Jurnal Kognisia Volume 6, Nomor 1, April 2021, 29-39
doi: 10.20527/kognisia.2023.04.005

eISSN: 2809-6215
pISSN: 2809-6827

Peranan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kecenderungan Cyberchondria pada Mahasiswa Program Pendidikan Profesi Ners

The Role of Psychological Well-Being on Cyberchondria Tendency in Students of Nursing Professional Education Program

Laili Aulia Rahmah*, Sukma Noor Akbar & Rusdi Rusli
Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Lambung Mangkurat, Jl. A. Yani Km 36 Banjarbaru, 70714, Indonesia

ABSTRAK
Proses pendidikan mahasiswa profesi *ners* tidak luput dari aktivitas pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* yang seringkali memunculkan rasa cemas pada individu terutama bagi mereka yang khawatir terhadap kesehatannya, istilah ini disebut sebagai *cyberchondria*. Adanya perasaan cemas tersebut dapat disebabkan karena individu kurang atau tidak memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswa aktif program pendidikan profesi *ners* program profesi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat sebanyak 74 orang yang diperoleh dengan teknik sampling total. Penelitian ini menggunakan dua alat ukur, yakni skala kesejahteraan psikologis dan skala kecenderungan *cyberchondria*. Analisis data yang digunakan adalah regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan kesejahteraan psikologis tidak memiliki peranan yang signifikan terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners* sehingga tentunya masih terdapat faktor-faktor lain yang memberi peranan terhadap kecenderungan *cyberchondria*

Kata kunci: Kecenderungan *cyberchondria*, kesejahteraan psikologis, mahasiswa profesi *ners*

ABSTRACT
The educational process of nursing professional education students is inseparable from *cyberchondria* activities of medical information searching which often cause anxiety in individuals especially those worrying about their health, which is referred to as *cyberchondria*. The existence of the anxiety can be caused by the individual's lack of good psychological well-being. This study aims to investigate the role of psychological well-being on *cyberchondria* tendency in students of the Nursing Professional Education Program. The population in this study, selected using the total sampling technique, were 74 active students of the Nursing Professional Education Program, the Faculty of Medicine, Lambung Mangkurat University. The measurement instruments consisted of the psychological well-being scale and the *cyberchondria* tendency scale. Data were analyzed using the simple linear regression. The results showed that psychological well-being did not have a significant role on *cyberchondria* tendency in students of the Nursing Professional Education Program. There were indeed other factors that contributed to the *cyberchondria* tendency.

Keywords: *Cyberchondria* tendency, psychological well-being, nursing professional education students

***Korespondensi:**
Laili Aulia Rahmah
lailiaulia13@gmail.com

Masuk: 20 Oktober 2022
Diterima: 28 November 2022
Terbit: 25 Januari 2025

Sitasi:
Rahmah, L. A, Akbar, S. M., & Rusdi, R. (2023). Peranan Kesejahteraan Psikologis terhadap Kecenderungan *Cyberchondria* pada Mahasiswa Program Pendidikan Profesi *Ners*. *Jurnal Kognisia*,*6*(1), 38-48. http://doi.org/10.20527/kognsia.2023.04.005

PENDAHULUAN

Mahasiswa dalam proses pendidikannya tidak luput dari masalah, seperti adanya perasaan stres, tidak adanya motivasi belajar, hingga masalah kecemasan. Permasalahan tersebut juga dapat dirasakan oleh mahasiswa kesehatan. Salkovskis dan Howes (1998); Meng dkk. (2019) menyatakan bahwa saat belajar mengenai suatu penyakit namun tidak memiliki pemahaman yang lengkap tentangnya, maka mahasiswa kesehatan dapat

membandingkan gejala tubuh mereka sendiri dan gejala yang dibayangkan mengenai penyakit tersebut dengan memperhatikan mengenai kesamaan dan mengabaikan inkonsistensi. Papadopoulou dkk. (2021) dalam penelitiannya mendapatkan hasil bahwa mahasiswa ilmu kesehatan lebih mungkin menderita kecemasan kesehatan daripada mahasiswa dari disiplin ilmu lain. Hal ini dapat dipengaruhi oleh pelatihan medis yang dijalani oleh mahasiswa kesehatan selama proses pendidikannya, yang mana merupakan proses yang menuntut dan penuh tekanan sehingga dapat berdampak buruk pada kesehatan mental mahasiswa termasuk kecemasan dan depresi (Yusoff dkk., 2013; Papadopoulou dkk., 2021). Tuntutan pelatihan medis atau praktikum klinis ini membuat mahasiswa kesehatan harus selalu memperbaharui wawasan mereka mengenai informasi kesehatan dalam menunjang keperluan studi mereka. Informasi kesehatan tersebut salah satunya dapat diperoleh dari situs internet. Hal ini menyebabkan mahasiswa kesehatan seperti keperawatan terpapar sejumlah besar informasi kesehatan *cyberchondria* sehingga dapat mempengaruhi populasi ini ke arah hal negatif seperti munculnya perasaan stres atau cemas dari informasi kesehatan *cyberchondria* yang didapatkan.

Lingkungan *cyberchondria* seringkali menjadi alternatif yang digunakan oleh anak muda untuk mencari tahu mengenai masalah seksual dan mental yang tidak dapat mereka diskusikan secara langsung atau bagi mereka yang memilih untuk merahasiakannya (Bati dkk., 2018). Hal ini pun dapat menyebabkan populasi berusia muda seperti mahasiswa cenderung lebih memilih untuk mencari informasi kesehatan secara *cyberchondria* dibandingkan dengan menanyakan langsung kepada dokter. Ada berbagai macam alasan yang melatarbelakangi individu untuk mencari informasi kesehatan secara *cyberchondria*, seperti akses informasinya yang mudah, hasil cepat didapat, tidak adanya prosedur administrasi, serta individu yang merasa nyaman karena dapat mengajukan berbagai macam jenis pertanyaan tanpa rasa malu (Erdoğan & Hocaoglu, 2020). Terlepas dari manfaat tersebut, di sisi lain fenomena ini juga dapat berdampak buruk. Pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* yang berulang dapat memperkuat kecemasan individu yang khawatir terhadap kesehatan mereka (Erdoğan & Hocaoglu, 2020). Ketika kecemasan kesehatan tinggi, lingkungan *cyberchondria* menjadi lebih sering digunakan dan kekhawatiran dapat meningkat setelah pencarian internet (Singh & Brown, 2014; Bati dkk., 2018). Kondisi ini dapat membuat individu rentan untuk mengalami kecenderungan terhadap *cyberchondria*.

Istilah *cyberchondria* (yang berasal dari kata *cyber* dan *hypochondriasis*) digunakan sebagai bentuk hipokondriasis yang terkait dengan penggunaan internet atau komputer (Gandla dkk., 2021). Hipokondriasis sendiri adalah suatu kondisi individu yang berpikir bahwa dirinya memiliki penyakit serius yang didasarkan pada salah tafsir gejala tubuh (Meng dkk., 2019). Istilah *cyberchondria* awalnya diciptakan oleh media populer, khususnya di Inggris pada awal tahun 2000an (Loos, 2013). Istilah *cyberchondria* pertama kali disebutkan dalam sebuah artikel berita pada tahun 1996 dalam layanan berita "*Business Wire*" (Loos, 2013). *Cyberchondria* dapat didefinisikan sebagai jenis gangguan kecemasan di mana individu mendiagnosis diri sendiri setelah melakukan pencarian internet yang hanya berdasarkan kriteria menurut diri sendiri dan kemudian menyimpulkan bahwa mereka memiliki penyakit (Starcevic & Berle, 2014; Seyed Hashemi dkk., 2020). Pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* dalam gangguan *cyberchondria* dianggap sebagai perilaku maladaptif yang dilakukan untuk mengatasi kecemasan kesehatan dan perilaku ini menciptakan lingkaran setan karena individu akan terus menerus mencari informasi kesehatan mereka di internet untuk mendapatkan kepastian mengenai masalah kesehatan mereka (Starcevic dkk., 2020).

Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi *cyberchondria*. Starcevic (2017) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi *cyberchondria* dapat disebabkan karena adanya rasa ketidakpastian tentang kesehatan, anggapan bahwa internet adalah media terbaik untuk memberikan penjelasan mengenai kesehatan (informasi *cyberchondria* tersebut lalu menimbulkan peningkatan kecemasan kesehatan yang kemudian memotivasi beberapa individu untuk terus kembali ke internet), serta adanya kesulitan individu dalam membedakan antara sumber informasi *cyberchondria* yang dapat dipercaya dan tidak dapat dipercaya (dapat menimbulkan kebingungan dan kecemasan pada individu apabila terdapat perbedaan konten dalam situs-situs *cyberchondria* yang dikunjungi). Berdasarkan hal tersebut, dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa faktor utama yang mempengaruhi *cyberchondria* adalah adanya perasaan cemas pada diri individu. Adanya perasaan cemas tersebut dapat disebabkan karena individu tersebut kurang atau tidak memiliki kesejahteraan psikologis yang baik. Sebagaimana diungkapkan oleh Ryff (1995), apabila seseorang tidak menderita kecemasan, depresi, maupun bentuk gejala psikologis lainnya maka dapat dipandang sehat secara mental. Oleh sebab itu, dapat dikatakan bahwa kesejahteraan psikologis individu juga merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi *cyberchondria*, yang mana individu penderita *cyberchondria* tidak sehat secara mental karena memiliki perasaan cemas terhadap kesehatannya.

Ryff (1989) mendefinisikan *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis sebagai gambaran kesehatan psikologis individu yang didasarkan pada pemenuhan kriteria fungsi psikologi positif. Ryff (1995) membagi aspek kesejahteraan psikologis menjadi enam bagian, yakni penerimaan diri, hubungan yang positif dengan orang lain, otonomi (kemandirian), penguasaan lingkungan, tujuan dalam hidup, dan pengembangan diri. Ryff (1995) menyebutkan bahwa kondisi kesejahteraan psikologis pada individu dapat terlihat pada sikap positif terhadap diri sendiri, membentuk hubungan hangat dengan orang lain, independen, memiliki kompetensi dalam mengelola lingkungan, memiliki tujuan dan makna hidup, serta melihat diri sebagai pribadi yang dapat tumbuh dan berkembang.

Salah satu penelitian terdahulu dilakukan oleh Ivanova (2013) yang menemukan bahwa tingkat kecanduan internet yang tinggi memiliki keterkaitan dengan kesejahteraan *eudaimonic* dan harga diri yang lebih rendah. Selain itu ditemukan juga bahwa kecanduan internet memiliki hubungan dengan kesejahteraan subjektif dan depresi yang lebih tinggi. Kecanduan internet tentu memiliki keterkaitan dengan *cyberchondria* karena sama-sama menggunakan internet dalam tindakannya. Dengan adanya hasil penelitian tersebut maka dapat diasumsikan bahwa adanya kesejahteraan psikologis yang rendah dapat meningkatkan kemungkinan individu untuk mengalami kecenderungan *cyberchondria*. Ada pula penelitian Jamshidian dkk. (2018) yang menemukan bahwa makna hidup memiliki hubungan negatif yang signifikan terhadap kecemasan kesehatan, yakni kehadiran makna hidup yang lebih tinggi dikaitkan dengan kecemasan kesehatan yang lebih sedikit. Kecemasan kesehatan dengan *cyberchondria* tentu memiliki keterkaitan, sebagaimana disebutkan oleh Starcevic (2017) bahwa pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* di *cyberchondria* menghasilkan tingkat kecemasan kesehatan yang lebih tinggi dibandingkan sebelum pencarian. Adapun makna hidup merupakan bagian dari aspek kesejahteraan psikologis (tujuan dalam hidup), yang diperkuat oleh Ryff (1989) bahwa adanya tujuan dan arah hidup merupakan kriteria utama dari kesejahteraan psikologis. Penelitian ini turut memperkuat asumsi peneliti bahwa terdapat peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria*.

Berdasarkan penelitian dan uraian tersebut, maka peneliti merasa tertarik untuk meneliti mengenai peranan kesejahteraan psikologis

terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners.* Mahasiswa keperawatan dipilih sebagai subjek penelitian dikarenakan mahasiswa keperawatan mengalami lebih banyak stres daripada mahasiswa dari disiplin ilmu kesehatan lain, hal ini terkait dengan sifat profesi di mana para praktisinya diharapkan dapat terus memberikan energi dan dukungan emosional kepada klien hingga seringkali merasa kelelahan (Yonge dkk., 2002). Adapun pemilihan mahasiswa profesi *ners* sebagai subjek penelitian disebabkan karena mereka menghabiskan sebagian besar waktu dengan melakukan praktik klinik sehingga lebih rentan mengalami stres hingga kecemasan, sebagaimana disebutkan oleh Yonge dkk. (2002) bahwa terdapat beberapa faktor yang menyebabkan peningkatan stres di tempat kerja oleh mahasiswa keperawatan, salah satunya yakni munculnya kecemasan klinis karena merawat banyak pasien. Hal ini kemudian diperkuat oleh Nelwati dkk. (2012) yang menyebutkan bahwa lingkungan belajar klinis adalah sumber kecemasan dan stres pada mahasiswa keperawatan. Oleh sebab itu, keadaan praktik klinis dapat dikaitkan dengan *cyberchondria* yang memiliki efek tidak menyenangkan dan negatif, terutama dalam bentuk kecemasan yang meningkat (White & Horvitz, 2009). Selain itu pula, Taylor (2004) menyebutkan bahwa adanya pengalaman belajar tentang kesehatan dan penyakit dapat menimbulkan keyakinan maladaptif. Pengalaman belajar tentang kesehatan ini dapat memberi bukti pada mereka untuk mendukung keyakinan maladaptif yang dirasakan (Taylor, 2004).

METODE PENELITIAN

Pelaksanaan penelitian berlangsung selama 9 hari, yakni pada tanggal 7-15 Juni 2022 yang dilaksanakan secara *offline* kepada 74 mahasiswa profesi *ners* Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat dengan mendatangi mahasiswa di sela kegiatan praktik mereka yang sebelumnya dilakukan janji temu via *WhatsApp* agar pengisian kuesioner tidak mengganggu kegiatan praktik klinik mereka. Penelitian ini telah dinyatakan lolos kaji etik pada tanggal 9 Juni 2022 dengan nomor surat 161/KEPK-FK ULM/EC/VI/2022.

Desain

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan tipe desain penelitian yakni penelitian survei.

Partisipan

Populasi penelitian ini merupakan mahasiswa program pendidikan profesi *ners* program profesi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat yang berjumlah 111 mahasiswa. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *nonprobability sampling*, yakni *sampling total.* Sampling total merupakan teknik penentuan sampel apabila seluruh anggota populasi diambil sebagai sampel penelitian (Sugiyono, 2021). Oleh sebab itu, seluruh anggota populasi yang berjumlah 111 mahasiswa digunakan sebagai subjek penelitian dengan jumlah sampel terkumpul sebanyak 74 mahasiswa dikarenakan 37 mahasiswa tidak memenuhi kriteria responden. Kriteria responden penelitian ini yakni mahasiswa aktif dari program pendidikan profesi *ners* program profesi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat, pernah menggunakan internet untuk mencari informasi kesehatan serta memiliki riwayat masalah kesehatan apapun dalam enam bulan terakhir, berusia 18-35 tahun, dan bersedia menjadi partisipan penelitian

Pengukuran

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yakni dengan mengadaptasi skala kecenderungan *cyberchondria* (*Cyberchondria Tendency Scale*) oleh Tatli dkk. (2019) dengan teknik adaptasi lintas budaya oleh Beaton dkk. (2000) serta skala kesejahteraan psikologis oleh Ryff dan Keyes (1995) yang telah diadaptasi oleh Azalia dkk.

(2018). Skala kecenderungan *cyberchondria* berbentuk skala likert dengan lima pilihan jawaban yakni SS (Sangat Sesuai) dengan skor 4, S (Sesuai) dengan skor 3, Agak Sesuai (AS) dengan skor 2, TS (Tidak Sesuai) dengan skor 1, dan STS (Sangat Tidak Sesuai) dengan skor 0. Skala kecenderungan *cyberchondria* berjumlah 30 aitem pada skala asli dengan 1 aitem gugur saat uji coba sehingga total aitem berjumlah 29 yang semuanya bersifat favorable. Salah satu contoh bunyi aitem pada aitem nomor 1 yakni *"Saya akan berbagi tentang masalah kesehatan saya melalui situs di internet".* Skala kecenderungan *cyberchondria* memiliki skor reliabilitas sebesar 0,927 saat uji coba penelitian yang dilaksanakan secara *cyberchondria* (n=36), dan reliabilitas skala pada penelitian yang dilaksanakan secara *offline* (n=74) sebesar 0,912.

Adapun skala adaptasi kesejahteraan psikologis berbentuk skala likert dengan enam pilihan jawaban dengan penilaian aitem *favorable* yakni SS (Sangat Setuju) dengan skor 6, S (Setuju) dengan skor 5, CS (Cenderung Setuju) dengan skor 4, CTS (Cenderung Tidak Setuju) dengan skor 3, TS (Tidak Setuju) dengan skor 2, dan STS (Sangat Tidak Setuju) dengan skor 1, sedangkan pada aitem *unfavorable* bersifat kebalikannya. Skala kesejahteraan psikologis berjumlah 18 aitem dengan 8 aitem yang gugur saat uji coba sehingga total aitem berjumlah 10. Salah satu contoh bunyi aitem pada aitem nomor 1 yakni *"Secara umum, saya merasa saya bertanggung jawab atas situasi di mana saya tinggal".* Skala kesejahteraan psikologis memiliki skor reliabilitas sebesar 0,817 saat uji coba penelitian yang dilaksanakan secara *cyberchondria* (n=36), dan reliabilitas skala pada penelitian yang dilaksanakan secara *offline* (n=74) sebesar 0,679.

Analisis Data

Teknik analisa data yang digunakan untuk menguji hipotesis yakni dengan menggunakan analisis regresi linear sederhana. Uji asumsi dasar dilakukan sebelum analisis data penelitian yang terdiri atas uji normalitas data residual dan uji linearitas. Analisa data dilakukan dengan bantuan aplikasi SPSS *(Statistical Product and Service Solution)* versi 26.

HASIL

Uji asumsi dasar berupa uji normalitas residual dan uji linearitas dilakukan terlebih dahulu sebelum melakukan analisis data penelitian sebagai prasyarat analisis regresi linier sederhana. Hasil uji normalitas residual menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,200. Hasil tersebut menggambarkan bahwa data penelitian ini terdistribusi secara normal karena nilai signifikansi residual yang diperoleh lebih besar dari 0,050 (0,200 > 0,050). Selanjutnya dilakukan uji linearitas dan didapatkan nilai sig. pada *Deviation from Linearity* sebesar 0,376 yang menampakkan bahwa arah regresi antara kedua variabel bersifat linear (0,376 > 0,05). Selanjutnya lalu dilakukan uji hipotesis dengan menggunakan analisis regresi linier sederhana untuk mengetahui apakah terdapat peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Adapun hasil uji hipotesis menggunakan analisis regresi linier sederhana dari kedua variabel tersebut adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Uji Analisis Regresi Linear Sederhana

	Coefficients				
Variabel	**B**	**95%CI**	**β**	**T**	**Sig.**
(Constant)	69,198	[38,607, 99,789]		4,509	0,000
Kesejahteraan Psikologis	–0,385	[–1,032, 0,263]	–0,138	–1,184	0,240

Tabel 2. Nilai Koefesien Determinasi Regresi

Model	*Model Summary*	
	R	**R *Square***
1	0,138	0,019

Peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* bisa dilihat melalui nilai signifikansi atau perbandingan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel}. Variabel kesejahteraan psikologis memiliki peranan terhadap variabel kecenderungan *cyberchondria* apabila nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ atau nilai signifikansi < 0,050. Dari tabel koefisien dapat dilihat jika nilai t_{hitung} kesejahteraan psikologis memperoleh nilai sebesar -1,184 dengan nilai signifikansi 0,240. Adapun nilai t_{tabel} dapat diketahui dari tabel statistik dengan taraf signifikansi 5% dengan derajat kebebasan df = N-2, sehingga diperoleh df = 74-2 = 72. Dari nilai df tersebut didapatkan nilai t_{tabel} sebesar 1,993 sehingga diperoleh nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ yakni -1,184 < 1,993 yang artinya hipotesis alternatif pada penelitian ini ditolak. Selain itu, pada taraf signifikansi didapatkan nilai 0,240 > 0,050. Oleh sebab itu, dapat disimpulkan bahwa hipotesis pada penelitian ini ditolak yakni tidak terdapat peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Berdasarkan hasil uji regresi linear sederhana dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak berperan secara signifikan terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Untuk mengetahui besarnya peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* dapat diamati dari nilai R *Square* yang tertera pada tabel 2.

Dari tabel tersebut diketahui jika nilai R *square* yang diperoleh sebesar 0,019. Hal ini menampakkan bahwa kesejahteraan psikologis berperan sebesar 1,9% terhadap kecenderungan *cyberchondria*, sedangkan untuk 98,1% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar penelitian ini.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah terdapat peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Hasil uji hipotesis dengan teknik analisis regresi linear sederhana memperlihatkan bahwa hipotesis alternatif pada penelitian ini ditolak. Ditolaknya hipotesis alternatif menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak berperan secara signifikan terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*.

Hasil tersebut tidak sejalan dengan penelitian Jamshidian dkk. (2018) yang menemukan bahwa makna hidup memiliki hubungan negatif yang signifikan dengan kecemasan kesehatan. Makna hidup merupakan bagian dari salah satu aspek kesejahteraan psikologis, yakni tujuan dalam hidup (Ryff & Keyes, 1995). Adapun kecemasan kesehatan merupakan prediktor penting dari *cyberchondria* dan memiliki hubungan yang kuat dengan pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* (Nadeem dkk., 2022).

Penelitian Ivanova (2013) juga tidak selaras dengan hasil penelitian ini, yang mana Ivanova (2013) menemukan bahwa kecemasan kesehatan berkorelasi negatif dengan kesejahteraan *eudaimonic*, serta peningkatan kekhawatiran yang berkorelasi negatif dengan kesejahteraan subjektif dan kesejahteraan eudaimonic. Penelitian Ivanova (2013) ini menunjukkan bahwa kecemasan kesehatan dan peningkatan kekhawatiran (yang merupakan aspek *cyberchondria*) secara negatif terkait dengan kesejahteraan. Adapula penelitian Ivanova dan Karabeliova (2014) yang menemukan bahwa kecemasan kesehatan

berhubungan negatif dengan kesejahteraan, yang mana peningkatan kecemasan kesehatan menyebabkan penurunan lima dari enam aspek kesejahteraan psikologis (terkecuali aspek hubungan positif dengan orang lain).

Dari penelitian-penelitian tersebut maka dapat diketahui jika hasil penelitian dapat berperan signifikan apabila variabel lebih dispesifikkan pada salah satu atau beberapa aspeknya, misalnya kesejahteraan psikologis dengan aspek *cyberchondria* (seperti peningkatan kekhawatiran, kecemasan kesehatan), aspek dari kesejahteraan psikologis (seperti penerimaan diri) dengan *cyberchondria*, atau aspek kesejahteraan psikologis (seperti tujuan dalam hidup) dengan aspek *cyberchondria* (misalnya kecemasan kesehatan). Sebagaimana penelitian Bajcar dan Babiak (2021) yang menemukan bahwa harga diri berperan signifikan terhadap *cyberchondria*. Harga diri merupakan bagian dari apek kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri. Harga diri merupakan penilaian harga diri, yang mana individu dengan harga diri rendah memiliki keyakinan negatif tentang dirinya (Bajcar & Babiak, 2021). Hal ini sejalan dengan aspek kesejahteraan psikologis yakni penerimaan diri, yang mana individu dengan penerimaan diri yang rendah merasa tidak puas dengan dirinya sendiri (Ryff & Keyes, 1995).

Tidak adanya peranan signifikan yang ditemukan dalam penelitian ini juga dapat disebabkan karena subjek penelitian yang memiliki proses berpikir terstruktur verbal yang diperoleh dalam pendidikannya. Sebagaimana penelitian Köteles dan Simor (2014) yang menemukan tidak adanya korelasi yang signifikan antara kekhawatiran kesehatan modern dengan kesejahteraan. Kekhawatiran kesehatan modern memiliki persamaan dengan *cyberchondria*, yakni sama-sama merasa cemas berlebihan dengan kesehatan. Borkovec dkk., (1998); Köteles & Simor, (2014) menyebutkan bahwa rasa kekhawatiran (yang merupakan komponen kognitif kecemasan) dapat melemahkan respons stres dan rasa takut melalui proses berpikir terstruktur secara verbal. Hal ini sejalan dengan subjek penelitian yang merupakan mahasiswa profesi *ners* yang tentunya pernah mendapatkan pembelajaran verbal, yakni melibatkan pembelajaran menggunakan kata-kata tercetak (misalnya, poin-poin dalam presentasi slide, kata-kata tercetak dalam buku teks) atau kata-kata yang diucapkan (seperti suara pembicara dalam presentasi slide atau proses pembelajaran) (Mayer, 2010). Pemrosesan informasi verbal tersebut dapat menekan respons emosional negatif (Holmes & Mathews, 2010; Köteles & Simor, 2014), sehingga rasa cemas dalam kecenderungan *cyberchondria* yang dirasakan subjek pada penelitian ini tidak sampai pada tahap patologis, sementara kesejahteraan psikologis bekerja pada kondisi patologis yang dapat menyebabkan kesejahteraan memburuk (Maltby dkk., 2001).

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan jika kesejahteraan psikologis tidak berperan signifikan terhadap kecenderungan *cyberchondria*, sehingga tentunya masih terdapat faktor-faktor lain yang memberi peranan terhadap kecenderungan *cyberchondria*. Faktor lain di luar penelitian ini yang ditemukan berperan signifikan terhadap *cyberchondria* adalah intoleransi ketidakpastian (Banzon dkk., 2020). Intoleransi ketidakpastian dapat didefinisikan sebagai bias kognitif yang mempengaruhi bagaimana seseorang memandang, menafsirkan, serta menanggapi situasi tidak pasti yang telah ditentukan sebelumnya (Banzon dkk., 2020). Kecemasan kesehatan dan keyakinan metakognitif juga ditemukan memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap *cyberchondria* (Nadeem dkk., 2022). Kecemasan kesehatan merupakan prediktor penting dari *cyberchondria* dan memiliki hubungan yang kuat dengan pencarian kesehatan *cyberchondria*, sementara keyakinan metakognitif memainkan peran penting dalam pemeliharaan dan peningkatan kecemasan kesehatan, seperti meningkatkan frekuensi pencarian informasi kesehatan *cyberchondria* (Nadeem dkk., 2022). Beberapa

faktor lainnya yang mungkin berperan terhadap *cyberchondria* diantaranya adalah bahasa teknis di internet, kurangnya kualitas informasi, informasi negatif di internet yang melimpah (White & Horvitz, 2009; Erdoğan & Hocaoglu, 2020), tingkat pendidikan individu, kemampuan memproses informasi, dan pengetahuan teknologi (Starcevic & Aboujaoude, 2015; Erdoğan & Hocaoglu, 2020).

Penelitian ini mempunyai keterbatasan dalam pelaksanaannya, yakni pada penelitian ini peneliti tidak menanyakan lebih lanjut mengenai lama penggunaan internet serta riwayat masalah kesehatan responden dalam enam bulan terakhir sehingga tidak diketahui dengan pasti apakah responden benar-benar memenuhi kriteria nomor dua yang berbunyi "Pernah menggunakan internet untuk mencari informasi kesehatan serta memiliki riwayat masalah kesehatan apapun dalam enam bulan terakhir". Skala kecenderungan *cyberchondria* dan skala kesejahteraan psikologis pada penelitian ini juga memiliki *social desirability* yang tinggi sehingga dapat mendorong subjek penelitian untuk menjawab kuesioner sesuai dengan norma atau harapan sosial agar dapat dipandang baik oleh orang lain. Skala kesejahteraan psikologis pada penelitian ini juga menjadi keterbatasan karena beberapa aitem yang digugurkan setelah melaksanakan uji coba sehingga tidak dilanjutkan ke tahap penelitian sebab nilai *corrected item total correlation* di bawah 0,30 (yang mana terdapat beberapa butir aitem dengan *corrected item* total *correlation* di atas 0,25 yang seharusnya masih bisa diselamatkan atau dilanjutkan ke tahap penelitian). Selain itu, terdapat beberapa butir aitem dengan *corrected item total correlation* < 0,30 pada skala kecenderungan *cyberchondria* dan kesejahteraan psikologis pada data yang diambil secara *offline* yang diikutsertakan dalam analisis yang mana hal ini mungkin berpengaruh pada hasil penelitian dikarenakan beberapa butir aitem tersebut kurang reliabel.

KESIMPULAN

Hasil analisis penelitian mengenai peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* menunjukkan bahwa hipotesis alternatif yang diajukan pada penelitian ini ditolak, yang artinya tidak terdapat peranan kesejahteraan psikologis terhadap kecenderungan *cyberchondria* pada mahasiswa program pendidikan profesi *ners*. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak berperan signifikan terhadap kecenderungan *cyberchondria* sehingga kecenderungan *cyberchondria* juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain. Faktor-faktor lain di luar penelitian ini yang mungkin memiliki peranan terhadap kecenderungan *cyberchondria* diantaranya adalah intoleransi ketidakpastian, kecemasan kesehatan, keyakinan metakognitif, bahasa teknis di internet, kurangnya kualitas informasi, informasi negatif di internet yang melimpah, tingkat pendidikan individu, kemampuan memproses informasi, dan pengetahuan teknologi. Implikasi penelitian ini bagi partisipan yakni mahasiswa profesi *ners* yakni diharapkan dapat meningkatan filtrasi terhadap informasi kesehatan *cyberchondria* serta membatasi diri untuk tidak menggunakan internet secara berlebihan terutama dalam mencari informasi kesehatan agar tidak memunculkan rasa cemas hingga menyebabkan *cyberchondria* yang tentunya dapat berdampak negatif pada kinerja klinis yang dilakukan.

DAFTAR PUSTAKA

Azalia, L., Muna, L. N., & Rusdi, A. (2018). Kesejahteraan psikologis pada jemaah pengajian ditinjau dari religiusitas dan hubbud dunya. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, *4*(1), 35–44. https://doi.org/10.19109/PSIKIS.V4I1.2159

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

Banzon, J. P. A., Rocha, I. C. N., Cariaso, D. C., Nieveras, K. C., Pasajol, K. K. H., Sigui, M. A. M. M., Valdez, S. A. V., & Vargas, H. M. K. B. (2020). Health information-seeking behavior of Filipino University students: Correlates of their intolerance of uncertainty and *cyberchondria*. *International Journal of E-Healthcare Information Systems, 7*(1), 189–195. https://doi.org/10.20533/ijehis.2046.3332.2020.0027

Bati, A. H., Mandiracioglu, A., Govsa, F., & Çam, O. (2018). Health anxiety and *cyberchondria* among Ege University health science students. *Nurse Education Today*, *71*, 169–173. https://doi.org/10.1016/j.nedt.2018.09.029

Beaton, D. E., Bombardier, C., Guillemin, F., & Ferraz, M. B. (2000). Guidelines for the process of cross-cultural adaptation of self-report measures. Spine, 25(24), 3186–3191. doi:10.1097/00007632-200012150-00014

Borkovec, T. D., Ray, W. J., & Stober, J. (1998). *Worry : A cognitive phenomenon intimately linked to affective , physiological , and interpersonal behavioral processes. 22*(6), 561–576. https://doi.org/https://doi.org/10.1023/A:1018790003416

Erdoğan, A., & Hocaoglu, C. (2020). Siberkondria: Bir gözden geçirme. *psikiyatride guncel yaklasimlar - current approaches in psychiatry*, *12*(4), 435–443. https://doi.org/10.18863/pgy.654648

Gandla, S. D., Dayala, P. P., & Kadiyala, P. K. (2021). *Cyberchondria*: An emerging form of health anxiety. *Archives of Mental Health*, *22*(2), 148–152. https://doi.org/10.4103/amh.amh_49_21

Holmes, E. A., & Mathews, A. (2010). Clinical psychology review mental imagery in emotion and emotional disorders. *Clinical Psychology Review*, *30*(3), 349–362. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.001

Ivanova, E. (2013). Internet addiction and *cyberchondria* - Their relationship with well-being. *The Journal of Education, Culture, and Society*, *4*(1), 57–70.

Ivanova, E., & Karabeliova, S. (2014). Elaborating on internet addiction and *cyberchondria* – relationships, direct and mediated effects. *The Journal of Education, Culture, and Society*, *5*(1), 127–144. https://doi.org/10.15503/jecs20141-127-144.

Jamshidian, Y., Kiani, A., & Dargahi, S. (2018). Research paper: Relationship of cognitive emotion regulation and meaning in life with health anxiety among emergency nurses. *Health in Emergencies and Disasters*, *3*(4), 199–206. http://dx.doi.org/10.32598/hdq.3.4.199

Köteles, F., & Simor, P. (2014). Modern health worries, somatosensory amplification, health anxiety, and well-being: A cross-sectional study. *European Journal of Mental Health*, *9*(1), 20–33. https://doi.org/10.5708/EJMH.9.2014.1.2

Loos, A. (2013). *Cyberchondria*: Too much information for the health anxious patient? *Journal of Consumer Health On the Internet*, *17*(4), 439–445. https://doi.org/10.1080/15398285.2013.833452

Maltby, J., McCutcheon, L. E., Ashe, D. D., & Houran, J. (2001). The self-reported psychological well-being of celebrity worshippers. *North American Journal of Psychology*, *3*(3), 441-452.

Mayer, R. E. (2010). Applying the science of learning to medical education. *Medical Education*, *44*(6), 543–549.

https://doi.org/10.1111/j.1365-2923.2010.03624.x

Meng, J., Gao, C., Tang, C., Wang, H., & Tao, Z. (2019). Prevalence of hypochondriac symptoms among health science students in China: A systematic review and meta-analysis. *Plos One*, *14*(9), e0222663. https://doi.org/10.1371/JOURNAL.PONE.0222663

Nadeem, F., Malik, N. I., Atta, M., Ullah, I., Martinotti, G., Pettorruso, M., Vellante, F., Di Giannantonio, M., & De Berardis, D. (2022). Relationship between health-anxiety and *cyberchondria*: Role of metacognitive beliefs. *Journal of Clinical Medicine 2022, Vol. 11, Page 2590*, *11*(9), 2590. https://doi.org/10.3390/JCM11092590

Nelwati, Putri, T. H., & Rahayuningsih, A. (2012). Hubungan lingkungan belajar klinik dengan tingkat kecemasan mahasiswa pada Program Pendidikan Ners. *NERS Jurnal Keperawatan*, *8*(1), 16. https://doi.org/10.25077/njk.8.1.16-23.2012

Papadopoulou, A., Koureas, M., Farmakis, A., Sirakouli, A., Papathanasiou, I. V., & Gourgoulianis, K. I. (2021). Increased frequency of health anxiety in health science students: A cross sectional study in a Greek University. *Medical Archives*, *75*(3), 221–228. https://doi.org/10.5455/medarh.2021.75.221-228

Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, *57(*6), 1069–1081. https://doi.org/10.1037/0022-3514.57.6.1069

Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, *4*(4), 99–104. https://doi.org/10.1111/1467-8721.EP10772395

Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, *69*(4), 719–727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Salkovskis, P. M., & Howes, O. D. (1998). Health anxiety in medical students. *The Lancet*, *351*(9112), 1332. https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)79059-0

Seyed Hashemi, S. G., Hosseinnezhad, S., Dini, S., Griffiths, M. D., Lin, C. Y., & Pakpour, A. H. (2020). The mediating effect of the *cyberchondria* and anxiety sensitivity in the association between problematic internet use, metacognition beliefs, and fear of COVID-19 among Iranian *cyberchondria* population. *Heliyon*, *6(*10), e05135. https://doi.org/10.1016/J.HELIYON.2020.E05135

Singh, G., Hankins, M., & Weinman, J. A. (2004). Does medical school cause health anxiety and worry in medical students? *Medical Education*, *38*(5), 479–481. https://doi.org/10.1046/j.1365-2929.2004.01813.x

Singh, K., & Brown, R. J. (2014). Health-related internet habits and health anxiety in university students. *Anxiety, Stress, & Coping*, *27(*5), 542–554. https://doi.org/10.1080/10615806.2014.888061

Starcevic, V. (2017). *Cyberchondria*: Challenges of problematic *cyberchondria* searches for health-related information. *Psychotherapy and Psychosomatics*, *86*(3), 129–133. https://doi.org/10.1159/000465525

Starcevic, V., & Aboujaoude, E. (2015). *Cyberchondria*, cyberbullying, cybersuicide, cybersex: "new" psychopathologies for the 21st century? *World Psychiatry*, *14*(1), 97. https://doi.org/10.1002/WPS.20195

Starcevic, V., & Berle, D. (2014). *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., & Arnáez, S. (2020). Recent insights into *cyberchondria*. *Current Psychiatry Reports 2020 22:11, 22*(11), 1–8. https://doi.org/10.1007/S11920-020-01179-8

Sugiyono. (2021). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D.* Alfabeta.

Tatli, Z., Tatli, O., & Kokoc, M. (2019). Development and validity of *cyberchondria* tendency scale. World *Journal on Educational Technology: Current Issues, 11*(1), 01–09. https://doi.org/10.18844/WJET.V11I1.4066

Taylor, S. (2004). Understanding and treating health anxiety: A cognitive-behavioral approach. *Cognitive and Behavioral Practice, 11*(1), 112–123. https://doi.org/10.1016/S1077-7229(04)80015-4

White, R. W., & Horvitz, E. (2009). Experiences with web search on medical concerns and self diagnosis. *AMIA Annual Symposium Proceedings, 2009*, 696–700.

Yonge, O., Myrick, F., & Haase, M. (2002). Student nurse stress in the preceptorship experience. *Nurse Educator, 27*(2), 84–88. http://dx.doi.org/10.1097/00006223-200203000-00012

Yusoff, M. S. B., Abdul Rahim, A. F., Baba, A. A., Ismail, S. B., Mat Pa, M. N., & Esa, A. R. (2013). The impact of medical education on psychological health of students: A cohort study. *Psychology, Health and Medicine, 18(*4), 420–430. https://doi.org/10.1080/13548506.2012.740162