

GAMBARAN BENTUK *COPING STRESS* PADA KELOMPOK GAY YANG MENGALAMI *MINORITY STRESS* DI TASIKMALAYA

NABILA SAKINA ARRAFFI
190110130073

ABSTRAK

Gay adalah salah satu jenis orientasi seksual yang termasuk ke dalam kelompok minoritas di Indonesia, khususnya di Tasikmalaya. Status minoritas yang dimiliki kelompok *gay* menimbulkan adanya stigma dan perilaku negatif yang diberikan masyarakat dan menimbulkan *minority stress* pada kelompok *gay*. *Minority stress* ini akan berdampak buruk pada kesehatan mental kelompok *gay* dan diperlukan upaya untuk menangani stres tersebut.

Tujuan penelitian ini untuk memperoleh data empiris terkait bentuk *coping stress* yang digunakan kelompok *gay* yang mengalami *minority stress* di Tasikmalaya. Penelitian ini dilakukan pada 100 *gay* dengan metode deskriptif kuantitatif. Terdapat dua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner yang diturunkan dari teori *coping stress* dan *minority stress*. Alat ukur *coping stress* dimodifikasi oleh Sentani (2016) berdasarkan alat ukur yang dikembangkan oleh Carver, Scheier, dan Weintraub (1989). Alat ukur *minority stress* dimodifikasi berdasarkan alat ukur *minority stress* yang disusun oleh Sinaga (2015).

Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa derajat *minority stress* kelompok *gay* di Tasikmalaya termasuk pada kategori derajat stres sedang dan sebanyak 45% merasakan *internalized homophobia*. Sebanyak 42% kelompok *gay* menggunakan bentuk *coping stress* yaitu *emotion focused coping* dengan melakukan *turning to religion* yaitu menghadapi masalah dengan memohon pertolongan sesuai keyakinannya masing-masing, seperti beribadah atau berdoa.

Kata Kunci — *Coping Stress, Minority Stress, LGBT, Gay, Tasikmalaya*

PENDAHULUAN

Menurut *American Psychological Association*, orientasi seksual merujuk pada pola emosi, romantis, dan / atau ketertarikan seksual untuk pria, wanita, atau keduanya. Orientasi seksual juga bisa dikatakan sebagai hubungan personal secara mendalam yang membutuhkan cinta, kelekatan dan keintiman (Association, 2008). Seorang individu telah memilih identitas atau orientasi seksualnya pada saat memasuki tahapan usia dewasa awal (Papalia, 2000; dalam Sofia, 2014). Dewasa awal menurut teori yang dikemukakan oleh Erikson pada tahap perkembangan psikososial termasuk ke dalam tahap keenam yaitu *intimacy vs. isolation* usia 18 sampai 40 tahun (Papalia, 2007). Salah satu kategori dari orientasi seksual adalah homoseksual. Homoseksual adalah orang yang konsisten tertarik secara seksual, romantik, dan afektif terhadap orang yang memiliki jenis kelamin sama (Papalia, 2007). Kelompok homoseksual sering mendapat stigma negatif dan diskriminasi (Erera, 2002; dalam Sinaga, 2015).

Sikap masyarakat yang sedemikian negatif membuahkan beragam perlakuan yang menyakitkan bagi kelompok *gay* (D'Augelly, 2000; King & McKeown, 2003; Sanua, 1999; Silenzio, 2000; Terence, Bruce, & Georg, 2003; dalam Tambunan, 2010). Perlakuan yang diterima oleh kelompok *gay* seperti kecaman terhadap kelompok *gay* bahwa mereka harus dibuang dari lingkungan sosial, dilecehkan, dihina, dilabel sebagai orang yang memiliki karakteristik yang negatif, ditolak, diasingkan, dianggap sebagai orang yang "sakit", dan sumber penyakit terutama penyakit seksual menular seperti HIV (Dohrenwed, 2000; Fernandez, 2009; Warner, McKeown, Griffin, Johnson, Ramsay, Cort & King, 2004; Knox, 1984; dalam Tambunan, 2010). Selain itu kelompok *gay* sering mendapat stigma, diolok-olok, diejek, dan diprasangka hanya karena orientasi seksual mereka (Bybee, Sullivan, Zielonka & Moes, 2009; Carles, Gon, Alto, & Jose, 2003; Fish, 2007; dalam Tambunan, 2010).

Badan PBB memprediksi jumlah *gay* di Indonesia yakni tiga juta jiwa pada tahun 2011. Padahal, pada tahun 2009 populasi *gay* hanya sekitar 800 ribu

jiwa. Namun jika dibandingkan dengan jumlah masyarakat Indonesia seluruhnya, jumlah homoseksual diperkirakan hanya 1% dari jumlah penduduk di Indonesia (Sinaga, 2015), maka dari itu jika dilihat dari segi jumlah kelompok *gay* memiliki posisi sebagai kelompok minoritas di Indonesia. Berdasarkan data-data mengenai stigma negatif terhadap kelompok *gay*, terlihat bahwa banyaknya *stressor* yang diberikan masyarakat kepada kelompok *gay*. Sumber-sumber stres (*stressors*) tersebut dapat dikategorikan ke dalam empat *stressor* utama yang terdapat pada teori *minority stress* yaitu *internalized homophobia*, *expectation of rejection*, *concealment*, dan *prejudice events* (Meyer, 1995). Kondisi-kondisi tersebut lah yang dapat memunculkan stres yang dinamakan dengan *minority stress* dan tentunya memiliki dampak negatif bagi kelompok *gay* tersebut. Jika dilihat dari banyaknya dampak negatif yang ditimbulkan dari *minority stress*, maka dari itu kelompok *gay* perlu melakukan hal-hal atau suatu upaya untuk mengatasi stres tersebut. Menurut Lazarus & Folkman (1984), upaya-upaya yang dilakukan kelompok *gay* untuk mengatasi stres disebut sebagai *coping stress*. *Coping stress* adalah perubahan kognitif yang konstan dan suatu usaha untuk mengelola permintaan eksternal maupun internal yang dinilai sebagai sesuatu yang berat atau melebihi sumber daya individu (Lazarus & Folkman, 1984). Maka peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran bentuk *coping stress* pada kelompok *gay* yang mengalami *minority stress* untuk memperdalam informasi dan pemahaman mengenai bentuk *coping stress* apa yang digunakan kelompok *gay* tersebut.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan non-eksperimental dengan menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang mencoba untuk menggambarkan sebuah fenomena, kejadian, atau situasi (Christensen, *Experimental Methodology*, 2007). Pendekatan deskriptif menjelaskan suatu perilaku, pemikiran, atau perasaan individu dalam suatu kelompok, maka dari itu tujuan utama dari studi deskriptif adalah untuk mendeskripsikan karakteristik atau perilaku (Leary M. R., 2012). Penelitian kuantitatif merupakan sebuah studi yang didasari oleh data numerik untuk menjawab pertanyaan penelitian (Christensen, *Experimental Methodology*, 2007). Dalam menjawab pertanyaan penelitian, pengumpulan data dan alat ukur yang akan digunakan berupa kuesioner.

Adapun karakteristik penelitian ini adalah kelompok *gay* di Tasikmalaya yang mengalami *minority stress* pada tahapan usia dewasa awal. Untuk mengetahui populasi penelitian, peneliti melakukan proses *screening* dengan menggunakan alat *screening stress appraisal* yang disusun berdasarkan teori Meyer (1995). Proses *screening* ini akan diberikan kepada suatu populasi *gay* di Tasikmalaya.

Partisipan

Partisipan pada penelitian ini adalah kelompok *gay* yang mengalami *minority stress* di Tasikmalaya. Peneliti menggunakan teknik *snowball sampling* dan memperoleh jumlah sampel sebanyak 100 orang.

Pengukuran

Terdapat dua alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini diantaranya adalah alat ukur *screening stress appraisal* untuk mengetahui derajat stres

kelompok *gay* dan alat ukur *coping stress* untuk mengetahui bentuk *coping* yang digunakan oleh kelompok *gay*.

Alat ukur *screening stress appraisal* dikembangkan dari alat ukur *minority stress* yang disusun oleh Ekawati Sinaga (2015) berdasarkan teori Meyer (2003). Pernyataan-pernyataan dalam pengukuran ini dikembangkan berdasarkan dua komponen pada teori Meyer (2003) yaitu *distal stressor* dan *proximal stressor* yang terdiri dari masing-masing subdimensi yaitu *prejudice events*, *expectation of rejection*, *identity concealment*, dan *internalized homophobia*.

Alat ukur *coping stress* dikembangkan oleh Carver, Scheier, dan Weintraub (1989) dan dimodifikasi oleh Sentani (2016). Alat ukur dalam *COPE Inventory* terdiri dari 60 pernyataan yang berisikan tiga dimensi yaitu *problem-focused coping* (17 pernyataan), *emotion-focused coping* (22 pernyataan) dan *maladaptive coping* (14 pernyataan).

HASIL

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat dan pembahasan yang dilakukan, terdapat beberapa simpulan mengenai gambaran bentuk *coping stress* pada kelompok *gay* yang mengalami *minority stress* di Tasikmalaya, antara lain:

1. Kelompok *gay* di Tasikmalaya paling banyak merasakan derajat stres sedang.
2. Kelompok *gay* di Tasikmalaya yang mengalami *minority stress* paling banyak menghayati tuntutan lingkungan sebagai *internalized homophobia*. Hal ini dapat menjelaskan bahwa kelompok *gay* menilai lingkungan memiliki sikap negatif pada diri mereka yang membuat mereka juga memiliki sikap negatif pada dirinya sendiri seperti mereka merasa terganggu dengan identitas seksual yang mereka miliki. Tuntutan yang paling banyak dihayati adalah mereka berharap bahwa dirinya bukanlah seorang *gay*, mereka berusaha untuk menyukai wanita, mereka memiliki kebingungan mengapa mereka tidak bisa menjadi seorang heteroseksual dan mereka juga berusaha untuk berhenti menjadi seorang *gay*.
3. Mayoritas kelompok *gay* di Tasikmalaya yang mengalami *minority stress* melakukan *emotion focused coping* dalam menghadapi situasi-situasi stres yang dimilikinya dengan cara mengelola respon emosional yang ditimbulkan oleh sumber stres. Selain itu, kelompok *gay* di Tasikmalaya juga menggunakan *problem focused coping* untuk menyelesaikan permasalahan yang dimilikinya dan terdapat kelompok *gay* yang menggunakan bentuk *coping stress* yang kurang efektif yaitu *maladaptive coping*.
4. Dalam menghadapi situasi-situasi stres yang muncul, kelompok *gay* menggunakan *emotion focused coping* paling banyak dengan melakukan

turning to religion yaitu kelompok *gay* mengelola emosi yang timbul akibat situasi stres dengan cara beribadah atau berdoa.

5. Semakin tinggi derajat *minority stress* kelompok *gay*, semakin tinggi juga kemungkinan kelompok *gay* tersebut menggunakan *maladaptive coping*.
6. Usia, agama, status hubungan dan lama waktu menyadari orientasi seksual memiliki pengaruh terhadap *minority stress* kelompok *gay*.

DAFTAR PUSTAKA

- Association, A. P. (2008). *Answers to your questions: For a better understanding of sexual orientation and homosexuality*. Washington DC: Author.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: A Theoretically Based Approach. *Journal of Personality dan Social Psychology*, 267-283.
- Christensen, L. B. (2007). *Experimental Methodology*. New York: Pearson Education, Inc.
- Christensen, Larry B. (2010). *Research, Methods, Design, and Analysis. 11th ed.* Boston : Pearson.
- Christman, S. T. (2012). *Coping With Homonegative Experiences Among Gay Men: Impacts on Mental Health, Psychological Well-Being, and Identity Growth*. Florida: University of Miami.
- Hatzenbuehler, M. L. (2009). How Does Sexual Minority Stigma "get Under Skin?" A Psychological Mediation Framework. 707-730.
- Hatzenbuehler, M. L., Nolen-Hoeksema, S., & Erickson, S. J. (2008). Health Psychology. *Minority stress predictors of HIV risk behavior, substance use, and depressive symptoms: Results from a prospective study of bereaved gay men.*, 455-462.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company, Inc.
- Leary, M. R. (2012). *Introduction to Behavioral Research Methods*. New York: Pearson Education, Inc.

- Meyer. (1995). Minority Stress and Mental Health in Gay Men. *Health Social Behavior*, 38-56
- Outland, P. L. (2016). *Developing The LGBT Minority Stress Measure*. Colorado: Colorado State University.
- Papalia, D. E. (2007). *Human Development 10th Ed*. New York: Mcgraw-Hill,Inc.
- Santrock, J. W. (2010). *Adolescence*. New York: McGraw-Hill.
- Sentani, S. R. (2016). *Gambaran Bentuk Coping Stress Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran Yang Mengalami Stres Akademik*. Jatinangor: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.
- Sinaga, E. (2015). *Studi Korelasi Antara Minority Stress dan Loneliness Pada Gay*. Jatinangor: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.
- Sofia, R. (2014). *Gambaran Proses Pembentukan Identitas Homoseksual Pada Gay Tahapan Dewasa Awal Di Kota Bandung*. Jatinangor: Fakultas Psikologi Universitas Padjadjaran.
- Sugiyono. (2006). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Sumber Situs:

Tambunan, D.(2010).*Perbedaan Kesehatan Mental pada Gay ditinjau dari Perilaku Religius.*

Syalaby, Achmad.(2016).*Berapa Sebenarnya Jumlah Gay di Seluruh Indonesia?*.[Internet].<http://nasional.republika.co.id/berita/nasional/umum/16/01/23/01e9ut394-berapa-sebenarnya-jumlah-gay-di-seluruh-indonesia>.[Diakses pada 9 Maret 2016 pukul 15:18 WIB].

Riyandi, Dimas.(2016).*3000 Gay Tercatat Ada di Tasikmalaya Mayoritas Pengidap HIV/AIDS.*[Internet]. <http://fajar.co.id/2016/12/03/3000-gay-tercatat-ada-di-tasikmalaya-mayoritas-pengidap-hivaid/>.[Diakses pada 22 Januari 2017 pukul 14.55 WIB].

Shan.(2016).*Karena Jumlah Gay di Kota Tasik Sudah Mengkhawatirkan.*[Internet]. <http://www.initasik.com/informasi/read/1090/karena-jumlah-gay-di-kota-tasik-sudah-mengkhawatirkan.html>.[Diakses pada 22 Januari 2017 pukul 13.45 WIB].

Database SIAK Provinsi Jawa Barat Tahun 2011.(2011).[Internet].<http://jabarprov.go.id/index.php/pages/id/75>.[Diakses pada 25 Januari 2017 pukul 12.45 WIB].

Badan Pusat Statistik Tasikmalaya .[Internet].<https://tasikmalayakota.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/90>.[Diakses pada 25 Januari pukul 13.01 WIB].