

BAB I

PENDAHULUAN

Dalam bab ini akan membahas beberapa hal dalam penelitian yaitu latar belakang yang merupakan dasar dari penelitian, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penulisan.

A. Latar Belakang Penelitian

Pada dasarnya, manusia merupakan makhluk yang mampu mencintai dirinya sendiri (*autoerotik*), mencintai lawan jenis (*heterosexual*), mencintai sesama jenis (*homosexual*), dan bahkan mencintai hal-hal yang tidak lazim seperti benda atau binatang (*fetishism*) (Brook, 2001). Ketika individu melakukan suatu bentuk aktivitas seksual yang dilakukan melewati batas ke-idealannya atau norma yang telah berlaku di masyarakat, misalnya dengan sesama jenis atau objek berupa benda, maka ia telah melakukan suatu penyimpangan seksual (Brook, 2001). Hal ini biasanya ditimbulkan akibat gangguan psikis yang diperoleh selama masa perkembangannya, baik dari lingkungan sosial, maupun genetik (Brook, 2001).

Terdapat banyak anggapan mengenai apakah homoseksualitas termasuk kedalam kategori *mental illness* atau tidak. American Psychological Association atau APA sendiri telah memutuskan untuk menghapuskan homoseksualitas dari DSM semenjak tahun 1973. Hal ini tentu saja menjadi suatu “kemenangan” bagi kaum homo dan menjadi suatu “kekalahan” pada kaum hetero, namun, beberapa pendapat ahli menyatakan bahwa homoseksual masih dikategorikan sebagai suatu bentuk penyimpangan (Howsepian, 2004). Homoseksual sendiri merupakan istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan orientasi seksual yang ditandai dengan rasa suka terhadap sesama jenis yang pada pria sering dikenal dengan sebutan *gay*, sedangkan pada wanita adalah *lesbian* (Azhari & Kencana, 2008). Homoseksualitas tidak hanya ditandai dengan rasa suka, namun juga kontak seksual yang memiliki kecenderungan psikologis, emosional, dan sosial yang sama (Kendall, 1998).

Akhir-akhir ini, LGBT yang merupakan singkatan dari *Lesbian, Gay, Bisexual* dan *Transgender* merupakan fenomena yang marak diperbincangkan

dan ditemukan di Indonesia. Jumlah penganut homoseksual di Indonesia sendiri mulai meningkat dari waktu ke waktu. Peningkatan ini terjadi karena tren *coming out* atau pengakuan yang dilakukan oleh kaum LGBT tersebut. Hal ini juga didukung oleh pernyataan Grashinta (2017) dalam wawancaranya dengan Sindonews yang mengatakan bahwa individu tersebut merasa berani mengaku karena gaya hidup gay menjadi pilihan dan tidak mengganggu orang lain, bahkan mereka berani untuk keluar secara berkelompok dan menunjukkan status mereka ke publik (Sindonews, 2017). Berdasarkan data yang diperoleh oleh Kementerian Kesehatan (Kemenkes) pada tahun 2012, terdapat kurang lebih 1.095.970 pria yang mengaku sebagai gay, dan sebanyak 28 ribu pria yang menjadi waria (Jawapos, 2017). Meskipun belum ada data pasti berapa banyak kaum Gay atau LGBT secara keseluruhan di tahun 2017, namun maraknya LGBT ini semakin terbukti dengan kasus yang terjadi pada tanggal 23 Mei 2017, yaitu penggerebekan pesta seks kaum Gay di Atlantis Jaya Gym Kelapa Gading Jakarta Utara. Pada kasus tersebut, sebanyak 141 pria ditangkap dan 10 orang diantaranya menjadi tersangka (Republika, 2017). Tak hanya itu, kasus lain juga terjadi di Aceh dimana 2 pasangan gay dicambuk masing-masing sebanyak 83 kali sebagai hukuman karena telah melanggar syariat islam, yaitu melakukan *liwath* atau hubungan seksual sesama jenis (Republika, 2017).

Bedasarkan penelitian yang dilakukan oleh Pew Research Center (2014) di 39 negara, Indonesia merupakan salah satu negara dengan persentase terbesar atas penolakan terhadap kaum homoseksual yaitu sebesar 93% (Pew Research Center, 2014). Penolakan ini umumnya disebabkan oleh penduduk Indonesia yang mayoritas adalah Muslim (Pew Research Center, 2014). Tak hanya itu, berdasarkan survey yang dilakukan oleh *The International Lesbian, Gay, Bisexual, and Trans and Intersex Association* (2016), 37% Indonesia menganggap bahwa LGBT merupakan suatu bentuk kriminalitas, 41% merasa sangat tidak nyaman dengan keberadaan mereka (ILGA, 2016). Namun, meskipun fenomena ini mulai berkembang dan individunya semakin sering ditemui di ruang publik, kaum homoseksual tidak lantas diterima begitu saja

di lingkungannya. Hal ini tentu saja menjadi suatu tekanan terhadap kaum homoseksual dalam menjalani kesehariannya

Bagi kaum homoseksual, tentu bukanlah hal yang mudah untuk menyadari, menerima dan bahkan menyesuaikan diri dengan orientasi seksual mereka serta lingkungan yang cenderung menganggap mereka sebagai minoritas. Perlu proses panjang bagi seorang homoseksual dalam menyadari, menerima, dan melakukan pengungkapan diri atau *coming out* (Maliza & Chusairi, 2013). Kesadaran individu akan orientasi seksual yang berbeda cenderung merupakan proses yang berlangsung secara perlahan dan dihayati sebagai suatu penderitaan. Meskipun pada dasarnya individu memiliki penderitaan masing-masing, namun tidak banyak individu yang mau untuk “berhenti sejenak” dan mengakui penderitaan yang dialami karena mereka terlalu sibuk dalam menilai diri sendiri atau memikirkan pemecahan masalah yang tepat. Menurut Coleman (1982) individu yang mulai sadar akan orientasi seksualnya sebagai homo cenderung akan menolak, melarikan diri dan menekan hal tersebut sehingga terjadi konflik internal dalam diri individu. Keputusan individu dalam menyadari dan bahkan menerima keadaan diri atau orientasi seksualnya merupakan keputusan psikologis yang sangat penting, artinya individu tersebut siap menghadapi konsekuensi baik positif maupun negatif dari lingkungan yang tentu saja akan berdampak pada dirinya (Heatherington & Lavner, 2008).

Berdasarkan hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan kepada satu orang laki-laki gay, ia mengatakan bahwa ia telah merasakan perbedaan sejak kecil. Ia juga kemudian mulai belajar untuk menerima keadaannya mulai dari SMP dan SMA ketika ia menyadari bahwa ia tidak bisa ereksi pada wanita. Selain itu, ketika ditanya mengenai pendapat lingkungannya terhadap orientasi seksualnya, ia mengatakan bahwa ketika ia bekerja di suatu tempat, ia merasa lingkungan tersebut mampu untuk menerima keadaan dirinya meskipun pada awalnya pemikiran mereka sangat sempit. Ia juga mencoba untuk memberikan pemahaman pada lingkungannya bahwa tidak semua *gay* itu sama, dan meluruskan pandangan-pandangan lain mengenai *gay* yang tidak benar.

Berdasarkan keadaan tersebut, dimana individu sadar dengan apa yang terjadi saat ini dengan sangat jelas, mau menerima, dan menghadapi tanpa menghakimi atau berpikir secara irasional disebut juga sebagai *mindfulness* (Neff, 2003). Menurut Brown & Ryan (2003) *mindfulness* mengacu pada sikap individu dalam melihat keadaan dengan perspektif yang objektif dengan artian bahwa tidak ada yang perasaan yang dlebih-lebihkan atau dikurangi, sehingga individu tersebut tidak mengabaikan atau membenci keadaan dirinya (Neff, 2011). Ketika individu cenderung untuk melebih-lebihkan dan obsesif pada keadaan negatif dirinya, itu berarti individu tersebut tidak mampu melihat dirinya atau keadaan sulit yang menyimpannya secara jelas (Neff, 2011). *Mindfulness* pada homoseksual dibutuhkan dalam situasinya sebagai minoritas dalam menghadapi diskriminasi dan penolakan dari lingkungannya. Sehingga dapat disimpulkan apabila individu homoseksual berada dalam kondisi yang *mindful*, maka individu tersebut mampu untuk bertahan dalam keadaan yang menekan, menerima dan melepaskan pengalaman negatif yang terjadi ada dirinya. Sedangkan apabila individu homoseksual yang tidak dapat mencapai kondisi *mindful*, maka ia tidak mampu untuk melihat dirinya, dan keadaan sulit yang menyimpannya. *Mindfulness* juga merupakan komponen dari *self-compassion*, dimana *self-compassion* sendiri merupakan keadaan ketika individu mampu untuk “berbaik hati” atau berbelas kasih pada diri sendiri saat konflik internal yang dimilikinya serta memiliki pemahaman bahwa apa yang dialaminya merupakan bagian dari kehidupan di setiap orang (Neff, 2003).

B. Fokus Penelitian

Fokus dalam penelitian ini adalah kondisi *mindful* pada homoseksual. *Mindfulness* sendiri merupakan kontak langsung terhadap suatu kejadian tepat ketika kejadian itu terjadi, tanpa ada pemikiran diskriminatif, pengkategorian, dan pemikiran habitual, kesadaran tersebut mengambil alih sehingga apa yang terjadi dapat dilihat secara fleksibel dan objektif (Brown, Ryan, & Creswell, 2007).. Sedangkan homoseksual sendiri merupakan istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan orientasi seksual yang ditandai dengan rasa suka terhadap sesama jenis yang pada pria sering dikenal dengan sebutan *gay*,

sedangkan pada wanita adalah *lesbian* (Azhari & Kencana, 2008). Guna mendalami fokus tersebut penelitian ini akan menggunakan metode kualitatif. Penelitian kualitatif dipilih karena fenomena yang diamati perlu pengamatan terbuka, lebih mudah berhadapan dengan realitas, kedekatan emosional antara peneliti dan responden sehingga didapatkan data yang mendalam. Penelitian kualitatif memiliki tujuan untuk mengeksplorasi kekhasan pengalaman seseorang ketika mengalami suatu fenomena sehingga fenomena tersebut dapat dibuka dan dipilih sehingga dicapai suatu pemahaman yang ada.

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini ialah mengetahui, memahami, dan menganalisa bagaimana individu homoseksual dalam *mindful* pada kondisi orientasi seksualnya, lingkungannya dan/atau stress yang dihadapi sebagai seorang homoseksual.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil dari penelitian ini diharapkan akan memberikan manfaat untuk pengembangan keilmuan psikologi, khususnya psikologi klinis yang berkaitan dengan bidang homoseksualitas atau orientasi seksual. Sekaligus memberikan informasi serta gambaran mengenai proses individu dalam menerima keadaan dirinya serta kondisi lingkungannya, khususnya orientasi seksual sebagai homoseksual dengan harapan bahwa meskipun homoseksual merupakan sesuatu yang dianggap tabu secara agama dan norma, namun mereka bukanlah kriminal atau orang yang patut didiskriminasi.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, manfaat penelitian ini yaitu untuk memperkaya informasi dan meningkatkan kesadaran pembaca, memberikan sedikit gambaran mengenai bagaimana individu *mindful* terhadap dirinya terutama dalam menghadapi tekanan sebagai kaum minoritas.

E. Struktur Penulisan Skripsi

Dalam proposal penelitian ini dibagi menjadi tiga bab dengan rincian sebagai berikut:

Bab I adalah pendahuluan yang terdiri dari latar belakang, pertanyaan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi penulisan proposal.

Bab II adalah kajian pustaka yang terdiri dari penjelasan mengenai *mindfulness*, dan homoseksualitas

Bab III adalah metode penelitian yang terdiri dari menguraikan pendekatan dan desain penelitian, partisipan dan tempat penelitian, instrumen penelitian, prosedur penelitian, agenda penelitian, dan analisis data