalim dan Cahyani, R. 2021. *Stres Akademik dan Penanganannya*. Jakarta: Guapedia.
- Tazkiah, M. *et al.* 2024. Analisis Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Frekuensi Konsumsi *Junk food* Pada Remaja (Analysis of Factors Related with Frequency of *Junk food* Consumption Among Adolencents). *Journal*

- Health & Science : Gorontalo Journal Health dan Science Community*. 8(3): 102–112. Doi: 10.35971/GOJHES.V8I3.24180.
- Thau, L. *et al.* 2023. Physiology, Cortisol. *StatPearls*. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK538239/>. Akses: 20 June 2025.
- Wallace, C.W. dan Fordahl, S.C. 2021. Obesity dan dietary fat influence dopamine neurotransmission: exploring the convergence of metabolic state, physiological stress, and inflammation on dopaminergic control of food intake. *Nutrition research reviews*. 35(2): 236. Doi: 10.1017/S0954422421000196.
- Wangi, D.S. 2024. Hubungan Pengetahuan Gizi Dan Kebiasaan Konsumsi *Junk food* dengan Status Gizi Pada Siswa Kelas XI SMK Ketintang Surabaya. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Gizi*. 2(2): 01–14. Doi: 10.55606/JIKG.V2I2.2377.
- Winarto, F. dan Endah, W. A. 2023. Hubungan Konsumsi *Junk food* dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Mahasiswa di Politeknik Negeri Jember. *HARENA: Jurnal Gizi*. 4(1): 1–9. Doi: 10.25047/HARENA.V4I1.4541.
- World Health Organization. 2023. *Stress*. <https://www.who.int/news-room/questions-dan-answers/item/stress>. Akses : 15 January 2025.
- Yuniah, B. *et al.* 2023. Proporsi Konsumsi *Junk food* dan Status Gizi Berlebih di Mahasiswa Kedokteran. *Jurnal Riset Kedokteran*, 3(2): 69–74. Doi: 10.29313/JRK.V3I2.2878.
- Zahedi, H. *et al.* 2014. Association between *junk food* consumption and mental health in a national sample of Iranian children dan adolescents: The CASPIAN-IV study. *Nutrition*. 30(11–12): 1391–1397. Doi: 10.1016/J.NUT.2014.04.014.
- Zaini, M. 2019. Hubungan Stres Psikososial dengan Status Gizi pada Mahasiswa Kesehatan di Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan*. 8(1): 9–13.
- Zhu, Y. *et al.* 2023. Understanding the relationship between umami taste sensitivity and genetics, food-related behavior, and nutrition. *Current Opinion in Food Science*, 50:100980. Doi: 10.1016/J.COFS.2022.100980.