

PENGALAMAN MENJADI GAY
(Studi Fenomenologi pada Pria Homoseksual Menuju *Coming Out*)

Gallo Ajeng Yusinta Dewi, Endang Sri Indrawati

*Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

galloajengyd@gmail.com; esi_iin@yahoo.com

Abstrak

Beren (2013) menyatakan bahwa homoseksualitas terjadi di seluruh lapisan masyarakat dunia dengan perkiraan 21% pria di dunia adalah kaum *gay*. Pandangan pro dan kontra yang terjadi di masyarakat menyebabkan kaum *gay* melakukan penyesuaian sosial setelah kaum *gay* melakukan *coming out*. Penyesuaian diri pada kaum *gay* bukanlah hal yang mudah karena kaum *gay* menghadapi tekanan-tekanan dari dalam dirinya sendiri maupun tekanan dari lingkungan. Peneliti menggunakan pendekatan fenomenologis dengan metode *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan observasi. Partisipan dalam penelitian ini memiliki karakteristik utama pria homoseksual yang sudah mengungkapkan diri sebagai *gay* pada keluarga dan lingkungan. Hasil penelitian menunjukkan faktor pendukung individu menjadi *gay* adalah pola asuh yang salah, tidak adanya *role model* laki-laki yang terdapat pada figur ayah sehingga individu mengidentifikasi diri sebagai *gay* dan memutuskan untuk *coming out*. Persepsi lingkungan yang menerima atau menolak serta *stressor* yang dialami oleh *gay* mengakibatkan ketiga subjek untuk melakukan *coping stress* berupa sikap menghindar, mengalihkan perhatian, menyembunyikan identitas, dan membatasi pergaulan sebagai usaha untuk berinteraksi dengan masyarakat.

Kata kunci: *gay, coming out, coping stress*

**THE EXPERIENCE OF BEING GAY
(Phenomenological Studies on Male Homosexuals toward Coming Out)**

Gallo Ajeng Yusinta Dewi, Endang Sri Indrawati

*Faculty of Psychology, Diponegoro University,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275*

galloajengyd@gmail.com; esi_iin@yahoo.com

Abstract

Beren (2013) stated that homosexuality occurs in all layers of the society of the world with an estimated 21% of the world's men are the gay. The view of the pros and cons that occurred in society caused gays do social adjustment after gays do coming out. Adjustment to gays is not easy because gays face the pressure from within themselves and the pressure from the environment. Researchers using phenomenological approach by the method of Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Loading data is done with the interview and observation. The participants in this research have the main characteristics of the male homosexuals who have revealed themselves as gay on the family and the environment. The research results show the factors supporting individuals become gay is wrong foster patterns, lack of male role model that was found in the figures of the Father so that the individual identify themselves as gay and decided to coming out. Environmental perception that accept or reject and stressor experienced by the gay resulted in the three subject for doing coping stress in the form of the attitude shrink, redirect attention to hide the identity and limit the association as an effort to interact with the community

Keyword: gay, coming out, coping stress

PENDAHULUAN

Beren (2013) menyatakan bahwa homoseksualitas terjadi di seluruh lapisan masyarakat dunia dengan perkiraan 21% pria di dunia adalah kaum *gay*. Fenomena ini sudah ada sejak jaman Yunani kuno, bahkan hampir ditemukan dalam setiap budaya di dunia. Menurut Oetomo (2011) masyarakat Yunani Kuno memiliki mitologi yang penuh berisi tentang kisah percintaan sesama jenis, seperti antara Zeus dengan Ganymede, Herakles dengan Iolaus (Hylas), dan Apollo dengan Hyakinthus. Menurut Oetomo (2001) pada budaya timur, homoseksual

diceritakan pada zaman Nabi Luth yang disebutkan dalam Al-Quran disebut dengan “*liwath*”, artinya “senggama melalui dubur”. Hal ini berarti melakukan sesuatu tidak pada tempatnya, hal tersebut hukumnya zina. Kitab Injil pun menuliskan, pada Roma 1 : 26-27, Paulus mengingatkan, bahwa praktik homoseksual adalah sebagian dari bentuk kejahatan moral, yang sebenarnya orang-orang Kristen sudah dibebaskan dan disucikan oleh Kristus.

Papalia, Old, dan Feldman (2012) menjelaskan bahwa homoseksualitas adalah fokus ketertarikan seksual, romantis, dan kasih sayang yang konsisten kepada jenis kelamin yang sama, sedangkan *gay* adalah sebutan untuk pria yang memiliki homoseksualitas pria. Pendapat yang selaras pun dikemukakan oleh Nevid, Rathus, dan Greene (2005) menyatakan bahwa homoseksual adalah kecenderungan orientasi seksual yang ditandai dengan minat erotis dan keinginan untuk membangun hubungan romantis terhadap sesama jenis kelaminnya. VandenBos (2007) menjelaskan homoseksual adalah dorongan seksual, perasaan, atau hubungan yang ditujukan pada anggota jenis kelamin yang sama.

Papalia, Old, dan Feldman (2011) menjelaskan bahwa faktor pembentuk homoseksualitas adalah hubungan pola asuh yang terganggu seperti dorongan orangtua terhadap perilaku lintas-gender dan tidak biasa, imitasi orangtua homoseksual, peluang untuk belajar melalui rayuan oleh homoseksual.

Dewasa ini, *gay* menjadi hal yang wajar menurut sudut pandangan masyarakat Barat yang dibuktikan dengan disahkannya pernikahan sesama jenis pada tanggal 26 Juni 2015 oleh Mahkamah Agung Amerika Serikat. Disamping itu, pada Desember 1973, jauh sebelum disahkannya pernikahan sesama jenis, Dewan Pengawas Asosiasi Psikiater Amerika menghapuskan *gay* (homoseksualitas) dari tatanan resmi gangguan kejiwaan, “*Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, Second Edition*” (DSM-II). Para ahli menemukan bahwa homoseksualitas tidak memenuhi kriteria untuk dianggap sebagai suatu penyakit jiwa. Sarwono (2013) menyebutkan homoseksualitas telah dimasukkan ke dalam gangguan mental di DSM-1 pada tahun 1952 sebagai gangguan kepribadian sosiopath, dikarenakan dianggap melanggar norma masyarakat. DSM-II yang diterbitkan pada tahun 1968, menjadikan homoseksualitas sebagai daftar kelainan seksual, namun tidak dimasukkan sebagai gangguan kepribadian. Pada PPDGJ pun homoseksualitas sudah dihapuskan sejak tahun 1983 pada PPDGJ II. Hingga pada revisi terakhirnya, yakni PPDGJ yang diterbitkan tahun 1993, homoseksualitas dikatakan sebagai sesuatu yang normal (PPDGJ III).

Menurut buku pedoman gangguan kejiwaan, baik DSM maupun PPDGJ, kaum homoseksual khususnya kaum *gay* merupakan hal yang normal, namun dengan populasi Indonesia yang sebagian besar beragama. Pandangan negatif yang dimiliki oleh masyarakat dikarenakan homoseksual merupakan perilaku yang menyimpang dari norma sosial (Azizah, 2013). Pendapat ini diperkuat oleh sebuah survey yang dilakukan oleh *Pew Research Center* pada tahun 2007 (Samodra, 2013) menunjukkan bahwa hanya 3% responden dari Indonesia yang

mendukung homoseksualitas, sisanya menolak keras.

Penolakan masyarakat ini membuat kaum *gay* melakukan perkumpulan secara tidak terang-terangan dan kesulitan membuka diri. Proses “membuka diri” ternyata terkait dengan kemampuan penyesuaian psikologis dalam dirinya. Semakin yakin akan identitas mereka sebagai *gay* maka semakin baik kesehatan mentalnya serta semakin tinggi rasa percaya diri atau penerimaan diri mereka dan mampu melakukan penyesuaian diri yang baik dalam kehidupannya.

Papu (2002) menjelaskan *gay* setelah mengidentifikasi diri sebagai homoseksual akan melakukan pengungkapan diri yang dikenal dengan istilah *coming out*. *Coming out* adalah pemberian informasi tentang diri sendiri kepada orang lain. Paul (dalam Maulana, 2012) pun menegaskan bahwa *coming out* adalah suatu penegasan bahwa identitas seksual sebagai homoseksual terhadap diri dan orang lain yang mengandung risiko bahaya. Adanya risiko ini membuat *gay* untuk siap menerima label dari individu lain perihal identitas seksual sebagai homoseksual. Pendapat ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Johnson (dalam Gainau, 2009) yang menunjukkan bahwa individu yang mampu membuka diri akan dapat mengungkapkan diri dengan tepat.

Kenyataannya, tidak semua kaum *gay* tidak diterima oleh masyarakat, seperti contoh penulis terkenal Dede Oetomo dan perancang busana Oscar Lawalata. Contoh kasus tersebut memperlihatkan bahwa tidak semua kasus homoseksual ditolak oleh masyarakat, tetapi juga tidak semua bisa diterima. Penerimaan masyarakat terhadap kaum homoseksual, khususnya *gay*, tergantung pada kemampuan individu tersebut dalam menyesuaikan diri secara sosial. Agar tetap diterima masyarakat, kaum *gay* cenderung menutup diri bahkan berusaha menutupi jati dirinya dengan berpura pura tidak mengalami keabnormalan.

Keadaan yang kontradiktifnya adalah, di dalam komunitas tersebut kaum *gay* kompak dengan mempertahankan eksistensi. Kaum *gay* di Indonesia sudah mulai menunjukkan identitasnya di tengah masyarakat. Menurut Emka (2015), kaum *gay* saat ini memiliki ruang untuk mengekspresikan diri. Bentuk ekspresi diri yang dilakukan dengan cara menjadi aktivis HIV-AIDS di Indonesia. Meskipun demikian, menurut Azizah (2013) pun realita keberadaan *gay* di masyarakat membuat *gay* sulit untuk melakukan penyesuaian sosial. Schneider (dalam Mu'tadin, 2002) mendefinisikan penyesuaian sosial sebagai kapasitas untuk memberikan respon secara efektif dan utuh pada realitas sosial, situasi sosial, dan hubungan sosial sehingga dapat memenuhi kebutuhannya secara sosial dalam cara yang dapat diterima dan memuaskan. Schneider pun menyatakan individu yang penyesuaian dirinya baik adalah individu yang memberikan respon yang matang, efisien, bermanfaat dan memuaskan.

Penelitian yang khusus menggali mengenai homoseksualitas cukup sulit dikarenakan norma agama yang berkembang dan mengakibatkan masyarakat untuk enggan membahas homoseksual karena dosa (Anderson, 2003). Penelitian

dengan pendekatan fenomenologis ini bertujuan untuk memahami dan mengeksplorasi pengalaman pria homoseksual menuju *coming out*. Penelitian ini berusaha memahami pengalaman pencetus subjek menjadi *gay*, relasi subjek dengan lingkungan sosialnya, dampak yang mungkin muncul dari kondisi orientasi seksualnya dalam lingkungan sosial, serta cara subjek menghadapi kondisi orientasi seksualnya.

METODE

Studi fenomenologis dalam penelitian ini secara khusus menacu pada pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). IPA merupakan suatu metode pendekatan fenomenologis yang sistematis untuk memahami makna dari pengalaman individu dalam sebuah konteks secara lebih mendalam. Pada penelitian ini, peneliti akan memaparkan deskripsi mengenai proses analisis secara lebih rinci, sistematis, dan mendalam. Metode pengambilan data menggunakan wawancara dan observasi.

Fokus penelitian ini adalah mengetahui pengalaman *gay* menuju *coming out*. Fokus penelitian ini dapat digali berdasarkan aspek yang telah dirumuskan yaitu penampilan nyata, penyesuaian diri terhadap berbagai kelompok, sikap sosial, dan kepuasan pribadi.

Pemilihan subjek penelitian ini adalah metode sampel bola salju (*snowball*). Subjek penelitian ditentukan berdasarkan sampel teoretis yang sesuai dengan tujuan penelitian dan pengalaman subjek selama menjadi seorang *gay* beberapa kriteria subjek diantaranya sebagai berikut: (1) Jumlah subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang laki-laki yang memiliki ketertarikan orientasi seksual dengan laki-laki (*gay*); (2) Mengidentifikasi dirinya menjadi seorang *gay* minimal 1 tahun.; (3) Subjek sudah mengungkapkan dirinya sebagai *gay* pada minimal satu anggota keluarga dan lingkungan sekitar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan adanya beberapa unit pengalaman sebagai berikut:

Faktor pendukung menjadigay

Mulanya ketiga subjek mengidentifikasi diri mereka menyukai sesama jenis. Ketiga subjek mulai mengidentifikasi sejak remaja. Menurut Santrock (2012) masa remaja adalah masa eksplorasi dan eksperimen seksual, masa fantasi dan realitas seksual, serta masa mengintegrasikan seksualitas ke dalam identitas seksual. Pendapat Santrock sesuai dengan realita yang dihadapi oleh ketiga subjek. Subjek O yang merasakan ketertarikan seksual pada laki-laki semenjak SMP pada teman sekolahnya, subjek B tertarik melihat laki-laki yang lebih dewasa dan berbulu, serta subjek S yang terangsang secara seksual pada pemain laki-laki telenovela. Selain itu, masa remaja yang merupakan masa fantasi seksual

pun dirasakan oleh subjek O yang mengalami mimpi basah berasama dengan laki-laki. Berbeda dengan subjek S mengidentifikasi dirinya memiliki kenyamanan bermain dengan perempuan dan memainkan permainan perempuan sehingga kurang menghabiskan waktu bermain dengan laki-laki.

Ketiga subjek tidak memiliki kedekatan dengan ayah, ayah subjek B dan S sudah meninggal sejak kedua subjek usia kanak-kanak, sedangkan subjek O tidak memiliki kelekatan dengan ayah dan cenderung membenci ayah. Menurut Freud (dalam Hidayana dkk, 2004) sebagai anak laki-laki, sudah seharusnya mengimitasi secara kuat dengan ayahnya dan memilih kualitas kepribadian yang dimiliki ayah sebagai laki-laki. Menurut Bandura (dalam Cervone & Pervin, 2012) individu dapat belajar hanya dengan mengamati perilaku individu lain. Individu yang diamati disebut model. Pembelajaran observasional ini dikenal dengan pemodelan. Bandura menyampaikan bahwa individu dapat membentuk representasi mental internal pada perilaku yang telah diobservasi, kemudian dapat mempergunakan representasi mental tersebut pada lain waktu. Contohnya individu dapat belajar apakah jenis perilaku diterima dan tidak diterima dalam latar sosial yang berbeda mengamati perilaku-perilaku dari individu lain. Konsep “imitasi” umumnya meimplikasikan penggandaan sebenarnya, namun pada pemodelan individu akan mempelajari aturan secara umum dengan mengamati individu lain dan selanjutnya dapat menggunakan aturan tersebut untuk mengarahkan diri ke beragam jenis perilaku di masa yang akan datang.

Imitasi terhadap perilaku ibu pun dialami oleh subjek B yang memiliki kedekatan dengan ibu. Meskipun subjek B tidak memiliki konflik dengan ayah seperti yang dialami oleh subjek O, namun subjek B sudah tidak memiliki ayah sejak subjek B berusia 4 tahun, sehingga tidak ada sosok ayah yang dapat diimitasi untuk mencerminkan kualitas kepribadian laki-laki. Imitasi kepribadian berpindah pada ibu yang tercermin pada perilaku subjek B yang mengikuti ibunya menggunakan kosmetik. Subjek O yang membenci sosok ayah dan merasa iba terhadap ibu sehingga subjek O kurang dapat mengimitasi kualitas kepribadian yang dimiliki oleh ayah, sehingga subjek O lebih dapat mengimitasi kualitas kepribadian ibu.

Setelah mengidentifikasi sebagai penyuka sesama jenis, ketiga subjek mengalami konflik internal dikarenakan menyukai sesama jenis adalah hal yang tidak wajar dalam masyarakat seperti perasaan berdosa dan rasa bersalah. Perasaan ini menimbulkan kebingungan identitas pada diri ketiga subjek sehingga ketiga subjek berusaha untuk mencari pemahaman mengenai orientasi seksualnya, baik melalui ilmiah maupun agama. Namun, ketiga subjek tidak berusaha untuk meninjau ulang hasil temuan pemahamannya pada individu yang lebih ahli sehingga pemahaman yang dimiliki keliru. Pemahaman yang keliru contohnya dalam hal agama dan hukum ini memperkuat persepsi ketiga subjek untuk mengidentifikasi diri sebagai homoseksual.

Ketiga subjek pun memiliki hambatan untuk menjadi heteroseksual. Ketiga subjek ditemukan memiliki ketidakmampuan dalam mengontrol dorongan seksual.

Memang benar seperti yang dikatakan oleh Hurlock (2000) bahwa remaja akan berusaha untuk mencari informasi mengenai seks, selain mencari pemahaman melalui literatur, mereka juga mengadakan percobaan melalui jalan masturbasi, bercumbu, atau bersanggama. Subjek B mengalami kesulitan mengontrol untuk tidak melakukan onani selama kurang dari 6 bulan dan berhubungan dengan *gay* menjadikannya faktor sulit untuk merubah kebiasaan homoseksual. Begitu pun dengan subjek S yang berusaha tidak berhubungan dengan *gay* melalui akun palsu yang dibuat tidak dapat mengontrol dorongan untuk kembali berhubungan dengan *gay*. Subjek O yang merasakan kenikmatan tersendiri bersetubuh dengan laki-laki pun merasa tak kuasa menahan dorongan seksual dan mempertahankan bersama dengan laki-laki. Selaras dengan subjek O, subjek B pun tidak berniat untuk menjadi heteroseksual dan tetap mempertahankan menjadi homoseksual. Ketidakmampuan subjek S dalam mengontrol dorongan seksual dikarenakan persepsi kebutuhan seksual yang harus terpenuhi sehingga menjadikan subjek S seolah tak berdaya mengontrol dorongan seksual.

Pengalaman coming out

Pengalaman berikutnya setelah ketiga subjek mengidentifikasi diri sebagai homoseksual dan mengetahui potensi faktor penyebab menjadi homoseksual, ketiga subjek mengalami proses pembentukan identitas hingga akhirnya memutuskan untuk *coming out* atau mendeklarasikan dirinya sebagai homoseksual pada keluarga dan lingkungan sekitar.

Pembentukan identitas homoseksual pada subjek O tidak terlepas dari pengalaman subjek O berelasi romantis dengan perempuan dan laki-laki. Terdapat perbedaan yang signifikan pada area afektif antara laki-laki dan perempuan, subjek O lebih merasakan ketergugahan seksual lebih pada laki-laki dibandingkan perempuan. Subjek B yang merasa lebih feminin pun merasakan mendapat dukungan teman sebaya untuk lebih nyaman dengan diri sekarang dan tidak mendengarkan pendapat individu lain untuk berubah menunjukkan sifat maskulinitas. Hasil penelitian yang dilakukan Dewi (2014) menyatakan bahwa teman sebaya yang tidak mengolok-ngolok membuat individu berani menerima dan mengungkapkan identitas seksualnya. Dukungan teman sebaya yang didapat subjek B pun selaras dengan persepsi subjek O bahwa homoseksualitas adalah sama dengan heteroseksualitas. Persepsi diterima oleh lingkungan ini berdampak pada perasaan bangga terhadap seksualitas yang dirasakan oleh subjek B. Cukup berbeda dengan subjek O dan subjek B yang memiliki persepsi positif terhadap homoseksualitas, subjek S mengalami pembentukan identitas homoseksual karena coba-coba membuat akun media sosial palsu sebagai bentuk pelampiasan dari konflik keluarga karena keluarga tidak memberikan perhatian dan bimbingan yang cukup sebagai kebutuhan dasar pada subjek S. Aktivitas membuat akun media sosial palsu yang dilakukan oleh subjek S merupakan *reinforcement* perilaku homoseksual yang datang di saat yang tidak tepat.

Pengalaman ketiga subjek untuk menetapkan identitas sebagai homoseksual

dipengaruhi oleh faktor keluarga, tidak dapat mencintai perempuan, dan sudah cukup puas menerima kondisi diri sebagai homoseksual. Pembentukan identitas ini mempengaruhi individu untuk dapat membuka dirinya pada keluarga dan lingkungan. Ketiga subjek memutuskan untuk *coming out* setelah adanya perubahan pola pikir setelah menerima kondisi diri sebagai homoseksual. Pengalaman yang dialami ketiga subjek tidak berhenti sampai pada keputusannya untuk mendeklarasikan diri sebagai homoseksual, namun ketiga subjek harus menghadapi realita bahwa ketiga subjek adalah makhluk sosial yang berinteraksi dengan banyak individu lain di luar diri. Realita sosial yang dihadapkan pada keputusan ketiga subjek untuk *coming out* memberikan berbagai reaksi yang berbeda.

Persepsi terhadap reaksi lingkungan

Ketiga subjek memiliki persepsi diterima dan ditolak oleh masyarakat. Reaksi lingkungan yang dialami oleh ketiga subjek menimbulkan tekanan tersendiri bagi subjek. *Stressor* lingkungan yang dapat ditemui pada ketiga subjek adalah *bullying*. Selain menyadari adanya *bullying*, ketiga subjek pun menyadari bahwa keluarga pun ikut merasakan tekanan dari lingkungan. Persepsi terhadap reaksi lingkungan disadari oleh ketiga subjek bahwa tidak semua masyarakat dapat menerima keberadaan homoseksual, namun tidak semua pun menolak keberadaan homoseksual. Keluarga sebagai lingkungan terkecil belum dapat menerima keberadaan anggota keluarga dengan kondisi homoseksual, sedangkan keberagaman respon yang diberikan lingkungan menyebabkan kecemasan pada ketiga subjek untuk dapat mawas diri dalam bermasyarakat dalam lingkungan. Persepsi terhadap lingkungan merupakan *stressor* bagi ketiga subjek dalam menjalani kehidupan sehari-hari. *Stressor* yang dihadapi oleh ketiga subjek mengarahkan ketiga subjek untuk dapat mengatasi stres demi dapat bertahan dalam masyarakat.

Coping stress

Slamet dan Markam (2008) menjelaskan sepanjang masa perkembangan dari lahir hingga dewasa, kebutuhan-kebutuhan individu tidak selalu dapat terpenuhi dengan lancar. Hambatan pun seringkali terjadi dalam pemuasan suatu kebutuhan, motif, dan keinginan, dan bila tidak terpenuhi maka dapat menimbulkan stres. Individu bereaksi secara berbeda terhadap stres tergantung berbagai faktor psikologis seperti cara individu memaknai peristiwa yang menimbulkan stres tersebut. Salah satu cara mengatasi stres adalah dengan mekanisme pertahanan diri seperti yang dilakukan oleh ketiga subjek. Mekanisme pertahanan diri yang digunakan oleh ketiga subjek adalah rasionalisasi, *denial*, proyeksi, dan represi.

Coping stress yang lain dilakukan oleh ketiga subjek adalah penyangkalan. Menurut Lazarus dan Folman (Nevid dkk, 2005) penyangkalan merupakan suatu contoh *coping* yang berfokus pada emosi. Pada *coping* yang berfokus pada emosi, individu akan berusaha segera mengurangi dampak *stressor* dengan menyangkal

adanya *stressor* atau menarik diri dari situasi.

Menurut Taylor (2009) beberapa individu akan mengatasi stres dengan cara menghindar atau melawan stress secara aktif seperti yang dilakukan ketiga subjek yang melakukan *approach coping*. Coping ini adalah usaha yang dilakukan ketiga subjek dalam menghadapi stres dengan cara melawan *stressor* atau memberikan perilaku aktif untuk mengurangi tekanan *stressor*. Menurut Taylor (2009) coping yang berfokus pada masalah melibatkan usaha yang lebih berguna untuk mengatasi kondisi stres yang berbahaya, mengancam, atau menantang individu.

Usaha lain yang dilakukan ketiga subjek adalah dengan mengalihkan *stressor* seperti dengan bekerja, mempersiapkan hari tua, dan menulis buku harian. Menurut Taylor (2009) beberapa individu akan mengatasi stress dengan cara menghindar atau melawan stress secara aktif seperti yang dilakukan ketiga subjek yang melakukan *avoidant coping*. Usaha ketiga subjek dalam mengatasi stres dengan cara menghindari *stressor*. McDavitt dkk (2010) menjelaskan kaum homoseksual memiliki kecenderungan untuk mengabaikan pernyataan yang memprovokasi mereka. Penelitian yang dilakukan Mohr dan Fassinger (2003) menjelaskan bahwa sikap menghindar terutama sikap pada orientasi seksual dipengaruhi oleh pola asuh orangtua mengenai model kelekatan yang dibangun, perlu diingat bahwa ketiga subjek tidak memiliki kelekatan dengan sosok ayah.

Ketiga subjek pun sepemahaman untuk tidak membuka diri bagi individu yang jelas menolak homoseksualitas untuk mencegah terjadinya konflik. Subjek B pun belum *coming out* pada ibunya karena belum siap dengan potensi *stressor* yang akan terjadi, sedangkan subjek S jelas menyembunyikan identitas pada heteroseksual karena menganggap bahwa bila ingin berteman bisa berfokus pada individunya saja, bukan pada seksualitasnya sehingga subjek S tidak perlu membuka dirinya sebagai homoseksual. Subjek B dan S memiliki pendapat untuk menghindari perbedaan pendapat guna meminimalisir potensi terjadinya konflik. Subjek O, dengan yakin bahwa tidak membutuhkan dukungan sosial untuk bertahan sebagai homoseksual di tengah masyarakat. Penelitian yang dilakukan oleh McDavitt dkk (2010) pun menyatakan bahwa kaum homoseksual akan menetapkan beberapa perilaku untuk melindungi diri dari heteroseksual. Penelitian tersebut mengadaptasi pembatasan keadaan untuk mendeskripsikan perilaku melindungi diri seperti berhenti berbicara pada individu yang jelas menolak keberadaan homoseksual atau mengambil langkah aktif untuk menjauhi mereka daripada berteman dengan mereka. Pernyataan ini sesuai dengan usaha subjek S untuk memutuskan kontak dengan teman lama, membatasi pergaulan dan memfokuskan untuk berkomunikasi dengan kaum homoseksual.

KESIMPULAN

Faktor pendukung individu menjadi homoseksual adalah pola asuh yang salah pada keluarga, tidak adanya *role model* untuk mengimitasi kualitas kepribadian pria, serta pemahaman yang kurang tepat mengenai seksualitas. Pembentukan

identitas yang dialami ketiga subjek memutuskan untuk *coming out* setelah adanya perubahan pola pikir setelah menerima kondisi diri sebagai homoseksual. Persepsi terhadap reaksi lingkungan merupakan *stressor* bagi ketiga subjek dalam menjalani kehidupan sehari-hari. *Stressor* yang dihadapi oleh ketiga subjek mengarahkan ketiga subjek untuk dapat mengatasi stres demi dapat bertahan dalam masyarakat. Persepsi subjek terhadap reaksi lingkungan mendorong subjek untuk melakukan *coping stress* atau cara mengatasi tekanan yang dihadapi. *Coping stress* yang dilakukan ketiga subjek diantaranya mekanisme pertahanan diri, menghindari, mengalihkan perhatian, menyembunyikan identitas, dan membatasi pergaulan sebagai usaha untuk berinteraksi dengan masyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- APA. 2007. *APA Dictionary of Psychology*. Edisi G. R. VandenBos. Washington DC: American Psychology Association.
- Azizah, S. N. (2013). Konsep diri homoseksual di kalangan mahasiswa di kota Semarang (Studi kasus mahasiswa homoseksual di kawasan simpanglima semarang. *Journal of Non Formal Education and Community Empowerment* , 39-45.
- Beren, M. (2013). Gay and lesbian families in the early childhood classroom: Evaluation of an online professional development course. *LEARNing Landscapes*. Vol. 7, No.1 , 61-79.
- Cervone, D. & Pervin, L. A. (2012). *Kepribadian: Teori dan penelitian*. Jakarta: Salemba Humanika
- Dewi, R. S. (2014). Studi mengenai gambaran proses pembentukan identitas homoseksual pada gay tahapan dewasa awal di kota Bandung. *Repository Unpad*
- Emka. (2015, April). *Gay di indonesia semakin terbuka menunjukkan keberadaan mereka*. Retrieved from merdeka.com: <http://www.merdeka.com/peristiwa/gay-di-indonesia-semakin-terbuka-menunjukkan-keberadaan-mereka.html>
- Gainau, M.B. (2009). Keterbukaan Diri (Self Disclosure) Siswa dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Ilmiah Widya Warta*, 33 (01)
- Hidayana, I. M. (2004). *Seksualitas: Teori dan realitas*. Depok: Fisip UI
- Hurlock, E.B., 2000, *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan*, Jakarta: Penerbit Erlangga

- Mc Davitt, B., Iverson, E., Kubicek, K., Weiss, G., Wong, C. F., & Kipke, M. D. (2008). Strategies used by gay and bisexual young men to cope with heterosexism. *NIH Public Acces*
- Mu'tadin, Z. (2002). *Pengantar pendidikan dan ilmu perilaku kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A. & Greene, B. (2005). *Psikologi Abnormal, Edisi kelima, Jilid 2*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Oetomo, D. (2001). *Memberi suara pada yang bisu*. Yogyakarta: Galang Press.
- Papalia, D. E., et al. 2011. *Human development (Psikologi perkembangan)*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Santrock, J. W. (2012). *Life-span development: edisi ketigabelas*. Jakarta: Erlangga
- Slamet, S., & Markam, S. (2008). *Pengantar psikologi klinis*. Depok: UI Press
- Taylor, S. E. (2009). *Health psychology seventh edition*. New York: McGraw Hill International Editon