

## Kecemasan dan Mekanisme Pertahanan Diri pada Kaum Homoseksual

Anak Agung Gde Agung Angga Atmaja<sup>1</sup>, Made Nyandra<sup>1</sup>, Nyoman Trisna Aryanata<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi Universitas Dhyana Pura<sup>1</sup>  
Program Studi Psikologi Institut Ilmu Kesehatan Medika Persada Bali<sup>2</sup>  
E-mail: angga.atmaja@yahoo.com

**Abstrak.** Homoseksual cenderung menjadi target perlakuan buruk bagi masyarakat karena dianggap menyimpang dari norma seharusnya. Kecemasan yang dialami seorang homoseksual tersebut dapat mengakibatkan reaksi mekanisme pertahanan diri. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengidentifikasi kecemasan yang terjadi pada kaum homoseksual akibat orientasi seksualnya dan perlakuan negatif dari masyarakat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif fenomenologi. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam pada subjek yang telah masuk dalam kriteria. Kriteria subjek dalam penelitian ini adalah seorang homoseksual yang mengalami kecemasan, mengalami prasangka, diskriminasi, dan intimidasi. Jumlah subjek yang masuk dalam kriteria yaitu ada 3 orang yang terdiri dari 1 perempuan dan 2 laki-laki. Data yang didapatkan diverifikasi dengan metode triangulasi. Data yang telah dianalisis akan dibahas sesuai teori yang digunakan. Hasil dari penelitian ini mengatakan bahwa seorang homoseksual mengalami kecemasan akibat perlakuan buruk orang lain. Kecemasan tersebut terdiri atas kecemasan realistis yang datang dari perlakuan nyata orang lain. Kecemasan lainnya adalah moral dari kesadarannya telah menyimpang dari norma sosial yang ada dilingkungan. Disamping itu mereka juga mengalami kecemasan neurosis dari kebingungan subjek pada orientasi seksualnya. Kecemasan tersebut mengakibatkan mekanisme pertahanan diri pada seorang homoseksual.

*Kata kunci:* homoseksual, kecemasan, perlakuan negatif, mekanisme pertahanan diri

Orientasi seksual merujuk pada pola permanen ketertarikan emosional, romantis dan / atau seksual terhadap pria, wanita atau kedua jenis kelamin. Orientasi seksual juga mengacu pada pengertian identitas seseorang berdasarkan ketertarikan tersebut, perilaku terkait dan merupakan bagian suatu komunitas dimana mereka memiliki ketertarikan yang sama tersebut. Penelitian selama beberapa dekade telah menunjukkan bahwa

orientasi seksual terdiri atas satu kesatuan, dari ketertarikan eksklusif terhadap jenis kelamin yang sama. Namun demikian, orientasi seksual biasanya dibahas dalam tiga kategori: heteroseksual (memiliki ketertarikan emosional, romantis atau seksual kepada anggota dari jenis kelamin lainnya), gay/lesbian (memiliki ketertarikan emosional, romantis atau seksual kepada jenis kelamin yang sama) dan biseksual (memiliki

ketertarikan emosional, romantis atau seksual terhadap kedua jenis kelamin, baik pria maupun wanita) (American Psychological Association, 2017).

Homoseksual adalah ketertarikan seksual terhadap jenis kelamin yang sama (Feldmen, 1999). Homoseksual sendiri terdiri atas dua golongan, yaitu lesbian dan *gay*. Lesbian adalah wanita yang memuaskan birahinya dengan sesama jenisnya yaitu wanita. Sedangkan *gay* adalah pria yang mencintai pria baik secara fisik, seksual, emosional, atau pun secara spiritual (Rahman, 2013).

American Psychological Association juga menyebut Secara khusus, para remaja yang mengidentifikasi diri sebagai lesbian, *gay* atau biseksual cenderung menghadapi masalah-masalah spesifik, termasuk diintimidasi dan memiliki pengalaman negatif di sekolah, di rumah, dan di luar sekolah. Pengalaman ini terkait dengan dampak negatif, seperti pikiran untuk bunuh diri dan kegiatan berisiko tinggi, seperti seks tanpa kondom dan alkohol serta penggunaan narkoba (American Psychological Association, 2017). Teori Klasik dan Riset Modern dikatakan banyak kaum homoseksual melaporkan bahwa mereka sudah tertarik sesama jenis bahkan sebelum mereka mengalami pengalaman seksual apapun. Kebanyakan dari mereka mengalami diskriminasi dan "penganiayaan" dari masyarakat (Friedman & Schustack, 2006). Maka ada pemikiran bahwa para *gay* secara aktif memilih untuk memiliki perasaan tersebut. Karena homoseksualitas tampak seperti suatu hal yang mendasar pada seseorang, rasa keingintahuan membuka kemungkinan adanya dasar/penyebab biologis dari hal ini. Di sisi lain, banyak remaja lesbian, *gay* dan biseksual tampaknya tidak mengalami resiko yang tinggi atas

kesehatan atau kesehatan mentalnya. Saat terjadi masalah, mereka yang terkait erat dengan pengalaman dari perlakuan yang bias dan diskriminatif di lingkungan mereka. Dukungan dari orang-orang penting dalam hidup remaja tersebut dapat memberikan dukungan sangat membantu untuk menghadapi perlakuan yang bias dan diskriminatif.

Sesungguhnya, kebanyakan dari penderitaan yang dirasakan oleh kaum homoseksual disebabkan oleh reaksi keras masyarakat yang menentang mereka (Herschberg, disitat dalam Friedman & Schustack, 2006).

Reaksi-reaksi yang ditunjukkan oleh kaum heteroseksual terhadap kaum homoseksual seringkali dipicu karena adanya prasangka. Prasangka adalah sebuah sikap (biasanya bersifat negatif) yang ditujukan bagi anggota-anggota beberapa kelompok, yang didasarkan pada keanggotaannya dalam kelompok. Jika prasangka tampil dalam perilaku yang dapat dilihat, maka kita mendefinisikannya sebagai sebagai diskriminasi. Diskriminasi dapat didefinisikan sebagai perilaku negatif terhadap orang lain yang menjadi target prasangka. (Sarwono, S. W. & Meinarno, E. A., dalam Psikologi Sosial. 2009).

Selain dikriminasi, tindakan intimidasi kerap juga menjadi salah satu penyebab kaum homoseksual merasakan hal-hal negatif. Tindakan intimidasi atau penggertakan kerap kali diasosiasikan dengan istilah bahasa asingnya, yaitu *bullying*. Menurut *Oxford Dictionaries*, *Bully* sendiri memiliki arti sebagai "seseorang yang menggunakan kekuatan dan pengaruhnya untuk menggertak, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain". Tindakan ini cenderung menghasilkan efek negatif bagi para korbannya, mulai dari perasaan malu,

stress, depresi, bahkan sampai mengakibatkan bunuh diri (Aviani, H. M., dalam Tubuh-tubuh Intimidasi. 2014).

#### *Kecemasan*

Freud (dalam Alwisol, 2005) mengatakan bahwa kecemasan adalah fungsi ego untuk memperingatkan individu tentang kemungkinan datangnya suatu bahaya sehingga dapat disiapkan reaksi adaptif yang sesuai. Kecemasan berfungsi sebagai mekanisme yang melindungi ego karena kecemasan memberi sinyal kepada kita bahwa ada bahaya dan kalau tidak dilakukan tindakan yang tepat maka bahaya itu akan meningkat sampai ego dikalahkan. Berbeda dengan ketakutan (*fear*) yang merupakan perasaan dimana kita mengetahui bahwa benar-benar terdapat sesuatu yang menakutkan.

Freud membagi kecemasan menjadi tiga, yaitu:

#### a. Kecemasan Realitas atau Objektif (*Reality or Objective Anxiety*)

Suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata. Kecemasan seperti ini misalnya ketakutan terhadap kebakaran, angin tornado, gempa bumi, atau binatang buas. Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya. Tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realitas ini menjadi ekstrim. Seseorang dapat menjadi sangat takut untuk keluar rumah karena takut terjadi kecelakaan pada dirinya atau takut menyalakan korek api karena takut terjadi kebakaran.

#### b. Kecemasan Neurosis (*Neurotic Anxiety*)

Kecemasan ini mempunyai dasar pada masa kecil, pada konflik antara pemuasan instingtual dan realitas. Pada masa kecil, terkadang beberapa kali seorang anak mengalami hukuman dari

orang tua akibat pemenuhan kebutuhan id yang implusif terutama sekali yang berhubungan dengan pemenuhan insting seksual atau agresif. Anak biasanya dihukum karena secara berlebihan mengekspresikan impuls seksual atau agresifnya itu. Kecemasan atau ketakutan untuk itu berkembang karena adanya harapan untuk memuaskan impuls id tertentu. Kecemasan neurotik yang muncul adalah ketakutan akan terkena hukuman karena memperlihatkan perilaku impulsif yang didominasi oleh id. Hal yang perlu diperhatikan adalah ketakutan terjadi bukan karena ketakutan terhadap insting tersebut tapi merupakan ketakutan atas apa yang akan terjadi bila insting tersebut dipuaskan. Konflik yang terjadi adalah di antara id dan ego yang kita ketahui mempunyai dasar dalam realitas.

#### c. Kecemasan Moral (*Moral Anxiety*)

Kecemasan ini merupakan hasil dari konflik antara Id dan superego. Secara dasar merupakan ketakutan akan suara hati individu sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan impuls instingtual yang berlawanan dengan nilai moral yang termaksud dalam superego individu itu maka ia akan merasa malu atau bersalah. Pada kehidupan sehari-hari ia akan menemukan dirinya sebagai "*conscience stricken*". Kecemasan moral menjelaskan bagaimana berkembangnya superego. Biasanya individu dengan kata hati yang kuat akan mengalami konflik yang lebih hebat daripada individu yang mempunyai kondisi toleransi moral yang lebih longgar. Seperti kecemasan neurosis, kecemasan moral juga mempunyai dasar dalam kehidupan nyata. Anak-anak akan dihukum bila melanggar aturan yang ditetapkan orang tua mereka. Orang dewasa juga akan mendapatkan hukuman jika melanggar

norma yang ada di masyarakat. Rasa malu dan perasaan bersalah menyertai kecemasan moral. Dapat dikatakan bahwa yang menyebabkan kecemasan adalah kata hati individu itu sendiri. Freud mengatakan bahwa superego dapat memberikan balasan yang setimpal karena pelanggaran terhadap aturan moral.

Apapun tipenya, kecemasan merupakan suatu tanda peringatan kepada individu. Hal ini menyebabkan tekanan pada individu dan menjadi dorongan pada individu termotivasi untuk memuaskan. Tekanan ini harus dikurangi. Kecemasan memberikan peringatan kepada individu bahwa ego sedang dalam ancaman dan oleh karena itu apabila tidak ada tindakan maka ego akan terbuang secara keseluruhan. Ada berbagai cara ego melindungi dan mempertahankan dirinya. Individu akan mencoba lari dari situasi yang mengancam serta berusaha untuk membatasi kebutuhan impuls yang merupakan sumber bahaya. Individu juga dapat mengikuti kata hatinya. Atau jika tidak ada teknik rasional yang bekerja, individu dapat memakai mekanisme pertahanan (*defence mechanism*) yang non-rasional untuk mempertahankan ego.

#### *Mekanisme Pertahanan*

Beberapa mekanisme pertahanan yang di batasi dalam penelitian ini yang digunakan untuk melawan kecemasan antara lain adalah:

##### A. Represi

Dalam terminologi Freud, represi adalah pelepasan tanpa sengaja sesuatu dari kesadaran (*conscious*). Pada dasarnya merupakan upaya penolakan secara tidak sadar terhadap sesuatu yang membuat tidak nyaman atau menyakitkan. Konsep tentang represi merupakan dasar dari sistem

kepribadian Freud dan berhubungan dengan semua perilaku neurosis.

##### B. Isolasi

Isolasi adalah cara kita untuk menghindari perasaan yang tidak dapat diterima dengan cara melepaskan mereka dari peristiwa yang seharusnya mereka terikat, merepresikannya dan bereaksi terhadap peristiwa tersebut tanpa emosi. Hal ini sering terjadi pada psikoterapi. Pasien berkeinginan untuk mengatakan kepada terapis tentang perasaannya namun tidak ingin berkonfrontasi dengan perasaan yang dilibatkan itu. Pasien kemudian akan menghubungkan perasaan tersebut dengan cara pelepasan yang tenang walau sebenarnya ada keinginan untuk mengeksplorasi lebih jauh.

#### Metode

Jenis penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah penelitian kualitatif fenomenologi. Artinya peneliti berangkat ke lapangan dengan mengamati fenomena yang terjadi dilapangan secara alamiah. Namun nanti yang akan membedakan masing-masing jenis penelitian itulah fokus penelitian. Apakah penelitian itu fokus ke budaya, fenomena, kasus dan lain sebagainya. (Jailani, 2013). Untuk penelitian yang sedang dilakukan oleh peneliti berfokus pada penelitian yang diangkat dari sebuah fenomena.

Teknik yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data yaitu dengan melakukan wawancara terhadap subjek dengan menggunakan panduan wawancara semi terstruktur yang telah dirancang, guna mengungkap alasan-alasan yang lebih mendalam terkait topik penelitian. Wawancara dilakukan oleh subjek dan satu informan yang mampu memberikan informasi kebenaran tentang jawaban yang dijawab oleh subjek sebelumnya (metode triangulasi). Adapun alat alat

pembantu yang akan digunakan peneliti yaitu alat perekam (berupa *handphone* atau alat perekam lainnya) dan alat tulis seperti pensil atau pulpen beserta kertas untuk menulis bila ada sesuatu yang perlu di tuliskan dalam pengumpulan data.

Unit analisis dan amatan yang digunakan oleh peneliti yaitu berupa panduan wawancara yang digunakan untuk mendalami perilaku subjek dengan berlandaskan teori-teori yang telah dipaparkan di bab sebelumnya. Panduan wawancara yang digunakan oleh peneliti bersifat semi terstruktur, karena peneliti tidak hanya akan menanyakan pertanyaan yang ada dalam panduan wawancara, tetapi akan menanyakan pertanyaan-pertanyaan lain dalam upaya menggali data lebih dalam sesuai kebutuhan saat wawancara berlangsung.

Subjek dalam penelitian ini berjumlah 3 orang. 1 perempuan lesbian bernama BN berusia 47 tahun dan 2 laki-laki gay bernama PL berusia 50 tahun dan FA berusia 26 tahun. ketiga subjek telah memenuhi kriteria sebagai narasumber dalam penelitian.

### Hasil dan Pembahasan

Dalam teori Psikoanalisa Freud, dikatakan bahwa kecemasan terjadi karena id (aspek kepribadian yang berkaitan dengan dorongan instingtual manusia) tidak terpuaskan, hingga akhirnya individu tidak dapat melakukan *coping* akan hal itu. Kemudian ego merasa terancam dan akhirnya individu bersangkutan melakukan mekanisme pertahanan diri terhadap dirinya untuk menghindari ancaman tersebut. Terlihat dalam deskripsi penemuan penelitian yang dipaparkan di atas, yaitu peneliti dapat berasumsi bahwa ketiga subjek membutuhkan penerimaan masyarakat terhadap orientasi seksualnya. Namun

sebaliknya subjek malah mendapatkan perlakuan-perlakuan negatif (Freud dalam Andri, & Dewi, P. Y., 2007)

Freud mengatakan dalam teorinya bahwa kecemasan berawal dari trauma masa lahir. Seperti yang di alami oleh BN, FA, dan PL sebagai subjek penelitian ini. Perlakuan negatif yang mereka alami dari masyarakat merupakan bentuk dari trauma masa lahir atau yang bisa dikatakan oleh peneliti yaitu trauma masa lalu, merupakan akibat dari kecemasan yang terjadi pada mereka. Peneliti membatasi perlakuan negatif tersebut menjadi tiga, yaitu prasangka, diskriminasi, dan intimidasi/*bullying* (Freud dalam Andri, & Dewi, P. Y., 2007). Adapun penjabaran fenomena yang terjadi akan dijelaskan di bawah ini dalam 2 bagian utama, yaitu mengenai bentuk pengalaman negatif yang dialami subjek, kecemasan, dan mekanisme pertahanan diri.

**Prasangka.** Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa subjek mengalami prasangka buruk dari masyarakat. Ketiga subjek mengalami prasangka dikarenakan subjek tergolong dari anggota atau kaum homoseksual. Bagi ketiga subjek, kaum heteroseksual menganggap bahwa kaum homoseksual dapat menularkan orientasi seksual mereka kepada kaum heteroseksual. Hal tersebut terjadi pada ketiga subjek yaitu BN, FA, dan PL. Namun pada subjek FA terjadi bentuk prasangka yang lain. FA mengatakan bahwa dirinya kerap kali dikatakan sebagai penular penyakit. Adapun penyakit yang dimaksud yaitu penyakit menular seksual HIV dan AIDS.

**Diskriminasi.** Dalam penelitian ini, ditemukan subjek telah mengalami diskriminasi. Diskriminasi pada subjek merupakan akibat dari prasangka yang dialami oleh subjek di lingkungan sekitarnya. Jika prasangka tampil dalam

perilaku yang dapat dilihat, maka kita mendefinisikannya sebagai sebagai diskriminasi. Diskriminasi dapat didefinisikan sebagai perilaku negatif terhadap orang lain yang menjadi target prasangka (Sarwono, S. W. & Meinarno, E. A., dalam Psikologi Sosial. 2009). Jadi diskriminasi merupakan bentuk nyata dari prasangka itu sendiri. Dalam temuan penelitian, ketiga subjek mengatakan bahwa mengalami diskriminasi akibat prasangka buruk yang terjadi pada mereka. Subjek mengatakan prasangka yang terjadi adalah anggapan bahwa mereka dapat menularkan homoseksualitas, sehingga banyak orang yang takut dan menjauhi mereka. Hal tersebut sudah dapat dikatakan sebagai bentuk diskriminasi.

Namun pada subjek FA ditemukan bentuk diskriminasi lainnya. FA mengatakan bahwa bentuk diskriminasi yang dialaminya terjadi di lingkungan keluarga. FA beranggapan bahwa karena dirinya tidak memiliki prestasi yang menonjol menyebabkan ayahnya tidak memberi perhatian padanya, namun memberi perhatian lebih pada saudara sepupunya yang dianggap lebih berprestasi dari pada dirinya.

**Intimidasi (verbal atau Fisik).** Dalam temuan penelitian, ketiga subjek menyatakan bahwa mereka mengalami intimidasi oleh masyarakat sekitar. Tindakan intimidasi atau pengertakan kerap kali diasosiasikan dengan istilah bahasa asingnya, yaitu *bullying*. Menurut *Oxford Dictionaries*, *bully* sendiri memiliki arti sebagai "seseorang yang menggunakan kekuatan dan pengaruhnya untuk menggertak, mengintimidasi, atau menyakiti orang lain". Tindakan pengintimidasian terjadi dimana-mana dan ada dalam banyak bentuk, di mana pelakunya cenderung berkelompok dalam melakukan tindakannya, untuk mengintimidasi satu

orang korban. Tindakan ini cenderung menghasilkan efek negatif bagi para korbannya, mulai dari perasaan malu, stress, depresi, bahkan sampai mengakibatkan bunuh diri. (Aviani, H. M., dalam Tubuh-tubuh Intimidasi. 2014)

Pada BN, tindakan intimidasi terjadi saat dirinya dipanggil dengan sebutan "lesbian", pendosa, dan lain sejenisnya. Bagi BN, hal tersebut cukup membuatnya cemas. Seperti yang dikatakan pada teori intimidasi diatas bahwa akibatnya akan membuat korbannya stress dan depresi. Selain itu perusakan barang-barang miliknya dianggap oleh BN merupakan bentuk intimidasi juga. Seperti teori intimidasi lainnya yaitu, intimidasi dapat didefinisikan sebagai presentasi diri yang digunakan seseorang dengan tujuan agar ditakuti, kita menampilkan diri sebagai orang yang berbahaya dan menakutkan. Intimidasi dilakukan untuk menunjukkan tampilan agresif yang dapat menyebabkan orang lain takut, sehingga perintah, perkataan, atau perilaku seseorang terhadap orang lain akan di patuhi (Sarwono, S. W. & Meinarno, E. A., 2009). Jadi perusakan barang-barang tersebut merupakan bentuk tampilan agresif seseorang yang diharapkan untuk membuat BN takut.

Teori tersebut juga berlaku pada FA dan PL. Mereka mengatakan bahwa bentuk intimidasi yang sering mereka alami yaitu dipanggil dengan sebutan "banci" atau "bencong". Hal tersebut menggambarkan sikap agresif seseorang terhadap mereka agar mereka takut pada orang tertentu. Bagi PL hal tersebut membuat ia cukup merasa menjadi orang yang cenderung pemalu.

**Kecemasan Realitas.** Kecemasan realitas merupakan suatu kecemasan yang bersumber dari adanya ketakutan terhadap bahaya yang mengancam di dunia nyata (Freud dalam Alwisol,

2005). Berdasarkan temuan yang didapatkan dari ketiga subjek, bahwa ketiga subjek mengalami kecemasan realitas dikarenakan pengalaman buruk yang terjadi pada mereka. Ketiga subjek mengatakan dalam wawancaranya bahwa kecemasan yang terjadi pada dirinya di akibatkan karena perlakuan buruk masyarakat terhadap diri mereka.

Kecemasan ini menuntun kita untuk berperilaku bagaimana menghadapi bahaya. Tidak jarang ketakutan yang bersumber pada realitas ini menjadi ekstrim. Seseorang dapat menjadi sangat takut untuk keluar rumah karena takut terjadi kecelakaan pada dirinya (Freud dalam Alwisol, 2005). Seperti yang dialami oleh PL, bahwa perlakuan buruk dari masyarakat sekitar terhadap dirinya membuatnya enggan untuk keluar rumah. PL mengatakan bahwa dirinya lebih senang untuk berdiam diri dirumah menjalani hobinya di bidang seni dari pada harus bertemu banyak orang di lingkungan luar rumah. Bagi PL hal tersebut membuatnya takut dan cemas bila harus berhadapan lagi dengan orang-orang yang pernah memperlakukannya dengan tidak baik.

Berdasarkan teori diatas, BN mengatakan bahwa dirinya lebih menghindari untuk berteman dengan orang-orang yang pernah menyakitinya. Ia mengatakan bahwa daripada dirinya dianggap buruk lagi, lebih baik dirinya tidak berhubungan lagi dengan orang-orang tersebut. Begitu juga dengan FA yang cenderung menjauhi ayahnya untuk tidak menerima ultimatum seperti apa yang dikatakan FA dalam wawancaranya.

**Kecemasan Moral.** Sesuai dengan judul dari sub bab ini, kecemasan ini merupakan hasil dari konflik antara id dan superego. Secara dasar merupakan ketakutan akan suara hati individu sendiri. Ketika individu termotivasi untuk mengekspresikan impuls

instingtual yang berlawanan dengan nilai moral yang termaksud dalam superego individu itu maka ia akan merasa malu atau bersalah (Freud dalam Alwisol, 2005). Terlihat jelas pada diri PL yang mengatakan bahwa dirinya dipanggil dengan sebutan banci karena memiliki sifat dan sikap yang cenderung feminim. Femininitas yang ada pada diri PL merupakan suatu ekspresi instingtual bahwa memang dirinya cenderung berperawakan seperti perempuan. Namun ekspresinya tersebut malah membuatnya di katakan banci karena bagi PL ia tidak seperti layaknya anak laki-laki pada umumnya, dan hal tersebut membuatnya menjadi seorang yang pemalu. Begitu juga yang terjadi pada FA bahwa dirinya juga dipanggil dengan sebutan bencong.

Kecemasan moral terjadi pada FA juga karena ketakutannya terhadap hukuman yang ia pikirkan akan terjadi pada dirinya. ia mengatakan bahwa ia takut dihukum oleh masyarakat karena bagi FA orientasi seksual tersebut menyimpang dari nilai moral dan norma sosial yang ada. BN mengalami hal tersebut, namun ia bingung letak kesalahannya dalam masyarakat itu dimana. Sehingga ia harus merasa bersalah, merasa berdosa, dan merasa malu akibat dari sikap-sikap teman-temannya terhadap dirinya.

**Kecemasan Neurosis.** Kecemasan neurosis merupakan kecemasan yang kecenderungan terjadi dari diri individu itu sendiri. Menurut Freud (dalam Alwisol, 2005), kecemasan ini mempunyai dasar pada masa kecil, pada konflik antara pemuasan instingtual dan realitas. Jadi kecemasan ini bersifat neurotik, kecemasan yang dipercaya dalam diri individu itu sendiri. Seperti yang di temukan dalam wawancara dengan ketiga subjek penelitian, bahwa kecemasan terjadi karena kebingungan

para subjek dengan apa yang terjadi pada dirinya.

Pada BN, ia merasa bahwa dirinya bingung terhadap orientasi seksualnya. Ia tidak mengetahui bahwa ternyata memang ada seorang yang menyukai sejenis. Hal tersebutlah yang membuatnya cemas apakah yang terjadi pada dirinya tersebut salah atau benar. Begitu juga dengan PL dan FA, bahwa mereka tidak mengetahui orientasi seksualnya tersebut akan bersifat baik atau buruk kedepannya. Selain itu, FA mengatakan bahwa ia cemas akan masa depannya. FA mengatakan apakah ia bisa tahan hidup dengan bersembunyi hingga tua nanti, hidup penuh dengan kebingungan dan ketakutan, dan ia takut akan penolakan-penolakan yang mungkin akan terjadi di kemudian hari. Begitulah bentuk dari kecemasan neurosis yang terjadi pada ketiga subjek penelitian.

**Mekanisme Pertahanan Diri.** Dari pemaparan kecemasan diatas, bahwa ketiga subjek mengalami kecemasan yang terjadi pada dirinya sendiri dan terjadi juga karena mengalami pengalaman negatif dari masyarakat. Kecemasan-kecemasan tersebut mengakibatkan subjek melakukan mekanisme pertahanan diri. Layaknya semua perilaku dimotivasi oleh insting, begitu juga semua perilaku mempunyai pertahanan secara alami, dalam hal untuk melawan kecemasan (Freud dalam Andri, & Dewi, P. Y., 2007). Jenis mekanisme pertahanan diri yang dilakukan subjek berupa represi dan isolasi. Represi adalah pelepasan tanpa sengaja sesuatu dari kesadaran (*conscious*). Pada dasarnya merupakan upaya penolakan secara tidak sadar terhadap sesuatu yang membuat tidak nyaman atau menyakitkan. (Andri, & Dewi, P. Y., 2007). Hal tersebut terjadi pada subjek yaitu seperti yang dilakukan oleh BN dan PL. Mereka

melakukan pendekatan yang cenderung mengarah pada nilai Ketuhanan untuk menekan rasa ketertarikan mereka terhadap sejenis. BN sering melakukan meditasi, yoga, dan ia mengatakan bahwa ia rajin berdoa pada tuhan agar tidak mengalami jatuh cinta lagi dengan sejenis. PL mengatakan bahwa dirinya mendalami beberapa agama, menjadi seorang yang agamis berupaya untuk mengobati dirinya. Hal-hal tersebut dapat diidentifikasi menjadi bentuk represi yang dilakukan oleh subjek penelitian.

Berbeda dengan BN dan PL yang lebih mengarah pada pendekatan nilai keTuhanan. FA mengatakan bahwa bentuk dari represinya adalah ia berusaha untuk bersikap maskulin layaknya laki-laki pada umumnya. Hal tersebut ia lakukan karena FA mengalami pengalaman negatif yaitu dipanggil dengan sebutan bencong yang dalam pengertian FA bahwa bencong itu sama dengan waria, dan ia tidak sama dengan waria sama sekali.

Berdasarkan temuan dari hasil wawancara dalam penelitian ini, teridentifikasi bahwa ketiga subjek melakukan isolasi karena tidak ingin mengalami pengalaman negatif yang pernah menimpa mereka lagi. Isolasi adalah cara untuk menghindari perasaan yang tidak dapat diterima dengan cara melepaskan mereka dari peristiwa yang seharusnya mereka terikat, merepresikannya dan bereaksi terhadap peristiwa tersebut tanpa emosi (Andri, & Dewi, P. Y., 2007). Jadi bentuk pelepasan diri dari peristiwa yang terikat tersebut tergambar dengan cara-cara yang berbeda pada setiap subjek.

Pada BN, ia mengatakan tidak ingin untuk berinteraksi lagi dengan orang-orang yang pernah menyakitinya. Bagi BN pengalaman negatif yang pernah dialami merupakan peristiwa yang terikat pada dirinya. pada FA, ia

mengatakan bahwa dirinya memilih untuk tinggal kos jauh dari keluarganya, khususnya ayahnya. Karena ia ingin merasa tenang, jauh dari peringatan-peringatan keras dari ayahnya, dan ingin lebih tenang untuk menjalani hidup sebagai seorang homoseksual. Pada PL, ia mengatakan bahwa ia benar-benar mengisolasi dirinya, benar-benar menutup dirinya di dalam rumah agar tidak bersinggungan dengan masyarakat yang pernah memperlakukannya secara tidak pantas. PL mengatakan dari pada dirinya diprasangkai buruk lagi dengan orang lain, lebih baik dirinya menjalani hobinya di dalam rumah.

### Simpulan

Kecemasan tidak hanya terjadi secara neurosis (dari faktor internal), kecemasan juga terjadi akibat dari perlakuan negatif masyarakat yang diterima subjek (faktor eksternal) yang merupakan pengalaman buruk bagi subjek. Perlakuan negatif masyarakat tersebut terdiri atas prasangka, diskriminasi, dan intimidasi. Ketiga bentuk perlakuan negatif tersebut menimbulkan kecemasan pada subjek. Oleh karena itu subjek melakukan mekanisme pertahanan diri yang bertujuan untuk melindungi dirinya dari perlakuan negatif masyarakat terhadap dirinya yang pernah dialami sebelumnya.

### Pustaka Acuan

- Alwisol. (2005). *Psikologi Kepribadian*. Malang: UMM Press.
- American Psychological Association. (2017). *Just the facts about sexual orientation and youth*. Retrieved from <http://www.apa.org/pi/lgbt/resources/just-the-facts.aspx>. 14 April 2017.
- Andri, & Dewi, P. Y., (2007). Teori kecemasan berdasarkan psikoanalisis klasik dan berbagai

- mekanisme pertahanan terhadap kecemasan. *Maj Kedokt Indon*, 57(7). 233 – 238.
- Aviani, H. M., (2014). Tubuh-tubuh Intimidasi. *Jurnal Tingkat Sarjana Seni Rupa*, 1, 1-9
- Feldmen, R. S. (1999). *Understanding psychology*, (5th ed). New York: Mc Graw-Hill Publishing Company.
- Friedman, H. S. & Schustack, M. W., (2006). *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*. Edisi Ketiga, jilid 1. Jakarta. Penerbit : Erlangga.
- Jailani, M. S., (2013). Ragam penelitian qualitative (ethnografi, fenomenologi, grounded theory, dan Studi Kasus. *Edu-Bio*, 4, 41-50
- Rahman, A. G. (2013). *Apakah lgbt (lesbian, gay, biseksual, dan transgender) merupakan fitrah atau penyimpangan?*. PKU VI (Program Kaderisasi Ulama), ISID Gontor.
- Sarwono, S. W., & Meinarno, E. A., (2009). *Psikologi sosial*. Jakarta. Tim penulis Fakultas Psikologi UI. Penerbit : Salemba Humanika.