

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.01. Latar Belakang Masalah

Pada era globalisasi sekarang ini, jumlah kebutuhan manusia mengalami peningkatan dibanding sebelumnya. Kebutuhan manusia tidak hanya kebutuhan fisiologis saja tetapi juga kebutuhan psikologis. Salah seorang tokoh yang mengatakan tentang kebutuhan manusia yang tidak hanya fisiologis saja adalah Abraham Maslow. Menurut Maslow (dalam Alwisol, 2009) kebutuhan manusia ada lima macam yaitu kebutuhan fisiologis, rasa aman, mencintai dan dicintai, harga diri, dan aktualisasi diri. Kebutuhan tersebut bersifat hirarkis.

Kebutuhan akan cinta tidak hanya dialami oleh pasangan heteroseksual saja. Fenomena kebutuhan akan cinta juga dialami oleh pasangan homoseksual. Menurut Oetomo (2001), homoseksual mengacu pada rasa tertarik secara perasaan (kasih sayang, hubungan emosional) dan / atau secara erotik, baik secara predominan (lebih menonjol) maupun eksklusif (semata-mata) terhadap orang – orang yang berjenis kelamin sama, dengan atau tanpa hubungan fisik (jasmaniah). Homoseksual sendiri ada dua jenis yaitu gay (laki – laki) dan lesbian (perempuan). Menurut Chaplin (2002) lesbian adalah suatu ketertarikan kepada sesama jenis kelamin (homoseksualitas) di kalangan wanita.

Berdasarkan survei di Amerika, yang dilakukan oleh penulis “*sex in America*” didapatkan bahwa hubungan antar sesama jenis di Amerika terjadi pada berbagai jenis usia. Survei ini juga didukung oleh sebuah yang mengamati tentang perubahan perilaku pada manusia dewasa Amerika. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa pada tahun 2014, 49% masyarakat menganggap bahwa

hubungan sesama jenis tidak salah sama sekali. Angka yang didapat ini ternyata menunjukkan adanya peningkatan sebesar 11% dari tahun 1973 dan 13% dari tahun 1990. Seorang sejarawan bernama David Halperin menyebutkan bahwa suatu hubungan adalah nuansa dimana seseorang bermain – bermain dengan kehidupan orang lain, terlepas dari apa jenis kelamin dan orientasi seksual mereka (Springate, 2016).

Permasalahan lesbian tidak hanya terjadi di dunia saja, tetapi juga di Indonesia, khususnya Semarang. Menurut Prianggoro (dalam Tribun Jateng, 2016), jumlah kaum LGBT di Semarang mencapai 20.000 orang, tetapi hanya 7000 orang saja yang terdaftar sebagai anggota di media sosial dan sisanya masih tertutup.

Menurut Crouter dan Booth (2006), putus cinta pada dasarnya dapat menimbulkan dua tahap yaitu tahap memprotes dan tahap keputus asa. Dua tahap putus cinta atau yang bisa disebut sebagai penolakan ini pada dasarnya dapat menimbulkan dan memengaruhi *stress* pada manusia. Oleh karena itu, tahap penolakan yang berujung dengan *stress* dapat membuat seseorang untuk melakukan berbagai macam cara demi mengatasi *stress* tersebut, seperti penggunaan narkoba, penggunaan alkohol, pengancaman terhadap mantan kekasih, dan lain sebagainya. Dari uraian tersebut dapat diketahui bahwa kasus penolakan atau putus cinta juga kerap terjadi di kalangan lesbian.

Bagus (dalam detiknews, 2008) melaporkan bahwa terdapat kasus seorang wanita yang adalah seorang lesbian, nekat mengakhiri hidupnya lantaran dirinya akan ditinggal menikah oleh pasangan sejenisnya. Menurut pengakuan keluarga korban, korban nekat mengakhiri hidupnya lantaran merasa sakit hati dan tidak terima dengan perlakuan kekasih sejenisnya. Korban

sebelumnya sempat meminta kepada keluarganya untuk dinikahkan dengan pasangan sejenisnya, namun ditolak oleh keluarga karena dianggap aneh. Setelah kejadian itu, korban menjadi sering gelisah dan tidak bersemangat bekerja. Keluarga menduga bahwa korban mengakhiri hidupnya lantaran kekasih sesama jenisnya lebih memilih untuk menikah dengan orang lain.

Masalah putus cinta pada kaum lesbian juga kerap dialami oleh seorang narasumber yang sempat diwawancarai. Wawancara dilakukan terhadap salah seorang homoseks yaitu seorang lesbian berumur 40 tahun. yang dilakukan pada tanggal 25 Agustus 2018 yang bertempat di sebuah tempat makan. Subjek sendiri mengaku sudah menjalani hubungan sesama jenis selama 20 tahun dan sudah sering mengalami putus cinta. Subjek bercerita bahwa saat subjek menemukan dambatan hatinya, subjek benar – benar menyayangnya dengan sepenuh hati dan segala sesuatu akan diperjuangkan untuk pujaan hatinya itu.

Saat menjalani hubungan sesama jenis ini, subjek sering kali merasa *stress*. Baginya, hal yang membuatnya sangat *stress* adalah pada saat mengalami putus cinta dengan kekasihnya. Menurutnya, hal itu sangat menyakitkan dan membuatnya harus masuk ke rumah sakit dan beristirahat total. Rumah sakit juga sudah menjadi tempat langganannya ketika mengalami putus cinta. Tak jarang, dokter yang menanganinya sampai memberikan obat penenang untuk dirinya karena subjek kesulitan mengontrol dirinya saat mengalami *stress*.

Menyadari banyaknya keluarga dan teman yang mendukung dirinya dan menyemangatnya, subjek mengintropeksi dirinya dan sesegara mungkin bangkit. Bagi subjek, hal yang paling mudah untuk mengatasi *stress*nya setelah melakukan intropeksi diri adalah dengan cara bekerja demi menghasilkan

penghasilan yang banyak, bermain *game*, pergi berlibur, menikmati waktu sendiri dan lain sebagainya.

Menurut Mitrousi, Travlos, Koukla, dan Zyga (2013), *coping* adalah usaha atau upaya individu untuk bereaksi terhadap kesulitan yang dihadapi, baik kesulitan eksternal maupun internal. Saat seseorang yang mengalami *stress*, mereka memerlukan penyelesaian yang salah satunya adalah dengan *Coping*. *Coping* yang dilakukan setiap orang pun juga berbeda – beda. *Coping* adalah suatu respon kognitif maupun tingkah laku yang dilakukan dengan tujuan untuk mengurangi perasaan tertekan pada saat mengalami *stress* (Rubbyana, 2012). *Coping* didefinisikan sebagai mengelola *stress* (internal maupun eksternal) melalui upaya kognitif dan perilaku. *Coping* ini dimanifestasikan dalam tindakan, emosi, dan respon pikiran adaptif atau maladaptif (Hudson, 2016).

*Coping stress* negatif meliputi *giving up (withdraw)*, perilaku agresif, memanjakan diri sendiri dengan perilaku konsumtif berlebih, mencela diri sendiri, mekanisme pertahanan diri (*defence mechanism*) yang bentuknya seperti menolak kenyataan yang tidak menyenangkan, berfantasi, dan kompensasi berlebih (Weiten & Lloyd dalam Hidayanti, 2013).

Nursalam (dalam Hidayanti, 2013) menyebutkan tiga *coping* positif yang dapat digunakan dalam mengatasi *stress*. Tiga *coping* positif tersebut, antara lain: pemberdayaan sumber daya psikologis (potensi diri), rasionalisme (terapi kognitif), dan teknik perilaku. Pemberdayaan sumber daya psikologis (potensi diri) merupakan pemanfaatan kemampuan dan kepribadian individu dalam menghadapi *stress* yang disebabkan situasi dan lingkungan, seperti pikiran yang positif tentang dirinya dan mengontrol diri. Rasionalisasi adalah upaya memahami dan menginterpretasikan secara spesifik terhadap *stress* dalam

mencari arti dan makna *stress*. Teknik perilaku adalah suatu teknik dimana individu melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk mengatasi *stress*.

Menurut Charbonnier dan Graziani (2013) mengatakan bahwa banyak remaja homoseksual yang melakukan perilaku – perilaku tidak baik untuk mengatasi *stress* yang sedang mereka alami. Perilaku tidak baik itu sendiri meliputi pikiran untuk bunuh diri serta mengonsumsi obat – obatan terlarang demi menghindari *stress* yang dialaminya.

Nurdiyana, Azriful, dan Ardyanti (2015) mengungkapkan bahwa kaum lesbian di kota Makassar kerap melakukan perilaku – perilaku yang tidak sehat demi mengatasi *stress* yang mereka hadapi. Perilaku yang sering mereka lakukan adalah merokok, mengonsumsi minuman beralkohol dan penggunaan obat – obatan terlarang untuk mengatasi *stress* dan untuk meningkatkan gairah ketika berhubungan dengan pasangan sejenis.

Berbeda dengan pendapat tokoh di atas, Seelman, Lewinson, Engleman, Maley, dan Allen (2018) mengungkapkan bahwa kaum lesbian dapat melakukan coping positif saat menghadapi masalah. Contoh coping positif seperti menjadi volunteer dalam kegiatan – kegiatan positif, memperkuat kehidupan spiritual, mencari berbagai sumber informasi, baik dari lingkungan medis seperti dokter maupun jurnal kesehatan, mencari dukungan dari komunitas LGBT dan lingkungan sekitar yang mau menerima

Berdasarkan wawancara yang sudah dilakukan terhadap subjek yang merupakan seorang lesbian, subjek kerap kali melakukan berbagai macam kegiatan untuk meredakan *stress* yang sedang dialaminya. Hal inilah yang disebut dengan *coping*. Subjek memiliki pandangan bahwa *coping* yang tidak

merugikan diri sendiri adalah hal yang paling menyenangkan dalam menghadapi *stress* yang dialaminya.

Pada penelitian ini, subjek yang digunakan adalah kaum lesbian, khususnya kaum lesbian yang pernah menjalin hubungan lawan jenis mereka. Subjek yang digunakan adalah lesbian karena dalam jurnal – jurnal masih belum banyak yang membahas tentang lesbian dan masih minimnya kaum lesbian yang mau membuka identitas mereka. Selain itu, kaum lesbian juga kerap mengalami *stress* yang lebih tinggi dibanding kaum heteroseksual karena minimnya kaum lesbian yang mau membuka diri, sehingga kaum lesbian yang ingin bangkit dari masalah putus cinta mengalami kesulitan untuk menemukan pengganti yang baru. Oleh karena itu, maka penelitian ini ingin mengungkap tentang *coping stress* pada kaum lesbian yang mengalami putus cinta.

#### **1.02. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan fenomena yang ada, maka muncul pertanyaan sebagai berikut:

1. Jenis *coping* apa yang dilakukan lesbian saat mengalami putus cinta?
2. Faktor apa yang paling mempengaruhi dalam mengatasi *stress*?

#### **1.03. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana *coping stress* pada kaum lesbian yang mengalami putus cinta dan faktor – faktor yang mempengaruhi.

#### **1.04. Manfaat Penelitian**

Manfaat Teoritis : Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu dalam bidang psikologi klinis

Manfaat Praktis : Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran pada masyarakat tentang *coping stress* kaum homoseksual, terutama kaum lesbian