

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN *DARK CHOCOLATE* TERHADAP *DYSMENORHEA*  
PADA MAHASISWI SEMESTER V KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**



Oleh :

**YANI WIJAYANTI**  
**NIM :15.02.01.1932**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN**

**2019**

**PENGARUH PEMBERIAN *DARK CHOCOLATE* TERHADAP *DYSMENORHEA*  
PADA MAHASISWI SEMESTER V KEPERAWATAN DI UNIVERSITAS  
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

**SKRIPSI**

**Diajukan Kepada Fakultas S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah  
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan  
Gelar Sarjana Keperawatan**

Oleh :

**YANI WIJAYANTI  
15.02.01.1932**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN  
2018**

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawahini

NAMA : YANI WIJAYANTI  
NIM : 15.02.01.1932  
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : LAMONGAN, 10 OKTOBER 1996  
INSTITUSI : FAKULTAS S1 KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH  
LAMONGAN

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap *Dysmenorhea* pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan” adalah bukan skripsi orang lain sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 10 Mei 2019

Yang menyatakan



**YANI WIJAYANTI**  
**NIM. 15.02.01.1932**

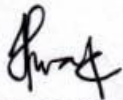
## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Oleh : YANI WIJAYANTI  
NIM : 15.02.01.1932  
Judul : Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap *Dysmenorhea*  
pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas  
Muhammadiyah Lamongan.

Telah disetujui untuk diujikan dihadapan Dewan Penguji skripsi pada  
tanggal : 14 Mei 2019

### Mengetahui :

**Pembimbing I**



**Heny Ekawati, S.Kep.,Ns., M.Kes**  
**NIK.1982022008092039**

**Pembimbing II**



**Hj. WS. Tarmi, SST., S.Psi., M.Kes**  
**NIK.194510162005092008**

## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Oleh : Yani Wijayanti  
NIM : 15.02.01.1932  
Judul : Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap  
*Dysmenorhea* pada Mahasiswi semester V Keperawatan  
di Universitas Muhammadiyah Lamongan

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi  
Diprogram Studi S1 Keperawatn Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal: 14 Mei 2019

### PANITIA PENGUJI

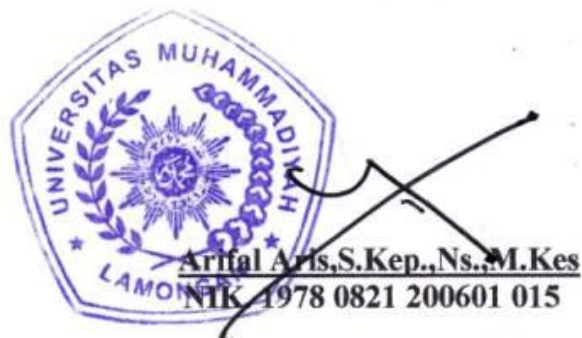
Ketua : Dr. Hj. Mu'ah, S.E., MM., M.Pd.

Anggota : 1. Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes.

2. Hj. Tarmi, SST., S.Psi., M.Kes.

Tanda tangan  
.....  
.....  
.....

Mengetahui  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Lamongan



## **CURICULUM VITAE**

Nama : Yani Wijayanti  
Tempat tanggal lahir : Lamongan, 10 Oktober 1996  
Alamat : Dsn.Semambung Ds.Sidobinangun RT 004/RW 003  
Kecamatan Deket, Kabupaten Lamongan

Riwayat Pendidikan :

1. TK Tulus Sejati Surabaya 2000-2001
2. SDN Pacar Kembang II Surabaya Tahun 2002-2007
3. SMP PGRI 1 Surabaya Tahun 2008-2010
4. SMK Gama Cendekia Surabaya Tahun 2011-2013
5. Fakultas S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan Tahun 2015

## MOTTO

Berangkat dengan penuh keyakinan. Berjalan dengan penuh keikhlasan. Istiqomah dalam menghadapi cobaan. YAKIN, IKHLAS, ISTIQOMAH

## PERSEMBAHAN

*Bismillahirrohmanirrohim*

Dengan Rahmat Allah yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang...

Dengan ini saya persembahkan karya ini untuk :

Ayahanda, terimakasih atas limpahan kasih sayang semasa hidupnya dan memberikan rasa rindu yang berarti.

Bunda, terimakasih atas limpahan doa dan kasih sayang yang tak terhingga dan selalu memberikan yang terbaik.

Untuk dosen pembimbing, terimakasih telah membingbing saya dengan penuh kesabaran.

terimakasih atas dukungan moril dan materilnya, curahan hatinya. Kalian adalah tempat saya untuk kembali, disaat saya benar dan salah, disaat saya menang dan kalah, disaat saya suka dan duka.

## ABSTRAK

Wijayanti, Yani. 2019. **Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap *Dismenorhea* Pada Mahasiswa Semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.** Skripsi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing: 1) Heny Ekawati, S.Kep., NS., M.Kes. 2) Hj.Tarmi, SST., S.Psi., M.Kes.

*Dismenorhea* merupakan nyeri saat menstruasi, yang ditandai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh *dark chocolate* terhadap *dismenorhea* pada mahasiswi semester V di Universitas Muhammadiyah Lamongan. Sampel terdiri dari 60 responden yang diambil menggunakan *consecutive sampling* diambil pada bulan Februari-April. Penelitian ini menggunakan metode *Pre Eksperimen design* menggunakan pendekatan *One Group Pretest-Posttest Design* dengan analisis uji *Wilcoxon Signed Rank Test* dengan nilai kepercayaan 95%. Teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan observasi. Hasil penelitian didapatkan, sebelum perlakuan diberikan *dark chocolate* yang mengalami *dismenorhea* sebanyak 67,5% responden dan sesudah perlakuan diberikan *dark chocolate* yang mengalami *dismenorhea* sebanyak 10% responden. Dari hasil uji *Wilcoxon Signed Rank Test* diperoleh bahwa nilai Z sebesar  $-5.794^b$  dengan signifikan ( $p < 0,05$ ), maka  $H_1$  diterima,  $H_0$  ditolak artinya ada pengaruh pemberian *dark chocolate* pada mahasiswi semester V keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan. Dapat disimpulkan bahwa pemberian *dark chocolate* dapat menurunkan intensitas nyeri *dismenorhea*.

Kata kunci: Mahasiswi, *dark chocolate*, *dysmenorhea*



## ABSTRACT

Wijayanti, Yani. 2019. **Effects of Dark Chocolate Giving on Dismenorrhea in Nursing Semester V Students at Lamongan Muhammadiyah University.** Nursing Undergraduate Thesis Muhammadiyah University Lamongan. Advisor: 1) Heny Ekawati, S.Kep., NS., M.Kes. 2) Hj. Tarmi, SST., S. Psi., M.Kes.

Dismenorrhea is pain during menstruation, which is characterized by cramping and is concentrated in the lower abdomen. The purpose of this study was to determine the effect of dark chocolate on dismenorrhea in V semester students at the Muhammadiyah University in Lamongan. The sample consisted of 60 respondents taken using consecutive sampling taken in February-April. This study used the Pre Experimental design method using the One Group Pretest-Posttest Design approach with analysis of the Wilcoxon Signed Rank Test with a trust value of 95%. Techniques for collecting data using interview methods and observation sheets. The results were obtained, before the treatment was given dark chocolate which experienced dismenorrhea as much as 67.5% of respondents and after the treatment was given dark chocolate which experienced dysmenorrhea as much as 10% of respondents. From the results of the Wilcoxon Signed Rank Test, it was obtained that the Z value was -5.794b with a significant ( $p < 0.05$ ), then H1 was accepted, H0 was rejected meaning that there was an influence of giving dark chocolate to female students of the fifth semester of nursing at Lamongan Muhammadiyah University. It can be concluded that administration of dark chocolate can reduce the intensity of dismenorrhea pain.

Keywords: Female students, dark chocolate, dysmenorrhea

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pemberian *Dark Chocolate* Terhadap *Dysmenorhea* pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan”.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs. H. Budi Utomo, Amd.Kep. M.Kes, selaku Ketua Universitas Muhammadiyah Lamongan
2. Arifal Aris, S. Kep., Ners., M.Kes selaku Dekan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.
3. Suratmi, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Kaprodi Fakultas Kesehatan Prodi S-1 Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan.
4. Heny Ekawati, S.Kep., Ns., M.Kes, selaku dosen pembimbing I yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.
5. Hj. WS. Tarmi, SST., S.Psi., M.Kes, selaku dosen pembimbing II yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan skripsi ini.

6. Seluruh responden yang telah bersedia memberikan informasi dalam penyusunan skripsi ini.
7. orang tua yang selalu sabar mendidik, mendoakan, dan berjuang hingga kejenjang perkuliahan.
8. Saudara-saudaraku yang telah memberikan dukungan moral dan material demi terselesaikannya skripsi ini.
9. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 14 Mei 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b><i>CURICULUM VITAE</i> .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN .....</b>	<b>xiv</b>
<b>BAB 1 : PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian .....	4
1.3.1 Tujuan Umum .....	4
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	5
1.4.1 Bagi Teoritis.....	5
1.4.2 Bagi Praktis .....	5
<b>BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA</b>	
2.1 Konsep Dasar Remaja.....	6
2.1.1 Pengertian.....	6
2.1.2 Tahap Perkembangan Remaja.....	7
2.1.3 Perkembangan Remaja.....	8
2.1.4 Perilaku Remaja .....	9
2.2 Konsep Dasar <i>Dismenorea</i> .....	10
2.2.1 Pengertian.....	10
2.2.2 Klasifikasi .....	10

2.2.3	Etiologi.....	10
2.2.4	Patofisiologi .....	12
2.2.5	Faktor Resiko .....	13
2.2.6	Manifestasi Klinis .....	13
2.2.7	Pencegahan.....	13
2.2.8	Penatalaksanaan Medis Konsep.....	14
2.3	Dasar Nyeri .....	15
2.3.1	Pengertian.....	15
2.3.2	Klasifikasi Nyeri .....	15
2.3.3	Teori Pengontrolan Nyeri.....	16
2.3.4	Fisiologi Nyeri .....	17
2.3.5	Respon Tubuh Terhadap Nyeri .....	18
2.3.6	Penyebab Nyeri .....	19
2.3.7	Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri .....	19
2.3.8	Skala Nyeri.....	20
2.4	Konsep Dasar Coklat .....	21
2.4.1	Sejarah Coklat .....	21
2.4.2	Asal Mula Coklat Dibuat .....	22
2.4.3	Kandungan Coklat.....	22
2.4.4	Fakta Tentang Coklat .....	23
2.4.5	Faktor Penghambat.....	24
2.4.6	Manfaat Mengonsumsi Coklat Untuk Kesehatan .....	24
2.5	Kerangka Konsep.....	27
2.6	Hipotesis Penelitian .....	28
<b>BAB 3 : METODE PENELITIAN</b>		
3.1	Desain Penelitian .....	29
3.2	Waktu dan Tempat Penelitian.....	30
3.3	Kerangka Kerja .....	31
3.4	Populasi Sampel dan Sampling.....	32
3.4.1	Populasi.....	32
3.4.2	Sampel.....	32

3.4.3	Tehnik Sampling .....	33
3.5	Identifikasi Variabel .....	33
3.6	Definisi Operasional .....	33
3.7	Pengumpulan Data dan Analisa Data .....	34
3.7.1	Pengumpulan Data .....	34
3.7.2	Instrumen Pengumpulan Data .....	35
3.7.3	Pengolahan Data .....	35
3.7.4	Analisa Data .....	38
3.8	Etika Penelitian .....	38
3.8.1	<i>Informed consent</i> (Lembar Persetujuan).....	38
3.8.2	<i>Anonymity</i> (Tanpa Nama) .....	39
3.8.3	<i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan) .....	39

#### **BAB 4 : HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

4.1	Hasil Penelitian .....	40
4.1.1	Data Umum .....	40
4.1.1.1	Gambaran Lokasi Penelitian .....	40
4.1.1.2	Karakteristik Responden .....	41
4.1.2	Data Khusus .....	42
4.2	Pembahasan .....	43
4.2.1	Tingkat Disminorhea Sebelum Diberikan Dark Chocolate..	44
4.2.2	Tingkat Disminorhea Setelah Diberikan Dark Chocolate..	45
4.2.3	Pengaruh Pemberian Dark Chocolate Terhadap Dismenorhea	47
4.3	Keterbatasan Penelitian .....	49

#### **BAB 5 : PENUTUP**

5.1	Kesimpulan .....	50
5.2	Saran .....	50
5.1.1	Bagi Akademis .....	50
5.1.2	Bagi Praktisi .....	51

#### **DAFTAR PUSTAKA**

#### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 2.1 Kandungan Gizi Coklat per 100 gram .....	23
Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Pemberian <i>Dark Chocolate</i> Terhadap <i>Dysmenorhea</i> pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan .....	35
Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur Mahasiswi Semester V prodi S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan yang Mengalami Dismenorhea Tahun 2019.....	41
Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia Menarche Mahasiswi Semester V Prodi S-1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan yang Mengalami Dismenorhea Tahun 2019.....	41
Tabel 4.2 Distribusi Tingkat <i>Disminore</i> Sebelum dan Sesudah Diberikan <i>Dark Chocolate</i> Pada Mahasiswi Semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan Tahun 2019.....	42
Tabel 4.3 Analisa Pengaruh Pemberian <i>Dark Chocolate</i> Terhadap Penurunan Nyeri <i>Disminore</i> pada Mahasiswa Semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan Tahun 2019.....	43

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 2.1 Teori Pengontrolan Nyeri.....	17
Gambar 2.2 Skala Nyeri Deskriptif.....	21
Gambar 2.3 Kerangka Konsep Pengaruh Pemberian <i>Dark Chocolate</i> Terhadap <i>Dysmenorhea</i> pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan	27
Gambar 3.1 Desain Penelitian Pengaruh Pemberian <i>Dark Chocolate</i> Terhadap <i>Dysmenorhea</i> pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamongan	29
Gambar 3.2 Kerangka Kerja Pengaruh Pemberian <i>Dark Chocolate</i> Terhadap <i>Dysmenorhea</i> pada Mahasiswi semester V Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Lamonga .	31



## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Jadwal Penyusunan skripsi
- Lampiran 2 : Lembar permohonan menjadi responden
- Lampiran 3 : Lembar persetujuan menjadi responden
- Lampiran 4 : Lembar survey awal
- Lampiran 5 : Lembar Balasan Penelitian
- Lampiran 6 : SOP (Standar Operasional Prosedur)
- Lampiran 7 : Lembar Observasi
- Lampiran 8 : Lembar Konsultasi
- Lampiran 9 : Lembar SPSS
- Lampiran 10 : Lembar Hasil Observasi

## DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

-	: Sampai
%	: Persen
<	: Kurang dari
=	: Samadengan
>	: Lebih dari
≤	: Kurang lebih sama dengan
Depkes	: Departemen Kesehatan
<i>NSAID</i>	: <i>Non Steroid Anti Inflammation Drug</i>
PG	: Prostaglandin
VDS	: <i>Verbal Descriptor Scale</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>