

ABSTRAK

Pratiwi, Ermaniza. 2020. Pengaruh Pemberian Temchoco Bar Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri. Skripsi. Program Studi Gizi Dan Dietetika Program Sarjana Terapan Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Bandung. Pembimbing : Surmita, S.Gz, M.Kes

Isoflavon mampu berikatan dengan reseptor estrogen yang dapat menurunkan derajat nyeri dismenorea. Magnesium berfungsi menurunkan pelepasan katekolamin sehingga menyebabkan kekuatan kontraksi miometrium berkurang dan mengurangi sensasi nyeri. Kandungan isoflavon dan magnesium yang tinggi terdapat dalam tempe dan dark chocolate sehingga peneliti tertarik untuk membuat makanan dalam bentuk snack bar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian temchoco bar terhadap penurunan derajat nyeri dismenorea pada remaja putri. Design pada penelitian ini quasi experiment dengan Control Group Pre Test-Post Test Design. Sampel penelitian ini remaja putri di kota Cimahi sebanyak 52 orang yang terbagi menjadi kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Pengukuran derajat nyeri dismenorea dilakukan setelah kelompok perlakuan diberikan temchoco bar dan kelompok kontrol diberikan jipang selama 3 hari. Hasil penelitian ini menunjukkan rata-rata derajat nyeri dismenorea sebelum intervensi adalah 2.73 dan sesudah intervensi 1.37. Hasil uji Dependen-t test menunjukkan ada perbedaan derajat nyeri dismenorea sebelum dan sesudah pemberian temchoco bar pada kelompok perlakuan ($p=0.000$). Hasil uji Wilcoxon menunjukkan tidak ada perbedaan derajat nyeri dismenorea sebelum dan sesudah pemberian jipang ($p=0.294$). Hasil uji Mann Whitney menunjukkan ada perbedaan rata-rata derajat nyeri dismenorea pada kelompok perlakuan dan kontrol ($p=0.000$). Dapat disimpulkan bahwa pemberian temchoco bar dapat menurunkan derajat nyeri dismenorea pada remaja putri di kota Cimahi.

Kata kunci : Snack bar, derajat nyeri dismenorea, isoflavon, tempe, dark chocolate.