



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI SURABAYA

JURNAL PSIKOLOGI TEORI DAN TERAPAN

Gedung O3 Lt.1 Kampus Lidah Wetan Surabaya 60213
Telp. 031-7532160 Ext. 114 Fax. 031-7532112; E-mail: jptt@unesa.ac.id
Website: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt>

SURAT KETERANGAN PENERIMAAN ARTIKEL
(Letter of Acceptance)

Dewan editor *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* (JPTT) dengan ini menyatakan telah menerima submit artikel tanggal 24 April 2020 dari:

Nama Penulis : Eunike Setiawati, Andri Adi Wijaya, Sri Wahyuningsih
Judul Artikel : Psikoedukasi C4ME Untuk Mengatasi Gangguan Sindrom Premenstruasi Pada Taruni Militer
Asal Instansi : Program Magister Psikologi Profesi Universitas Surabaya

Setelah melalui proses dan prosedur *review* sesuai dengan kebijakan penerbitan *Jurnal Psikologi Teori dan Terapan* (JPTT), dewan editor memutuskan bahwa manuskrip tersebut "**DITERIMA**" untuk diterbitkan secara online pada Vol. 11 No. 1 Tahun 2020 di laman: <https://journal.unesa.ac.id/index.php/jptt/>

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dipergunakan dengan sebaik-baiknya

Surabaya, 1 September 2020

Ketua Penyunting,

Muhammad Syafiq

Jurnal Psikologi Teori dan Terapan

DOAJ : <https://doaj.org/toc/2597-9035?rss>

SINTA (3): <http://sinta2.ristekdikti.go.id/journals/detail?page=1&id=2047>

(H-Index: 9; H5-index: 8)

Google scholar: <https://scholar.google.co.id/citations?user=56YIJAEEAAA&hl=en>

Email : jptt@unesa.ac.id

Contact Number (WA): +62-81330114338



Psikoedukasi C4ME Untuk Mengatasi Gangguan Sindrom Premenstruasi Pada Taruni Militer

C4ME Psychoeducation for Overcoming Premenstrual Syndrome Disorder in Military Women Cadets

Eunike Setiawati, Andri Adi Wijaya, Sri Wahyuningsih
Fakultas Psikologi Universitas Surabaya, Indonesia

Abstract: Different situations and lifestyles in the military education academy require the women Navy cadets to adapt to high levels of stress. Stress can potentially disrupt the menstrual cycle and worsen the symptoms of premenstrual syndrome (PMS) which can reduce their performance as military cadets. This study aims to determine the effect of psychoeducation of Care For Menstruation (C4ME) on overcoming PMS problems in the Navy Academy. C4ME covers health counseling activities that provide information about menstruation and involves interventions based on cognitive-behavioral techniques to cope with PMS symptoms. This quasi-experiment used non-randomized one-group pretest-posttest design. Fifteen women Navy cadets were recruited. Quantitative data were collected using questionnaires of knowledge and attitude towards menstruation and were analyzed using a parametric statistical *t*-correlated sample. Qualitative data were collected from interviews before and after the intervention and were analyzed using a content analysis. The results show that C4ME psychoeducation is effective in increasing knowledge of menstruation ($p = 0.01$), changing participants' attitudes toward menstruation being more positive ($p < 0.01$) and decreasing the symptoms of PMS experienced by participants.

Keywords: C4ME Psychoeducation, premenstrual syndrome, women navy cadet

Abstrak: Perbedaan situasi dan gaya hidup di akademi pendidikan militer menuntut para taruni Akademi Angkatan Laut (AAL) untuk beradaptasi dengan level stres yang tinggi. Stres berpotensi dapat mengganggu siklus menstruasi dan memperparah gejala sindrom pramenstruasi (PMS) yang dapat menurunkan produktifitas taruni. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh psikoedukasi *Care For Menstruation* (C4ME) dalam mengatasi masalah PMS pada taruni AAL. Program psikoedukasi meliputi kegiatan penyuluhan kesehatan dan intervensi dengan teknik kognitif-perilaku untuk mengatasi gejala PMS. Metode kuasi-eksperimen dengan *non-randomized design one-group pretest-posttest* digunakan. Partisipan penelitian adalah lima belas orang taruni AAL. Data kuantitatif tentang pengetahuan dan sikap terhadap menstruasi diukur menggunakan kuesioner, sedangkan data kualitatif diperoleh melalui wawancara sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Data kuantitatif dianalisis dengan statistik parametrik *t-correlated sample*, sedangkan data kualitatif dianalisis menggunakan analisis konten. Hasil menunjukkan bahwa psikoedukasi tentang menstruasi efektif dalam meningkatkan pengetahuan ($p=0,01$), mengubah sikap partisipan menjadi lebih positif terhadap menstruasi ($p \leq 0,01$), dan menurunkan gejala PMS yang dialami taruni.

Kata Kunci: Psikoedukasi C4ME sindrom pramenstruasi, taruni militer