

**EFEKTIVITAS PSIKOEDUKASI DARING *SYNCHRONOUS*
BERBASIS MODUL *GADJAH MADA ANXIETY INTERVENTION FOR
MEDICAL STUDENTS (GAMA-AIMS)* TERHADAP TINGKAT
PENGETAHUAN KECEMASAN MAHASISWA KEDOKTERAN FK-
KMK UGM**

INTISARI

Latar Belakang: Gangguan kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang paling sering dialami mahasiswa (41,6%), dengan mahasiswa kedokteran sebagai kelompok paling rentan. Peningkatan pengetahuan tentang kecemasan penting untuk memperkuat kemampuan kognitif serta membantu mahasiswa dalam mengelola kondisinya. Psikoedukasi merupakan salah satu metode yang terbukti dapat menurunkan kecemasan sekaligus meningkatkan pengetahuan. Sebagai upaya menurunkan kecemasan mahasiswa kedokteran, disusun modul *Gajah Mada Anxiety Intervention for Medical Students (GAMA-AIMS)*. Modul GAMA-AIMS dapat digunakan sebagai panduan bagi terapis dalam pelaksanaan psikoedukasi secara daring synchronous melalui Zoom. Untuk itu, efektivitas psikoedukasi daring *synchronous* berbasis modul GAMA-AIMS terhadap tingkat pengetahuan kecemasan mahasiswa kedokteran ini perlu diketahui.

Tujuan: Mengetahui efektivitas psikoedukasi daring synchronous berbasis modul GAMA-AIMS terhadap peningkatan pengetahuan kecemasan mahasiswa kedokteran FK-KMK UGM.

Metode: Penelitian menggunakan desain kuasi-eksperimen pretest-posttest dengan kuesioner pengetahuan kecemasan. Subjek penelitian adalah mahasiswa kedokteran FK-KMK UGM angkatan 2017–2021 dengan skor GAD-7 ≥ 5 . Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test melalui SPSS.

Hasil: Rata-rata skor pengetahuan kecemasan meningkat dari $60,846 \pm 14,294$ sebelum intervensi menjadi $69,302 \pm 10,364$ sesudah intervensi. Uji Wilcoxon menunjukkan perbedaan signifikan antara sebelum dan sesudah intervensi ($p < 0,001$).

Kesimpulan: Psikoedukasi daring synchronous berbasis modul GAMA-AIMS efektif meningkatkan pengetahuan kecemasan pada mahasiswa kedokteran FK-KMK UGM.

Kata Kunci: Psikoedukasi, Pengetahuan, Kecemasan, Mahasiswa Kedokteran, GAMA-AIMS

**THE EFFECTIVENESS OF SYNCHRONOUS ONLINE
PSYCHOEDUCATION BASED ON THE GADJAH MADA ANXIETY
INTERVENTION FOR MEDICAL STUDENTS (GAMA-AIMS) MODULE
ON THE LEVEL OF ANXIETY KNOWLEDGE OF MEDICAL STUDENTS
AT FK-KMK UGM**

ABSTRACT

Background: Anxiety disorders are the most common mental health problems among university students (41.6%), with medical students being particularly vulnerable. Increasing knowledge about anxiety is essential to strengthen cognitive abilities and help students manage their condition. Psychoeducation is one method proven to reduce anxiety while improving knowledge. To reduce anxiety in medical students, the Gajah Mada Anxiety Intervention for Medical Students (GAMA-AIMS) module was developed. The GAMA-AIMS module can be used as a guide for therapists in conducting synchronous online psychoeducation via Zoom. Therefore, it is important to determine the effectiveness of synchronous online psychoeducation based on the GAMA AIMS module on the level of anxiety knowledge of medical students.

Objective: To determine the effectiveness of synchronous online psychoeducation using the GAMA-AIMS module in improving anxiety knowledge among medical students at FK-KMK UGM.

Methods: This study employed a quasi-experimental pretest-posttest design with an anxiety knowledge questionnaire. Participants were FK-KMK UGM medical students from the 2017–2021 cohorts with GAD-7 scores ≥ 5 . Data analysis was conducted using the Wilcoxon Signed Rank Test through SPSS.

Results: The average knowledge score increased from 60.846 ± 14.294 before the intervention to 69.302 ± 10.364 after the intervention. The Wilcoxon test showed a statistically significant difference between pre-intervention and post-intervention scores ($p < 0.001$).

Conclusion: Synchronous online psychoeducation based on the GAMA-AIMS module is effective in improving anxiety knowledge among medical students at FK-KMK UGM.

Keywords: Psychoeducation, Knowledge, Anxiety, Medical Students, GAMA-AIMS