

INTISARI

Latar Belakang: Kehidupan modern penuh dengan ketidakpastian, menyebabkan masyarakat semakin jauh dari agama sehingga rentan menyebabkan gangguan mental, salah satunya gangguan kecemasan. Metode intervensi yang tepat, dibutuhkan untuk menangani hal tersebut. *Asynchronous Digital Cognitive Education GAMA-AIMS* dengan psikoedukasi religi sebagai terobosan yang bisa diakses kapan saja, dimana saja, mudah, murah dan dekat dengan pengguna. Sebuah studi pendahuluan dilakukan untuk menguji efektivitas terapi ini pada populasi sehat yaitu mahasiswa sebelum diaplikasikan lebih luas pada masyarakat.

Tujuan: Mendeskripsikan pengaruh psikoedukasi *Asynchronous DCE GAMA-AIMS* dan psikoedukasi religi dalam menurunkan skor kecemasan dan meningkatkan pengetahuan terkait kecemasan.

Metode: Penelitian ini merupakan studi *quasi-experimental* dengan *pre- and post-test design*. Psikoedukasi GAMA-AIMS dengan psikoedukasi religi berbasis aplikasi ponsel *unguided* dengan subjek penelitian merupakan mahasiswa Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat, dan Keperawatan Universitas Gadjah Mada dengan total responden sebanyak 33. Penilaian skor kecemasan menggunakan *Taylor Manifest Anxiety Scale*. Data dianalisis menggunakan uji Shapiro Wilk, uji one way ANOVA, *Repeated Anova*, Uji Mann Whitney, uji T-Test, uji Kruskal–Wallis, uji regresi linier, dan word cloud untuk data kualitatif.

Hasil: Aplikasi ini berpengaruh menurunkan skor kecemasan secara signifikan pada minggu ke-5 (M-TMAS = 18) sampai minggu ke-8 (M-TMAS = 13) terapi. Intervensi (*p-value* = 0,037) dan kedekatan dengan tuhan (*p-value* = 0,046) ditemukan paling berpengaruh dalam penurunan skor kecemasan.

Kesimpulan: Psikoedukasi *Asynchronous DCE GAMA-AIMS* berpengaruh menurunkan skor kecemasan secara signifikan dan meningkatkan pengetahuan terkait kecemasan.

Kata Kunci: Tingkat Kecemasan, Tingkat Pengetahuan, Tingkat Religiusitas, Mahasiswa Kedokteran, *Digital Cognitive Education*

ABSTRACT

Background: *Modern lifestyles are full of uncertainty that causes people to deviate from their religion, therefore causing mental health illnesses, such as anxiety problems. Appropriate intervention is needed to handle these problems. Asynchronous Digital Cognitive Education GAMA-AIMS with religious psychoeducation is an innovative breakthrough that can be easily accessed and inexpensive. A preliminary study was conducted to test the effectiveness of this therapy in a healthy population, i.e. university students, before its wider application to the general public.*

Objective: *Describe the effect of Asynchronous DCE GAMA-AIMS psychoeducation with religious psychoeducation in reducing anxiety scores and increasing anxiety-related knowledge.*

Methods: *This research is a quasi-experimental using pre- and post-test design. The research subjects were students of the Faculty of Medicine, Public Health, and Nursing at Gadjah Mada University who were given an Asynchronous Digital Cognitive Education intervention supplemented with religious psychoeducation. Anxiety score assessment used the Taylor Manifest Anxiety Scale. Data were analyzed by shapiro wilk test, one way ANOVA, Repeated ANOVA, Mann Whitney test, T-Test test, kruskal-wallis test, linear regression test and word cloud.*

Result: *This application has the effect of significantly reducing anxiety scores at week 2 (M TMAS = 18) to week 8 (M TMAS = 13) of therapy. Intervention (p-value = 0.037) and closeness to God (p-value = 0.046) had an effect on decreasing anxiety scores.*

Conclusion: *Psychoeducation Asynchronous DCE GAMA-AIMS has the effect of significantly reducing anxiety scores and increasing knowledge related to anxiety.*

Keyword: *Anxiety Level, Knowledge Level, Religiosity Level, Medical Students, Digital Cognitive Education*