

**PENGARUH PEMBERIAN *HOT DARK CHOCOLATE*  
TERHADAP DISMENORE PADA REMAJA PUTRI  
KELAS IX DI SMPN 1 MUARA GEMBONG  
BEKASI TAHUN 2024**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**AMELIA HASIANI S.**

**225401446148**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**PENGARUH PEMBERIAN *HOT DARK CHOCOLATE*  
TERHADAP DISMENORE PADA REMAJA PUTRI  
KELAS IX DI SMPN 1 MUARA GEMBONG  
BEKASI TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada  
Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Jakarta



Oleh :

**AMELIA HASIANI S.**

**225401446148**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS NASIONAL  
JAKARTA  
2024**

**SKRIPSI**

**PENGARUH PEMBERIAN *HOT DARK CHOCOLATE*  
TERHADAP DISMENORE PADA REMAJA PUTRI  
KELAS IX DI SMPN 1 MUARA GEMBONG  
BEKASI TAHUN 2024**

Oleh :

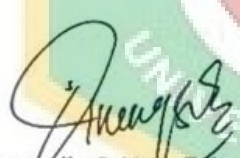
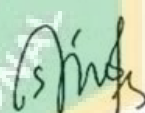
AMELIA HASIANI S.

NPM: 225401446148

Telah dipertahankan di hadapan penguji skripsi  
Program Studi Sarjana Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Pada Tanggal 19 Februari 2024

Pembimbing 1,

Pembimbing 2,

 (Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes)  (Dr. Siti Syamsiah, S.ST., S.Keb., Bdn., M.Keb)

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



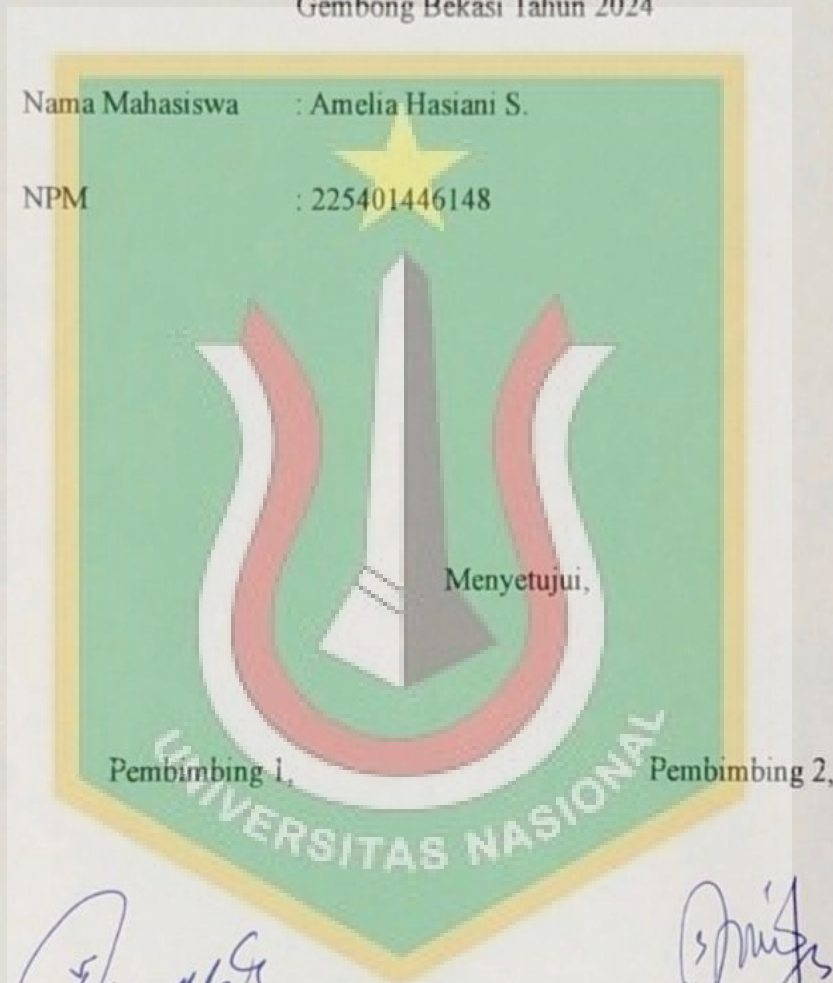
**Prof. Dr. Retno Widowati, M.Si.**

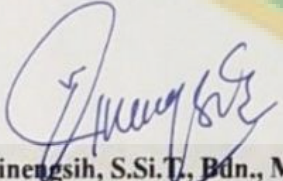
**HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG**

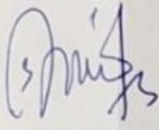
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate* Terhadap  
Dismenore Pada Remaja Putri Kelas IX Di SMPN 1 Muara  
Gembong Bekasi Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Amelia Hasiani S.

NPM : 225401446148



  
Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes

  
Dr. Siti Syamsiah, S.ST., S.Keb., Bdn., M.Keb

**HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG**

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate* Terhadap  
Dismenore Pada Remaja Putri Kelas IX Di SMPN 1 Muara  
Gembong Bekasi Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Amelia Hasiani S.

NPM : 225401446148

Penguji 1 : Dr. Bdn Rukmaini, SST., M.Keb

Penguji 2 : Sri Direngsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes

Penguji 3 : Dr. Siti Syamsiah, S.ST., S.Keb., Bdn., M.Keb



[Signature]

[Signature]

[Signature]

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini saya:

Nama : Amelia Hasiani S

NPM : 225401446148

Judul Penelitian : Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate*  
Terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Kelas IX  
Di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi Tahun 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.



Jakarta, 19 Februari 2024



(Amelia Hasiani S.)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, atas berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul : “Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate* terhadap Dismenore Pada Remaja Putri Kelas IX Di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi Tahun 2024“. Adapun tujuan pembuatan skripsi ini adalah untuk memenuhi salah satu syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Kebidanan pada Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

Penulis sangat menyadari selama pembuatan skripsi ini, banyak menemukan hambatan dan kesulitan. Namun, atas segala dukungan, bantuan, bimbingan dan arahan dari berbagai pihak. Sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Oleh karena itu, melalui kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa, Allah SWT, yang telah memberikan kemudahan dan melimpahkan karunia-Nya sehingga Skripsi ini dapat penulis selesaikan.
2. Dr. Drs. El Amry Bermawi Putera, M.A., selaku Rektor Universitas Nasional.
3. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Prof. Dra. Dr. Retno Widiowati, M.Si.
4. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Bdn, Putri Azzahroh, SST, M.Kes.
5. Sri Dinengsih, S.Si.T., Bdn., M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik tepat pada waktunya.
6. Dr. Siti Syamsiah, S.ST., S.Keb., Bdn., M.Keb selaku pembimbing 2 yang telah memberikan dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
7. Dr. Bdn Rukmaini, SST., M.Keb selaku penguji.

8. Risza Choirunnisa, S.SiT., MKM selaku Pembimbing Akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Sarjana Kebidanan FIKES UNAS.
9. SMPN 1 Muara Gembong yang telah memberikan izin tempat dan waktu kepada penulis untuk pengambilan data Skripsi.
10. Kedua Orang tua, adik, dan anantha athoriq yang tiada hentinya memberi dukungan baik secara moril maupun materil.
11. Teman-teman Program Studi S1 Kebidanan Kelas B3 yang sudah memberikan support dan membantu dalam pelaksanaan Skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam pembuatan Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna baik materi maupun teknik penulisannya, untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca untuk penelitian selanjutnya.

Akhir kata penulis mengharapkan semoga Skripsi ini dapat berguna bagi penulis dan khususnya bagi pembaca pada umumnya. Akhir kata penulis ucapkan terimakasih.

Jakarta, 19 Februari 2024



Penulis



## ABSTRAK

### PENGARUH PEMBERIAN *HOT DARK CHOCOLATE* TERHADAP DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMPN 1 MUARA GEMBONG BEKASI TAHUN 2024

*Amelia Hasiani S, Sri Dinengsih, Siti Syamsiah*

**Latar Belakang :** Dismenore perlu diwaspadai karena dapat mengganggu aktivitas dan konsentrasi belajar dikelas, biasanya terjadi di daerah perut bagian bawah, pinggang hingga menjalar ke kaki. Di Indonesia angka kejadian dismenorea sebesar 107.673 jiwa (64, 25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54, 89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder. Penanganan dismenorea dapat dilakukan dengan cara non farmakologi salah satunya dengan mengonsumsi *hot dark chocolate*.

**Tujuan :** Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian *Hot Dark Chocolate* terhadap Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX Di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi Tahun 2024.

**Metodologi :** Design yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Quasy – Eksperimental* dengan *two group pretest – posttest*. Jumlah sampel 30 responden yang terdiri dari 15 responden pada kelompok intervensi dan 15 kelompok kontrol dengan teknik *Purposive Sampling*. Instrument yang digunakan adalah *Numeric Rating Scale* dan lembar observasi. Data dianalisis menggunakan uji *Paired T-test* dan *Independent T-test*.

**Hasil Penelitian :** Rata-rata nyeri haid sebelum diberikan *hot dark chocolate* adalah 7,67 dengan standar deviasi 1,447. Rata-rata nyeri haid setelah diberikan *hot dark chocolate* adalah 4,67 dengan standar deviasi 1,838.

**Kesimpulan :** Ada pengaruh pemberian *hot dark chocolate* terhadap dismenore pada remaja putri kelas IX di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi tahun 2024.

**Saran :** Diharapkan remaja putri dapat mengonsumsi *hot dark chocolate* sebagai salah satu tindakan non farmakologi untuk meringankan dismenore dan membantu remaja putri untuk mengurangi mengonsumsi obat-obatan.

**Kata Kunci :** Dismenore, *Hot Dark Chocolate*, Remaja Putri

**Kepustakaan :** 29 pustaka (2010 – 2023)

## ABSTRACT

### THE EFFECT OF HOT DARK CHOCOLATE ON DYSMENORRHEA IN ADOLSCENT GIRLS AT MUARA GEMBONG JUNIOR HIGH SCHOOL 1 BEKASI IN 2024

*Amelia Hasiani S, Sri Dinengsih, Siti Syamsiah*

**Background :** Dysmenorrhea needs to be watched out for because it can interfere with learning activities and concentration in class, usually occurring in the lower abdomen, waist and spreading to the legs. In Indonesia alone, the incidence of dysmenorrhea is 107,673 people (64.25%), consisting of 59,671 people (54.89%) experiencing primary dysmenorrhea and 9,496 people (9.36%) experiencing secondary dysmenorrhea. Dysmenorrhoea can be treated using non-pharmacological methods, one of which is by consuming hot dark chocolate. Based on a preliminary study in November 2023 at SMPN 1 Muara Gembong of 10 class IX teenage girls, it was found that dysmenorrhea can interfere with daily activities such as not being able to focus when studying and having a chaotic mood. With this phenomenon, the author is interested in researching whether there is an effect of giving hot dark chocolate on dysmenorrhea in young women in class IX at SMPN 1 Muara Gembong Bekasi in 2024.

**Aim:** To determine the effect of giving hot dark chocolate on dysmenorrhea in young women in class IX at SMPN 1 Muara Gembong Bekasi in 2024.

**Methods:** This was a type of quantitative research using a quasi-experimental research design with two group pretest - posttest. The research location was at SMPN 1 Muara Gembong Bekasi in 2024. The total sample is 30 respondents consisting of 15 respondents in the intervention group and 15 in the control group. The sampling technique uses Purposive Sampling. The research instrument consists of a numerical rating scale sheet and an observation sheet. Data analysis used Statistical Product and Service Solutions (SPSS) software for univariate and bivariate analysis. This research data has been tested for normality and the results are that the data is normally distributed, so it is analyzed using the Paired T-test and Independent T-test.

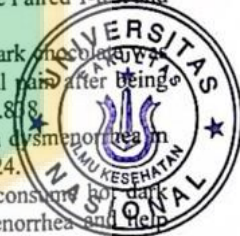
**Results :** The average menstrual pain before being given hot dark chocolate was 7.67 with a standard deviation of 1.447. The average menstrual pain after being given hot dark chocolate was 4.67 with a standard deviation of 1.808.

**Concluision:** There is an effect of giving hot dark chocolate on dysmenorrhea in class IX teenage girls at SMPN 1 Muara Gembong Bekasi in 2024.

**Recommendation:** It is recommended that young women can consume hot dark chocolate as a non-pharmacological measure to relieve dysmenorrhea and help young women reduce their consumption of drugs.

**Key words :** *Hot Dark Chocolate*, dysmenorrhea, adolescent girls

**Bibliography :** 27 references (2016 – 2023)



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN SEBELUM MAJU SIDANG.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG .....	iii
PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	8
2.1 Kajian Teori .....	8
2.2 Kerangka Teori.....	31

2.3	Kerangka Konsep .....	32
2.4	Hipotesis Penelitian .....	32
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN .....</b>		<b>33</b>
3.1	Desain Penelitian .....	33
3.2	Populasi dan Sampel .....	34
3.3	Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	35
3.4	Lokasi Penelitian .....	36
3.5	Waktu Penelitian .....	36
3.6	Variabel Penelitian .....	36
3.7	Definisi Operasional Penelitian.....	37
3.8	Instrumen Penelitian.....	38
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>46</b>
4.1	Hasil Penelitian.....	46
4.2	Pembahasan .....	53
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	57
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>		<b>58</b>
5.1	Simpulan.....	58
5.2	Saran.....	59
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>		<b>61</b>
<b>LAMPIRAN.....</b>		<b>64</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Karakteristik Skala Nyeri .....	20
Tabel 2. 2 Kerangka Teori .....	31
Tabel 2. 3 Kerangka Konsep .....	32
Tabel 3. 1 Pretest Posttest Kontrol Group Design.....	33
Tabel 3. 2 Definisi Operasional.....	37
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Remaja Kelas IX yang Mengalami Dismenore Tahun 2024 (n = 30) .....	46
Tabel 4. 2 Nilai rata-rata nyeri dismenore sebelum dan sesudah pemberian <i>hot dark chocolate</i> terhadap kelompok intervensi pada remaja putri kelas IX di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi Tahun 2024 .....	48
Tabel 4. 3 Nilai rata-rata nyeri dismenore sebelum dan sesudah terhadap kelompok kontrol pada remaja putri kelas IX di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi Tahun 2024 .....	49
Tabel 4. 4 Uji Normalitas Nyeri Sebelum dan Sesudah diberikan Intervensi <i>Hot Dark Chocolate</i> pada Remaja Kelas IX di SMPN 1 Muara Gembong yang Mengalami Dismenore (n = 30) .....	50
Tabel 4. 5 Uji Homogenitas .....	51
Tabel 4. 6 Perbedaan Skala Nyeri Dismenore <i>Pretest</i> dan <i>Posttest</i> Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	51
Tabel 4. 7 Pengaruh <i>Hot Dark Chocolate</i> Terhadap Dismenore Pada Remaja di SMPN 1 Muara Gembong Bekasi.....	52

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Skala Nyeri, <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS), (Aprilianti, 2021) .....	19
Gambar 2. 2 Wong-Baker Faces Rating Scale .....	22
Gambar 2. 3 <i>Hot Dark Chocolate</i> .....	27



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Konsultasi/Bimbingan Skripsi .....	64
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian .....	65
Lampiran 3 Surat Balasan Izin Penelitian.....	68
Lampiran 4 Surat Uji Etik.....	69
Lampiran 5 Informed Consent .....	70
Lampiran 6 Standar Operasional Prosedur Pemberian <i>Hot Dark Chocolate</i> .....	72
Lampiran 7 Instrumen Penelitian.....	73
Lampiran 8 Lembar Observasi.....	76
Lampiran 9 Master Tabel .....	78
Lampiran 10 Hasil Output Analisis Data SPSS .....	79
Lampiran 11 Bukti Foto Kegiatan Penelitian.....	85
Lampiran 12 Biodata Penulis.....	86
Lampiran 13 Surat keterangan mendapat LOA untuk Publis Jurnal.....	86
Lampiran 14 Hasil Turnitin Skripsi .....	86

