

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN
DENGAN *CYBERCHONDRIA* PADA IBU RUMAH TANGGA
DI DESA BLANG ASAN KABUPATEN PIDIE**

SKRIPSI

Diajukan Oleh

**SYARIFAH MARDHATILLAH
210901117**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI AR-RANIRY
BANDA ACEH
1447H/2025M**

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN DENGAN
CYBERCHONDRIA PADA IBU RUMAH TANGGA DI DESA BLANG
ASAN KABUPATEN PIDIE**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Fakultas Psikologi
UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh
Gelar Sarjana S-1 Psikologi (S.Psi)**

Oleh:

**SYARIFAH MARDHATILLAH
210901117**

Disetujui Oleh:

جامعة الرانيري

AR-RANIRY

Pembimbing I,



**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014**

Pembimbing II,



**Ida Fitria, S.Psi., M.Sc
NIP. 198805252023212049**

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

**HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN DENGAN
CYBERCHONDRIA PADA IBU RUMAH TANGGA DI DESA BLANG
ASAN KABUPATEN PIDIE**

SKRIPSI

**Telah Dinilai Oleh Panitia Munaqasyah Skripsi
Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh
Dan Dinyatakan Lulus Serta Disahkan Sebagai
Tugas Akhir Untuk Meraih Gelar
Sarjana S-1 Psikologi**

Diajukan Oleh :

**SYARIFAH MARDHATILLAH
210901117**

Pada Hari/Tanggal :

**Selasa, 15 Juli 2025 M
19 Muharram 1447 H**

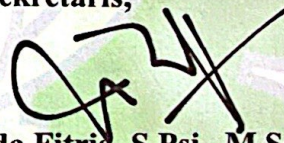
Tim Munaqasyah Skripsi

Ketua,



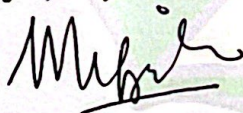
**Cut Rizka Aliana, S.Psi., M.Si
NIP. 199010312019032014**

Sekretaris,



**Ida Fitria, S.Psi., M.Sc
NIP. 198805252023212049**

Penguji I,



**Dr. Miftahul Jannah, S.Ag., M.Si
NIP. 197601102006042002**

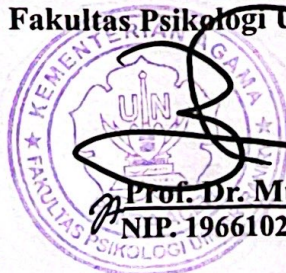
Penguji II,



**Julianto, S.Ag., M.Si
NIP. 197209021997031002**

Mengetahui

Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh



**Prof. Dr. Muslim, M.Si.
NIP. 196610231994021001**

LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN

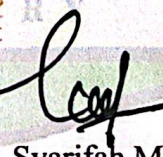
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Syarifah Mardhatillah
NIM : 210901117
Prodi : Psikologi UIN Ar-Raniry

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar sarjana di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dirujuk dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, jika di kemudian hari ada tuntutan dari pihak lain atas karya saya, dan ternyata memang ditemukan bukti bahwa saya telah melanggar pernyataan ini, maka saya siap menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku di Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry Banda Aceh.



Banda Aceh, 8 Juli 2025
Yang Menyatakan


Syarifah Mardhatillah
210901117

PRAKATA

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya setiap saat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Hubungan Antara Intoleransi Ketidakpastian Dengan *Cyberchondria* Pada Ibu Rumah Tangga Di Desa Blang Asan Kabupaten Pidie”. Shalawat dan salam mari sama-sama kita sampaikan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, yang telah menyampaikan risalah, memperjuangkan Islam dan membawa umatnya dari alam kebodohan kepada alam yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Penulis menyadari bahwa tanpa doa dan dukungan dari kedua orang tua, penulis tidak akan sampai pada tahap ini. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada orang tua tercinta, Mami Mariati, S. Pd dan Ayah Bisuldy, M.Pd, dua orang yang sangat berjasa dalam hidup penulis. Kepada ayah, terima kasih atas setiap doa, kerja keras, dan keteguhan yang menjadi kekuatan dalam setiap langkah penulis. Segala pencapaian ini tak lepas dari pengorbanan dan cinta tanpa syarat yang Ayah berikan. Semoga Allah membalas segala kebaikan Ayah dengan pahala yang tiada henti. Untuk Mami yang sujudnya selalu menjadi doa untuk kesuksesan anak-anaknya. Ragamu memang sakit, tapi doamu selalu mencakar langit. Terima kasih atas segala motivasi, materi, dukungan, dan harapan yang selalu mendampingi setiap langkah dan ikhtiar anakmu untuk menjadi seseorang yang berpendidikan. Terakhir terima kasih atas segala hal yang telah diberikan yang tak terhitung

jumlahnya. Sehingga penulis sampai ke tahap akhir penyelesaian program S1 ini.

Selanjutnya penulis mengucapkan terima kasih yang tak terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Muslim, M.Si sebagai Dekan Fakultas Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada semua mahasiswa Psikologi.
2. Bapak Prof. Dr. Safrilsyah, S.Ag., M.Si sebagai Wakil Dekan I bidang Akademik dan Kelembagaan yang telah memberikan nasehat bagi mahasiswa Psikologi dalam menyelesaikan skripsi.
3. Ibu Misnawati, S.Ag., M.Ag., Ph.D sebagai Wakil Dekan II bidang Administrasi dan Keuangan, yang telah membantu dalam administrasi mahasiswa.
4. Bapak Drs. Nasruddin, M.Hum sebagai Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
5. Bapak Julianto Saleh, S.Ag., M.Si selaku Ketua Program Studi Psikologi, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
6. Ibu Siti Hajar Sri Hidayati, S.Psi., MA selaku Sekretaris Program Studi Psikologi, yang telah memberikan dukungan dan motivasi kepada mahasiswa.
7. Ibu Cut Riska Aliana, S.Psi., M.Si selaku pembimbing I peneliti yang telah memberikan banyak dorongan dan nasehat bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi.

8. Ibu Iyulen Pebri Zuanny, S.Psi., M.Psi., Psikolog selaku penasehat akademik peneliti yang telah memberikan banyak dorongan serta masukan bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
9. Ibu Ida Fitria, S.Psi, M.Sc selaku pembimbing II peneliti yang telah meluangkan waktunya dan memberikan banyak motivasi, dorongan dan nasehat bagi peneliti dalam menyelesaikan skripsi.
10. Seluruh civitas akademik, dosen serta staf Program studi Psikologi UIN Ar-Raniry yang telah membantu, memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas dan tulus.
11. Terima Kasih kepada 101 ibu rumah tangga di Desa Blang Asan Kabupaten Pidie yang telah bersedia menjadi responden dan berkontribusi dalam penelitian skripsi ini.
12. Teruntuk seseorang yang tidak penulis sebutkan namanya di sini, terima kasih telah menjadi yang terdepan saat peneliti memerlukan bantuan ataupun sesuatu. Semoga segala harapan baik yang telah direncanakan bisa terwujud dikemudian hari.
13. Syarifah Mardhatillah, ya! diri saya sendiri. Apresiasi sebesar-besarnya yang telah berjuang untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Sulit bisa bertahan sampai titik ini. *This time i just want to say "I'm proud of me"*.

Banda Aceh, 8 Juli 2025
Penulis

Syarifah Mardhatillah

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	iii
LEMBAR KEASLIAN PENELITIAN	iv
PRAKATA	v
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II LANDASAN TEORI.....	13
A. <i>Cyberchondria</i>	13
1. Pengertian <i>Cyberchondria</i>	13
2. Dimensi-dimensi <i>Cyberchondria</i>	15
3. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Cyberchondria</i>	17
B. Intoleransi Ketidakpastian	19
1. Pengertian intoleransi ketidakpastian	19
2. Dimensi – Dimensi Intoleransi Terhadap Ketidakpastian.....	21
C. Hubungan antara Intoleransi Ketidakpastian dengan <i>Cyberchondria</i>.....	22
D. Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	25
A. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	25
B. Identifikasi Variabel Penelitian	25
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	26

1. Intoleransi Ketidakpastian	26
2. <i>Cyberchondria</i>	26
D. Subjek Penelitian.....	27
1. Populasi	27
2. Sampel	27
E. Teknik Pengumpulan Data.....	28
1. Alat Ukur Penelitian	28
2. Uji Validitas	31
3. Uji Daya Beda Aitem	33
4. Uji Reliabilitas	37
F. Teknik Analisis Data.....	38
1. Proses Pengolahan Data.....	38
2. Uji Prasyarat	39
3. Uji Hipotesis	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	40
A. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	40
B. Deskripsi Data Penelitian.....	41
1. Data Demografi	41
2. Data Kategorisasi.....	43
C. Pengujian Hipotesis	48
1. Hasil Uji Prasyarat.....	48
2. Hasil Uji Hipotesis	50
D. Pembahasan	51
BAB V PENUTUP	54
A. Kesimpulan.....	54
B. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Skor Skala Favorable Dan Skor Skala Unfavorable	29
Tabel 3. 2 Blue print intoleransi ketidakpastian	30
Tabel 3. 3 Blue print cyberchondria	30
Tabel 3. 4 Koefisien CVR Skala Cyberchondria.....	33
Tabel 3. 5 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Intoleransi Ketidakpastian	34
Tabel 3. 6 Blue Print Skala Intoleransi Ketidakpastian.....	35
Tabel 3. 7 Koefisien Daya Beda Aitem Skala Cyberchondria	36
Tabel 3. 8 Blue Print Akhir Skala Cyberchondria.....	36
Tabel 4. 1 Data Demografi Berdasarkan Usia.....	42
Tabel 4. 2 Data Demografi Berdasarkan Status Pernikahan	42
Tabel 4. 3 Data Demografi Berdasarkan Pendidikan Terakhir	43
Tabel 4. 4 Deskripsi Data Penelitian Skala Intoleransi Ketidakpastian	44
Tabel 4. 5 Data Kategorisasi Intoleransi Ketidakpastian	45
Tabel 4. 6 Deskripsi Data Penelitian Skala Cyberchondria.....	46
Tabel 4. 7 Data Kategorisasi Cyberchondria.....	47
Tabel 4. 8 Hasil Uji Normalitas Data Penelitian	49
Tabel 4. 9 Hasil Uji Linieritas Data Penelitian.....	49
Tabel 4. 10 Hasil Uji Hipotesis Data Penelitian.....	50



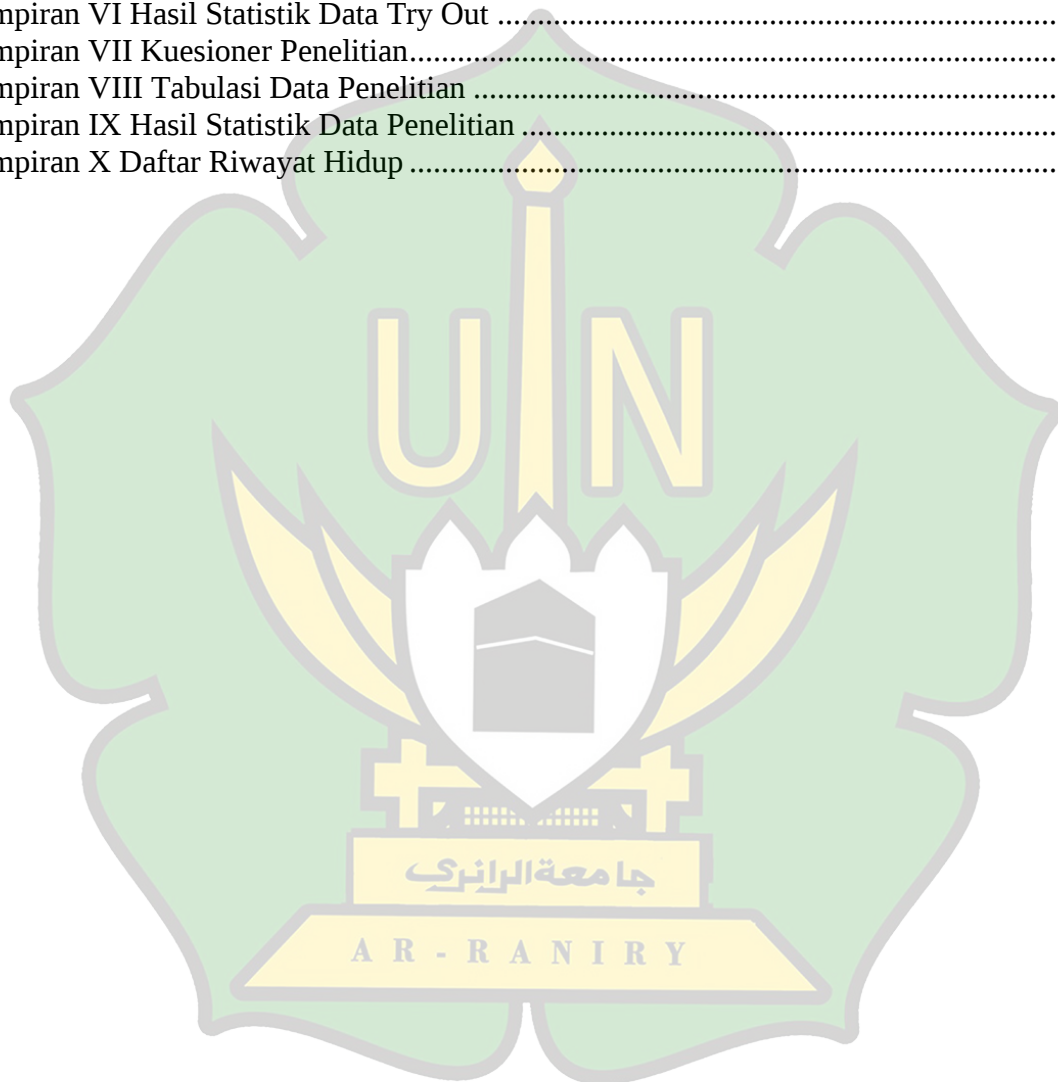
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konseptual.....	24
------------------------------------	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I SK Pembimbing Skripsi	55
Lampiran II Surat Izin Penelitian	56
Lampiran III Surat Selesai Penelitian	57
Lampiran IV Kuesioner Try Out	58
Lampiran V Tabulasi Try Out	62
Lampiran VI Hasil Statistik Data Try Out	67
Lampiran VII Kuesioner Penelitian	70
Lampiran VIII Tabulasi Data Penelitian	74
Lampiran IX Hasil Statistik Data Penelitian	82
Lampiran X Daftar Riwayat Hidup	87



HUBUNGAN ANTARA INTOLERANSI KETIDAKPASTIAN DENGAN CYBERCHONDRIA PADA IBU RUMAH TANGGA DI DESA BLANG ASAN KABUPATEN PIDIE

ABSTRAK

Penggunaan internet untuk mencari informasi kesehatan semakin meningkat di kalangan ibu rumah tangga, namun tidak jarang menimbulkan kecemasan berlebih yang dikenal sebagai *cyberchondria*. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kondisi ini adalah intoleransi ketidakpastian, yaitu kecenderungan individu merasa tidak nyaman ketika menghadapi situasi yang ambigu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *cyberchondria* pada ibu rumah tangga di Desa Blang Asan, Kabupaten Pidie. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode korelasi. Alat ukur penelitian ini yaitu skala intoleransi ketidakpastian dan skala *cyberchondria*. Sampel berjumlah 101 ibu rumah tangga yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik analisis menggunakan metode *rank spearman* dengan nilai 0,301 dan $P=0,002$ ($P < 0,05$). Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif dan signifikan antara intoleransi ketidakpastian dengan *cyberchondria*. Artinya, semakin tinggi intoleransi ketidakpastian, maka semakin tinggi pula kecenderungan mengalami *cyberchondria*. Begitupula sebaliknya, apabila intoleransi ketidakpastian rendah, maka kecenderungan untuk mengalami *cyberchondria* juga cenderung rendah.

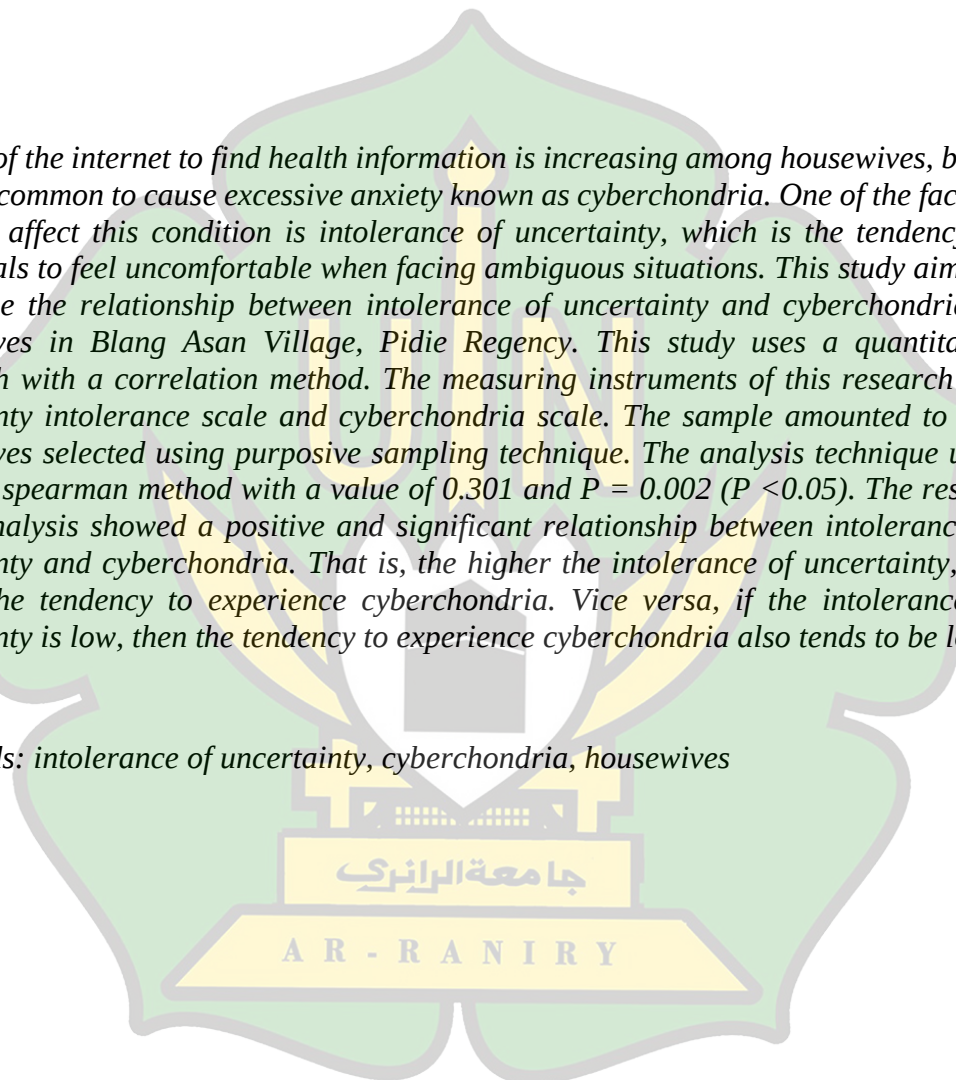
Kata kunci: intoleransi ketidakpastian, *cyberchondria*, ibu rumah tangga

THE RELATIONSHIP BETWEEN INTOLERANCE OF UNCERTAINTY AND CYBERCHONDRIA IN HOUSEWIVES IN BLANG ASAN VILLAGE PIDIE DISTRICT

ABSTRACT

The use of the internet to find health information is increasing among housewives, but it is not uncommon to cause excessive anxiety known as cyberchondria. One of the factors that can affect this condition is intolerance of uncertainty, which is the tendency of individuals to feel uncomfortable when facing ambiguous situations. This study aims to determine the relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria in housewives in Blang Asan Village, Pidie Regency. This study uses a quantitative approach with a correlation method. The measuring instruments of this research are uncertainty intolerance scale and cyberchondria scale. The sample amounted to 101 housewives selected using purposive sampling technique. The analysis technique used the rank spearman method with a value of 0.301 and $P = 0.002$ ($P < 0.05$). The results of the analysis showed a positive and significant relationship between intolerance of uncertainty and cyberchondria. That is, the higher the intolerance of uncertainty, the higher the tendency to experience cyberchondria. Vice versa, if the intolerance of uncertainty is low, then the tendency to experience cyberchondria also tends to be low..

Keywords: intolerance of uncertainty, cyberchondria, housewives



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ibu rumah tangga adalah seorang wanita yang sebagian besar menghabiskan waktunya di rumah dan mendedikasikan waktu tersebut untuk merawat serta mengurus anak-anaknya sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat umum (Alfons et al., 2017). Peran ibu rumah tangga adalah salah satu peran gender yang umumnya diberikan kepada perempuan, dimana mereka sering kali menghabiskan banyak waktu di rumah untuk merawat keluarga dan mengurus rumah tangga. Namun, peran ini sering kali menimbulkan rasa keterasingan atau kejenuhan, yang pada akhirnya dapat berdampak negatif terhadap kesehatan mental mereka (Kaplan, 2021).

Seiring dengan perkembangan zaman, ibu rumah tangga kini memiliki akses yang lebih luas terhadap informasi melalui internet, termasuk informasi kesehatan. Penggunaan internet oleh ibu rumah tangga untuk mencari informasi kesehatan semakin meningkat. Penelitian menunjukkan bahwa *WhatsApp* menjadi salah satu sumber utama informasi kesehatan bagi ibu rumah tangga (Aprillia et al., 2022). Namun, kesulitan dalam memverifikasi keakuratan informasi kesehatan yang ditemukan di media sosial dapat mempengaruhi kualitas keputusan yang diambil mengenai kesehatan keluarga (Silalahi et al., 2020).

Menurut Batigun dkk (2018), hal ini disebabkan oleh fakta bahwa mendapatkan informasi terkait kesehatan secara online memiliki beberapa

keuntungan, salah satunya mudah diakses dan harganya terjangkau. Pernyataan tersebut didukung secara fakta bahwa sekitar 75% pengguna internet di dunia mencari informasi di web-web untuk mendiagnosis gejala kesehatan yang dirasakan (Bajcar et al. 2019). Halaman web *Halodoc* adalah bukti bahwa orang Indonesia sering menggunakan internet untuk mendapatkan informasi kesehatan. Menurut Databoks, hasil survei *The Asian Parent* menunjukkan responden yang merupakan ibu di Indonesia paling sering menggunakan aplikasi kesehatan *halodoc*. Ini menunjukkan bahwa penggunaannya sangat banyak, mencapai 20 juta dan 74% dari mereka merupakan ibu rumah tangga (Permana et al., 2024).

Survei pada tahun 2024 yang dilakukan oleh APJII (Asosiasi Penyelenggara Jasa Internet Indonesia) menghasilkan data bahwa pengguna internet yang menduduki peringkat pertama pada rentang usia 28-43 tahun dengan presentase 93,17% dan peringkat kedua pada rentang usia 12-27 tahun dengan presentase 87,02%. Sehingga, dapat disimpulkan bahwa pengguna internet terbanyak adalah dewasa awal.

Saat ini, pengguna internet semakin sering melakukan pencarian kesehatan yang berlebihan di internet yang disertai dengan kecemasan atau kekhawatiran. Fenomena ini disebut sebagai *Cyberchondria*. Menurut Starcevic dan Berle (2013), *Cyberchondria* didefinisikan sebagai pencarian informasi kesehatan yang berlebihan atau berulang secara online yang didorong oleh kebutuhan untuk mengurangi tekanan atau kecemasan, tetapi hasilnya semakin memburuk. Kecemasan mungkin menyebabkan seseorang terhenti pencarian internet, tetapi

sebagian orang lain juga dapat mendorong mereka untuk mencari lebih banyak secara *online*. Pencarian kepastian adalah tujuan dari pola perilaku ini. Sebaliknya, hal ini mungkin menimbulkan kecemasan yang lebih besar (Starcevic & Berle, 2013). Starcevic (2017) juga mengatakan bahwa ketika informasi *online* bersifat ambigu atau bertentangan, hal itu dapat memicu pencarian *online* lebih lanjut. Hal ini sejalan dengan pendapat (McElroy & Shevlin, 2014). *Cyberchondria* dapat memiliki efek negatif, seperti meningkatkan ketakutan akan penyakit, kebingungan tentang informasi medis yang bertentangan, dan terlibat dalam pencarian online terkait kesehatan dengan menyumbangkan aktivitas pribadinya.

Orang-orang yang mengidap *Cyberchondria* harus menyadari bahwa mencari informasi tentang kesehatan di internet hanyalah sarana untuk mendapatkan informasi tersebut, dan bukan penyedia yang dapat diandalkan atau jawaban untuk semua pertanyaan yang berkaitan dengan kesehatan. Hal ini tidak dapat sepenuhnya dibenarkan atau disalahkan. Sejalan dengan pendapat Starcevic (2017) bahwa internet bukan alat untuk diagnosis diri. Selain itu, karena internet tidak dirancang untuk selalu memberikan informasi yang akurat, relevan, dan meyakinkan, sulit untuk membedakan informasi yang tersedia di internet antara yang kredibel dan yang tidak kredibel. Oleh karena itu, meskipun orang diizinkan untuk mencari informasi terkait kesehatan secara online, penting bagi mereka untuk memahami bahwa mereka tidak seharusnya terlalu berlebihan dan tidak sepenuhnya mempercayai informasi yang mereka temui.

Cyberchondria, baik secara terminologis maupun konseptual, berkaitan erat dengan kecemasan mengenai kondisi kesehatan dan hipokondriasis (Vismara et al., 2020). Kecemasan terkait kesehatan ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan tentang keadaan fisik seseorang, meskipun biasanya tidak ada kondisi medis yang mendasarinya. Kecemasan ini menggambarkan sebuah spektrum yang dimulai dari kekhawatiran ringan dan tidak patologis mengenai kesehatan fisik dan mental, hingga bentuk yang lebih ekstrem, di mana individu terobsesi dengan pemikiran hipokondriasis.

Vismara dkk (2020) berpendapat bahwa status *cyberchondria*, apakah dianggap sebagai gangguan yang terpisah dan otonom atau hanya sebagai manifestasi dari beberapa gangguan psikologis lainnya, masih dalam tahap penyelidikan. Konseptualisasi *cyberchondria* sebagai suatu sindrom pertama kali diajukan oleh McElroy dan Shevlin (2014), yang menyarankan agar *cyberchondria* dipandang sebagai konstruk multidimensional dan mengembangkan *Cyberchondria Severity Scale* (Skala Keparahan *Cyberchondria*) sebagai alat ukur untuk menilai *cyberchondria*. Sebagian besar penelitian selanjutnya yang mengadaptasi skala tersebut, secara tidak langsung mendukung pandangan bahwa *cyberchondria* adalah sebuah sindrom yang merupakan jenis gangguan tersendiri (Starcevic et al., 2020).

Ibu rumah tangga, sebagai pengasuh utama dalam keluarga, seringkali dihadapkan pada ketidakpastian mengenai kesehatan anggota keluarga mereka.

Hal ini dapat meningkatkan tingkat kecemasan mereka, yang pada gilirannya memperbesar kemungkinan terjadinya *cyberchondria*.

Pencarian informasi terkait kesehatan di internet tidak dapat digeneralisasikan sebagai perilaku yang salah. serupa yang diungkapkan oleh Bajcar dkk (2019), mendapatkan informasi terkait kesehatan di internet bagi sebagian orang mungkin dapat menyebabkan perasaan lega dan meningkatkan kesejahteraan. Oleh karena itu, peneliti dapat mempertimbangkan bahwa pencarian informasi terkait kesehatan di internet, jika dilakukan untuk mendapatkan lebih banyak pengetahuan atau referensi sementara sebelum menemui dokter, dapat dianggap wajar. Berbahaya adalah ketika seseorang mendiagnosa sendiri atau percaya sepenuhnya pada hasil penelitian tersebut, yang menyebabkan kecemasan dan menyebabkan pencarian informasi kesehatan yang berlebihan dan berulang (Doherty-Torstrick et al., 2016).

Hal tersebut sesuai dengan wawancara awal dengan tiga ibu rumah tangga di Desa Blang Asan, Sigli:

Narasumber 1

“...saya pasti cemas banget, gak tenang. Apalagi kalau anak saya sakit dan saya gak ngerti apa penyebabnya, jadi langsung aja cari info di internet. Walaupun udah nemu beberapa penyebabnya yang nampa di google, tapi tetap aja ngerasa pengen cari lagi, takut salah ambil keputusan...” (KF, wawancara personal 23 November 2024)

Narasumber 2

“...saya sih jadi khawatir banget ee kalau gak nemuin jawaban yang pasti, pasti saya terus cari-cari info lagi. Kadang-kadang juga berhenti, soalnya kok makin bingung ya, tapi ya udah pasti gak tenang, jadi lanjut nyari lagi. Soalnya pas cari di internet udah dibilang dapat menyebabkan kematian jadi saya terus

mencari-cari kepastian tentang penyakitnya...” (NM, wawancara personal 23 November 2024)

Narasumber 3

“...kalua anak saya tiba-tiba sakit dan gak jelas kenapa saya langusng panik tu, terus cari di internet. Kalau udah nemu beberapa penjelasan, saya malah jadi makin gak tenang, jadi lanjut nyari lagi...” (E, wawancara personal 23 November 2024)

Berdasarkan wawancara, ketiga narasumber menunjukkan dimensi *cyberchondria* yang kuat. Inisial KF merasa cemas dan terus mencari informasi meskipun sudah menemukan beberapa penjelasan, mencerminkan *compulsion* dan *excessiveness*. Ia juga mengalami *distress* terkait ketakutan akan keputusan yang salah dan mencari kepastian. Dalam hal intoleransi ketidakpastian, ia menunjukkan *prospective anxiety* dan *inhibitory anxiety*, yang menghambatnya untuk bertindak. Inisial NM juga menunjukkan *compulsion* dan *excessiveness* dengan mencari informasi berulang kali meskipun merasa bingung. Kecemasan yang mendalam (*distress*) mendorongnya untuk mencari kepastian (*reassurance*), serta menunjukkan *prospective anxiety* dan *inhibitory anxiety* yang menghambat pengambilan keputusan. Inisial E memperlihatkan *compulsion* dengan panik mencari informasi meskipun sudah menemukan penjelasan, yang menyebabkan kecemasan (*distress*). Ia juga mencari kepastian (*reassurance*) dan mengalami *prospective anxiety* serta *inhibitory anxiety*, kesulitan bertindak karena ketidakpastian kondisi anaknya.

Secara keseluruhan, ketiga narasumber mengalami *cyberchondria* yang melibatkan pencarian informasi berulang, kecemasan, dan kebutuhan akan

kepastian, serta intoleransi ketidakpastian, yang menghambat kemampuan mereka untuk bertindak. Maka tidak semua ibu rumah tangga mampu menyikapi informasi kesehatan yang mereka peroleh dari internet dengan bijak, hal ini terbukti dari fenomena yang didapat dari data awal yang ditemukan peneliti di lapangan pada tanggal 23 November 2024.

Peneliti menemukan penelitian yang dilakukan oleh Starcevic dan Berle (2013) mengatakan bahwa faktor yang mempengaruhi *cyberchondria* salah satunya adalah intoleransi ketidakpastian. Carleton dkk, (2007) mendefinisikan intoleransi ketidakpastian sebagai keyakinan individu bahwa peristiwa negatif bisa terjadi padanya, dan tidak ada cara pasti untuk memprediksi kapan peristiwa tersebut akan terjadi. Dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Fergus (2013), ditemukan hubungan positif antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan perilaku pencarian informasi kesehatan secara *online*. Penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat ketidakterimaan terhadap ketidakpastian dan frekuensi subjek dalam melakukan pencarian informasi kesehatan melalui internet.

Pada situasi yang tidak pasti, akan ada individu yang mampu mengatasi dan ada pula individu yang tidak mampu mengatasi. Ketidakmampuan seseorang dalam menghadapi ketidakpastian disebut sebagai intoleransi ketidakpastian (Malehmir et al., 2021). Bottesi dkk (2019) menjelaskan bahwa seseorang yang intoleransi ketidakpastian melihat keadaan yang sulit diprediksi, sebagai sesuatu yang mengancam, menjengkelkan, dan tidak diinginkan. Keadaan tersebut dapat menimbulkan perasaan cemas dan khawatir. Intoleransi ketidakpastian bukan

sekadar reaksi sesaat, melainkan merupakan kecenderungan pribadi yang menetap yang berkembang dari serangkaian keyakinan negatif individu mengenai ketidakpastian beserta dampaknya. Hal ini menjadikan intoleransi ketidakpastian sebagai prediktor utama dari kecemasan tingkat sifat dan kecenderungan untuk menafsirkan situasi yang ambigu secara negatif. Dengan kata lain, individu yang sulit menerima ketidakpastian cenderung lebih cemas secara umum (Francis et al. 2012).

Individu dengan tingkat intoleransi ketidakpastian yang tinggi cenderung menganggap semua informasi yang ambigu sebagai ancaman. Mereka merasa tidak nyaman dan terganggu oleh ketidakjelasan. Hal ini dapat mengganggu kemampuan mereka dalam memecahkan masalah, yang pada gilirannya menyebabkan penundaan dan penghindaran terhadap situasi yang tidak jelas atau ambigu. Dalam konteks informasi kesehatan *online*, ambiguitas informasi bisa sangat memicu mereka (Starcevic, 2017).

Ketidakmampuan mengatasi ketidakpastian mendorong individu untuk mencari kontrol atas keadaan, terutama ketika mereka mengalami gejala yang tidak jelas. Hal ini dapat memicu perilaku pencarian informasi secara berlebihan di internet. Mereka berharap pencarian *online* dapat mengurangi ketidakpastian, namun seringkali justru menimbulkan efek sebaliknya, yaitu meningkatkan kecemasan dan memperburuk *cyberchondria* (Zangoulechi et.al, 2018).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa individu dengan tingkat intoleransi ketidakpastian yang tinggi lebih cenderung terlibat dalam perilaku

pencarian informasi kesehatan yang berlebihan, sebagai respons terhadap kecemasan mereka (Fadila & Dwatra, 2024). Oleh karena itu, penting untuk memahami hubungan antara intoleransi terhadap ketidakpastian dan *cyberchondria*, khususnya pada ibu rumah tangga di daerah pedesaan, seperti di Desa Blang Asan.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *cyberchondria* pada ibu rumah tangga di Desa Blang Asan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti menyimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah terdapat hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *Cyberchondria* pada ibu rumah tangga di desa Blang Asan”?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, adapun tujuan yang ingin dicapai oleh peneliti melalui penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *Cyberchondria* pada ibu rumah tangga di desa Blang Asan.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan dari penelitian diatas, maka dapat diambil manfaat dari penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi bidang keilmuan. Khususnya bagi bidang keilmuan psikologi klinis dan sosial sebagai masukan empiris terkait hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *Cyberchondria*.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi ibu rumah tangga: dapat membantu ibu rumah tangga memahami bagaimana ketidakpastian terkait kesehatan mempengaruhi kecemasan dan perilaku *cyberchondria*. Dengan pemahaman ini, mereka dapat lebih bijak dalam mencari informasi kesehatan, meningkatkan literasi kesehatan digital, dan mengelola kecemasan secara lebih efektif.
- b. Bagi peneliti selanjutnya: dapat dijadikan sebagai acuan perbandingan serta menambah referensi dalam mengembangkan, memperdalam, dan memperkaya pemahaman secara teoritis mengenai hubungan antara intoleransi ketidakpastian dengan *cyberchondria* pada ibu rumah tangga.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan *survey* literatur yang telah peneliti lakukan, terdapat beberapa hasil penelitian yang dapat menunjukkan bahwa penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya.

Penelitian Fergus (2013), yang berjudul *Cyberchondria and Intolerance of Uncertainty: Examining When Individuals Experience Health Anxiety in Response to Internet Searches for Medical Information*. Penelitian ini menggunakan sampel

sebanyak 512 orang dewasa yang sehat secara medis. Hasil penelitian ini adalah ditemukan hubungan positif antara *intolerance of uncertainty* dan perilaku pencarian informasi kesehatan secara *online*. Penelitian tersebut menunjukkan adanya korelasi positif antara tingkat ketidakterimaan terhadap ketidakpastian dan frekuensi subjek dalam melakukan pencarian informasi kesehatan melalui internet. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu pada subjek dan lokasi penelitian.

Penelitian Norr dkk (2015), yang berjudul *Anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty as potential risk Factors for cyberchondria*. Penelitian ini menggunakan sampel 526 individu yang direkrut melalui survei *online*. Hasil penelitian ini adalah menginvestigasi pengaruh setiap dimensi *intolerance of uncertainty* terhadap *cyberchondria* dengan menggunakan metode *Structural Equation Modeling* (SEM). Dalam studi ini, pengaruh *prospective anxiety* diuji pada model pertama, sementara *inhibitory anxiety* diuji pada model kedua. Temuan penelitian menunjukkan bahwa dimensi *inhibitory anxiety* dari *intolerance of uncertainty* memiliki pengaruh yang signifikan dengan arah positif terhadap *cyberchondria*. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel penelitian, subjek penelitian dan lokasi penelitian.

Penelitian Fergus (2015), yang berjudul *Anxiety sensitivity and intolerance of uncertainty as potential risk factors for cyberchondria: A replication and extension examining dimensions of each construct*. Penelitian ini menggunakan sampel orang dewasa komunitas sebanyak 578 yang berlokasi di

Amerika Serikat. Hasil penelitian ini memberikan bukti bahwa dimensi sensitivitas kecemasan (AS) dan intoleransi terhadap ketidakpastian (IU) dapat menimbulkan kerentanan terhadap dimensi *cyberchondria* tertentu. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu sampel penelitian.

Penelitian Fadila dan Dwatra (2024), melakukan penelitian dengan judul pengaruh intoleransi ketidakpastian terhadap *cyberchondria* pada dewasa awal pengguna internet. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak 138 orang dewasa awal yang berada di Kota Padang. Teknik pengumpulan sampel yang digunakan pada penelitian ini yaitu *purposive sampling* yang diambil dari masing-masing universitas secara proporsional terhadap ukuran populasi mereka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya pengaruh yang positif antara intoleransi ketidakpastian terhadap *Cyberchondria*. Perbedaan penelitian ini yaitu subjek penelitian pada dewasa awal pengguna internet dan lokasi penelitian di Kota Padang, sedangkan penelitian yang akan dilakukan pada subjek ibu rumah tangga dan lokasi penelitian di Desa Blang Asan.

Penelitian Bottesi dkk (2022), yang berjudul “*Psychological distress in the context of the COVID-19 pandemic: the joint contribution of intolerance of uncertainty and cyberchondria*”. Penelitian ini menggunakan sampel sebanyak dua sampel Italia didaftarkan melalui kuesioner *online*. Sampel 1 (556 perempuan) direkrut pada masa non-pandemi, sedangkan Sampel 2 (575 perempuan) direkrut selama masa Penguncian COVID-19. Hasil penelitian ini adalah bahwa perilaku *online* yang bermasalah dapat memperburuk konsekuensi negatif dari intoleransi

ketidakpastian dalam hal tingkat HA dan psikologis yang lebih tinggi psikologis yang lebih tinggi baik dalam konteks pandemi dan non-pandemi. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada sampel penelitian.

Berdasarkan lima penelitian diatas, terdapat perbedaan dalam hal lokasi, subjek, dan waktu penelitian. Penelitian ini memfokuskan pada ibu rumah tangga di Desa Blang Asan, dengan konteks dan ruang lingkup yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki kekhasan tersendiri dan keasliannya dapat dipertanggung jawabkan.

