

SKRIPSI
**PENGARUH PEMBERIAN *DARK CHOCOLATE* TERHADAP
NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA SISWI MTsN 6
DI KOTA PADANG TAHUN 2024**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan pendidikan
Strata S-1 Kebidanan



oleh

MELATI AUREL CHIKITA LISNI
23152011068

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN INFORMASI TEKNOLOGI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya:

Nama Lengkap : Melati Aurel Chikita Lisni

NIM : 23152011068

Tempat/ tgl lahir : Surabaya, 1 Juli 2002

Program Studi : S1 Kebidanan

Nama Pembimbing Akademik : Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

Nama Pembimbing I : Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

Nama Pembimbing II : Silfina Indriani, M.Keb

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi penelitian saya yang berjudul :

“Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap Nyeri *Dismenore Primer* Pada Siswi MTsN 6 Di Kota Padang Tahun 2024”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi penelitian ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Februari 2025



Melati Aurel Chikita Lisni

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Melati Aurel Chikita Lisni

NIM : 23152011068

Program Studi : S1 Kebidanan

Judul : Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap Nyeri
Dismenore Primer Pada Siswi MTsN 6 Di Kota Padang
Tahun 2024,

Telah disetujui untuk diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji
Seminar Hasil Program Studi S1 Kebidanan Universitas Alifah Padang

Padang, Februari 2025

Pembimbing I

Fatmi Nirmata Sari, M.Keb
NIDN : 1017098702

Pembimbing II

Silfina Indriani, M.Keb
NIDN : 1008058503

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informasi
Universitas Alifah Padang

Ns.Syalyia Oresti, M.Kep, Ph.D
NIDN : 10251092

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

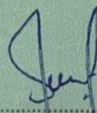
Nama : Melati Aurel Chikita Lisni
NIM : 23152011068
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap Nyeri
Dismenore Primer Pada Siswi Mtsn 6 Di Kota Padang
Tahun 2024

Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Seminar Hasil Program
Studi S1 Kebidanan Universitas Alifiah Padang.

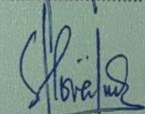
Padang, Februari 2025

DEWAN PENGUJI

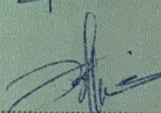
Pembimbing I
Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

(.....)

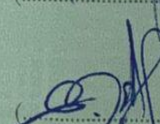
Pembimbing II
Silfina Indriani, M.Keb

(.....)

Penguji I
Dr. Ns. Asmawati, S.Kep, M.Kep, M.K.M

(.....)

Penguji II
Arfianingsih Dwi Putri, M.Keb

(.....)

Disahkan Oleh:

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang


Ns.Syahlia Orestj.,M.Kep.,Ph.D

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Februari 2025

Melati Aurel Chikita Lisni

PENGARUH PEMBERIAN *DARK CHOCOLATE* TERHADAP NYERI *DISMENORE* PRIMER PADA SISWI MTsN 6 DI KOTA PADANG TAHUN 2024

xiii + 48 Halaman, 5 tabel, 5 gambar, 13 Lampiran

ABSTRAK

Ketidaknyamanan atau nyeri hebat pada perut bagian bawah, yang disebabkan oleh efek prostaglandin selama siklus menstruasi disebut dengan *dismenore*. Di Indonesia, 64,25% wanita mengalami *dismenore*, dengan 54,89% merupakan *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder, *dismenore* primer menyebabkan 59,2% remaja perempuan mengalami penurunan aktivitas, dan 5,6% bolos sekolah atau kerja. Penanganan *dismenore* melalui terapi non farmakologi dengan pemberian *dark chocolate* dapat memberikan efek relaksasi pada tubuh. Mengetahui pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap nyeri *dismenore* primer pada siswi MTsN 6 di Kota Padang Tahun 2024.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di MTsN 6 Kota Padang pada bulan September 2024 – Januari 2025. Sampel dalam penelitian ini 42 siswi yang dipilih melalui *proportional random sampling*. Pengumpulan data menggunakan skala NRS (Numeric Rating Scale). Analisis data dilakukan dengan uji *T-dependent*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata skala nyeri sebelum diberikan *dark chocolate* adalah 8,19 dengan standar deviasi 0,707, setelah diberikan *dark chocolate* rata-rata skala nyeri menurun signifikan menjadi 2,81 dengan standar deviasi 0,634 dan rata-rata penurunan skala nyeri 5,38. Hasil uji *T-dependent* menunjukkan dengan nilai $p\text{ value} = 0,000$ ($p < 0,05$).

Dark chocolate sebagai alternatif pengobatan non farmakologi mengandung magnesium, polifenol, kafein, dan senyawa lain yang mampu menghambat produksi prostaglandin untuk mengurangi nyeri *dismenore*. Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap nyeri *dismenore* primer pada siswi MTsN 6 di Kota Padang tahun 2024. Diharapkan pihak sekolah memberikan edukasi mengenai pengelolaan nyeri *dismenore* dan penggunaan alternatif non-farmakologis seperti *dark chocolate*.

Daftar bacaan : 33 Literasi (2019-2024)

Kata kunci : *Dismenore, dark chocolate, nyeri*

ALIFAH PADANG UNIVERSITY

Thesis, February 2025

Melati Aurel Chikita Lisni

THE EFFECT OF GIVING DARK CHOCOLATE ON PRIMARY DYSMENORRHOEA PAIN IN MTsN 6 STUDENTS PADANG IN 2024

xiii + 48 pages, 5 tables, 5 figures, 13 attachments

ABSTRACT

Severe discomfort or pain in the lower abdomen, caused by the effects of prostaglandins during the menstrual cycle is called dysmenorrhea. In Indonesia, 64.25% of women experience dysmenorrhea, 54.89% of which is primary dysmenorrhea and 9.36% of which is secondary dysmenorrhea. Primary dysmenorrhea causes 59.2% of adolescent girls to experience decreased activity, and 5.6% miss school or work. Treating dysmenorrhea through non-pharmacological therapy by administering dark chocolate can have a relaxing effect on the body. To determine the effect of giving dark chocolate on primary dysmenorrhea pain in MTsN 6 Padang City students in 2024.

This type of research is quantitative with a one group pretest-posttest design. The research was conducted at MTsN 6 Padang City in September 2024 – January 2025. The sample in this study was 42 female students selected through proportional random sampling. Data collection uses the NRS Scale (Numeric Rating Scale). Data analysis was carried out using the T-dependent test.

The research results showed that the average pain scale before being given dark chocolate was 8.19 with a standard deviation of 0.707, after being given dark chocolate the average pain scale decreased significantly to 2.81 with a standard deviation of 0.634 and an average decrease in the pain scale of 5.38. The results of the T-dependent test show a p value = 0.000 ($p < 0.05$).

Dark chocolate as an alternative non-pharmacological treatment contains magnesium, polyphenols, caffeine, and other compounds that can inhibit the production of prostaglandins to reduce dysmenorrhea pain. Based on the research results, there is an effect of giving dark chocolate on primary dysmenorrhea pain in MTsN 6 female students in Padang City in 2024. It is hoped that the school will provide education regarding the treatment of dysmenorrhea pain and the use of non-pharmacological alternatives such as dark chocolate.

Reading list : 33 Literacy (2019-2024)

Key words : Dysmenorrhea, dark chocolate, pain

RIWAYAT HIDUP



Nama : Melati Aurel Chikita Lisni
NIM : 23152011068
Tempat Tanggal Lahir : Surabaya, 1 Juli 2002
Anak Ke : 1 dari 2 bersaudara
Agama : Islam
Alamat : Jl. Jihad 6 no. 152, Kubu Dalam Parak
Karakah, Padang, Sumatera Barat
Nama Orang Tua
Ayah : Mochammad Reza Lisni
Ibu : Dewi Eka Putri
Nama Saudara : 1. Humaira Chikita Lisni
Riwayat Pendidikan
1. TK Al Wahyu Surabaya
2. SDN 2 Gayungan Surabaya
3. SMPIT Adzkia Padang
4. SMAN 3 Padang
5. D3 Kebidanan Poltekkes Kemenkes Padang
6. Universitas Alifiah Padang