

PERBEDAAN TINGKAT KECEMASAN MAHASISWA KESEHATAN SEBELUM DAN SESUDAH TERAPI MENGGUNAKAN APLIKASI GADJAH MADA ANXIETY INTERVENTION FOR MEDICAL STUDENTS (GAMA-AIMS) DI FK-KMK UNIVERSITAS GADJAH MADA

INTISARI

Latar Belakang: Gangguan kecemasan merupakan gangguan mental dengan prevalensi tertinggi di dunia. Angka kecemasan mencapai 24,5% di lingkup universitas. Tingkat kecemasan pada mahasiswa kesehatan lebih tinggi daripada mahasiswa jurusan lain. Derajat kecemasan mahasiswa kedokteran (33,8%) dan keperawatan (28,7%) yang cukup tinggi menunjukkan bahwa diperlukan suatu intervensi yang efektif untuk mengatasi kecemasan tersebut. Salah satunya dengan menggunakan terapi kognitif edukasi berbasis aplikasi *smartphone* yaitu *Gadjah Mada Anxiety Intervention for Medical Students* (GAMA-AIMS). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui efektivitas aplikasi ini dalam mengatasi kecemasan mahasiswa kesehatan. Efektivitas ini dinilai dengan melihat perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sebelum dan sesudah terapi menggunakan aplikasi GAMA-AIMS.

Tujuan: Untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sebelum dan sesudah terapi menggunakan aplikasi GAMA-AIMS.

Metode: Desain penelitian ini adalah *quasi-experimental* dengan desain *pretest* dan *posttest*. Pengukuran *posttest* berjarak delapan minggu dari *pretest*. Subjek penelitian adalah mahasiswa FK-KMK UGM yang mengisi formulir *inform consent* dan mengerjakan aplikasi GAMA-AIMS. Angka kecemasan diukur menggunakan kuesioner *Taylor Manifest Anxiety Scale*. Data yang diperoleh akan dianalisis menggunakan uji *paired T-Test* dengan *software* SPSS.

Hasil: Dari 33 subjek penelitian, tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sebelum terapi menggunakan aplikasi GAMA-AIMS memiliki persentasi yang sama, yakni cemas ringan (33,3%), cemas sedang (33,3%), dan cemas berat (33,3%). Tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sesudah terapi yaitu cemas ringan (84,84%), cemas sedang (3,03%), dan cemas berat (12,12%). Rata-rata tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sebelum dan sesudah terapi adalah 21,42 (cemas sedang) dan 12,85 (cemas ringan). Hasil uji *Paired T-Test* menunjukkan terdapat hubungan yang cukup kuat antara tingkat kecemasan sebelum dan sesudah terapi (koefisien Cohen's $D=1,04$) yang bermakna signifikan secara statistik dengan nilai $p=0,000001$ ($p<0,05$). Terdapat kemungkinan variasi hasil pada mahasiswa koas dengan angkatan yang lebih tua.

Kesimpulan: Terdapat perbedaan tingkat kecemasan mahasiswa kesehatan sebelum dan sesudah terapi menggunakan aplikasi GAMA-AIMS di FK-KMK Universitas Gadjah Mada.

Kata Kunci: Aplikasi GAMA-AIMS, Kecemasan, Mahasiswa Kesehatan, FK-KMK UGM, Kuesioner TMAS

***DIFFERENCES IN THE LEVEL OF ANXIETY OF HEALTH STUDENTS
BEFORE AND AFTER THERAPY USING THE GADJAH MADA ANXIETY
INTERVENTION FOR MEDICAL STUDENTS (GAMA-AIMS)
APPLICATION AT FK-KMK UNIVERSITAS GADJAH MADA***

ABSTRACT

Background: *Anxiety is the mental disorder with the highest prevalence in the world. The anxiety rate reached 24.5% within the university. The level of anxiety in health students is higher than that of students of other majors. The high degree of anxiety of medical students (33.8%) and nursing (28.7%) indicates that an effective intervention is needed to overcome the anxiety. One of them is by using an educational cognitive therapy based on smartphone application, namely Gajah Mada Anxiety Intervention for Medical Students (GAMA-AIMS). Therefore, it is important to know the effectiveness of this application in overcoming the anxiety of health students. This effectiveness was assessed by looking at the differences in the level of anxiety of health students before and after therapy using the GAMA-AIMS application.*

Objective: *To find out the differences in the level of anxiety of health students before and after therapy using the GAMA-AIMS application.*

Method: *The design of this study is quasi-experimental with pretest and posttest designs. Posttest measurements are eight weeks away from pretest. The subject of the study was FK-KMK UGM students who filled out the inform consent and worked on the GAMA-AIMS application. Anxiety figures were measured using the Taylor Manifest Anxiety Scale questionnaire. The data obtained will be analyzed using a paired T-Test test with SPSS software.*

Results: *Out of 33 subjects included in the study, the anxiety levels of health students before therapy using the GAMA-AIMS application have the same percentage, that is mild anxiety (33.3%), moderate anxiety (33.3 %), and severe anxiety (33.3%). The anxiety levels of health students after therapy were mild anxiety (84.84%), moderate anxiety (3.03%), and severe anxiety (12.12 %). The average anxiety rate of health students before and after therapy was 21.42 (moderate anxiety) and 12.85 (mild anxiety). Paired T-Test results showed a fairly strong association between anxiety levels before and after therapy (Cohen's coefficient $D=1.04$) which was statistically significant with values $p=0.000001$ ($p<0.05$). There is a possibility of variation in outcomes in co-assistent students with older generations.*

Conclusion: *There are differences in the anxiety levels of health students before and after therapy using the GAMA-AIMS application at FK-KMK Universitas Gadjah Mada.*

Keywords: *GAMA-AIMS Application, Anxiety, Health Students, FK-KMK UGM, TMAS Questionnaire*