

KARYA TULIS ILMIAH

**EDUKASI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TENTANG ZAT
KAFEIN TERHADAP PENGETAHUAN DAN KONSUMSI
KOPI PADA SISWA SMA NEGERI 3 KOTA CIREBON**



**AULIA NURSABILA
P2.06.31.2.23.057**

**PROGRAM STUDI D III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA KEMENTERIAN
KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA TAHUN 2026**

KARYA TULIS ILMIAH

**EDUKASI DENGAN MEDIA VIDEO ANIMASI TENTANG ZAT
KAFEIN TERHADAP PENGETAHUAN DAN KONSUMSI
KOPI PADA SISWA SMA NEGERI 3 KOTA CIREBON**



**AULIA NURSABILA
P2.06.31.2.23.057**

**PROGRAM STUDI D III GIZI CIREBON
JURUSAN GIZI
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA KEMENTERIAN
KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Edukasi dengan Media Video Animasi tentang Zat Kafein Terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Kopi pada Siswa SMA Negeri 3 Kota Cirebon” tepat pada waktunya.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat tersusun berkat dukungan, bimbingan, dan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya, Ibu dr. Dini Mariani, S.Kep, M.Kep
2. Ibu Dr. Wiwit Estuti, STP, MSi Ketua Program Studi D III Gizi Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Wilayah Cirebon.
3. Ibu Diyah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM, M.Pd, dosen pembimbing yang memberikan dorongan, bimbingan, pengarahan serta saran dalam pembuatan Proposal Tugas Akhir ini mulai dari awal hingga akhir.
4. Bapak Samuel, SKM. M.Gizi, dewan penguji I yang telah memberikan saran dalam penyusunan tugas akhir ini.
5. Bapak Jongga Adiyaksa, SKM. M.Biomed, dewan penguji II yang telah memberikan saran dalam penyusunan tugas akhir ini.
6. Terimakasih yang sebesar-besarnya saya sampaikan kepada almarhumah Mama tercinta yang semasa hidupnya selalu memberikan doa, kasih sayang, dukungan, dan semangat yang tiada henti. Meskipun Mama tidak dapat menyaksikan secara langsung pencapaian ini, setiap langkah yang penulis tempuh hingga saat ini tidak lepas dari didikan, pengorbanan, dan cinta yang telah Mama berikan. Semoga Allah SWT menempatkan Mama di tempat terbaik di sisi-Nya.

7. Teristimewa kepada Papaku, Bapak Indra yang telah mendukung, mendoakan, serta memberikan kasih sayang yang tak terhingga kepada saya.
8. Terkhusus kepada Nanda Anggita dan Evan Zakariyya selaku kakak serta adik saya, yang selalu memberikan doa, semangat dan sarannya dalam membantu penulis menyusun tugas akhir ini.
9. Kepada Tangguh Ramadhani Raharjo, selaku orang yang selalu memberikan dukungan, dan semangat, terimakasih sudah mau kebersamai penulis.
10. Kepada *Geng Toxic*, Fadia, Ocaca, dan Piaw yang selalu mau menemani penulis, menjadi teman serta sahabat yang baik bagi penulis.
11. Kepada Nadia dan Azzahra yang selalu memberikan waktu, sabar, dukungan, bantuan, arahan serta nasehatnya dalam membantu penulis menyusun tugas akhir ini.
12. Kepada Diva Ayu Wardana selaku teman penulis, terimakasih telah memberikan bantuan serta kebersamai penulis selama menyusun tugas akhir ini, bertemu dengan tidak sengaja tapi membuat penulis sadar dan bersyukur akan pertemuan itu.
13. Kepada *Grup Calon Miliarder*, terimakasih sudah menyemangati penulis dan mengingatkan penulis agar cepat menyelesaikan tugas akhir ini.
14. Untuk diriku, yang mungkin banyak mengeluh, tapi tetap memilih untuk bertahan, berjalan dan menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Terimakasih sudah memilih kuat dan tidak menyerah, meskipun tidak selalu yakin. Semoga langkah ini menjadi bukti, bahwa saya mampu.
15. Serta seluruh rekan-rekan lain yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan dukungan serta motivasi, penulis ucapkan terima kasih dan semoga segala kebaikan mendapat balasan dari Allah SWT untuk kemajuan kita semua.

Akhir kata, penulis berharap Allah SWT, berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Education Using Animated Video Media About Caffeine on Knowledge and Coffee Consumption Among Students of SMA Negeri 3 Cirebon City

Aulia Nursabila¹, Diah Sri Yuhandini, SSiT, SKM, M.Pd²

ABSTRACT

The consumption of caffeinated beverages, particularly coffee, among adolescents continues to increase and may have negative health effects when consumed excessively. Limited knowledge regarding caffeine and its safe consumption limits can influence unhealthy consumption behaviors among students. Therefore, attractive and easily understood health education is needed to improve adolescents' knowledge about caffeine consumption. This study aimed to determine the effect of educational intervention using animated video media on knowledge of caffeine and coffee consumption levels among students of SMA Negeri 3 Cirebon City.

This study employed a pre-experimental research design using a One Group Pre-test and Post-test approach. The research was conducted at SMA Negeri 3 Cirebon City involving 64 students selected through proportional systematic random sampling. Data were collected using pre-test and post-test questionnaires to assess students' knowledge and coffee consumption levels before and after the educational intervention. The intervention was delivered through an educational animated video about caffeine. Data were analyzed descriptively by comparing the results before and after the intervention.

The results showed an improvement in students' knowledge after receiving the educational intervention, as indicated by an increase in the proportion of respondents with good knowledge from 71.9% to 90.6%. In addition, the proportion of respondents whose coffee consumption was within the recommended consumption limits also increased after the intervention. Animated video media was perceived as clear, engaging, and effective as a health education tool for adolescents.

Keywords: animated video, caffeine, knowledge, coffee consumption, adolescents.

1. Student of the Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Lecturer of the Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon, Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Edukasi dengan Media Video Animasi tentang Zat Kafein Terhadap Pengetahuan dan Konsumsi Kopi pada Siswa SMA Negeri 3 Kota Cirebon

Aulia Nursabila¹, Diyah Sri Yuhandini, SSiT, SKM, M.Pd²

ABSTRAK

Konsumsi minuman berkafein, terutama kopi, pada kalangan remaja terus meningkat dan dapat menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan apabila dikonsumsi secara berlebihan. Rendahnya pengetahuan mengenai zat kafein dan batas aman konsumsinya dapat memengaruhi perilaku konsumsi yang kurang sehat pada siswa. Oleh karena itu, diperlukan edukasi kesehatan yang menarik dan mudah dipahami untuk meningkatkan pengetahuan remaja mengenai konsumsi kafein. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh edukasi menggunakan media video animasi terhadap pengetahuan tentang zat kafein dan tingkat konsumsi kopi pada siswa SMA Negeri 3 Kota Cirebon.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre-eksperimental dengan desain One Group Pre-test dan Post-test. Penelitian dilakukan di SMA Negeri 3 Kota Cirebon dengan jumlah responden sebanyak 64 siswa yang dipilih menggunakan teknik proportional systematic random sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner pre-test dan post-test untuk mengukur tingkat pengetahuan dan konsumsi kopi sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Intervensi dilakukan melalui media video animasi edukatif mengenai zat kafein. Data dianalisis secara deskriptif dengan membandingkan hasil sebelum dan sesudah intervensi.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan siswa setelah diberikan edukasi, ditandai dengan meningkatnya responden kategori pengetahuan baik dari 71,9% menjadi 90,6%. Selain itu, responden dengan tingkat konsumsi kopi sesuai batas konsumsi juga mengalami peningkatan setelah intervensi. Media video animasi dinilai jelas, menarik, dan efektif digunakan sebagai media edukasi kesehatan bagi remaja.

Kata Kunci: video animasi, zat kafein, pengetahuan, konsumsi kopi, remaja.

1. Mahasiswa Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dosen Program Studi DIII Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN KARYA TULIS ILMIAH	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xv
DAFTAR TABEL	19
DAFTAR GAMBAR.....	20
DAFTAR LAMPIRAN	21
ABSTRACT.....	xv
ABSTRAK	16
 BAB I PENDAHULUAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
B. Rumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
C. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	Error! Bookmark not defined.
A. Tinjauan Teori.....	Error! Bookmark not defined.
B. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
 BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
A. Jenis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
D. Variabel dan Definisi Operasional.....	Error! Bookmark not defined.
E. Teknik Pengumpulan Data.....	Error! Bookmark not defined.
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	Error! Bookmark not defined.
A. Hasil Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
B. Pembahasan Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.

BAB V KESIMPULAN DAN SARANError! Bookmark not defined.

A. SimpulanError! Bookmark not defined.

B. SaranError! Bookmark not defined.

DAFTAR PUSTAKAError! Bookmark not defined.

LAMPIRAN.....Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 1. Perincian Jumlah Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Cirebon**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 2 Variabel dan Definisi Operasional**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 3. Perincian Jumlah Siswa Kelas XII SMA Negeri 3 Kota Cirebon**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 4. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 5. Tingkat Pengetahuan Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi.**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 6. Nilai Mean, SD, Minimum, dan Maksimum responden.**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 7. Frekuensi Konsumsi Kopi Sebelum dan Sesudah Diberikan Edukasi**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 8. Perubahan Pengetahuan Responden Tentang Zat Kafein.**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 9. Hasil Uji Normalitas dan Uji Wilcoxon Signed Rank Test**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 10. Kejelasan Edukasi Menggunakan Media Video Animasi.**Error! Bookmark not defined.**

Tabel 11. Kejelasan Edukasi Menggunakan Media Video Animasi**Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GAMBAR

Halaman

Gambar 1. Kerangka Teori.....	Error! Bookmark not defined.
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR LAMPIRAN

Halaman

Lampiran 1. Surat Permohonan Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2. Surat Penjelasan Sebelum Penelitan..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3. Surat Informed Consent.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4. Kuesioner Pengetahuan Zat Kafein ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5. Kuesioner Kejelasan dan Ketertarikan pada Media	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6. Kuesioner Kebiasaan Minum Kopi ...	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7. Link Media Video Animasi Edukasi..	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8. Hasil Uji Validitas dan Reabilitas Kuesioner	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10. Dokumentasi Surat Penjelasan Sebelum Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11. Pengolahan Data	Error! Bookmark not defined.