

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Mahasiswa merupakan salah satu anggotanya terdiri dari remaja. Selaku remaja, mahasiswa juga rentan terhadap perilaku berisiko terhadap kesehatan. Perilaku berisiko remaja adalah bentuk perilaku yang dapat membahayakan kesehatan dan kesejahteraan (*well-being*) remaja, bahkan beberapa bentuk perilaku berisiko dapat merugikan orang lain. Sebagian remaja di Indonesia terlibat dalam perilaku-perilaku berisiko terhadap kesehatannya, seperti: mengebut dan berakibat kecelakaan, kekerasan, tawuran, *bullying*, kekerasan dalam pacaran, kehamilan yang tidak direncanakan, perilaku seks berisiko, terkena penyakit menular seksual seperti hepatitis dan HIV-AIDS, merokok dan penyalahgunaan alkohol pada usia dini, penggunaan ganja dan zat-zat adiktif (Margaretha, 2012).

Membahas mengenai perilaku berisiko pada remaja, Eaton, Dkk (2011) melakukan survey pada remaja yang topiknya meliputi *safety riding*; kekerasan (*violence*); penggunaan tembakau (*tobacco use*); penggunaan alkohol dan obat-obatan lainnya (*alcohol and other drug use*); *unprotective sex*; perilaku makan (*eating pattern*); aktifitas fisik (*physical activity*); mengontrol berat badan (*weight control*), topik-topik lain yang berkaitan dengan kesehatan (*other health-related topics*). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Elizabeth M.Ozer,dkk (2011), meneliti perilaku berisiko terhadap kesehatan remaja yang fokus pada topik penggunaan sabuk keselamatan, penggunaan helm, konsumsi tembakau, konsumsi alkohol, konsumsi

obat, dan perilaku seksual. Penelitian lain yang berfokus pada perilaku berisiko kesehatan pada remaja adalah penelitian oleh Maharaj, Nunes and Renwick (2009) yang dilakukan pada remaja Karibia yakni: *substance use*, perilaku seksual, infeksi menular seksual dan HIV/AIDS (*STIs and HIV/AIDS*), kehamilan remaja, kekerasan, kesehatan mental, serta obesitas dan gangguan makan/ gangguan pencitraan (*and obesity and eating/ image disorders*).

Penelitian lain mengenai perilaku berisiko adalah penelitian yang dilakukan di Universitas Hasanuddin, yang berjudul perilaku berisiko mahasiswa terhadap kesehatan reproduksi di Universitas Hasanuddin tahun 2013. Perilaku berisiko terhadap kesehatan reproduksi mahasiswa Universitas Hasanuddin yaitu hubungan seks diluar nikah dan penyalahgunaan jarum suntik (narkoba dan tatto). Adapun perilaku yang marak dikalangan mahasiswa Universitas Hasanuddin yaitu akses pornografi melalui internet yang berisiko terhadap perilaku seksual berisiko terhadap kesehatan reproduksi.

Peneliti melakukan survey awal untuk perilaku berisiko terhadap kesehatan atau *health risk behavior* pada 120 orang mahasiswa UIN SUSKA Riau berdasarkan modifikasi pedoman survey dari Florida 2011 *Youth Risk Behavior Survey* oleh *Center of Disease Control and Prevention* dengan topik *unsafety driving, violence, tobacco use, alcohol and other drugs use*, perilaku seksual, *weight control*, perilaku makan, *physical inactivity*, dan *other health related topics*. Hasil survey yang

dilakukan pada 120 orang mahasiswa UIN SUSKA Riau dikategorikan menjadi sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi.

Berdasarkan hasil survey tersebut, diperoleh gambaran perilaku yang berada di kategori tinggi adalah *unsafety driving* (33% atau 40 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi), *weight control* (33% atau 40 orang mahasiswa berada pada kategori tinggi), perilaku makan (*eating behavior*) (49% atau 59 orang berada pada kategori tinggi) dan *physical inactivity* (39% atau 47 orang berada pada kategori tinggi). Gambaran perilaku yang berada di kategori rendah adalah *other health relation topic* (33% atau 33 orang berada di kategori rendah) dan yang berada di kategori sangat rendah adalah *violence* (99% atau 119 orang berada di kategori sangat rendah), *tobacco use* (75% atau 90 orang berada di kategori sangat rendah), *alcohol and other drug use* (98% atau 118 orang berada di kategori sangat rendah), dan perilaku seksual (88% atau 105 orang berada di kategori sangat rendah).

Berdasarkan data survey tersebut tampak tinggi rendahnya perilaku berisiko pada mahasiswa UIN SUSKA RIAU. Berdasarkan hasil survey, maka dapat diambil empat kategori tertinggi dari sembilan kategori perilaku berisiko pada remaja di UIN SUSKA Riau, diantaranya topik mengontrol berat badan (*weight control*), topik pola makan (*eating pattern*), topik aktifitas fisik (*physical inactivities*), dan topik keamanan berkendara (*unsafety driving*).

Banyaknya perilaku berisiko yang dilakukan mahasiswa memberikan dampak yang beragam pula. Perilaku makan yang tidak benar akan menimbulkan masalah gizi pada mahasiswa seperti obesitas, bahkan perilaku makan menyimpang dapat

menyebabkan gangguan jiwa bahkan kematian jika tidak diatasi. Begitu pula dengan masalah kesehatan reproduksi, bila tidak didasari dengan pengetahuan yang cukup, mencoba hal baru yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi dapat memberikan dampak yang akan menghancurkan masa depan.

Remaja melakukan hubungan seksual pranikah akan berisiko terkena penyakit menular seksual, seperti HIV/AIDS. Pada remaja putri, risiko melakukan hubungan seksual pranikah ialah terjadinya kehamilan yang tidak diinginkan. Bila terjadi, maka berisiko terhadap tindakan aborsi yang tidak aman dan risiko infeksi atau kematian karena pendarahan (Tarwoto Dkk: 2010).

Perilaku berisiko muncul karena dipengaruhi oleh faktor risiko (*Risk factor*) yang berasal dari dalam diri remaja (*level of the individual*), dari keluarga (*level of the family*) dan dari luar keluarga (*extrafamilial relations*). Faktor yang berasal dari diri remaja (*level of the individual*) adalah motivasi berprestasi yang rendah (*low achievement motivation*) dan harga diri yang rendah (*low self esteem*), faktor dari keluarga (*level of the family*) adalah orang tua yang sangat tegas (*high strictness*) dan dukungannya rendah (*low support*) dan dari luar keluarga (*extrafamilial relations*) adalah hubungan dengan teman sebaya yang menyimpang (*association with deviant peers*) dan orientasi terhadap teman sebaya yang berlebihan (*extreme peer orientation*) (Decovi , 1999).

Berdasarkan pemaparan mengenai dampak-dampak yang ditimbulkan perilaku berisiko terhadap kesehatan diatas, maka dapat disimpulkan bahwa dampak perilaku berisiko sangat negatif dan berbahaya bagi kesehatan remaja. Perilaku

berisiko terhadap kesehatan dapat muncul karena adanya faktor risiko yang berasal dari internal mahasiswa itu sendiri atau dari faktor risiko eksternal, seperti faktor keluarga dan teman sebaya. Untuk itu perlu adanya suatu perlindungan yang dapat melindungi diri mahasiswa dari perilaku berisiko dan dampak perilaku berisiko terhadap kesehatan. Bentuk bentuk proteksi atau perlindungan antara lain coping, komitmen terhadap prestasi, kontrol, dan memenuhi tugas perkembangan.

Salah satu bentuk perlindungan dari perilaku berisiko adalah dengan adanya kontrol atau kendali. Telah banyak penelitian yang meneliti perilaku yang berhubungan kesehatan dengan coping, komitmen akademik dan pemenuhan tugas perkembangan. Tetapi, tidak banyak yang meneliti hubungannya dengan kontrol atau kendali, padahal kontrol atau kendali ini juga berperan dalam melindungi, mencegah dan meminimalisir dampak perilaku berisiko terhadap kesehatan.

Adanya kontrol atau kendali ini maka akan mencegah mahasiswa melakukan perilaku berisiko terhadap kesehatan, sehingga dapat melindungi remaja dari dampak terhadap kesehatan yang muncul akibat perilaku berisiko. Salah satu bentuk kontrol atau kendali adalah *locus of control*. *Locus of control* terbagi atas dua, yakni *locus of control* internal dimana segala sesuatu dikendalikan atau dikontrol oleh diri sendiri dan *locus of control* eksternal dimana segala sesuatu dikendalikan oleh seseorang atau sesuatu selain diri sendiri. *Locus of control* dalam kesehatan disebut *health locus of control*. *Health locus of control* terbagi atas tiga, yakni, *internal health locus of control* ketika kesehatan seseorang dikendalikan atau dikontrol oleh dirinya sendiri, *powerfull other health locus* ketika kesehatan seseorang dikendalikan oleh orang lain

yang dianggap lebih berkuasa seperti dokter dan perawat, kemudian *chance locus of control* merupakan kesehatan dikendalikan oleh hal hal yang tidak terduga seperti takdir. Jika remaja memiliki *health locus of control*, maka remaja tersebut dapat mengendalikan kesehatan dirinya. Jika remaja memiliki kendali atas kesehatan, maka dapat diasumsikan bahwa dengan adanya *health locus of control* mahasiswa tidak akan melakukan perilaku berisiko yang membahayakan kesehatan.

Peran konseptual *protective factor* adalah untuk meningkatkan kemungkinan perilaku yang diinginkan atau positif atau hasil di daerah kehidupan yang beragam, termasuk kesehatan dan kesejahteraan, dan juga mencegah atau memoderasi pengaruh negatif dari dampak risiko (Jessor, Turbin & Costa:1998). *Protective factor* dikonseptualisasikan sebagai faktor yang mewakili kemampuan pribadi untuk menangani masalah adalah dengan membentuk sikap (coping), yang mencerminkan komitmen terhadap lembaga sosial konvensional (prestasi akademik yang tinggi), dan yang mengontrol terhadap risiko kegiatan non-normatif (*attachment to parents and parental monitoring*), serta mencerminkan prestasi keberhasilan tugas perkembangan yang penting (*acceptance by peers and attachment to peers*) (Decovi , 1999).

Salah satu *protective factor* untuk mencegah perilaku berisiko adalah kontrol yang dilakukan terhadap risiko dari kegiatan non-normatif (*attachment to parents and parental monitoring*). Salah satu bentuk kontrol adalah *locus of control*. Rotter menjelaskan bahwa seseorang yang mempunyai keyakinan bahwa ia mampu melakukan kontrol atas nasibnya sendiri, atau beranggapan bahwa apa-apa yang

terjadi dalam hidupnya semata-mata disebabkan oleh hal-hal yang ada dalam dirinya sendiri (misalnya usaha dan kemampuannya) disebut sebagai orang yang memiliki orientasi kontrol internal. Dan sebaliknya, orang-orang yang beranggapan bahwa yang terjadi dalam hidupnya merupakan akibat dari atau ditentukan oleh hal-hal yang ada di luar dirinya, seperti faktor kebetulan, keberuntungan, takdir atau karena kekuasaan orang lain, sehingga mereka merasa tidak mampu, disebut sebagai orang yang mempunyai orientasi kontrol eksternal. Artinya jika remaja menjalankan perilaku sehat berdasarkan dorongan dari dalam dirinya sendiri berarti orientasinya adalah *locus of control internal*. Sementara jika remaja menjalankan suatu perilaku sehat didorong dan dikontrol oleh orang lain maka orientasinya adalah *locus of control external* (Iskandarsyah, 2006).

Berdasarkan teori *locus of control* dari Rotter, Wallston, Wallston & De vellis (1987) mengembangkan skala untuk mengukur *health locus of control*. Menurutnya *health locus of control* merupakan orientasi kontrol seseorang dalam situasi spesifik kesehatan. Keyakinan kendali diri ini berbeda-beda pada setiap orang, sebab ditentukan oleh penilaian dan pengalaman-pengalaman selama rentang kehidupan remaja, sehingga menimbulkan perilaku yang berbeda-beda pula. Pada sebagian remaja menampilkan perilaku yang lebih positif, dimana remaja, yang dalam hal ini adalah mahasiswa, termotivasi untuk mempertahankan kelangsungan hidupnya dengan melakukan olahraga teratur, tidak mengonsumsi *junk food*, menghindari alkohol dan merokok.

Mahasiswa merasa bahwa kondisi kesehatannya ditentukan oleh dirinya sendiri, tetapi sebagian lain menampilkan perilaku yang berbeda, dimana mahasiswa menjalani perilaku berisiko dan akan berhenti melakukan kegiatan berisiko tersebut jika mengalami suatu gangguan kesehatan dan diharuskan untuk hidup sehat karena hal tersebut merupakan keyakinan bahwa dirinya akan sehat jika menuruti saran dokter, perawat dan keluarganya atau ia beranggapan bahwa hal tersebut telah ditentukan oleh Tuhan. Penilaian mahasiswa terhadap kesehatannya serta pengalaman-pengalaman hidupnya akan menentukan keyakinan kendali diri terhadap kesehatannya. Hal ini menentukan bagaimana remaja menyikapi bagaimana perilaku berisiko yang akan mempengaruhi kesehatannya. Dengan adanya keyakinan kendali diri terhadap kesehatannya atau *health locus of control* ini akan menentukan apakah mahasiswa akan tetap menjalani perilaku berisiko yang akan memberikan dampak negatif bagi kesehatannya.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan antara *Health Locus of Control* dengan Perilaku Berisiko Terhadap Kesehatan pada Mahasiswa. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Health Locus Of Control dan Perilaku Berisiko Terhadap Kesehatan Pada Mahasiswa UIN SULTAN SYARIF KASIM”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka dapat disusun rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *Health Locus of Control* dengan *Weight Control* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau?
2. Apakah terdapat hubungan antara *Health Locus of Control* dengan *Eating Behavior* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau?
3. Apakah terdapat hubungan antara *Health Locus of Control* dengan *Unsafety Driving* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau?
4. Apakah terdapat hubungan antara *Health Locus of Control* dengan *Physical Inactivity* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau?

C. Tujuan Penelitian

Dalam melaksanakan penelitian ini penulis mempunyai tujuan yang hendak dicapai yaitu:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *health locus of control* dengan *weight control* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
2. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *health locus of control* dengan *eating behavior* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *health locus of control* dengan *unsafety driving* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.
4. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *health locus of control* dengan *physical inactivity* pada Mahasiswa UIN Sultan Syarif Kasim Riau.

D. Keaslian Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti membahas mengenai hubungan antara *health locus of control* dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada mahasiswa. Sejauh

ini, peneliti tidak menemukan penelitian dengan tentang *health locus of control* dan perilaku berisiko terhadap kesehatan, namun peneliti menemukan beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan pada salah satu variabel. Barbara Kalebic Maglica melakukan penelitian berjudul *predicting adolescents health risk behavior* pada tahun 2011. Penelitian ini meneliti tentang hubungan antara trait kepribadian dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan remaja secara umum. Subyek penelitian ini adalah siswa sekolah menengah atas dari kota kota di Kroasia, yakni Rijeka dan Opatija. Persamaan penelitian ini dengan penelitian peneliti adalah sama-sama meneliti perilaku berisiko secara umum. Perbedaannya, subyek peneliti adalah mahasiswa UIN SUSKA Riau di Pekanbaru, dan variabel x peneliti adalah *health locus of control*.

Selain penelitian maglica tersebut, penelitian sebelumnya yang mengangkat perilaku berisiko terhadap kesehatan dan *Health locus of control*, adalah Hubungan antara *health locus of control* dan perilaku asertif pada remaja yang merokok oleh Yulita Mandasari jurusan psikologi, fakultas psikologi, Universitas Gunadarma tahun 2011. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional antara *Health locus of control* dengan perilaku asertif pada remaja yang merokok. Penelitian ini dilakukan pada siswa SMK di Jakarta Timur.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah merupakan penelitian korelasional antara *health locus of control* dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada mahasiswa UIN SUSKA. Perbedaannya penelitian ini berfokus pada perilaku merokok, sementara peneliti fokus pada perilaku

berisiko terhadap kesehatan yakni *obesity, over weight, and weight control*, topik kesehatan lain yang berkaitan dengan kesehatan (*other health-related topics*) pola makan (*eating pattern*), aktivitas fisik (*physical activities*), keamanan berkendara (*safety riding*). Sampel peneliti adalah mahasiswa mahasisiwi UIN Suska Riau angkatan tahun 2012.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan akan diperoleh dari hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Secara umum penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi ilmu pengetahuan dan sebagai pengembangan psikologi di Indonesia khususnya pada psikologi kesehatan, guna mengetahui perilaku, khususnya *health locus of control* dan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja.

2. Manfaat Praktis

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan antara *health locus of control* dengan perilaku berisiko terhadap kesehatan pada remaja, diharapkan dapat memberikan masukan pada para mahasiswa untuk meningkatkan pengendalian terhadap kesehatan dirinya, yang dalam hal ini adalah *health locus of control*, sehingga dapat mencegah dan melindungi mahasiswa serta mengurangi dampak dari perilaku berisiko yang membahayakan kesehatan.