

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. LATAR BELAKANG MASALAH**

Di zaman era modern ini masyarakat Indonesia secara langsung berhadapan dengan berbagai masalah, perubahan tingkat sosial, ekonomi, dan gaya hidup dalam dekade terakhir telah menyebutkan perubahan pola penyakit. Saat ini penyakit degeneratif dan keganasan menjadi masalah kesehatan utama di Indonesia.

Masalah kesehatan yang saat ini banyak menjadi pembicaraan adalah hipertensi dan aspek – aspek psikologi yang menyertainya. Pada umumnya penderita hipertensi adalah orang – orang yang berusia lebih muda. Di Amerika serikat, sekitar seperempat jumlah penduduk dewasa menderita hipertensi, mereka yang menderita hipertensi mempunyai resiko besar bukan saja terhadap penyakit jantung, tetapi juga terhadap penyakit lain seperti penyakit saraf, ginjal, dan vascular, makin tinggi tekanan darah makin besar resikonya (<http://www.Indiegost.com>)

Hipertensi adalah salah satu penyebab kematian global. Prevalensi hipertensi meningkat sejalan dengan perubahan gaya hidup seperti merokok, obesitas, inaktivitas fisik, dan stres psikososial. Di Indonesia akan mengalami penambahan, orang yang mengalami hipertensi terbesar di seluruh dunia pada tahun 1999 – 2050 yaitu hampir mencapai 500 juta orang dan di proyeksikan menjadi dua milyar, pada saat itu hipertensi akan melebihi jumlah populasi (Tiffy, 2005).

Menurut Sarwono (1998) Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang melebihi batas normal dimana faktor penyebab belum di ketahui secara pasti. Terdapat beberapa faktor yang mempunyai prevalensi hipertensi. Seperti ras, umur, obesitas, asupan garam yang tertinggi dan riwayat hipertensi dalam keluarga. Hipertensi yang tidak di tangani dengan baik dapat mempengaruhi kognitif, mengalami masalah dalam pembelajaran, mengingat, atensi, berfikir abstrak, fleksibilitas mental dan kemampuan kognisi lainnya. Masalah – masalah ini tentu merupakan masalah yang signifikan bagi penderita hipertensi yang berusia produktif (<http://www.Psikologi hipertensi com>).

*Locus of control* merupakan salah satu aspek yang terpenting dalam karakteristik kepribadian manusia, dimana *locus of control* ini dapat bersifat internal maupun eksternal. Rotter (1975) menegaskan bahwa *locus of control* internal maupun eksternal merupakan kontinum bukanlah suatu tipologi, dimana *locus of control* internal cenderung untuk meyakini bahwa hasil yang diperoleh dikontrol oleh dirinya sendiri. Sedangkan *locus of control* eksternal cenderung untuk meyakini bahwa hasil yang diperoleh dipengaruhi oleh kekuatan dari luar dirinya. Misalnya seorang penderita hipertensi yang mempunyai *locus of control* internal, apabila tekanan darahnya naik dikarenakan mempunyai pola makan yang tidak terjaga dan tidak dapat mengontrol dirinya sendiri, orang yang memiliki *locus of control* internal orang yang percaya segala sesuatu ditentukan oleh dirinya sendiri, keberhasilan dan kegagalan merupakan akibat dari perbuatannya. Sedangkan seorang penderita hipertensi yang mempunyai *locus of control* eksternal, apabila tekanan darahnya naik dikarenakan dari lingkungan sekitar dan gaya

hidup dalam dirinya, sementara orang – orang yang memiliki *locus of control* eksternal, orang yang percaya segala sesuatunya ditentukan oleh hal – hal di luar dirinya.

Tingkah laku manusia senantiasa dipengaruhi oleh keadaan emosi, pikiran dan pertimbangan akalnya (Morgan dalam Instyari, 1995). Emosi memberikan warna dan semangat hidup, misalnya rasa senang dan rasa puas tetapi tidak jarang pula emosi menimbulkan gangguan dalam kehidupan manusia, seperti rasa marah, murung dan apatis.

Setiap manusia mempunyai emosi yang tidak stabil dalam berbagai situasi. Emosi mewarnai cara berfikir individu, sebagai manusia yang utuh, individu tidak dapat mengesampingkan emosi. Emosi bukan hambatan utama, tetapi bila emosi sudah mencapai intensitas yaitu begitu tinggi sehingga menjadi stres barulah individu menjadi sulit berfikir efisien. Memang, semua orang memiliki jenis perasaan yang sangat serupa, namun intensitasnya berbeda – beda. Semua itu bergantung pada emosi mana yang kita pilih dalam reaksi kita terhadap orang lain, kejadian – kejadian, dan situasi di sekitar kita (Sobur, 2003)

Setiap orang memiliki pola emosional yang berupa ciri-ciri atau karakteristik dan reaksi – reaksi perilakunya. Ada individu yang mampu menampilkan emosinya secara stabil yang di tunjukan dengan kemampuan untuk mengontrol emosinya secara baik dan memiliki suasana hati yang tidak terlalu variatif. Sebaliknya, ada pula individu yang kurang atau bahkan sama sekali tidak memiliki stabilitas emosi, biasanya cenderung menunjukan

perubahan emosi yang cepat dan tidak dapat diduga-duga (<http://akhmadsudrajat.com>). Di samping efeknya bersifat sementara berupa hambatan kemampuan berfikir, emosi dapat mempunyai efek yang buruk bersifat permanent pada tubuh. Para dokter mengetahui bahwa penyakit itu berjalan berdampingan dengan emosi yang berlebihan tak ubahnya kesehatan berjalan seiringan dengan kebahagiaan

Emosi merupakan suatu gerak atau perubahan dari kondisi tenang dan normal pada individu, kepada suatu perasaan yang kuat, dorongan terhadap munculnya gerakan yang sifatnya lebih terbuka, yang berada di antaranya digambarkan sebagai ketakutan, kemarahan, duka cita, kegembiraan, ditambahkan pula bahwa ekspresi emosi ini melibatkan seluruh kepribadian individu, misalnya dengan perubahan jasmani. Tingkah laku motorik dan tingkah laku psikis (Golemen, 1997)

Stabilitas emosi merupakan keadaan emosi seseorang yang bila mendapat rangsangan-rangsangan emosional dari luar tidak menunjukkan gangguan emosional, seperti depresi dan kecemasan. Dengan kata lain, individu tersebut tetap dapat mengendalikan dirinya dengan baik (Morgan dalam Instyari, 1995)

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di Puskesmas 1 Baturraden, peneliti memperoleh data penderita hipertensi yang sedang melakukan rawat jalan pada tahun 2010, dari bulan Januari sampai bulan Agustus. Dengan rata-rata usia penderita hipertensi 40-60 tahun, data yang diperoleh sebagai berikut:

## Data jumlah penderita hipertensi 2010

No	Bulan	Jumlah
1	Januari	135
2	Februari	124
3	Maret	111
4	April	117
5	Mei	100
6	Juni	110
7	Juli	121

Sumber: Puskesmas 1 Baturraden

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 12 Februari 2010 dengan melakukan observasi dan wawancara, terhadap penderita hipertensi di Puskesmas 1 Baturraden. Menurut hasil diagnosa dari Dr. Tri Iriyani M, terjadinya hipertensi dikarenakan adanya penyempitan pembuluh darah, kurang tidur, mudah marah, banyak pikiran, ada ketakutan terkena stroke pada penderita. Berdasarkan wawancara dan observasi yang peneliti lakukan, bahwasanya permasalahan yang terjadi pada penderita hipertensi apabila penderita hipertensi terlalu banyak masalah sehingga tekanan darahnya menjadi naik, kurang istirahat, sering mengeluhkan pusing, badan menjadi lemas dan tidak bisa tidur. Dari permasalahan yang muncul maka penderita hipertensi belum mampu untuk mengendalikan serta mengontrol emosi yang membuat tekanan darahnya menjadi naik, sehingga penderita hipertensi dianjurkan untuk banyak istirahat, mengatur pola makan dan tidak boleh capek dalam memikirkan segala permasalahan yang dihadapi.

Terkadang penderita hipertensi masih belum bisa mengendalikan dan mengontrol diri yang membuat tekanan darahnya menjadi naik, maka

penderita hipertensi agar banyak-banyak istirahat dan hati-hati terhadap pola makan dan tidak boleh banyak pikiran.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dibuat rumusan masalahnya, yaitu apakah ada pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.

## **C. TUJUAN PENELITIAN**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.

## **D. MANFAAT PENELITIAN**

Peneliti ini di harapkan dapat memberi beberapa manfaat, antara lain:

### 1. Secara teoritis

Di harapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan wacana bagi perkembangan ilmu psikologi klinis dan psikologi sosial khususnya mengenai pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.

## 2. Secara praktis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan pada penderita hipertensi mengenai pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.

