

BAB 6

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa penerimaan diri atas orientasi *gay* dari ketiga subjek bervariasi, BS (subjek 1) sudah mencapai tahap persahabatan, RA (subjek 2) mencapai tahap membiarkan, dan TA (subjek 3) mencapai tahap toleransi. Pada tahap penghindaran, ketiga subjek memperlihatkan reaksi yang relatif sama. Ketiga subjek bereaksi dengan menolak/ menyangkal orientasi seksual *gay*, simtom psikologis (contoh: gelisah, rasa tidak nyaman, cemas, dan depresi), simtom perilaku (contoh: nafsu makan turun dan sulit tidur), dan mencari cara untuk menghilangkan rasa tidak nyaman (contoh: melakukan percobaan bunuh diri dan *self-injury*). TA juga memperlihatkan simtom fisiologis (pusing atau sakit kepala).

Pada tahap keingintahuan, ketiga subjek memiliki kesamaan dalam cara-cara memperoleh informasi. Ketiga subjek aktif mencari informasi mengenai *gay* dan seluk beluknya, di internet, *blog* dan *Youtube*. Tujuan pencarian informasi tersebut untuk mengetahui dan memahami *gay* dan kondisi-kondisi ketidaknyaman karena “kemungkinan” dirinya seorang *gay*. BS pada tahap ini memperoleh *insight* dan menemukan teknik meditasi untuk mengurangi rasa tidak nyaman.

Pada tahap toleransi, rentang waktu yang dibutuhkan oleh ketiga subjek bervariasi. RA paling cepat (1 tahun), BS (2 tahun), dan TA hingga waktu ini (sekitar 5 tahun) masih berada pada tahap ini, masih menolak rasa sakit emosional dan berharap itu akan hilang.

Tahap membiarkan begitu saja dialami oleh BS dan RA. BS memberikan tanggapan yang “wajar” terkait rasa sakit emosional terkait orientasi dan melakukan meditasi ketika gelisah atau tidak nyaman. RA mengalihkan dengan kegiatan lain.

Tahap persahabatan baru dicapai oleh BS, karena sudah menemukan makna-makna atas pengalaman-pengalaman negatif yang dihadapi BS termasuk kenyataan bahwa dirinya memiliki orientasi *gay*. Penemuan makna tersebut

membuat BS mau berdamai dengan diri sendiri, seperti berusaha untuk menerima orientasi *gay*, meskipun memiliki harapan kedepan tetap bisa menikah dengan lawan jenis. BS juga berusaha tidak melakukan tindakan *self-injury*.

RA dan TA belum mencapai tahap persahabatan. RA belum mampu memaknai orientasi *gay* yang dimiliki. RA mencoba menjalani orientasi *gay* secara apa adanya dan tanpa beban, namun ketika ada konflik dengan orangtuanya, RA menjadi khawatir dan takut kalau orangtuanya mengetahuinya. Pola ini terjadi berulang-ulang. RA dan TA juga memiliki harapan yang sama untuk bisa menikah dengan lawan jenis. Harapan RA untuk menikah dengan lawan jenis kurang begitu kuat, sementara pada TA kuat. TA berharap “sembuh” sehingga tidak perlu lagi diliputi ketakutan kepada ayahnya.

Perbedaan tahapan penerimaan diri atas orientasi *gay* pada ketiga subjek disebabkan adanya beberapa faktor, baik yang bersifat internal maupun eksternal. Faktor internal meliputi (1) Trauma, yaitu perudungan (BS, RA dan TA) dan diusir oleh ayah (BS), (2) Agama (rasa berdosa) (BS, RA, TA), (3) Kepribadian pencemas (BS dan TA), (4) Koping, yaitu koping aktif (BS dan RA), meditasi (BS dan TA), dan *seeking support* (BS, RA dan TA), (5) *Insight* (BS), (6) kebutuhan figur ayah (BS dan RA), dan (7) konflik internal (TA). Faktor eksternal meliputi (1) Orangtua bercerai (BS), (2) penerimaan orangtua (BS), (3) pola asuh permisif/otoriter (BS, RA, dan TA), (3) dukungan sosial (BS, RA, dan TA), (3) stigma (BS, RA, dan TA), (4) faktor teknologi (aplikasi *gay* dan media sosial) (BS, RA, dan TA), dan (5) faktor sosial-budaya (BS, RA, dan TA).

6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti memberikan saran sebagai berikut:

1. Subjek
 - a. Karena ketiga subjek mengalami adanya trauma, sehingga disarankan untuk melakukan terapi dengan orang yang kompeten di bidangnya untuk menghadapi masalah trauma tersebut.
 - b. Ketiga subjek, khususnya RA dan TA perlu melakukan pemahaman ulang mengenai makna orientasi seksualnya sehingga tidak lagi terjebak rasa bersalah atau konflik internal, dan mencapai penerimaan diri yang semakin baik.

- c. Ketiga subjek, perlu menyadari cara-cara yang sehat untuk mengekspresikan aktivitas seksualnya.
- d. Ketiga subjek, perlu belajar ketrampilan sosial yang baik supaya bisa menghadapi lingkungan dengan baik dan dapat memperoleh dukungan sosial yang baik. Subjek berani membuka diri untuk bergaul dan meningkatkan kesadaran dengan memiliki *mind set* bahwa mereka sama dan setara dengan orang dengan cara mengoptimalkan potensi diri yg positif untuk percaya diri
- e. Perlunya penghayatan agama untuk mengatasi konflik internal antara rasa bersalah/ rasa berdosa dengan menjadi seorang gay.

2. Masyarakat

Perlunya edukasi kepada masyarakat, khususnya lingkungan sekitar tempat tinggal gay, mengenai LGBT untuk mengurangi munculnya stigma dan diskriminasi terhadap LGBT, karena faktor sosial budaya, stigma dan diskriminasi mempengaruhi penerimaan diri *gay* dan menimbulkan masalah-masalah psikologis pada *gay*, seperti depresi. Selain itu, perlunya tokoh-tokoh agama mengajarkan agama tidak terbatas doktrin namun pemahaman bahwa agama mengajarkan nilai-nilai kebaikan dan kemanusiaan sehingga tidak melakukan penghakiman dengan memberikan stigma terhadap LGBT.

3. Peneliti Lain

- a. Untuk penelitian selanjutnya bisa menambahkan adanya informasi tambahan dari pihak-pihak lain seperti keluarga atau pasangan dari subjek agar data yang diperoleh lebih akurat.
- b. Untuk penelitian selanjutnya diharapkan lebih mampu menjalin kedekatan yang lebih baik dengan subjek, sehingga dapat memperoleh informasi yang lebih mendalam dan sensitif, seperti ekspresi orientasi seksual pada *gay*. Hal ini perlu dilakukan karena pembahasan mengenai orientasi seksual *gay* adalah masalah yang *sensitive* di kalangan masyarakat, dan masih banyaknya banyak *gay* yang tertutup mengenai orientasi seksualnya.