



---

ARTIKEL PENELITIAN

## Hubungan *Health Anxiety* dan *Cyberchondria*: Sebuah Tinjauan Literatur Naratif

PUTU ANGITA GAYATRI & ATIKA DIAN ARIANA\*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### ABSTRAK

*Cyberchondria* didefinisikan sebagai pencarian berlebihan atau berulang untuk informasi terkait kesehatan di internet yang mengakibatkan tekanan dan/atau kecemasan. Namun, dalam perkembangannya, masih belum jelas apakah *health anxiety* merupakan pemicu pencarian informasi kesehatan di internet yang berlebihan dan/atau *health anxiety* muncul setelah melakukan pencarian informasi kesehatan di internet yang berlebihan tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur naratif dengan tujuan untuk merangkum dan menganalisis penelitian terkait *health anxiety* dan *cyberchondria*. Hasil tinjauan literatur ini menemukan bahwa terdapat hubungan sedang hingga tinggi antara *health anxiety* dan *cyberchondria*. Namun, hubungan timbal balik ini tidak dapat ditemukan dalam subsampel individu yang cemas secara klinis. Artinya, *cyberchondria* dapat dijelaskan sebagai fenomena yang mungkin muncul pada individu dengan tingkat kecemasan kesehatan non-klinis, daripada karakteristik individu yang cemas kesehatan secara klinis. Oleh karena itu, diperlukan penelitian empiris lebih lanjut untuk mengeksplorasi hubungan dan pengaruh *health anxiety* terhadap *cyberchondria* dalam sampel yang lebih spesifik.

**Kata kunci:** *cyberchondria, health anxiety, literature review*

### ABSTRACT

Cyberchondria is defined as excessive or repeated search for health-related information on the internet that results in distress and/or anxiety. However, it remains unclear whether health anxiety triggers excessive search for health information on the Internet and whether such anxiety arises after excessive searches. A narrative literature review was conducted to summarize and analyze research related to health anxiety and cyberchondria. The results revealed a moderate to high relationship between health anxiety and cyberchondria. However, this reciprocal relationship could not be found in the subsample of clinically anxious individuals. Thus, cyberchondria may also be explained as a phenomenon that may appear in individuals with non-clinical levels of health anxiety, rather than as a characteristic of clinically health anxious individuals. Therefore, further empirical research is required to explore the relationship and influence of health anxiety on cyberchondria in more specific samples.

**Keywords:** *cyberchondria, health anxiety, literature review*

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [atika.ariana@psikologi.unair.ac.id](mailto:atika.ariana@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Saat ini, penggunaan internet dianggap menjadi sumber utama dalam mencari informasi terkait kesehatan di dunia. Dengan adanya internet, masyarakat memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi kesehatan. Internet menawarkan akses yang mudah, biaya rendah, serta anonimitas saat mencari informasi kesehatan ([Frost dkk., 2014](#); [Jabson dkk., 2017](#); [Monney dkk., 2015](#)). Dengan aksesibilitas internet tersebut, seseorang dapat menemukan jawaban atas pertanyaan terkait kondisi kesehatan serta kesempatan untuk mengeksplorasi pertanyaan sensitif ([Tonsaker dkk., 2014](#)). Berdasarkan hasil survei Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia (APJII), dalam kurun waktu 2021 - 2022, jumlah penduduk Indonesia yang terkoneksi internet sebanyak 210.026.769 jiwa atau sebesar 77,02%. Jumlah ini menunjukkan adanya peningkatan penetrasi internet sebesar 3,32% dari periode tahun sebelumnya. Diketahui pula, bahwa sebesar 26,11% penduduk Indonesia mengakses internet untuk memperoleh informasi kesehatan ([Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia, 2022](#)).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, sebesar 95,56% partisipan menggunakan internet untuk mencari informasi tentang obat-obatan atau masalah terkait kesehatan ([Kristina dkk., 2019](#)). Penelitian di Amerika menunjukkan 35 persen responden mencocokkan gejala penyakitnya di internet dan mendiagnosis dirinya sendiri. Sebanyak 18 persen responden mengatakan bahwa upaya mendiagnosis sendiri itu ternyata salah ketika dikonfirmasi ke dokter ([Fox & Duggan, 2013](#)).

Orang-orang yang tertekan akan kondisi kesehatan mereka cenderung lebih sering mencari di internet untuk tujuan kesehatan dan untuk waktu yang lebih lama daripada yang lain ([Muse dkk., 2012](#)). Pencarian informasi kesehatan melalui internet yang berlebihan atau berulang dapat memicu kekhawatiran yang tidak perlu tentang kesehatan ([Baumgartner & Hartmann, 2011](#)). Dalam konteks ini, penelitian telah menunjukkan bahwa mencari informasi kesehatan dapat meningkatkan *distress* dan ketidakpastian tentang kondisi yang ditakuti seseorang ([Doherty-Torstrick dkk., 2016](#); [Fergus & Dolan, 2014](#); [Singh & Brown, 2014](#)).

Informasi *online* yang ambigu, bertentangan, atau tidak memadai dapat meningkatkan ketidakpastian dan tekanan selama dan setelah pencarian di internet yang mengarah ke peningkatan lebih lanjut dalam perilaku pencarian dalam upaya untuk mendapatkan kepastian. Algoritma yang disajikan internet berkaitan dengan informasi kesehatan dapat membuat seseorang mungkin percaya bahwa mereka dapat melakukan diagnosis sendiri berdasarkan hasil pencarian. Kebiasaan pencarian internet ini dapat berdampak dan menunda bantuan profesional ([Pawar dkk., 2022](#)).

Fenomena ini terus diteliti sehingga berkembang istilah *cyberchondria*. Istilah *cyberchondria* berasal dari kata "cyber" dan "hypochondriasis", menunjukkan bahwa *cyberchondria* adalah bentuk hipokondriasis yang terkait dengan penggunaan internet atau komputer ([Starcevic & Berle, 2013](#)). Istilah ini pertama kali diusulkan oleh media berita untuk menggambarkan sisi gelap dari kesehatan

digital. Walaupun istilah *cyberchondria* memiliki akar kata “hypochondriasis”, belum banyak penelitian yang membahas hubungan *hypochondriasis* dengan *cyberchondria*. Sebuah penelitian menemukan bahwa informasi *online* yang berlebihan dan kepercayaan informasi *online* memicu *cyberchondria* (Zheng & Tandoc, 2022). Saat ini, penelitian lebih berfokus pada bagaimana hubungan *health anxiety* dengan *cyberchondria* (Vismara dkk., 2020).

Pada awal berkembangnya konsep *cyberchondria* secara ilmiah, Starcevic & Berle (2013) mendefinisikan *cyberchondria* sebagai pencarian *online* yang berlebihan atau berulang-ulang untuk informasi terkait kesehatan, yang didorong oleh kebutuhan untuk meringankan tekanan atau kecemasan seputar kesehatan, tetapi justru berakibat memburuknya kondisi tersebut. Dengan demikian, komponen penting dari *cyberchondria* yang membedakannya dari pencarian informasi kesehatan biasa meliputi pencarian *online* yang berlebihan yang mengakibatkan tekanan dan/atau kecemasan.

Perkembangan konseptualisasi *cyberchondria* berkembang seiring berjalannya waktu. Definisi terbaru dari *cyberchondria* menjelaskan bahwa *cyberchondria* merujuk pada pola pencarian berlebihan di internet untuk informasi medis atau kesehatan dengan ciri-ciri sebagai berikut, (1) pencarian bersifat kompulsif (sulit untuk menolak dan memfasilitasi tujuan mencari kepastian); (2) perasaan lega jika informasi diperoleh melalui pencarian *online* singkat (Kecemasan atau tekanan biasanya memburuk selama pencarian ini dan berlanjut setelahnya); dan (3) pencarian *online* lebih diutamakan daripada kepentingan lain atau kegiatan sehari-hari dan berlanjut atau meningkat meskipun terjadinya konsekuensi negatif yang terkait dengan pencarian tersebut (Vismara dkk., 2020).

Meskipun seseorang dengan *health anxiety* lebih mungkin untuk mencari informasi yang berhubungan dengan kesehatan di internet, tetapi ditemukan bahwa individu tanpa *health anxiety* sebelumnya dapat mengalami tekanan sebagai hasil dari pencarian informasi kesehatan (Starcevic, 2017). Hasil *network analysis* yang dilakukan oleh Starcevic dkk. (2019) menemukan bahwa meskipun *cyberchondria* dan *health anxiety* terkait erat, keduanya mewakili konstruksi yang berbeda. Walaupun sering dikaitkan dengan *health anxiety*, belum ada konsensus tentang arah hubungan antara *health anxiety* dan *cyberchondria* (Starcevic & Berle, 2013). Misalnya, *health anxiety* bisa menjadi pemicu pencarian internet untuk informasi terkait kesehatan dan/atau mempertahankan kecemasan kesehatan yang ada.

Pencarian melalui internet terkait kesehatan juga dapat disebabkan oleh alasan lain, seperti rasa ingin tahu dan pertanyaan medis yang dapat menjadi awal dari kecemasan kesehatan yang meningkat (Starcevic & Berle, 2015). *Cyberchondria* bersifat multidimensi yang mencakup beberapa komponen seperti, pola pencarian kesehatan *online* berulang dan memakan waktu, keadaan emosi negatif atau tekanan yang terkait dengan pola pencarian kesehatan *online*, gangguan aktivitas lain sebagai akibat dari pola pencarian kesehatan *online* dan berkonsultasi dengan dokter sebagai tanggapan atas tekanan atau kecemasan yang meningkat, biasanya untuk mencari kepastian (McElroy & Shevlin, 2013).

Sebuah tinjauan literatur (*literature review*) diperlukan untuk merangkum dan mengulas hasil-hasil penelitian dari berbagai literatur dalam ranah ini. Tujuan penelitian ini adalah untuk merangkum dan menganalisis penelitian terkait hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria* secara naratif. Pada tinjauan literatur ini, peneliti merangkum dan mengulas hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria* berdasarkan hasil dari penelitian-penelitian yang telah dilakukan sebelumnya.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Metode penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur naratif. Tinjauan literatur naratif berfokus untuk meninjau hasil penelitian terdahulu berdasarkan permasalahan yang diangkat dalam penelitian. Dalam melakukan tinjauan naratif, peneliti mengawali dengan menentukan permasalahan, kemudian melakukan penelusuran artikel penelitian pada *database*, dan melakukan seleksi terhadap artikel yang sesuai dengan kriteria.

### *Strategi Pengumpulan Data*

Tinjauan literatur ini berfokus pada hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria*. Literatur yang ditinjau merupakan artikel terbitan 2013-2023 yang berasal dari *database* internasional dan nasional, seperti Web of Science, PubMed, Scopus, Google Scholar, Science Direct, dan Emerald. Kata kunci yang digunakan, yaitu "Cyberchondria AND Health Anxiety". Kriteria inklusi dalam tinjauan literatur ini adalah artikel penelitian yang dipublikasikan 10 tahun terakhir, memuat temuan mengenai hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria*, menggunakan metode penelitian kuantitatif, dan ditulis dalam bahasa Indonesia atau Inggris. Ada pun kriteria eksklusi tinjauan literatur ini adalah dipublikasikan lebih dari 10 tahun terakhir, tidak memuat hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria*, menggunakan metode penelitian selain metode kuantitatif, dan tidak ditulis dalam bahasa Inggris atau bahasa Indonesia. Literatur-literatur yang dikumpulkan kemudian diseleksi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi dengan cara melakukan asesmen pada abstrak setiap artikel. Apabila artikel tersebut relevan, maka artikel akan diseleksi kembali secara *full-text*. Artikel-artikel yang eligibel kemudian diproses ke tahap analisis. Berdasarkan hasil penelusuran, didapatkan 16 artikel yang eligibel untuk dilanjutkan ke tahap analisis.

### *Analisis Data*

Tinjauan literatur merupakan pendekatan yang digunakan sebagai metode analisis dalam penelitian ini. Informasi yang diekstraksi dari artikel yang telah dikumpulkan meliputi identitas penulis, tahun publikasi, metode penelitian, partisipan penelitian, dan hasil penelitian. Hasil penelitian dari masing-masing artikel akan dikumpulkan berdasarkan ada atau tidaknya hubungan yang ditemukan antara *health anxiety* dan *cyberchondria*.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan hasil *literature review*, ditemukan 16 artikel yang telah memenuhi kriteria inklusi. Diketahui pula mayoritas artikel menggunakan pendekatan kuantitatif berupa survei *cross-sectional*. Hanya terdapat satu artikel menggunakan pendekatan kuantitatif berupa survei *longitudinal*. Sebagian besar artikel yang ditemukan ditulis dalam bahasa Inggris. Hanya terdapat satu artikel yang ditulis dalam bahasa Indonesia. Terdapat satu artikel diterbitkan pada tahun 2013, tiga artikel pada tahun 2014, dua artikel pada tahun 2016, empat artikel pada tahun 2018, dua artikel pada tahun 2019, satu artikel pada tahun 2021, dan tiga artikel pada tahun 2022.

Menurut penelitian [Singh & Brown \(2014\)](#), *health anxiety* berkorelasi positif dengan frekuensi pencarian informasi kesehatan *online* dan proporsi penggunaan internet terkait kesehatan. Namun, penelitian ini tidak menemukan adanya korelasi signifikan antara *health anxiety* dan penggunaan internet sebagai sumber pertama informasi kesehatan dan korelasi jumlah waktu yang dihabiskan di setiap situs web saat mencari informasi kesehatan ([Singh & Brown, 2014](#)). Penelitian lainnya

menemukan bahwa *health anxiety* memprediksi kecenderungan mengalami *cyberchondria* pada masa Covid-19 ([Simanjuntak & Princen, 2022](#)).

Analisis oleh [Fergus \(2014\)](#) menunjukkan adanya hubungan antara *cyberchondria* dan *health anxiety* dengan menggunakan alat ukur *Cyberchondria Severity Scale*. Dimensi ketidakpercayaan terhadap profesional medis dalam alat ukur *Cyberchondria Severity Scale* memiliki korelasi yang rendah dengan *health anxiety*, sedangkan empat dimensi lainnya memiliki korelasi sedang hingga kuat dengan *health anxiety* ([Fergus, 2014](#)). [Bati dkk. \(2018\)](#) juga menemukan bahwa peningkatan frekuensi *screening* kesehatan *online* diikuti dengan peningkatan yang signifikan dari skor *health anxiety* dan skor *cyberchondria*.

*Network analysis* menunjukkan bahwa *cyberchondria* mewakili sekelompok gejala yang sangat terkait dengan *health anxiety*. Meskipun *cyberchondria* dan *health anxiety* terkait erat, keduanya mewakili konstruksi yang berbeda ([Starcevic dkk., 2019](#)). Penelitian lain menemukan adanya hubungan antara frekuensi pencarian informasi medis di internet dan *health anxiety* ([Fergus, 2013](#)). Hasil penelitian oleh [Mathes dkk. \(2018\)](#) menunjukkan bahwa *health anxiety* dan *cyberchondria* berkorelasi sedang, hal ini menunjukkan bahwa mereka kecemasan kesehatan dan *cyberchondria* selaras, namun unik.

Keparahan *health anxiety* adalah prediktor terkuat dari peningkatan kecemasan yang terkait dengan, dan sebagai akibat dari, pencarian gejala *online* ([Doherty-Torstrick dkk., 2016](#)). Penelitian [Fergus & Russell \(2016\)](#) menemukan bahwa *cyberchondria* (skala total) berkorelasi secara signifikan lebih kuat dengan komponen afektif dibandingkan dengan komponen kognitif dan persepsi dari *health anxiety*. Namun, berlawanan dengan prediksi, *cyberchondria* (skala total) berkorelasi secara signifikan lebih kuat dengan komponen kognitif dibandingkan dengan komponen perilaku.

Penelitian [Santoro dkk. \(2022\)](#) menunjukkan bahwa *health anxiety* memediasi secara parsial hubungan positif antara gejala somatik dan *cyberchondria*. Ditemukan pula bahwa harga diri secara langsung memprediksi *cyberchondria* dan bahwa *health anxiety* dan gejala obsesif-kompulsif secara paralel memediasi hubungan antara harga diri dan *cyberchondria* ([Bajcar & Babiak, 2021](#)). Penelitian oleh [Błachnio dkk. \(2022\)](#) menunjukkan bahwa *health anxiety* secara signifikan terkait dengan *cyberchondria* dan bahwa pesimisme dan kesulitan dalam regulasi emosi berperan sebagai mediator dalam hubungan ini.

Berbeda dari hasil temuan-temuan sebelumnya, penelitian oleh [Selvi dkk. \(2018\)](#) menemukan korelasi yang rendah antara *cyberchondria* dan *health anxiety*. Selain itu, sebuah penelitian longitudinal tidak menemukan hubungan yang saling mempengaruhi antara *health anxiety* dan pencarian informasi kesehatan *online* dari waktu ke waktu pada individu dengan tingkat *health anxiety* secara klinis. Hubungan timbal balik ini tidak dapat ditemukan dalam subsampel individu yang cemas secara klinis ([te Poel dkk., 2016](#)). Selain itu, [te Poel dkk. \(2016\)](#) menemukan bahwa pada individu dengan tingkat *health anxiety* yang normal atau rendah, peningkatan intensitas pencarian *online* untuk informasi kesehatan dipicu oleh internet yang dapat meningkatkan tingkat *health anxiety* dalam jangka panjang.

## DISKUSI

Secara keseluruhan, penelitian yang ditemukan terbatas pada sampel dewasa di negara barat. Berdasarkan hasil tinjauan literatur ini, terdapat empat penelitian yang dilakukan pada sampel dewasa ([Błachnio dkk., 2022](#); [Fergus, 2013](#); [Mathes dkk., 2018](#); [Santoro dkk., 2022](#)). Secara khusus, terdapat empat penelitian yang dilakukan pada sampel dewasa di Amerika Serikat ([Doherty-Torstrick dkk., 2016](#); [Fergus, 2014](#); [Fergus & Dolan, 2014](#); [Fergus & Russell, 2016](#)). Satu penelitian dilakukan pada sampel

dewasa di beberapa negara yang meliputi Australia, Kanda, Irlandia, Selandia Baru, Inggris, dan Amerika Serikat ([Starcevic dkk., 2019](#)). Satu penelitian dilakukan pada mahasiswa di Inggris ([Singh & Brown, 2014](#)). Satu penelitian dilakukan pada sampel dewasa di Polandia ([Bajcar & Babiak, 2021](#)), satu penelitian dilakukan pada sampel dewasa di Belanda ([te Poel dkk., 2016](#)), satu penelitian dilakukan pada sampel dewasa di Italia ([Arsenakis dkk., 2021](#)), satu penelitian yang dilakukan pada sampel dewasa di Indonesia ([Simanjuntak & Princen, 2022](#)), dan satu penelitian dilakukan pada sampel dewasa di Turki ([Selvi dkk., 2018](#)). Terdapat satu penelitian yang dilakukan pada sampel mahasiswa, yaitu penelitian pada sampel mahasiswa ilmu kesehatan di Turki ([Bati dkk., 2018](#)).

*Health anxiety* merujuk pada suatu keadaan yang ditandai dengan kecemasan dan ketakutan berlebihan akan kesehatan yang muncul karena keyakinan atau interpretasi terhadap sensasi dan perubahan tubuh sebagai indikasi mengalami penyakit yang serius ([Asmundson dkk., 2010](#); [Asmundson & Taylor, 2020](#)). Berdasarkan hasil *literature review*, ditemukan bahwa *health anxiety* dan *cyberchondria* berkorelasi sedang hingga kuat ([Arsenakis dkk., 2021](#); [Bajcar & Babiak, 2021](#); [Bati dkk., 2018](#); [Błachnio dkk., 2022](#); [Doherty-Torstrick dkk., 2016](#); [Fergus, 2013](#); [Fergus & Dolan, 2014](#); [Fergus & Russell, 2016](#); [Mathes dkk., 2018](#); [Santoro dkk., 2022](#); [Simanjuntak & Princen, 2022](#); [Singh & Brown, 2014](#); [Starcevic dkk., 2019](#)). Hal ini dapat dijelaskan berdasarkan model perilaku kognitif yang menentukan *reassurance seeking* seseorang yang berkaitan dengan perilaku memeriksa sumber informasi medis berulang-ulang sebagai faktor pemelihara dalam kecemasan kesehatan ([Taylor & Asmundson, 2004](#)).

Kekhawatiran mengenai suatu penyakit, terlepas dari keberadaan penyakit yang sebenarnya, telah ditemukan untuk memprediksi perilaku mencari bantuan dan jumlah gejala somatik yang dilaporkan ([Looper & Kirmayer, 2001](#)). Kekhawatiran kesehatan juga dikaitkan dengan bias perhatian terhadap rangsangan yang berhubungan dengan penyakit pada populasi klinis hipokondria ([Gropalis dkk., 2013](#)) dan pada populasi non-klinis dengan preokupasi somatik awal ([Lecci & Cohen, 2002](#)). Internet berperan sebagai media informasi yang dapat memberikan tekanan afektif yang unik pada mereka yang memiliki *health anxiety* ([Doherty-Torstrick dkk., 2016](#)).

Informasi dari internet seringkali memiliki akurasi yang sulit untuk diprediksi. Hal ini dapat dilihat dari bagaimana penyelidikan terkait gejala jinak ke dalam mesin pencari di internet kemungkinan besar akan menghasilkan tingkat penjelasan statistik yang tidak mungkin secara tidak proporsional, seperti penyakit yang mengancam atau berbahaya. Seseorang yang khawatir tentang penyakit bahkan cenderung tidak memperhatikan validitas sumber ([Barsky & Kierman, 1983](#)) dan lebih takut dengan apa yang mereka lihat ([Baumgartner & Hartmann, 2011](#)). [Starcevic \(2017\)](#) menjelaskan lebih lanjut bahwa ketidakpastian terhadap kondisi kesehatan diri sendiri dapat meningkatkan pencarian informasi tentang kesehatan secara *online*, terutama ketika informasi yang tersedia secara *online* ambigu atau saling bertentangan. Oleh karena itu, seseorang mungkin merasa perlu untuk menghilangkan ketidakpastian itu untuk mendapatkan "*closure*" yang kemudian mendorong seseorang terus melakukan pencarian informasi secara *online* ([Starcevic, 2017](#)).

Sebuah penelitian longitudinal tidak menemukan hubungan yang saling mempengaruhi antara *health anxiety* dan pencarian informasi kesehatan *online* dari waktu ke waktu pada individu dengan tingkat *health anxiety* secara klinis. Hubungan timbal balik ini tidak dapat ditemukan dalam subsampel individu yang cemas secara klinis ([te Poel dkk., 2016](#)). Selain itu, [te Poel dkk \(2016\)](#) menemukan bahwa pada individu dengan tingkat *health anxiety* yang normal atau rendah, internet dapat memicu peningkatan intensitas pencarian *online* untuk informasi kesehatan dapat meningkatkan tingkat *health anxiety* dalam jangka panjang. Dapat dikatakan bahwa temuan ini menunjukkan bahwa *cyberchondria* mungkin merupakan fenomena yang mungkin muncul pada individu dengan tingkat kecemasan kesehatan non-klinis, daripada karakteristik individu yang cemas kesehatan secara klinis. Hal ini mengindikasikan

bahwa, bagi masyarakat umum, informasi kesehatan yang ditemukan di internet memang dapat menimbulkan efek negatif.

Berdasarkan hasil tinjauan literatur, penelitian oleh [Selvi dkk. \(2018\)](#) menemukan korelasi yang rendah antara *cyberchondria* dan *health anxiety*. Hasil penelitian ini sedikit dijelaskan dari hasil penelitian [Simanjuntak & Princen \(2022\)](#) berdasarkan hasil analisis regresi yang menemukan bahwa besar pengaruh *health anxiety* terhadap *cyberchondria* adalah sebesar 14.5% dan selebihnya oleh faktor-faktor personal seperti faktor kepribadian. Penelitian lain menunjukkan adanya variabel lain yang dapat mempengaruhi hubungan *health anxiety* dengan *cyberchondria*. [Blachnio dkk. \(2022\)](#) menemukan bahwa pesimisme dan kesulitan dalam regulasi emosi berperan sebagai mediator dalam hubungan *health anxiety* dan *cyberchondria*.

Peran *health anxiety* tidak hanya sebatas sebagai prediktor tunggal dalam memprediksi *cyberchondria*. Selain kecemasan kesehatan, gejala obsesif kompulsif, dan intoleransi ketidakpastian semuanya terkait dengan keparahan *cyberchondria*, dengan kecemasan kesehatan memberikan kontribusi unik terkuat ([Arsenakis dkk., 2021](#)). Diketahui pula bahwa depresi dan gejala somatik juga memprediksi tingkat keparahan *cyberchondria* ([Arsenakis dkk., 2021](#)). Pada beberapa penelitian, *health anxiety* menjadi variabel mediator yang memediasi secara parsial hubungan gejala somatik dan *cyberchondria* ([Santoro dkk., 2022](#)). Selain itu, *health anxiety* dan gejala obsesif-kompulsif secara paralel memediasi hubungan antara harga diri dan *cyberchondria* ([Bajcar & Babiak, 2021](#)).

## SIMPULAN

Tinjauan literatur ini bertujuan untuk merangkum dan menganalisis penelitian terkait *health anxiety* dan *cyberchondria*. Berdasarkan hasil *literature review*, *health anxiety* memiliki hubungan dengan *cyberchondria*. *Health anxiety* dikaitkan dengan bias perhatian terhadap rangsangan yang berhubungan dengan penyakit pada populasi klinis hipokondria dan pada populasi non-klinis dengan preokupasi somatik awal. Internet berperan sebagai media informasi yang dapat memberikan tekanan afektif yang unik pada mereka yang memiliki kecemasan kesehatan. Algoritma informasi kesehatan di internet yang sulit diatur juga berperan dalam bagaimana seseorang dengan *health anxiety* mengalami fenomena *cyberchondria*. Sebuah penelitian longitudinal menemukan bahwa seseorang dengan tingkat *health anxiety* yang rendah juga dapat mengalami fenomena *cyberchondria*. *Cyberchondria* mungkin dapat dijelaskan sebagai fenomena yang mungkin muncul pada individu dengan tingkat kecemasan kesehatan non-klinis, daripada karakteristik individu yang cemas kesehatan secara klinis. Hal ini mungkin mengindikasikan bahwa, bagi masyarakat umum, informasi kesehatan yang ditemukan di internet dapat menimbulkan efek negatif. Meskipun *health anxiety* diketahui memiliki hubungan dengan *cyberchondria*, penelitian selanjutnya dapat meneliti lebih lanjut secara empiris mengenai hubungan dan pengaruh *health anxiety* dengan *cyberchondria* dalam konteks atau sampel spesifik yang berbeda.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih dan syukur kepada Ida Sang Hyang Widhi, keluarga saya di Bali, Ibu dosen pembimbing, dan teman-teman, yang telah mendukung proses penulisan tinjauan literatur ini.

## DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Putu Angita Gayatri tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

#### PUSTAKA ACUAN

- Arsenakis, S., Chatton, A., Penzenstadler, L., Billieux, J., Berle, D., Starcevic, V., Viswasam, K., & Khazaal, Y. (2021). Unveiling the relationships between cyberchondria and psychopathological symptoms. *Journal of Psychiatric Research*, *143*(September), 254–261. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2021.09.014>
- Asmundson, G. J. G., Abramowitz, J. S., Richter, A. A., & Whedon, M. (2010). Health anxiety: Current perspectives and future directions. *Current Psychiatry Reports*, *12*(4), 306–312. <https://doi.org/10.1007/s11920-010-0123-9>
- Asmundson, G. J. G., & Taylor, S. (2020). How health anxiety influences responses to viral outbreaks like COVID-19: What all decision-makers, health authorities, and health care professionals need to know. *Journal of Anxiety Disorders*, *71*(March), 102211. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2020.102211>
- Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia. (2022). *Profil Internet Indonesia 2022*.
- Bajcar, B., & Babiak, J. (2021). Self-esteem and cyberchondria: The mediation effects of health anxiety and obsessive-compulsive symptoms in a community sample. *Current Psychology*, *40*(6), 2820–2831. <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00216-x>
- Barsky, A. J., & Kierman, G. L. (1983). Overview: Hypochondriasis, bodily complaints, and somatic styles. *American Journal of Psychiatry*, *140*(3), 273–283. <https://doi.org/10.1176/ajp.140.3.273>
- Bati, A. H., Mandiracioglu, A., Govsa, F., & Çam, O. (2018). Health anxiety and cyberchondria among Ege University health science students. *Nurse Education Today*, *71*(March), 169–173. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.09.029>
- Baumgartner, S. E., & Hartmann, T. (2011). The role of health anxiety in online health information search. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *14*(10), 613–618. <https://doi.org/10.1089/cyber.2010.0425>
- Błachnio, A., Przepiórka, A., Kot, P., Cudo, A., & Steuden, S. (2022). The role of emotional functioning in the relationship between health anxiety and cyberchondria. *Current Psychology*, *2019*. <https://doi.org/10.1007/s12144-022-04126-3>
- Doherty-Torstrick, E. R., Walton, K. E., & Fallon, B. A. (2016). Cyberchondria: Parsing Health Anxiety From Online Behavior. *Psychosomatics*, *57*(4), 390–400. <https://doi.org/10.1016/j.psym.2016.02.002.Cyberchondria>
- Fergus, T. A. (2013). Cyberchondria and intolerance of uncertainty: Examining when individuals experience health anxiety in response to internet searches for medical information. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, *16*(10), 735–739. <https://doi.org/10.1089/cyber.2012.0671>



- Fergus, T. A. (2014). The Cyberchondria Severity Scale (CSS): An examination of structure and relations with health anxiety in a community sample. *Journal of Anxiety Disorders*, 28(6), 504–510. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2014.05.006>
- Fergus, T. A., & Dolan, S. L. (2014). Problematic internet use and internet searches for medical information: The role of health anxiety. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 17(12), 761–765. <https://doi.org/10.1089/cyber.2014.0169>
- Fergus, T. A., & Russell, L. H. (2016). Does cyberchondria overlap with health anxiety and obsessive-compulsive symptoms? An examination of latent structure and scale interrelations. *Journal of Anxiety Disorders*, 38, 88–94. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.01.009>
- Fox, S., & Duggan, M. (2013). *Health Online 2013*.
- Frost, J., Vermeulen, I. E., & Beekers, N. (2014). Anonymity versus privacy: Selective information sharing in online cancer communities. *Journal of Medical Internet Research*, 16(5), 1–11. <https://doi.org/10.2196/jmir.2684>
- Gropalis, M., Bleichhardt, G., Hiller, W., & Witthöft, M. (2013). Specificity and modifiability of cognitive biases in hypochondriasis. *Journal of consulting and clinical psychology*, 81(3), 558–565. <https://doi.org/10.1037/a0028493>
- Jabson, J. M., Patterson, J. G., & Kamen, C. (2017). Understanding health information seeking on the internet among sexual minority people: Cross-sectional analysis from the health information national trends survey. *JMIR Public Health and Surveillance*, 3(2), 1–9. <https://doi.org/10.2196/publichealth.7526>
- Kristina, S. A., Ekasari, M. P., & Wati, M. R. (2019). Internet use for searching information on health and medicine: An exploratory study among Indonesian customers. *Research Journal of Pharmacy and Technology*, 12(12), 5927–5931. <https://doi.org/10.5958/0974-360X.2019.01028.X>
- Lecci, L., & Cohen, D. J. (2002). Perceptual consequences of an illness-concern induction and its relation to hypochondriacal tendencies. *Health Psychology*, 21(2), 147–156. <https://doi.org/10.1037/0278-6133.21.2.147>
- Looper, K. J., & Kirmayer, L. J. (2001). Hypochondriacal concerns in a community population. *Psychological Medicine*, 31(4), 577–584. <https://doi.org/10.1017/S0033291701003737>
- Mathes, B. M., Norr, A. M., Allan, N. P., Albanese, B. J., & Schmidt, N. B. (2018). Cyberchondria: Overlap with health anxiety and unique relations with impairment, quality of life, and service utilization. *Psychiatry Research*, 261, 204–211. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.01.002>
- McElroy, E., & Shevlin, M. (2013). The development and initial validation of the cyberchondria severity scale (CSS). *Journal of Anxiety Disorders*, 28(2), 259–265. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2013.12.007>
- Monney, G., Penzenstadler, L., Dupraz, O., Etter, J. F., & Khazaal, Y. (2015). mHealth app for cannabis users: Satisfaction and perceived usefulness. *Frontiers in Psychiatry*, 6(AUG), 32–35. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2015.00120>
- Muse, K., McManus, F., Leung, C., Meghreblian, B., & Williams, J. M. G. (2012). Cyberchondriasis: Fact or fiction? A preliminary examination of the relationship between health anxiety and searching for

- health information on the Internet. *Journal of Anxiety Disorders*, 26(1), 189–196. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2011.11.005>
- Pawar, P., Kamat, A., Salimath, G., Jacob, K. R., & Kamath, R. (2022). Prevalence of Cyberchondria among Outpatients with Metabolic Syndrome in a Tertiary Care Hospital in Southern India. *Scientific World Journal*, 2022. <https://doi.org/10.1155/2022/3211501>
- Santoro, G., Starcevic, V., Scalone, A., Cavallo, J., Musetti, A., & Schimmenti, A. (2022). The Doctor Is In(ternet): The Mediating Role of Health Anxiety in the Relationship between Somatic Symptoms and Cyberchondria. *Journal of Personalized Medicine*, 12(9). <https://doi.org/10.3390/jpm12091490>
- Selvi, Y., Turan, S. G., Sayin, A. A., Boysan, M., & Kandeger, A. (2018). The cyberchondria severity scale (CSS): Validity and reliability study of the Turkish version. *Sleep and Hypnosis*, 20(4), 241–246. <https://doi.org/10.5350/Sleep.Hypn.2018.20.0157>
- Simanjuntak, E. J., & Princen, P. (2022). Pengaruh Kecemasan Kesehatan dengan Cyberchondria di tengah Pandemi Covid-19. *Manasa*, 11(1), 34–47. <https://doi.org/10.25170/manasa.v11i1.3325>
- Singh, K., & Brown, R. J. (2014). Health-related Internet habits and health anxiety in university students. *Anxiety, Stress and Coping*, 27(5), 542–554. <https://doi.org/10.1080/10615806.2014.888061>
- Starcevic, V. (2017). Cyberchondria: Challenges of Problematic Online Searches for Health-Related Information. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 86(3), 129–133. <https://doi.org/10.1159/000465525>
- Starcevic, V., Baggio, S., Berle, D., Khazaal, Y., & Viswasam, K. (2019). Cyberchondria and its Relationships with Related Constructs: A Network Analysis. *Psychiatric Quarterly*, 90(3), 491–505. <https://doi.org/10.1007/s11126-019-09640-5>
- Starcevic, V., & Berle, D. (2013). Cyberchondria: Towards a better understanding of excessive health-related Internet use. *Expert Review of Neurotherapeutics*, 13(2), 205–213. <https://doi.org/10.1586/ern.12.162>
- Starcevic, V., & Berle, D. (2015). Cyberchondria: An Old Phenomenon in a New Guise? Dalam E. Aboujaoude & V. Starcevic (Ed.), *Mental Health in the Digital Age: Grave Dangers, Great Promise* (hlm. 0). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/med/9780199380183.003.0006>
- Taylor, S., & Asmundson, G. (2004). *Treating health anxiety: A cognitive-behavioral approach*. The Guilford Press.
- te Poel, F., Baumgartner, S. E., Hartmann, T., & Tanis, M. (2016). The curious case of cyberchondria: A longitudinal study on the reciprocal relationship between health anxiety and online health information seeking. *Journal of Anxiety Disorders*, 43, 32–40. <https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2016.07.009>
- Tonsaker, T., Bartlett, G., & Trpkov, C. (2014). Health information on the Internet Gold mine or minefield? Tag the good and bad. *Can Fam Physician*, 60, 407–408.
- Vismara, M., Caricasole, V., Starcevic, V., Cinosi, E., Dell'Osso, B., Martinotti, G., & Fineberg, N. A. (2020). Is cyberchondria a new transdiagnostic digital compulsive syndrome? A systematic review of

the evidence. *Comprehensive Psychiatry*, 99(Comprehensive Psychiatry journal), 1–13. <https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152167>

Zheng, H., & Tandoc, E. C. (2022). Calling Dr. Internet: Analyzing News Coverage of Cyberchondria. *Journalism Practice*, 16(5), 1001–1017. <https://doi.org/10.1080/17512786.2020.1824586>