

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Internet telah mulai meresap ke setiap aspek kehidupan manusia karena kemajuan pesat teknologi informasi dan telekomunikasi. Ketersediaan informasi kesehatan melalui situs website kesehatan ataupun aplikasi Kesehatan mengharuskan individu memiliki keterampilan untuk menemukan, memahami, menilai dan menerapkan informasi tersebut secara efektif. Keterampilan ini disebut literasi Kesehatan digital. Di era digital saat ini, pada kalangan remaja, terutama kalangan Siswa/i Sekolah Menengah Atas (SMA) sangat bergantung pada internet untuk mencari informasi, terutama informasi tentang kesehatan. Peraturan tentang penggunaan teknologi informasi dan komunikasi di Indonesia telah diatur oleh Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE). Menurut undang-undang tersebut, setiap orang berhak mengakses dan menggunakan informasi digital secara transparan.¹ Kemudian Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan, pencegahan dan promosi untuk meningkatkan kesehatan masyarakat, termasuk penggunaan dan penyebaran informasi Kesehatan, sangat penting.²

Berdasarkan data statistik dari survei Susenas yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik pada tahun 2023 terdapat 67,88% orang yang berusia 5 tahun ke atas tercatat telah menggunakan ponsel sejak tahun 2022. Akses internet pada tahun 2022 juga mencapai 66,48% dari jumlah penduduk. Jika dibandingkan dengan akses internet pada tahun 2021 yang mencakup 62,10% dari penduduk, pada tahun 2022 terjadi peningkatan sebesar 4,38%.³ Kemudian berdasarkan survey KOMINFO pada tahun 2022 mengenai tingkat literasi digital diseluruh provinsi, hasil yang didapat yaitu Indonesia masih berada dalam posisi sedang sebesar 3,54 %.⁴

Kejadian ini memiliki dua pandangan, di satu sisi mempermudah akses informasi, sedangkan di sisi lain hal ini dapat menyebabkan *cyberchondria*, yaitu kecemasan, ketakutan, atau stress berlebihan yang timbul akibat mencari informasi terkait kesehatan secara *online*.⁵ Hal ini dapat menyebabkan siklus buruk dari upaya yang tidak berhasil untuk mengurangi kecemasan, yang dapat meningkatkan kecemasan terkait Kesehatan.⁶ Penelitian menunjukkan bahwa usia remaja merupakan kelompok yang paling sering melakukan pencarian gejala kesehatan secara mandiri melalui internet, sehingga lebih beresiko mengalami *cyberchondria*. Penelitian menemukan bahwa penggunaan perangkat lunak untuk mencari informasi untuk mendiagnosis gejala yang mereka alami (*self-diagnosis*). Seringkali, *Self-diagnosis* dimulai dengan mesin pencari, yang akan mengarahkan pengguna ke informasi yang tidak jelas dan membingungkan, sehingga ketergantungan yang berlebihan pada pelayanan kesehatan dapat menyebabkan kecemasan dan ketidakpastian yang tidak perlu.⁷ Hal itu mereka lakukan tanpa mendapatkan keterangan valid dari bantuan profesional, yang menyebabkan kecemasan mereka berlanjut.⁸

Dampak kecemasan mungkin dapat membuat sebagian orang berhenti untuk mencari informasi, tetapi bagi sebagian yang lainnya juga dapat terangsang untuk melanjutkan pencarian mereka. Apa yang mereka lakukan ini sebagai cara untuk mencari kepastian guna memerangi rasa takut yang melanda.⁹

Sebenarnya, sejumlah penelitian telah menunjukkan bahwa remaja dan anak sekolah menggunakan internet dengan tingkat yang sangat tinggi. Penelitian oleh Shymanta Das pada tahun 2024 mayoritas remaja menggunakan internet setiap hari dan menjadikannya sumber informasi utama untuk mempelajari masalah dan gejala kesehatan.¹⁰ Kemudian studi yang dilakukan oleh Ligang Wang pada tahun 2012 menyatakan bahwa 96,6% remaja menggunakan internet untuk memperoleh pengetahuan dan mencari informasi yang berkaitan dengan gaya hidup mereka.¹¹ Penelitian lainnya Eunhee Park pada tahun 2018 juga menunjukkan cara remaja

mencari informasi dan sistem dukungan terkait perawatan kesehatan mereka di internet.¹² Menurut penelitian Mateusz Kobryn pada tahun 2024 remaja sering kesulitan menilai informasi kesehatan yang mereka temukan secara *online*, yang dapat mengakibatkan kekhawatiran dan kecemasan yang tidak perlu. Kasus ini menunjukkan bahwa siswa dan orang sehat lainnya juga dapat terdampak oleh *cyberchondria*.¹³

Beberapa studi sebelumnya telah meneliti keterkaitan antara literasi kesehatan digital dan *cyberchondria*. Riset yang dilakukan oleh Gultekin Koc pada tahun 2025 dan oleh Rachma pada tahun 2024 mengungkapkan adanya hubungan positif antara *eHealth Literacy* dan *cyberchondria*, dimana seseorang dengan dengan tingkat literasi kesehatan digital yang tinggi cenderung mengalami *cyberchondria* yang lebih tinggi.^{14,15} Penelitian lainnya oleh Mateusz Kobryn pada tahun 2024 juga menunjukkan bahwa *eHealth Literacy* lebih tinggi berkaitan dengan penambahan kasus *cyberchondria*, meskipun literasi kesehatan secara umum dapat berfungsi sebagai faktor pelindung.¹³ Di samping itu, penelitian yang dilakukan oleh Cansu Özbaş pada tahun 2025 mengindikasikan bahwa variabel sosiodemografi seperti gender mempengaruhi tingkat *cyberchondria*, dengan perempuan memiliki tingkat *cyberchondria* yang lebih tinggi.¹⁶

Walaupun begitu, sebagian besar studi yang sudah ada sebelumnya dilakukan pada orang dewasa atau mahasiswa, dan masih sedikit yang secara khusus menyelidiki hubungan antara literasi kesehatan digital dengan *cyberchondria* di kalangan remaja di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Selain itu, penelitian yang cenderung lebih banyak menekankan pada hubungan secara umum tanpa mempertimbangkan distribusi berdasarkan karakteristik responden seperti, jenis kelamin dan tingkat kelas. Oleh karena itu, penelitian ini berbeda dari studi sebelumnya karena fokus utamanya pada siswa SMA, serta menganalisis gambaran literasi kesehatan digital dan kecenderungan *cyberchondria* menurut jenis kelamin dan kelas, serta menguji hubungan antara kedua variabel tersebut.

Siswa SMAN 1 Kota Cirebon, merupakan kelompok populasi yang relevan untuk penelitian karena mereka memiliki akses luas terhadap teknologi digital dan berada pada tahap perkembangan remaja yang aktif secara kognitif, emosional, dan sosial. Dalam keadaan lain, siswa SMA terus berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan dan pola perilaku pencarian informasi yang berkaitan dengan kesehatan. Kelompok ini mungkin lebih rentan terhadap *cyberchondria* karena penggunaan internet yang berlebihan dan kurangnya literasi kesehatan digital.

Kemampuan untuk memperoleh, memproses, memahami, dan mengkomunikasikan informasi terkait kesehatan yang diperlukan untuk membuat rekomendasi kesehatan yang tepat disebut sebagai literasi digital di bidang kesehatan.¹⁷ Remaja yang memiliki tingkat literasi digital yang tinggi mampu mengalami kecemasan dan memperoleh informasi medis. Penelitian tentang hubungan antara *cyberchondria* dan literasi digital pada siswa SMAN 1 Kota Cirebon sangat penting karena hal ini. Selain berfungsi sebagai dasar untuk inisiatif dan intervensi pendidikan yang sukses yang ditujukan untuk meningkatkan literasi kesehatan digital dan mengurangi dampak buruk informasi terkait kesehatan pada remaja, diharapkan penelitian ini akan memberikan bukti empiris mengenai tingkat *cyberchondria* dan literasi kesehatan digital di kalangan siswa SMA.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara literasi kesehatan digital terhadap *cyberchondria* pada Siswa/i SMAN 1 Kota Cirebon tahun 2026?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara literasi kesehatan digital dengan *cyberchondria* pada Siswa/i SMAN 1 Kota Cirebon tahun 2026.

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui gambaran literasi kesehatan digital pada Siswa/i SMAN 1 Kota Cirebon.
- b) Untuk mengetahui kecenderungan *cyberchondria* pada Siswa/i SMAN 1 Kota Cirebon.
- c) Untuk menganalisis hubungan antara literasi Kesehatan digital dengan *cyberchondria* pada Siswa/i SMAN 1 Kota Cirebon.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Siswa

Penelitian ini diharapkan dapat mengurangi kecemasan berlebihan terkait kesehatan atau *cyberchondria* dengan meningkatkan kesadaran siswa tentang pentingnya literasi kesehatan digital dalam mengevaluasi informasi terkait kesehatan yang diperoleh dari internet.

2. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan panduan bagi siswa/i yang membuat program pendidikan kesehatan dan literasi digital, khususnya dalam hal menggunakan internet secara sederhana untuk menemukan informasi terkait kesehatan.

3. Bagi Tenaga Kesehatan dan Pendidik

Penelitian ini dapat menjadi landasan bagi intervensi pendidikan atau inisiatif promosi kesehatan yang ditujukan kepada remaja, sehingga memungkinkan mereka untuk menggunakan informasi kesehatan digital dengan cara yang tepat dan penuh empati.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Peneliti	Metode Penelitian	Variabel Penelitian	Letak Perbedaan
Nurannisa Aulia Rachma & Mimbar Oktaviana (2024)	Pengaruh <i>Electronic Health Literacy</i> terhadap <i>Cyberchondria</i> pada Mahasiswa Laki-Laki Sistem Informasi Universitas X	Kuantitatif, regresi linear sederhana, sampel 45 mahasiswa laki-laki	Variable X: <i>Electronic Health Literacy (I-eHEALS)</i> variabel Y: <i>Cyberchondria (CSS)</i>	Fokus pada mahasiswa laki-laki jurusan Sistem Informasi, metode analisis regresi sederhana, sampel kecil.
Novita Febriyani (2025)	Keterkaitan Tingkat Kecemasan dan <i>Cyberchondria</i> pada Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	Kuantitatif, regresi linear berganda, sampel 101 mahasiswa	Variabel X: Tingkat Kecemasan Variabel Y: <i>Cyberchondria</i>	Variabel independennya <i>kecemasan</i> , bukan <i>e-Health literacy</i> ; sampelnya lebih besar.
Nabilah Tri Wahyuni (2023)	Hubungan Tingkat Literasi Digital dengan	Kuantitatif, cross-sectional,	Varibel X: Literasi Digital	Variabel X masih umum (literasi digital), tidak

	<i>Cyberchondria</i> pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas X	uji korelasi Pearson	Variabel Y: <i>Cyberchondria</i>	spesifik ke literasi Kesehatan digital, subjek mahasiswa FIK Universitas X
Bickmore, T.W. dkk (2023)	<i>Associations between eHealth literacy, health behaviors, and health-related quality of life among college students: A cross-sectional study</i>	Kuantitatif, <i>cross-sectional survey</i>	Variabel Independen: eHealth literacy (<i>eHEALS</i>) variabel Dependen: Health behaviors, Health-related quality of life (HRQoL)	Variabel terikat: perilaku kesehatan & kualitas hidup, bukan <i>cyberchondria</i> -Fokus: hubungan eHealth literacy dengan perilaku hidup sehat, bukan dengan kecemasan pencarian informasi kesehatan
Akay & Karakurt (2025)	<i>The Relationship Between Cyberchondria</i>	Kuantitatif, deskripsi-korelasi, n=1296	Variabel Independen: <i>Health Anxiety</i>	Variabel bebas: <i>health anxiety</i> , bukan literasi

<i>and Health Anxiety in University Students</i>	mahasiswa di Turki	<i>(Health Anxiety Inventory)</i>	Kesehatan digital, Instrumen <i>cyberchondria</i> pakai CSS-33, bukan pakai CSS-12, Konteks: mahasiswa umum berbagai fakultas,
		Variabel Dependen: <i>Cyberchondria</i> <i>(Cyberchondria</i> <i>Severity Scale –</i> <i>33 item)</i>	
