

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT STRES DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DISPEPSIA PADA MAHASISWA STIKES FAATHIR HUSADA TANGERANG TAHUN 2022

THE RELATIONSHIP BETWEEN STRESS LEVEL AND EATING PATTERNS WITH DYSPEPSIA IN STIKES FAATHIR HUSADA TANGERANG STUDENTS IN 2022

Siti Hamidah^{1*}, Abdul Karim², Antonius Rino Vanchapo²

¹Program Studi Ilmu Keperawatan STIKes Faathir Husada,

²Dosen Magister Keperawatan Universitas Muhammadiyah)

*Email: sitihamidah5920@gmail.com

ABSTRAK

Dispepsia merupakan istilah yang digunakan untuk sindrom atau kumpulan gejala/keluhan yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman di ulu hati, kembung, mual, muntah, sendawa, rasa cepat kenyang, perut rasa penuh atau begah. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan pola makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa STIKes Fathir Husada Tangerang. Metode penelitian ini menggunakan survey analitik dengan menggunakan desain cross-sectional. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan total sampling yaitu dengan mengambil sampel dari keseluruhan populasi sebanyak 45 orang. Analisis data menggunakan uji chi-square dengan program SPSS. Hasil penelitian ini menunjukkan Terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia (p value = 0.033) dan tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia (p value = 0.07). Kesimpulan: Terdapat hubungan bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia dimana nilai p value = 0.033 < α = 0.05, dan tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia p value = 0.07 > α = 0.05.

Kata Kunci: Dispepsia, pola makan, tingkat stres

ABSTRACT

Dyspepsia is a term used for a syndrome or a collection of symptoms/complaints consisting of pain or discomfort in the pit of the stomach, bloating, nausea, vomiting, belching, feeling full quickly, feeling full or bloated in the stomach. Research Purpose: This study was to determine the relationship between stress levels and diet with the incidence of dyspepsia in STIKes Fathir Husada Tangerang students. Research method in This study used an analytical survey using a cross-sectional design. Sampling was carried out using total sampling, namely by taking samples from the entire population of 45 people. Data analysis using chi-square test with SPSS program. Research result of this study showed that there were 34 people experiencing dyspepsia syndrome, 32 of whom experienced mild to severe stress. And respondents with irregular eating patterns amounted to 15 people. There is a significant relationship between stress levels and the incidence of dyspepsia (p value = 0.033) and there is no relationship between eating patterns and the incidence of dyspepsia (p value = 0.07). Conclusion: There is a significant relationship between stress levels and the incidence of dyspepsia where the p value = 0.033 is smaller than α = 0.05, and there is no relationship between eating patterns and the incidence of dyspepsia in p value = 0.07 is not less than α = 0.05. There

is a significant relationship between stress levels and the incidence of dyspepsia (p value = $0.033 < \alpha = 0.05$) and there is no relationship between eating patterns and the incidence of dyspepsia (p value = $0.07 > \alpha = 0.05$).

Keywords: *Dyspepsia, eating pattern, stress level*

Pendahuluan

Dispepsia merupakan istilah yang digunakan untuk sindrom atau kumpulan gejala atau keluhan yang terdiri dari nyeri atau rasa tidak nyaman pada ulu hati, kembung, sendawa, rasa cepat kenyang, mual, muntah, perut rasa penuh atau begah. Keluhan ini tidak perlu selalu semua ada pada tiap pasien. (Djojoningrat, 2014) Dispepsia diklasifikasikan menjadi dua, yaitu struktural (organik) dan fungsional (non-organik). Pada dispepsia organik terdapat penyebab yang mendasari, seperti penyakit ulkus peptikum PUD (Peptic Ulcer Disease), GERD (Gastro Esophageal Reflux Disease), kanker, penggunaan alkohol dan penggunaan obat-obatan keras. Dispepsia Non-organik (fungsional) ditandai dengan nyeri atau tidak nyaman pada perut bagian atas yang kronis atau berulang. Sedangkan faktor psikis/emosi memegang peranan penting dalam terjadinya dispepsia fungsional. (Mujaddid, 2014)

Berdasarkan data World Health Organization (WHO 2016) kasus penyakit dispepsia di dunia mencapai 13-40% dari total populasi setiap negara. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa di Eropa Amerika Serikat dan Oseania, prevalensi dispepsia sangat bervariasi antara 5-43%. Kemudian, diprediksikan bahwa, apabila tidak ditangani dengan serius maka pada tahun 2020 proporsi angka kematian akibat penyakit tidak menular seperti dispepsia akan terus meningkat menjadi 73% dan proporsi kesakitan menjadi 60% di dunia.

Menurut Departemen Kesehatan RI Tahun 2015 Kasus dispepsia di kota-kota besar di Indonesia juga relatif tinggi. Angka kejadian dispepsia di Jakarta 50%, Denpasar 46%, Palembang 35.5 %, Bandung 32 %, Aceh 31.7 % Surabaya

31.2%, Pontianak 31.2 %, dan Medan 9.8%. Angka dari kasus-kasus tersebut dapat mengalami kenaikan disetiap tahunnya. Banyaknya kasus yang muncul yang tidak sesuai dengan pengetahuan cara penanganannya membuat keadaan semakin memprihatinkan. (Depkes, 2015)

Faktor psikis adalah salah satu faktor pencetus terjadinya dispepsia, yang dapat mempengaruhi saluran cerna dan mengakibatkan perubahan sekresi asam lambung. menurunkan ambang rangsang nyeri dan berdampak pada motilitas dan vaskularisasi mukosa lambung. Pasien dispepsia umumnya menderita ansietas, depresi dan neurotik lebih jelas dibandingkan orang normal. (Mujaddid, 2014)

Mahasiswa akan menghadapi permasalahan seperti jauh dari orang tua, materi pelajaran yang berat, dan program pembelajaran yang tidak efisien. Kegiatan mahasiswa dalam mengerjakan berbagai macam tugas kuliah ataupun diluar akademik sangat menyita waktu. Kesibukan tersebut akan berdampak pada tidak teraturnya jam makan, sehingga sering menunda waktu makan dan mengakibatkan stres tidak teraturnya pola makan. (Anniza, 2021)

Tidak teraturnya pola makan menyebabkan pemasukan makanan dalam perut menjadi berkurang sehingga lambung akan kosong sehingga hal tersebut dapat berpengaruh terhadap kerja lambung terutama sekresi asam lambung sehingga akan membuat lambung sulit untuk beradaptasi dengan waktu makan. Kekosongan pada lambung dapat mengakibatkan erosi pada lambung akibat gesekan antara dinding-dinding lambung kemudian mengiritasi dinding lambung. (Fithriyana, 2018).

Metodologi Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif berupa deskriptif analitik dengan menggunakan desain cross-sectional. Penelitian ini dilakukan di kampus STIKes Faathir Husada Tangerang pada 9 Mei 2022 sampai dengan 15 Mei 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa dari program studi S1 Ilmu Keperawatan STIKes Faathir Husada Tangerang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yaitu jumlah sampel sama

dengan jumlah populasi yaitu sebanyak 45 Mahasiswa dan memenuhi kriteria inklusi.

Istrumen dalam penelitian ini menggunakan 3 kuesioner meliputi kuesioner stres dengan menggunakan DASS 42, kuesioner pola makan dan kuesioner dispepsia yang disesuaikan dengan kriteria Rome II. Data kemudian dikumpulkan dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *Chi-Square* dengan program SPSS.

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan jenis kelamin pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| kategori | Jumlah | Persentase |
|-----------------|---------------|-------------------|
| Laki-Laki | 13 | 28.9 |
| Perempuan | 32 | 71.1 |
| Total | 45 | 100 |

Berdasarkan hasil pada tabel 4.1 menunjukkan bahwa dari 45 responden sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan dengan jumlah 32 orang (71.1%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan usia pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| variabel | Modus | Mean | Median | Min | Max |
|-----------------|--------------|-------------|---------------|------------|------------|
| Usia(tahun) | 20 | 20.8889 | 20 | 17 | 40 |

Berdasarkan Hasil pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 45 responden, jumlah variabel usia terbanyak adalah usia 20 tahun, dengan usia rata-rata responden adalah 20.9 tahun. Usia termuda 17 tahun dan usia tertua 40 tahun.

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan usia pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| variabel | Modus | Mean | Median | Min | Max |
|-----------------|--------------|-------------|---------------|------------|------------|
| Usia(tahun) | 20 | 20.8889 | 20 | 17 | 40 |

Berdasarkan Hasil pada tabel 4.2 menunjukkan bahwa dari 45 responden, jumlah variabel usia terbanyak adalah usia 20 tahun, dengan usia rata-rata responden adalah 20.9 tahun. Usia termuda 17 tahun dan usia tertua 40 tahun.

Tabel 3. Distribusi responden berdasarkan tingkat stres pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| Tingkat Stres | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|---------------|------------|----------------|
| Normal | 13 | 28.9 |
| Stres ringan | 7 | 15.6 |
| Stres sedang | 11 | 24.4 |
| Stres berat | 14 | 31.1 |
| Total | 45 | 100.0 |

Berdasarkan hasil pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 45 responden sebagian besar responden mengalami stres berat yaitu sebanyak 14 orang (31.1%).

Tabel 4. Distribusi responden berdasarkan pola makan pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| keteraturan Makan | Jumlah (n) | Persentase (%) |
|-------------------|------------|----------------|
| Teratur | 30 | 66.7 |
| Tidak Teratur | 15 | 33.3 |
| Total | 45 | 100 |

Berdasarkan hasil pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 45 responden kebiasaan makan teratur yaitu sebanyak 30 orang (33.3%). sebagian besar responden memiliki

Tabel 5. Distribusi responden berdasarkan kejadian dispepsia pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| Dispepsia | Jumlah(n) | Persentase (%) |
|--------------|-----------|----------------|
| Negatif | 11 | 24.4 |
| Positif | 34 | 75.6 |
| Total | 45 | 100.0 |

Berdasarkan hasil pada tabel 5 sebagian besar responden mengalami gejala dispepsia yaitu sebanyak responden positif atau 34 orang (75.6 %).

Tabel 6. Pengujian hipotesis hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| Tingkat stres | Dispepsia | | | | Total | % | p value |
|---------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|------------|---------|
| | Negatif | % | Positif | % | | | |
| Normal | 7 | 63.6 | 6 | 17.6 | 13 | 28.9 | 0.033 |
| Stres ringan | 1 | 9.09 | 6 | 17.6 | 7 | 15.5 | |
| Stres sedang | 2 | 18.2 | 9 | 26.5 | 11 | 24.4 | |
| Stres berat | 1 | 9.09 | 13 | 38.2 | 14 | 31.1 | |
| Total | 11 | 100 | 34 | 100 | 45 | 100 | |

p-value=0.033 <0,05 (Uji chi-square)

Dari hasil uji tabulasi statistik dengan menggunakan *Chi-Square* pada tabel 7 di atas diperoleh nilai $p=0,030$ masih lebih kecil dari pada batas kritis $\alpha = 0.05$, yang artinya ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia ($0,033 < 0,05$).

Tabel 7. Pengujian hipotesis hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022.

| Pola makan | Dispepsia | | | | Total | % | p-value |
|---------------|-----------|------------|-----------|------------|-----------|------------|---------|
| | Negatif | % | Positif | % | | | |
| Tidak Teratur | 1 | 9.09 | 14 | 41.2 | 15 | 33.3 | 0.07 |
| Teratur | 10 | 90.9 | 20 | 58.8 | 30 | 66.6 | |
| Total | 11 | 100 | 34 | 100 | 45 | 100 | |

p-value=0.07 > 0,05 (Uji chi-square)

Dari hasil uji tabulasi statistik dengan menggunakan *Chi-Square* pada tabel 4.6 di atas diperoleh nilai p-value = 0.07. Hal ini menunjukkan nilai $p=0.05$ tidak lebih kecil dari pada batas kritis $\alpha = 0.05$, yang artinya tidak ada hubungan yang bermakna antara pola makan dengan kejadian dispepsia ($0,07 > 0,05$).

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian pada 45 mahasiswa STIKes Faathir Husada Tangerang menunjukkan bahwa responden yang mengalami dispepsia lebih banyak yang menderita stres dan berdasarkan tabel 4.4 semakin tinggi tingkat stres semakin banyak responden yang mengalami dispepsia. Dan setelah dilakukan analisis data menggunakan uji Chi-square pada SPSS didapatkan hasil p value = 0.033 masih lebih kecil dari pada batas kritis $\alpha = 0.05$, yang artinya ada hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia ($0,033 < 0,05$).

Beberapa temuan seperti pada penelitian muflih (2019) mendapatkan hasil adanya hubungan antara tingkat stres dan kejadian dispepsia di Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2019. Dan penelitian Ashari (2021) mahasiswa dengan stres berat lebih besar mengalami dispepsia fungsional yaitu sebanyak 32 orang (51,6%) sedangkan mahasiswa dengan tingkat stres ringan-sedang yang mengalami dispepsia fungsional sebanyak 30 orang (48,4%). Dan didapatkan hasil orang dengan tingkat stres lebih tinggi akan lebih beresiko dispepsia fungsional

sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian dispepsia fungsional.

Hal ini sesuai dengan teori Priyoto (2017) yang mengatakan makin sering dan makin lama situasi stres, makin tinggi resiko kesehatan yang ditimbulkan, seperti gangguan organ seperti organ pencernaan. Beberapa bentuk gangguan fisik yang sering muncul pada stres adalah nyeri dada, diare selama beberapa hari, sakit kepala, mual, jantung berdebar, lelah, sukar tidur, dan lain-lain. Dan teori E.Mujaddid (2014) yang mengatakan faktor psikososial sangat berpengaruh pada dispepsia fungsional.

Faktor psikologis dapat mempengaruhi gangguan gastrointestinal melalui mekanisme *Brain-Gut-Axis* atau mekanisme yang menghubungkan otak dengan sistem pencernaan. Stresor dapat mempengaruhi keseimbangan sistem saraf otonom, fungsi hormonal, dan sistem kekebalan tubuh. Ada banyak jalur yang dapat mempengaruhi saluran pencernaan, secara terpisah atau bersama-sama. (Vidya, 2021) Rangsangan psikis atau emosi sendiri secara fisiologi dapat mempengaruhi lambung dengan dua cara yang pertama Jalur neurogen: Rangsangan konflik emosi pada kortek serebri mempengaruhi kerja hipotalamus anterior dan selanjutnya ke nukleus vagus, nervus vagus dan kemudian ke lambung; yang kedua Jalur neurohumoral: rangsangan pada korteks serebri diteruskan ke hipotalamus anterior dan selanjutnya ke hipofisis anterior yang mengeluarkan kortikotropin. Hormon ini merangsang korteks adrenal dan kemudian

menghasilkan hormon adrenal yang selanjutnya merangsang produksi asam lambung.

Berdasarkan hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji Chi-Square antara pola makan dengan dispepsia pada tabel.4.5 menunjukkan bahwa p value = 0.07 tidak lebih kecil dari $\alpha = 0.05$ yang artinya tidak ada hubungan antara pola makan dengan dispepsia ($0.07 > 0.05$). Tetapi ada perbandingan bermakna antara responden dengan pola makan tidak teratur cenderung mengalami gejala dispepsia yaitu 14 orang dan hanya 1 responden dengan pola makan tidak teratur tidak mengalami gejala dispepsia. Pada penelitian ini didapatkan hasil kebiasaan pola makan buruk yang dilakukan mahasiswa diantaranya sering melewatkan sarapan dan makan siang, jeda waktu makan yang lama dan berbeda setiap harinya. Jeda waktu makan yang lama menyebabkan pengosongan lambung yang lama atau tidak normal kemudian akan mengiritasi dinding lambung dan menyebabkan gangguan saluran pencernaan yaitu dispepsia.

Hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan Ashari (2022) pada mahasiswa Universitas Mulawarnan yang mengatakan bahwa terdapat hubungan antara keteraturan waktu makan (pola makan) dengan kejadian dispepsia fungsional. Dan penelitian Kefi (2022) yang mengatakan terdapat hubungan bermakna antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa pre klinik fakultas kedokteran Nusa Cendana. Perbedaan ini dikarenakan jumlah responden dengan pola makan teratur dalam penelitian ini lebih banyak, faktor tempat tinggal juga berpengaruh dikarenakan penelitian ini dilakukan pada hari libur yang artinya sebagian besar mahasiswa yaitu sebanyak 93.3% mahasiswa berada di rumah atau tinggal bersama keluarga sehingga pola makannya lebih diperhatikan.

Pola makan yang tidak baik dapat meningkatkan resiko munculnya gejala dispepsia. Pola makan yang tidak teratur menyebabkan pemasukan makanan dalam perut menjadi berkurang sehingga lambung akan kosong. Kekosongan pada lambung dapat mengakibatkan erosi pada lambung akibat gesekan antara dinding-dinding lambung. Kondisi ini dapat menyebabkan meningkatnya produksi asam lambung (HCL). (Fithriyanan, 2018) sejalan dengan teori lilihata (2014) yaitu salah satu mekanisme utama dispepsia fungsional adalah waktu pengosongan lambung terlambat.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil yang penelitian berjudul Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Pola Makan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Mahasiswa Stikes Faathir Husada Tangerang Tahun 2022 Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dispepsia dibuktikan dengan p value = 0,033 < $\alpha = 0.05$. Dan tidak terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian dispepsia pada mahasiswa STIK Faathir Husada Tangerang. Dibuktikan dengan p value = 0,07 = $\alpha = 0.05$.

Saran

Diharapkan adanya edukasi tentang manajemen coping stres, edukasi mengenai gizi seimbang dan menerapkan pola makan yang baik dikala banyaknya kesibukan sebagai seorang pelajar atau mahasiswa. Diharapkan penelitian selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut mengenai faktor resiko dispepsia dengan menggunakan data atau pertanyaan kuesioner yang lebih lengkap dan objektif dan menambah jumlah responden untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

Daftar Pustaka

- Anniza Nurrahma, Y. N. (2021). Hubungan Stres Akademik dengan Online Student Engagement pada Mahasiswa Universitas Negeri. *Jurnal Risenologi*, 18-24.
- Ariani, A. P. (2017). *Ilmu Gizi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ashari. (2021). hubungan tingkat stres dengan kejadian dispepsia fungsional pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas mulawarman. *jurnal kesehatan tambusai*, 98-103.
- Depkes RI. (2015). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta.
- DJojoeningrat, D. (2014). Pendekatan Klinis Penyakit Gastrointestinal. In D. DJojoeningrat, *Ilmu Penyakit Dalam* (pp. 1731-1732). Jakarta: Internal Publishing.;
- Fithriyana, R. (2018)..Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dispepsia Pada Pasien..Di Wilayah..Kerja..Puskesmas_Bangkinang_Kota. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 43-53.
- Gracia Lilihata, A. F. (2014). Dispepsia. In *Kapita Selekta Kedokteran* (pp. 591-595). Jakarta Pusat: Media Aesculapius.
- Kefi, Clarensius Giovani Boni, et al. "Hubungan Pola Makan Dengan Sindroma Dispepsia Pada Mahasiswa Pre Klinik Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana." *Cendana Medical Journal (CMJ)* 10.1 (2022):147-156.
- Herman Herman, S. H. (2020). *Faktor.Risiko.Kejadian.Dispepsia*. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 1094-1100.
- Muflih, N. (2019). "Hubungan Pola Makan Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dispepsia Di Rumah Sakit Umum Sundari Medan Tahun 2019". *Indonesian Trust Health Journal*, 327
- Mujaddid, E. (2014). *Dispepsia.Fungsional*. In *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam* (pp. 3565-3568). Jakarta: Interna.Publisher.;
- Murni, A. W. (2014). *Gangguan Psikomatik Saluran Cerna*. In S. Setiati, *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Edisi VI Jilid II* (pp. 3565-3567). Jakarta: Interna Publisher.
- Moawad, R. A. (2020). *Online Learning during the COVID- 19 Pandemic and Academic Stress in University Students*. 100-107.
- Nugroho, D. (2017). *Asuhan..Keperawatan-Maternalitas,.Anak,.Bedah dan Penyait Dalam*. Yogyakarta: Nuha-Medika.
- Priyoto. (2019). *konsep manajemen stres*. Yogyakarta: Nuha-Medika.
- Pesce, Marcella, et al. "Diet-and-functional-dyspepsia:"Clinical-correlates and therapeutic perspectives." *World Journal of Gastroenterology* 26.5 (2020): 456.
- Pusmarani, J. (2019). *Gangguan Gastrointestinal Atas*. In J. Pusmarani, *Farmakologi sistem gastrointestinal* (pp. 27-32). Jakarta: Yayasan Kita Menulis.

- Putri, V. J. P., Izhar, M. D., & Sitanggang, H. D. (2022). Hubungan Antara Gaya Hidup Dan Stres Dengan Kejadian Sindrom Dispepsia Pada Mahasiswa Ilmu Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Jurnal Ilmu Dan Teknologi Kesehatan Terpadu*, 2(1), 8-18.
- Sugiarti A. Musabiq, I. K. (2018). Gambaran Stres Dan Dampaknya Pada Mahasiswa. *Insight Vol 20*, 75-83
- Vidya Reza Andini, R. I. (2021). Hubungan-Pola-Makan-dengan Atensi”dan Kelelahan Tubuh pada Kelompok..Umur Remaja. *Tunas-Tunas Riset Kesehatan*, 104-108.
- World..Health..Organization..(2016). Guideline.daily.iron.supplementation.in .infant..and children. World..Health..Organization.
- WHO. (2021, November 17). Adolescent Mental Health. Retrieved Juni 25, 2022, from World Health Organization: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>