

**PEMBERIAN *DARK CHOCOLATE* GUNA MEREDAKAN TINGKAT
NYERI HAID (DESMINORE PRIMER) PADA REMAJA PUTRI**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Mencapai
Gelara Ahli Madya Keperawatan Pada Program Studi D3 Keperawatan



Disusun Oleh:

Niluh Anggita Raras

NPM : 18.0601.0003

PPROGRAM STUDI D3 KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MAGELANG

2021

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut WHO ,yang disebut remaja yang berada pada tahap transisi antara masa kanak-kanan dan dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah usia 12-14 tahun. Remaja adalah anak usia 10-24 tahun yang merupakan usia antara masa kanak-kanak dan dewasa dan sebagai titik awal reproduksi ,sehingga perlu dipersiapkan sejak dini (Romauli,2009).

Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan yaitu menstruasi. Masa siklus menstruasi seseorang sering sekali disertai gangguan ketidaknyamanan fisik seperti kram, nyeri yang disebut dengan dismenorhea. Dismenorhea primer adalah menstruasi tanpa kelainan pelvis (Amelia & Maharani, 2017).

Gangguan fisik yang menonjol pada wanita yang mengalami haid adalah nyeri kepala, nyeri dan pembengkakan payudara, nyeri punggung, nyeri sendi dan otot, mual, perut kembung, dan peningkatan berat badan. Kebanyakan wanita yang tidak merasakan gejala apapun saat haid, tetapi sebagian kecil merasa berat dipanggul atau merasa nyeri (Sarwono, 2007).

Desminore adalah permasalahan yang paling sering dikeluhkan oleh perempuan berkaitan dengan haid. Kondisi *Desminore* ini tambah parah bila disertai dengan kondisi psikis yang tidak stabil seperti stres, depresi, cemas berlebihan dan keadaan sedih atau gembira yang berlebihan, dan keadaan sedih atau gembira yang berlebihan. *Desminore* dapat menyerang perempuan yang mengalami haid pada usia berapapun (Pinilih, 2017).

Sementara di Indonesia diperkirakan 55% dan berkisar 45-95% diklankan wanita yang usia produktif. Kejadian yang sering terjadi yaitu *desmiorhea primer* , di Indonesia sekitar 54.89% dan di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalaminya , 10.15% diantaranya menderita nyeri berat, menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup masing-masing (Gozali, 2015).

Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2013 angka kejadian dismenore terdiri dari 54% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Depkes,2013). Kasus dismenore ini setiap tahunnya rata-rata meningkat dibuktikan data dari Sukoharjo, tahun 2011 kunjungan pasien dismenore 237 kasus, tahun 2012 435 kasus, dan tahun 2013 terdapat 445 kasus (Dinkes,2013). Gangguan fisik yang menonjol pada wanita yang mengalami haid adalah nyeri kepala, nyeri dan pembengkakan payudara, nyeri punggung, nyeri sendi dan otot, mual, perut kembung, dan peningkatan berat badan. Kebanyakan wanita yang tidak merasakan gejala apapun saat haid, tetapi sebagian kecil merasa berat dipanggul atau merasa nyeri (Sarwono,2007).

Menurut (Devi,2012) Salah satu terapi non farmakologis dari segi gizi yang dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi rasa nyeri pada saat menstruasi yaitu coklat hitam. *Dark Chocolate* atau coklat hitam kaya akan kalsium, kalium, natrium, magnesium serta vitamin A, B1, C, D, dan E. Kandungan magnesium mampu memblokir prostaglandin sehingga dapat menurunkan dismenore pada saat menstruasi. Magnesium berguna untuk merelaksasikan otot dan dapat memberikan rasa rileks yang dapat mengendalikan suasana hati. Magnesium juga berfungsi memperbesar pembuluh darah sehingga memecah kejang otot dan dinding pembuluh darah.

1.2 Rumusan Masalah

1.2.1 Bagaimana asuhan keperawatan pada remaja putri dengan mengimplementasikan Dark Chocolate guna meredakan tingkat nyeri haid (dysmenore primer)?.

1.3 Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah untuk dapat memberikan asuhan keperawatan dengan inovasi mengaplikasikan Dark Chocolate pada remaja putri untuk mengatasi Dysmenore atau nyeri haid

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan mampu menjadi bahan informasi untuk mahasiswa dan dosen tentang penerapan Dark Chocolate untuk mengatasi Desminore.

1.4.2 Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan mampu memberikan asuhan keperawatan dalam mengelola kasus Desminore (nyeri haid) untuk mengurangi gangguan ketidaknyamanan pada saat menstruasi.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Diharapkan mampu dijadikan sebagai tambahan pengetahuan atau pembelajaran bagi keluarga ataupun lingkungan sekitar dalam menangani Desminore (nyeri haid) pada remaja putri dan mengenalkan teknik pengobatan secara sederhana Dark Chocolate untuk mengatasi Desminore pada remaja putri.

1.4.4 Bagi Penulis

Sebagai sarana meningkatkan pengetahuan dan wawasan penulis dalam menerapkan ilmu yang diperoleh selama pendidikan di ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Magelang dan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Ahli Madya Keperawatan.

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Penyakit

2.1.1 Definisi Penyakit

Secara etimologi desminore berasal dari bahasa Yunani kuno (*Greek*). "Dys" berarti sulit, nyeri, abnormal. "Meno" berarti bulan dan "orhea" berarti aliran atau arus. Dari kata-kata tersebut, secara singkat desminore didefinisikan sebagai aliran menstruasi yang sulit atau menstruasi yang mengalami nyeri (Judha, 2017). Desminore juga dapat diartikan sebagai kram, atau nyeri pada perut bagian bawah yang dialami oleh wanita sebelum maupun selama menstruasi tanpa disertai tanda patologi. Banyak wanita yang merasakan ketidaknyaman desminore lebih tinggi, dengan nyeri yang sering kali dirasakan di punggung bawah dan menjalar ke bawah hingga ke bagian bawah hingga ke bagian atas tungkai (Andrews, 2018). Desminore dibagi menjadi dua kelompok yaitu desminore primer dan desminore sekunder. Desminore primer adalah nyeri haid tanpa ditentukan keadaan patologi pada panggul dan alat kandungan dan organ lainnya, sedangkan desminore sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan berbagai keadaan patologi di organ genitalia. Permasalahan nyeri haid merupakan permasalahan yang sering terjadi pada perempuan, nyeri haid atau desminore ini digunakan apabila nyeri haid demikian hebatnya sehingga memaksa seorang perempuan datang ke klinik atau dokter untuk memeriksakan dirinya bahwa memaksa seorang perempuan meninggalkan semua aktivitas sehari-hari dan istirahat untuk beberapa jam atau beberapa hari (Anurogo D & Wulandari, 2017).

2.1.2 Etiologi

Faktor penyebab terjadinya desminore merupakan adanya zat kimia dalam tubuh yang berpengaruh disebut dengan prostaglandin, adanya senyawa kimia tersebut bertugas dalam mengelola sistem dalam tubuh antara lain kegiatan usus, kontraksi uterus, perubahan masa pembuluh darah. Para pakar ahli beranggapan bahwa pada saat keadaan tertentu kadar prostaglandin yang berlebih akan menambah kontraksi

uterus sehingga dapat menyebabkan nyeri yang bertambah hebat. Prostaglandin yang berlebih dan menyebar keseluruh tubuh dapat meningkatkan aktivitas usus besar sehingga prostaglandin dapat sering mengakibatkan sakit kepala, perubahan suhu pada wajah, dan mual pada saat menstruasi.

2.1.3 Klasifikasi

2.1.3.1 *Desminore primer*

Desminore primer adalah proses normal yang dialami ketika menstruasi. Kram menstruasi primer disebabkan oleh kontraksi otot rahim yang sangat intens, yang dimaksudkan untuk melepas lapisan dinding rahim yang tidak diperlukan lagi. Desminore primer disebabkan oleh zat kimia alami yang diproduksi oleh sel-sel lapisan dinding rahim yang disebut prostaglandin. Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus dinding rahim berkontraksi. Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi akan makin kuat, sehingga rasa nyeri yang dirasakan juga makin kuat. Biasanya, pada hari kedua dan selanjutnya, lapisan dinding rahim akan mulai terlepas, dan kadar prostaglandin akan menurun. Rasa sakit dan nyeri menstruasi pun akan berkurang seiring dengan makin menurunnya kadar prostaglandin (Sinaga, 2017).

2.1.3.2 **Penyebab Desminore Primer**

Menurut (Dawood, 2018) penyebab desminore primer antara lain:

a) Faktor endokrin

Rendahnya kadar progesteron pada akhir fase corpus luteum. Hormon progesteron menghambat atau mencegah kontraktilitas uterus, sedangkan hormon estrogen merangsang kontraktilitas uterus. Di sisi lain, endometrium dalam fase sekresi memproduksi prostaglandin F₂ sehingga menyebabkan kontraksi otot-otot polos. Jika kadar prostaglandin yang berlebihan memasuki peredaran darah, maka selain *Desminore* dapat juga dijumpai efek lainnya seperti *nausea* (mual), muntah, diare.

b) Kelainan Organik

Ditemukan adanya kelainan pada rahim seperti letak arah anatomi uterus, *hypoplasia uteri* (keadaan perkembangan rahim yang tidak lengkap), *obstruksi*

kanalis servikalis (sumbatan saluran jalan lahir), *mioma submukosa* bertangkai (tumor jinak yang terdiri dari jaringan otot), dan polip endometrium.

c) Faktor kejiwaan atau gangguan psikis

Adanya perasaan yang mengganggu dari psikis seseorang remaja yang memberikan efek negatif terhadap diri, sehingga menyebabkan nyeri *Desminore*.

d) Faktor konstitusi

Anemia dan penyakit menahun juga dapat mempengaruhi timbulnya *Desminore*.

e) Faktor alergi

Adanya hubungan antara *desminore* dengan urtikaria (biduran), migrain dan asma

f) Faktor Resiko *Desminore* Primer

Menurut (Andrews, 2018) faktor resiko *desminore* primer adalah sebagai berikut :

Usia saat menstruasi pertama kurang dari 12 tahun, Belum pernah hamil dan melahirkan, Memiliki yang memanjang atau dalam waktu lama, Merokok, Riwayat keluarga positif terkena penyakit, Kegemukan atau kelebihan berat badan

2.1.3.3 *Desmonore* sekunder

Menurut (Andrews, 2018) *Desminore* sekunder umumnya disebabkan oleh kelainan atau gangguan pada sistem reproduksi, misalnya fibroid uterus, radang panggul, endometriosis atau kehamilan ektopik. *Desminore* sekunder dapat diatasi hanya dengan mengobati atau menangani penyakit atau kelainan yang menyebabkannya gambaran klinis . faktor resiko *desminore* sekunder adalah sebagai berikut: Endometriosis, Andenomyosis, Intraa Uterime Devide (IUD), Pelvic Inflammatory diasease (penyakit radang panggul), Endometria Carcinoma (kanker endometrium), Ovaria cysta (kista ovariu,), Congetal elvic malformation, Cervical stenosis.

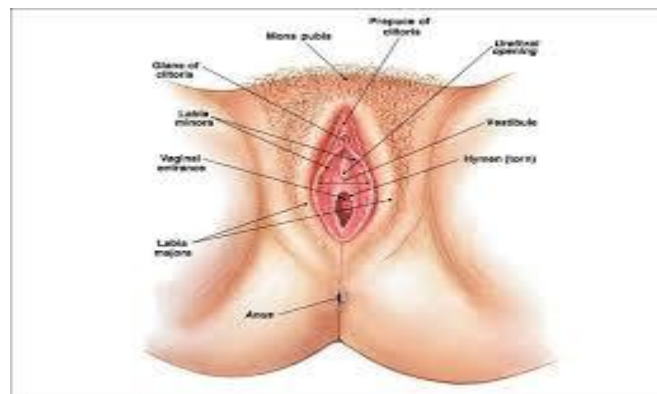
2.1.3.4 Gambaran klinis

Desminore sekunder biasanya terjadi dengan perut besar atau kembung, pelvis terasa berat dan terasa nyeri di punggung. Perbedaan dengan desminore yang lainnya adalah nyerinya akan semakin kuat pada fase luteal dan akan memuncak sekitar haid. Sifat nyeri yang dimiliki adalah unilateral dan biasanya terjadi pada umur lebih dari 20 tahun. Karakteristik yang lain yang dapat terjadi adalah darah menstruasi yang banyak atau perdarahan yang tidak teratur. Walaupun kita memberikan terapi NSAID, nyeri dirasakan tetap tidak berkurang (Anurogo D & Wulandari, 2017)

2.1.4 Anatomi Fisiologi

2.1.4.1 Anatomi fisiologi

Anatomi organ reproduksi wanita terdiri dari vulva, vagina, serviks, rahim (uterus), saluran telur (tuba falopi), dan indung telur (ovarium).



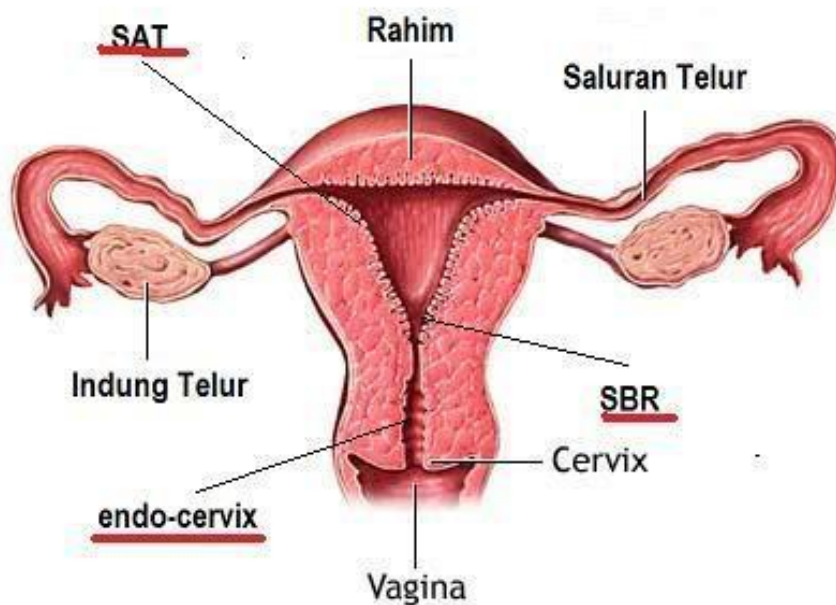
Gambar 2.1 Organ Eksternal Wanita (Bobak, 2010)

Menurut (Andrews, 2018) alat kelamin luar terdiri atas :

- a) Celah luar yang disebut vulva. Vulva merupakan suatu daerah yang menyelubungi vagina. Vulva terdiri atas mons pubis, labia (labia mayora dan labia minora), klitoris, daerah ujung luar vagina dan saluran kemih.
- b) Mons pubis: gundukan jaringan lemak yang terdapat di bagian bawah perut. Daerah ini dapat dikenal dengan mudah karena tertutup oleh rambut pubis. Rambut ini akan tumbuh saat seorang gadis beranjak dewasa.
- c) Disebelah kiri dan kanan celah ini dibatasi oleh sepasang bibir, yaitu bibir besar (labium mayor), dan bibir kecil (labium minor).

- d) Disebelah depan dari vulva terdapat tonjolan yang disebut kelentit (klitoris), yang sejarah terjadinya sama dengan perkembangan penis pada pria.
- e) Kedalam vulva ini bermuara dua saluran,yaitu saluran urine (uretra) dan saluran kelamin (vagina).

2.1.4.2 Alat genitalia wanita bagian dalam



Gambar 2.2 Internal wanita(Bobak, 2010)

Menurut (Andrews, 2018) alat kelamin dalam wanita terdiri atas :

- a) Ovarium (indung telur) berjumlah sepasang, kecil, dan alat ini terdapat pada rongga badan di daerah pinggang, bentuknya seperti telur. Ovarium terletak pada kiri dan kanan ujung tuba (fallopia/umbai-umbai) dan terletak di rongga panggul. Ovarium merupakan kelenjar yang memproduksi hormon estrogen dan progesteron. Ukurannya 3x3x2 cm, tiap ovarium mengandung 150.000-200.000 folikel primordial. Sejak pubertas setiap bulan secara bergantian ovarium melepas satu ovum dari folikel degraaf (folikel yang telah matang), peristiwa ini disebut ovulasi.
- b) Saluran reproduksi. Saluran reproduksi ini terdiri dari saluran telur (tuba falopi), rahim (uterus), vagina.

2.1.5 Manifestasi Klinis

Desminore Primer , gejala yang di timbulkan antara lain kram perut, tidak enak badan, lemas, nyeri pada daerah punggung bagian bawah, kecemasan, sebelum menstruasi terjadi mual, nyeri kepala dan pingsan. Desminore Sekunder memiliki gejala yang sesuai dengan penyebab masing-masing. Seperti halnya keluar darah dengan jumlah banyak atau terlalu sedikit, nyeri pada perut bagian bawah yang terdapat diluar masa haid, dan nyeri tekan pada panggul

2.1.6 Patofisiologi

Desminore primer diakibatkan oleh prostaglandin yang merupakan stimulus miometrium poten dan vasokonstriktor pada endometrium. Kadar prostaglandin yang tinggi dapat meningkatkan derajat nyeri pada saat menstruasi, tingginya kandungan prostaglandin yang mencapai tiga kali diawali dari proses proliferal sampai dengan luteal sehingga adanya peningkatan prostaglandin dapat meningkatkan tonus miometrium dan kontraksi uterus, menghasilkan hormon pituitari posterior (*vasopresin*) terlibat didalam proses peluruhan pada saat menstruasi. Selain itu faktor psikis dan pola tidur dapat berpengaruh dengan timbulnya desminore.

Pada saat masa subur terjadi peningkatan serta terjadi penurunan hormon pada fase folikule (*pembentukan sel telur*), kemudian terjadi peningkatan pada pertengahan fase folikuler dimana terdapat kadar FSH (*folicle stimulating hormone*) sehingga dapat merangsang folikel agar memproduksi hormon estrogen. Pada saat kadar progesteron menurun terjadi peningkatan hormon estrogen. Pada saat terjadinya penurunan kadar progesteron diikuti kenaikan kadar prostaglandin di endometrium. Terjadinya peningkatan kontraksi pembuluh darah diakibatkan oleh prostaglandin yang telah di sintesis dari luruhnya endometrium di miometrium sehingga peningkatan kontraksi tersebut mengakibatkan penurunan aliran darah dan memicu proses iskemi sehingga terjadi nekrosis (kematian sel) pada sel dan jaringan di dalamnya.(Potter, 2017)

Penurunan kadar progesteron dapat menyebabkan ketidak stabilan membran lisosom dan pelepasan enzim, prostaglandin terjadi akibat penurunan kadar progesteron dalam jumlah banyak. Hormon progesteron yang rendah diakibatkan

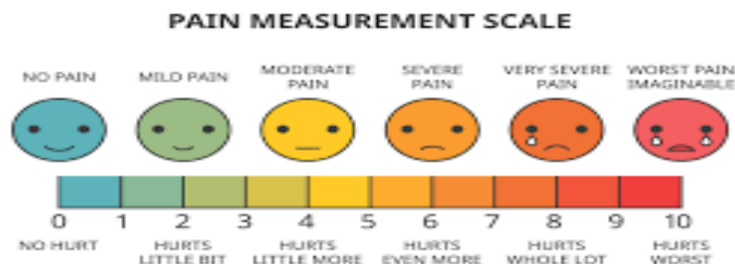
oleh suatu regresi korpus luteum sehingga menyebabkan terganggunya stabilitas pelepasan enzim *fosfolipase* dan membran *lisosom* dimana berperan sebagai perantara prostaglandin dengan melalui proses aktivitas *fosfolipase* sehingga menyebabkan terjadi hidrolisis senyawa fosfolipid dan menghasilkan asam arakidonat. Terjadinya desminore primer akibat dari hasil metabolisme asam arakidonat. Asam arakidonat memiliki dua cara metabolisme yaitu jalur *lipoksigenase* dan jalur *siklooksigenase* sehingga menghasilkan prostaglandin, tromboksan, dan leukotrien selain itu dapat berperan dalam timbulnya rasa sakit pada saat menstruasi.

2.1.6.1 Derajat tingkat Desminore

Menurut ahli terdapat beberapa jenis pengukuran skala nyeri desminore yang dapat digunakan sebagai berikut :

a) Numerikal Rating Scale (NRS)

Derajat tingkat nyeri diukur dengan mengobjektifkan pendapat subjektif nyeri dengan skala numerik nyeri dari angka 0-10



Gambar 2.3 alat pengukur tingkat nyeri (Pratiwi N,2016)

Intensitas derajat nyeri pada skala 0 tidak terjadi nyeri, pada skala 1-3 intensitas nyeri berada pada derajat ringan, pada skala 4-6 intensitas nyeri berada pada derajat sedang, pada skala 7-9 intensitas nyeri berada pada derajat berat sedangkan pada skala 10 intensitas nyeri tidak terkontrol. Cara pengukuran skala dengan menunjukkan tanda pada salah satu angka yang sesuai dengan intensitas nyeri yang sedang dirasakan. (Puspitasari, 2016)

2.1.6 Pemeriksaan Penunjang

Menurut (Kemenkes,2018)Pemeriksaan laboratorium dapat dilakukan untuk menunjang penegakan diagnosa bagi penderita Desminore atau mengatasi gejala yang timbul. Pemeriksaan berikut ini dapat dilakukan untuk menyingkirkan penyebab desminorea :

- a) Cervical culture untuk menyingkirkan sexually transmitted diseases.
- b) Hitung leukosit untuk menyingkirkan infeksi
- c) Kadar human chorionic gonadotropin untuk menyingkirkan kehamilan
- d) Sedimentation rate, Cancer antigen 125, Laparoscopy, Hysteroscopy, Dilatation,Curettage, Biopsi Endometium.

2.1.7 Konsep Asuhan Keperawatan

2.1.7.1 Pengkajian Menurut (NANDA, 2018)

a) *Health Promotion*

Meliputi kesadaran pasien tentang kesehatan, keluhan utama, riwayat penyakit dahulu, riwayat penyakit sekarang, dan pengobatan yang pernah maupun yang sedang dijalannya yang berkaitan dengan *Desminore*.

b) *Nutrition*

Perbandingan antara status nutrisi pasien meliputi indeks massa tubuh (IMT), intake dan output pasien sebelum dan setelah mengalami Malaria serta ada atau tidaknya factor penyebab masalah nutrisi.

c) *Elimination*

Meliputi pola BAB dan BAK pasien serta mencari tahu adanya masalah atau gangguan pada pola eliminasi pasien.

d) *Activity dan Rest*

Mengidentifikasi adanya sebab antara pola istirahat dan aktivitas dengan masalah Desminore yang dialami pasien.

e) *Preceptionatau Cognition*

Meliputi tingkat pengetahuan dan cara pandang pasien tentang penyakit Desminorea.

f) Self Preception

Persepsi diri pasien mengenai penyakit Desminore dan ada atau tidaknya perasaan cemas akibat masalah tersebut.

g) Role Preception

Meliputi status hubungan dan interaksi pasien dengan perawat serta orang terdekat yang turut membantu menangani masalah Desminore yang di alaminya.

h) Safety

Mengetahui adanya masalah maupun disfungsi seksual yang dialami pasien.

i) Copingatau Stress Tolerance

Mengkaji kemampuan pasien dalam mengatasi masalah yang dialaminya dan mengidentifikasi petunjuk nonverbal yang menampakan kecemasan pasien.

j) Life Principles

Meliputi rutinitas pasien dalam beribadah serta ada atau tidaknya hambatan yang di alami pasien setelah terkena penyakit Desminore.

k) Safety atau Protection

Ada atau tidaknya gangguan serta resiko yang mengancam keamanan pasien.

l) Comform

Meliputi status kenyamanan pasien dan faktor penyebab ketidaknyamanan beserta gejala yang menyertainya.

m) Growth atau development

Menunjukkan status pertumbuhan, perkembangan dan perbandingan sebelum dan setelah mengali penyakit dessminore.

2.1.7.2 Diagnosa Keperawatan

Menurut (NANDA ,2018) diagnose untuk deminore yang kemungkinan muncul adalah Nyeri akut yang berhubungan dengan Gangguan menstruasi (Desminore).

2.1.7.3 Rencana Keperawatan

Menurut (Johnson,2016) rencna keperawatan yang berhubungan dengann Desmnore Primer yaitu :

Tabel 2.1 Rencana Keperawatan

No	Diagnosa keperawatan	Tujuan	Intervensi
1	Nyeri kronis berhubungan dengan agen luka biologis	Setelah diberikan asuhan keperawatan diharapkan nyeri pasien berkurang dengan kriteria hasil : - Nyeri berkurang dari skala sedang ke skala ringan - Ekspresi wajah responden tidak Nampak menahan nyeri - Tidak ada indikasi lain yang menyertai nyeri - Tidak ada kenaikan tekanan darah dan nadi	1. Pengkajian nyeri secara komprehensif meliputi provokes, Quality, Region, Scale, Time 2. Melakukan metode pemberian dark chocolate untuk mengurangi rasa nyeri 3. Memberikan informasi pemicu munculnya rasa nyeri 4. kerja sama dengan anggota keluarga untuk mengimplementasikan terapi penurun nyeri non farmakologi

2.2 Konsep Terapi atau inovasi

2.2.1 Pengertian Terapi Dark Chocolate

Coklat adalah hasil olahan dari biji kakao (*Theobroma cacao*) yang tumbuh pertama kali di hutan hujan di Amerika selatan dan Amerika Tengah. *Theobroma cacao* berasal dari family *sterculiaceae* dan memiliki empat jenis varietas yaitu : *Chriollo* merupakan varietas yang sangat jarang di budidayakan karena rentan terhadap penyakit tanaman.

Nacional, memiliki rasa yang baik dan sebagian besar tumbuh di Ekuador.

Forastero, berasal dari daerah sekitar Amazon.

Trinitario, merupakan tanaman hibrida dari *Forastero* dan *Criollo*.

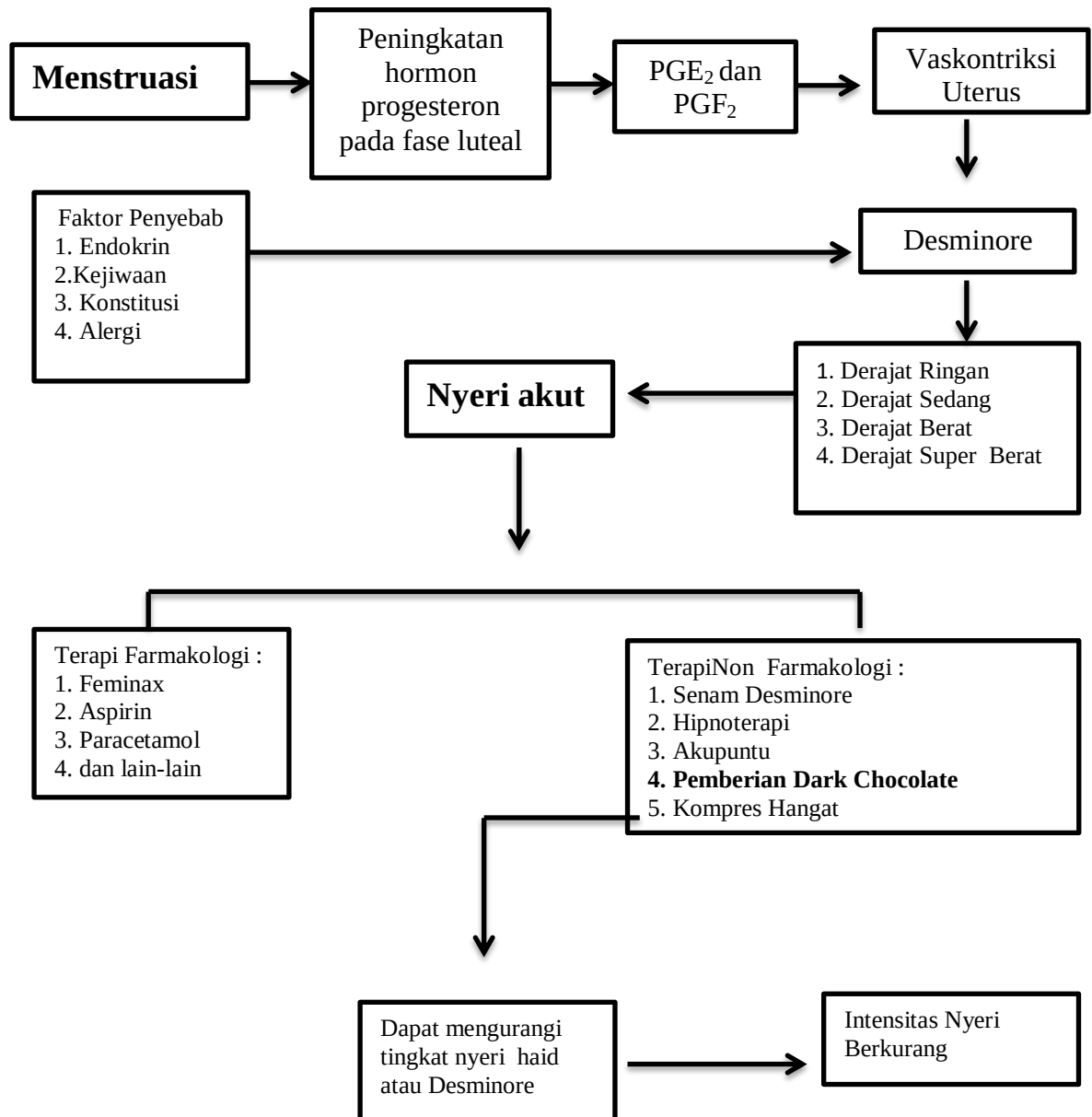
Banyak studi yang mengkonfirmasi bahwa mengkonsumsi kakao memiliki keuntungan bagi kesehatan, terutama karena kakao mengandung flavonoid dan kaya akan anti oksidan .(Sindharti G, 2016)

Coklat merupakan produk pangan olahan yang bahan terdiri campuran kombinasi dari pasta coklat (chocolate liquit), gula, lemak kakao, dan beberapa jenis bahan tambahan citarasa. Biji kakao memiliki rasa sepat dan rasa pahit yang khas karena disebabkan oleh polifenol. Coklat hitam kandungan biji kakao lebih banyak jika dibandingkan dengan jenis coklat lainnya, hal tersebut yang mengakibatkan coklat hitam kaya akan senyawa polifenol yang berkontribusi besar memberikan rasa pahit dan warna hitam pekat pada coklat hitam. Coklat hitam adalah pilihan terbaik untuk manfaat kesehatan. (Arfailasufandi and Andiarna,2018)

2.3.2 Manfaat

Coklat memiliki berbagai manfaat bagi tubuh, seperti melepas neurotransmitter yang meningkatkan suasana hati dan tinggi anti oksidan. Coklat juga mengandung vitamin dan mineral, serta merangsang otak untuk melepaskan hormon endorpin. Coklat mengandung tembaga yang digunakan di dalam tubuh untuk mensintesis kolagen dan neurotransmitter, yaitu endorpin. Endorpin merupakan substansi yang dikeluarkan oleh tubuh yang berfungsi menghambat impuls nyeri. Hormon endokrin akan menjadi analgesik alami dan penenang alami sehingga mampu menurunkan intensitas nyeri seperti pada nyeri haid.(Arfailasufandi and Andiarna, 2018). Coklat hitam juga mengandung kalsium, kalium, natrium dan magnesium. Magnesium berfungsi memperbesar pembuluh darah sehingga mencegah kejang otot dan dinding pembuluh darah. Magnesium berfungsi juga untuk meringankan desminore (Wahyuni,2018). Coklat hitam ini juga mengandung analgesik,antipiretik dan anti inflamasi serta memblokir peningkatan Prostaglandin didalam tubuh sehingga menurunkan Desminore (Amelia and Maharani,2017)

2.3 Pathway desminore



Gambar 2.4 Pathway Desminore

Menurut (Anurogo D and Wulandari,2017)

BAB 3

METODE STUDI KASUS

3.1 JenisStudiKasus

Studi kasus merupakan penelitian yang mengeksplorasi suatu sistem yang terikat atau sebuah kasus atau bisa beberapa kasus yang terjadi selama kurun waktu tertentu melalui pengumpulan data yang mendalam dan terperinci dari berbagai sumber informasi yang dapat dipercaya kebenarannya persaksiannya. Pengumpulan informasi dalam studi kasus menurut (Creswell, 2016). Dapat dilakukan dengan melakukan wawancara pada informan, observasi lapangan langsung, serta berbagai dokumen serta laporan yang sudah ada sebelumnya dan bahan materi berbentuk audio visual.

Dalam studi kasus ini penulis menggunakan jenis studi kasus deskriptif dengan desain studi tunggal terjal yang pada umumnya fokus pada satu lingkungan yang berkaitan dengan subyek yang menjadi responden kasus. Pada studi kasus ini pelaksana akan mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan dengan menerapkan Dark Chocolate pada pasien Desminorea.

3.2 SubyekStudiKasus

Unit analisis atau partisipan dalam keperawatan dalam umumnya adalah klien dan keluarganya. Subyek yang digunakan pada studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan ini adalah 2 remaja putri masalah keperawatan yang sama. Pada studi kasus ini subyek yang digunakan adalah 2 remaja putri dengan Desminorea.

3.3 FokusStudi

Fokus studi adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2010). Fokus studi yang digunakan penulis adalah 2 remaja putri yang mengalami Desminorea (Nyeri Haid) dengan menerapkan Dark chocolate yang diberikan secara diseduh dengan air hangat.

3.4 Definisi Operasional Fokus Studi

Definisi operasional adalah pernyataan yang jelas, tepat, dan tidak ambigu berdasarkan variabel dan karakteristik yang menyediakan pemahaman yang sama terhadap keseluruhan data sebelum dikumpulkan atau sebelum materi dikembangkan (Pertiwi, 2018). Batasan istilah atau definisi operasional pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

3.4.1 Asuhan Keperawatan

Asuhan keperawatan merupakan asuhan yang dilakukan oleh perawat maupun mahasiswa keperawatan bersama pasien dalam menentukan kebutuhan pasien dengan melakukan pengkajian, penentuan diagnosa, perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, serta mengevaluasi hasil asuhan yang telah diberikan dalam berfokus pada pasien dan berorientasi pada tujuan.

3.4.2 Desminorea

Desminorea adalah proses normal yang dialami ketika menstruasi. Desminore disebabkan oleh kontraksi otot rahim yang intens, yang dimaksudkan untuk melepas lapisan dinding rahim yang tidak diperlukan lagi. Desminore disebut juga nyeri haid yang terjadi pada saat menstruasi.

3.4.3 Dark Chocolate

Dark chocolate atau coklat hitam adalaholahan dari biji kakao. Coklat hitam mengandung lebih banyak kandungan biji kakao jika dibandingkan dengan coklat lainnya. Hal tersebut yang mengakibatkan coklat hitam kaya akan senyawa polifenol yang berkontribusi besar memberikan rasa pahit dan warna hitam pada coklat hitam.

3.5 Instrumen Studi Kasus

Instrumen adalah alat ukur atau alat pengumpul data. Instrumen studi kasus adalah alat- alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Dalam studi kasus ini penulis menggunakan instrumen : Format Pengkajian, Panduan Wawancara, Panduan Observasi, SOP Penerapan Dark Chocolate, kamera untuk pendokumentasian.

3.6 Metode Pengumpulan Data

Menurut (Notoatmodjo, 2016) metode pengumpulan data adalah :

3.6.1 Wawancara

Pada studi kasus kali ini teknik wawancara yang digunakan sebelum melakukan tindakan untuk memenuhi data yaitu dengan wawancara terstruktur untuk menggali informasi tentang identitas diri seperti umur, jenis kelamin, status dan tentang penyakitnya seperti riwayat penyakit, konsumsi obat, umur berapa desminore mulai terjadi dan apa yang menyebabkan desminore terjadi.

3.6.2 Studi Dokumentasi

Dokumentasi merupakan pengumpulan dokumen dan data-data yang diperlukan di dalam permasalahan penelitian kemudian dikaji secara intens sehingga dapat mendukung dan menambah kepercayaan dan pembuktian suatu kejadian. Pada penelitian ini prosedur pengumpulan data dimulai dari pra penelitian dengan melakukan studi pendahuluan. Untuk langkah-langkah pengumpulan datanya adalah sebagai berikut:

- a) Peneliti meminta ijin kepada fakultas untuk melakukan penelitian di lingkungan keluarga.
- b) Setelah mendapatkan ijin dari fakultas, peneliti menentukan 1 responden penelitian sesuai dengan kriteria unit analisis (subjek penelitian).
- c) Setelah menentukan 1 responden peneliti menjelaskan maksud, tujuan, manfaat, dan prosedur selama penelitian.
- d) Peneliti meminta persetujuan penanggung jawab atau orang tua dari responden untuk dijadikan subjek penelitian dengan mengisi informed consent.
- e) Setelah mendapatkan persetujuan dari orang tua atau penanggung jawab responden, peneliti mengumpulkan data dengan wawancara, pemeriksaan fisik, observasi untuk memperoleh data primer dan studi dokumentasi untuk memperoleh data sekunder.
- f) Pada pertemuan pertama penulis melakukan pengkajian pada klien. Setelah data dari pengkajian sudah terkumpul, peneliti kemudian merumuskan diagnosa keperawatan yang muncul. Setelah merumuskan diagnosa keperawatan sesuai dengan prioritas, peneliti kemudian menyusun intervensi

sesuai dengan diagnosa masing- masing. Kemudian peneliti melakukan observasi dan implementasi sesuai dengan rencana yang sudah peneliti susun sebelumnya. Setelah dilakukannya implementasi maka peneliti akan mengevaluasi dan melakukan dokumentasi asuhan keperawatan yang sudah dilakukan.

- g) Pada pertemuan ke2- ke6 peneliti melakukan implementasi serta observasi sesuai rencana yang sudah di buat kemudian mengevaluasi dan mendokumentasikannya dalam asuhan keperawatan.

3.6.3 Kegiatan Studi Kasus

Tabel 3.1 Kegiatan Studi Kasus

NO	KEGIATAN	KUNJUNGAN					
		ke-1	ke-2	ke-3	ke-4	ke-5	ke-6
1	Persiapan dan pengenalan						
2	Pengkajian						
3	Implementasi						
4	Evaluasi						
5	Observasi						
6	Pelaporan						

Studi kasus ini adalah studi kasus individu yang dilakukan di keluarga yang memiliki remaja usia 12-20 tahun pada bulan juni-juli 2021

3.7 Analisis Data dan Penyajian Data

Analisa data dilakukan sejak penulis di lapangan , sewaktu pengumpulan data sampai dengan semua data terkumpul, Analisa data dilakukan dengan cara menemukan fakta, selanjutnya membandingkan dengan teori yang ada dan selanjutnya di tuangkan dalam opini pembahasan.

Teknik analisis yang di gunakan dengan cara menarasikan jawaban- jawaban yang di peroleh dari hasil interpretasi wawancara terstruktur dilakukan untuk menjawab

rumusan masalah. Teknik analisis digunakan dengan cara observasi oleh penulis dan studi dokumentasi yang menghasilkan data untuk selanjutnya diinterpretasikan dan di bandingkan dengan teori yang ada sebagai bahan untuk memberikan rekomendasi dalam intervensi tersebut. Urutan dalam analisis data pada penelitian sebagai berikut :

3.7.1 Pengumpulan data

Data dikumpulkan dari hasil WOD (wawancara, observasi, dokumen). Hasil ditulis dalam bentuk catatan lapangan, kemudian disalin dalam bentuk transkrip (catatan terstruktur). Data yang dikumpulkan terkait dengan data pengkajian,diagnosis, perencanaan, tindakan dan evaluasi.

Mereduksi data

Dari hasil wawancara yang terkumpul dalam bentuk catatan lapangan dijadikan satu dalam bentuk transkrip di kelompokkan menjadi data subyektif dan obyektif, dianalisis berdasarkan hasil pemeriksaan diasnostic kemudian di bandingkan dengan nilai normal.

3.7.2 Kesimpulan

Data yang sudah diperoleh, kemudian dikategorikan, dicari tema dan polanya kemudian ditarik kesimpulan. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara, dan akan berubah bila tidak ditentukan bukti-bukti yang valid dan konsisten saat peneliti kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang kredibel.

3.8 EtikaStudiKasus

Etika penelitian adalah bentuk tanggung jawab moral peneliti dalam penelitian keperawatan. Bagian ini menjelaskan masalah etika dalam studi kasus keperawatan. Bagian ini menjelaskan masalah etika dalam studi kasus keperawatan seperti *Inform consent* sebelum melakukan penelitian, dan *Confidentiality* (kerahasiaan), *Anonimity* (tanpa nama), *Beneficience dan justice*.

3.8.1 *Informed consent*.

Sebelum melakukan penelitian, peneliti memberikan surat ijin permohonan penelitian terhadap keluarga yang akan menjadi partisipan. Peneliti menjelaskan

tujuan dari pengambilan data terhadap studi kasus ini. Dalam hal ini penulis memberikan surat ijin kepada keluarga klien untuk melakukan Tindakan menerapkan Dark chocolate kepada klien dengan nyeri haid (desminorea) untuk mengurangi nyeri saat menstruasi pada klien.

3.8.2 *Anonimty*

Untuk proses menulis laporan, untuk menjaga riset klien dilakukan dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar laporan dan hanya menuliskan kode pada lembar pemngumpulan atau hasil penelitian yang akan disajikan.

3.8.3 *Confidentiality*

Untuk menjaga agar tidak ada yang tau dokumen tentang klien selain orang-orang yang terlibat dalam penelitian yang dapat menggunakannya dan data data tertentu saja yang akan dilaporkan pada hasil riset penelitian.

3.8.4 *Beneficience*

Menerapkan studi kasus sesuai prosedur yang di tetapkan semaksimal mungkin untuk meningkatkan Kesehatan dan tidak memberikan dampak yang buruk bagi klien bahkan bagi keluarga klien.

3.8.5 *Justice*

Prinsip keadilan dibutuhkan untuk tercapai tujuan yang sama an adil terhadap klien untuk memberikan hak hak sebagai pasien dalam proses penerapan studi kasus seperti informasi dan lainnya hal tersebut di berikan tanpa ada diskriminasi.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Penelitian dengan studi kasus pada responden Sdri.N dan Sdri. S dengan desminore ini memakai pendekatan asuhan keperawatan yang dibagi dalam lima tahap yaitu pengkajian dengan menggunakan 13 domain NANDA, dengan domain utamanya pada pengkajian kenyamanan/ Comfort. Adapun diagnose utama yang dianalisa pada kasus Sdri.N dan Sdri. S dengan nyeri akut berhubungan dengan agen cedera biologis (meningkatnya kontraksi uterus). Prinsip intervensi pada kasus Sdri.n dan Sdri.S yang mengalami nyeri haid ialah mengurangi stimulus nyeri yang dilakukan dengan menerapkan pemberian Dark Chocolate , sedangkan implementasinya yang dilakukan pada Sdri.N dan sdri.S dilakukan sesuai dengan prinsip intervensi yaitu melakukan pemberian Dark Chocolate. Hasil evaluasi disimpulkan bahwa pada Sdri.N dan pada Sdri.S masalah nyeri teratasi , adapun criteria hasil sebagai berikut skala nyeri 1, tampak lebih nyaman, responden melaporkan nyeri berkurang. Dapat disimpulkan bahwa pemberian Dark Chocolate untuk meredakan tingkat nyeri haid pada remaja putrid terbukti dapat mengurangi desminore pada Sdri.N dan Sdri.S.

5.2 Saran

Setelah penulis melakukan asuhan keprawatan pada remaja dengan nyeri haid maka penulis akan memberikan asuhan dan masukan yang positif khususnya dibidang kesehatan antara lain:

5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil karya tulis ilmiah ini dapat menambah referensi, peningkatan wawasan dan pengetahuan mahasiswa untuk menerapkan dark chocolate (coklat hitam) pada pasien nyeri had (desminore) dengan diagnosa nyeri akut.

5.2.2 Bagi Profesi Keperawatan

Pengaruh penerapan dark chocolate (coklat hitam) ini berpengaruh untuk mengatasi nyeri akut dengan pasien desminore demi kesempurnaan pemberian asuhan keperawatan ini, maka diharapkan bagi profesi keperawatan selanjutnya

untuk dapat mengembangkan wawasan dalam meningkatkan asuhan keperawatan dengan pengobatan non farmakologi pada pasien desminore.

5.2.3 Bagi Keluarga dan Masyarakat

Diharapkan dapat menambah wawasan keluarga dan masyarakat terutama dengan anggota keluarga yang mengalami desminore.

5.2.4 Bagi Penulis

Karya tulis ilmiah ini diharapkan agar menambah wawasan bagi penulis untuk disebarluaskan agar ilmu yang diperoleh dapat bermanfaat bagi masyarakat sekitar sehingga dapat melakukan pencegahan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, R., & Maharani, S. I. (2017). EFFECTIVENESS OF DARK CHOCOLATE AND GINGER ON PAIN REDUCTION SCALE IN ADOLESCENT DYSMENORHEA. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 73. <https://doi.org/10.31983/jkb.v6i12.1915>
- Andrews. (2018). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. 2nd ed, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.*
- Anurogo D, & Wulandari. (2017). *Cara jitu mengatasi nyeri haid. P Hernita.Yogyakarta: CV Andi Offset. Yogyakarta: CV Andi Offset.*
- Arfailasufandi, R., & Andiarna, F. (2018). Pengaruh Pemberian Coklat Hitam terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Dysmenorhea Primer The Influence of Dark Chocolate to Reduce Menstrual Pain in Primary Dysmenorhea. *Journal of Health Science and Prevention*, 2(April), 27–35.
- Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bobak. (2010). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Edisi 4. Jakarta: EGC.*
- Creswell. (2016). *Research design pendekatan kualitatif, kuantitatif penelitian*. YOGYAKARTA: Pustaka Pelajar.
- Dawood, M. (2018). Primary Dysmenorrhea Advances in Pathogenesis and Management. *Journal Obstetric and Gynaecology*, Vol. 108,(Published by Lippincott Williams & Wilkins. ISSN: 0029-7844/06).
- Johnson. (2016). *Nursing Outcomes Classification (NOC)*. Yogyakarta: CV. Mocomedia.
- Judha. (2017). *Teori Pengukuran Nyeri & Nyeri Persalinan,. Nuha Medika,.*
- Kemenkes. (2018). *Riset Kesehatan Dasar;RISKESDAS*. Jakarta: Balitbang Kemenkes RI.

- NANDA. (2018). *Diagnosis Keperawatan, Definisi dan Klasifikasi Edisi 11*. EGC: Penerbit Buku Kedokteran.
- Notoatmodjo, S. (2016). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2016). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. In *Pendekatan Praktis.eds.4*. Jakarta: Salemba Medika.
- Pertiwi, N. . (2018). *Gambaran Asuhan Keperawatan Pasien Hipertensi Dengan Kesiapan Peningkatan Nutrisi Diwilayah Kerja UPT KESMAS Sukawati Gianyar. Denpasar. 7*.
- Pinilih Pangesti Utami¹, Adi Isworo², Moh. Hanafi², S. A. (2017). *PENGARUH PEMBERIAN DARK CHOCOLATE TERHADAP DISMENORHEA PRIMER PADA MAHASISWI KEPERAWATAN. 12(2)*, 105–114.
- Potter, P. (2017). Fundamental Of Nursing: Concep, Proses, and Practice. In *edisi 7,vol 3*. Jakarta,EGC.
- Pratiwi N. (2016). *Buku Pintar Kesehatan Wanita*. Yogyakarta: Imperium.
- Puspitasari, N., Nunik, N., & Ningsih, R. (2016). Faktor Resiko yang Mempengaruhi Desminore. *The Indonesin Journal of Public Health, 4*(Universitas Erlangga), 2.
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi. Iwwash, Jakarta*.
- Sindharti G, H. A. S. L. (2016). Pengaruh Pemberian Dark Chocolate Terhadap Penurunan Nyeri pada Remaja Dengan Desminorea Primer. *Jurnal Poltekkes Kemenkes Malang*.
- Wahyuni, L. T. (2018). *PENGARUH KONSUMSI COKLAT HITAM TERHADAP PENURUNAN TINGKAT NYERI HAID (DISMENORE PRIMER) PADA MAHASISWI ILMU KEPERAWATAN STIKES RANAH MINANG PADANG Leni. XII(79)*, 80–93.