

ANALISA PERBANDINGAN TERHADAP KONSUMSI KOPI DAN TEH DALAM MENURUNKAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA MASA KINI

Adrian Firmandy Pramuyda, Heri Saputro

Institut Ilmu Kesehatan STRADA Indonesia

afirmandy@gmail.com

ABSTRAK

Kecemasan adalah rasa tidak aman yang dirasakan setiap orang pada suatu saat dalam hidup mereka. Banyak sekali masalah-masalah yang baru muncul karena transisi dari masa kanak-kanak. Karena masalah-masalah yang dihadapi remaja tidak terjadi begitu saja, bisa dari masalah dalam pendidikannya, dengan pertemanan, bisa juga masalah didalam rumah antara anak dan orang tua.

Kopi dan Teh merupakan minuman yang banyak dikonsumsi remaja pada umumnya karena mudah didapat dan harganya yg murah. Dibalik itu manfaat Kopi dan Teh salahsatunya dapat menurunkan

Kecemasan. Desain Penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional Study* dengan menggunakan Teknik Random Sampling Sample dalam penelitian ini merupakan remaja umur 12-21 tahun. Berdasarkan uji statistik menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan hasil $p = 0,922 > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak yang berarti tidak ada hubungan perbandingan pada remaja setelah minum teh dan kopi terhadap tingkat kecemasan. Peneliti yang akan datang dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai Kecemasan secara keseluruhan dengan responden yang lebih luas agar data yang didapat jauh lebih akurat.

Kata Kunci : *Kecemasan, Kopi, Remaja, Teh.*