

**Efektivitas Program *Pasien Pandai Daring* Untuk Meningkatkan Resiliensi
Pada Perempuan Dengan *Polycystic Ovarian Syndrome***

***The Effectiveness of the Online *Pasien Pandai* Program in Enhancing
Resilience Among Women with *Polycystic Ovarian Syndrome****

Yulia Mukti Rufaida¹, Muhana Sofiati Utami²

^{1,2} Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada

e-mail : y.mukti.rufaida@mail.ugm.ac.id

Abstrak. *Polycystic Ovarian Syndrome* (PCOS) merupakan gangguan endokrin yang menimbulkan ketidakpastian kesehatan dan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis. Penelitian ini bertujuan mengevaluasi efektivitas Program *PASIEN PANDAI* dalam meningkatkan resiliensi pada wanita dengan PCOS yang dilaksanakan secara daring. *PASIEN PANDAI* merupakan program yang diadaptasi dari *Acceptance and Commitment Therapy* yang telah diterapkan pada peningkatan kualitas hidup pasien penyakit kronis. Pada penelitian ini program tersebut dilaksanakan sebanyak 5 kali pertemuan daring dan diikuti oleh 6 partisipan dalam kelompok eksperimen dan 8 partisipan dalam kelompok kontrol. Hasil uji parametrik menggunakan Repeated Measures ANOVA ($F= 0,240$; $F= 0,017$, $p > 0,05$) menunjukkan bahwa Program *PASIEN PANDAI* tidak mengubah tingkat resiliensi pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Tantangan pelaksanaan daring turut berkontribusi pada ketidakefektifan intervensi. Penelitian mendatang hendaknya melakukan kontrol variabel *confounding* dengan proses rekrutmen yang lebih rinci, pemeriksaan berkala kehadiran partisipan, serta penambahan sesi *follow up*.

Kata Kunci: *acceptance and commitment therapy, intervensi daring, PCOS, program PASIEN PANDAI, resiliensi*

Abstract. *Polycystic Ovarian Syndrome* (PCOS) is an endocrine disorder causing health uncertainties and psychological distress. *PASIEN PANDAI*, an *Acceptance and Commitment Therapy*-based program, was adapted to improve resilience in PCOS patients through 5 online sessions (6 experimental and 8 control participants). Parametric testing using Repeated Measures ANOVA ($F=0.240$; $F=0.017$, $p>0.05$) revealed no significant resilience improvement in either group. Challenges in online implementation (e.g., engagement barriers) may have contributed to the null findings. Future research should employ rigorous recruitment, attendance monitoring, and follow-up assessments to address confounding factors.

Keywords: *acceptance and commitment therapy, online intervention, PASIEN PANDAI program, PCOS, resilience*