

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Saat ini perkembangan teknologi dan komunikasi telah membawa perubahan yang nyata dalam perilaku individu. Individu di era digital saat ini cenderung lebih banyak menghabiskan waktu untuk mengakses media internet sebagai salah satu sumber dalam mengakses informasi. Kemajuan teknologi tidak hanya sekadar mengubah cara berkomunikasi antar sesama, namun juga memberikan kontribusi fundamental dalam meningkatkan kualitas hidup masyarakat dengan adanya kemudahan akses informasi. Hal ini didukung dari penelitian yang mengungkapkan fakta bahwa internet dijadikan pedoman utama dalam mencari informasi bagi mayoritas masyarakat.^[1]

Informasi kesehatan secara digital semakin sering diperoleh pada berbagai kelompok masyarakat, terutama pada remaja dan dewasa muda yang semakin terpapar oleh internet. Internet kini kerap dijadikan rujukan oleh individu untuk mencari tahu bagaimana kondisi kesehatannya, ini diperkuat oleh studi Jia, Pang, & Liu (2021) yang mencatat bahwa prevalensi pencarian informasi kesehatan daring di sejumlah negara mencapai lebih dari 70%, kondisi ini memperkuat fakta bahwa internet mendampingi individu dalam proses pencarian informasi.^[2]

Berkembangnya era teknologi digital telah membuka akses baru bagi individu dalam memperoleh informasi. Masyarakat secara global menggunakan internet sebagai akses terhadap informasi kesehatan untuk mencari tahu dan memahami gejala awal yang mereka rasakan. Namun, kemudahan akses untuk mencari informasi di internet diibaratkan seperti pedang bermata dua, di satu sisi dapat memberikan manfaat edukatif, namun di lain sisi hal tersebut dapat menjadi faktor utama timbulnya

fenomena baru yang sekarang dikenal sebagai *Cyberchondria*.^[3]

Cyberchondria merupakan terminologi yang menjabarkan perilaku dalam isu kesehatan mental, istilah ini digunakan untuk menggambarkan kecemasan kesehatan yang muncul atau meningkat akibat pencarian informasi kesehatan secara digital. Fenomena ini justru berpotensi memperburuk kondisi psikologis individu alih-alih memberikan solusi ataupun ketenangan, fenomena ini ditandai dengan siklus pencarian informasi kesehatan secara berulang.^[4] Selain itu, individu yang sudah memiliki kecemasan juga menunjukkan pola *reassurance-seeking* dimana individu tersebut mencari informasi secara berulang guna memastikan kondisi kesehatan yang dirasakan, hal ini kemudian memicu perilaku *Cyberchondria*.^[5] Penelitian pertama yang mengkaji *Cyberchondria* dilakukan oleh White & Hovirtz melalui studi masif untuk melihat perilaku pencarian informasi medis secara daring. Dari hasil penelitian tersebut dijelaskan bahwa eskalasi kekhawatiran yang dialami itu didorong oleh pencarian informasi secara digital, dimana informasi yang diberikan seringnya mengarah ke penyakit serius yang semakin memicu munculnya kekhawatiran.^[3]

Perilaku secara kompulsif tidak hanya berpotensi meningkatkan kecemasan individu, tetapi juga dapat memperburuk kondisi kecemasan yang sudah ada. Selain itu, pencarian informasi yang berlebihan juga berisiko menyebabkan kesalahan dalam pengambilan keputusan kesehatan, seperti melakukan self-diagnosis yang tidak akurat, menginterpretasikan gejala ringan sebagai kondisi serius, serta menunda konsultasi dengan tenaga kesehatan. Kondisi ini membuat *Cyberchondria* dipandang sebagai perilaku yang tidak hanya berdampak pada aspek psikologis, namun juga memengaruhi perilaku kesehatan individu.^[4] Disimpulkan, *Cyberchondria* tidak secara langsung menyebabkan *anxiety disorder*, tetapi berperan dalam memperburuk kecemasan serta meningkatkan risiko kesalahan dalam perilaku kesehatan.

Cyberchondria sudah diteliti secara global dengan adanya bukti yang berkaitan erat dengan kecemasan kesehatan (*health anxiety*). Seperti tinjauan sistematis dan meta-analisis yang diteliti oleh McMullan (2019) yang menjelaskan bahwasanya perilaku pencarian informasi kesehatan daring dan peningkatan kecemasan kesehatan mempunyai hubungan positif.^[6] Hal ini juga turut didukung oleh studi longitudinal yang dilakukan oleh Te Poel (2016) yang mengungkapkan adanya hubungan timbal balik antara kecemasan kesehatan yang lebih tinggi akan cenderung melakukan pencarian medis secara daring, yang membuat individu tersebut semakin cemas akan kondisinya.^[7] Dari uraian penjelasan tersebut peneliti menyimpulkan bahwa perilaku *Cyberchondria* berpengaruh terhadap peningkatan kecemasan bagi individu.

Cyberchondria juga dapat mempengaruhi kesehatan masyarakat, perilaku ini mendorong pencarian informasi dan pemanfaatan layanan medis. Sejumlah penelitian menjelaskan perilaku *Cyberchondria* ini berhubungan dengan *impairment*, penurunan derajat kesehatan, pemanfaatan pelayanan, keputusan dalam berkonsultasi terhadap profesional medis dan peningkatan kecemasan.^[8]

Seiring dengan meningkatnya akses internet dan ketergantungan terhadap sumber daya kesehatan digital, *Cyberchondria* muncul sebagai permasalahan global kesehatan masyarakat yang semakin mendapat perhatian khususnya di era digital.^[8] Lebih lanjut, dari penelitian internasional menemukan bahwa tidak hanya frekuensi pencarian informasi yang memengaruhi *Cyberchondria*, tetapi juga dipengaruhi oleh karakteristik kognitif individu dan kualitas informasi yang diakses. Adapun faktor utama yang memperburuk kecemasan kesehatan seperti, paparan terhadap istilah medis yang kompleks, dominasi informasi mengenai penyakit serius, dan juga rendahnya kemampuan menilai kredibilitas sumber informasi.^[9] Berdasarkan studi tersebut *Cyberchondria* dianggap sebagai fenomena global yang muncul akibat

dampak interaksi antara teknologi digital, perilaku pencarian informasi kesehatan, dan faktor psikologis individu

Dewasa ini, mahasiswa menjadi salah satu kelompok pengguna terbesar internet yang sering memperoleh informasi terkait gejala penyakit, diagnosis, hingga pilihan pengobatan. Hal ini juga diperkuat oleh Kandell, mahasiswa merupakan kelompok yang lebih rentan untuk menggantungkan internet sebagai sumber informasi dibandingkan dengan kelompok masyarakat lainnya. Hal ini terjadi dikarenakan mahasiswa yang berada di fase *emerging adulthood*, yaitu fase transisi dari remaja ke dewasa awal yang ditandai eksplorasi identitas, dan kecenderungan tinggi dalam mengakses dan mencari informasi termasuk informasi kesehatan.^[10]

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bussey & Sillence (2019) yang menjelaskan bahwa fenomena *Cyberchondria* di kalangan mahasiswa penting untuk diteliti, alasan ini didasari karena mahasiswa merupakan kelompok usia yang paling aktif dalam mencari informasi khususnya informasi kesehatan.^[11] Penelitian ini menunjukkan masih banyak individu muda secara rutin mengakses internet untuk mencari informasi, namun sebagian diantaranya masih belum mampu untuk menilai apakah sumber yang mereka akses itu valid dan kredibel.^[12]

Survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII) pada tahun 2023 menyebutkan bahwa kelompok remaja merupakan konsumen internet terbanyak di Indonesia. *Cyberchondria* semakin mendapat atensi di Indonesia, dalam beberapa penelitian seperti yang dilakukan oleh Aulia (2020) yang meneliti mahasiswa kedokteran tahun pertama di Yogyakarta menunjukkan tingkat *Cyberchondria* yang mengalami peningkatan yang cukup signifikan, yang ditandai dengan adanya peningkatan kecemasan setelah mencari informasi kesehatan secara daring.^[13] Penelitian lain yang dilakukan oleh Febriyani pada mahasiswa di Malang juga

menunjukkan hubungan positif antara tingkat kecemasan dengan perilaku pencarian informasi kesehatan berlebihan di internet. Dari temuan ini memposisikan bahwa fenomena *Cyberchondria* di Indonesia memang cukup untuk mendapatkan perhatian khususnya di kalangan mahasiswa.

Namun, berdasarkan sejumlah penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi cenderung lebih aktif dalam mencari informasi kesehatan secara daring dibandingkan dengan mahasiswa. Hal ini dibuktikan dengan adanya studi yang menunjukkan bahwa mahasiswi memiliki frekuensi *online health information seeking* yang lebih dominan, hal ini disebabkan oleh kecenderungan perempuan terhadap perhatiannya ke kondisi tubuhnya, kesehatan reproduksi, serta *help-seeking behavior* yang lebih kuat.^[14] berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini difokuskan pada mahasiswi Universitas Andalas sebagai kelompok yang dinilai relevan karakteristiknya dengan permasalahan *Cyberchondria* yang ingin diteliti. Dari hasil penelitian-penelitian sebelumnya, dapat diambil kesimpulan bahwa fenomena *Cyberchondria* dipengaruhi oleh bagaimana kemampuan individu dalam memahami, menilai, dan menyikapi informasi kesehatan. Pengetahuan individu, literasi kesehatan digital, dan sikap berperan dalam faktor protektif dalam meminimalisir kesalahan interpretasi terhadap gejala kesehatan.

Dalam mempelajari perilaku kesehatan, sudah berkembang bermacam-macam teori dan salah satu macam teori yang digunakan adalah model *PRECEDE-PROCEED* yang dikembangkan oleh Green & Kreuter. Model ini menjelaskan bahwa perilaku kesehatan dipengaruhi oleh tiga faktor, yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor penguat (*reinforcing factors*). Hal yang berkaitan dengan internal individu seperti pengetahuan, sikap, keyakinan, dan persepsi tergolong dalam faktor predisposisi, yaitu kecenderungan individu dalam berperilaku kesehatan. Penelitian-penelitian perilaku kesehatan yang menggunakan model ini untuk

mengidentifikasi determinan munculnya suatu perilaku, termasuk dalam perilaku pencarian informasi kesehatan dan kecemasan kesehatan.^[15]

Perilaku pencarian informasi kesehatan secara berulang dipandang sebagai bentuk perilaku kesehatan yang dipengaruhi oleh faktor predisposisi. Pengetahuan memengaruhi cara individu menginterpretasikan gejala, literasi digital menentukan kemampuan mengevaluasi kredibilitas informasi daring, sedangkan sikap terhadap informasi kesehatan memengaruhi intensitas dan pola pencarian informasi. Dengan demikian, penelitian ini memfokuskan pada faktor predisposisi sebagai determinan utama yang membentuk respons terhadap informasi kesehatan digital dengan melihat pengetahuan, literasi digital, dan sikap terhadap informasi sebagai variabel.

Untuk mencari tahu gambaran tingkat *Cyberchondria* di Universitas Andalas, terlebih dahulu dilakukan survei awal kepada 33 mahasiswi Universitas Andalas, dan dari hasil survei tersebut menunjukkan bahwa lebih dari setengah responden (52,9%) sering mencari informasi kesehatan melalui internet, dan hampir separuh responden (47,1%) lebih memilih internet dibandingkan berkonsultasi langsung dengan tenaga kesehatan. Selain itu, sebanyak 47,1% responden menyatakan bahwa pencarian informasi kesehatan dilakukan karena kecemasan terhadap kondisi tubuh, dan 58,8% responden pernah menunda atau ragu mengakses layanan kesehatan setelah memperoleh informasi dari internet. Temuan ini mengindikasikan adanya kecenderungan perilaku *Cyberchondria* di kalangan mahasiswi Universitas Andalas. Dampak perilaku ini jika tidak dikendalikan dengan tepat, justru akan membuat mahasiswi berpotensi menunda pencarian layanan kesehatan, meningkatnya kecemasan, serta menggunakan layanan kesehatan yang tidak efisien, ataupun munculnya *self-diagnose*.^[16]

Penelitian internasional maupun nasional telah banyak yang menjelaskan bagaimana *Cyberchondria* dipengaruhi oleh berbagai faktor yang meliputi pengetahuan, literasi kesehatan, dan sikap, namun masih belum ditemukan penelitian yang berfokus dalam menitikberatkan bagaimana variabel tersebut sebagai faktor predisposisi dalam model *PRECEDE* untuk melihat bagaimana tingkat *Cyberchondria* khususnya di mahasiswa bidang kesehatan dan non-kesehatan. Meskipun telah banyak penelitian yang mengkaji faktor-faktor yang berhubungan dengan *Cyberchondria*, namun sebagian besar penelitian tersebut hanya menghubungkan satu atau dua variabel saja dan belum mengintegrasikan variabel tersebut ke dalam kerangka teori perilaku kesehatan seperti model *PRECEDE-PROCEED*. Selain itu, penelitian yang mengkaji bagaimana tingkat *Cyberchondria* di mahasiswi kesehatan dan non-kesehatan masih minim, sehingga peneliti tertarik untuk mengangkat fenomena tersebut dengan keterbaruan penelitian yang fokus pada pendekatan teoritis dengan melihat faktor predisposisi (pengetahuan, literasi kesehatan digital, dan sikap) dalam kerangka *PRECEDE* serta melihat komparasi tingkat *Cyberchondria* antar bidang kesehatan dan non-kesehatan di mahasiswi Universitas Andalas.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang maka dilakukan penelitian dengan menggunakan model *PRECEDE* untuk melihat apakah pengetahuan, literasi kesehatan, dan sikap dalam faktor predisposisi berhubungan dengan *Cyberchondria* serta menggali lebih dalam faktor predisposisi yang paling dominan berhubungan dengan tingkat *Cyberchondria*. Selain itu, penelitian ini ingin mengkomparasikan tingkat *Cyberchondria* berdasarkan bidang studi untuk memperoleh gambaran komparatif antara mahasiswi bidang kesehatan dan non-kesehatan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis hubungan faktor predisposisi dalam kerangka *PRECEDE* yang meliputi pengetahuan kesehatan, literasi kesehatan digital, dan sikap dengan *Cyberchondria* serta membandingkan tingkat *Cyberchondria* antara mahasiswi bidang kesehatan dan non-kesehatan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi pengetahuan pada mahasiswi Universitas Andalas.
2. Mengetahui distribusi frekuensi literasi kesehatan pada mahasiswi Universitas Andalas.
3. Mengetahui distribusi frekuensi sikap pada mahasiswi Universitas Andalas.
4. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat *Cyberchondria* pada mahasiswi Universitas Andalas.
5. Menganalisis hubungan antara pengetahuan dengan *Cyberchondria* pada mahasiswi Universitas Andalas.
6. Mengetahui hubungan antara literasi kesehatan digital dengan *Cyberchondria* pada mahasiswi Universitas Andalas.
7. Mengetahui hubungan antara sikap dengan *Cyberchondria* pada mahasiswi Universitas Andalas.
8. Mengetahui variabel yang memiliki hubungan paling dominan dengan *Cyberchondria* pada mahasiswi Universitas Andalas.
9. Menganalisis perbedaan tingkat *Cyberchondria* antara mahasiswi bidang kesehatan dan non-kesehatan di Universitas Andalas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kajian teoritis dalam penerapan model *PRECEDE-PROCEED* dalam memahami determinan perilaku *Cyberchondria* pada mahasiswa. Selain itu, temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dalam penelitian selanjutnya yang mengkaji fenomena *Cyberchondria* di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswi Universitas Andalas.

1.4.2 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dari penelitian ini adalah dapat menjadi bahan bacaan dan referensi bagi mahasiswa dan dosen dalam melakukan penelitian mengenai *Cyberchondria*. Selain itu, Penelitian ini diharapkan bisa menjadi masukan untuk Universitas Andalas dalam melakukan intervensi lebih lanjut terhadap literasi kesehatan seperti program edukasi.

1.4.3 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini bagi mahasiswi adalah sebagai bahan refleksi dan untuk menambah wawasan dalam ilmu kesehatan masyarakat dalam memahami perilaku pencarian informasi kesehatan secara digital dan meningkatkan kesadaran terhadap *Cyberchondria*. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi acuan bagi Universitas Andalas dalam melakukan intervensi seperti edukasi terkait literasi kesehatan digital.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan faktor predisposisi dalam kerangka *PRECEDE-PROCEED* yang meliputi pengetahuan kesehatan, literasi

kesehatan digital, dan sikap dengan *Cyberchondria* pada mahasiswa Universitas Andalas, serta membandingkan tingkat *Cyberchondria* berdasarkan bidang kesehatan dan non-kesehatan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain analisis komparatif dengan metode *cross-sectional*. Dilakukan pada bulan Maret–Mei tahun 2026 dengan populasi adalah mahasiswa aktif program studi S1 Universitas Andalas. Variabel yang akan dianalisis dalam penelitian ini terdiri dari variabel dependen yaitu *Cyberchondria*, dan variabel independen yang meliputi pengetahuan, literasi kesehatan digital, dan sikap.

