

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Tinjauan Pustaka

1. Gay

Orientasi seksual merupakan ketertarikan emosional dan seksual pada individu terhadap individu lain. Beberapa orientasi seksual di antara lain merupakan *homosexual* (*lesbian* dan *gay*), *heterosexual*, *bisexual*, *polysexual*, dan *pansexual* (APA, 2023). Orientasi seksual bersifat fleksibel dan dapat berubah sepanjang hidup individu. Orientasi seksual digambarkan sebagai sebuah kontinum yang tidak tetap (Bettocchi dkk, 2022). King (2014) mengemukakan bahwa para ahli sepakat bahwa orientasi seksual tidak dapat diubah secara paksa.

Lehmiller (2017) mengemukakan bahwa homoseksual merupakan kecenderungan individu untuk memiliki ketertarikan secara emosional dan atau seksual dengan sesama gender. Homoseksual merupakan istilah yang dapat digunakan untuk mendefinisikan ketertarikan perempuan maupun laki-laki terhadap sesama gender. *American Medical Association* (King, 2014) membatalkan kebijakan yang merekomendasikan agar psikiater berupaya untuk mengubah individu homoseksual yang tidak bahagia menjadi heteroseksual pada tahun 1994. Kebijakan terbaru menyatakan bahwa sebagian besar masalah emosional pada individu homoseksual disebabkan oleh rasa terasingkan dalam lingkungan yang tidak menerima. Individu *gay* dapat mengembangkan

penerimaan dan perasaan nyaman dengan orientasi seksual sebagai *gay* melalui psikoterapi (King, 2014).

Ismail (2022) mengemukakan bahwa istilah homoseksual yang paling umum dikenal di masyarakat merupakan *gay* dan *lesbian*. *Gay* mengacu kepada ketertarikan emosional dan atau seksual laki-laki terhadap laki-laki. Istilah *gay* telah digunakan oleh kelompok besar LGBT untuk menggambarkan individu yang memiliki ketertarikan dengan sesama gender pada abad ke-20. Masyarakat cenderung mengenal makna homoseksual sebagai *gay*. Belge dan Bischke (2011) mengemukakan bahwa *gay* merupakan individu laki-laki yang memiliki ketertarikan seksual dan emosional terhadap laki-laki. Istilah *gay* cenderung digunakan untuk mendeskripsikan individu homoseksual secara umum. Laki-laki dengan ketertarikan dengan sesama gender merupakan individu *gay*.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa *gay* merupakan ketertarikan laki-laki secara seksual dan romantis terhadap sesama laki-laki. *Gay* merupakan salah satu orientasi seksual pada komponen identitas seksual.

2. Identitas Seksual

APA (American Psychiatric Association) Dictionary (2018) menyebut identitas seksual sebagai orientasi seksual individu. Bettocchi, dkk (2022) mengemukakan bahwa istilah orientasi seksual seringkali digunakan secara bergantian dengan identitas seksual. Bettocchi, dkk (2022) mengemukakan bahwa

komponen identitas seksual meliputi jenis kelamin biologis, orientasi seksual, identitas gender, dan peran gender.

Santrock (2014) mengemukakan bahwa identitas seksual muncul dalam konteks faktor fisik, sosial, dan budaya. Identitas seksual melibatkan indikasi orientasi seksual, serta aktivitas dan ketertarikan terhadap perilaku seksual. Preferensi terhadap individu sesama gender bersifat dinamis dan bukan statis.

King (2014) mengemukakan bahwa proses mengungkapkan identitas seksual disebut sebagai pembentukan identitas seksual, atau yang lebih umum dikenal sebagai *coming out*. Tahap awal dari pembentukan identitas seksual adalah mengakui kepada diri bahwa memiliki orientasi homoseksual. Herdt dan McClintock (King, 2014) mengemukakan bahwa ketertarikan seksual (berbeda dengan keinginan untuk berhubungan seksual) secara umum mulai muncul pada umur sekitar 10 tahun untuk sebagian besar individu homoseksual.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa identitas seksual merupakan bagian dari seksualitas individu yang dinamis dan terbagi menjadi empat komponen yakni jenis kelamin biologis, orientasi seksual, identitas gender, dan peran gender.

a. Tahapan Pembentukan Identitas

Cass (1979) mengembangkan salah satu teori dasar perkembangan identitas homoseksual. Cass merupakan terapis klinis dan seksual dengan 30 tahun pengalaman. Cass merupakan spesialis seksual yang ahli dalam bidang disfungsi seksual, pelanggaran seksual, kekerasan seksual, dan orientasi

seksual. Cass menangani isu gender dalam kerangka terapi feminis dan telah terlibat dengan isu-isu terkait transgender. Cass memperoleh reputasi internasional atas karya di bidang seksual setelah mencetuskan *homosexual's identity formation theory* pada tahun 1979.

Cass (1979) mengemukakan enam tahapan pembentukan identitas homoseksual tahayakni *identity confusion*, *identity comparison*, *identity tolerance*, *identity acceptance*, *identity pride*, dan *identity synthesis*. Tahap *homosexual's identity formation theory* meliputi komponen kognitif, refleksi pandangan individu terhadap diri, serta komponen afektif. Tahap *homosexual's identity formation theory* mencakup indikasi perasaan individu terhadap pandangan diri dan pandangan individu lain terhadap individu.

Cass (1979) mengemukakan bahwa penyitaan identitas atau *identity foreclosure* mampu terjadi pada setiap tahap pembentukan identitas. Individu dapat memutuskan untuk tidak mengeksplor identitas seksual lebih dalam. Perkembangan identitas secara personal dan publik berbeda namun merupakan proses yang berkaitan. Individu mampu menerima identitas homoseksual secara personal namun mempresentasikan diri sebagai heteroseksual. Perkembangan identitas homoseksual yang stabil didasari oleh interaksi diantara individu dengan lingkungan individu.

1) *Identity confusion*

Tahap *identity confusion* ditandai dengan kesadaran individu terhadap perbedaan pada diri dengan teman sebaya terkait ketertarikan. Perbedaan

yang dirasakan individu didasari oleh ketertarikan terhadap sesama gender. Tahap *identity confusion* ditandai dengan perasaan bingung hingga kacau.

Tahap *identity confusion* merupakan tahap awal ketika individu menyadari pikiran, perasaan, dan ketertarikan seksual terhadap sesama gender. Respon individu pada tahap *identity confusion* dapat berupa penerimaan, penyangkalan, atau penolakan. Tahap *identity confusion* ditandai dengan pertanyaan-pertanyaan individu terkait identitas diri dan ketertarikan terhadap sesama gender. Individu yang menolak ketertarikan terhadap sesama gender cenderung mempresentasikan diri sebagai heteroseksual.

Tahap *identity confusion* ditandai dengan tiga resolusi yang mungkin dilakukan oleh individu dalam mengatasi perasaan bingung.

- a) Resolusi pertama yang dapat dilakukan yakni individu menerima pandangan diri sebagai homoseksual dengan menggali informasi terkait homoseksual.
- b) Resolusi kedua diadopsi ketika individu menganggap makna homoseksual dari perilaku individu sebagai benar tetapi tidak diinginkan. Pada resolusi ini, individu dapat menghambat semua perilaku yang bermakna homoseksual, membatasi pencarian informasi terkait homoseksual, atau menyangkal informasi terkait homoseksual memiliki relevansi terhadap diri. Individu dapat menolak potensi

gambaran diri sebagai homoseksual. *Identity foreclosure* dapat terjadi jika penerapan strategi kedua berhasil, serta konflik dan perasaan bingung dihilangkan.

Keberhasilan strategi kedua dapat diperkuat dengan menyangkal keberadaan perilaku homoseksual di masa lalu dan dengan mengadopsi sikap anti-homoseksual yang kuat. Resolusi kedua cenderung menimbulkan perilaku anti-*gay* dan menegaskan perilaku heteroseksual. Keberhasilan strategi kedua bergantung pada kemampuan individu dalam menarik diri dari situasi yang berpotensi provokatif, kemampuan individu dalam mempertahankan sikap *denial*, dan kemampuan untuk mempertahankan sikap heteroseksualitas. Sikap menghambat perilaku homoseksual dapat bertindak sebagai moratorium atau penundaan ketika individu sedang mempertimbangkan makna perilaku homoseksual dan konsekuensi. Jika perilaku homoseksual dianggap dapat diterima, maka individu dapat secara sukarela berhenti menghambat dan menerima perilaku homoseksual.

- c) Resolusi ketiga diambil ketika individu memandang perilaku homoseksual tidak benar dan tidak diinginkan. Resolusi ketiga ditandai dengan upaya individu dalam meronstruksi makna perilaku homoseksual dengan diri. Individu mengubah makna perilaku yang diasosiasikan dengan homoseksual secara internal yang didasari oleh

penolakan terhadap identitas seksual. Perilaku homoseksual dapat direkonstruksi sesuai dengan kebutuhan individu. Makna perilaku homoseksual dapat direkonstruksi sebagai perilaku secara situasional, sebuah ketidaksengajaan, atau perilaku mengimitasi lingkungan. *Identity foreclosure* atau penyitaan identitas dapat terjadi ketika rekonstruksi kognitif berhasil dilakukan.

Individu pada tahap *identity confusion* cenderung belum memiliki keinginan untuk mengungkapkan identitas seksual atau melakukan *coming out* kepada publik. Penolakan terhadap identitas seksual individu mampu menimbulkan perasaan bingung dan pandangan negatif terhadap diri. Penyitaan identitas atau *identity foreclosure* dapat terjadi ketika individu memutuskan untuk tidak mengeksplor identitas seksual lebih dalam.

2) *Identity comparison*

Tahap *identity comparison* ditandai dengan pengurangan pandangan heteroseksual terhadap diri dan kesadaran terhadap identitas homoseksual diri. Individu memiliki pertimbangan terhadap pandangan diri terkait identitas homoseksual dan pandangan sosial terhadap homoseksual. Tahap *identity comparison* merupakan proses individu membandingkan norma, nilai, dan pandangan individu terhadap makna identitas homoseksual diri.

Individu pada tahap *identity comparison* cenderung merasa terisolasi dan terasingkan oleh sosial dan lingkungan yang disebabkan oleh perbedaan identitas seksual. Faktor lingkungan dan sosial individu

berperan terhadap peningkatan perasaan terasingkan. Tahap *identity comparison* ditandai dengan empat resolusi yang mungkin dilakukan oleh individu dalam mengurangi perasaan terasingkan.

- a) Individu mampu merespon perbedaan identitas seksual secara positif dan menerima perilaku homoseksual. Terdapat tiga jenis kelompok individu yang menggunakan resolusi pertama secara umum. Kelompok pertama merupakan individu yang memiliki perasaan, pikiran, atau perilaku yang kemudian diketahui memiliki makna homoseksual. Kelompok kedua merupakan individu yang merasa berbeda sepanjang hidup atas dasar ketidaksesuaian dengan peran heteroseksual (seperti penolakan terhadap kebutuhan untuk memiliki hubungan dengan lawan jenis). Citra diri homoseksual dapat memberikan legitimasi positif atas ketidaksesuaian yang dirasakan sepanjang hidup. Kelompok ketiga merupakan individu yang menganggap perbedaan sebagai hal yang menarik dan menambah keistimewaan dalam hidup individu.

Individu melakukan devaluasi pandangan sosial dan lingkungan terhadap identitas seksual diri secara internal. Individu cenderung masih melakukan *passing* dalam upaya untuk menghindari respon negatif dari sosial. *Passing* merupakan keadaan individu mempresentasikan diri sebagai heteroseksual.

b) Individu mampu menerima makna homoseksual dari perilaku individu, namun tidak ingin menerima pandangan diri sebagai homoseksual. Strategi pertama yang disebut *special case strategy* yakni individu memandang diri sebagai homoseksual hanya ketika berada di hubungan romantis dengan individu tertentu. Strategi kedua yang disebut *ambisexual strategy* yakni individu dapat memandang diri sebagai heteroseksual dan homoseksual. Strategi kedua didasari atas keinginan agar tidak merasa terasingkan. Strategi ketiga yang disebut *temporary identity strategy* yakni individu memiliki anggapan bahwa identitas homoseksual bersifat sementara.

Strategi keempat yang disebut *personal innocence strategy* digunakan oleh individu dengan pandangan negatif yang kuat terhadap homoseksual. Individu cenderung mampu menerima identitas diri sebagai homoseksual, namun memiliki pandangan negatif terhadap homoseksual. Contoh pandangan individu dapat berupa “saya terlahir seperti ini”, “saya tidak bisa menahannya”, atau “begini cara saya dibesarkan”. Strategi keempat cenderung menimbulkan gambaran diri yang negatif pada individu.

c) Individu mampu menerima perilaku dan identitas seksual sebagai homoseksual, namun perasaan keterasingan sosial yang kuat menimbulkan keengganan dalam berperilaku homoseksual. Resolusi ketiga cenderung digunakan oleh individu yang memiliki

kemungkinan besar untuk menerima reaksi negatif, seperti dari keluarga, teman sebaya, atau komunitas religius. Perilaku homoseksual dianggap cenderung dapat mengungkap identitas seksual individu. Berpindah negara atau meninggalkan komunitas-komunitas yang tidak menerima identitas seksual individu merupakan contoh strategi yang digunakan untuk mengubah lingkungan interpersonal.

- d) Individu memandang perilaku dan identitas seksual sebagai homoseksual secara negatif dan ingin merubah diri. Resolusi keempat cenderung terjadi ketika individu merasakan pengasingan sosial yang ekstrem. Resolusi dilakukan dengan cara mengeliminasi perilaku homoseksual dan devaluasi homoseksualitas. Individu menciptakan gambaran positif terhadap heteroseksualitas.

Keberhasilan strategi akan mengarah kepada penyitaan identitas atau *identity foreclosure*. Penyitaan identitas atau *identity foreclosure* dapat terjadi ketika individu memutuskan untuk tidak mengeksplor identitas seksual lebih dalam. Kegagalan dalam strategi akan menimbulkan kebencian diri.

3) *Identity tolerance*

Tahap *identity tolerance* ditandai dengan peningkatan pada sikap toleransi terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Individu mampu mengakui kebutuhan sosial, emosional, dan seksual sebagai homoseksual. Perbedaan diantara pandangan individu terhadap diri dan pandangan sosial

terhadap individu semakin terlihat sehingga dapat meningkatkan perasaan terasingkan. Individu mulai mencari dan terlibat dalam lingkungan homoseksual. Individu pada tahap *identity tolerance* mengembangkan *sense of belonging* dalam komunitas dan lingkungan homoseksual.

Tahap *identity tolerance* ditandai dengan kesenjangan diantara individu dengan lingkungan heteroseksual. Hubungan diantara individu dengan komunitas dan lingkungan homoseksual semakin meningkat dalam upaya untuk mengatasi perasaan terasingkan. Lingkungan homoseksual yang memiliki pandangan negatif terhadap homoseksual akan menimbulkan devaluasi bagi individu terhadap diri. Lingkungan homoseksual yang mampu menerima perilaku dan identitas diri sebagai homoseksual dapat meningkatkan komitmen individu sebagai homoseksual. Individu pada tahap *identity tolerance* cenderung menunjukkan sikap toleransi dibandingkan penerimaan penuh terhadap identitas seksual. Penyitaan identitas atau *identity foreclosure* dapat terjadi ketika individu memutuskan untuk tidak mengeksplor identitas seksual lebih dalam.

4) *Identity acceptance*

Tahap *identity acceptance* ditandai perubahan positif pada pandangan individu terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Pandangan individu berubah dari toleransi menjadi peningkatan pada penerimaan terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Individu telah memiliki

sense of belonging dalam lingkungan dan komunitas homoseksual. Individu telah memiliki kepastian terhadap identitas seksual diri. Tahap *identity acceptance* ditandai dengan peningkatan kontak dengan lingkungan dan komunitas homoseksual. *Full legitimization* merupakan pandangan dalam suatu kelompok homoseksual bahwa homoseksual valid secara personal dan publik. *Partial legitimization* merupakan pandangan dalam suatu kelompok homoseksual bahwa homoseksual valid secara personal namun tidak secara publik.

Individu pada tahap *identity acceptance* mulai melekatkan konotasi positif terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Individu membatasi diri dengan kelompok heteroseksual yang tidak mendukung individu sebagai homoseksual. *Passing* merupakan perilaku yang umum dilakukan individu homoseksual hingga pada tahap *identity acceptance*. *passing* dilakukan dalam upaya untuk menghindari respon negatif masyarakat.

Individu pada tahap *identity acceptance* memilih untuk mengungkapkan identitas seksual kepada kelompok heteroseksual yang dipercaya. Individu mampu memiliki kepuasan dalam hubungan heteroseksual dan homoseksual ketika *coming out* menghasilkan reaksi positif. Kepuasan yang dirasakan individu dapat menimbulkan penyitaan identitas atau *identity foreclosure*. Penyitaan identitas atau *identity foreclosure* dapat terjadi ketika individu memutuskan untuk tidak

mengeksplor identitas seksual lebih dalam. Reaksi negatif terhadap *coming out* dapat menimbulkan penolakan individu untuk terlibat dalam lingkungan heteroseksual. Penolakan yang terjadi setelah *coming out* akan menimbulkan keinginan dalam individu untuk menolak pandangan *partial legitimization*. Individu cenderung akan berhenti melakukan *passing* ketika memutuskan untuk menolak pandangan *partial legitimization*.

5) *Identity pride*

Tahap *identity pride* ditandai dengan perasaan bangga pada individu terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Individu mengalami peningkatan dalam kesadaran terhadap perbedaan pandangan individu dengan sosial. Individu menyadari perbedaan terhadap konsep diri individu sebagai homoseksual yang positif dan penolakan sosial terhadap homoseksual. Individu memberi prioritas terhadap pandangan homoseksual pada individu daripada pandangan heteroseksual terhadap individu. Individu pada tahap *identity pride* cenderung menciptakan dikotomi bahwa homoseksual lebih signifikan dan heteroseksual kurang signifikan.

Komitmen individu pada komunitas dan lingkungan homoseksual meningkat yang didasari oleh *sense of belonging*. Individu pada tahap *identity pride* cenderung menolak nilai-nilai heteronormatif dan yang dikaitkan dengan heteroseksual. Individu pada tahap *identity pride* memiliki rasa bangga terhadap identitas seksual sebagai homoseksual.

Pandangan individu cenderung berubah dari penerimaan menjadi pilihan terhadap identitas seksual sebagai homoseksual. Individu memiliki rasa takut yang kurang terhadap pengungkapan identitas seksual pada kelompok heteroseksual. Keputusan individu untuk melakukan *coming out* bergantung pada situasi. Individu akan memutuskan untuk melakukan *coming out* pada situasi yang dipandang kurang beresiko.

Respon sosial dan lingkungan terhadap *coming out* memiliki peran dalam perkembangan identitas seksual individu. Individu memiliki pandangan bahwa respon absolut dan konsisten dari *coming out* kepada kelompok heteroseksual cenderung merupakan respon negatif. Pandangan individu terhadap respon kelompok heteroseksual berperan sebagai kepastian di realita yang dapat menimbulkan penyitaan identitas atau *identity foreclosure*. Penyitaan identitas atau *identity foreclosure* dapat terjadi ketika individu memutuskan untuk tidak mengeksplor identitas seksual lebih dalam. Respon positif dari kelompok heteroseksual terhadap *coming out* mampu mengubah pandangan individu terhadap ekspektasi pada kelompok heteroseksual.

6) *Identity synthesis*

Tahap *identity synthesis* merupakan tahap terakhir dari *homosexual identity formation*. Individu mampu menerima identitas seksual sebagai homoseksual secara penuh tanpa label negatif pada diri. Tahap *identity synthesis* ditandai dengan perubahan pada kesenjangan pandangan

individu pada kelompok homoseksual dan kelompok heteroseksual. Individu pada tahap *identity synthesis* sudah tidak melakukan generalisasi negatif pada kelompok heteroseksual dan generalisasi positif pada kelompok homoseksual. Individu mampu mengembangkan perspektif netral terhadap kelompok heteroseksual dan kelompok homoseksual. Individu mampu mengintegrasikan identitas seksual dengan seluruh aspek diri. Individu mampu menjadikan identitas seksual sebagai aspek dari diri dan bukan identitas diri secara keseluruhan.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa pembentukan identitas seksual terbagi menjadi enam tahapan dalam bentuk tahapan yakni *identity confusion*, *identity comparison*, *identity tolerance*, *identity acceptance*, *identity pride*, dan *identity synthesis*.

b. Faktor Pendukung Pembentukan Identitas Seksual

Faktor pendukung berperan penting dalam perkembangan positif identitas seksual pada individu *gay*. Faktor pendukung dapat menciptakan lingkungan yang menumbuhkan penerimaan diri, eksplorasi, dan ekspresi. Beberapa faktor pendukung dalam pembentukan identitas seksual pada individu *gay* sebagai berikut:

1) Faktor Kepribadian

Konstruksi kepribadian berperan sebagai salah satu faktor pendukung pembentukan identitas seksual. Penelitian menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian tertentu dapat meredakan dampak stres yang

dirasakan individu *gay* selama proses pembentukan identitas seksual. *Hardiness* (ketahanan) merupakan kemampuan untuk menghadapi situasi baru dengan rasa tantangan, kendali, dan komitmen. Kobasa (Herek, 1998) dalam sebuah penelitian menyatakan bahwa individu yang mendapatkan skor tinggi pada *hardiness* cenderung tidak mudah jatuh sakit ketika menghadapi tingkat stres yang tinggi.

Penelitian menunjukkan bahwa karakteristik kepribadian tertentu dapat meredakan dampak stres yang dirasakan individu *gay* selama proses pembentukan identitas seksual (Herek, 1998). Komponen penting dari kekuatan yang bersumber secara internal berasal dari kemampuan individu *gay* untuk melihat aspek penting dari pertumbuhan pribadi dalam lingkungan yang tidak bersahabat. Relisiensi dan rasa kendali dapat membantu individu *gay* mengatasi dan bahkan berkembang dalam keadaan dengan penuh tekanan yang dapat mengarah pada kesehatan emosional yang lebih positif. (Herek, 1998).

2) Lingkungan Sosial yang Positif dan Mendukung

Feedback atau umpan balik dan penerimaan positif dari sosial berperan penting pada setiap tahap pembentukan identitas seksual. Membangun koneksi sosial dengan sesama *gay* dan *lesbian* menjadi salah satu upaya untuk dapat menerima *feedback* positif. Lingkungan yang mendukung dan interaksi positif dapat meringankan tekanan dengan mengurangi rasa

takut individu *gay* terhadap penolakan sehingga mampu melancarkan proses pembentukan identitas seksual *gay* (Cardinal, 2014).

Lingkungan sosial yang bersifat inklusif dan menerima variasi orientasi seksual dapat meningkatkan rasa aman dan keinginan untuk mengeksplor serta menerima diri sendiri. Respon positif dari teman sebaya seperti dukungan dan penerimaan dapat meningkatkan penerimaan diri, perasaan positif dan kesejahteraan mental pada individu *gay*. Sementara respon negatif dari teman sebaya seperti prasangka, penolakan, atau diskriminasi dapat menyebabkan tekanan psikologis dan menghambat perkembangan pada individu *gay* (Mochtar, Nabila, Firmansyah, 2023).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa faktor pendukung pembentukan identitas seksual pada individu *gay* yakni faktor kepribadian dan lingkungan yang positif dan mendukung.

c. Faktor Penghambat Pembentukan Identitas Seksual

Pembentukan identitas seksual dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor internal dan eksternal yang dapat menghambat atau mempersulit proses. Faktor eksternal yang menghambat perkembangan identitas seksual seringkali berakar pada pengaruh sosial, budaya, dan lingkungan. Beberapa faktor internal dan eksternal yang mungkin berkontribusi terhadap hambatan pembentukan identitas seksual pada individu *gay* sebagai berikut:

1) Faktor Internal

a) *Internalised Homophobia*

Internalized homophobia merujuk kepada stigma dan sikap negatif masyarakat terhadap orientasi seksual atau identitas seksual yang diinternalisasi oleh individu *gay*. Stigma negatif pada perilaku *gay* dapat menyebabkan individu *gay* untuk mengembangkan *internalized homophobia* dan persepsi untuk mengubah dan menyembunyikan identitas seksual diri (Jaspal, 2018).

Individu *gay* dengan *internalized homophobia* melakukan devaluasi diri hingga dapat mengakibatkan konflik internal dan harga diri yang buruk. Individu yang telah melakukan *coming out* dan menerima identitas seksual diri masih mungkin untuk memiliki residu *internalized homophobia*. Gonsiorek (Herek, 1998) menyebut residu *internalized homophobia* sebagai *covert internalized homophobia*. Bentuk *covert internalized homophobia* salah satunya seperti ketika individu *gay* terlihat menerima identitas seksual diri namun menyabotase upaya pribadi dalam berbagai cara.

b) Disonansi Kognitif

Disonansi kognitif terjadi ketika terdapat konflik diantara keyakinan individu dengan perasaan atau perilaku individu. Individu *gay* mengalami konflik internal dengan keyakinan pribadi atau norma sosial. Disonansi kognitif yang dihasilkan dapat menghambat

kemampuan individu *gay* untuk mengembangkan dan menerima identitas seksual diri (Festinger, 1957).

2) Faktor Eksternal

a) Stigma Sosial dan Diskriminasi

Bettocchi (2022) mengemukakan bahwa diskriminasi terhadap individu *gay* dapat menyebabkan individu mengalami kesulitan untuk menerima identitas seksual diri dan tidak mampu melewati proses pembentukan identitas seksual secara bebas. Jaspal (2018) mengemukakan bahwa representasi sosial memiliki peran penting dan berpengaruh terhadap identitas seksual diri. Ketika representasi sosial yang berlaku tentang homoseksualitas sebagian besar bersifat negatif, maka individu *gay* beresiko mengembangkan *internalized homophobia* dan mengembangkan hubungan yang bermasalah dengan identitas seksual diri.

Halpin dan Allen (Cardinal, 2014) mengemukakan bahwa lingkungan sosial dan homophobia yang nyata dalam masyarakat merupakan faktor yang menyebabkan tekanan pada pembentukan identitas *gay*. Individu *gay* seringkali mendapatkan beragam stigma dan label seperti sebutan “abnormal”, “sakit”, “dosa”, “kotor”, dan sebutan yang lain. Stigma dan label yang dikondisikan menyebabkan individu *gay* cenderung memilih untuk menutup diri dan melakukan *passing* (Ismail, 2022).

b) Dinamika Hubungan Keluarga dan Teman Sebaya

Sumber utama atau satu-satunya dukungan sosial bagi individu *gay* cenderung berasal dari komunitas homoseksual. Komunitas homoseksual dapat memberikan dukungan emosional serta informasi mengenai masalah kehidupan sehari-hari yang praktis. Mengungkapkan identitas seksual kepada anggota keluarga seringkali menimbulkan perselisihan dan reaksi negatif. Hubungan keluarga yang buruk dapat menyebabkan stres yang lebih besar dan *coping* yang tidak memadai bagi individu *gay* (Herek, 1998).

c) Instrumentalisasi Nilai Budaya, Agama, dan Norma Sosial

Secara konseptual, budaya, agama, dan norma sosial dirancang sebagai pedoman hidup dan berfungsi sebagai kerangka moral dan sosial yang membimbing kehidupan masyarakat. Dalam banyak konteks, nilai-nilai budaya, agama, dan norma sosial dipahami sebagai pedoman etis yang bersifat kolektif. Namun dalam penerapannya, budaya dan agama tidak hadir dalam ruang yang bebas dari interpretasi. Nilai budaya dan agama dijalankan melalui proses penafsiran yang berlangsung secara historis, sosial, dan politis. Oleh karena itu, pengalaman individu dalam berinteraksi dengan nilai-nilai tersebut seringkali beragam, termasuk dalam hal identitas seksual. Braid (2024) mengemukakan pengalaman individu LGBT yang berada dalam lingkungan keagamaan, dan menemukan bahwa

sebagian dari individu dalam komunitas LGBT menghadapi bentuk marginalisasi yang berdampak pada kesejahteraan psikologis.

Dalam praktik sosial, proses interpretasi terhadap nilai agama dan budaya dapat mengalami pergeseran fungsi, dari yang semula sebagai pedoman moral kolektif menjadi instrumen legitimasi terhadap perlakuan diskriminatif. Proses ini dikenal sebagai instrumentalisasi, yakni ketika nilai-nilai digunakan untuk melanggengkan dominasi sosial tertentu atau menjustifikasi penolakan terhadap identitas seksual yang dianggap tidak sesuai dengan norma dominan. Studi yang dilakukan oleh Westwood dkk (2022) menunjukkan bagaimana biar berbasis agama dalam lingkungan pendidikan kedokteran, keperawatan, dan pekerjaan sosial dapat menciptakan kondisi diskriminatif terhadap individu LGBT. Studi oleh Westwood dkk (2022) mengungkap bahwa norma budaya dan religius yang dibentuk dalam institusi cenderung memperkuat sikap negatif dan pengucilan terhadap identitas seksual non-normatif, sehingga membatasi partisipasi dan kenyamanan individu LGBT dalam lingkungan profesional. Agama dan budaya bukan menjadi sumber diskriminasi, melainkan penafsiran yang dilakukan dan dijalankan dalam kerangka sosial tertentu yang didominasi oleh nilai-nilai mayoritas.

Penelitian lain dilakukan oleh Killian (2025) yang menyoroti bagaimana kepercayaan keagamaan yang bersifat negatif terhadap

minoritas seksual berkaitan dengan penurunan kualitas hidup sosial. Dalam konteks identitas seksual, keyakinan budaya dan agama dapat mempengaruhi cara individu *gay* memandang diri, serta bagaimana berpartisipasi dalam kehidupan sosial dan komunitas. Perlakuan dan pemahaman terhadap homoseksualitas tidak lepas dari pandangan dan kondisi budaya pada suatu daerah (Ismail, 2022).

Agama dan budaya yang dijunjung tinggi pada suatu daerah cenderung menjadi dasar pembatasan dan diskriminasi pada minoritas seksual (Teresia, 2019). Perundungan terhadap minoritas seksual dapat secara implisit dibenarkan oleh keberadaan budaya heteronormatif termasuk stigmatisasi dari media dan otoritas agama. Budaya yang konservatif pada suatu daerah dapat meningkatkan keengganan individu *gay* untuk mengungkapkan identitas seksual pada keluarga atau anggota kelompok lain dan dapat meningkatkan rasa malu terhadap identitas seksual yang dimiliki. (Jaspal, 2018).

Cotton, dkk (Page dkk, 2014) mengemukakan bahwa religiusitas seringkali dikaitkan dengan penyesuaian psikososial yang lebih baik. Namun, banyak pemegang agama yang secara terbuka menyatakan intoleransi terhadap homoseksualitas. Orientasi agama menyediakan satu dari banyak konteks bagi proses pembentukan identitas seksual individu. Pembentukan identitas seksual cenderung bervariasi dan bergantung pada keyakinan moral yang dipelajari, diinternalisasikan,

dan/atau ditolak individu mengenai orientasi, nilai, kebutuhan, dan perilaku seksual (Worthington, 2004).

Keluarga religius yang intoleran terhadap homoseksualitas dapat menyebabkan anggota keluarga *gay* berisiko mengalami kesulitan dalam membangun identitas seksual yang positif dan tekanan psikologis. Sebuah studi menemukan hubungan diantara paparan pesan *homophobic* dari sumber keagamaan dengan rasa malu, bersalah, dan *internalized homonegativity* pada individu *gay* (Page dkk, 2014).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa faktor penghambat pembentukan identitas seksual pada individu *gay* terdiri atas faktor internal (*internalized homophobia* dan disonansi kognitif) dan faktor eksternal (stigma sosial dan diskriminasi, dinamika hubungan keluarga dan teman sebaya, serta instrumentalisasi nilai budaya, agama, dan norma sosial).

d. Manfaat Psikologis dalam Pembentukan Identitas Seksual

1) Kesehatan Mental yang Positif

Individu *gay* yang mampu menerima dan memandang identitas seksual secara positif lebih mungkin memiliki tekanan psikologis yang kurang, termasuk gejala depresi dan psikosomatis yang rendah. Penerimaan identitas seksual pada individu *gay* dapat mengurangi rasa kesepian,

bersalah, malu, dan kecemasan yang terkait dengan homoseksualitas diri (Herek, 1998).

2) Peningkatan *Self-Awareness* dan Pengembangan Diri

Dukungan sosial memungkinkan individu *gay* untuk mengekspresikan diri. Pengungkapan identitas seksual dapat mengurangi stigma negatif yang diinternalisasi dan meningkatkan perasaan autentisitas. Individu *gay* dapat merekonstruksi makna negatif pada identitas seksual diri dan memperoleh makna positif pada identitas seksual diri terlepas dari keberadaan stigma negatif (Jaspal, 2018).

e. Dampak Psikologis pada Pembentukan Identitas Seksual yang Terhambat

Hambatan dalam proses pembentukan identitas seksual dapat menimbulkan berbagai dampak psikologis negatif. Hambatan-hambatan yang muncul seringkali bersumber dari konflik internal dan tekanan eksternal. Beberapa dampak psikologis negatif terhadap pembentukan identitas seksual yang terhambat dipaparkan sebagai berikut:

1) Peningkatan Kecemasan dan Masalah Psikologis

Individu *gay* mungkin memandang aspek identitas seksual sebagai masalah, menyimpan stigma, dan mengalami perasaan rendah diri, bersalah, dan malu. Kesulitan dalam pembentukan identitas seksual yang konstan menyebabkan individu *gay* beresiko tinggi mengalami peningkatan rasa malu, cemas, dan depresi, stres, dan gambaran diri yang

rendah (Jaspal, 2018). Dalam kasus esktrrem, individu *gay* yang gagal menerima identitas seksual diri akan mengalami tekanan yang konstan atas perasaan homoseksual dan tidak akan mampu menyesuaikan diri dengan identitas sosioseksual *gay* (Herek, 1998).

Ego-dystonic homosexuality merupakan kondisi tertekan karena ketidakmampuan untuk mengembangkan rangsangan seksual terhadap sesama gender. Pola gairah terhadap sesama gender yang secara eksplisit dinyatakan oleh individu *gay* sebagai hal yang tidak diinginkan dan menyusahkan. Kondisi *ego-dystonic homosexuality* seringkali disertai dengan perasaan kesepian, malu, cemas, dan depresi (APA, 2018).

2) Harga Diri yang Rendah dan Kesepian

Disfungsi dalam proses pembentukan identitas seksual lebih mungkin terjadi pada lingkungan yang tidak bersahabat dan heteroseksis. *Internalized homophobia* dan hambatan sosial menghambat perkembangan harga diri dan intergrasi sosial. Harga diri yang rendah dan kesepian dapat menyebabkan keputusasaan pada individu *gay* (Herek, 1998).

3) Hubungan Romantis yang Bermasalah

Struktur heteroseksis merupakan norma yang mendukung hubungan heteroseksual dan merendahkan serta mencegah hubungan intim homoseksual. Individu *gay* yang menginternalisasi keyakinan negatif terhadap homoseksualitas dapat merasa inferior dari kelompok

heteroseksual. Individu *gay* mungkin tidak akan berusaha mengembangkan hubungan intim yang memuaskan atau menciptakan keluarga alternatif. Keintiman dan cinta seringkali dipandang sebagai sesuatu yang tidak diharapkan atau dilarang bagi kelompok homoseksual yang didasari oleh pandangan struktur heteroseksis (Herek, 1998).

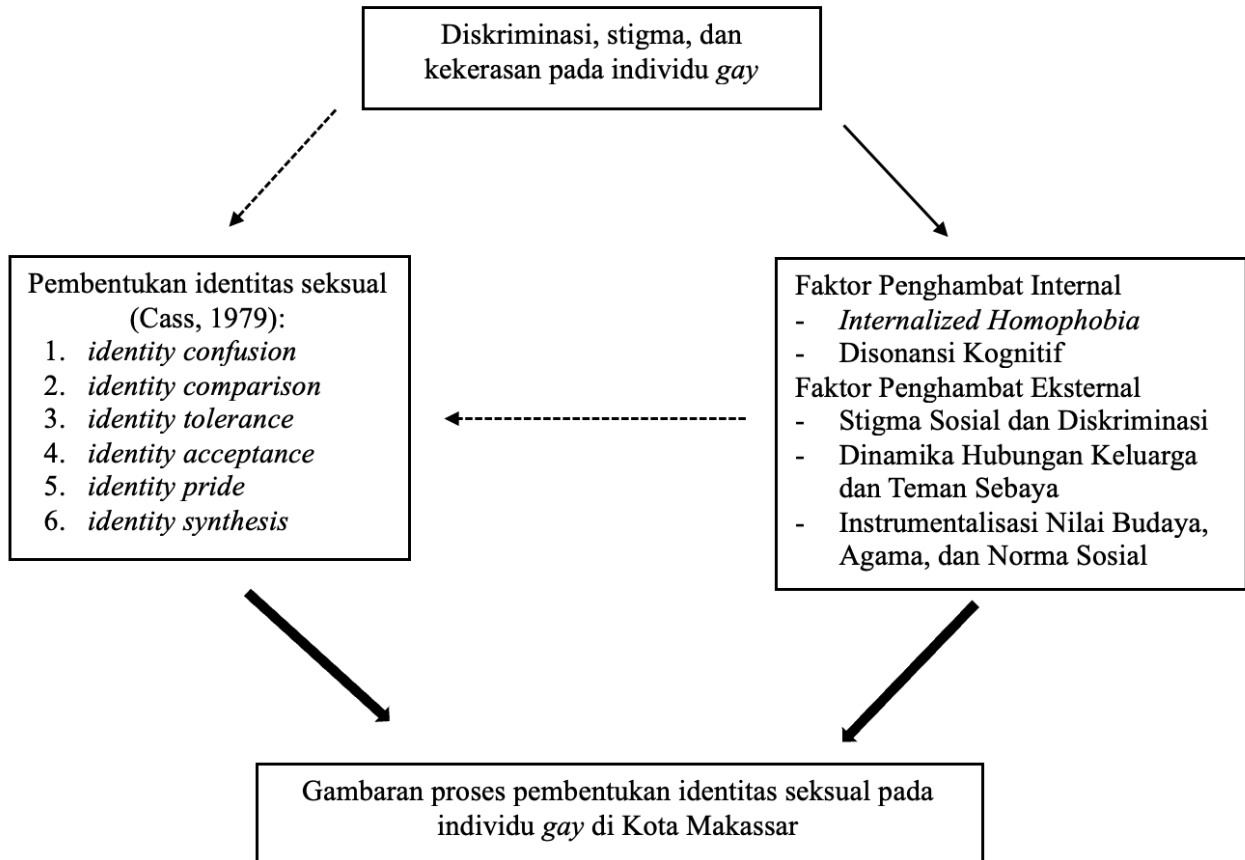
4) Peningkatan Resiko Penyalahgunaan Zat dan *Suicidal Ideation*

Kesulitan yang terus-menerus dengan identitas seksual dan penerimaan yang kurang dapat menyebabkan dampak yang parah seperti menyakiti diri sendiri dan pikiran untuk bunuh diri. Kaum homoseksual dilaporkan mengalami peningkatan depresi, bunuh diri, penggunaan narkoba ilegal, dan menyakiti diri sendiri. Masalah lain yang mempengaruhi kaum homoseksual merupakan insiden penyalahgunaan narkoba dan alkohol yang tinggi. Sebagian individu homoseksual mungkin mencari beberapa bentuk terapi reparatif dalam konteks represi identitas seksual, namun sebagian lain individu homoseksual melakukan bunuh diri yang dipandang sebagai jalan keluar (Stewart, 2010).

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, maka dapat disimpulkan bahwa dampak psikologis terhadap pembentukan identitas seksual yang terhambat yakni peningkatan kecemasan dan masalah psikologis, harga diri yang rendah dan kesepian, hubungan romantis yang bermasalah, serta peningkatan resiko penyalahgunaan zat dan *suicidal ideation*.

B. Perspektif Teoretis (*Theoretical Framework*)

Gambaran mengenai proses pembentukan identitas seksual pada individu *gay* diuraikan sebagai berikut:



Keterangan :

—→ = menyebabkan

—→ = menghasilkan

.....→ = mempengaruhi

Gambar 1. Kerangka Pikir Gambaran Proses Pembentukan Identitas Seksual pada Individu *Gay* di kota Makassar