

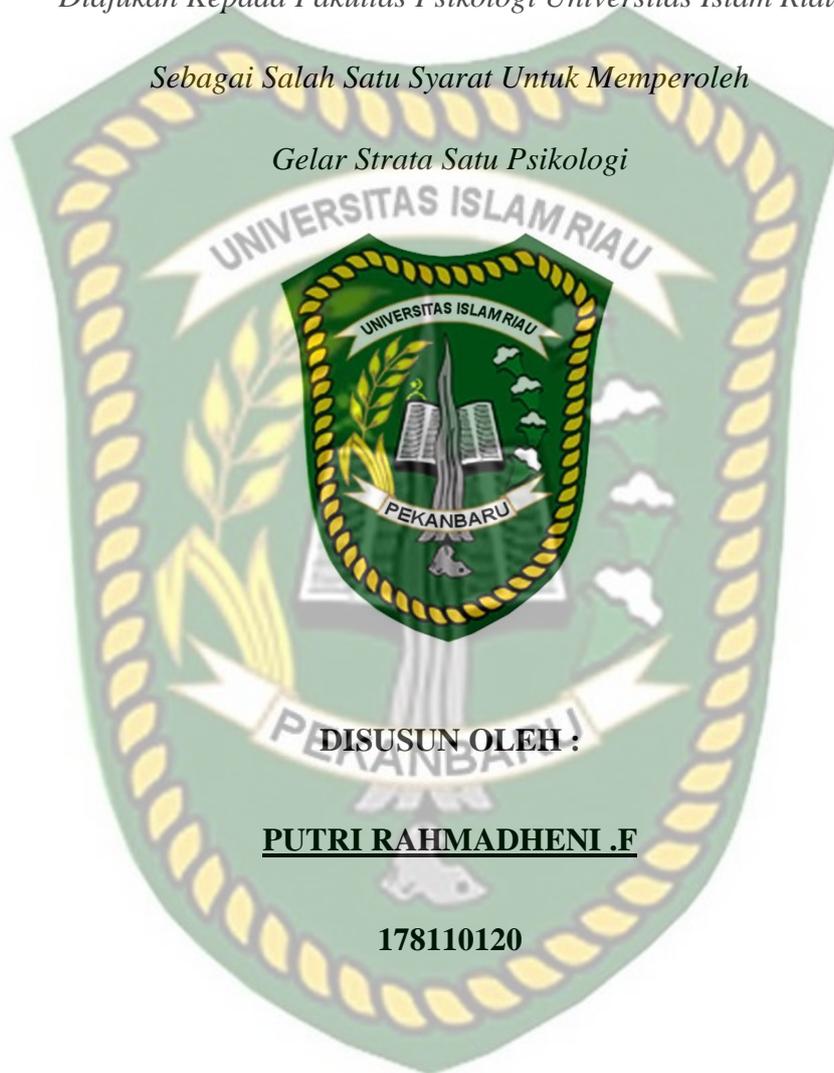
**STRATEGI COPING STRESS PADA GAY**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau*

*Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh*

*Gelar Strata Satu Psikologi*



**FAKULTAS PSIKOLOGI**

**UNIVERSITAS ISLAM RIAU**

**PEKANBARU**

**2021**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**STRATEGI COPING STRES PADA GAY**  
**PUTRI RAHMADHENI F**  
**178110120**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Pada Tanggal

20 Desember 2021

**DEWAN PENGUJI**

**TANDA TANGAN**

Yanwar Arief, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Lisfarika Napitupulu, S.Psi., M.Psi., Psikolog

Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
**gelar Sarjana Psikologi**

Pekanbaru, 01 Maret 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi



Yanwar Arief, M.Psi Psikolog

## HALAMAN PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putri Rahmadheni F

Npm : 178110120

Judul Skripsi : Strategi *Coping Stress* Pada Gay.

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi merupakan karya ilmiah yang dibuat sendiri dan belum pernah diajukan kepada Universitas manapun. Berdasarkan pengetahuan saya sejauh ini tidak ada karya ilmiah atau pendapat orang lain mengenai yang ditulis atau dipublikasikan oleh orang lain, namun karya yang sudah dituliskan akan disebutkan daftar pustaka. Ketika hal-hal yang tidak sesuai dengan pernyataan ini, peneliti siap untuk dicabut gelar sarjananya.

Pekanbaru, 20 Desember 2021

Yang menyatakan



Putri Rahmadheni F

178110120

**MOTTO**

**“ Aku tidak pernah sekalipun menyesali diamku,  
Tapi aku berkali-kali menyesali bicaraku”.**

**~Umar Bin Khattab~**



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

**Perpustakaan Universitas Islam Riau**



### **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Dengan Izin Allah *subhanahuwata'alah*, skripsi ini saya

Persembahkan untuk orang spesial saya :

**Ayah (Feri Yanto) dan ibu (Desmawati)**

Semoga kelulusan ini dapat memberikan kebanggaan kepada

Kalian.

## KATA PENGANTAR

*Assalamu'alaikum warahmatullahi.wabarakatuh.*

*Alhamdulillah'rabibil'alamin,* Puji syukur kehadiran Allah SWT dimana telah memberikan kesehatan dan kemudahan dalam penulisan skripsi ini, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Strategi Coping Stress Pada Gay**”, Pengajuan skripsi ini merupakan upaya untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana strata 1 (S1) pada Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.

Dalam proses pengerjaan skripsi ini penulis menyadari bahwa terdapat kontribusi dari berbagai pihak yang memberikan bantuan baik secara langsung maupun tidak langsung kepada penulis. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan ribuan terima kasih kepada :

1. Bapak Pof. Dr. H Syafrialdi,SH., MCL, selaku rektor Universitas Islam Riau.
2. Bapak Yanwar Arief, M.Psi., Psikolog selaku Dekan Fakultas Psikologi Univrsitas Islam Riau sekaligus pembimbing skripsi yang selalu sabar membimbing dan memberikan motivasi kepada peneliti selama proses penulisan skripsi.
3. Bapak Dr. Fikri, S.Psi., M,Si selaku wakil Dekan I Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
4. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku wakil Dekan II Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
5. Ibu Yulia Herawati, P.Psi, M.A selaku wakil Dekan III Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau

6. Ibu Juliarni Siregar, M.Psi., Psikolog selaku ketua program studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
7. Bapak Didik Widianoro, M.Psi., Psikolog selaku wakil program studi Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau
8. Ibu Lisfarika Napitupulu, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Akademik.
9. Bapak/ibu dosen dan staff Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau adapun bapak/ibu Dosen Psikologi Irma Kusuma Salim, S. Psi., M.Psi, Syarifah Farradina S.Psi., M.A., PhD, Raihanatu Bin Qolbin Ruzain, dr.M.Kes, Dr. Sigit Nugroho, S.Psi., M.Ps, Leni Armayani S.Psi., M.Si., Icha Herawati, S.Psi., M.Soc.Sc, Irfani Rizal S.Psi., M.Psi, Wina Diana Sari, S.Psi., MBA, Bahril Hidayat, M.Psi., Psikolog, Penulis sangat mengucapkan ribuan terima kasih atas upaya bapak dan ibu dalam memberikan ilmu yang bermanfaat selama proses perkuliahan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau.
10. Kepada Prodi Ilmu Psikologi Staf yang ada, adapun bapak/ibu staf psikologi Zulkifli Nur, S.H, Masrifah, S.Ikom, Hj. Sovia Endang, Riki Hamdani, S.E, Wan Rahmad Maulana, S.E, Liza Farhani S.Psi, Ridho Lesmana, S.T, Fitria, Kasmiwati, Dewi Novita Sari, M. Soif, Bambang Kamajaya Barus, S.P Penulis sangat mengucapkan ribuan terima kasih atas diberikannya kesempatan dalam melakukan penelitian tugas akhir.
11. Kepada subjek-subjek yang memberikan informasinya. Penulis Mengucapkan banyak terimakasih yang sedalam-dalamnya atas kesempatan yang diberikan kepada saya untuk melakukan penelitian tugas akhir saya.

12. Terima Kasih Kepada Ayah dan ibu selaku orang tua yang sangat memberikan dukungan dan motivasi kepada saya dalam menyelesaikan skripsi ini, adapun pihak keluarga besar lainnya kakak (Kartika Fernandes S.I.P.), abang (Febrialdo) dan adik (Rahmat Fadillah) yang selalu memberikan dukungan serta meluangkan waktu untuk membantu saya selama proses penulisan skripsi.
13. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Indrianita Purba S.Psi, Randa Krismola sari, Fitri Andriah S.I.P., Syifa Handiya Putri S.Psi, Fitri Wulandari, Dea Siti Rahmah, Franconero S.I.P., Bunga Andini, yang telah memberikan dukungan, motivasi serta berkerjasama dalam proses penyelesaian skripsi.
14. Kepada semua pihak terkait, yang tidak bisa disebutkan satu persatu, penulis mengucapkan terima kasih atas bantuan, motivasi dan segala hal yang telah memudahkan penulis dalam proses mengerjakan skripsi ini sehingga sampai pada titik mendapatkan gelar sarjana strata satu (S1) di Fakultas Psikologi Universitas Islam Riau. Penulis berharap semoga skripsi ini sangat bermanfaat bagi orang banyak.

Dalam penulisan skripsi ini penulis menyadari bahwa jauh dari kata kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang dapat membangun dari segala pihak upaya untuk memyempurnakan skripsi ini.

Pekanbaru, Desember 2021

Putri Rahmadheni F

## DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	
HALAMAN PERNYATAAN .....	i
MOTTO .....	ii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	7
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian .....	8
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	8
1.4.2 Manfaat Praktis .....	8
<b>BAB II .....</b>	<b>9</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
2.1 <i>COPING STRES</i> .....	9
2.1.1 Defenisi <i>Coping</i> Stres .....	9
2.1.2 Aspek-aspek <i>Coping</i> Stress.....	13
2.1.3 Jenis-jenis <i>Coping</i> Stress .....	17
2.1.4 Faktor-faktor <i>Coping</i> Stres.....	20
2.2 <i>Homoseksual</i> .....	22
2.2.1 Pengertian <i>Homoseksual</i> .....	22
2.3 Pertanyaan Penelitian.....	26
2.4 Kerangka Berpikir.....	26
<b>BAB III.....</b>	<b>30</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>30</b>
3.1 Jenis Penelitian.....	30
3.2 Subjek Penelitian .....	32
3.3 Teknik Pengumpulan Data.....	33

3.4 Teknik Analisis Data.....	34
<b>BAB IV .....</b>	<b>36</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>36</b>
4.1 <i>Setting</i> Penelitian .....	36
4.2 Persiapan Penelitian .....	37
4.2.1 Jadwal Penelitian.....	37
4.3 Hasil Penelitian .....	38
4.3.1 Deskripsi Penemuan.....	38
4.4 Hasil Analisis Data .....	45
4.5 Pembahasan.....	51
<b>BAB V.....</b>	<b>57</b>
<b>PENUTUP .....</b>	<b>57</b>
5.1 Kesimpulan .....	57
5.2 Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>60</b>



## STRATEGI *COPING* STRESS PADA GAY

PUTRI RAHMADHENI F

178110120

### ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan wawancara mendalam dan observasi terbatas. Subyek penelitian adalah seseorang yang memiliki penyimpangan seksual (*GAY*). Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan interview (wawancara). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui strategi *coping* apa yang dilakukan oleh *gay*. *Gay* adalah salah satu jenis orientasi seksual yang termasuk ke dalam kelompok minoritas di Indonesia. Status minoritas yang dimiliki kelompok *gay* menimbulkan adanya stigma dan perilaku negatif yang diberikan masyarakat dan menimbulkan stress pada *gay*. Stress ini akan berdampak buruk pada kesehatan mental seorang *gay* dan diperlukan upaya untuk menangani stres tersebut. Penelitian ini dilakukan pada 2 *gay* dengan mewawancarainya. Hasil yang didapatkan menunjukkan bahwa kedua *gay* tersebut melakukan *coping* yang berbeda. Subjek pertama melakukan *coping emotion focused coping* dan subjek kedua melakukan *problem focus coping*.

Kata Kunci : *coping stress*, *Gay*

## STRESS COPE STRATEGY FOR GAY

**PUTRI RAHMADHENI F**

**178110120**

### ABSTRACT

This research is a qualitative research with in-depth interviews and limited observations. The research subject is someone who has a sexual deviation (*GAY*). Data collection methods used are observation and interviews (interviews). This study aims to determine what *coping* strategies are used by *gay* people. *Gay* is a type of sexual orientation that belongs to a minority group in Indonesia. The minority status owned by the *gay* group causes stigma and negative behavior given by the community and causes stress to *gay* people. This stress will have a negative impact on the mental health of a *gay* person and efforts are needed to deal with this stress. This research was conducted on 2 gays by interviewing them. The results obtained indicate that the two gays do different *coping*. The first subject shows emotion focused *coping* and the second subject shows problem focus *coping*.

**Keywords:** *coping* stress, *Gay*

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Hakikatnya manusia sebagai makhluk sosial yang akan membentuk sebuah struktur ataupun sistem masyarakat, yang akan menciptakan standar nilai dan norma-norma yang dijadikan pedoman hidup oleh masyarakatnya. Norma sosial tersebut berfungsi untuk menghindari konflik-konflik antar individu yang mungkin terjadi. Norma sosial itu berkaitan dengan perilaku apa saja yang di perbolehkan oleh masyarakat dan perilaku apa yang dilarang untuk dilakukan. Jika larangan tersebut dilakukan maka akan mendapatkan sanksi sosial. Seiring dengan perkembangan jaman dan pengaruh kebudayaan barat yang masuk ke Indonesia, mengakibatkan beberapa penyimpangan dan menimbulkan pelanggaran norma sosial. Salah satu bentuknya adalah perilaku *homoseksual*.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan secara online pada tanggal 8 maret 2021 jam 8 malam. Narasumber mengatakan bahwa orientasi seksual yang dialami yaitu pria menyukai sesama jenis atau *gay* membuat mereka mengalami stress. Stres yang dialami seperti dikucilkan dari lingkungan pertemanan atau masyarakat. Walaupun tidak semua yang mengucilkan tapi mayoritas lingkungan tidak bisa menerima itu. Mereka dikucilkan tidak jarang dianggap “jijik” dan tidak diterima keberadaanya. Situasi seperti itu membuat mereka stres. Dan cara mereka menangani

stress tersebut dengan berkumpul dengan teman-teman yang tidak mengetahui penyimpangan seksual mereka atau yang sudah tau tetapi masih ingin menerima mereka dengan baik. Terkadang juga mereka hanya mengurung diri dikamar sambil menonton video atau film yang menghibur mereka. Mereka juga tidak jarang meminum sesuatu yang memabukkan agar mereka merasa rileks. Dan tidak jarang mereka berpikir untuk meninggalkan Indonesia dan pergi ke negara yang menerima LGBT.

Kaum *homoseksual* telah mencul sejak lama bahkan seiring dengan hadirnya manusia di bumi ini. Kamu *homoseksual* ada didalam kehidupan manusia, ada yang bersembunyi namun adapula yang terbuka. Adanya kaum *homoseksual* sepertinya memang tidak dipedulikan oleh lingkungan sekitarnya. Salah satu penyebab dari cepatnya bertambah banyaknya *homoseksual* di lingkungan sekitar ini yaitu ketika tidak adanya rasa peduli masyarakat dengan penyimpangan seksual ini. Padahal penyimpangan seksual ini dilarang sekali oleh semua agama di dunia. Dan karena itulah penyimpangan seksual ini merupakan penyakit sosial atau hal-hal negatif yang tidak mudah untuk diobati.

*Gay* merupakan hal yang tabu atau asing dan sangat sulit diterima oleh masyarakat. Budaya timur yang melekat di masyarakat membuat hal ini menjadi sebuah masalah yang besar. Berbeda dengan di negara lain, khususnya negara Belanda dan Thailand, di negara tersebut masyarakatnya sudah menerima adanya kaum *homoseksual* dan memperbolehkan pernikahan sesama jenis.

Berdasarkan berita yang di input oleh CCN Indonesia. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menduga paling sedikit 3.000 anak-anak di Indonesia masuk ke dalam jaringan komunitas *gay* karena faktor media sosial. Menteri Yohana Yembise mengatakan berdasarkan data kementeriannya, ada sekitar 3.000 ribu anak-anak di Indonesia terindikasi masuk ke dalam jaringan komunitas *gay*.

Menurut Akbar dan Sihabudin dalam (Prihatsanti et al., 2018), kaum *homoseksual* termasuk dalam kaum *deviant*, atau kelompok yang menyimpang. Dengan adanya perilaku yang menyimpang tersebut membuat sebagian besar komunitas bahkan individu *homoseksual* memiliki kesulitan dalam berinteraksi dengan masyarakat luas.

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, dalam (Prihatsanti et al., 2018). Seorang individu telah memilih identitas atau orientasi seksualnya pada saat memasuki tahapan usia dewasa awal Papalia, 2000 dalam (General, 2010). 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, 2011). Manusia berkembang tidak bisa terlepas dari adanya unsur interaksi antara sosial, biologis, dan psikologis. Unsur-unsur diatas mempengaruhi anatar

unsur satu dan lainnya dalam satu Maramis, dalam (Mukhsin et al., 2017). Kasus adanya *gay* bisa dilihat atau kita temui hampir diseluruh daerah di Indonesia dan termasuk di kota Pekanbaru.

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan pada tanggal 19 maret 2021 secara online keapda dua narasumber. Narasumber pertama pada siang hari dan narasumber kedua pada malam hari. Wawancara ini mengenai apa ketakutan yang mereka rasakan, apa yang menyebabkan mereka stres dan bagaimana cara mereka menangani stres tersebut.

Narasumber pertama mengatakan bahwa stres yang dia alami berdasarkan ketakutan-ketakutan yang dialaminya seperti takut akan didiskriminasi dan tidak diterima oleh masyarakat, keluarga dan lingkungan sekitarnya. Dia juga mengatakan bahwa narasumber ini takut jika lingkungannya mengetahui penyimpangan seksual yang dia alami seperti teman-teman kerjanya. Dia takut juga rekan kerjanya tidak bisa menerima dia lagi atau merasa jijik dengan dia. Narasumber ini mengatakan bahwa ketakutan terbesarnya adalah berada dilingkungan yang menganggap *gay* tidak nyata atau seperti hal tabu dan dia juga merasa bahwa jika lingkungannya mengetahui ini dia akan mendapatkan sanksi sosial yang menakutkan. Dia sangat takut dengan sanksi sosial dari masyarakat.

Cara narasumber pertama melakukan copingnya yaitu dengan cara bercerita dengan orang yang memiliki penyimpangan seksual yang sama

dan dia juga mengatakan bahawa dia hanya akan berkumpul dengan *gay* lainnya jika sedang ingin berbagi masalah atau stres yang sedang dialami.

Narasumber kedua mengatakan bahwa stres yang dialami seperti, bagaimana jika dia yang sebenarnya "menyimpang" ini diketahui oleh orang lain terlebih keluarga. Seperti yang diketahui tidak ada keluarga yang mengharapkan atau menginginkan anggota keluarganya mengalami penyimpangan seksual ini. Karena penyimpangan seksual juga di Indonesia sangat dipandang sangat tidak wajar dan rendah. Dan juga narasumber ini takut jika dipandang Rendah dan tidak dianggap manusia. Dan pada umumnya pula yang namanya penyimpangan pasti dianggap rendah dan di kucilkan. Dan narasumber inipun beberapa kali pernah mengalami itu dari orang yg sudah dianggap dekat dan terpercaya sampai akhirnya dia berani untuk speak up tapi malah dikucilkan, dihina, dan di rendahkan.

Ketakutan yang paling menakutkan bagi narasumber kedua ialah, takut jika sampai orang lain tau sebenarnya dia itu memiliki penyimpangan seksual. Untuk *coming out* yaitu berterus terang atas penyimpangan itu. Karena merasa sudah pasti tidak di terima secara umum walau akan ada beberapa yg menerima. Dan ketakutan jika mendapat pandangan rendah dari orang lain. Narasumber ini juga mengatakan bahwa dia berusaha untuk tidak mementingkan omongan orang lain tetapi dia takut dijauhi keluarganya sendiri. Walaupun dia mengatakan tidak peduli

namun dia juga merasa takut jika dijumpai banyak orang dan merasa kesepian.

*Coping* yang dilakukan narasumber kedua yaitu mencari kegiatan yang bisa membuat dia melupakan sejenak hal-hal yang membuat dia stres. Seperti melakukan hobbynya, nyanyi dan menonton film-film korea, thailand (genre *gay* atau biasa di sebut BL) dan film lainnya. Selain itu narasumber ini juga berkumpul dengan teman yang sepemikiran yang bisa menerima dia apa adanya. Dia akan menceritakan semua masalahnya dan meminta solusi agar pikirannya lebih tenang dan terbuka. Dan terkadang dia juga meluapkannya dengan mabuk-mabukan dan merokok walau sebenarnya dia bukan perokok. Namun tidak jarang dia memilih menyendiri.

Dilihat dari dampak negatif yang ditimbulkan dari *stress* sangat banyak, sehingga kelompok *gay* sering melakukan banyak upaya atau tindakan untuk mengatasi stres yang mereka alami tersebut. Menurut Lazarus & Folkman dalam (Siti maryam, 2017), tindakan dari upaya yang dilakukan kelompok *gay* adalah untuk mengatasi stres itu disebut sebagai *coping stress*. *Coping stress* adalah perubahan kognitif yang konstan dan sebuah usaha atau upaya untuk mengelola permintaan eksternal maupun internal yang dinilai sebagai sesuatu yang berat atau melebihi sumber daya individu (Lazarus & Folkman dalam (Siti, 2019). Dari penelitian Nabila sakina arraffi bahwa hasil menunjukkan bahwa derajat *minority stress* kelompok di Tasikmalaya termasuk pada kategori derajat stres sedang dan

sebanyak 45% merasakan *internalized homophobia*. Sebanyak 42% kelompok 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..

Dari dua strategi *coping* di atas memiliki empat fungsi tugas *coping* yang biasa disebut dengan *coping task*, yaitu: Mengurangi kondisi lingkungan yang berbahaya dan meningkatkan prospek untuk memperbaikinya, mentoleransi atau menyesuaikan diri dengan kenyataan yang negatif, mempertahankan gambaran diri yang positif dan mempertahankan keseimbangan emosional, dan melanjutkan kepuasan terhadap hubungannya dengan orang lain.

Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang strategi *coping stress* pada *gay* yang mengalami *stress* akibat dari tidak adanya penerimaan dirinya dilingkungan masyarakat. Penelitian ini untuk memperdalam informasi dan pemahaman mengenai strategi *coping stress* apa yang digunakan *gay* untuk mengatasi *stress* tersebut.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang diatas, maka yang jadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimanakah gambaran *coping stress* pada *Gay*.

### 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ialah untuk mengetahui bagaimana coping stres pada *Gay*.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan hasil dari penelitian ini bisa menjadi manfaat untuk dijadikan referensi pada penelitian psikologi di bidang psikologi kesehatan mental, yang berguna untuk mengetahui strategi *coping* apa yang di gunakan oleh *gay* untuk mengatasi permasalahan mereka sebagai *gay* (pria penyuka sesama jenis).

#### 1.4.2 Manfaat Praktis

Secara praktis, diharapkan dalam penelitian ini dapat menjadikan masukan bagi para *gay* sebagai bahan informasi serta dapat memotivasi diri mereka untuk menjadi lebih baik lagi dan untuk memperbaiki *coping* mereka.

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### 2.1 COPING STRES

##### 2.1.1 Defenisi *Coping* Stres

*Coping* adalah proses yang dapat dilakukan setiap waktu dalam lingkungan keluarga, lingkungan kerja, sekolah maupun masyarakat. *Coping* memang digunakan seseorang untuk mengatasi stress dan masalah-maslah yang sedang dialami individu tersebut. *Coping* merupakan kata yang berasal dari kata *cope* yang diartikan sebagai “menghadang, melawan atau mengatasi”. Pada awalnya pengertian *coping* dikemukakan oleh Lazarus, ia mengatakan bahwa *coping* adalah strategi atau upaya untuk mengatur tingkah laku dengan pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, ini berfungsi agar indivisu bisa membebaskan diri dari masalah yang sedang dialaminya baik secara nyata maupun tidak nyata, dan *coping* merupakan segala usaha yang secara kognitif dan perilaku untuk mengatasi, mengurangi, dan tahan terhadap tuntutan-tuntutan dari apapun itu, Safaria & Saputra (2009).

*Coping* merupakan proses untuk menyusun tuntutan yang dianggap menjadi beban atau bahkan melebihi kemampuan kita Lazarus & Folkman dalam (Faradina & Herdiyanto, 2018). Fleishman dalam (Annisya et al., 2020) menekankan perilaku *coping* sebagai aspek penting dalam proses stres. *Coping* mencakup baik perilaku overt (terbuka) maupun covert

(tertutup) yang dilakukan untuk mereduksi atau mengeliminasi distress psikologi atau keadaan yang sangat menekan.

individu yang mengalami stress biasanya akan berusaha untuk mengatasi stresnya. Keadaan ini disebut dengan *coping* atau manajemen stres. Radlye dalam (Winta & Nugraheni, 2019). menyatakan istilah *coping* stress dapat diartikan sebagai penyesuaian secara kognitif dan perilaku menuju keadaan yang lebih baik, mengurangi dan bertoleransi dengan tuntutan-tuntutan yang ada yang mengakibatkan stress.

*Coping* merupakan perilaku yang terlihat maupun tidak terlihat yang dilakukan individu untuk mengurangi dan menghilangkan ketegangan psikologi dalam situasi yang penuh dengan stress, Yani dalam (Maryam, 2017). Menurut Sarafino dalam (Asmara & Valentina, 2018), *coping* merupakan upaya atau usaha untuk menetralisasi dan mengurangi stress yang terjadi. Dalam pandangan Haber dan Runyon dalam (General, 2010), *coping* itu merupakan semua bentuk dari perilaku dan pikiran (negatif atau positif) yang bisa mengurangi kondisi yang membebani individu agar tidak menimbulkan stress.

Menurut R. S. Lazarus dan Folkman dalam (Rositoh et al., 2017), *coping* ialah proses dari pengelolaan tuntutan dari dalam ataupun dari luar yang disebut sebagai masalah besar karena individu itu merasa bahwa ini sudah melewati batas kemampuannya. *Coping* merupakan upaya-upaya dari seseorang yang melakukan orientasi dengan kegiatan-kegiatan dan intrapsikis agar bisa mengelola masalahnya. *Coping* adalah proses yang

mana seseorang akan mencoba memberi jarak antara tuntutan yang diterimanya. Tuntutan tersebut ialah tuntutan yang ada pada dirinya baik yang datang dari individu itu sendiri atauun dari luar atau lingkungan sekitar individu tersebut.

Lazarus dan Folkman dalam (Maryam, 2017), mengatakan bahwa kondisi stres yang dialami individu ini dapat menimbulkan efek yang tidak menguntungkan, baik secara fisiologis maupun psikologis. Individu tentunya tidak akan membiarkan efek negatif ini terus terjadi, individu ini akan melakukan tindakan agar dapat mengatasi stressnya tersebut. Tindakan yang dilakukan individu ini yang dinamakan dengan strategi *coping*. Strategi *coping* ini sering dipengaruhi dengan latar belakang budaya, pengalaman inidividu dalam menghadapi masalah-masalahnya, faktor lingkungan, kepribadian, konsep diri, faktor sosial dan lain-lainnya itu sangat berpengaruh sekali dengan kemampuan individu dalam menyelesaikan masalahnya.

*Coping* adalah semua upaya, sehat ataupun tidak sehat, positif ataupun negatif, usaha secara sadar ataupun tidak sadar, untuk mencegah, menghilangkan, atau melemahkan *stressor*, atau untuk memberikan ketahanan terhadap dampak stress dalam (Winta & Nugraheni, 2019). Safira dan Saputra dalam (Andriyani, 2019) menjelaskan secara spesifik bahwa *coping* dan stres adalah hasil dari transaksi antara perilaku dengan lingkungan. Proses *coping* itu sendiri merupakan proses yang dinamis antara perilaku dengan lingkungan, sehingga saat melakukan *coping*

terhadap tekanan yang dirasa sangat mengancam, seseorang akan melakukan *coping* sesuai dengan keadaan, pengalaman, dan waktu saat seseorang melakukan *coping* tersebut.

Menurut Rasmun dalam (Astuti et al., 2015), *coping* stres adalah saat individu yang mengalami ketegangan psikologik atau stres saat sedang menyelesaikan masalahnya di dalam kehidupannya memerlukan dukungan pribadi ataupun dari lingkungan, supaya individu tersebut dapat meredakan stres yang sedang dialaminya. Atau dapat disebut juga dengan, *coping* stres merupakan proses yang akan dihadapi oleh seseorang saat menghadapi *stressfull*. *Coping* diatas yaitu suatu respon seseorang saat sedang menghadapi suatu keadaan yang sedang mengancamnya secara fisik ataupun psikologis. Didalam perilaku *coping* stres ini individu akan sering mencoba bertindak langsung dalam menyelesaikan stressnya atau kadang memilih untuk mengabaikan stressnya yang disebut dengan strategi *coping* stress. Strategi atau cara yang biasa digunakan untuk menghadapi stress ataupun cara untuk mengalihkan tekanan atau stress.

*Coping* adalah suatu proses dimana individu mencoba untuk mengelola jarak antara tuntutan-tuntutan yang berasal dari individu, maupun tuntutan-tuntutan yang berasal dari lingkungan dengan sumber daya yang seseorang itu gunakan dalam menghadapi situasi *stressfull* (situasi yang penuh tekanan). Individu biasanya berusaha untuk mengurangi, mengontrol, atau belajar untuk mentoleransi ancaman-ancaman yang dapat menimbulkan stres dalam (Winta & Nugraheni,

2019), membuat strategi untuk manajemen tingkah laku pemecahan masalah yang paling sederhana dan realistis, hal ini berfungsi untuk membebaskan diri dari masalah yang nyata maupun masalah yang tidak nyata Lazarus dalam (Winta & Nugraheni, 2019), seseorang yang akan melakukan *coping* karena dua alasan ini, pertama, individu biasanya berusaha untuk meredakan, atau menghilangkan beban emosional yang dirasakannya. Kedua seseorang yang mencoba untuk mengubah hubungan antara dirinya dengan lingkungannya agar menghasilkan dampak yang lebih baik

### 2.1.2 Aspek-aspek *Coping* Stress

Menurut Aldwin dan Revenson dalam (Dewi & Indrawati, 2017) membagi *problem-focused coping* menjadi tiga bagian, yaitu :

#### a. *Cautiousness* (Kehati-hatian)

Individu yang berpikir dan akan mempertimbangkan beberapa alternatif dalam pemecahan masalah yang tersedia, meminta pendapat orang lain, berhati-hati dalam memutuskan masalah serta mengevaluasi strategi yang pernah ia lakukan sebelumnya. Individu biasanya juga mempertimbangkan disetiap aspek keputusan, tindakan apa yang akan digunakan. Biasanya individu tersebut selalu berpikir terlebih dahulu untuk mengambil sebuah tindakan. Namun terkadang individu juga bisa saja membutuhkan waktu yang lebih lama dalam menyelesaikan masalahnya, agar

tindakan yang ia ambil tidak gegabah dan dapat selesai dengan baik.

b. *Instrumental Action* (Tindakan instrumental)

Tindakan seseorang yang diarahkan dengan penyelesaian masalah secara langsung, serta menyusun langkah apa yang akan ia lakukan. Tindakan tersebut biasanya dapat berupa tindakan yang didasarkan dengan pertimbangan yang sangat yakin atas dua pilihan yang berat, tujuannya agar tercapainya sebuah penyelesaian masalah. Sebagai contohnya, ketika seorang individu lebih memilih membeli laptop untuk menunjang menyelesaikan tugas kuliahnya daripada harus membeli handphone model terbaru.

c. *Negotiation* (Negosiasi)

Negoisasi merupakan usaha seseorang yang ditujukan kepada orang lain yang terlibat dengan masalahnya atau merupakan seseorang yang menjadi penyebab masalahnya, untuk ikut menyelesaikan masalah. Tujuannya adalah agar permasalahan itu dapat diselesaikan dan ditemukan titik terangnya.

Selain itu menurut Lazarus & Folkman dalam (Nur'aini, 2020) ada tujuh aspek-aspek strategi *coping* yaitu :

a. *Confrontive coping* (Keaktifan)

*Confrontive coping* adalah strategi yang ditandai dengan usaha-usaha yang bersifat agresif untuk mengubah suatu situasi, termasuk

dengan cara mengambil resiko. Hal ini dilakukan dengan cara tetap bertahan dengan apa yang ia inginkan.

b. *Distancing* (menjaga jarak dengan masalah)

*Distancing* adalah upaya yang individu lakukan yang bertujuan untuk menjaga jarak antara diri sendiri dengan masalah yang sedang dihadapinya dan bertindak laku seperti mengabaikan masalah yang sedang dihadapi individu tersebut, yang menggunakan strategi *coping* ini secara sadar menolak untuk memikirkan atau larut dalam masalah yang sedang dihadapinya dan menganggap seakan-akan tidak pernah terjadi sesuatu pada dirinya.

c. *self control* (Kontrol diri)

*self control* adalah menggambarkan strategi individu dalam usaha-usaha yang dilakukan individu untuk mengatur perasaan-perasaannya dengan cara menyimpan perasaan-perasaan tersebut. Biasanya individu yang menggunakan strategi ini berusaha menyimpan keadaan atau masalah yang saat ini sedang dihadapinya agar tidak diketahui oleh siapapun, dan ia juga mencoba untuk mengatur tindakan apa yang akan dilakukan dalam menyelesaikan masalah.

d. *seeking social support* (Mencari dukungan sosial)

*seeking social support* adalah strategi yang ditandai dengan usaha-usaha individu untuk mencari informasi, nasihat, atau

dukungan emosional dari individu lain. Strategi ini bisa dilakukan dengan cara membicarakan atau menceritakan masalah yang sedang dihadapi dengan orang lain dan diharapkan dapat memberikan saran maupun alternatif pemecahan masalahnya secara konkrit.

e. *accepting responsibility* (Penerimaan)

*accepting responsibility* adalah suatu strategi yang pasif yaitu saat individu sudah mengakui serta menerima bahwa dirinya memiliki peran atau keterkaitan dalam masalah tersebut. Didalam strategi ini individu memberikan kritik kepada diri sendiri saat ia sedang menghadapi atau menangani masalah tersebut dan merasa dirinya bertanggung jawab atas masalah yang timbul.

f. *planfull problem solving* (Pemecahan masalah)

*planfull problem solving* adalah menggambarkan strategi yang dilakukan dengan usaha-usaha terpusat pada masalah yang pemecahan masalahnya dilakukan secara hati-hati untuk mengatasi situasi yang menekan. Disaat menghadapi sebuah situasi yang dirasa menekan, individu biasanya mengetahui apa yang seharusnya dilakukannya, maka oleh karena itu salah satu langkah yang dapat ditempuh dalam melipat gandakan usaha agar usaha itu berhasil menyelesaikan masalah-masalah yang dihadapi. Adapun langkah lain dari strategi *coping* ini adalah membuat suatu rencana

dan hal-hal yang bisa dilakukan untuk mengatasi suatu masalah dan secara konsekuen rencana tersebut akan menjalankan.

g. *Positive reappraisal* (Penilaian positif)

*Positive reappraisal* adalah ditandai oleh strategi atau usaha-usaha agar bisa menemukan makna yang positif dari masalah atau situasi yang menekan tersebut, yang dihadapi dan dari situasi tersebut individu bisa berusaha untuk menemukan sebuah keyakinan baru yang difokuskan pada pengembangan personal dan melibatkan hal-hal yang bersifat religius.

### 2.1.3 Jenis-jenis *Coping* Stress

Lazarus & Folkman dalam (Winta & Nugraheni, 2019) mengklasifikasikan strategi *coping* yang digunakan menjadi 2 yaitu :

a. *Problem Focused Coping (PFC)*

*Problem focus coping* adalah respon yang dilakukan individu untuk berusaha memodifikasi sumber stres dengan menghadapi situasi yang sebenarnya terjadi. *Coping* ini digunakan untuk mengurangi stresor ataupun mengatasi stres dengan cara mempelajari cara-cara atau ketrampilan-ketrampilan yang sebelumnya belum diketahuinya. Mengatasi stres yang diarahkan dengan masalah yang mendatangkan stres (*problem focused coping*) hal ini bertujuan untuk mengurangi tuntutan berupa hal, orang, peristiwa, keadaan yang mendatangkan stres atau bisa memperbesar sumber daya untuk menghadapi stress

tersebut. Metode ini biasanya lebih sering digunakan oleh orang dewasa.

b. *Emotion Focused Coping (EFC)*

*Emotion focus coping* adalah usaha yang dilakukan individu untuk mencari dan memperoleh sebuah rasa nyaman dan dapat memperkecil tekanan yang sedang dirasakan akibat stres tersebut, *coping* ini biasanya digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Namun apabila individu tidak mampu untuk mengubah kondisi yang penuh dengan stres tersebut, maka individu itu akan cenderung untuk mengatur emosinya. *Emotion focused coping* adalah strategi untuk meredakan emosi seseorang yang ditimbulkan oleh stresor (sumber stres), tanpa adanya usaha untuk mengubah suatu situasi yang menjadi sumber stres yang secara langsung.

Selain itu menurut Rasmun dalam (Maryam, 2017) membagi *coping* stres dalam dua macam yaitu :

a. *Coping* psikologis

Gejala ini pada umumnya ditimbulkan akibat adanya stres psikologis tergantung dari dua faktor, yaitu bagaimana persepsi atau penerimaan individu terhadap stresor, dan terhadap stresor yang diterima, yang artinya dilihat dari seberapa berat ancaman yang dipikul oleh individu tersebut terhadap stresor yang diterimanya. Keefektifan strategi *coping* yang digunakan

oleh individu; yang artinya saat individu menghadapi stresor, jika strategi atau upaya yang digunakan efektif maka akan menghasilkan adaptasi yang baik dan menjadi suatu pola baru dalam kehidupan, tetapi jika yang terjadi justru sebaliknya maka dapat mengakibatkan gangguan pada kesehatan fisik dan psikologis.

b. *Coping* psikososial

*Coping* psikososial merupakan sebuah reaksi psikososial pada sebuah stimulus stres yang dihadapi atau diterima oleh individu tersebut.

Sedangkan menurut Farid Mashudi (Farid, 2012), jenis dari *coping* stres terbagi menjadi dua yaitu *coping* positif dan *coping* negatif.

a. *Coping* Negatif

Weiten Lloyd mengatakan bahwa *coping* negatif meliputi giving up atau melarikan diri dari situasi stres atau kenyataan yang dihadapi, agresif, mencela diri sendiri, memanjakan diri sendiri dengan berperilaku konsumerisme yang berlebihan dan menolak kenyataan dengan cara melindungi dirinya dari suatu kenyataan yang tidak menyenangkan.

b. *Coping* Positif

*Coping* positif merupakan sebuah upaya untuk menghadapi atau mengatasi situasi stres secara sehat. Dan beberapa ahli psikologi juga memperkirakan humor adalah *coping* yang

positif. *Coping* positif ini memiliki beberapa ciri-ciri sebagai berikut, menghadapi masalahnya secara langsung, mengendalikan diri dalam mengatasi masalah, mempersepsi situasi stres dengan rasional.. Tindakan *coping* positif meliputi, Merelaksasi diri, meditasi dan mengamalkan ajaran agama sebagai wujud keimanan kepada tuhan.

#### 2.1.4 Faktor-faktor *Coping* Stres

Beberapa penelitian tentang faktor-faktor yang menjadi penyebab dari kecenderungan seseorang dengan *coping* stres yang dipilihnya sudah dilakukan oleh beberapa tokoh. Pergament dalam (Andriyani, 2019) Bandura mengatakan bahwa optimisme ini muncul dari efikasi diri dalam kehidupan seseorang yang memiliki hubungan dengan banyak konsekuensi positif, termasuk juga kemampuan dalam menghadapi kondisi yang sulit sehingga dapat menimbulkan ketenangan emosional didalam *coping*nya.

Menurut Pergament dalam (Andriyani, 2019) ada beberapa hal yang menjadi sumber *coping*. Dalam hal ini terdapat, sumber *coping* yang meliputi hal-hal yang memiliki beberapa pengaruh terhadap pemilihan seseorang atas *coping* stres tertentu. Hal-hal itu antara lain sebagai berikut adalah saat materi seperti uang dan makanan, fisik seperti kesehatan dan vitalitas, sosial seperti kemampuan interpersonal dan dukungan sosial, psikologis seperti kemampuan *problem solving*, kemudian yang terakhir spiritual seperti perasaan kedekatan dengan tuhan.

Menurut Lazarus & Folkman dalam (Tiara Dewi, Muhammad Amir Masruhim, 2016) cara individu dalam mengatasi dan menangani situasi yang mengandung tekanan dapat ditentukan dengan sumber daya individu meliputi memecahkan masalah, dukungan sosial, kesehatan fisik, keterampilan, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan sosial, dan materi.

a. Kesehatan fisik

Kesehatan adalah hal yang paling penting, karena selama dalam usaha mengatasi stres tersebut individu diharuskan untuk memiliki tenaga yang cukup besar.

b. Keterampilan memecahkan masalah

Kemampuan ini meliputi kemampuan untuk mencari informasi, mengidentifikasi masalah dengan tujuan untuk menghasilkan alternatif tindakan, menganalisa situasi, kemudian mempertimbangkan alternatif tersebut sehubungan dengan hasil yang ingin dicapai, dan pada akhirnya akan melakukan dan melaksanakan rencana dengan suatu tindakan yang tepat.

c. Keyakinan atau pandangan positif

Sebuah keyakinan akan menjadi sumber daya psikologis yang sangat penting juga, seperti keyakinan pada nasib (*eksternal locus of control*) yang mengarahkan individu kepada penilaian ketidakberdayaan (*helplessness*) yang dapat menurunkan kemampuan strategi *coping*.

d. Keterampilan sosial

Keterampilan ini meliputi dalam kemampuan individu untuk bertingkah laku dan berkomunikasi dengan cara-cara yang sudah sesuai dengan nilai-nilai sosial yang berlaku di lingkungan masyarakat.

e. Dukungan sosial

Dukungan sosial ini meliputi dukungan pemenuhan dalam kebutuhan informasi dan emosional dari dalam diri individu yang diberikan oleh orang tua mereka, anggota keluarga lainnya, saudara, teman-temannya, dan lingkungan masyarakat sekitar individu.

f. Materi

Materi merupakan dukungan yang meliputi sumber daya berupa uang, barang-barang atau layanan yang biasanya dapat kita beli.

## 2.2 Homoseksual

### 2.2.1 Pengertian *Homoseksual*

Tahmindjiis (Tahmindjis, 2014), mengatakan bahwa *homoseksual* berasal dari bahasa Yunani yaitu *homoios* yang artinya sama dan bahasa Latin *sexus* artinya jenis kelamin, yang merupakan pengertian umum yang mencakup banyak macam kecenderungan seksual terhadap jenis kelamin yang sama, atau secara lebih halus disebutkan suatu ketertarikan kepada kelamin yang sama (*homotropie; tropos* artinya arah, haluan).

*Homoseksual* atau penyuka sesama jenis tidak asing lagi di zaman sekarang ini dan bahkan fenomena *homoseksual* ini sekarang sudah tampak nyata dan banyak bermunculan di sosial media salah satunya di aplikasi Tik-Tok.

Beren dalam (Dewi & Indrawati, 2017) mengatakan bahwa *homoseksualitas* terdapat di seluruh lapisan masyarakat yang ada di dunia ini dengan perkiraan sekitar 21% pria di dunia adalah kaum *gay*. Fenomena ini sudah ada sejak zaman nabi luth, dan juga bahkan hampir ditemukan dalam setiap budaya di dunia. Menurut Oetomo (2011) masyarakat Yunani Kuno juga memiliki mitologi yang penuh, metologi yang berisi tentang kisah percintaan kaum sesama jenis, contohnya seperti Herakles dengan Iolaus (Hylas), Zeus dengan Ganymede dan Apollo dengan Hyakinthus.

*Homoseksual* terdiri dari dua golongan, yaitu terdapat lesbian dan *gay*. Lesbian merupakan wanita yang memuaskan birahinya dengan sesama jenisnya, atau wanita dengan wanita *homoseksual* dalam (Moha & sudrajat, 2019). Sedangkan *gay* merupakan pria yang mencintai pria lain baik secara seksual, emosional, fisik, atau pun secara spiritual. Kaum *homoseksual* juga kebanyakan agak memperhatikan penampilan, dan sangat memperhatikan hal apa-apa saja yang terjadi pada pasangan sesama jenisnya dalam (Winta & Nugraheni, 2019). Dan dapat penulis simpulkan bahwa seorang laki-laki yang tertarik dengan laki-laki disebut *gay*.

Sedangkan seorang perempuan yang memiliki ketertarikan terhadap perempuan disebut lesbian.

Feldman dalam (Astuti et al., 2015) *homoseksual* adalah ketertarikan seksual dengan jenis kelamin yang sama. Kendall & Hammer dalam (Annisya et al., 2020), *homoseksualitas* merupakan menyangkut individu yang memiliki kecenderungan psikologis, emosional, dan sosial terhadap seseorang dengan jenis kelamin yang sama, jadi bukan hanya sekedar kontak seksual antara seseorang dengan orang lain dari jenis kelamin yang sama. Oetomo dalam (Widyansari, 2014), *homoseksualitas* dapat juga didefinisikan sebagai orientasi ataupun pilihan seks yang diarahkan pada ketertarikan dari jenis kelamin yang sama. Kemudian dapat disebut sebagai *homoseksual* adalah orang memiliki orientasi seksual dengan orang lain dari jenis kelamin yang sama.

Papalia, Old, dan Feldman dalam (Winta & Nugraheni, 2019) menjelaskan bahwa *homoseksualitas* adalah fokus pada romantis, ketertarikan seksual dan kasih sayang yang konsisten kepada jenis kelamin yang sama, sedangkan *gay* merupakan sebutan dari laki-laki yang memiliki *homoseksualitas* pria. Pendapat yang sama pun dikemukakan oleh Nevid, Rathus, dan Greene (2005) ia mengatakan bahwa *homoseksual* adalah kecenderungan seseorang pada orientasi seksual yang dapat ditandai dengan minat erotis dan keinginan untuk membangun hubungan romantis dengan sesama jenis kelaminnya.

VandenBos dalam (Dewi & Indrawati, 2017) menjelaskan *homoseksual* adalah dorongan seksual, perasaan, atau hubungan yang ditujukan pada anggota jenis kelamin yang sama. Kemudian Papalia, Old, dan Feldman (Papalia, 2011) mengatakan bahwa faktor yang menjadi pembentuk *homoseksualitas* ialah hubungan pola asuh yang terganggu seperti dorongan orangtua terhadap perilaku lintas-gender yang tidak biasa, imitasi orangtua *homoseksual*, peluang untuk mempelajari rayuan oleh *homoseksual* lainnya.

Menurut buku dari pedoman gangguan kejiwaan, baik DSM maupun PPDGJ, kaum *homoseksual* khususnya adalah kaum *gay* merupakan hal yang normal adanya, namun dengan adanya populasi Indonesia yang sebagian besar beragama. Membuat pandangan negatif yang dimiliki oleh masyarakat karena *homoseksual* ini adalah perilaku yang menyimpang dari norma sosial dalam (Dewi & Indrawati, 2017). Pendapat ini diperkuat juga oleh sebuah survey yang sudah dilakukan oleh Pew Research Center pada tahun 2007 lalu dalam (Dewi & Indrawati, 2017), menunjukkan bahwa terdapat hanya ada 3% responden dari Indonesia ini yang mendukung *homoseksualitas*, dan sisanya menolak keras penyimpangan tersebut.

Papu dalam (Dewi & Indrawati, 2017) menyatakan *gay* setelah mengidentifikasi dirinya sebagai *homoseksual* akan melakukan pengungkapan diri yang dikenal dengan istilah *coming out*. *Coming out* adalah memberikan informasi tentang dirinya sendiri kepada orang lain.

### 2.3 Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan uraian dari teori yang telah dikemukakan diatas, maka dapat disimpulkan penelitian tentang strategi *coping stress* pada *gay* ini bermaksud untuk memperoleh dan mengetahui strategi apa saja yang subjek lakukan untuk mengurangi dampak stress yang dialaminya sebagai seorang *gay*.

### 2.4 Kerangka Berpikir

Adanya kaum *homoseksual* di Indonesia dapat dilihat dari banyaknya organisasi *LGBT* (*Lesbian, Gay, Biseksual, Transgender*) yang bermunculan. Berdsarkan laporan *LGBT* Nasional Indonesia pada tahun 2013 lalu, setidaknya ada 119 komunitas atau organisasi *LGBT* di 28 provinsi yang ada di Indonesia. ,Oetomo & Khanis dalam (Asmara & Valentina, 2018) . Namun hal itu tidak bisa membuat masyarakat Indonesia menerima keberadaan *Homoseksual*, dikarenakan masyarakat Indonesia memiliki norma-norma yang sangat bertentangan dengan *homoseksual* dan rakyat Indonesia juga rakyat beragama , Rokhmah dalam (Asmara & Valentina, 2018).

Karena itulah *gay* jarang mempublikasikan orientasi seksual yang dimilikinya. Dan pada saat ini banyak *gay* yang *coming out*. *Gay* yang *coming out* ini akan menerima sanksi sosial dari masyarakat Indonesia. Sanksi sosial yang diberikan adalah *bullying*, hinaan, dikucilkan bahkan tidak jarang mendapat ancaman akan dibunuh, seperti kasus *gay* Thailand yang baru saja terjadi. Mereka mendapat ancaman akan dibunuh oleh

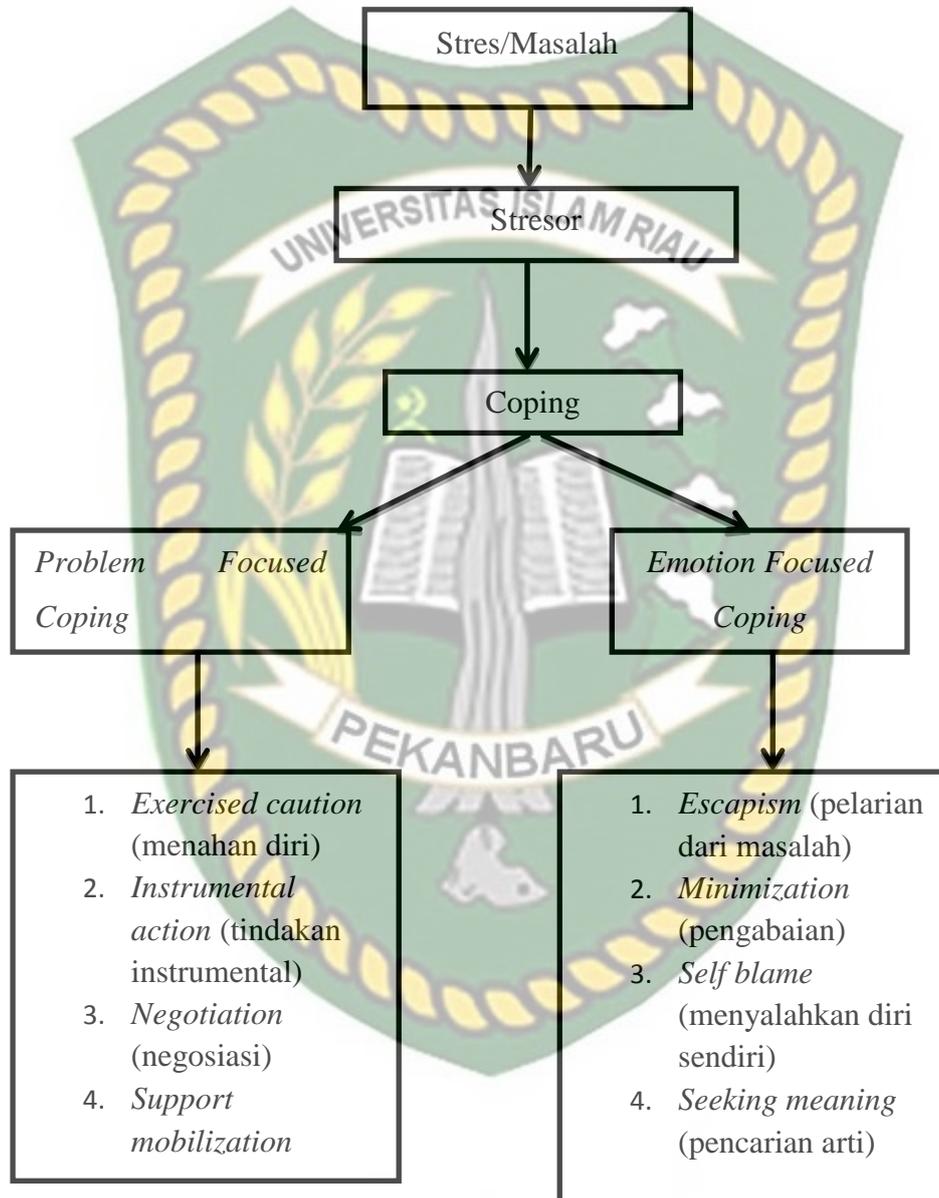
rakyat Indonesia. Hal ini membuat kaum *gay* di Indonesia semakin takut dan stress dengan sanksi sosial yang diberikan masyarakat kepada mereka.

Seperti yang dijelaskan diatas tentang ketakutan yang menyebabkan stres pada kaum *gay*. Maka dari itu kaum *gay* akan melakukan *coping* stres untuk menimalisir stres dan ketakutan yang mereka alami. *Coping* stres seperti *Problem focus coping* adalah sebuah respon yang berupaya untuk memodifikasi sumber dari stress dan berusaha menghadapi keadaan yang sebenarnya terjadi. *Coping* ini berfungsi agar dapat mengatasi stres atau mengurangi stresor dengan cara mempelajari hal-hal baru. Aldwin dan Revenson dalam (Metia, 2012) mengatakan individu yang menggunakan strategi *coping* ini dapat dilihat dari indikator-indikator perilaku sebagai berikut : *Negotiation* (negosiasi), yaitu individu yang berusaha menyelesaikan masalahnya kepada orang yang bersangkutan. *Exercised caution* (menahan diri), yaitu perilaku individu yang berusaha untuk mencari hal-hal yang memiliki tantangan untuk dilakukan dari pada harus menyelesaikan masalahnya dengan cepat. *Instrumental action* (tindakan instrumental), merupakan individu yang akan mencari cara atau menyusun cara untuk menyelesaikan masalahnya dengan cepat. *Support mobilization*, merupakan usaha yang dilakukan seseorang untuk bercerita dan mengharapkan dukungan, nasihat, dan informasi dari orang tersebut.

*Emotion focus coping* merupakan usaha seseorang untuk memperkecil tekanan yang ia rasakan lalu kemudian memperoleh rasa

nyaman, *coping* ini digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Aldwin dan Revenson dalam (Metia, 2012) strategi *coping* yang berfokus pada emosi memiliki indikator perilaku sebagai berikut : *Self blame* (menyalahkan diri sendiri), yaitu individu yang sering menyalahkan dan menghukum diri sendiri dan sering menyesal dengan apa yang telah terjadi pada dirinya. *Escapism* (pelarian dari masalah), yaitu seseorang yang berusaha menghindari dari masalahnya dengan cara berimajinasi atau membayangkan bahwa dirinya sedang berada disituasi yang sangat bahagia atau menyenangkan. *Seeking meaning* (pencarian arti), adalah upaya individu mencari jawaban dengan cara berdoa sesuai dengan kepercayaan yang dianutnya. *Minimization* (pengabaian), dengan strategi ini individu mempunyai kemampuan dalam mengendalikan nafsu dan usaha individu untuk menolak, merenungkan suatu masalah, dan bertindak seolah tidak terjadi apa-apa dan.

Hal tersebut penulis gambarkan dalam bagan kerangka berpikir dibawah ini



## BAB III

### METODE PENELITIAN

#### 3.1 Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif. Istilah dari penelitian kualitatif menurut Kirk & Miller dalam (Andriyani, 2019) awalnya penelitian kualitatif bersumber dari melakukan pengamatan yang dipertentang oleh pengamatan kuantitatif. kemudian mereka mengartikan metode kualitatif ini merupakan tradisi tertentu dalam ilmu pengetahuan sosial, secara fundamentalnya bergantung kepada pengamatan yang dilakukan oleh manusia keasahannya dan berhubungan dengan orang-orang tersebut dalam bahasanya dan dalam peristilahannya.

Menurut Strauss dan Corbin dalam (Faradina & Herdiyanto, 2018) penelitian kualitatif merupakan penelitian yang memang tidak bisa dihitung dengan statistik dan metode-metode lain dalam penelitian kuantitatif. Secara umum penelitian kualitatif juga bisa digunakan untuk penelitian tentang sejarah, tingkah laku, kehidupan masyarakat, aktivitas sosial, fungsional organisasi, dll.

Merriam & Tisdell dalam (Prihatsanti et al., 2018) mengatakan bahwa studi kasus sebagai diskripsi dan analisis mendalam dari bounded system. Yin dalam (Prihatsanti et al., 2018) mendefinisikan studi kasus sebagai sebuah proses dari penelitian. Sebuah studi kasus penelitian bertujuan untuk menguji pertanyaan dan masalah penelitian, yang tidak dapat dipisahkan antara fenomena dan konteks di mana fenomena tersebut

terjadi. Atau dalam bahasa Inggris “A case study is an empirical inquiry that investigates a contemporary phenomenon (the ‘case’) within its real-life context, especially when the boundaries between phenomenon and context may not clearly evident”.

Hartley dalam (Prihatsanti et al., 2018) mengatakan peneliti studi kasus berfokus pada kasus tertentu secara mendalam sehingga dapat mengidentifikasi hubungan sosial, proses dan kategori yang secara bersamaan dapat dikenali, khas, dan unik. Sehingga diperlukan detail yang cukup untuk memberikan gambaran tentang sebuah kasus. Studi kasus biasanya spesifik, namun bukan berarti tidak dapat diterapkan pada proses sosial yang lebih luas. Penelitian studi kasus terdiri dari penyelidikan yang terperinci, seringkali data dikumpulkan pada periode waktu, fenomena dan konteks tertentu yang tujuannya untuk memberikan analisis tentang konteks dan proses yang berkaitan dengan isu teoritis yang sedang dipelajari. Fenomena ini tidak dapat dipisahkan dari konteksnya, tetapi menjadi menarik ketika tujuannya memahami perilaku yang dipengaruhi oleh konteks tertentu.

Groat & Wang dalam (Nur'aini, 2020) membuat pengertian tentang studi kasus untuk penelitian arsitektur dengan mengubah menjadi penyelidikan empiris yang menyelidiki suatu fenomena atau pengaturan. Dengan menghapus kata kontemporer dan menambahkan pengaturan, pengertian ini mengakomodasi inklusi eksplisit dari fenomena historis dan pengaturan historis.

Menurut Yin dalam (Nur'aini, 2020) metode penelitian studi kasus merupakan strategi yang tepat untuk digunakan dalam penelitian yang menggunakan pokok pertanyaan penelitian *how* atau *why*, sedikit waktu yang dimiliki peneliti untuk mengontrol peristiwa yang diteliti, dan fokus penelitiannya adalah fenomena kontemporer, untuk melacak peristiwa kontemporer. Pada metode studi kasus, peneliti fokus kepada desain dan pelaksanaan penelitian.

Peneliti menggunakan study kasus *life story*, studi ini mencoba menyingkap dengan lengkap kisah hidup seseorang sesuai dengan tahap-tahap, dinamika, dan lika liku kehidupannya.

### 3.2 Subjek Penelitian

Dalam penelitian kualitatif tidak digunakan istilah populasi, karena penelitian kualitatif diangkat dari kasus tertentu yang ada pada situasi sosial tertentu dan hasil kajiannya tidak akan diberlakukan ke populasi tetapi ditransferkan ke tempat lain pada situasi sosial yang memiliki kesamaan dengan situasi sosial pada kasus yang dipelajari. Teknik sampling yang digunakan oleh peneliti adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan menentukan kriteria-kriteria tertentu, Sugiyono, dalam (Mukhsin et al., 2017).

Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah pria penyuka sesama jenis atau seorang *gay*. Menurut islam dalam (Huzaemah Tahido Yanggo, 2018) *Homoseksual (gay)* di dalam agama Islam disebut dengan istilah

“*al-liwath*” (ال لواط) (yang berarti orang yang melakukan perbuatan seperti perbuatan kaum Nabi Luth, yang pelakunya disebut “*al-luthiyyu*” (ال لوطي) ,(yang berarti laki-laki yang melakukan hubungan seksual dengan laki-laki. Tiga psikoanalisa terkenal yang meyakini bahwa *homoseksual* adalah penyakit yang harus disembuhkan. Mereka adalah Sandor Rado, Irving Bieber, dan Charles Socarides. Dari kacamata psikoanalisis, mereka menjelaskan bahwa *homoseksualitas* adalah bentuk penyakit mental sehingga perlu ada terapi untuk mengobatinya, dalam (Ayub,2017)

### 3.3 Teknik Pengumpulan Data

Menurut Maryadi dkk dalam (Suci Arischa, 2019), teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian kualitatif adalah teknik yang memungkinkan memperoleh data detail dengan waktu yang relatif lama. Menurut Sugiyono dalam (Suci Arischa, 2019) teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena bertujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data.

Metode pengumpulan data yang digunakan oleh peneliti adalah wawancara dan observasi.

#### 1. Wawancara

Esterberg dalam (Tiara Dewi, Muhammad Amir Masruhim, 2016) wawancara merupakan pertemuan antara dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara

digunakan sebagai teknik pengumpulan data apabila peneliti ingin melakukan studi pendahuluan untuk menemukan permasalahan. Yang harus diteliti, tetapi juga apabila peneliti ingin mengetahui hal-hal dan responden yang lebih mendalam.

## 2. Observasi

Observasi adalah metode pengumpulan data secara sistematis dan sengaja melalui pengamatan dan pencatatan terhadap gejala objek yang diteliti. Sanafiah Faisal dalam (Astuti et al., 2015) mengklasifikasikan observasi menjadi observasi partisipan, observasi secara terang-terangan dan tersamar dan observasi yang tak berstruktur.

### 3.4 Teknik Analisis Data

Menurut Bungin (Burhan Bungin, 2012), menyatakan bahwa adapun dalam penelitian ini menerapkan tiga teknik analisis data sebagai berikut :

#### 1. Data *Reduction* (Reduksi Data)

Reduksi data merupakan proses data (berawal dari editing, koding, sampai tabulasi data) adalah terdiri dari hasil pengumpulan yang selengkap mungkin dan membedakannya kedalam satuan konsep, golongan, atau tema khusus.

#### 2. *Display* Data (Penyajian Data)

Seperangkat hasil pengurangan data juga butuh dikelompokkan ke dalam suatu bentuk tertentu (*display* data)

sehingga terlihat bentuk yang nyata. Penyajian data bisa berupa bayangan, kerangka, atau pola-pola yang lain.

3. *Conclusion drawing and verification* (Kesimpulan)

Sesudah melewati penyajian data, maka tahap selanjutnya yaitu kesimpulan. Menggunakan rancangan, kerangka, synopsis, atau pola lainnyadalam penyajian data sangat di perlukan agar tidak mempersulit usaha *display* dan menguatkan kesimpulan.



## BAB IV

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 *Setting Penelitian*

Penelitian ini dilakukan di kota yang berbeda. Payakumbuh, kecamatan lima puluh kota, subjek pertama di Payakumbuh, kecamatan lima puluh di desa ibuh, subjek, kedua di kota Pekanbaru kecamatan tampan. Pemilihan lokasi selama proses penelitian dilakukan sesuai dengan tempat tinggal subjek serta kesepakatan antara informan dengan peneliti.

Peneliti dan informan dapat menjalin hubungan yang baik. Sebelum penelitian dilakukan, peneliti mencari informasi sesuai dengan kriteria dan usulan dari pembimbing tentang calon informan yang tepat. Setelah mendapatkan informan guna menjalin hubungan yang baik dan memberitahu bahwa peneliti akan mengajukan ketersediaan informan terhadap penelitian yang akan dilaksanakan. Sebelum penelitian dilakukan subjek dan peneliti sudah lama saling mengenal.

Proses pencarian dan pemilihan informan dilakukan langsung oleh peneliti sendiri melalui sosial media yang mengetahui keberadaan dan informasi tentang informan. Peneliti sebelumnya menghubungi subjek melalui media sosial untuk menyepakati kapan dan dimana penelitian ini akan dilakukan. Setelah menyepakati subjek pertama memilih di kota domisilinya namun di penginapan peneliti di Payakumbuh. Dan subjek

kedua memilih di Pekanbaru karena subjek kedua sedang berada di Pekanbaru untuk pengambilan ijazah subjek, dan penelitian dilakukan di penginapan subjek.

## 4.2 Persiapan Penelitian

### 4.2.1 Jadwal Penelitian

Tahap penelitian dimulai di bulan september 2021. Berikut jadwal pengambilan data penelitian dapat di lihat pada tabel berikut ini

**Tabel 4.1**

#### Karakteristik Responden Penelitian

Kategori	Subjek 1	Subjek 2
Nama	AP	J
Usia	16	25
Jenis kelamin	Laki-laki	Laki—laki

**Tabel 4.1**

#### Jadwal Penelitian dengan Subjek

Nama subjek	Tanggal	Kegiatan	Tempat
AP	19 september 2021	Wawancara dan observasi	Penginapan peneliti
J	25 september	Wawancara dan	Penginapan

	2021	observas	subjek
J dan AP	19 oktober 2021	Observasi dan wawancara tambahan	Rumah peneliti

### 4.3 Hasil Penelitian

#### 4.3.1 Deskripsi Penemuan

##### a. Biografi subjek 1

Subjek pertama dalam penelitian ini adalah AP. AP merupakan anak ke 2 (dua) dari 2 (dua) bersaudara. Subjek memiliki satu orang kakak laki-laki. Subjek berusia 16 tahun, saat ini subjek duduk di Sekolah Menengah Atas. Subjek menyadari memiliki penyimpangan seksual dari subjek duduk dibangku sekolah menengah pertama.

Subjek AP berasal dari sebuah desa di Kecamatan Lima Puluh Kota di Kota Payakumbuh, saat ini subjek tinggal di desa Padang Kandis. Subjek tinggal bersama ibunya yang merupakan tulang punggung keluarga karena ayah subjek telah meninggal dunia. Ibu subjek bekerja sebagai buruh serabutan di daerahnya. Subjek tinggal dirumah almarhumah neneknya.

Subjek adalah seorang yang memiliki penyimpangan seksual yaitu seorang *gay*. Karena

penyimpangan seksual tersebut subjek dianggap berbeda oleh lingkungannya. Lingkungan sekitarnya menganggap bhawaa subjek ini sangat menjijikkan. Karena lingkungan sekitar banyak yang tidak menyukainya, subjek sering sekali mendapatkan deskriminasi dari teman-teman dan keluarganya yang mengetahui tentang penyimpangannya. Subjek sering sekali *stress* saat mendapat cacian dan kekerasan fisik dari keluar maupun teman-temannya.

*“di bully, diiii caci maki dan sebagainya”*

**S1.W1.D2.B26** *“yang besarnya tuh dijauhin,kadang di kata katin. Kayak “apasih kamu gay, aku gak suka sama teman gay”* **S1.W1.D43.B.271** *“terus kalau yang sedangnya tu, “udahlah sampai sini aja pertemanan kita, aku juga gak kayak gitu nanti aku malah masuk ke situ”*

**S1.W1.D44.B.274** *“dia kadang ngata-ngatain fisik kita gitu”* **S1.W1.D45.B.283** *“kayak apasiih bencong, banci, e*

*banci temenny cewek semua”* **S1.W1.D46.B.285** *temen cewek gak terlalu banyak sih kak tapi aada juga yang jijik”* **S1.W1.D47.B.288** *“pernah, pernah ditampar gitu”*

**S1.W1.D48.B.295**

Setelah banyak orang mengetahui tentang penyimpangan tersebut, subjek sudah jarang berinteraksi dengan lingkungan sekitar rumahnya. Subjek

menghabiskan waktu dirumahnya dan sesekali bermain dengan teman sesama *gay*. Subjek juga sering berbagi cerita dengan temannya yang menerima keberadaan subjek. Namun walaupun begitu subjek lebih sering memndamnya sendiri, menghabiskan waktu sendiri, menanngis sendiri, dan mengurung diri. Subjek juga pernah menyalahkan dirinya sendiri atas penyimpangan yang subjek miliki.

*“pernah” S1.W1.D27.B170. “yaa karna gak tau juga sih kak siapa yang mau disalahin” S1.W1.D28.B175.*

*“kadang suka marahin diri sendiri di depan kaca”*

*S1.W1.D29.B.189. “cuman yaa berdiam diri”*

*S1.W1.D33.B.215. “iyaa sambil main handphone”*

*S1.W1.D34.B.217. “nonton sinetron kaya film gitu”*

*S1.W1.D35.B.219. “iya sampai semuanya reda dengan sendrinya” S1.W1. D31.B.204. “iyaa sholat”*

*S1.W1.D36.B239. “yaa kayak sholat ngaji yaa sejenis itulah” S1.W1.D37.B.245 “pernah kak, sholawatan gitu”*

*S1.W1.D38.B.249. “terlalu sering juga enggak kak. Kalau pikiran lagi kacau”S1.W1.D39.B.253. “ee semua yang*

*dipikirkan agak gimana gitu, agak tenang*

*S1.W1.D42.B.263.*

## b. Biografi subjek 2

Subjek kedua dalam penelitian ini adalah J, subjek J merupakan anak kelima dari lima bersaudara. Subjek memiliki empat kakak perempuan yang sudah menikah. Subjek saat ini berusia 25 tahun, subjek ini adalah lulusan dari salah satu universitas di Pekanbaru. i.

Subjek J berasal dari Berastagi Sumatera Utara. Saat ini subjek tinggal bersama dengan ibunya dan keponakannya. Ayah subjek sudah meninggal dunia beberapa tahun yang lalu saat subjek sedang skripsi. Subjek juga sekarang sedang menjalani usaha kakaknya. Subjek merupakan seorang pria yang memiliki penyimpangan seksual yaitu seorang *gay*. Subjek mengetahui atau menyadari subjek adalah seorang *gay* atau penyuka sesama jenis sejak subjek kecil. Namun menjalani hubungan berpacaran dengan pria sejak subjek berada di bangku sekolah menengah pertama.

Subjek merupakan seorang *gay*, yang belum *coming out*. Subjek sangat tertutup dengan lingkungannya tentang penyimpangan seksualnya. Teman-teman subjek mengetahui penyimpangan subjek saat subjek baru masuk kuliah. Subjek menceritakan tentang penyimpangan hanya kepada teman terdekatnya di masa sekolah menengah pertama dan teman terdekat di kuliahnya. Setelah subjek menceritakan hal tersebut sebagian dari teman-temannya

menjauhinya. Teman-teman sybjek yang tidak menerima subjek karena mengetahui penyimpangannya mengatakan hal-hal buruk seperti cacian di sosial media maupun secara langsung.

*“itu sih masalah terbesarnya ketahuan istilahnya”*

**S2.W2.D3.B34.** *“ha nah jadi untuk, pada saat saya ketahuan tersebut eee ini tuh pastinya saya depresi dong. Saya eee seorang yang ketahuan mencuri seperti itulah”*

**S2.W2.D4.B38.** *“ketakutan terus kaya merasakan apa,terisolasi gitulah saya jadinya hehe (tertawa)”*

**S2.W2.D5.B.41.** *“iya jadikan pas abang cerita terakhir tentang abang yang kayak gitu. Respon dia bukan yang kayak abang dulu lagi pas terakhir kita ketemu gitu., agak canggung gitu. Padahal dulu dia bisa dibilang teman paling dekat pas smp. Ada jugak yang dekat tapi langsung lain gitu.”* **S2.W2.D43.B.249.** *“jadi kayak tapi bisa dilihat ni kayak pasti ada tu setidaknya ada deskriminasi lah”*

**S2.W2.D46.B.261**

Penyimpangan seksual subjek diketahui oleh kakak subjek dan itu membuat subjek sangat stress pada saat itu. Kakak subjek menangis mengetahui hal tersebut. Subjek berjanji pada kakaknya akan berubah namun subjek tidak

benar-benar berubah. Banyak hal yang membuat subjek menjadi stres pada saat itu.

*“iyaa salah dari komunitas LGBT + Q juga ya kita sebutnya. (lesby,gay,bisex,transgender) jadi saya adalah seorang gay. Ee kalau dikatakan masalah, untuk menjadi orang seperti itu saya tidak merasa itu masalah. Tapi dengan adanya, namanya kita punya keluarga, sahabat dan sebagainya, pada saat mereka yang tidak memahami posisi saya sebagai seorang gay. Tentunya akan menjadi sebuah masalah. Nah masalah terbesar yang pernah saya alami itu pada saat keluarga saya terkhususnya kakak saya yang mengetahui saya adalah seorang yang memiliki penyimpangan tanda kutip maksudnya penyimpangan seksual yang berbeda dari orang-orang pada umumnya”.*

**S2.W2.D2.B24**

Banyak hal yang membuat subjek stress dan subjek tidak tahu bagaimana cara mengatasinya karena bagi subjek menjadi seorang *gay* bukanlah sebuah masalah. Subjek sering sekali mengatasi stressnya dengan menghabiskan waktu dengan teman-temannya. Subjek sering kali mengajak temannya berjalan-jalan dan terkadang juga hanya bercerita dengan teman-temannya tentang masalahnya. Bagi subjek hal itu dapat mengatasi stress

yang sedang subjek hadapi. Oleh karena itu subjek sering melakukan *coping* tersebut.

*“ee kalau untuk berbagi masalah pastinya sama temen-temen. Karna temen-temen saya itu orangnya lumayan terbuka pemikirannya. Jadi mereka tidak mempermasalahkan dengan saya yang seperti ini jadi ssaya sedikit leluasa jika bercerita ada masalah atau sedang depresi atau apa gitu” S2.W2.D10.B76. “kalau waktu sendiri tergantung sih, kalau dapat masalah cerita sama teman cepet tu dalam sehari juga. Kadang ngajak teman hangout terus jalan gitu pasti langsung lupa. Jadi kalau lagi kadang kita ada masalah kaya, aa yaudalah lah nanti aja ceritanya kalau adem. Pas kalau kaya gitu tu biasanya lumayan lama, bisa dalam waktu seminggu kepikiran” S2.W2.D14.B.101. “aku tuu biasanya tu sukak nyari-nyari jati diri atau paling parahnya sih ee kayak ngerjain soal matematika gitu” S2.W2.D18.B.124. “jadi kaya gimana yaa ee, aku kayak nyari sesuatu masalah rumit untuk mengatasi suatu masalah itu” S2.W2.D19.B.127. “iya terus ada juga tu kayak hangout bareng teman-teman atau nonton flm gitugitu lah” S2.W2.D20.B.130*

#### 4.4 Hasil Analisis Data

NO	Keterangan	SUBJEK 1	SUBJEK 2
1	Latar belakang subjek	<p>Subjek AP merupakan anak kedua dari dua bersaudara. Subjek AP memiliki seorang kakak laki-laki yang sudah menikah. Subjek berdomisili di kota Payakumbuh. Subjek adalah seorang yatim. Subjek ditinggalkan ayahnya selama-lamanya sejak subjek dibangku sekolah dasar. Semasa hidup ayahnya, subjek dan ayahnya sangat harmonis. Subjek berusia 16 tahun dan sekarang masih berstatus pelajar disalah satu sekolah menengah atas di Payakumbuh.</p>	<p>Subjek J merupakan anak kelima dari lima bersaudara. Subjek J memiliki 4 kakak perempuan. Subjek J adalah seorang anak yatim. Subjek ditinggalkan oleh ayahnya untuk selama-lamanya sejak dua tahun lalu. Semasa hidup ayahnya hubungan subjek dengan sang ayah tidak terbilang harmonis. Subjek sangat dekat dengan kakak keempatnya dan sang ibu.</p>
2	Penyebab stress	Subjek memiliki	Subjek sampai saat ini

		<p>penyimpangan seksual sejak sekolah menengah pertama. Subjek ini juga terlihat <i>feminim</i> dari cowok pada umumnya. Cara subjek berjalan dan berbicara sangat terlihat bahwa subjek <i>feminim boy</i>. Sebelum teman-teman sekolah mengetahui bahwa subjek AP adalah seorang <i>gay</i>, subjek juga sering mendapat cacian karena subjek terlihat <i>feminim</i>. Dan setelah banyak informasi tentang penyimpangan seksual subjek yang tersebar. Subjek jadi semakin stress karena semakin banyak yang mencaci, <i>membully</i> subjek. Subjek mendapat kekerasan fisik dari teman dan keluarganya karena penyimpangan seksual yang</p>	<p>belum bisa <i>coming out</i>. Subjek sering mendapatkan bully, cacian dan deskriminasi dari teman-teman yang tidak bisa menerima penyimpangan seksualnya. Subjek medapat cacian secara langsung maupun disosial medianya. Subjek sama sekali tidak melakukan perlawanan kepada orang-orang yang <i>membully</i> nya.</p>
--	--	---	---

		subjek miliki.	
3	Dampak stress	Hal tersebut membuat subjek menjadi tidak berani bersosialisasi dengan teman-teman yang tiak bisa menerima penyimpangan seksualnya. Subjek sering melakukan <i>coping</i> dengan berbagai jenis <i>coping</i> tapi yang sering dilakukan adalah menyendiri dan berusaha mengabaikan masalahnya.	Dengan adanya tekanan dan <i>bullying</i> tersebut subjek mengalami <i>stress</i> dan sesekali subjek menyebut dirinya depresi.
4	cara subjek mengatasi stress	Subjek sering melakukan <i>Minimization</i> (pengabaian), yaitu usaha untuk menolak, merenungkan suatu masalah, serta bertindak seolah tidak terjadi apa-apa dan dengan strategi ini individu mempunyai kemampuan dalam mengendalikan nafsu Subjek juga pernah melakukan <i>Self blame</i>	Subjek sering bercerita keteman-temannya tentang masalahnya. Subjek juga sering mengajak temannya menghabiskan waktu diluar rumah. Dan subjek juga suka mengerjakan soal matematika. Subjek mencari soal

		<p>(menyalahkan diri sendiri), suatu tindakan pasif yang berlangsung dalam batin, yaitu individu cenderung untuk menyalahkan dan menghukum diri sendiri serta menyesal dengan apa yang telah terjadi. Subjek sudah tidak tahan lagi dan merasa tidak ada siapa-siapa. Subjek berusaha mendekati diri ketuhan. Subjek melakukan <i>Seeking meaning</i> (pencarian arti), yaitu mencoba untuk menemukan jawaban masalah melalui kepercayaan yang dianut, seperti halnya berdoa.</p>	<p>matematika yang sulit untuk subjek kerjakan. Dengan melakukan hal itu subjek merasakan tenang. Saat ada masalah subjek melakukan <i>Exercised caution</i> (menahan diri), yaitu tindakan yang disadari dengan adanya pertimbangan bahwa individu cenderung untuk melakukan tindakan yang memerlukan tantangan daripada tindakan yang mampu menyelesaikan masalah dengan cepat. Subjek juga sering membutuhkan <i>Support mobilization</i>, meliputi usaha untuk mendapatkan informasi,</p>
--	--	---	---

Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau

		<p>nasihat, dan dukungan secara emosional dari seseorang. Subjek merasa sedikit tenang ketika subjek menceritakan masalahnya kepada teman-teman terdekatnya. Subjek sangat sering melakukan <i>coping</i> ini. Subjek J juga sering mencari rasa nyaman saat ada masalah. Bagi subjek menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman-teman membuat subjek nyaman dan tenang. Hal ini disebut <i>Emotion focus coping</i> adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa</p>
--	---	--

			nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan akibat stres, <i>coping</i> ini digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres
5	Jenis <i>coping</i> yang digunakan subjek	Berdasarkan <i>coping-coping</i> yang dilakukan subjek. Dengan adanya tekanan dan cacian yang diterima subjek sebagai seorang <i>gay</i> . Dapat disimpulkan bahwa ketika adalah masalah atau subjek sedang stress subjek tergolong individu yang melakukan <i>Emotion Focused Coping</i> .	Berdasarkan <i>coping-coping</i> yang dilakukan subjek. Dengan adanya tekanan dan cacian yang diterima subjek sebagai seorang <i>gay</i> . Dapat disimpulkan bahwa ketika adalah masalah atau subjek sedang <i>stress</i> subjek tergolong individu yang melakukan <i>Problem focus coping</i> .

## 4.5 Pembahasan

### a. Subjek 1

Berdasarkan temuan hasil penelitian dalam bentuk wawancara yang kemudian dilakukan analisis data temuan ini akan dilakukan pembahasan sesuai dengan teori. Agar lebih terperinci dan terurai, maka dalam pembahasan ini akan disajikan sesuai dengan permasalahan diteliti.

Berdasarkan stress pada analisis data tersebut membuat subjek menjadi tidak berani bersosialisasi dengan teman-teman yang tiak bisa menerima penyimpangan seksualnya. Subjek sering melakukan *coping* dengan berbagai jenis *coping* tapi yang sering dilakukan adalah menyendiri dan berusaha mengabaikan masalahnya.

Subjek sering melakukan *Minimization* (pengabaian), yaitu usaha untuk menolak, merenungkan suatu masalah, serta bertindak seolah tidak terjadi apa-apa dan dengan strategi ini individu mempunyai kemampuan dalam mengendalikan nafsu

Subjek juga pernah melakukan *Self blame* (menyalahkan diri sendiri), suatu tindakan pasif yang berlangsung dalam batin, yaitu individu cenderung untuk menyalahkan dan menghukum diri sendiri serta menyesal dengan apa yang telah terjadi.

Subjek sudah tidak tahan lagi dan merasa tidak ada siapa-siapa. Subjek berusaha mendekati diri ketuhan. Subjek melakukan *Seeking meaning* (pencarian arti), yaitu mencoba untuk menemukan jawaban masalah melalui kepercayaan yang dianut, seperti halnya berdoa.

Berdasarkan *coping-coping* yang dilakukan subjek. Dengan adanya tekanan dan cacian yang diterima subjek sebagai seorang *gay*. Dapat disimpulkan bahwa ketika adalah masalah atau subjek sedang stress subjek tergolong individu yang melakukan *Emotion Focused Coping*.

Temuan ini diperkuat dengan teori berikut ini . *Emotion focus coping* adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan akibat stres, *coping* ini digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres. Aldwin dan Revenson dalam (Cut Meita, 2012) strategi koping yang berfokus pada emosi memiliki indikator perilaku sebagai berikut : *Escapism* (pelarian dari masalah), dapat diartikan bahwa individu menghindari masalah dengan cara berkhayal atau membayangkan seandainya individu yang bersangkutan berada pada situasi yang menyenangkan. *Minimization* (pengabaian), yaitu usaha untuk menolak, merenungkan suatu masalah, serta bertindak seolah tidak

terjadi apa-apa dan dengan strategi ini individu mempunyai kemampuan dalam mengendalikan nafsu. *Self blame* (menyalahkan diri sendiri), suatu tindakan pasif yang berlangsung dalam batin, yaitu individu cenderung untuk menyalahkan dan menghukum diri sendiri serta menyesal dengan apa yang telah terjadi. *Seeking meaning* (pencarian arti), yaitu mencoba untuk menemukan jawaban masalah melalui kepercayaan yang dianut, seperti halnya berdoa. Berdasarkan indikator-indikator tersebut peneliti menyimpulkan bahwa subjek tergolong seorang *gay* yang melakukan *coping*, *Emotion Focused Coping*. Karena indikator-indikator tersebut ada pada subjek.

**b. Subjek 2**

Berdasarkan temuan hasil penelitian dalam bentuk wawancara yang kemudian dilakukan analisis data temuan ini akan dilakukan pembahasan sesuai dengan teori. Agar lebih terperinci dan terurai, maka dalam pembahasan ini akan disajikan sesuai dengan permasalahan diteliti.

Berdasarkan dari stress akibat bullying tersebut yang membuat subjek *stress*. Subjek sering bercerita keteman-temannya tentang masalahnya. Subjek juga sering mengajak temannya menghabiskan waktu diluar rumah. Dan subjek juga suka mengerjakan soal matematika. Subjek

mencari soal matematika yang sulit untuk subjek kerjakan. Dengan melakukan hal itu subjek merasakan tenang. Saat ada masalah subjek melakukan *Exercised caution* (menahan diri), yaitu tindakan yang disadari dengan adanya pertimbangan bahwa individu cenderung untuk melakukan tindakan yang memerlukan tantangan daripada tindakan yang mampu menyelesaikan masalah dengan cepat.

Subjek juga sering membutuhkan *Support mobilization*, meliputi usaha untuk mendapatkan informasi, nasihat, dan dukungan secara emosional dari seseorang. Subjek merasa sedikit tenang ketika subjek menceritakan masalahnya kepada teman-teman terdekatnya. Subjek sangat sering melakukan *coping* ini.

Subjek J juga sering mencari rasa nyaman saat ada masalah. Bagi subjek menghabiskan waktu diluar rumah bersama teman-teman membuat subjek nyaman dan tenang. Hal ini disebut *Emotion focus coping* adalah upaya untuk mencari dan memperoleh rasa nyaman dan memperkecil tekanan yang dirasakan akibat stres, *coping* ini digunakan untuk mengatur respon emosional terhadap stres.

Berdasarkan *coping-coping* yang dilakukan subjek. Dengan adanya tekanan dan cacian yang diterima subjek sebagai seorang *gay*. Dapat disimpulkan bahwa ketika

adalah masalah atau subjek sedang *stress* subjek tergolong individu yang melakukan *Problem focus coping*.

Temuan ini diperkuat dengan teori  *coping* stres ini. Seperti yang dijelaskan diatas tentang ketakutan yang menyebabkan stres pada kaum *gay*. Maka dari itu kaum *gay* akan melakukan  *coping* stres untuk menimalisir stres dan ketakutan yang mereka alami. *Coping* stres seperti *Problem focus coping* merupakan respon yang berusaha memodifikasi sumber stres dengan menghadapi situasi sebenarnya. *Coping* ini digunakan untuk mengurangi stresor atau mengatasi stres dengan cara mempelajari caracara atau ketrampilan-ketrampilan yang baru. Aldwin dan Revenson dalam (Cut Meita, 2012) seseorang yang menggunakan strategi  *coping* ini dapat diketahui dari indikator perilaku sebagai berikut :  *Exercised caution* (menahan diri), yaitu tindakan yang disadari dengan adanya pertimbangan bahwa individu cenderung untuk melakukan tindakan yang memerlukan tantangan daripada tindakan yang mampu menyelesaikan masalah dengan cepat.  *Instrumental action* (tindakan instrumental), yaitu tindakan yang ditujukan untuk menyelesaikan masalah secara langsung serta menyusun rencana-rencana apa yang dilakukan.  *Negotiation* (negosiasi), yaitu usaha yang



ditujukan kepada orang lain yang terlibat atau yang menjadi penyebab masalah yang sedang dihadapi serta untuk memikirkan atau menyelesaikan masalah. *Support mobilization*, meliputi usaha untuk mendapatkan informasi, nasihat, dan dukungan secara emosional dari seseorang. Indikator-indikator tersebut sesuai dengan apa yang dilakukan oleh subjek, maka dapat disimpulkan bahwa subjek tergolong seorang *gay* yang melakukan *coping*, *Problem focus coping*.



## BAB V

### PENUTUP

#### 5.1 Kesimpulan

Gambaran dari strategi *coping stress* pada *gay* yang dimiliki oleh kedua subjek dalam penelitian ini dapat dilihat dari cara kedua subjek saat menghadapi masalahnya. Menjadi seorang *gay* di Indonesia sangat sulit karena rakyat menganggap itu hal yang aneh dan menjijikan. Oleh karena itu seorang *gay* sering mendapat *bullying* dari lingkungan sekitarnya. Untuk mengatasi stress tersebut kedua subjek harus melakukan *coping*. Kedua subjek memiliki cara *coping* yang berbeda. Subjek pertama dapat dilihat dari cara subjek menghadapi masalah, subjek mengatakan lebih banyak menghabiskan waktu sendirian. Sedangkan subjek kedua dapat dilihat dari subjek saat menghadapi masalah, subjek cenderung membagi masalahnya bersama teman-temannya dan menghabiskan waktunya bersama teman-temannya.

Kedua subjek dalam penelitian ini tidaklah sama dalam perilaku *coping*. Subjek pertama tergolong dalam seorang *gay* yang melakukan *coping, emotion focused coping*. Sedangkan subjek kedua tergolong dalam seorang *gay* yang melakukan *coping, problem focus coping*. hal ini dapat dilihat dari indikator-indikator yang menunjukkan bahwa cara subjek melakukan *coping* sama dengan indikator tersebut.

Berdasarkan penelitian ini tergambar bahwa kedua subjek dalam penelitian ii memiliki *coping* stress yang berbeda. Dimana subjek pertama melakukan *coping emotion focused coping*. Dapat dilihat dari indikatornya subjek melakukan hal berikut saat ada tekanan dan cacian. Subjek sering melakukan *minimization* (pengabaian), *self blame* (menyalahkan diri sendiri), *Seeking meaning* (pencarian arti). Sedangkan subjek kedua melakukan *coping*, *problem focus coping*. Hal ini dilihat saat subjek menghadapi masalah, subjek sering melakukan hal berikut. Subjek sering melakukan *Exercised caution* (menahan diri), *Support mobilization*.

## 5.2 Saran

Melalui penelitian ini diharapkan hasilnya dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti lebih lanjut mengenai strategi *coping* stress pada *gay* dan dapat juga menjadikan pembelajaran bagi para *gay* dan orang disekitarnya.

### 1. Bagi *gay*

Diharapkan bagi seorang yang memiliki penyimpangan seksual yang terkhusus dipenelitian ini adalah *gay*. Agar lebih bisa mengatur emosinya dalam menyelesaikan masalah. Memendam masalah dan mengabaikan masalah tidak baik untuk kesehatan mental.

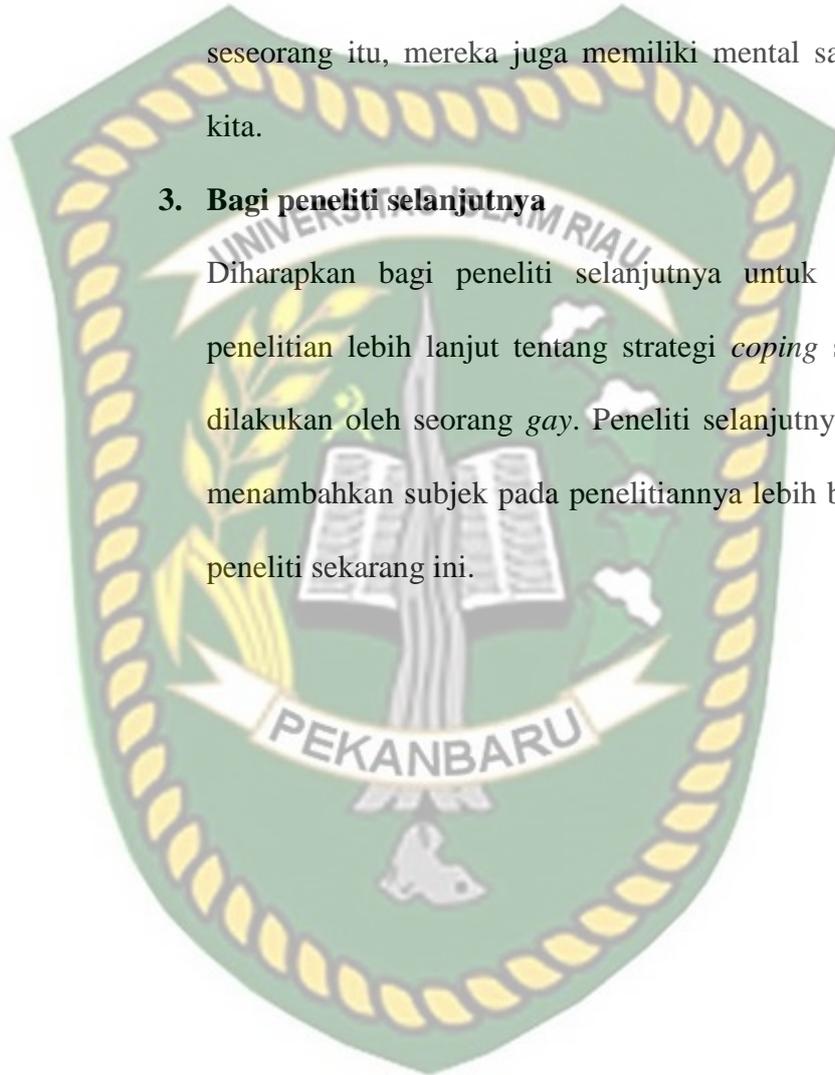
### 2. Bagi masyarakat

Diharapkan bagi masyarakat sekitar yang mengenal seorang *gay* untuk tidak menghakimi mereka dengan penyimpangan

seksual yang mereka miliki. Jika ingin mengingatkan gunakanlah kata-kata yang baik, tidak dengan cacian, kekerasan fisik ataupun bullying. Apapun dan siapapun seseorang itu, mereka juga memiliki mental sama seperti kita.

### 3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang strategi *coping* stress yang dilakukan oleh seorang *gay*. Peneliti selanjutnya juga bisa menambahkan subjek pada penelitiannya lebih banyak dari peneliti sekarang ini.



## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, J. (2019). Strategi *Coping* Stres Dalam Mengatasi Problema Psikologis. *At-Taujih: Bimbingan Dan Konseling Islam*, 2(2) 37. <https://doi.org/10.22373/Taujih.V2i2.6527>.
- Annisya, R. U. N. dkk (2020). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan *Coping* Stress Dengan Perilaku Asertif Penggemar *Korean-Pop* Dalam Menghadapi *Cyberbullying*. *Jurnal Ikra-Ith Humaniora* , 4(2) 135–143.
- Asmara, K. Y., & Valentina, T. D. (2018). Konsep Diri Gay Yang *Coming out*. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(02) 277. <https://doi.org/10.24843/Jpu.2017.V04.I02.P05>
- Astuti, S. I., Arso, S. P., & Wigati, P. A. (2015). *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di Rsud Kota Semarang* , 3 103–111.
- Ayub, (2017). Penyimpangan Orientasi Seksual (Kajian Psikologis dan Teologis). *Jurnal Pemikiran Islam*, Vol. 1, No. 2, Agustus 2017, hlm. 179-226.
- Burhan Bungin. (2012). *Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Dewi, G., & Indrawati, E. (2017). Pengalaman Menjadi Gay (Studi Fenomenologi Pada Pria Homoseksual Menuju *Coming out*). *Empati*, 6(3) 116–126.
- Faradina, M. D., & Herdiyanto, Y. K. (2018). Gambaran *Coping* Gay Muslim Terkait Konflik Identitas. *Jurnal Psikologi Udayana*, 5(01) 123.

<https://doi.org/10.24843/jpu.2018.V05.I01.P12>

Farid, M. (2012). *Psikologi Konseling*. Jogjakarta: Ircisod.

General, R. (2010). Hubungan Antara *Coping Stress* Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Belajar Remaja Yang Orangnya Bercerai. *Thesis May* 1–29.

Huzaemah Tahido Yanggo (2018). Penyimpangan Seksual (LGBT) dalam Pandangan Hukum Islam. Volume 03, Nomor 02.

Maryam, S. (2017). Strategi *Coping*: Teori Dan Sumberdayanya. *Jurkam: Jurnal Konseling* Andi Matappa, 1(2) 101. <https://doi.org/10.31100/Jurkam.V1i2.12>

Metia, C. (2012). Strategi *Coping* Terhadap Bentuk Tubuh Ditinjau Dari Tipe Kepribadian Pada Remaja Wanita. *Personifikasi*, 3(2) 37–49.

Moha, I., & Sudrajat, D. (2019). *Resume Ragam Penelitian Kualitatif*. <https://doi.org/10.31227/osf.io/wtncz>

Mukhsin, R., Mappigau, P., & Tenriawaru, A. N. (2017). Pengaruh Orientasi Kewirausahaan Terhadap Daya Tahan Hidup Usaha Mikro Kecil Dan Menengah Pengolahan Hasil Perikanan Di Kota Makassar. *Jurnal Analisis*, 6(2)188–193.

<http://pasca.unhas.ac.id/jurnal/files/ef79bd330d16ba9fda32510e0a581953.pdf>

Nevid, jeffery S, rathus, spencer A. dan G. beverly. (2005). *pengantar psikologi*

*ubnormal*. Bandung: Erlangga

Nur'aini, R. D. (2020). Studi Kasus Merupakan Penyelidikan Empiris Yang Menyelidiki Fenomena Kontemporer Dalam Konteks Kehidupan Mengubah Menjadi Penyelidikan Empiris Yang Menyelidiki Suatu Fenomena Atau Pengaturan . Dengan Menghapus Kata Dan Pengaturan Pengertian Ini Mengakom. *Inersia* *Xvi*, (1) 92–104.

Prihatsanti, U., Suryanto, S., & Hendriani, W. (2018). Menggunakan Studi Kasus Sebagai Metode Ilmiah Dalam Psikologi. *Buletin Psikologi*, 26(2) 126. <https://doi.org/10.22146/Buletinpsikologi.38895>

Rositoh, F., Sarjuningsih., & Sa'adati, T. I. (2017). Strategi *Coping Stres* Mahasiswi Yang Telah Menikah Dalam Menulis Tugas Akhir. *Journal Of Psychology And Islamic*, 1(2) 59–74. <https://jurnal.iainkediri.ac.id/index.php/happiness/article/view/950/533>

Siti, D. (2019). Analisa Pengaruh Strategi *Coping Stres* Kerja Pada *Strain* Fisik Dan Psikis (Studi Kasus Di Rumah Sakit Umum Di Yogyakarta). *Journal Of Chemical Information And Modeling*, 53(9) 55–70.

Siti maryam. (2017). strategi *coping* : teori dan sumberdayanya. *Jurnal Konseling*, 1(2), 1-7.

Suci Arischa. (2019). Analisis Beban Kerja Bidang Pengelolaan Sampah Dinas Lingkungan Hidup Dan Kebersihan Kota Pekanbaru. *Jurnal Online Mahasiswa Universitas Riau*, 6(1) 1–15.

[Http://Weekly.Cnbnews.Com/News/Article.Html?No=124000](http://Weekly.Cnbnews.Com/News/Article.Html?No=124000)

Widyansari, F. (2014). Kecemasan Sosial Kaum *Homoseksual Gay* Dan Lesbian. *Modal Sosial Dalam Pendidikan Berkualitas Di Sekolah Dasar Muhammadiyah Muitihan 02*(September), 199–213.

Winta, M. V. I., & Nugraheni, R. D. (2019). *Coping Stress* Pada Istri Yang Menjalani *Long Distance Married*. *Philanthropy: Journal Of Psychology*, 3(2) 123. <https://doi.org/10.26623/Philanthropy.V3i2.1711>

