Multimedia Appendix 1. Consort Diagram.


```
┌─────────────────────┐
│  Visited study portal│
│      n= 9305         │
└──────────┬──────────┘
           │            ┌──────────────────────────────┐
           ├───────────▶│ Did not completed consent or │
           │            │     screening process        │
           │            │         n = 7590             │
           │            └──────────────────────────────┘
┌──────────▼──────────┐
│  Completed consent  │
│    and screening    │
│     questions       │
│      n= 1715        │
└──────────┬──────────┘
           │            ┌──────────────────────────────┐
           ├───────────▶│  Were excluded or did not    │
           │            │     complete registration    │
           │            │         n = 604              │
           │            └──────────────────────────────┘
┌──────────▼──────────┐
│     Completed       │
│    registration     │
│      n=1111         │
└──────────┬──────────┘
           │            ┌──────────────────────────────┐
           ├───────────▶│  Did not provided contact    │
           │            │ detail or did not complete   │
           │            │       baseline quiz          │
           │            │         n = 474              │
           │            └──────────────────────────────┘
┌──────────▼──────────┐
│     Randomised      │
│      n= 637         │
└──────────┬──────────┘
           │
┌──────────▼──────────┐
│     Baseline        │
│      n= 637         │
│                     │
│ (MoodGYM, n=318;    │
│   Control, n=319)   │
└──────────┬──────────┘
           │
┌──────────▼──────────┐
│  6 weeks follow-up  │
│  n= 359/637 (56%)   │
│                     │
│ (MoodGYM, n=171;    │
│   Control, n=188)   │
└──────────┬──────────┘
           │
┌──────────▼──────────┐
│ 12 weeks follow-up  │
│  n= 231/637 (36%)   │
│                     │
│ (MoodGYM, n=102;    │
│   Control, n=129)   │
└─────────────────────┘
```