

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Komunikasi

1. Pengertian

Komunikasi sangat penting bagi kehidupan manusia. Melalui komunikasi manusia dapat menyampaikan pesan atau informasi kepada orang lain. Dengan melakukan komunikasi manusia dapat berhubungan atau berinteraksi antara satu dengan yang lain.

Menurut Bahri (2004) secara etimologis berasal dari kata *communis*, tetapi bukan partai komunis dalam kegiatan politik. Arti kata *communis* di sini adalah sama, dalam arti sama makna, yaitu sama mengenai satu hal.

Jadi, komunikasi berlangsung bila orang-orang yang terlibat terdapat kesamaan makna mengenai suatu hal yang di komunikasikan. Di sini pengertian diperlukan agar komunikasi dapat berlangsung, sehingga hubungan mereka itu bersifat komunikatif. Sebaliknya, jika tidak ada pengertian, komunikasi tidak berlangsung. Komunikasi secara terminologis merujuk pada adanya proses penyampaian suatu pernyataan oleh seseorang kepada orang lain. Jadi dalam pengertian ini yang terlibat dalam komunikasi adalah manusia (Bahri 2004).

Komunikasi menurut Rivai dan Deddy (2009) adalah pengiriman dan penerimaan pesan atau berita antara dua orang atau lebih sehingga pesan dimaksud dapat dipahami. Komunikasi

juga sebagai proses pemindahan pengertian dalam bentuk gagasan atau informasi dari seseorang kepada orang lain. Selain itu komunikasi diartikan sebagai proses penyampaian informasi atau pengiriman dari seseorang kepada orang lain.

Dance (1967) mengartikan komunikasi dalam kerangka psikologi *behaviorisme* sebagai usaha "menimbulkan respon melalui lambang-lambang verbal", ketika lambang verbal tersebut bertindak sebagai stimuli. Sedangkan menurut Ross (1974) mendefinisikan komunikasi sebagai proses transaksional yang meliputi pemisahan, dan pemilihan bersama lambang secara kognitif, sehingga membantu orang lain untuk mengeluarkan dari pengalamannya sendiri (Rahmat, 2007).

2. Komunikasi Orang Tua dengan Anak

Menurut Subroto (2004) komunikasi orang tua dengan anaknya sangat penting bagi perkembangan kepribadian anak. Apabila komunikasi orang tua berpengaruh baik kepada anaknya maka akan menyebabkan anak berkembang baik pula. Suasana komunikasi orang tua di rumah mempunyai peranan penting dalam menentukan kehidupan anak di sekolah. Orang tua harus menjadikan rumah sebagai wadah untuk berkomunikasi secara intens dengan anaknya.

(Rahmat, 2007) menurut Tubbs dan Moss tanda-tanda komunikasi yang efektif ada lima hal yaitu :

a. Pengertian

Pengetian artinya penerimaan yang cermat dari isi stimuli seperti yang dimaksud oleh komunikator.

b. Kesenangan

Tidak semua komunikasi ditujukan untuk menyampaikan informasi dan membentuk pengertian. Sapaan ketika bertemu teman dapat dimaksud untuk menimbulkan kesenangan. Komunikasi inilah yang menjadikan hubungan kita hangat, akrab, dan menyenangkan.

c. Mempengaruhi sikap

Paling sering kita melakukan komunikasi untuk mempengaruhi orang lain. Misalnya, guru ingin mengajak muridnya untuk lebih mencintai ilmu pengetahuan. Pemasang iklan ingin merangsang selera konsumen dan mendesaknya untuk membeli. Dari contoh tersebut disebut komunikasi persuasif. Komunikasi persuasif memerlukan pemahaman tentang faktor-faktor dalam diri komunikator, dan pesan yang menimbulkan efek pada komunikasi. Persuasi didefinisikan sebagai proses mempengaruhi pendapat, sikap, dan tindakan orang dengan menggunakan manipulasi psikologi sehingga orang tersebut bertindak seperti kehendak sendiri.

d. Hubungan sosial yang baik

Komunikasi juga ditujukan untuk menumbuhkan hubungan sosial yang baik. Manusia adalah makhluk sosial yang tidak tahan hidup sendiri. Kita ingin berhubungan dengan

orang lain dengan positif. Kebutuhan sosial merupakan kebutuhan untuk menumbuhkan dan mempertahankan hubungan yang memuaskan dengan orang lain. Kita ingin mengendalikan dan dikendalikan, dan kita ingin mencintai dan dicintai. Kebutuhan sosial ini hanya dapat dipenuhi dengan komunikasi interpersonal yang efektif.

e. Tindakan

Komunikasi untuk menimbulkan pengertian memang sukar, tetapi lebih sukar lagi mempengaruhi sikap. Jauh lebih sukar lagi mendorong orang untuk bertindak. Tetapi efektifitas komunikasi biasanya diukur dari tindakan nyata dilakukan komunikasi.

Menurut Rahmat (2007), komunikasi orang tua dengan anak dikatakan efektif bila kedua belah pihak saling dekat dan saling menyukai. Komunikasi diantara keduanya merupakan hal yang menyenangkan dan adanya keterbukaan sehingga tumbuh rasa percaya diri. Komunikasi yang efektif dilandasi adanya keterbukaan dan dukungan yang positif pada anak agar anak dapat menerima dengan baik apa yang disampaikan oleh orang tua.

Dari paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi orang tua itu berpengaruh baik pada anaknya. Komunikasi pada orang tua adalah proses penyampaian informasi antara anak dan orang tua, sehingga menimbulkan perhatian dan efek tertentu. Adapun tanda-tanda komunikasi efektif adalah

pengertian, kesenangan, mempengaruhi sikap, hubungan sosial yang baik, dan tindakan. Apabila dalam komunikasi terdapat tanda-tanda maka bisa dikatakan efektif.

3. Komponen komunikasi

Unsur-unsur utama dalam komunikasi menurut Bahri (2004) adalah komunikator sebagai pengirim pesan, pesan yang disampaikan, dan komunikan sebagai penerima pesan dari si pengirim. Dalam kegiatan perkomunikasian, ketiga komponen itulah yang berinteraksi. Ketika suatu pesan disampaikan oleh komunikator dengan perantara media kepada komunikan, maka komunikator memformulasikan pesan yang akan disampaikannya dalam bentuk kode tertentu yang sedapat mungkin dapat ditafsirkan oleh komunikan dengan baik. Berhasil tidaknya komunikasi atau tercapai tidaknya tujuan komunikasi tergantung dari tiga komponen tersebut.

Menurut Zarkasyi (2005) komunikasi dapat berlangsung dengan melibatkan tiga komponen, yaitu pembicara (orang tua), pendengar (anak), dan pesan yang dikomunikasikan. Ini artinya bahwa komunikasi hanya dapat berjalan dengan lancar apabila antara orang tua dan anak mampu mengemukakan diri secara jelas dan bersedia mendengarkan pesan yang bersifat *verbal* maupun isyarat (*non verbal*) atau gerakan tubuh lawan bicara.

4. Karakteristik Komunikasi yang Efektif

Menurut Widjaja (2000) karakteristik antar pribadi yang diungkapkan oleh Devito (1996), sebagai berikut:

a. Keterbukaan (*openness*), yaitu sejauhmana individu memiliki keinginan untuk terbuka dengan orang lain dalam berinteraksi. Keterbukaan yang terjadi dalam komunikasi memungkinkan perilakunya dapat memberikan tanggapan secara jelas terhadap segala pikiran dan perasaan yang diungkapkannya. Kualitas keterbukaan mengacu pada sedikitnya tiga aspek dari komunikasi antar pribadi, yaitu:

- 1) Adanya kesediaan komunikator untuk membukakan diri pada orang yang diajak berinteraksi.
- 2) Kesediaan komunikator untuk berinteraksi jujur terhadap stimulus yang datang.
- 3) Menyangkut kepemilikan, perasaan dan pikiran.

b. Empati (*empathy*)

Empati adalah suatu persatuan individu yang merasakan sama seperti yang dirasakan oleh orang lain, tanpa harus secara nyata terlibat dalam perasaan ataupun tanggapan orang tersebut. Orang yang empati mampu memahami motivasi, pengalaman, perasaan, sikap dan harapan serta keinginan mereka untuk masa mendatang. Empati akan membantu seseorang lebih mampu menyesuaikan komunikasinya.

c. Dukungan (*supportiveness*)

Hubungan antara pribadi yang efektif adalah hubungan yang terdapat sikap mendukung. Adanya dukungan dapat membantu seseorang lebih bersemangat dan melakukan aktifitas serta meraih tujuan yang diinginkan. Dukungan ini lebih diharapkan dari orang terdekat yaitu keluarga. Individu memperlihatkan sikap dengan cara bersikap:

- 1) *Deskriptif* dan bukan *evaluatif*. Suasana yang bersikap *deskriptif* dan bukan *evaluatif* membantu terciptanya sikap mendukung bila individu mempersepsikan suatu komunikasi sebagai permintaan akan informasi atau uraian kejadian tertentu. Individu pada umumnya tidak merasakan ini sebagai ancaman. Sebaliknya, komunikasi yang bernada menilai seringnya membuat orang lain *defensif*.
- 2) Spontan bukan strategi. Orang yang spontan dalam komunikasinya terus terang dan terbuka dalam mengutarakan pikirannya, biasanya bereaksi dengan cara yang sama, terus terang dan terbuka. Sebaliknya bila individu merasa bahwa seseorang menyembunyikan perasaan yang sebenarnya, dan mempunyai rencana tersembunyi, maka individu juga akan bereaksi secara defensif.
- 3) Provisional dan bukan sangat yakin. Bersikap provisional artinya bersikap tentatif dan berpikiran terbuka,

bersedia mendengar pandangan yang berlawanan dan bersedia mengubah posisi jika keadaan mengharuskan. Hal inilah yang dinamakan provisionalisme bukan keyakinan yang tidak tergoyahkan sehingga dapat membantu terciptanya suasana mendukung orang lain merasa setara.

d. Rasa positif (*positivenees*). Seseorang harus memiliki perasaan positif terhadap dirinya, mendorong orang lain aktif berpartisipasi dan menciptakan situasi komunikasi kondusif untuk interaksi yang efektif. Apabila seseorang berfikir positif tentang dirinya, maka akan berfikir positif juga terhadap orang lain, sebaliknya bila menolak diri sendiri, maka akan menolak orang lain. Bila seseorang memahami dan menerima perasaan-perasaannya, maka akan lebih menerima perasaan-perasaan sama ditunjukkan orang lain. Rasa positif dapat ditunjukkan dengan adanya ketertarikan terhadap komunikasi disertai dengan memberikan *reinforcement* terhadap perilaku yang diharapkan, seperti tepukan di bahu dan senyuman.

e. Kesetaraan/kesamaan (*equality*)

Komunikasi antar peibadi anak lebih efektif bila suasananya setara, artinya harus ada pengakuan diam-diam bahwa kedua pihak menghargai, berguna, dan mempunyai sesuatu yang penting untuk disumbangkan. Untuk mencapai kesamaan pemahaman diperlukan usaha-usaha komunikatif antar anggota keluarga. Keakraban dan kedekatan keluarga orang tua dan

anak membuat komunikasi anak efektif jika orang tua membaca dunia anaknya (setara, keinginan, hasrat, pikiran dan kebutuhan).

Bedasarkan paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi memiliki karakteristik minimal adanya keterbukaan, empati, dukungan, perasaan positif dan kesamaan. Di dalam komunikasi jika terjadi karakteristik tersebut, maka akan terjadi komunikasi yang efektif.

5. Keberhasilan dalam Berkomunikasi

Menurut Bahri (2004) ketercapaian tujuan komunikasi merupakan keberhasilan komunikasi. Keberhasilan itu tergantung dari berbagai faktor sebagai berikut :

a. Komunikator

Komunikator merupakan sumber dan pengirim pesan. Kepercayaan penerima pada pesan komunikator serta keterampilan komunikator dalam melakukan komunikasi menentukan keberhasilan komunikasi.

b. Pesan yang disampaikan

Keberhasilan komunikasi tergantung dari :

1) Daya tarik pesan.

- 2) Kesesuaian pesan dengan kebutuhan penerima pesan.
- 3) Lingkup pengalaman yang sama antara pengirim dengan penerima pesan tentang pesan tersebut.
- 4) Peran pesan dalam memenuhi kebutuhan menerima pesan.

c. Komunikasikan

Keberhasilan komunikasi tergantung dari :

- 1) Kemampuan komunikasi menafsirkan pesan
- 2) Komunikasi sadar bahwa pesan yang diterima memenuhi kebutuhannya
- 3) Perhatian komunikasi terhadap pesan yang diterima.

d. Konteks

Komunikasi berlangsung dalam *setting* atau lingkungan tertentu. Lingkungan kondusif (nyaman, menyenangkan, aman, menantang) sangat menunjang keberhasilan komunikasi.

e. Sistem penyampaian

Sistem penyampaian pesan berkaitan dengan metode dan media. Metode dan media yang sesuai dengan jenis indra penerima pesan yang kondisinya berbeda-beda akan sangat menunjang keberhasilan komunikasi.

Dari paparan di atas maka dapat disimpulkan bahwa komunikasi dapat dikatakan berhasil jika mempunyai beberapa

faktor, diantaranya komunikator, pesan yang disampaikan, komunikasi, konteks, dan sistem penyampaian.

B. Kesiapan Menghadapi *Menarche*

1. Pengertian Kesiapan

Kesiapan berasal dari kata “siap” mendapat awalan ke- dan akhiran-an. Berdasarkan kamus besar Bahasa Indonesia (2003) kesiapan adalah suatu keadaan bersiap-siap untuk mempersiapkan sesuatu.

Kesiapan menghadapi *menarche* adalah keadaan yang menunjukkan bahwa seseorang siap untuk mencapai kematangan fisik yaitu datangnya menstruasi pertama (*menarche*) pada saat menginjak usia sepuluh sampai enam belas tahun yang terjadi secara periodik (pada waktu tertentu) dan siklik (berulang-ulang). Hal ini ditandai dengan adanya pemahaman yang mendalam tentang proses menstruasi sehingga siap menerima dan mengalami menstruasi pertama (*menarche*) sebagai proses yang normal (Ayu dan Khairani, 2011).

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan menghadapi *Menarche*

Kesiapan seorang remaja putri dalam menghadapi *Menarche* akan sangat membantu dalam menjalani masa *menarche* itu sendiri (Priyoto, 2011). Kesiapan mempengaruhi perilaku remaja dalam menghadapi *menarche*. Menurut Wahyuni

dan Rahmadewi (2011), terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku remaja putri dalam menghadapi *menarche*, diantaranya:

a. Faktor internal

1) Sikap

Sikap adalah penilaian atau pendapat seseorang tentang suatu objek yang diketahuinya yang menjadi penentu dalam tingkah laku manusia terhadap objek tersebut. Sikap ini berhubungan dengan dua hal, yaitu senang atau tidak senang (Bahja, 2011). Penelitian Jayanti dan Purwanti (2012), sebanyak 73.08% anak bersikap tidak baik terhadap *menarche*. Mereka beranggapan bahwa *menarche* merupakan beban baru yang tidak menyenangkan. Hasil penelitian Ninawati dan Kuryadi (2006) juga menunjukkan bahwa sikap positif terhadap menstruasi maka semakin kurang kecemasan yang dimiliki anak usia pra-pubertas menghadapi *menarche*. Begitu pula sebaliknya, semakin negatif sikap terhadap menstruasi maka semakin cemas menghadapi *menarche* pada anak usia pra-pubertas.

2) Usia

Semakin muda usia remaja, maka semakin belum siap ia menerima peristiwa menstruasi tersebut (Kartono, 2006). Penelitian Jayanti dan Purwanti (2012), didapatkan

hasil 75% dari anak SD yang siap menghadapi *menarche* berumur 13 tahun, dan ada 27,08% dari yang tidak siap dalam menghadapi *menarche* yaitu berumur 10 tahun.

b. Faktor eksternal

1) Sumber informasi

Sumber informasi adalah sumber-sumber yang dapat memberikan informasi tentang *menarche*. Penelitian Jayanti dan Purwanti (2012), didapatkan hasil 51,92% sumber informasi yang diperoleh tentang *menarche* sebagian besar tidak benar, sehingga justru menyebabkan persepsi remaja terhadap *menarche* menjadi negatif.

2) Dukungan sosial ibu

Dukungan sosial ibu merupakan pertukaran sumber baik verbal dan non verbal antara ibu dan anak. Ibu sebagai pemberi dan anak sebagai penerima. Beberapa penelitian menyatakan bahwa dukungan sosial ini mempengaruhi kesiapan remaja putri menghadapi *menarche*. Adanya dukungan dari ibu yang diterima oleh remaja putri, dapat mengurangi rasa cemas mereka dalam menghadapi *menarche* dapat berkurang sehingga mereka akan lebih siap dalam menghadapi *Menarche* (Ayu, et.al, 2010).

Menurut Azwar (2007), faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap adalah :

a. Pengalaman pribadi

Pembentukan sikap harus melalui kesan yang kuat. Apa yang dialami akan mempengaruhi respon kita terhadap stimulus sosial.

b. Kebudayaan

Kebudayaan mempengaruhi pengalaman individu sebagai anggota kelompok masyarakat.

c. Orang lain yang dianggap penting

Orang lain yang dianggap penting sering memberikan pengaruh yang kuat terhadap pembentukan sikap seseorang.

d. Media massa

Berpengaruh pada pembentukan sikap karena media massa mampu membentuk dan mengarahkan opini dalam masyarakat sehingga akan berpengaruh pada sikap individu.

e. Lembaga Pendidikan dan Lembaga Agama

Lembaga pendidikan memberikan pengaruh sikap kerana lembaga pendidikan meletakkan dasar pengertian dan konsep moral dalam individu, sedangkan lembaga agama memberikan dasar-dasar moral yang kuat tentang moral dan keyakinan tentang yang baik dan yang buruk. Agama memberikan pemisah yang tegas antara sesuatu yang boleh dilakukan dan yang tidak boleh dilakukan. Agama menjadi acuan bagi individu untuk mengambil suatu sikap.

C. Remaja

1. Pengertian Remaja

Masa remaja disebut pula sebagai penghubung antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada periode ini terjadi

perubahan-perubahan besar dan essential mengenai kematangan fungsi-fungsi rohaniah dan jasmaniah, terutama fungsi seksual. Disisi lain Rumini dan Sundari (2004) "menjelaskan masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak dengan masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek/fungsi untuk memasuki masa dewasa".

World Health Organization (WHO) mendefinisikan remaja dalam (Sarwono, 2006) adalah suatu masa ketika:

- a. Individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat mencapai kematangan seksual.
- b. Individu mengalami perkembangan psikologi dan pola identifikasi dari kanak-kanak menjadi dewasa.
- c. Terjadi peralihan dari ketergantungan sosial-ekonomi yang penuh kepada keadaan yang relatif lebih mandiri.

2. Batasan Usia Remaja

Terdapat batasan usia pada masa remaja yang difokuskan pada upaya meninggalkan sikap dan perilaku kekanak-kanakan untuk mencapai kemampuan bersikap dan berperilaku dewasa. Menurut WHO (2014), remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun. Sedangkan, menurut Depkes Jakarta (2010), batasan usia bagi tiga yaitu:

- a. Remaja awal (10-13 Tahun)

Pada masa ini remaja mengalami perubahan jasmani yang sangat pesat dan perkembangan intelektual yang sangat intensif. Pada masa ini minat anak pada dunia luar sangat besar. Mereka tidak mau dianggap kanak-kanak lagi namun belum bisa meninggalkan pola kekanak-kanakannya. Selain itu pada masa ini remaja sering merasa sunyi, ragu-ragu, tidak stabil, tidak puas dan merasa kecewa.

b. Remaja Pertengahan (14-16 Tahun)

Kepribadian remaja pada masa ini masih kekanak-kanakan tetapi pada masa remaja ini timbul unsur baru yaitu kesadaran akan kepribadian dan kehidupan badaniah sendiri. Remaja mulai menentukan nilai-nilai tertentu dan melakukan perenungan terhadap pemikiran filosofis dan etis. Maka dari perasaan yang penuh keraguan pada masa remaja awal ini rentan akan kemantapan pada diri sendiri. Rasa percaya diri pada remaja menimbulkan kesanggupan pada dirinya untuk melakukan penilaian terhadap tingkah laku yang dilakukannya. Selain itu pada masa ini remaja menemukan diri sendiri atau jati dirinya.

c. Remaja Akhir (17-20 Tahun)

Pada masa ini remaja sudah mantap dan stabil. Remaja sudah mengenal dirinya dan ingin hidup dengan pola hidup yang digariskan sendiri dengan keberanian. Remaja mulai memahami arah hidupnya dan menyadari tujuan hidupnya.

Remaja sudah mempunyai pendirian tertentu berdasarkan satu pola yang baru ditemukannya.

3. Perkembangan Fisik pada Remaja

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa. Pada masa ini individu mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun psikis. Perubahan yang tampak jelas adalah perubahan fisik yaitu tubuh berkembang pesat sehingga mencapai bentuk tubuh orang dewasa yang disertai pula orang dewasa. Pada periode ini pula remaja berubah dengan menunjukkan gejala primer dan sekunder dalam pertumbuhan remaja. Menurut Sarwono (2006) diantara perubahan-perubahan fisik tersebut dibedakan menjadi dua yaitu:

a. Ciri-ciri seks primer

Ciri-ciri seks primer pada remaja adalah remaja laki-laki sudah bisa melakukan fungsi reproduksi bila telah mengalami mimpi basah. Mimpi basah biasanya terjadi pada remaja laki-laki usia antara 10-15 tahun, pada remaja perempuan bila sudah mengalami *menarche* (menstruasi pertama), menstruasi adalah luruhnya lapisan dinding dalam rahim yang banyak mengandung darah (Darmasih, 2009).

b. Ciri-ciri seks sekunder

Tanda-tanda fisik sekunder merupakan tanda-tanda badaniah yang membedakan pria dan wanita. Pada wanita bisa

ditandai antara lain pertumbuhan tulang-tulang (badan menjadi tinggi, anggota badan menjadi panjang), pertumbuhan payudara, tumbuh bulu yang halus dan lurus berwarna gelap di kemaluan, mencapai pertumbuhan ketinggian badan setiap tahunnya, bulu kemaluan yang keriting, haid, dan tumbuh bulu-bulu ketiak. Pada laki-laki bisa ditandai dengan pertumbuhan tulang-tulang, tumbuh bulu kemaluan yang halus, lurus, dan berwarna gelap, awal perubahan suara, bulu kemaluan menjadi keriting, tumbuh rambut-rambut di wajah bertambah lebat dan gelap, tumbuh bulu di dada.

D. **Menarche**

1. Pengertian *Menarche*

Menarche merupakan datangnya menstruasi yang pertama kali bagi seorang perempuan. Rata-rata munculnya *menarche* ini bervariasi dan bersifat individual, tetapi rata-rata munculnya antara 12-14 tahun. Saat ini terutama gadis-gadis yang tinggal di kota mempunyai kecenderungan *menarche* lebih awal yaitu usia 8-10 tahun (Santoso, 2007).

Menarche adalah haid yang pertama kali datang. Haid adalah perdarahan yang berasal dari uterus sebagai tanda bahwa alat kandungannya menunaikan fungsinya. Hal ini terjadi setiap bulan secara teratur pada seorang wanita dewasa yang sehat dan tidak hamil. Haid merupakan ciri khas seorang wanita ditandai

dengan terjadinya perubahan-perubahan siklik dari alat kandungannya sebagai persiapan kehamilan. *Menarche* dini adalah *menarche* yang datangnya lebih awal yaitu usia 8-10-tahun (Santoso, 2007).

2. Pembagian *Menarche*

Menurut Sarwono (2010) pembagian *menarche* adalah sebagai berikut:

a. *Menarche* Dini

Pada pubertas dini hormon gonadotropin diproduksi sebelum anak berumur 8 tahun. Harmon ini merangsang ovarium, sehingga ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche*, dan kemampuan reproduksi terdapat sebelum waktunya. Pubertas dikatakan prematur kalau ciri-ciri sekunder timbul sebelum umur 8 tahun, atau kalau sudah dapat haid sebelum umur 10 tahun. Pertumbuhan badan juga lebih cepat, akan tetapi karena penutupan garis epifisis pada tulang-tulang juga lebih cepat dari biasa, maka tinggi badan biasanya kurang dari normal. Pertumbuhan mental biasanya sesuai dengan umur. Pada kasus pubertas dini, 90% tidak ditemukan kelainan organik (jenis idiopatik atau konsuitusional).

b. *Menarche* Normal

Pada wanita terjadi pada usia 11-13 tahun. Pada permulaan, hanya estrogen saja yang sangat dominan. Dominannya estrogen pada permulaan menstruasi sangat

penting karena menyebabkan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan tanda seks sekunder itu sebabnya pada permulaan perdarahan sering tidak teratur karena bentuk manstruasinya anovulatoir (tanpa pelepasan telur).

c. *Menarche* Tarda

Pubertas dianggap terlambat jika gejala-gejala pubertas datang pada umur 14-16 tahun. Pada kasus ini biasanya tidak ada kelainan yang mencolok. Pubertas tarda dapat disebabkan oleh faktor herediter (keturunan atau bawaan), gangguan kesehatan, dan kekurangan gizi. Maka dengan peningkatan kesehatan, gejala pubertas tarda dapat sembuh dengan spontan. *Menarche* tarda adalah *menarche* yang baru datang setelah 14 tahun. Kalau *Menarche* belum datang pada umur 18 tahun, dapat diberi diagnosis *amenorea primer* dan perlu dicari etiologinya.

3. Proses terjadinya menstruasi (Santoso, 2007)

Proses terjadinya menstruasi tidak sesederhana yang dibayangkan. Ada empat organ yang berperan penting di dalamnya yaitu, otak (hypothalamus dan hypofisi), indung telur (ovarium) dan Rahim (uterus). Keempat organ penting itu saling terkait. Hypothalamus mengeluarkan hormon untuk merangsang indung telur. Indung telur menghasilkan estrogen untuk pertumbuhan selaput endometrium di dalam rahim, yang dipersiapkan apabila terjadi kehamilan. Selaput ini nantinya berguna untuk tempat

tumbuhnya janin, tetapi jika tidak ada pembuahan atau kehamilan akan terjadi menstruasi. Sesaat menstruasi terjadi dengan kadar estrogen dan progesteron yang rendah akan merangsang hypothalamus kembali untuk mengeluarkan hormon. Letak kelainnya bisa terjadi di rahim, indung telur atau otak. Seorang wanita yang memiliki keempat organ tersebut termasuk normal, tetapi jika berat badannya kurang (kurus sekali) dapat mempengaruhi hormonisasi mekanisme kerja keempat hormone tersebut yang bisa menyebabkan belum pernah menstruasi. Kelainan ini disebut gangguan hubungan timbal balik.

Menstruasi merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilan. Daur ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormon yang dikeluarkan oleh hipotalamus, kelenjar dibawah otak depan, dan indung telur. Pada permulaan daur, lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal. Lapisan ini berperan sebagai penyokong bagi janin yang sedang tumbuh bila wanita tersebut hamil. Hormon memberi sinyal pada telur di dalam indung telur untuk mulai berkembang. Tak lama kemudian, sebuah telur dilepaskan dari indung telur wanita dan mulai bergerak menuju tuba fallopi terus ke rahim. Bila telur tidak dibuahi oleh sperma pada saat berhubungan intim (atau saat inseminasi buatan), lapisan rahim akan berpisah dari uterus dan mulai luruh serta akan dikeluarkan melalui vagina. Periode pengeluaran darah, dikenal

sebagai periode menstruasi (atau mens atau haid), berlangsung selama tiga hingga tujuh hari. Bila seorang wanita menjadi hamil, menstruasi bulannya akan berhenti. Oleh karena itu, tidak terjadinya menstruasi bulanan merupakan salah satu tanda (walaupun tidak selalu) bahwa seorang wanita sedang hamil. Kehamilan dapat dikonfirmasi dengan pemeriksaan darah sederhana (Kartono, 2012).

Munculnya menstruasi pertama menjadi di tengah-tengah masa pubertas, yaitu masa peralihan dari anak-anak ke dewasa yang memegang peranan penting dalam proses tersebut adalah hubungan hipotalamus, hipofisis dan ovarium (*Hypotalamic-Pituitari-Ovarikratis*). Hal ini merupakan hasil kerjasama antara Serebri, Hipotalamus, Hipofisis, Ovarium, Glandula Supra renalis dan kelenjar-kelenjar Endokrin lainnya. Pada permulaan masa kanak-kanak system ini sudah berjalan kemudian tidak berfungsi lagi disebabkan sistem proses ini sangat peka terhadap steroid, sehingga menghambat proses itu sendiri.

Menurut teori Neurohormonal yang dianut sekarang, Hipotalamus mengawasi sekresi hormon gonadotropin oleh adeno hipofisis melalui sekresi hormon yang disalurkan ke sel-sel adeno hipofisis. Folikel-folikel yang berkembang sebelum menghasilkan hormon estrogen dan kemudian mati, yang lainnya telah dirangsang FSH sehingga folikel ini berkembang mensekresi estrogen. Semakin lama jumlah folikel yang dirangsang semakin

banyak sehingga kadar estrogen semakin tinggi. Hormon estrogen memegang peranan penting dalam perkembangan ciri-ciri kelamin sekunder. Pertumbuhan organ genitalia, perapatan pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologi kewanitaan. Pada masa pubertas organ-organ genitalia lambat laun tumbuh mendekati bentuk dan sifat-sifat wanita dewasa. Vaskularisasi uterus bertambah menyebabkan pertumbuhan lapisan endometrium, sehingga merubah uterus menjadi uterus matur (Depkes RI, 2010).

Turunnya kadar estrogen berakibat pembuluh darah endometrium mengalami proliferasi atau mengerut dan terputus-putus lapisan endometrium mengalami deskuamasi (luruhnya atau mengelupas) sehingga terjadi perdarahan dan mengalir melalui vagina berwujud sebagai menstruasi pertama atau *menarche*.

4. Gejala-gejala yang berhubungan dengan Menstruasi (Winkjasastro, 2010)

Pada waktu menstruasi biasanya sering disertai keluhan-keluhan pada bagian tertentu dari tubuh dan juga gejala-gejala lainnya. Terkadang wanita mengalami ketegangan, sakit kepala (*migrant*), mata memerah, demam, suara serak, asma, pelunakan payudara, nafsu makan meningkat, sakit pinggang, pembengkakan pada kaki dan lain-lain. Gejala ini dinamakan "*Sindrom Prahaid*" atau "*Prementruasi Syndrome*".

Beberapa masalah yang ada disekitarnya, dianggap sebagai penyebab perubahan-perubahan susunan kimia dalam tubuhnya.

Perubahan tersebut akan mempengaruhi psikologis seseorang, tetapi ketika menstruasi semakin dekat, maka berangsur-angsur kondisinya menjadi normal lagi.

Perubahan-perubahan ini dapat timbul karena pengaruh atau reaksi dari tidak stabilnya kerja hormon-hormon menstruasi. Akibatnya seorang wanita mudah tersinggung, tiba-tiba jadi pendiam dan bicaranya sering menyakitkan hati orang lain, marah tanpa alasan yang jelas. Tindakannya serba kasar dan tidak terarah, dengan kata lain lebih memperturutkan hawa nafsunya. Selain perubahan hormon dan fisiologis nyeri juga menyertai menstruasi.

Perasaan nyeri karena datangnya menstruasi yang disebut *dysmenorrhoea* hanyalah merupakan gejala klinis psikis, karena tidak ada kelainan-kelainan yang dapat ditemukan. *Dysmenorrhea* dibagi menjadi dua, yaitu :

- 1) Primer (esensial, intrinsik, idiopatik), tidak terdapat hubungan organ kalainan ginekologis.
- 2) Sekunder (ekstrinsik), oleh kelainan ginekologi (Salpingitis kronika, endometriosis, adenomiosis uteri, stenosis, servisis uteri, dan lain-lain).

Nyeri juga terjadi pada payudara, gejala seperti ini senantiasa mencemaskan kaum wanita karena diasumsikan sebagai tanda-tanda timbulnya kanker payudara. Padahal gejala ini tidak ada sangkut pautnya dengan penyakit tersebut.

Pembengkakan dan pembesaran payudara sebenarnya hanyalah merupakan suatu persiapan dan kemungkinan terjadinya kehamilan setelah berlangsungnya ovulasi. Pada tahap berikutnya payudara ini diperlukan untuk menghasilkan air susu yang diperlukan bayi.

E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep atau *frame work* adalah kerangka hubungan antara konsep-konsep yang ingin diamati atau diukur melalui penelitian (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini yang menjadi variabel independen adalah komunikasi ibu-anak dan yang menjadi variabel dependen yaitu kesiapan menghadapi *menarche*.

Variabel independen

Variabel dependen

Gambar 2.1 Kerangka konsep

F. Hipotesis

Ha : ada hubungan komunikasi ibu kepada anak dengan kesiapan menghadapi *menarche*.