



Hubungan Kebiasaan Konsumsi Junk Food Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu Pada Mahasiswi Politeknik Piksi Ganesha

Sindi Parida Santika¹, Restiani Alia Pratiwi²

¹Politeknik Piksi Ganesha, Bandung, Indonesia, sindiparida9@gmail.com

²Politeknik Piksi Ganesha, Bandung, Indonesia, restianialiaa@gmail.com

Corresponding Author: sindiparida9@gmail.com¹

Abstract: *Changes in the lifestyles of female college students, particularly regarding junk food consumption, have the potential to affect blood sugar levels. This study aimed to analyze the relationship between junk food consumption habits and random blood sugar levels among female students at Politeknik Piksi Ganesha. An observational analytic method with a cross-sectional design was employed, involving 30 respondents selected via purposive sampling. Data on junk food consumption were obtained using a Food Frequency Questionnaire (FFQ), while blood sugar levels were measured using the Point of Care Testing (POCT) method. Data were analyzed using Fisher's Exact Test. The results showed that 50% of respondents consumed junk food frequently and 50% infrequently, with the majority (86.7%) exhibiting normal blood sugar levels. Statistical analysis yielded a p-value of 0.100 ($p > 0.05$), indicating no significant relationship. However, a descriptive trend toward higher blood sugar levels was observed in the frequent consumption group. It is concluded that while no significant relationship was found, junk food consumption should still be limited to prevent metabolic disorders.*

Keyword: *Junk Food, Random Blood Sugar Levels, Female Students.*

Abstrak: Perubahan gaya hidup mahasiswi khususnya konsumsi junk food, berpotensi memengaruhi kadar gula darah. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada mahasiswi Politeknik Piksi Ganesha. Metode yang digunakan adalah analitik observasional dengan pendekatan cross-sectional pada 30 responden yang dipilih secara purposive sampling. Data konsumsi junk food diperoleh melalui Food Frequency Questionnaire (FFQ), sedangkan kadar gula darah diukur menggunakan metode *Point of Care Testing* (POCT). Analisis menggunakan uji Fisher's Exact Test. Hasil menunjukkan 50% responden memiliki konsumsi junk food sering dan 50% jarang, dengan sebagian besar (86,7%) kadar gula darah normal. Uji statistik menunjukkan $p = 0,100$ ($p > 0,05$), sehingga tidak terdapat hubungan yang signifikan. Namun, secara deskriptif terdapat kecenderungan peningkatan kadar gula darah pada kelompok konsumsi sering. Disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan, tetapi konsumsi junk food tetap perlu dibatasi untuk mencegah gangguan metabolik.

Kata Kunci: Junk Food, Kadar Gula darah sewaktu, Mahasiswi.

PENDAHULUAN

Perubahan gaya hidup masyarakat modern telah menyebabkan pergeseran pola konsumsi makanan, terutama pada remaja dan dewasa muda. Konsumsi makanan cepat saji (junk food) semakin meningkat seiring dengan kemudahan akses, kepraktisan, serta cita rasa yang menarik. Makanan jenis ini umumnya mengandung kadar gula, lemak, dan garam yang tinggi, sehingga berpotensi menimbulkan berbagai masalah kesehatan, salah satunya peningkatan kadar gula darah yang dapat berujung pada Diabetes Melitus Tipe 2 (Nikmah, 2024). Penyakit ini merupakan gangguan metabolik yang ditandai dengan hiperglikemia akibat resistensi insulin atau gangguan produksi insulin (Rosyidah NN, 2025).

Secara global, prevalensi diabetes terus meningkat. *World Health Organization (WHO)* melaporkan bahwa sekitar 14% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas hidup dengan diabetes pada tahun 2022, dan lebih dari 95% kasus merupakan Diabetes Melitus tipe 2 yang berkaitan erat dengan pola hidup tidak sehat, termasuk pola konsumsi makanan yang tinggi gula dan lemak (World Health Organization, 2024). Di Indonesia, Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi diabetes mencapai 11,7% pada penduduk usia di atas 15 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa peningkatan kadar gula darah telah menjadi masalah kesehatan yang serius dan mulai banyak ditemukan pada kelompok usia produktif, termasuk mahasiswi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2025).

Mahasiswi merupakan kelompok yang rentan terhadap perubahan pola konsumsi makanan akibat aktivitas akademik yang padat serta kemudahan memperoleh makanan siap saji, terutama melalui layanan daring (Yuniah et al., 2023; Nurliesa, M. W., Triharja, A.A., & Fitrianingrum, 2023). Kebiasaan mengonsumsi junk food yang tinggi karbohidrat sederhana dan memiliki indeks glikemik tinggi dapat meningkatkan kadar glukosa darah secara cepat. Jika kebiasaan ini berlangsung dalam jangka panjang, maka dapat memicu resistensi insulin dan meningkatkan risiko gangguan metabolisme glukosa (Wari et al., 2023; Zendrato et al., 2025).

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara konsumsi junk food dengan gangguan metabolik. Penelitian oleh (Ardiana et al., 2026) menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi junk food dengan risiko Diabetes Melitus Tipe 2 pada kelompok pra lansia, meskipun tidak mengukur kadar gula darah secara langsung. Sementara itu, (Mustikowati et al., 2026) menemukan adanya hubungan antara konsumsi junk food dengan kadar gula darah pada usia dewasa, namun penelitian tersebut memiliki keterbatasan pada teknik sampling dan pengukuran yang dilakukan hanya satu kali. Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat keterbatasan penelitian, khususnya pada kelompok usia muda seperti mahasiswi serta penggunaan pengukuran kadar gula darah secara langsung.

Meskipun demikian, penelitian sebelumnya lebih banyak dilakukan pada kelompok usia dewasa dan pra lansia, sedangkan penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada kelompok usia muda, khususnya mahasiswi, masih terbatas. Selain itu, penelitian yang menggunakan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu secara langsung dengan metode *Point of Care Testing (POCT)* pada mahasiswi juga masih belum banyak dilakukan. Padahal, mahasiswi merupakan kelompok yang mulai menerapkan pola hidup mandiri sehingga berpotensi memiliki kebiasaan konsumsi junk food yang dapat memengaruhi kondisi metabolik sejak usia muda. Oleh karena itu, penelitian pada kelompok mahasiswi masih perlu dilakukan untuk memberikan gambaran mengenai hubungan kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu sebagai upaya deteksi dini dan pencegahan penyakit metabolik.

Berdasarkan uraian tersebut, masih terdapat celah penelitian terkait hubungan kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada mahasiswi. Oleh karena itu,

penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan tersebut dengan menggunakan pengukuran kadar gula darah sewaktu (GDS) secara langsung dengan metode *Point of Care Testing* (POCT). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kondisi kesehatan mahasiswi serta menjadi dasar dalam upaya pencegahan dan promosi kesehatan di lingkungan kampus.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain analitik observasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Penelitian dilaksanakan di Politeknik Piksi Ganesha Kota Bandung pada bulan Juli 2026. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswi aktif Politeknik Piksi Ganesha. Sampel penelitian berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi, yaitu Mahasiswi aktif Politeknik Piksi Ganesha, berusia 18–25 tahun, dan bersedia menjadi responden penelitian dengan mengisi informed consent. Adapun kriteria eksklusi adalah mahasiswi yang sedang menstruasi pada saat pengambilan data dan responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah kebiasaan konsumsi junk food, sedangkan variabel dependen adalah kadar gula darah sewaktu. Data kebiasaan konsumsi junk food diperoleh menggunakan Food Frequency Questionnaire (FFQ) yang diadaptasi dari instrumen (Mustikowati et al., 2026). Kuesioner terdiri atas 12 jenis makanan, yaitu gorengan, jeroan/kulit, sayur bersantan, kentang goreng, mi instan, keripik kentang, bakso, ayam goreng, hamburger, pizza, nasi goreng, dan minuman bersoda.

Responden diminta mengisi kuesioner berdasarkan kebiasaan konsumsi makanan selama satu bulan terakhir dengan memberikan tanda centang (✓) pada satu pilihan jawaban yang paling menggambarkan frekuensi konsumsi masing-masing jenis makanan. Pilihan frekuensi konsumsi terdiri tidak pernah, jarang (≤ 3 kali/minggu), dan sering (1 kali/hari sampai ≥ 4 kali/minggu). Setiap jawaban diberikan skor sesuai dengan frekuensi konsumsi, kemudian skor seluruh item dijumlahkan untuk memperoleh skor total konsumsi junk food. Skor total selanjutnya dikategorikan berdasarkan nilai median sebagai cut-off. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh nilai median sebesar 14,5, sehingga skor ≤ 14 dikategorikan sebagai kebiasaan konsumsi junk food jarang, sedangkan skor ≥ 15 dikategorikan sebagai kebiasaan konsumsi junk food sering.

Kadar gula darah sewaktu diukur menggunakan Metode *Point of Care Testing* (POCT) melalui pemeriksaan darah kapiler pada ujung jari menggunakan glukometer. Hasil pemeriksaan dinyatakan dalam satuan mg/dL dan dikategorikan menjadi normal (<140 mg/dL) dan tidak normal (≥ 140 mg/dL) (PERKENI, 2021).

Data dikumpulkan melalui pengisian kuesioner FFQ dan pemeriksaan kadar gula darah sewaktu setelah responden menandatangani lembar informed consent. Selanjutnya data diolah melalui tahapan editing, coding, entry, cleaning, dan tabulating, kemudian dianalisis menggunakan SPSS versi 29. Analisis univariat digunakan untuk menyajikan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji Chi-Square. Karena hasil uji Chi-Square menunjukkan terdapat 2 sel (50%) dengan nilai expected count kurang dari 5, maka interpretasi hasil didasarkan pada Fisher's Exact Test dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) (Madadzadeh & Soodejani, 2026). Penelitian ini telah menerapkan prinsip etika penelitian yang meliputi informed consent, anonymity, dan confidentiality (Winarto et al., 2023).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi usia dan semester yang disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia dan Semester pada Mahasiswi Politeknik Piksi Ganesha Tahun 2026.

Karakteristik	f	%
1. Usia (Tahun)		
18	9	30.0
19	2	6.7
20	3	10.0
21	5	16.7
22	4	13.3
23	3	10.0
24	1	3.3
25	3	10.0
Total	30	100.0
2. Semester		
I	10	33.3
II	11	36.7
III	2	6.7
V	3	10.0
VI	4	13.3
Total	30	100.0

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa dari 30 responden, sebagian besar berusia 18 tahun sebanyak 9 responden (30,0%), sedangkan jumlah responden paling sedikit berusia 24 tahun yaitu 1 responden (3,3%). Berdasarkan semester, mayoritas responden berasal dari semester II sebanyak 11 responden (36,7%), sedangkan paling sedikit berasal dari semester III sebanyak 2 responden (6,7%).

Hasil pengelompokan responden berdasarkan kebiasaan konsumsi tersebut disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Distribusi Kebiasaan Konsumsi Junk Food

Kategori	f	%
Jarang	15	50,0
Sering	15	50,0
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 2. diketahui bahwa dari 30 responden, sebanyak 15 responden (50,0%) memiliki kebiasaan konsumsi junk food jarang dan 15 responden (50,0%) memiliki kebiasaan konsumsi junk food sering. Hal ini menunjukkan bahwa proporsi responden dengan kebiasaan konsumsi junk food jarang dan sering adalah seimbang.

pemeriksaan terhadap kondisi kadar gula darah responden sebagai salah satu variabel penelitian. Hasil pemeriksaan dan pengelompokan data tersebut disajikan pada Tabel 3.

Tabel 3. Distribusi Kadar Gula Darah Sewaktu

Kategori	f	%
Normal	26	86,7
Tidak normal	4	13,3
Total	30	100

Berdasarkan Tabel 3. diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki kadar gula darah sewaktu normal, yaitu sebanyak 26 responden (86,7%), sedangkan 4 responden (13,3%) memiliki kadar gula darah sewaktu tidak normal.

Setelah memperoleh data mengenai kedua variabel penelitian, selanjutnya dilakukan analisis untuk melihat keterkaitan antara keduanya. Hasil analisis statistik dalam penelitian ini disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Hubungan Kebiasaan Konsumsi Junk Food dengan Kadar Gula Darah Sewaktu

Kebiasaan Konsumsi Junk Food	Normal		Tidak Normal		Total		P-Value
	f	%	f	%	f	%	
Jarang	15	100.0	0	0.0	15	100	0,100
Sering	11	73.3	4	26.7	15	100	
Total	26	86.7	4	13.3	30	100	

Berdasarkan Tabel 4. diketahui bahwa seluruh responden yang memiliki kebiasaan konsumsi junk food jarang memiliki kadar gula darah sewaktu normal (100,0%). Sementara itu, pada kelompok responden dengan kebiasaan konsumsi junk food sering, sebanyak 11 responden (73,3%) memiliki kadar gula darah sewaktu normal dan 4 responden (26,7%) memiliki kadar gula darah sewaktu tidak normal.

Hasil analisis menggunakan Fisher's Exact Test menunjukkan nilai $p = 0,100$ ($p > 0,05$). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada mahasiswa Politeknik Piksi Ganesha tahun 2026.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 30 responden, sebanyak 15 responden (50,0%) memiliki kebiasaan konsumsi junk food jarang dan 15 responden (50,0%) memiliki kebiasaan konsumsi junk food sering berdasarkan nilai median skor FFQ sebesar 14,5. Proporsi yang seimbang ini menunjukkan bahwa terdapat responden dengan frekuensi konsumsi junk food yang jarang maupun sering. Kondisi tersebut dapat berkaitan dengan aktivitas akademik yang padat sehingga mahasiswa cenderung memilih makanan yang praktis, cepat saji, dan mudah diperoleh, terutama dengan adanya layanan pesan antar makanan (Lestari et al., 2023).

Dalam penelitian ini, sayur bersantan dan jeroan/kulit termasuk dalam item makanan yang dikategorikan sebagai junk food berdasarkan instrumen FFQ yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya. Pengelompokan tersebut mempertimbangkan karakteristik makanan dan cara pengolahannya. Sayur bersantan dapat memiliki kandungan lemak dan energi yang cukup tinggi karena penggunaan santan, sedangkan jeroan dan kulit dapat mengandung lemak yang relatif tinggi. Apabila dikonsumsi secara sering dan diolah dengan penambahan minyak atau melalui proses penggorengan, makanan tersebut dapat meningkatkan asupan lemak dan energi. Hal ini sejalan dengan (Fitria et al., 2026) yang menunjukkan bahwa makanan yang digoreng merupakan salah satu jenis junk food yang banyak dikonsumsi oleh mahasiswa dan konsumsi makanan tinggi lemak dapat berkontribusi terhadap risiko gangguan metabolik. Oleh karena itu, dalam konteks penelitian ini, sayur bersantan dan jeroan/kulit dipertahankan

sebagai bagian dari item junk food sesuai dengan instrumen FFQ yang diadaptasi, bukan berarti seluruh jenis sayur bersantan dan jeroan/kulit secara umum merupakan junk food.

Kebiasaan konsumsi junk food yang sering perlu diperhatikan karena makanan tersebut umumnya mengandung gula sederhana, lemak jenuh, dan kalori tinggi, namun rendah serat. Kandungan ini dapat menyebabkan peningkatan kadar glukosa darah secara cepat karena mudah dicerna dan diserap oleh tubuh. Jika dikonsumsi secara terus-menerus dalam jangka panjang, hal ini dapat meningkatkan risiko gangguan metabolisme glukosa (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Hasil pemeriksaan kadar gula darah sewaktu menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki kadar gula darah normal yaitu sebanyak 26 responden (86,7%), sedangkan 4 responden (13,3%) memiliki kadar gula darah tidak normal. Tingginya proporsi kadar gula darah normal kemungkinan dipengaruhi oleh usia responden yang masih muda (18–25 tahun), sehingga fungsi pankreas dan sensitivitas insulin masih dalam kondisi baik. Selain itu, tubuh masih memiliki kemampuan kompensasi yang baik dalam menjaga keseimbangan kadar glukosa darah (PERKENI, 2021).

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu, seluruh responden dengan konsumsi junk food jarang memiliki kadar gula darah normal (100,0%), sedangkan pada kelompok konsumsi junk food sering terdapat 4 responden (26,7%) dengan kadar gula darah tidak normal. Namun, hasil uji statistik menggunakan Fisher's Exact Test menunjukkan nilai $p = 0,100$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada mahasiswi Politeknik Piksi Ganesha tahun 2026.

Meskipun secara statistik tidak terdapat hubungan yang signifikan, secara deskriptif terlihat kecenderungan kadar gula darah tidak normal lebih banyak ditemukan pada kelompok responden yang memiliki kebiasaan konsumsi junk food sering dibandingkan dengan kelompok yang memiliki kebiasaan konsumsi junk food jarang. Temuan deskriptif tersebut belum dapat diartikan sebagai hubungan yang signifikan karena hasil uji Fisher's Exact Test menunjukkan $p = 0,100$ ($p > 0,05$).

Tidak ditemukannya hubungan yang signifikan dalam penelitian ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti jumlah sampel yang relatif kecil ($n=30$), variasi pola makan responden secara keseluruhan, serta faktor lain yang turut memengaruhi kadar gula darah seperti aktivitas fisik, indeks massa tubuh, pola tidur, stres, dan riwayat keluarga diabetes. Selain itu, pemeriksaan kadar gula darah sewaktu hanya dilakukan satu kali sehingga belum dapat menggambarkan kondisi glukosa darah secara menyeluruh.

Hasil penelitian ini tidak sepenuhnya sejalan dengan penelitian (Mustikowati et al., 2026) yang menemukan adanya hubungan antara konsumsi junk food dengan kadar gula darah. Perbedaan hasil tersebut dapat berkaitan dengan perbedaan karakteristik responden, jumlah sampel, serta metode penelitian yang digunakan. Oleh karena itu, meskipun penelitian ini tidak menemukan hubungan yang signifikan, penerapan pola makan seimbang, peningkatan aktivitas fisik, dan penerapan gaya hidup sehat tetap penting untuk menjaga kadar gula darah dalam batas normal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan konsumsi junk food dengan kadar gula darah sewaktu pada mahasiswi Politeknik Piksi Ganesha tahun 2026 ($p = 0,100$), meskipun secara deskriptif terdapat kecenderungan peningkatan kadar gula darah pada responden dengan konsumsi junk food sering, sehingga konsumsi junk food tetap perlu dibatasi sebagai upaya menjaga kesehatan metabolik.

REFERENSI

- (PERKENI), P. E. I. (2021). *Pedoman Pengelolaan dan Pencegahan Diabetes Melitus Tipe 2 Dewasa di Indonesia* 2021. <https://pbperkeni.or.id/catalog-buku/pedoman-pengelolaan-dan-pencegahan-diabetes-melitus-tipe-2-di-indonesia-202>
- Ardiana, N. A., Zakaria, A., & Aminah, T. (2026). *Hubungan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji (Junk Food) Dengan Risiko Diabetes Melitus Tipe 2 Pada Pra Lansia Di Posyandu Lansia Kelurahan Bumiayu Kota Malang*. 8, 246–257.
- Fitria, Y., Mayasari, N. R., Sholihah, L. A., & Aulia, S. S. (2026). *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia Hypercholesterolemia risk in nutrition students : junk food consumption and physical activity*. 14(3), 190–198.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2024). *Pedoman Gizi Seimbang*. Kemenkes RI. <https://ayosehat.kemkes.go.id/isi-piringku-kebutuhan-gizi-harian-seimbang>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2025). *Diabetes Ancaman Nyata Generasi Muda*. <https://ayosehat.kemkes.go.id/diabetes-ancaman-nyata-generasi-muda>
- Lestari, N., Sitoayu, L., Dewanti, L. P., Wahyuni, Y., & Sumitra, P. A. (2023). *Frekuensi konsumsi junk food , asupan karbohidrat sederhana dan kadar kolesterol total pada karyawan Universitas Esa Unggul levels in Esa Unggul University employees*. 3(1), 1–6. <https://doi.org/10.47679/jchs.202341>
- Madadzadeh, F., & Soodejani, M. T. (2026). *An Educational Tutorial on Fisher ' s Exact Test for Medical Researchers*. 19(1), 199–214. <https://doi.org/10.13052/jrss0974-8024.1919>
- Mustikowati, F., Hasneli, Y., & Woferst, R. (2026). *Hubungan Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food Dengan Kadar Gula Darah Pada Usia Dewasa Di Kota Pekanbaru*. 8, 3080–3086.
- Nikmah, F. (2024). *Kebiasaan Konsumsi Fast Food dan Junk Food pada Remaja*. 5(02), 57–61.
- Nurliesa, M. W., Triharja, A. A., & Fitrianingrum, I. (2023). (2023). *ARTIKEL PENELITIAN Perbedaan onsumsi Junk Food melalui Pemesanan Daring dan*. 46(1), 68–78.
- Rosyidah NN, C. E. (2025). *Volume 3 Nomor 1 | 2025 | 44*. 3, 44–63.
- Wari, A. T., Muhlishoh, A., & Nurzihan, N. C. (2023). *INDEKS GLIKEMIK DAN BEBAN GLIKEMIK MAKANAN KAITANNYA DENGAN KADAR LDL DAN RLPP PASIEN DIABETES MELLITUS TIPE-2*. 12, 61–69.
- Winarto, H., Habiburrahman, M., Kusuma, F., & Nuryanto, K. H. (2023). *Knowledge , Attitude , and Practice Towards Sexually Transmitted Infections Among Women of Reproductive Age in an Urban Community Health Centre in Abstract*: 1–15. <https://doi.org/10.2174/18749445-v16-e230111-2022-182>
- World Health Organization. (2024). *Diabetes*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes?>
- Yuniah, B., Feriandi, Y., & Yulianto, F. A. (2023). *Proporsi Konsumsi Junk Food dan Status Gizi Berlebih di Mahasiswa Kedokteran*. 69–74.
- Zendrato, V. N., Harahap, H. S., Silalahi, N. W., Panjaitan, S. S., & Susilo, R. P. (2025). *Consumption of a High Glycemic Index in the Incidence of Type 2 Diabetes Mellitus : Scoping Review Konsumsi Indeks Glikemik Tinggi pada Kejadian Penyakit Diabetes Melitus Tipe 2 : Scoping Review*. 7(1), 33–43.