

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. *Locus Of Control*

1. Pengertian *Locus of Control*

Konsep *locus of control* pertama kali dirumuskan oleh Rotter berdasarkan teori belajar sosial (Effi, 1993). Di dalam teori belajar ini, Rotter mengemukakan tiga aspek utama yaitu perilaku potensial, harapan dan nilai penguat. Perilaku potensial dalam situasi – situasi tertentu oleh harapan seseorang terhadap penguat yang akan menyertai perilaku itu dan nilai yang dimiliki (Effi, 1993). Menurut Rotter (dalam Nowicky, 1982) *locus of control* adalah keyakinan seseorang terhadap sumber – sumber yang mengontrol kejadian – kejadian dalam hidupnya, yaitu apakah kejadian – kejadian yang terjadi pada dirinya di kendalikan oleh kekuatan dari luar dirinya.

Dalam konsep tersebut, Rotter menjelaskan bahwa seseorang akan mengembangkan suatu harapan kemampuannya untuk mengendalikan kejadian – kejadian dalam hidupnya. Dalam hal ini dibedakan antara *locus of control* internal dan eksternal. Seseorang yang memiliki keyakinan bahwa kehidupannya ditentukan oleh kesempatan, keberuntungan dan nasib dikatakan mempunyai *locus of control* eksternal (Smet, 1994).

Lebih lanjut Rotter (dalam Nowicky, 1982) mengatakan bahwa *locus of control* adalah anggapan seseorang tentang sejauh mana orang

tersebut merasakan adanya hubungan antara usaha – usaha yang telah dilakukan dengan akibat yang diterima. Jika seseorang merasakan adanya hubungan tersebut dikatakan mempunyai *locus of control* internal, sementara orang yang mempunyai *locus of control* eksternal akan beranggapan bahwa akibat yang diterima berasal dari kesempatan, keberuntungan, nasib, atau campur tangan orang lain.

Locus of control atau letak kendali merupakan salah satu aspek yang penting dalam karakteristik kepribadian manusia. Konsep ini pada awalnya diformulasikan oleh Julian Rotter pada tahun 1994, bahwa *locus of control* adalah persepsi individu mengenai sebab utama terjadinya suatu kejadian dalam hidupnya, dapat diartikan juga sebagai keyakinan individu mengenai kontrol dalam hidupnya, dimana dalam suatu kejadian individu yang satu menganggap keberhasilan yang telah dicapainya merupakan hasil usaha dan kemampuannya sendiri, sedangkan individu yang lain menganggap bahwa keberhasilan yang telah diperolehnya karena adanya keberuntungan semata.

Locus of control dapat bersifat internal maupun eksternal. Zimbardo (1984) berpendapat bahwa hasil yang diperoleh oleh individu dipercaya dapat terjadi karena apa yang dikerjakan oleh individu itu sendiri disebut dengan *locus of control* internal, sedangkan *locus of control* eksternal cenderung untuk meyakini bahwa hasil yang diperoleh banyak dipengaruhi oleh kekuatan dari luar dirinya. *Locus of control* dapat

pula merupakan konsep kontinum dimensional terpadu dari derajat eksternal ke internal dan bukanlah sebuah tipologi.

Kontinum dimensional *locus of control* bergerak dari derajat eksternal ke internal, dimana pemahaman *locus of control* eksternal mengarah pada keyakinan, bahwa perilaku, hasil atau kejadian tertentu disebabkan oleh nasib, keberuntungan serta ditentukan oleh kekuatan dari luar atau lainnya. Individu yang mempunyai *locus of control* eksternal cenderung menyimpulkan bahwa sesuatu yang terjadi pada dirinya karena adanya kekuatan dari luar dirinya, sehingga individu tersebut tidak bertanggungjawab atas tindakan yang dilakukannya. Individu tersebut cenderung untuk reaktif dan menolak situasi yang menekan dirinya (Gomez,1998), sehingga individu tersebut cenderung untuk terikat dengan pola perilaku maladaptif yang dapat mengarah pada kepuasan diri yang tidak mau dikaitkan antara perilaku dan pencapaian hasil.

Pemahaman *locus of control* internal mengarah pada keyakinan bahwa ada konsekuensi hasil atas perbuatan diri sendiri. Individu percaya bahwa hasil baik yang diperoleh dan kegagalan yang diperoleh merupakan hasil dari perilakunya sendiri, sehingga ia percaya bahwa yang mengontrol berhasil tidaknya suatu tujuan adalah dirinya sendiri. Individu yang mempunyai *locus of control* internal biasanya proaktif dan perilakunya cenderung adaptif (Demellow & Imms, 1999).

Locus of control pada hakekatnya dapat mempengaruhi individu dalam mengamati dan berinteraksi dengan lingkungannya. Individu yang

diminta pendapatnya mengenai pencapaian hasil perilakunya akan menghubungkan antara *locus of control* yang dimiliki dengan proses kognitif yang terjadi. *Locus of control* berdasar pada apa yang diamati dan hal ini telah dimiliki selama masa anak – anak dan cenderung berubah kearah eksternal daripada internal selama masa remaja dan dewasa. Orientasi *locus of control* selama masa remaja cenderung lebih internal daripada orang dewasa (Skinner et al, 1998). Secara lebih lanjut (Skinner et al) melaporkan bahwa individu yang memiliki *locus of control* internal lebih berhubungan dengan penalaran kognitif secara kongkrit.

Dari pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa *locus of control* adalah keyakinan seseorang mengenai sumber – sumber yang mengontrol kejadian – kejadian di dalam hidupnya. Sumber itu dibagi Rotter ke dalam dua bagian, yaitu internal, untuk mereka yang meyakini bahwa setiap kejadian adalah berhubungan dengan tingkah lakunya, dan eksternal bagi mereka yang meyakini bahwa kejadian – kejadian adalah disebabkan oleh faktor – faktor di luar diri yang tidak dapat ia kuasai.

2. Ciri-ciri *locus of control*

Locus of control terdiri dari dua macam internal dan eksternal, adapun cirri-cirinya sebagai berikut:

a. Ciri -ciri *locus of control* internal sebagai berikut:

1. Merasa mampu untuk mengatur segala tindakan, perbuatan dan lingkungannya.

2. Rajin, ulet, mandiri dan tidak mudah terpengaruh begitu saja terhadap pengaruh dari luar.
3. Lebih bertanggung jawab terhadap kesalahan dan kegagalannya
4. Lebih efektif dalam menyelesaikan tugas.
5. Memiliki kepercayaan tinggi akan kemampuan dirinya.

b. Ciri-ciri *locus of control* eksternal sebagai berikut:

1. Lebih pasrah dan bersikap conforming dengan lingkungan.
2. Merasa bahwa perbuatannya kecil berpengaruh terhadap kejadian yang akan dihadapi, baik untuk menjalani situasi yang tidak menyenangkan maupun dalam usaha untuk mencapai tujuan.
3. Kurang bertanggung jawab terhadap kesalahan yang diperbuat.
4. Kurang percaya diri terhadap kemampuannya
5. Cenderung mengandalkan pada orang lain

3. Karakteristik *Locus of control*

Locus of control internal diyakini mempunyai dua karakteristik pokok yaitu motivasi prestesi tinggi dan independen. *Locus of control* internal lebih cenderung pada pengertian prestasi dan mempunyai toleransi terhadap penundaan hadiah serta cenderung merencanakan tujuan jangka panjang, sementara *locus of control* eksternal kurang memberikan arti mengenai tujuan kegagalan yang terjadi bagi individu yang memiliki kecenderungan *locus of control* internal akan menyebabkan individu tersebut cenderung untuk melakukan evaluasi atas kinerjanya dan tidak

terlalu mengarpakan keberhasilan, sedangkan individu yang memiliki kecenderungan *locus of control* eksternal akan menaikkan harapannya.

Berdasarkan atas uraian di atas maka jelaslah bahwa *locus of control* adalah bagaimana individu meyakini bahwa dirinya dapat mengontrol kejadian dalam hidupnya. Individu dapat memiliki *locus of control* internal yang tinggi dikarenakan hasil dari perilakunya dan tindakannya sendiri, mempunyai control diri yang lebih baik dan percaya bahwa usaha yang dilakukannya akan membuat dirinya berhasil, sehingga individu tersebut cenderung untuk aktif mencari informasi dan pengetahuan yang baru.

B. Stabilitas Emosi

1. Pengertian Stabilitas emosi

Tingkah laku manusia senantiasa dipengaruhi oleh keadaan emosi, pikiran dan pertimbangan akalnya (Morgan 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.

Kata emosi atau emotional berasal dari bahasa latin yang berarti *to move out* (keluar). Arti kata ini menunjukkan pada suatu ekspresi keluarnya suatu dari dalam, dan merupakan salah satu aspek yang ada dalam emosi. Kata *to move out*, juga membawa pemikiran kepada aspek lain dari emosi, yaitu kualitas motivasional. Emosi memberikan kekuatan

motivasi untuk mengarahkan perilaku individu. Emosi juga merupakan suatu pengalaman, yaitu sesuatu yang dapat dirasakan oleh setiap individu (Morgan, 1986).

Webster (dalam Morgan, 1986) Ia mengemukakan bahwa 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 beberapa di antaranya di gambarkan sebagai ketakutan, kemarahan, kengerian, duka cita, kegembiraan, terkejut dan belas kasihan, ditambahkan pula oleh Morgan (1986) bahwa ekspresi emosi ini melibatkan seluruh kepribadian individu, misalnya dengan adanya perubahan jasmani, tingkah laku motorik dan tingkah laku psikis.

Menurut Albin dalam Brigid (1993) emosi adalah berbagai emosi yang muncul di sebut dengan berbagai nama seperti sedih, gembira, kecewa, semangat, marah, benci, dan cinta. Sebutan yang diberikan kepada perasaan tertentu, mempengaruhi bagaimana individu itu berfikir mengenai perasaan itu dan bagaimana individu bertindak. Sedangkan menurut Patty, dkk (1982) emosi merupakan reaksi individu terhadap suatu perubahan pada situasi yang sekonyong – konyong sehingga tidak dapat bertindak dengan suatu tujuan tertentu, reaksi tersebut berupa perasaan terkejut, takut, sedih, marah, gembira terhadap kejadian di luar individu.

Crow dan Crow (Kasijan, 1984) emosi merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi dan menyertai penyesuaian di dalam diri secara umum, keadaan yang merupakan penggerak psikis dan fisik bagi individu, yang dapat dilihat melalui tingkah lakunya. Emosi juga meliputi keadaan yang merupakan sumber penggerak atau pembangkit semangat manusia untuk berbuat sesuatu, untuk mendapatkan rasa puas, perlindungan dan kesejahteraan pada individu, di samping itu emosi juga memperkaya dan mengisi arti kehidupan bagi individu yang bersifat dinamis.

Gerungan (1991) bahwa stabilitas emosi atau kematangan emosi adalah kematangan atau kematapan untuk mengintegrasikan keinginan, cita – cita, kebutuhan atau perasaan ke dalam kepribadian yang pada dasarnya bulat dan harmonis. Di jelaskan pula oleh Hurlock (1991) bahwa kematangan emosi adalah individu mampu memiliki situasi secara kritis terlebih dahulu sebelum bereaksi secara emosional, pada emosi yang matang memberikan reaksi emosional yang stabil.

Menurut Golmen (2000) emosi adalah setiap kegiatan atau pergolakan pikiran, perasaan, nafsu serta setiap keadaan mental yang hebat dan meluap – meluap. Faktor yang mempengaruhi perkembangan emosi seseorang pada umumnya nampak jelas pada perubahan tingkah laku yang terjadi pada orang tersebut. Demikian juga halnya bagi remaja, gejala – gejala yang nampak bila gangguan emosi ini terjadi sangat tergantung dari tingkat perkembangan remaja.

Stabilitas emosi merupakan keadaan emosi seseorang yang bila mendapat rangsang – rangsang emosional dari luar tidak menunjukkan gangguan emosional, seperti depresi dan kecemasan. Dengan kata lain , individu tersebut tetap dapat mengendalikan dirinya dengan baik (Morgan, 1986).

Kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa emosi merupakan perubahan pada individu dari kondisi tenang atau normal kepada suatu perasaan yang kuat, yang di ekspresikan sebagai marah, takut, ngeri, gembira, terkejut dan lain – lain. stabilitas emosi merupakan kemampuan seseorang untuk tetap dapat mengendalikan dirinya pada waktu ia mendapat rangsang – rangsang dari luar, sehingga tidak menimbulkan gangguan emosional dan dirinya dalam keadaan tetap baik.

2. Aspek-Aspek stabilitas emosi

Schneider (1964) mengemukakan bahwa stabilitas emosi didukung oleh kesehatan emosi serta penyesuaian emosi yang terdiri tiga aspek yaitu:

a. Adekuasi emosi

Aspek ini berhubungan dengan respon emosi, mempunyai sifat baik dan sehat, maka cara untuk memperoleh kesehatan emosi tidak dengan cara menahan atau menghilangkan reaksi emosi yang timbul. Sikap tenang dan dingin merupakan penyesuaian emosi yang baik. Tuntutan kehidupan membutuhkan reaksi emosi yang memadai atau

edkuat yang isinya tidak menyulutkan dan tidak merusak penyesuaian personal, sosial, dan moral.

b. Kematangan emosi

Kematangan emosi merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan reaksi emosi sesuai dengan tingkat perkembangan pribadi. Gilmer (1971) mengemukakan bahwa kematangan emosi tidak mempunyai batas umur, artinya kematangan emosi seseorang tidak bisa dilihat. Gilmer mengemukakan indikator kematangan emosi seseorang dapat dilihat dari kemampuan untuk menyesuaikan diri terhadap stres, tidak mudah khawatir atau cemas dan tidak mudah marah. Definisi tentang kematangan emosi juga di kemukakan oleh Chaplin (1975) yaitu bahwa kematangan emosi merupakan suatu keadaan tercapainya tingkat kedewasaan dalam perkembangan emosi.

c. kontrol emosi

Kontrol emosi merupakan fase khusus dari kontrol diri yang sangat penting bagi tercapainya kematangan, penyesuaian dan kesehatan mental. Kontrol emosi ini meliputi pengaturan emosi dan perasaan sesuai dengan tuntutan lingkungan atau situasi dan standar dalam diri individu yang berhubungan dengan nilai – nilai, cita – cita serta prinsip. Indikasi kontrol emosi yang kurang baik dapat di lihat dari timbulnya kegagalan pada hal – hal sebagai berikut. Pengaturan perasaan seksual, pembatasan kesenangan pada materi, penempatan moralitas di atas kesenangan sementara serta penghindaran diri sedikit

dari stimulus yang menyulitkan individu yang mampu mengepresikan emosi secara tepat akan memperoleh kepuasan untuk mengarahkan energi emosi ke dalam aktivitas yang kreaktif dan produktif (Smith, 1955)

Aspek di atas menjelaskan bahwa stabilitas emosi di dukung oleh kesehatan emosi serta penyesuaian emosi yang terdiri tiga aspek yaitu adekuasi emosi, kematangan emosi serta kontrol emosi. Apabila ketiga aspek tersebut berfungsi dengan baik dan sehat, berarti kesehatan emosi dan penyesuaian emosi juga berfungsi dengan baik, yang pada akhirnya akan mendukung dicapainya emosi yang stabil

C. Pengaruh *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi

Hipertensi adalah tekanan darah tinggi yang melebihi batas normal dimana faktor penyebab belum di ketahui secara pasti, terdapat beberap faktor yang mempunyai prevalensi hipertensi, seperti ras, umur, obesitas, asupan garam yang tinggi dan riwayat hipertensi dalam keluarga (Sarwono, 1998).

Hipertensi merupakan suatu keadaan dimana tekanan darah sistolik meningkat hingga lebih dari 140 mm Hg dan tekanan darah diastolik meningkat lebih dari 90 mm Hg. Meningkatnya tekanan darah juga berdampak pada meningkatnya resiko terkena kardiovaskular, seperti serangan jantung atau stroke.

Hipertensi yang ditimbulkan oleh keturunan dapat diturunkan secara genetik. Kebiasaan mengonsumsi garam yang tinggi, makan berlebihan dan kegemukan, orang yang terlalu gemuk tekanan darahnya lebih tinggi karena seluruh organ tubuh dipacu bekerja, untuk memenuhi kebutuhan energi yang lebih besar, dikarenakan banyaknya timbunan lemak yang menyebabkan kadar lemak tinggi sehingga tekanan darah tinggi. Stres menjadi suatu resiko hipertensi, apabila kemarahan yang ditekan sehingga menjadikan seseorang tersebut menjadi stres. Pengaruh lain, antara lain: merokok, alkohol, obat-obatan, sebagai penyebab tingginya tekanan darah pada setiap orang yang mengidap hipertensi (Gunawan,2001)

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>)

Orang – orang yang memiliki *locus of control* internal adalah orang yang percaya segala sesuatu di tentukan oleh dirinya sendiri, keberhasilan dan kegagalan merupakan akibat dari perbuatannya, sementara orang – orang yang memiliki eksternal adalah orang yang percaya segala sesuatunya ditentukan oleh hal – hal di luar dirinya.

Locus of control dapat bersifat internal maupun eksternal. Zimbardo (1984) berpendapat bahwa hasil yang diperoleh oleh individu dipercaya dapat terjadi karena apa yang dikerjakan oleh individu itu sendiri disebut dengan

locus of control internal, sedangkan *locus of control* eksternal cenderung untuk meyakini bahwa hasil yang diperoleh banyak dipengaruhi oleh kekuatan dari luar dirinya. *Locus of control* merupakan konsep kontinum dimensional terpadu dari derajat eksternal ke internal dan bukanlah sebuah tipologi.

Pemahaman *locus of control* internal mengarah pada keyakinan bahwa ada konsekuensi hasil atas perbuatan diri sendiri. Individu percaya bahwa hasil baik yang diperoleh dan kegagalan yang diperoleh merupakan hasil dari perilakunya sendiri, sehingga ia percaya bahwa yang mengontrol berhasil tidaknya suatu tujuan adalah dirinya sendiri. Individu yang mempunyai *locus of control* internal biasanya proaktif dan perilakunya cenderung adaptif (Demelllow & Imms, 1999).

Webster (dalam Morgan, 1986) pada akhirnya memberikan definisi yang dipandang terbaik oleh para ahli. Ia mengemukakan bahwa emosi merupakan suatu gerak atau perubahan dari kondisi tenang dan normal pada individu, kepada suatu perasaan yang kuat dorongan terhadap munculnya gerakan yang bersifat lebih terbuka, yang berbeda diantaranya digambarkan sebagai ketakutan, kemarahan, kengerian, duka cita, kegembiraan, terkejut dan belas kasihan, ditambahkan pula oleh Morgan (1986) bahwa ekspresi emosi ini melibatkan seluruh kepribadian individu, misalnya dengan adanya perubahan jasmani, tingkahlaku motorik dan tingkah laku psikis.

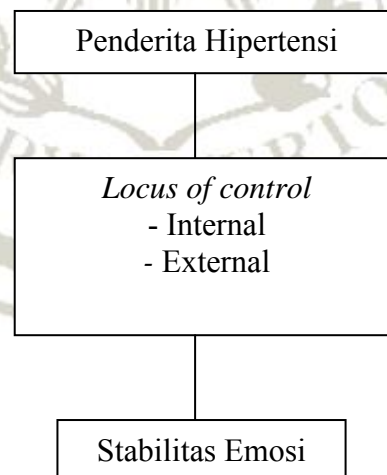
Emosi merupakan suatu keadaan yang mempengaruhi dan menyertai penyesuaian di dalam dirinya secara umum, keadaan yang merupakan penggerak psikis dan fisik bagi individu, yang dapat dilihat melalui tingkah

lakunya. Emosi juga meliputi keadaan yang merupakan sumber penggerak atau pembangkit semangat manusia untuk berbuat sesuatu, untuk mendapatkan rasa puas, perlindungan dan kesejahteraan pada individu, disamping itu emosi juga memperkaya dan mengisi arti kehidupan bagi individu yang bersifat dinamis (Crow & Crow dalam Kasijan, 1984).

Tingkah laku manusia senantiasa dipengaruhi oleh keadaan emosi, pikiran dan pertimbangan akalnya (Morgan, 1986). 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.

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa *locus of control* pada penderita hipertensi membutuhkan adanya stabilitas emosi.

D. Kerangka berfikir



Keterangan

Seseorang yang menderita hipertensi, disebabkan karena adanya masalah dari dalam diri atau luar, kemudian penderita hipertensi tersebut mempunyai keyakinan terhadap sumber yang mengontrol kejadian dalam hidupnya yang mungkin sumber tersebut berasal dari dirinya sendiri atau lingkungan (*locus of control* internal & *locus of control* eksternal), dari keyakinan *locus of control* internal maupun eksternal tersebut apakah penderita mampu mengendalikan emosi dirinya pada waktu ia mendapat rangsangan-rangsangan dari luar, sehingga tidak menimbulkan gangguan emosional dan dirinya dalam keadaan tetap baik.

E. Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya masih harus di uji secara empiris (Suryabrata,1990). Berdasarkan masalah yang hendak diteliti, diajukan yaitu ada pengaruh antara *locus of control* terhadap stabilitas emosi pada penderita hipertensi.