

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pandemi Covid-19 merupakan pandemi yang saat ini sedang berlangsung di seluruh dunia. *Coronavirus* 2019 (Covid-19) pertama kali ditemukan pada akhir Desember 2019 di Wuhan, Tiongkok. Saat ini penyebarannya telah meluas ke berbagai negara di dunia sehingga *World Health Organization* (WHO) telah menetapkan Covid-19 sebagai pandemi pada 9 Maret 2020 (Satgas Penanganan Covid-19, 2020). Pandemi Covid-19 membuat hampir semua negara di dunia melakukan berbagai upaya dalam menghentikan persebaran virus tersebut. Covid-19 dapat menular melalui kontak langsung dengan cairan yang keluar dari mulut ataupun hidung manusia. Ketika cairan tersebut mengandung virus Corona lalu berpindah ke bagian tubuh dari manusia ke manusia lain maka virus tersebut akan masuk ke dalam tubuh manusia dan selanjutnya akan menginfeksi manusia itu (Shi *et al.*, 2020). Menurut WHO (2021) secara global terdapat 253.640.693 kasus Covid-19 yang terkonfirmasi, 5.104.899 meninggal dan total 7.541.020.349 dosis vaksin telah diberikan. Di Indonesia, sampai tanggal 16 November 2021 telah didapatkan 4.251.423 kasus Covid-19 yang dikonfirmasi dengan 143.685 kematian. Pada 15 November 2021, total 215.168.960 dosis vaksin diberikan di Indonesia (WHO, 2021). Pandemi Covid-19 yang sedang terjadi saat ini tidak hanya berdampak kesehatan fisik saja, tetapi kesehatan mental juga sangat terdampak. Kesehatan mental tersebut terdiri dari kecemasan,

stres, depresi dan lain sebagainya yang dapat menyerang mulai dari tenaga kesehatan hingga masyarakat umum (Hadi & Fadhilah, 2022). Penyesuaian terhadap perubahan dalam menjalani aktivitas sehari-hari yang baru bukan termasuk hal yang mudah. Kesulitan dalam menghadapi perubahan ini dapat meningkatkan stres (Aufar & Raharjo, 2020). Keadaan yang dihadapi sehari-hari berbeda sebelum terjadinya pandemi saat ini. Semua orang mungkin mengalami kesulitan yang berbeda-beda pada setiap orangnya. Salah satu yang terdampak akibat virus Covid-19 adalah dunia pendidikan di Indonesia. Akibat penyebaran covid-19 yang tinggi di Indonesia menyebabkan sekolah, universitas dan Perguruan Tinggi lainnya ditutup. Solusi yang diberikan oleh pemerintah atas kebijakan penutupan sekolah atau kegiatan tatap muka yaitu dengan melakukan pembelajaran secara daring atau *online* (Kemendikbud Dikti, 2020). Pembelajaran secara *online* tersebut dilakukan dengan harapan agar proses pembelajaran tidak tertinggal dan peserta didik tetap menerima hak untuk mendapatkan ilmu, namun pada kenyataannya metode pembelajaran *online* memiliki banyak kelemahan yang berpengaruh terhadap kesehatan mental pelajar dan mahasiswa seperti kecemasan berlebih (*anxiety*) maupun stres (Aufar & Raharjo, 2020).

Berdasarkan WHO (2020) prevalensi kejadian stres cukup tinggi yaitu 350 juta penduduk dunia mengalami stres yang merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia. Berdasarkan laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) pada tahun 2018, prevalensi gangguan mental emosional pada usia ≥ 15 tahun di Indonesia sebesar 9,8 % angka ini meningkat dibandingkan

tahun 2013 yaitu sebesar 6%, dan di Jawa Timur pada tahun 2018 sebesar 6 %. Di Negara Cina dilaporkan telah terjadi peningkatan stres pada tahap awal pandemi Covid-19 sebesar 8,1% (Cullen *et al.*, 2020). Di Indonesia sendiri, berdasarkan hasil survei *online* yang dilakukan (Mohammadi, 2020) dari 34 Provinsi yang sebagian responden adalah remaja usia sekolah menunjukkan hasil sebanyak 64% mengalami kecemasan dan 60% mengalami depresi. Hasil survei tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Al Omari, *et al.* (2020) yang menyatakan bahwa tingkat stres lebih banyak terjadi pada remaja usia sekolah dikarenakan adanya penutupan sekolah dan aturan yang membatasi ruang pertemuan remaja dengan teman sebayanya. Uraian tersebut memperjelas bahwa anak remaja usia sekolah sangat sensitif secara mental terhadap perubahan keadaan selama penerapan pembelajaran secara *online*.

Masa remaja merupakan masa yang penuh dengan perasaan yang tidak menentu, bimbang dan cemas, dimana harus memikirkan tentang harapan dan tantangan yang harus dilalui di usia dewasa nanti. Maka dari itu, kesehatan mental remaja sangat diuji dengan adanya pandemi Covid-19 ini. Remaja lebih diutamakan karena remaja merupakan generasi muda yang menjadi elemen penting dalam melestarikan kebudayaan yang ada dan berkontribusi sangat besar dalam pembangunan bangsa dan Negara (Pratama *et al.*, 2021).

Ketua PW IPNU Jawa Timur Choirul Muntadiin menyatakan bahwa terdapat 88,75% responden menganggap sistem kegiatan belajar mengajar online saat ini menjenuhkan, membosankan dan membuat stres. Survei tersebut juga menunjukkan bahwa 82% responden mengaku lebih senang

belajar di sekolah, 15% lebih senang dengan metode daring, sedangkan sisanya mengatakan tidak tahu. Direktur Student Research Center (SRC) PW IPNU Jawa Timur, Ahmad Ainun Najib menambahkan bahwa survei tentang persepsi pelajar di era pandemi Covid-19 tersebut dilaksanakan pada 28 Maret-11 April 2020. Survei tersebut menggunakan 480 responden yang berasal dari kalangan pelajar SMP dan pelajar SMA, serta berasal dari 38 Kabupaten/Kota di Jawa Timur (Syafii, 2020). Dari data tersebut dapat dilihat bahwa sistem pembelajaran secara *online* dapat menimbulkan potensi stres pada siswa terutama siswa sekolah menengah akhir.

Penelitian terdahulu yang mengemukakan terkait dengan potensi stres pada siswa SMA juga ditemukan pada penelitian yang dilakukan Gabster, *et al.* (2020) bahwa akhir masa sekolah terukur sebagai potensi stres karena siswa berada pada fase kegelisahan menentukan karir atau jurusan yang akan dipilih di perguruan tinggi. Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian Husna, *et al.* (2021) yang menunjukkan bahwa salah satu jenjang pendidikan yang paling terkena imbas dari pandemi Covid-19 adalah jenjang Sekolah Menengah Atas (SMA). Hal tersebut dikarenakan siswa SMA merupakan masa transisi, berada di tahap mencari identitas diri melalui kelompok sosial, teman sebaya, kegiatan keagamaan, atau berbagai kegiatan lainnya. Dengan adanya pembatasan sosial di masa pandemi Covid-19 dapat meningkatkan risiko stres yang lebih parah dan berkepanjangan pada siswa SMA dan dapat berdampak lebih serius pada masa dewasa nanti. Stres yang berkepanjangan dan tidak segera diatasi akan berpengaruh terhadap kualitas hidup siswa SMA.

Perubahan biokimia yang diakibatkan oleh kondisi stres akan berpengaruh terhadap sekresi hormon kortisol dan katekolamin, kondisi tersebut dapat mempengaruhi kesehatan baik fisik maupun psikologis. Perubahan psikologis dapat memicu perasaan cemas, sedih, lelah, panik, dan depresi, yang akhirnya dapat menyebabkan menurunnya kesejahteraan psikologis individu. Perubahan perilaku yang terjadi akibat stres yaitu seperti perubahan pola makan, hilangnya motivasi, menarik diri, menjadi pemarah, dan penyalahgunaan zat atau obat-obatan terlarang. Berbagai perubahan tersebut menyebabkan menurunnya kesehatan fisik, psikologis, dan hubungan sosial sehingga akan berakibat pada penurunan kualitas hidup (Haryono & Kurniasari, 2018)

Terdapat beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi stres pada siswa misalnya dengan mendengarkan musik, meluangkan waktu untuk memanjakan diri, berolahraga, beribadah, dan jika stres yang dirasa sudah cukup berat maka dapat langsung berkonsultasi ke psikolog. Selain cara-cara tersebut, penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Liunima, *et al.*, (2017) menyatakan bahwa minum kopi juga dapat membantu meringankan atau meredakan gejala stres. Kafein yang terkandung dalam kopi dapat meredakan gejala stres seperti cemas, perasaan tertekan, dan pelupa. Hal tersebut disebabkan karena kopi mengandung kafein yang cukup tinggi, satu cangkir kopi (120-480) ml mengandung kafein 75-400 mg atau lebih, tergantung pada jenis biji kopi, cara pengolahan, dan cara mempersiapkan minuman kopi (Liunima *et al.*, 2017). Seiring dengan berkembangnya jenis dan varian kopi

saat ini dapat membuat kebiasaan minum kopi pada siswa SMA semakin meningkat. Peningkatan tersebut didukung dengan semakin merebaknya *coffee shop* sehingga membuat siswa SMA semakin mudah menemukan kopi yang mereka suka. Pada penelitian yang dilakukan oleh Herdiamti (2021) menunjukkan bahwa pengunjung *coffee shop* di Kediri didominasi oleh pelajar dan mahasiswa. Sedangkan pada penelitian (As'ad & Aji, 2020) juga menunjukkan bahwa konsumen kedai kopi modern di Bondowoso dengan total responden sejumlah 120 orang, didapatkan hasil bahwa sebagian besar konsumen adalah pelajar dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 90 orang dengan prosentase 75%. Penelitian terdahulu oleh Rachmawati, *et al.* (2021) yang dilakukan pada beberapa remaja di salah satu warung kopi di Kota Malang dengan metode seleksi acak menunjukkan hasil bahwa beberapa remaja tersebut mengatakan mereka sering merasa lelah (hilang semangat, lelah fisik, kurang konsentrasi) karena menumpuknya tugas dan kegiatan sekolah dan kuliah, dan ada juga yang lelah bekerja seharian. Oleh karena itu, mereka memilih untuk mengunjungi kedai kopi karena kegiatan ini menenangkan pikiran mereka.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada salah satu pelayan *coffee shop* di Madiun menunjukkan bahwa tingkat konsumsi kopi di masa pandemi ini lebih tinggi dibandingkan sebelum pandemi. Hal tersebut dikarenakan banyak orang yang merasa jenuh dan stres sehingga mereka mengalihkan perasaan tersebut dengan minum kopi untuk meningkatkan *mood*. Pelayan *coffee shop* yang diwawancarai juga

mengatakan bahwa mayoritas pengunjung *coffee shop* merupakan kalangan siswa SMA. Beberapa dari mereka menikmati kopi disana sambil mengerjakan tugas sekolah dan bercengkrama dengan teman temannya untuk melepas penat, namun juga banyak yang hanya membeli kopi lalu dibawa pulang. Pandemi Covid-19 yang menyebabkan siswa SMA merasa bosan dan jenuh membuat mereka memilih mengkonsumsi kopi untuk meningkatkan suasana hati, menenangkan pikiran, sebagai sarana berkumpul dengan teman, dan mengurangi stres yang dialami akibat penyesuaian terhadap perubahan metode pembelajaran saat pandemi Covid-19. Sejalan dengan penelitian Rachmawati, *et al.* (2021) di Kota Malang menunjukkan bahwa tindakan remaja dalam meminimalkan stres antara lain dengan mencari ketenangan, minum kopi, dan berkumpul dengan teman.

Kegiatan minum kopi identik dengan individu berjenis kelamin laki-laki, seperti pada penelitian Fariadi & Saputra (2019) di Kota Bengkulu yang menunjukkan bahwa responden laki-laki memiliki tingkat konsumsi lebih tinggi terhadap kopi dibandingkan dengan perempuan. Namun yang terjadi saat ini adalah penikmat kopi tidak hanya didominasi oleh laki-laki, perempuan pun juga sering ditemui di kedai kopi dan turut menjadi penikmat kopi (Selvi & Ningrum, 2020).

SMAN 2 Kota Madiun merupakan salah satu SMA Negeri di Kota Madiun yang menerapkan pembelajaran secara daring selama pandemi Covid-19. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu guru di SMAN 2 Kota Madiun menunjukkan bahwa selama pandemi ini banyak siswa yang

mengeluh stres akibat tertekan dengan kebiasaan baru yang sebelumnya tidak biasa mereka lakukan. Banyak siswa yang tidak konsentrasi dalam kegiatan pembelajaran, serta banyak yang telat mengumpulkan tugas. Mereka mengeluh bahwa pembelajaran daring ini membuat mereka lebih sulit dalam memahami materi yang disampaikan karena kurangnya interaksi, ditambah dengan tugas yang menumpuk dengan batas waktu pengumpulan yang singkat sehingga membuat mereka merasa tertekan. SMAN 2 Kota Madiun merupakan salah satu SMA di Kota Madiun yang letaknya cukup strategis di tengah kota dan SMAN 2 Kota Madiun ini lokasinya berdekatan dengan berbagai macam *coffee shop* sehingga lebih memudahkan siswa disana dalam mencari dan menikmati kopi yang mereka suka untuk menenangkan pikiran dan menaikkan mood ketika stres melanda.

Kopi memang memiliki berbagai manfaat untuk tubuh seperti sebagai antioksidan, dapat membuat tubuh menjadi segar, menghilangkan kantuk dan dapat memperbaiki mood sehingga dapat membuat seseorang lebih berkonsentrasi (Sihotang, 2019). Namun manfaat tersebut dapat kita dapatkan apabila kita mengonsumsi kopi dalam jumlah yang normal, sedangkan jika kita mengonsumsi makanan atau minuman yang mengandung kafein seperti kopi secara berlebihan yaitu sekitar 3 cangkir kopi atau lebih ($>300\text{mg}$ kafein) perhari maka akan menimbulkan dampak negatif. Salah satu dampak negatif jika terlalu sering minum kopi adalah dapat menyebabkan beberapa penyakit kardiovaskular seperti tekanan darah tinggi, stroke, penyakit jantung koroner dan infark miokard (Soetardi, 2021). Kopi saat ini sudah cukup berkembang

dan disesuaikan dengan selera masyarakat dimana kopi sudah dicampur dengan bahan lain seperti susu, gula, dan berbagai macam sirup. Dengan campuran bahan-bahan tersebut, jika dikonsumsi secara berlebihan juga akan menimbulkan dampak buruk bagi kesehatan seperti obesitas dan diabetes. Menurut Suartiningsih, *et al.* (2018) konsumsi kopi yang berlebihan juga dapat menimbulkan terjadinya insomnia atau kesulitan tidur. Namun saat ini mengkonsumsi kopi sudah menjadi hal biasa di kalangan siswa SMA terutama ketika mereka merasakan gejala stres akibat kebiasaan baru di masa pandemi ini, sehingga diperlukan peningkatan pengetahuan pada siswa SMA terkait dampak dari konsumsi kopi yang berlebihan agar mereka dapat melakukan kegiatan positif lainnya untuk meredakan stres yang dialami seperti olahraga, mendengarkan musik, meminta dukungan kepada orang terdekat, berdiskusi bersama teman terkait tugas yang sulit, dan jika stres yang dirasa sudah berat maka dapat berkonsultasi ke psikolog (Prasasti, 2021). Peningkatan pengetahuan terkait dampak konsumsi kopi berlebihan akan membuat siswa SMA tetap bisa mengkonsumsi kopi dalam jumlah yang wajar sehingga tidak akan menimbulkan risiko penyakit kardiovaskular dan gangguan kesehatan lainnya.

Kopi sebagai minuman penyegar dianggap mampu dan menjadi salah satu solusi untuk mengurangi atau meredakan gejala stres pada siswa akibat pandemi, sehingga pola konsumsi kopi pada siswa sebelum dan setelah pandemi mungkin akan berubah karena tingkat stres yang juga berubah, namun terdapat perbedaan hasil pada penelitian terdahulu. Penelitian yang

dilakukan Rachmawati, *et al.* (2021) menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat stres maka remaja akan memilih untuk meredakannya dengan mengonsumsi kopi sehingga pola konsumsi remaja akan semakin tinggi, sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Liunima, *et al.*, (2017) menunjukkan hasil bahwa semakin tinggi konsumsi kopi seseorang maka akan semakin rendah tingkat stres yang dialami, sehingga penelitian ini dilakukan guna memastikan peran kopi sebagai solusi minuman anti stres dikala pandemi sehingga tingkat stres memiliki hubungan dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMA sebelum dan saat pandemi Covid-19, selain itu juga untuk mendukung salah satu poin penting yang terdapat pada SDG's poin ketiga yaitu menjamin kehidupan yang sehat dan mendorong kesejahteraan bagi semua orang di segala usia, dimana adanya upaya yang dilakukan untuk mengendalikan tingkat stres pada siswa dan memberikan solusi yang baik untuk meredakan stres agar siswa tidak terlalu bergantung pada minum kopi untuk mengatasi stres sehingga tidak menimbulkan permasalahan kesehatan yang lain.

1.2 Identifikasi Masalah

Menurut data dari WHO pada tanggal 16 November 2021 secara global telah tercatat sebanyak 253.640.693 kasus Covid-19 yang terkonfirmasi dan 5.104.899 meninggal. Wabah infeksi virus corona virus Covid-19 antara manusia di Wuhan (Cina) dan penyebarannya di seluruh dunia sangat berdampak pada kesehatan global dan kesehatan seperti stres, kecemasan, gejala depresi, insomnia, penolakan, kemarahan dan ketakutan (Torales *et al.*,

2020). Adaptasi terhadap perubahan yang terjadi dalam menjalani aktivitas keseharian yang baru bukan merupakan hal yang mudah. Kesulitan menghadapi perubahan ini dapat meningkatkan stres (Aufar & Raharjo, 2020). Akibat penyebaran covid-19 yang tinggi di Indonesia, Sekolah, Universitas dan Perguruan Tinggi lainnya ditutup tidak terkecuali pada tingkat SMA sehingga proses pembelajaran diganti secara *online* (Santaria, 2020). Namun kenyataannya metode pembelajaran jarak jauh juga tidak sepenuhnya menyenangkan bagi sebagian siswa karena dibatasinya interaksi secara langsung dengan orang lain.

Terdapat sebuah laporan yang diterima oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) bahwa 79,9% siswa tidak senang belajar secara *online* di rumah karena 76,8% guru tidak melakukan interaksi namun hanya memberi tugas saja (Fakhri, 2020). Penelitian terkait tingkat stres akademik selama pandemi Covid-19 pada peserta didik SMA Negeri di Kabupaten Sidoarjo yang dilakukan oleh Putri & Hariastuti (2021) menunjukkan bahwa dari 500 siswa, terdapat 87 siswa (17,4%) mengalami stres yang tinggi, dan 341 siswa (68,2%) mengalami stres sedang. Penelitian stres pada siswa SMA juga dilakukan oleh Yusuf (2021) di SMA Negeri 3 Kota Makassar dengan 77 sampel siswa menunjukkan bahwa 71 sampel (92,2%) mengalami stres sangat tinggi. Sedangkan menurut penelitian Elza (2020) di MAN 2 Kota Madiun dengan sampel 43 siswi diperoleh sejumlah 19 siswi (44,2) mengalami stres ringan, dan 8 siswi (18,6) mengalami tingkat stres berat. Dari beberapa data tersebut menunjukkan bahwa dampak dari pembelajaran *online* ini akan

menimbulkan potensi stres terutama pada siswa SMA, karena akhir masa sekolah merupakan masa dimana siswa berada pada fase gelisah menentukan jurusan yang akan dipilih pada jenjang selanjutnya dan menentukan karir yang akan ditempuh.

Liunima, *et al.* (2017) salah satu metode yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan mencegah stres adalah dengan mengonsumsi kopi. Saat ini kedai kopi atau yang biasa disebut dengan *coffee shop* semakin merebak dan mudah ditemukan di berbagai tempat. Hal tersebut dapat berdampak pada pola konsumsi kopi di masyarakat terutama siswa SMA yaitu akan mendorong mereka untuk semakin sering mengonsumsi kopi. Adanya kebijakan saat pandemi menyebabkan beberapa peraturan diberlakukan di berbagai fasilitas umum salah satunya adalah *coffee shop* sehingga jumlah pengunjung yang datang harus dibatasi. Namun seiring berkembangnya teknologi saat ini para remaja terutama siswa SMA masih bisa membeli kopi melalui aplikasi ojek *online* seperti Go-Food atau Grab-Food, sehingga tidak membuat pola konsumsi kopi pada siswa SMA menjadi berkurang, bahkan mungkin bisa semakin meningkat karena minum kopi sudah dianggap sebagai hal yang dapat menenangkan pikiran disaat stres terutama bagi siswa yang merasa stres akibat tugas sekolah yang terlalu banyak dan ditambah beban pekerjaan rumah.

1.3 Pembatasan dan Perumusan Masalah

Kebiasaan minum kopi di Indonesia sudah menjadi budaya turun-temurun, karena dari kalangan tua hingga muda saat ini banyak yang menyukai kopi

dan bahkan menjadikannya sebuah hobi. Peningkatan konsumsi kopi terutama pada siswa SMA dapat disebabkan karena mereka menganggap minum kopi adalah hal yang menyenangkan dan dapat menenangkan pikiran ketika sedang suntuk atau stres karena beban tugas di sekolah, sehingga minum kopi saat ini sudah menjadi hal yang sering dilakukan. Maka dalam penelitian ini ruang lingkup pembahasan skripsi yaitu hubungan antara tingkat stres saat pandemi Covid-19 dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMA.

Rumusan masalah yang dapat diambil adalah apakah terdapat hubungan antara tingkat stres saat pandemi Covid-19 dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun?

1.4 Tujuan

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat stres saat pandemi Covid-19 dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik siswa SMAN 2 Kota Madiun yang terdiri dari jenis kelamin dan usia
2. Mengidentifikasi tingkat stres di masa pandemi Covid-19 pada siswa SMAN 2 Kota Madiun
3. Mengidentifikasi pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun sebelum dan saat pandemi Covid-19
4. Menganalisis adanya perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun sebelum dan saat pandemi Covid-19

5. Menganalisis hubungan tingkat stres saat pandemi Covid-19 dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun
6. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan perubahan pola konsumsi kopi pada siswa SMAN 2 Kota Madiun.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan antara tingkat stres saat pandemi Covid-19 dengan pola konsumsi kopi pada siswa SMA, sehingga dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan terutama peningkatan pemahaman kesehatan sejak dini yang berhubungan dengan stres dan pola konsumsi kopi pada siswa SMA.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan sebagai latihan dalam meningkatkan kemampuan melaksanakan penelitian dan sebagai data untuk melaksanakan penelitian selanjutnya tentang hal-hal yang berkaitan dengan stres dan pola konsumsi kopi.

2. Bagi Responden

Meningkatkan wawasan dan pengetahuan tentang hubungan antara tingkat stres dengan pola konsumsi kopi pada siswa SMA serta efeknya terhadap kesehatan.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Memberi data bagi lembaga pendidikan mengenai tingkat stres dan pola konsumsi kopi pada siswa SMA serta efeknya terhadap kesehatan.