

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Komunikasi

1. Pengertian Komunikasi

Komunikasi merupakan proses yang menggambarkan siapa mengatakan apa dengan cara apa kepada siapa dengan efek apa (Laswell, 2010). Komunikasi adalah segala aktifitas interaksi manusia yang bersifat *human relationships* disertai dengan peralihan sejumlah fakta (Azriel Winnett, 2007). Komunikasi merupakan interaksi antarpribadi yang menggunakan sistem simbol linguistik, seperti sistem simbol verbal (kata-kata), verbal dan non-verbal. Sistem ini dapat disosialisasikan secara langsung/tatap muka atau melalui media lain (tulisan, oral dan visual), (Karlfried Knapp, 2007). Komunikasi merupakan setiap proses pertukaran informasi, gagasan dan perasaan. Proses ini meliputi informasi yang disampaikan baik secara lisan maupun tertulis dengan kata-kata, atau yang disampaikan dengan bahasa tubuh, gaya maupun penampilan diri, menggunakan alat bantu di sekeliling kita sehingga sebuah pesan menjadi lebih kaya (Hybels & Weafer II, 2012).

Komunikasi Terbuka adalah komunikasi jelas dan langsung, komunikasi ini merupakan bentuk yang paling sehat dan terjadi ketika pesan dinyatakan dengan jelas dan langsung ke anggota keluarga yang sesuai. Komunikasi Tertutup adalah komunikasi tidak jelas dan tidak langsung yang terjadi ketika kedua pesan dan si penerima tidak jelas. Dalam hubungan keluarga yang tidak sehat, komunikasi cenderung sangat tertutup dan tidak langsung (Epstein et al. 2006). Komunikasi interpersonal adalah proses pengiriman dan penerimaan pesan antara dua orang atau kelompok kecil dengan *feed back*, baik secara langsung maupun tidak langsung. Komunikasi interpersonal diungkap dengan skala *Likert* yang disusun berdasarkan aspek-aspek komunikasi interpersonal yang dikemukakan oleh Devito yang diadaptasi dari penelitian

(Hidayah, 2007) yaitu lima sikap positif yang perlu dipertimbangkan dalam melakukan komunikasi interpersonal antara lain keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan. Dari beberapa pengertian diatas maka peneliti menyimpulkan bahwa komunikasi adalah interaksi yang dilakukan oleh dua orang atau lebih dengan tujuan tertentu yang memiliki makna dan tujuan khusus, komunikasi yang dilakukan bisa secara langsung maupun tidak langsung dengan pesan komunikasi berbentuk verbal dan non verbal.

2. Proses Komunikasi

Proses komunikasi merupakan proses timbal balik yang terjadi diantara komunikator yang berperan sebagai pengirim dan komunikan sebagai penerima pesan, serta menghasilkan sebuah tindakan yang sama untuk mencapai suatu tindakan (Zamroni, 2009).

Tahapan dalam proses komunikasi dijelaskan oleh (Zamroni, 2009) terdiri dari:

- a. Tahap Ideasi / Gagasan merupakan tahap pertama yang terjadi dalam suatu proses komunikasi adalah ideasi (*Ideation*) yaitu suatu proses dalam menciptakan gagasan yang saling dilakukan oleh komunikator.
- b. Tahap *Encoding* merupakan gagasan yang muncul dapat dibentuk menjadi sebuah simbol untuk dikirim pada komunikan. Didalam tahap ini juga dilakukan pemilihan saluran dan media komunikasi yang nantinya akan digunakan. Simbolnya dapat berbentuk kata-kata baik lisan maupun tertulis, gambar dapat berbentuk poster atau grafik, dan bisa juga berupa tindakan.
- c. Tahap Pengiriman merupakan pengiriman (*transmitting*) atau pesan-pesan yang sudah disimbolkan melalui media komunikasi yang tersedia dalam suatu organisasi bisa langsung dikirimkan. Pengiriman pesan bisa dilakukan melalui cara berbicara, menulis, bertindak, dan menggambarkan. Media komunikasi yang digunakan sebagai saluran bisa berupa lisan ataupun tertulis.

- d. Tahap Penerimaan pesan bisa diterima oleh komunikan setelah dikirim melalui media komunikasi. Penerimaan pesan bisa melalui proses mendengarkan, membaca maupun mengamati, semua tergantung dari media yang mengirimkannya.
- e. Tahap *Decoding* pesan-pesan yang telah diterima kemudian dapat diinterpretasikan, dibaca, diartikan, dan diuraikan secara langsung maupun tidak langsung melalui proses berfikir.
- f. Tahap *Respons* merupakan tindakan yang dapat dilakukan oleh komunikan sebagai *respons* mengenai pesan-pesan yang diterimanya merupakan tahap akhir dalam suatu proses komunikasi. Jika setiap pesan yang telah dikirimkan komunikator menghasilkan *respons* dari komunikan sebagaimana yang telah diharapkan itu artinya telah terjadi komunikasi yang efektif.

3. Pola Komunikasi Fungsional Dalam Pasangan

Menurut Friedman (2010) pola komunikasi merupakan karakteristik, pola interaksi sirkular yang bersinambung yang menghasilkan arti dan transaksi antara anggota keluarga. Pola komunikasi melalui interaksi yang dapat memenuhi kebutuhan afektif keluarga. Kemampuan keluarga untuk mengenal dan merespon pesan merupakan aspek yang penting pada keluarga yang sehat. Kebanyakan komunikasi terjadi dalam suatu sub sistem (orang tua-anak, pasangan-orang tua/pasangan dewasa dan saudara kandung) (Friedman, Jakarta)

Sifat pertama dari keluarga yang sehat adalah komunikasi yang jelas dan kemampuan untuk saling mendengarkan. Komunikasi yang baik diperlukan untuk menumbuhkan dan mempertahankan hubungan saling mencintai (Barmawi, 2010)

4. Manfaat Komunikasi

Menurut Friedman (2010), manfaat komunikasi dapat disebutkan sebagai berikut: memberikan pengaruh positif bagi penerima pesan, menumbuhkan keakraban yang memperbesar kepercayaan diri, menambah

pengetahuan dan meningkatkan kepekaan terhadap masalah, mempermudah pemecahan dalam suatu masalah yang dihadapi, menyamakan persepsi tentang sesuatu dan melaksanakan pengambilan keputusan dengan penuh pertimbangan atas dasar musyawarah.

5. Teknik Komunikasi

Menurut Efendi (2010), pada umumnya teknik komunikasi yang bisa dilakukan ada tiga macam, yaitu:

- a. Komunikasi informatif merupakan suatu proses menyampaikan pesan yang bersifat pemberitahuan oleh seseorang kepada orang lain. Komunikasi ini bisa dilakukan secara lisan maupun tertulis, misalnya melalui memo, papan tulis, dan media massa.
- b. Komunikasi persuasif merupakan proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain dengan cara membujuk sehingga si penerima pesan dengan kesadaran sendiri bersedia melakukan kegiatan tertentu.
- c. Komunikasi koersif/instruksi merupakan suatu proses penyampaian pesan dari seseorang kepada orang lain dengan cara sedikit paksaan. Komunikasi ini dilakukan dalam bentuk peraturan, instruksi, keputusan, dan lain-lain yang bersifat imperative, yang artinya mengandung keharusan dan kewajiban untuk ditaati.

(Efendi, 2010)

B. Menopause

1. Pengertian *Menopause*

Menurut Safrina (2009) *menopause* merupakan berhentinya menstruasi secara permanen yang disebabkan oleh hilangnya fungsi folikel-folikel sel telur. *Menopause* merupakan berhentinya siklus menstruasi terutama karena ketidakmampuan sistem neurohormonal untuk mempertahankan stimulasi periodiknya pada sistem endokrin (Perry & Potter, 2008).

Menopause merupakan berakhirnya masa reproduksi seorang perempuan dimana selama 12 bulan perempuan tersebut mengalami *amenore*, umumnya *menopause* terjadi pada usia antara 45 hingga 55 tahun dan usia rata-rata perempuan *menopause* 51 tahun (Abernethy, 2010). *Menopause* merupakan sebuah kata yang menggambarkan berhentinya haid. Ini merupakan suatu akhir proses biologis dari siklus menstruasi yang terjadi karena penurunan produksi hormon *estrogen* yang dihasilkan ovarium (Manuaba, 2010).

Dari beberapa pengertian diatas maka peneliti menyimpulkan *menopause* adalah proses alami dalam penuaan yang pasti terjadi dalam diri setiap perempuan, yaitu ketika perempuan tidak mendapatkan haid lagi selama 1 tahun dengan perdarahan yang berkurang. Serta mengalami berbagai gejala pasti yang ditimbulkan akibat *menopause*.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi *menopause*

Menurut Kumalasari, I. & Andhyantoro, I (2013) ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kapan seorang wanita dapat mengalami *menopause*, antara lain :

- a. Usia haid pertama kali (*menarche*),jika semakin muda seorang perempuan yang mengalami menstruasi pertama kalinya, semakin tua atau semakin lama ia memasuki masa *menopause*.
- b. Jumlah anak mempengaruhi karena semakin sering seorang perempuan melahirkan maka semakin tua atau lama mereka memasuki masa *menopause*.
- c. Semakin tua seseorang melahirkan anak, semakin tua ia mulai memasuki usia *menopause*. Hal ini terjadi karena kehamilan dan persalinan akan memperlambat sistem kerja organ reproduksi bahkan akan memperlambat proses penuaan tubuh.
- d. Faktor psikis seorang perempuan yang tidak menikah dan bekerja diduga memengaruhi perkembangan psikis seorang perempuan. Menurut beberapa penelitian, mereka akan mengalami masa

menopause lebih muda, dibandingkan mereka yang menikah dan tidak bekerja/bekerja atau tidak menikah dan tidak bekerja.

- e. Perempuan dengan histerektomi dapat mengalami *menopause*, misalnya sebagai akibat adanya tumor di uterus. Mereka akan mengalami gejala *menopause* pada usia yang lebih muda).
- f. Pemakaian kontrasepsi jenis hormonal bekerja dengan cara menekan fungsi indung telur sehingga tidak memproduksi sel telur. Pada perempuan yang menggunakan kontrasepsi ini akan lebih lama atau tua memasuki *menopause*.
- g. Perempuan yang sering merokok diduga akan lebih cepat memasuki masa *menopause*.
- h. Status sosial ekonomi, di samping pendidikan dan pekerjaan suami, begitu juga hubungan antara tinggi badan dan berat badan perempuan diduga dapat memengaruhi usia *menopause*.
- i. Pengaruh budaya dan lingkungan sudah dibuktikan sangat memengaruhi perempuan untuk dapat atau tidak dapat menyesuaikan diri dengan fase klimakterium dini.

3. Perubahan/dampak negatif yang terjadi pada masa *menopause* perubahan/dampak negatif yang terjadi dapat bersifat jangka pendek dan jangka panjang.

- a. Jangka pendek
 - 1) Perubahan fisik

Akibat berhentinya *menstruasi*, berbagai organ reproduksi akan mengalami perubahan. Rahim mengalami atrofi, panjangnya menyusut, dan dindingnya menipis. Jaringan miometrium (otot rahim) menjadi sedikit dan lebih banyak mengandung jaringan fibrotik (sifat beserabut secara berlebihan). Serviks menyusut tidak menonjol ke dalam vagina bahkan lama-lama akan merata dengan dinding vagina. Lipatan-lipatan saluran telur menjadi lebih pendek, menipis, dan

mengerut. Rambut getar yang ada pada ujung saluran telur atau fimbria menghilang.

Keadaan fisik seorang perempuan *menopause* mengalami banyak perubahan akibat perubahan organ reproduksi dan juga hormon tubuh. Keadaan ini bisa menimbulkan ketidaknyamanan dalam kehidupan sehari-hari, diantaranya sebagai berikut.

- a) Perasaan panas (*hot flushes*) yang terjadi pada seorang perempuan biasanya timbul pada wajah dan tubuh bagian atas (seperti leher dan dada), pada saat terjadi gejala panas warna kulit menjadi kemerahan di daerah dada, leher, dan wajah serta terasa adanya peningkatan suhu pada perabaan. Gejala panas yang terjadi karena jaringan-jaringan yang bersifat sensitif atau yang bergantung pada estrogen akan terpengaruh sewaktu kadar *estrogen* menurun, rasa panas sering timbul di malam hari sehingga menyebabkan perempuan terbangun dari tidur dan terjadi hanya dalam hitungan menit sampai dengan 1 jam, rasa panas akan berkurang jika udara dingin, namun akan lebih sering timbul dan sangat mengganggu jika dalam keadaan stres, rasa panas ini akan berkurang dan hilang setelah 4 hingga 5 tahun pasca *menopause*.
- b) Kelainan kulit, rambut, gigi, dan keluhan sendi/tulang terjadi akibat rendahnya kadar *estrogen* dalam tubuh seorang perempuan *menopause* hingga berpengaruh pada jaringan kolagen yang berfungsi sebagai jaringan penunjang pada tubuh. Hilangnya kolagen menyebabkan kulit kering dan keriput, rambut terbelah-belah, rontok, gigi mudah goyang dan gusi berdarah, sariawan, kuku rusak, serta timbulnya rasa sakit, dan ngilu pada persendian.
- c) Vagina kering merupakan perubahan yang terjadi pada organ reproduksi, diantaranya pada daerah vagina sehingga

dapat menimbulkan rasa sakit pada saat berhubungan intim. Berkurangnya *esterogen* menyebabkan keluhan/gangguan pada epitel vagina, jaringan penunjang, dan elastisitas dinding vagina. Padahal, epitel vagina mengandung banyak reseptor *esterogen* yang sangat membantu mengurangi rasa sakit dalam berhubungan seksual.

- d) Tidak dapat menahan air seni. Ketika usia bertambah, air seni sering tidak dapat ditahan pada saat bersin dan batuk. Hal tersebut dikarenakan kadar *esterogen* yang berkurang menyebabkan dinding serta lapisan otot polos uretra perempuan yang mengandung banyak reseptor *esterogen* mengalami gangguan penutupan uretra, sehingga salah satu dampaknya adalah *inkontinensia urine* (tidak dapat mengendalikan fungsi kandung kemih dan terjadi perubahan pola aliran urine menjadi abnormal serta mudah terjadi infeksi pada saluran kemih bagian bawah).
- e) Penambahan berat badan sering terjadi saat perempuan mulai menginjak usia 40 tahun, biasanya tubuhnya mudah menjadi gemuk, tetapi sebaliknya sangat sulit menurunkan berat badannya. Berdasarkan penelitian, setiap kurun 10 tahun, akan bertambah berat badan atau melebar ke samping secara bertahap. Hal ini diduga ada hubungannya dengan turunnya *estrogen* dan gangguan pertukaran zat dasar metabolik lemak.
- f) Nyeri tulang dan sendi muncul seiring dengan meningkatnya usia maka beberapa organ tidak lagi mengadakan *remodeling* bahkan sebaliknya mengalami proses penurunan karena pengaruh dari perubahan organ lain, seperti tulang. Selain itu dengan bertambahnya usia, penyakit yang timbul semakin beragam. Hal ini tentu saja

berkaitan dengan kebugaran dan kesehatan tubuh perempuan

2) Perubahan psikologis

Selain fisik, perubahan psikis juga sangat memengaruhi kualitas hidup seorang perempuan dalam menjalani masa *menopause*. Pengaruh perubahan psikis ini sangat bergantung pada pandangan masing-masing perempuan terhadap *menopause*. Pengetahuan yang cukup akan membantu mereka memahami dan mempersiapkan dirinya menjalani masa ini dengan lebih baik.

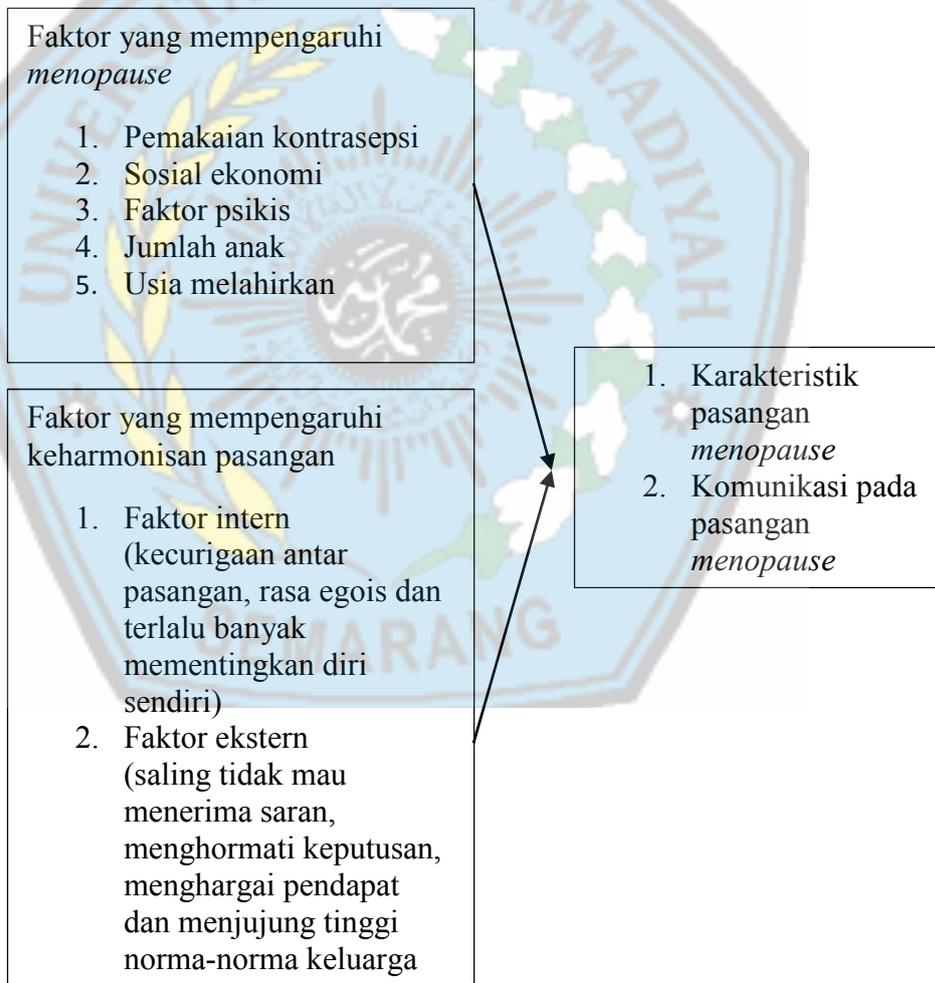
Perubahan psikis pada perempuan *premenopause*, muncul karena perubahan fisik dan hormonalnya, yang berakibat pada peningkatan sensitivitas seperti mudah tersinggung, mudah berubah suasana hati, mudah marah, kurang percaya diri, sukar berkonsentrasi, perubahan perilaku, menurunnya daya ingat, ehilangan gairah seksual, dan bahkan sampai depresi, yang semua gejala ini akan mengganggu kehidupan sosial juga memengaruhi kemampuan kerja mereka sehari-hari.

b. Jangka panjang

1. *Osteoporosis* yang terjadi karena berkurangnya kepadatan tulang akibat penurunan kadar *esterogen*, sehingga tulang menjadi mudah rapuh dan patah. *Osteoporosis* yang sering muncul umumnya terjadi pada tulang berongga, yaitu tulang paha, panggul, dan lengan bawah. *Osteoporosis* dipercepat oleh kekurangan kalsium, sinar matahari, aktivitas fisik dan olahraga, kekurangan gizi, kelainan kelenjar gondok, merokok, penggunaan alkohol, dan kortikosteroid seperti pada penderita asma dan lupus.
2. Penyakit jantung koroner muncul karena berkurangnya *estrogen* sehingga dapat menurunkan kadar kolesterol baik (*High Density Lipoprotein/HDL*) dan meningkatkan kadar kolesterol jahat (*Low Density Lipoprotein/LDL*) yang meningkatkan kejadian penyakit

jantung koroner pada perempuan. Kepikunan (demensia tipe alzheimer) akibat dari berkurangnya *estrogen* memengaruhi susunan saraf pusat atau otak sehingga menyebabkan kesulitan berkonsentrasi, kehilangan ingatan akan peristiwa jangka pendek, sukar tidur, gelisah, depresi, sampai pada kepikunan tipe alzheimer. Penyakit kepikunan alzheimer dapat terjadi jika kekurangan *estrogen* sudah berlangsung lama dan berat yang juga dipengaruhi oleh faktor keturunan serta proses penuaan menurut (Bobak, Lowdermill, & Jensen, 2006)

4. Kerangka Teori



Sumber:

Potter & Perry, (2008) ., Friedman (2010)., Diklat Kementerian Agama RI, (2011)

Gambar 2.1 Kerangka Teori

5. Variabel Penelitian

- a. Karakteristik pasangan *menopause* di wilayah RW 04 Tlogosari Kulon
- b. Komunikasi pasangan *menopause* di wilayah RW 04 Tlogosari Kulon

6. Hipotesis

- a. Bagaimanakah Karakteristik pasangan *menopause* di wilayah RW 04 Tlogosari Kulon
- b. Bagaimanakah Komunikasi pasangan *menopause* di wilayah RW 04 Tlogosari Kulon

