

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEPERAWATAN  
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

Skripsi, 26 Juli 2024

Annisa Salsabila  
20301145

**Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate* Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Mahasiswi Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru**

xiv + 48 halaman + 16 Tabel + 2 Skema + 5 Gambar + 16 Lampiran

**ABSTRAK**

Dismenorea adalah nyeri haid tanpa kelainan alat kelamin dan paling sering terjadi pertama kali pada wanita berusia 15 sampai 25 tahun yang memiliki siklus ovulasi stabil. Dismenorea merupakan gejala yang tidak menyenangkan bagi banyak wanita dan memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup kesehatan. Dismenorea, juga dikenal sebagai menorgia atau dismenopenia, adalah suatu kondisi hormonal yang menyebabkan rasa sakit akibat ketidakseimbangan progesteron dalam aliran darah. Mengonsumsi obat pereda nyeri dapat menimbulkan berbagai efek samping, antara lain mual, muntah, sembelit, gelisah, dan mengantuk. Salah satu pengobatan non-farmakologi untuk mengatasi nyeri dismenorea adalah dengan memodifikasi pola makan remaja dan coklat hitam. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *hot dark chocolate* terhadap nyeri dismenorea pada mahasiswi Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain *quasy expiriment* menggunakan pendekatan *one grup pre-test and post-test without control*. Sampel penelitian ini adalah 18 responden yang diambil dengan menggunakan *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah SOP pembuatan *hot dark chocolate*, lembar observasi serta mengukur skala nyeri dengan *Numeric Rate Scale* (NRS) pada saat sebelum dan sesudah pemberian intervensi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat berupa Uji *Wilcoxon Rank*. Hasil penelitian didapatkan rerata skala nyeri sebelum diberikan intervensi (*pre-test*) 8 dan setelah intervensi (*post-test*) 3,89. Didapatkan nilai *p value* 0,000 ( $<0,05$ ) yang artinya  $H_0$  ditolak, maka secara statistik terdapat hasil penurunan skala nyeri pada responden. Hasil Uji *Wilcoxon Rank* didapatkan nilai  $z -3,804^a$  yang berarti *based on positive ranks* yaitu  $0^b$  dan nilai *Negatif Ranks* yaitu  $18^a$  yang berarti seluruh responden memiliki nilai *post-test*  $<$  *pre-test* yang menunjukkan terjadi penurunan. Dapat disimpulkan bahwa pemberian *hot dark chocolate* berpengaruh untuk menurunkan skala nyeri dismenorea. Saran dari penelitian selanjutnya adalah pemberian *hot dark chocolate* dengan terapi kombinasi teknik genggam jari untuk mengurangi tingkat nyeri dismenorea.

Kata kunci : Tingkat Nyeri, *Hot Dark Chocolate*, Dismenorea

Referensi : 39 (2016-2023)

**NURSING PROGRAM  
FACULTY OF NURSING  
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

*Final Project, 26 July 2024*

Annisa Salsabila  
20301145

***“The Effect of Giving Hot Dark Chocolate on Dysmenorrhea Pain in Institut Kesehatan Payung Negeri Pekanbaru Students”***

xiv + 48 pages + 16 Tables + 2 Schematics + 5 Figures + 16 Appendices

***ABSTRACT***

*Dysmenorrhea is menstrual pain without genital abnormalities and most often occurs first in women aged 15 to 25 years who have a stable ovulatory cycle. Dysmenorrhea is an unpleasant symptom for many women and has a significant impact on health quality of life. Dysmenorrhea, also known as menorgia or dysmenopenia, is a hormonal condition that causes pain due to an imbalance of progesterone in the bloodstream. Taking painkillers can cause various side effects, including nausea, vomiting, constipation, restlessness and drowsiness. One non-pharmacological treatment to treat dysmenorrhoea pain is to modify the teenager's diet and use dark chocolate. This study aims to determine the effect of giving hot dark chocolate on dysmenorrhoea pain in students at the Pekanbaru State Payung Health Institute. This research is a quantitative study, with a quasi-experimental design using a one group pre-test and post-test without control approach. The sample for this research was 18 respondents taken using purposive sampling. The instruments used in this research were the SOP for making hot dark chocolate, an observation sheet and measuring the pain scale with the Numeric Rate Scale (NRS) before and after the intervention. The analysis used is univariate analysis and bivariate analysis in the form of the Wilcoxon Rank Test. The research results showed that the average pain scale before the intervention (pre-test) was 8 and after the intervention (post-test) 3.89. A p value of 0.000 ( $<0.05$ ) was obtained, which means that  $H_0$  was rejected, so statistically there was a decrease in the pain scale in respondents. The Wilcoxon Rank Test results obtained a z value of -3.804a, which means based on positive ranks, namely 0b and a Negative Ranks value, namely 18a, which means that all respondents had a post-test  $<$  pre-test value, which shows a decrease. It can be concluded that giving hot dark chocolate has an effect on reducing the dysmenorrhoea pain scale. Suggestions from further research are giving hot dark chocolate with a combination of finger grip technique therapy to reduce the level of dysmenorrhoea pain.*

*Keywords: Pain Level, Hot Dark Chocolate, Dysmenorrhea*

*References: 39 (2016-2023)*