UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

DAFTAR PUSTAKA

Abreu, S., Monteiro, C., & Martins, M.L. 2025. Association Between Sustainable and Healthy Diet Adherence and Nutritional Adequacy among Portuguese Adults. *European Journal of Nutrition*, 64(8), pp. 1−13. https://doi.org/10.1007/s00394-025-03830-7.

Adiputra, I.M.S., dkk. 2021. *Statistik Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Denpasar: Yayasan Kita Menulis.

Aditama, D. 2017. Hubungan antara Spiritualitas dan Stres pada Mahasiswa yang Mengerjakan Skripsi. *Jurnal eL-Tarbawi*, 10(2), pp. 39–62. https://doi.org/10.20885/tarbawi.vol10.iss2.art4

Agustiawan, dkk. 2023. *Kesehatan Masyarakat dan Kesehatan Lingkungan*. Bandung: Media Sains Indonesia.

Agustina, M. 2022. Hubungan Stres dengan Status Gizi Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada Saat Pandemi COVID-19. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Ajzen, I. 1991. The Theory of Planned Behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), pp. 179–211. https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-t.

Alhazmi, A., dkk. 2025. Perception of King Khalid University Students regarding The Benefits, Barriers, Self-Efficacy, Knowledge, and Practices Related to Healthy Eating: A Cross-Sectional Study. *PeerJ*. doi: 10.7717/peerj.20523.

Ambroży, U., dkk. 2023. Nutritional Status, Intentions and Motivations towards Adopting a Planetary Health Diet—A Cross-Sectional Study. *Nutrients*, 15(24), p. 1−14. https://doi.org/10.3390/nu15245102.

American Psychological Association. (2020). *Publication manual of the American Psychological Association (7th ed.)*. Washington: American Psychological Assosiation.

Amrynia, S.U. & Prameswari, G.N. 2022. Hubungan Pola Makan, Sedentary Lifestyle, dan Durasi Tidur dengan Kejadian Gizi Lebih Pada Remaja (Studi Kasus di SMA Negeri 1 Demak). *Indonesian Journal of Public Health and Nutrition*, 2(1), pp. 112–121. doi:10.15294/ijphn.v2i1.52044.

Ansari, W.E., Adetunji, H., & Oskrochi, R. 2014. Food and Mental Health: Relationship between Food and Perceived Stress and Depressive Symptoms among University Students in the United Kingdom. *Central European Journal of Public Health*, 22(2), pp. 90–97. https://doi.org/10.21101/cejph.a3941.

Arifani, S. & Setiyaningrum, Z. 2021. Faktor Perilaku Berisiko yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Usia Dewasa di Provinsi Banten Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*, 14(2), pp. 160–168. doi:10.23917/jk.v14i2.13738.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Arjanto, P. 2022. Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Anxiety Stress Scales 21 (DASS-21) pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Perseptual*, 7(1), p. 60. doi: 10.24176/perseptual.v7i1.6196.

Atziza, R. 2015. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stres dalam Pendidikan Kedokteran. *Jurnal Agromedicine Unila: Jurnal Kesehatan Dan Agromedicine*, 2(3), pp. 317–320.

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (BKPK Kemenkes RI). 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 dalam Angka*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan.

Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI (Badan Litbangkes Kemenkes RI). 2018. *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Jakarta: Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Barlow, I.U., Lee, E., & Saling, L. 2024. Orthorexia Nervosa Versus Healthy Orthorexia: Anxiety, Perfectionism, and Mindfulness as Risk and Preventative Factors of Distress. *European Eating Disorders Review*, 32(1), 130–147. https://doi.org/10.1002/erv.3032

Barseli, M., Ifdil, I., & Nikmarijal, N. 2017. Konsep Stres Akademik Siswa. *Jurnal Konseling dan Pendidikan*, 5(3), pp. 143–148. doi: 10.29210/119800.

Bayomy, H.E., dkk. 2024. Eating Habits of Students of Health Colleges and Non-Health Colleges at the Northern Border University in the Kingdom of Saudi Arabia. *PLoS ONE*, 19(10), pp. 1–17. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0312750.

Berding, K., dkk. 2022. Feed Your Microbes to Deal with Stress: A Psychobiotic Diet Impacts Microbial Stability and Perceived Stress in A Healthy Adult Population. *Molecular Psychiatry*, 601–610. https://doi.org/10.1038/s41380-022-01817-y

Boncompagni, A., Cristini, G., & Zerbini, C. 2025. From Sustainability to Health: Investigating The Halo Effect in Food Consumption Behavior. *Sustainable Production and Consumption*, 60, pp. 111–122. https://doi.org/10.1016/j.spc.2025.09.011.

Bremner, J.D., dkk. 2020. Diet, Stress, and Mental Health. *Nutrients*, 12(8). https://doi.org/ 10.3390/nu12082428

Caba, U., dkk. 2026. From Nutrition Knowledge to Sustainable Diets: A Cross-Sectional Serial Mediation Model of Dietary Self-Efficacy and Mindful Eating. *Frontiers in Nutrition*, 13. https://doi.org/10.3389/fnut.2026.1812781

Chang, T.C. 2021. Faktor Pendukung dan Penghambat Aktivitas Fisik Mahasiswa Universitas Gadjah Mada: Sebuah Studi Kualitatif. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Clark, M. & Tilman, D. 2017. Comparative Analysis of Environmental Impacts of Agricultural Production Systems, Agricultural Input Efficiency, and Food Choice. *Environmental Research Letters*, 12(6), pp. 1−11. https://doi.org/10.1088/1748-9326/aa6cd5.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. 1983. A Global Measure of Perceived Stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), pp. 385–396.

Contento, I.R. 2016. *Nutrition Education: Linking Research, Theory, and Practice*. 3rd ed. Burlington, MA: Jones & Bartlett Learning.

Damanik, E. D. 2006. *Damanik Indonesian translation -Reliability*.

Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Klasifikasi Status Gizi berdasarkan IMT untuk Populasi Asia Pasifik*. Jakarta: Kemenkes RI.

Faisal-Cury, A. dkk. 2021. The relationship between ultra-processed food consumption and internalising symptoms among adolescents from São Paulo city, Southeast Brazil. *Public Health Nutrition*, 25(9), pp. 2498–2506. https://doi.org/10.1017/s1368980021004195.

FAO & WHO. 2019. *Sustainable healthy diets - Guiding principles*. Rome: Food and Agriculture Organization. [Tersedia di FAO Knowledge Repository]

Fatika, Z.R. dkk. 2025. Literature Review :Faktor Risiko Stres pada Mahasiswa Semester Akhir. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(2), pp. 8590–8605. https://doi.org/10.31004/jkt.v6i2.45795.

Ghosh, A. & Muley, A. 2025. Ultra-Processed Food Consumption among College Students and Their Association with Body Composition, Bowel Movements, and Menstrual Cycle. *International Journal of Public Health*, 70, pp. 1–9. https://doi.org/10.3389/ijph.2025.1607712.

Giorgi, G., dkk. 2015. Economic Stress in The Workplace: The Impact of Fear of The Crisis on Mental Health. *Work*, 51(1), pp. 135–142. https://doi.org/10.3233/wor-141844.

Gisela, E.S., dkk. 2025. Pengaruh Stres Akademik terhadap Kesejahteraan Psikologis Mahasiswa Semester Akhir yang Terlambat Lulus. *AKADEMIK Jurnal Mahasiswa Humanis*, 5(1), pp. 331–341. https://doi.org/10.37481/jmh.v5i1.1179.

Głąbska, D., dkk. 2020. Fruit and Vegetable Intake and Mental Health in Adults: A Systematic review. *Nutrients*, 12(1), pp. 1−34. https://doi.org/10.3390/ nu12010115.

Gokcen, B.N. 2026. Eco-Anxiety's Dual Role in Adherence to The Mediterranean And DASH Diets: The Mediating Roles of Depression, Anxiety, and Stress. *Frontiers in Psychology*. doi: 10.3389/ fpsyg.2025.1701068.

Gori, M. & Kustanti, C. Y. 2019. Studi Kualitatif Perilaku Emotional Eating Mahasiswa Tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan di Stikes Bethesda Yakkum Yogyakarta Tahun 2018. *Jurnal Kesehatan*, 6(2), pp. 88–98. doi: 10.35913/jk.v6i2.120.

Grunert, K.G., Hieke, S., & Wills, J. 2014. Sustainability Labels on Food Products: Consumer Motivation, Understanding, and Use. *Food Policy*, 44, pp. 177–189. https://doi.org/10.1016/j.foodpol.2013.12.001.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Hall, K. D., dkk. 2019. Ultra-Processed Diets Cause Excess Calorie Intake and Weight Gain: An Inpatient Randomized Controlled Trial of Ad Libitum Food Intake. *Cell Metabolism*, 30(1), pp. 67–77.

Hall, K. D., dkk. 2022. The Energy Balance Model of Obesity: Beyond Calories In, Calories Out. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 115(5), pp. 1243–1254. https://doi.org/10.1093/ajcn/nqac031

Handayani, M.W. & Farida, E. 2024. Hubungan Sedentary Lifestyle dan Kebiasaan Makan dengan Status Gizi Ibu Rumah Tangga di Wilayah Kerja Puskesmas Manyaran Semarang. *Media Gizi Kesmas*, 13(1), pp. 227–233. doi:10.20473/mgk.v13i1.2024.227-233.

Haqiqah, I., Kulsum, U., Wasiyah, & Suheri. 2018. Hubungan antara Asal Daerah dan Keaktifan Organisasi Mahasiswa Fakultas Tarbiyah STAI At-Taqwa Bondowoso Tahun 2018. *ISLAMIC AKADEMIKA: Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 5(2), pp. 1–10.

Hardwis, S. & Jajat, J. 2024. Analisis Resiko Obesitas berdasarkan Aktivitas Fisik: Implementasi Metode Artificial Intelligence Machine Learning. *Jurnal Keolahragaan*, 10(2), pp. 29–36.

Hayya, N.N. 2020, Hubungan antara Tingkat Stres dengan Emotional Eating pada Mahasiswa Tingkat Akhir Pendidikan Sarjana Universitas Gadjah Mada, *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada.

Henry, J.D. & Crawford, J.R. 2005. The Short-Form Version of The Depression Anxiety Stress Scales (DASS-21): Construct Validity and Normative Data. *British Journal of Clinical Psychology*, 44(2), pp. 227–239.

Hidayat, A. 2021. Tutorial Regresi Logistik Ganda Available at: https://www.statistikian.com/2012/11/regresi-logistik-ganda-dalam- spss.html [Accessed: 29 Desember 2025].

Hilary, S., dkk. 2024. Development and Validation Of A Tool to Assess Knowledge, Attitudes, and Practices Toward Diet Sustainability. *Frontiers in Sustainable Food Systems*, 8. https://doi.org/10.3389/fsufs.2024.1432057.

Irfandi, A.H., Nugraha, I.B., & Purwanto, M.R. 2021. Pengaruh Mahasiswa Fakultas Ilmu Agama Islam (FIAI) terhadap Kegiatan Keagamaan Masyarakat di Sekitar Universitas Islam Indonesia. *At-Thullab Jurnal Mahasiswa Studi Islam*, 3(1), pp. 602–614. https://doi.org/10.20885/tullab.vol3.iss1.art5.

Jacka, F.N., dkk. 2017. A Randomised Controlled Trial of Dietary Improvement for Adults with Major Depression (The 'SMILES' Trial). *BMC Medicine*, 15(1), pp. 1−13. https://doi.org/10.1186/s12916-017-0791-y.

Jannah, R. & Santoso, H. 2021. Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), pp. 130–146. https://doi.org/10.22373/jrpm.v1i1.638.

Jiang, C., Choi, S., & Gong, H. 2025. From Planetary Health Diet (PHD) to Mental Health: Higher PHD Index Protects against Depression among The U.S.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Population. *Journal of Psychiatric Research*, 183, pp. 31–38. https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2025.02.006.

Kabasakal-Cetin, A. 2023. Association between Eco-Anxiety, Sustainable Eating and Consumption Behaviors, and The EAT-Lancet Diet Score Among University Students. *Food Quality and Preference*. 10.1016/j.foodqual.2023.104972

Kamrani, F., dkk. 2024. Nourishing The Mind: How The EAT-Lancet Reference Diet (ELD) and MIND Diet Impact Stress, Anxiety, and Depression. *BMC Psychiatry*, 24(1), pp. 1−11. https://doi.org/10.1186/s12888-024-06165-5.

Kementerian Riset, Teknologi, & Pendidikan Tinggi. 2012. *Undang-Undang Republik Indonesia nomor 12 tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi*. Jakarta: Pemerintah Republik Indonesia.

Khuzaimah, A., Ruttu, N.I.P., & Jafar, N.N. 2025. Correlation of Ultra-processed Food Consumption with Nutritional Status and Blood Pressure in Adolescents. *Window of Health Jurnal Kesehatan*, pp. 92–105. https://doi.org/10.33096/woh.v8i1.1971.

Kohn, J. P., & Frazer, G. H. 1986. An academic stress scale: Identification and rated ımportance of academic stressors. *Psychological Reports*, 59(2), pp. 415–426. https://doi.org/10.2466/pr0.1986.59.2.415.

Kristanti, E. P. & Rachmawati. 2020. Apa yang Mempengaruhi Tingkat Stres Anda? Kajian Tingkat Stres Warga Malang di CFD Jalan Ijen Ditinjau dari Tipe Kepribadian A dan B. *Psikovidya*, 24(2), pp. 133–140. 10.37303/psikovidya.v24i2.166

Lassale, C., dkk. 2018. Healthy Dietary Indices and Risk of Depressive Outcomes: A Systematic Review and Meta-Analysis of Observational Studies. *Molecular Psychiatry*, 24(7), pp. 965–986. https://doi.org/10.1038/s41380-018-0237-8.

Lavanjaya, F. 2015. Hubungan Angkatan Masuk dan Keaktifan Kegiatan di Kampus dengan Kompetensi Sosial Mahasiswa Program Studi Pendidikan Sosiologi FIS Universitas Negeri Yogyakarta. *Skripsi*. Universitas Negeri Yogyakarta.

Lawrence, M. 2024. Fundamentals of A Healthy and Sustainable Diet. *Nutrition Journal*, 23(1), pp. 1–8. https://doi.org/10.1186/s12937-024-01049-6.

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer.

Lee, S., Dicken, S. J., & Batterham, R. L. 2024. Ultra-Processed Foods Cause Weight Gain and Increased Energy Intake Associated with Reduced Chewing Frequency: A Randomized, Open-Label, Crossover Study. *Diabetes, Obesity and Metabolism*, 26(11), pp. 5431–5443.

Lestari, N. D., & Rizkiyah, N. 2021. The Workplace Stress and Its Related Factors among Indonesian Academic Staff. *Macedonian Journal of Medical Sciences*, 9(T4), pp. 70–76. https://doi.org/10.3889/oamjms.2021.5802

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Leviana, S. & Agustina, Y. 2024. Analisis Pola Makan dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswi Kelas V di SDN Jatiwaringin XII Kota Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), pp. 1635–1656. doi:10.33024/mnj.v6i4.10864.

Lovibond, S.H. & Lovibond, P.F. 1995. *Manual for The Depression Anxiety Stress Scales*.

Lwanga, S.K. & Lemeshow, S. 1991. *Sample Size Determination in Health Studies: A Practical Manual*. Geneva: World Health Organization.

Machali, I. 2021. *Metode Penelitian Kuantitatif: Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga.

Macit-Çelebi, M.S., dkk. 2023. Evaluation of Sustainable and Healthy Eating Behaviors and Adherence to The Planetary Health Diet Index in Turkish Adults: A Cross-Sectional Study. *Frontiers in Nutrition*, 18, pp. 1−10. https://doi.org/10.3389/fnut.2023.1180880.

Maharani, S. & Adi, A.C. 2024. Hubungan antara Stres dan Aktivitas Sedentari dengan Status Gizi Mahasiswa Tingkat Akhir. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5(3), pp. 6326–6333. doi:10.31004/jkt.v5i3.29629.

Mambrini, S., dkk. 2025. Plant-Based and Sustainable Diet: A Systematic Review of Its Impact on Obesity. *Obesity Reviews,* 26(6), pp. 1–13. https://doi.org/10.1111/obr.13901

Maniam, J., Antoniadis, C., & Morris, M.J. 2014. Early-Life Stress, HPA Axis Adaptation, and Mechanisms Contributing to Later Health Outcomes. *Frontiers in Endocrinology*, 5, pp. 1–17. https://doi.org/10.3389/fendo.2014.00073.

Maranressy, M., Wantini, N.A., & Ratnaningsih, E. 2023. Hubungan Konsumsi Fast Food dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas Sentral pada Mahasiswi Kebidanan Program Sarjana Universitas Respati Yogyakarta. *MEJORA : Medical Journal Awatara*, 1(1), 25–32.

Masarik, A. S, & Conger, R. D. 2017. Stress and Child Development: A Review of The Family Stress Model. *Current Opinion in Psychology*, 13, pp. 85–90.

Mashki, S.F., dkk. 2023. Association Between Ultraprocessed Food Consumption and Obesity in US Adults: an Analysis of NHANES 2009-2018. *Archivos Latinoamericanos de Nutricion*, 73(2), pp. 113–121. doi:10.37527/2023.73.2.003.

Mottis, G., Kandasamey, P., & Peleg-Raibstein, D. 2025. The Consequences of Ultra-Processed Foods on Brain Development during Prenatal, Adolescent and Adult Stages. *Frontiers in Public Health*, 13. https://doi.org/10.3389/fpubh.2025.1590083.

Muktar, Z., Apriliyani, I., & Kurniawan, W.E. 2025. Hubungan Keaktifan Berorganisasi dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 7(1), pp. 241–248. http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/ index.php/JPPP.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Muñoz-Martínez, J., dkk. 2025. The SALSA Questionnaire: Creation and Validation of A Tool to Assess People's Self-Perceived Barriers and Facilitators to Follow A Sustainable and Healthy Diet. *Environment Development and Sustainability*. pp. 1–33. https://doi.org/10.1007/s10668-024-05954-y.

Musradinur. 2016. Stres dan Cara Mengatasinya dalam Perspektif Psikologi. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 2(2). https://doi.org/10.22373/je.v2i2

Noor, Y.E.I., Sugiarto, E., & Fatimah, A.S. 2022. The Description of Obesity Among Housewifes in The World. *Jurnal Gizi dan Kesehatan*, 14(1), pp. 34–42.

Nur, A.A.W., dkk. 2023. Hubungan antara Status Gizi dengan Prestasi Belajar Anak pada Usia 9 – 12 tahun. *Wal Afiat Hospital Journal*, 4(1), pp. 23–30. https://doi.org/10.33096/whj.v4i1.99.

Pangkalan Data Pendidikan Tinggi (PDDIKTI). 2025. *Perguruan Tinggi Universitas Gadjah Mada*. Available at: https://pddikti.kemdiktisaintek.go.id/detail-pt/MjVgNwoMKYybD_o6Ml8EjH984fA9ki8-TAa4BH4iQa4q7dbsueYDWHr5EVTkuiOf0l4pvQ== [Accessed: 03 Januari 2026].

Paputungan, F. 2023. Karakteristik Perkembangan Masa Dewasa Awal. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1).

Par'i, H.M. 2020. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Pawestri, F. 2020. Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa pada Tahap Akademik dan Profesi di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada.

Potter, P. A., & Perry, A. G. 2005. *Fundamental of Nursing*. Jakarta: EGC.

Prabandari, Y.S. 2020. Sambutan Ketua HPU UGM. Available at: https://hpu.ugm.ac.id/sambutan-ketua-hpu-ugm/ [Accessed: 07 Februari 2026].

Presiden Republik Indonesia. 2024. *Peraturan Presiden Nomor 81 Tahun 2024 tentang Penganekaragaman Pangan Berbasis Potensi Lokal*. Jakarta: Sekretariat Negara.

Primadasa, A. & Raihana, P.A. 2024. Modifikasi dan Validasi Student-Life Stress Inventory pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Online COVID-19. *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science*, 2(1), pp. 58–67. https://doi.org/10.58812/jpkws.v2i01.1067.

Psychology Foundation of Australia. 2014. *Depression Anxiety Stress Scale*. Available at: http://www2.psy.unsw.edu.au/groups/dass/ [Accessed December 21, 2025].

Puspasari, D. & Farapti. 2020. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Mahasiswa. *Media Gizi Indonesia*, 15(1), pp. 45–51. doi:10.204736/mgi.v15i1.45-51.

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI
MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Putri, D.A., dkk. 2024. Pengaruh Pola Makan terhadap Kesehatan Mental: Peran Nutrisi pada Mahasiswa. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Kesehatan*. 2. 39-55. doi: 10.59841/jumkes.v2i3.1216

Putri, H.R., Setyaningsih, A., & Nurzihan, N.C. 2023. Hubungan Aktivitas Sedentari dan Konsumsi Ultra-Processed Foods dengan Status Gizi Mahasiswa Universitas Kusuma Husada Surakarta, *Jurnal Gizi dan Pangan Soedirman*. 7(1), pp. 49–61. http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps.

Putri, V.M. & Nadhiroh, S.R. 2023. Hubungan Uang Saku, Status Tempat Tinggal, Durasi Tidur, dan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi Lebih pada Mahasiswa Universitas Airlangga. *Media Gizi Kesmas*, 12(2), pp. 677–684. doi:10.20473/mgk.v12i2.2023.677-684.

Rahadian, F.A., Wahyuningsih, U., & Simanungkalit , S.F. 2024. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. *Amerta Nutrition*, 8(3), pp, 24–34. doi:10.20473/amnt.v8i3SP.2024.24 34

Rahmah, A. 2022. Hubungan Pengetahuan Gizi, Sikap, Uang Saku, dan Penggunaan Aplikasi Pesan Antar Makanan Online dengan Kualitas Diet Mahasiswa UGM Selama Pandemi COVID-19. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada Yogyakarta.

Ramadhani, C.J., dkk. 2024. Analisis Faktor yang Memengaruhi Keputusan dalam Memilih Menu Makanan pada Mahasiswa program Studi Gizi Universitas Negeri Semarang 2023. *Jurnal Analis*, 3(2), pp. 177–194.

Riski, N.R., Safwandi, S., & Anshari, S.F. 2025. Penerapan Perceived Stress Scale dalam Psychological Self-Assessment untuk Mengukur Tingkat Stres menggunakan Metode K-Nearest Neighbors. *Rabit Jurnal Teknologi Dan Sistem Informasi Univrab*, 10(2), pp. 1127–1136. https://doi.org/10.36341/rabit.v10i2.6479.

Rockström, J., dkk. 2025. The EAT–Lancet Commission on Healthy, Sustainable, and Just Food Systems. *The Lancet*, 406(10512), pp. 1625–1700. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(25)01201-2.

Safitri, R. I. & Dewi, D. K. 2020. Perbedaan Perceived Academic Stress Ditinjau dari Tahun Angkatan pada Mahasiswa Fakultas X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(2), pp. 32–42.

Sanlier, N., Ejder, Z.B., & Kaya, E.Y. 2025. The Relationship between Healthy Eating Obsessions, Clinical Eating Disorder, and Health Anxiety: The Dark Side of The Pursuit of Healthy Eating. *Frontiers in Psychology*. doi: 10.3389/fpsyg.2025.1705064.

Saraswati, S.K. dkk. 2021.Literature Review : Faktor risiko penyebab obesitas. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(1), pp. 70–74. https://doi.org/10.14710/mkmi.20.1.70-74.

Sari, F.P. & Nugroho, P.S. 2021. Risiko Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji dan Minuman Berkarbonasi Terhadap Obesitas pada Remaja di Indonesia. *Borneo Student Research*, 3(1), pp. 707–713.

HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI
MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Schönenberger, D., dkk., (2024). Dietary Fibre Intake and Its Association with Ultra-Processed Food Consumption in The General Population of Switzerland: Analysis of A Population-Based Cross-Sectional National Nutrition Survey. *BMJ Open*, 14(1), pp. 1–12.

Septiyanti, S. & Seniwati, S. 2020. Obesitas dan Obesitas Sentral pada Masyarakat Usia Dewasa di Daerah Perkotaan Indonesia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIKA)*, 2(3), pp. 118–127. doi:10.36590/jika.v2i3.74.

Setyaningsih, A., Mulyasari, I., Afiatna, P., & Putri, H. R. 2024. The Relationship between Ultra-Processed Food Consumption with Diet Quality and Overweight Status in Young Adults: Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses dengan Kualitas Diet dan Status Gizi Lebih pada Usia Dewasa Muda. *Amerta Nutrition*, 8(1), pp. 124–129.

Siegrist, M. & Hartmann, C. 2018. Impact of Sustainability Perception on Consumption of Organic Meat and Meat Substitutes. *Appetite*, 132, pp. 196–202. https://doi.org/10.1016/j.appet.2018.09.016.

Slamet & Markam, (2016), *Pengantar Psikologi Klinis*, Jakarta: UI Press.

Springmann, M., dkk. 2018. Options for Keeping The Food System within Environmental Limits. *Nature*, 562(7728), pp. 519–525. doi:10.1038/s41586-018-0594-0

Strahler, J. 2020. The Dark Side of Healthy Eating: Links between Orthorexic Eating and Mental Health. *Nutrients*, 12(12). https://doi.org/10.3390/nu12123662

Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sutjiato, M., dkk. 2015. Hubungan Faktor Internal dan Eksternal dengan Tingkat Stress pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat UNSRAT*, 5(1), pp. 30–42.

Syahrainy, S., Khasana, T.M., & Septriana, S. 2023. Hubungan Tingkat Stres, Kebiasaan Konsumsi Fast Food dengan Status Gizi pada Remaja. *Student Journal of Nutrition*, 2(2), pp. 56–65.

Vashtianada, A., Setiarini, A., & Sartika, R.A.D. 2023. The Difference of Ultra-Processed Food Consumption Based on The Difference of Ultra-Processed Food Consumption Based on Individual Characteristics and other Factors among Non-Health Individual Characteristics and Other Factors among Non-Health Undergraduate Students in Universitas Indonesia in 2023. *Indonesian Journal of Public Health Nutrition (IJPHN)*, 4(1), pp. 59–71. doi:10.7454/ijphn.v4i1.7393.

Verain, M.C.D., Dagevos, H., & Antonides, G. 2015. Sustainable Food Consumption: Product Choice Or Curtailment?. *Appetite*, 91, pp. 375–384. https://doi.org/10.1016/j.appet.2015.04.055.

Vusvitasari, R., Nugroho, S., & Akbar, S. 2016. Kajian Hubungan Koefisien Korelasi *Pearson* (ρ), Spearman-Rho (r), Kendall-Tau (τ), Gamma (G), dan Somers (d). *Journal Statistika*, pp. 41–54.

UNIVERSITAS GADJAH MADA
HUBUNGAN ANTARA PERSEPSI TERKAIT SUSTAINABLE HEALTHY DIET DENGAN TINGKAT STRES DAN STATUS GIZI MAHASISWA PENDIDIKAN SARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN, KESEHATAN MASYARAKAT, DAN KEPERAWATAN UNIVERSITAS GADJAH MADA
Alfando Tin'al Inso Ode, Prof. Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Dr. dr. Prima Dhewi Ratrikaningtyas, M.Biotech.
Universitas Gadjah Mada, 2026 | Diunduh dari http://etd.repository.ugm.ac.id/

Walgito, B. 2010. *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi.

Willett, W., dkk. 2019. Food in The Anthropocene: The EAT–Lancet Commission on Healthy Diets from Sustainable Food Systems. *The Lancet*, 393(10170), pp. 447–492. https://doi.org/10.1016/s0140-6736(18)31788-4.

Wisnuwardani, R.W. dkk. 2022. Perubahan Aktivitas Fisik dan *Persepsi terkait sustainable healthy diet* pada Mahasiswa Selama Pandemi Covid-19: Penelitian Observasional. *National Nutrition Journal*, 17(3), pp. 293–301. doi:10.204736/mgi.v17i3.293-301.

Wulandari, M.Z., dkk. 2023. Penggunaan Perhitungan Indeks Massa Tubuh sebagai Penanda Status Gizi pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Rombel 2D. *Jurnal Analis*, 2(2), pp. 124–131.

Yang, D., dkk. 2025. Impact of Ultra-Processed Meat Products on Human Health: Review and Outlook. *Journal of Food Science*, 90(2), pp. 1–23. https://doi.org/10.1111/1750-3841.70040.

Yusuf. 2012. *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Zagzoog, A.M., dkk. 2026. Associations of Nutrition Knowledge and Dietary Habits with Stress among University Employees in Saudi Arabia: Mixed-Methods Evidence. *Frontiers in Nutrition*, 13. https://doi.org/10.3389/fnut.2026.1834114

Zahida, F.H. 2025. Hubungan antara *Persepsi terkait sustainable healthy diet* dan Gaya Hidup Sedentari dengan Status Gizi Lebih pada Mahasiswa. *Skripsi*. Universitas Gadjah Mada.

Zhou, J., dkk. 2024. Association Between 29 Food Groups of Diet Quality Questionnaire and Perceived Stress in Chinese Adults: A Prospective Study from CHNS. *BMC Public Health*. https://doi.org/10.1186/s12889-024-19308-w