

**PENGARUH TERAPI KOMBINASI PIJAT *AKUPRESUR* SP6
DAN *DARK CHOCOLATE* PADA REMAJA PUTRI DENGAN
DISMENORE DI PONDOK PESANTREN
SUNNI DARUSSALAM SLEMAN
YOGYAKARTA TAHUN 2025**

SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Mencapai Gelar Sarjana Kebidanan
Program Studi Kebidanan (S-1) Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

BELLA NURMALA

222207120

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2025**

HALAMAN PENGESAHAN LAPORAN SKRIPSI
PENGARUH TERAPI KOMBINASI PIJAT AKUPRESUR SP6
DAN DARK CHOCOLATE PADA REMAJA PUTRI DENGAN
***DISMENORE* DI PONDOK PESANTREN**
SUNNI DARRUSALAM SLEMAN
YOGYAKARTA TAHUN 2025

Diajukan oleh :

BELLA NURMALA
222207120

Telah Dipertahankan di Depan Dewan penguji dan Dinyatakan Syah Sebagai
Salah Satu Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)
Program Studi Kebidanan (S-1) di Fakultas Kesehatan
Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Tanggal : 8 Juli 2025

Penguji,

Mengesahkan:

Pembimbing,

Ratna Prahesti, S.ST., MPH
NIDN. 0505028901

Arum Margi K, M.Biomed
NIDN. 0530058804

Keprodi,



Budi Rahayu, S.ST., M.Keb
NPP-2010.13.0044

PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, adalah mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

Nama : Bella Nurmala
NPM : 222207120
Program Studi : Kebidanan (S-1)
Judul Skripsi : Pengaruh Terapi Kombinasi Pijat *Akupresur Sp6* dan *Dark Chocolate* pada Remaja Putri dengan *Dismenore* di Pondok Pesantren Sunni Darussalam Sleman Yogyakarta Tahun 2025

Menyatakan bahwa hasil penelitian dengan judul tersebut diatas adalah asli karya saya sendiri dan bukan hasil *plagiarisme*. Semua referensi dan sumber terkait yang diacu dalam karya ini telah ditulis sesuai kaidah penulisan ilmiah yang berlaku. Dengan ini saya menyatakan untuk menyerahkan hak cipta penelitian kepada Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta guna kepentingan ilmiah. Demikian surat pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya tanpa ada paksaan dari pihak mana pun. Apabila terjadi kekeliruan atau ditemukan adanya konsekuensi yang berlaku sesuai ketentuan akademik.

Yogyakarta, 02 Juli 2025



Bella Nurmala

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Terapi Kombinasi *Akupresur* Sp6 dan *Dark Chocolate* Pada Remaja Putri Dengan *Dismenore* Di Pondok Pesantren Sunni Darrusalam Sleman Yogyakarta tahun 2025” sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

Keberhasilan penulis dalam menyelesaikan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan berbagai pihak, oleh karena itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan rasa terimakasih yang tulus kepada :

1. Ibu Prof. Dr. Rer.nat.apr. Triana Hertiani, S.Si., M.Si, selaku Rektor Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
2. Ibu Nursanti, S.Kep., Ns., MPH, selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
3. Ibu Budi Rahayu, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi kebidanan S-1 Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
4. Ibu Arum Margi Kusumawardani, M.Biomed, selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, memberikan petunjuk, saran, dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
5. Ibu Ratna Prahesti, S.ST., MPH, selaku penguji yang telah bersedia meluangkan waktu untuk memberikan arahan, masukan, serta motivasi dalam penyusunan skripsi.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua Ayah Parji Suparjo dan Ibu Sutari yang selalu memberikan kasih sayang, do'a, semangat, dan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
7. Kepada teman-teman serta pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam skripsi ini, oleh karena itu penulis menerima segala kritik dan saran dari semua pihak. Penulis berharap semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi pembaca dan semua pihak.

Yogyakarta, 01 Juli 2025



Bella Nurmala

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL/COVER	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	vii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teori.....	13
B. Kerangka Teori.....	34
C. Kerangka Konsep	35
D. Hipotesis.....	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	36
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	37
C. Populasi dan Sampel Penelitian	37
D. Variabel Penelitian	38
E. Definisi Operasional Variabel, Alat dan Bahan.....	39
F. Pelaksanaan Penelitian	40
G. Metode Pengolahan.....	42
H. Analisis Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Lokasi Penelitian	45
B. Hasil Penelitian	47
C. Pembahasan.....	50
D. Keterbatasan Penelitian.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	56
B. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA	58
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	63

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Variabel, alat dan Bahan.....	39
Tabel 4. 1 Distribusi Responden Berdasarkan Jenjang Pendidikan	46
Tabel 4. 2 Distribusi Responden Berdasarkan Usia	46
Tabel 4. 3 Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi	47
Tabel 4. 4 Uji Normalitas	47
Tabel 4. 5 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Sebelum Intervensi	48
Tabel 4. 6 Distribusi Frekuensi Skala Nyeri Setelah Intervensi.....	49
Tabel 4. 7 Pengaruh Skala Nyeri Menstruasi Sebelum dan Sesudah	49

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Deskripsi.....	21
Gambar 2.2 Skala Numerik.....	22
Gambar 2.3 Skala Analog Visual.....	22
Gambar 2.4 Skala Nyeri Muka.....	22
Gambar 2.5 Titik <i>Akupresur</i> SP6.....	25
Gambar 2.6 Kerangka Teori.....	34
Gambar 2.7 Kerangka Konsep.....	35

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Ijin Penelitian.....	64
Lampiran 2. Balasan Ijin Penelitian.....	65
Lampiran 3. Ethical Clearance.....	66
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	67
lampiran 5. Lembar Observasi.....	68
Lampiran 6. Skala Pengukuran Nyeri.....	69
Lampiran 7. Output SPSS.....	70
lampiran 8. Jadwal Peneliti.....	73
Lampiran 9. Lembar Bimbingan.....	74
Lampiran 10. Dokumentasi.....	76
Lampiran 11. Hasil Uji Plagiasi.....	79

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA