

KECEMASAN SOSIAL KAUM HOMOSEKSUAL GAY DAN LESBIAN

Yogestri Rakhmahappin dan Adhyatman Prabowo
Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang
yogezt.zone@gmail.com

Homoseksualitas di Indonesia, masih merupakan hal yang tabu dan sulit diterima oleh masyarakat. Orientasi seksual yang lazim ada dalam masyarakat adalah heteroseksual, sedangkan homoseksual oleh masyarakat dianggap sebagai penyimpangan orientasi seksual. Stigma negatif dari masyarakat tersebut menyebabkan timbulnya kecemasan sosial pada kaum homoseksual. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sosial yang ada pada individu homoseksual gay dan lesbian. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimen dengan menggunakan skala kecemasan sosial. Jumlah subyek sebanyak 30 orang gay dan 30 orang lesbian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kecemasan sosial yang sangat signifikan antara kaum homoseksual gay dan lesbian dengan nilai t_{hitung} sebesar -5,906 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Tingkat kecemasan sosial pada kaum lesbian lebih tinggi daripada kaum gay.

Katakunci: Kecemasan sosial, homoseksual, gay, lesbian

Homosexuality in Indonesia was still considered taboo and socially unaccepted. The common sexual orientation in the society was heterosexual, while homosexual was considered a form of sexual disorientation. The negative stigma from the society led to social anxiety on the homosexuals. The study aimed at investigating the different levels of social anxiety experienced by homosexuals, gays and lesbians. This non-experimental quantitative study employed social anxiety scale. The subjects were 30 gays and 30 lesbians. The findings revealed that there was a very significant difference between social anxiety levels on gays and lesbians with the t -score -5.906 and the significance value 0.000. In addition, the social anxiety level of the lesbians was higher than the gays.

Keywords: Social anxiety, homosexual, gay, lesbian

Hakikat manusia adalah sebagai makhluk sosial, di mana manusia akan membentuk sebuah struktur ataupun sistem masyarakat, yang di dalamnya akan melahirkan standar nilai maupun norma yang akan menjadi pedoman hidup bagi warga masyarakatnya. Norma sosial yang ada di dalam masyarakat tersebut berfungsi untuk menghindari pertentangan atau konflik antar individu. Norma sosial berkaitan dengan perilaku apa yang dapat diterima oleh masyarakat serta perilaku apa yang kurang pantas untuk 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. Homoseksualitas di Indonesia, masih merupakan hal yang tabu dan sangat sulit diterima oleh masyarakat. Budaya timur yang melekat di masyarakat membuat hal ini menjadi sebuah masalah yang besar. Berbeda dengan di negara barat, khususnya negara Belanda, masyarakatnya telah menerima keberadaan kaum homoseksual dan menghalalkan pernikahan sesama jenis.

Menurut Akbar dan Sihabudin (2011), kaum homoseksual termasuk dalam kaum *deviant*, atau disebut juga dengan kelompok yang menyimpang. Dimana dengan perilaku yang menyimpang membuat sebagian besar komunitas bahkan individu homoseksual sulit untuk berinteraksi dengan masyarakat luas.

Orientasi seksual yang lazim ada dalam masyarakat adalah heteroseksual, sedangkan homoseksual oleh masyarakat dianggap sebagai penyimpangan orientasi seksual. Orientasi seksual disebabkan oleh interaksi yang kompleks antara faktor lingkungan, kognitif, dan biologis. Pada sebagian besar individu, orientasi seksual terbentuk sejak masa kecil. Hasil penelitian-penelitian sebelumnya menganggap bahwa ada kombinasi antara faktor biologis dan lingkungan sebagai penyebab orientasi seksual homoseksual (Money, dalam Feldmen, 1990).

Menurut Bauermeister, meskipun perubahan sosial dan hukum di beberapa negara telah menyebabkan penerimaan besar pada keragaman seksual, stigma yang terkait dengan homoseksualitas masih berperan penting dalam penyebab penyesuaian psikososial pada kaum homoseksual (Jose, Alexandra, Mireia, & Rafael, 2012). Apalagi di Indonesia yang latar belakang adat ketimurannya sangat kental dengan norma-norma sosial yang mengikat, sehingga masyarakatnya akan memberikan sanksi sosial kepada individu yang berperilaku menyimpang seperti perilaku homoseksual dengan cara menghina hingga mengucilkan.

Kondisi tersebut menjadi permasalahan utama bagi kaum homoseksual. Mereka merasakan bahwa posisi mereka adalah kaum minoritas. Dalam kondisi tertekan seperti itu dapat menimbulkan kecemasan sosial (*social anxiety*) pada kaum homoseksual. Mereka merasakan ketakutan ditolak dan didiskriminasi. (Lopez, 2008; Meyer, 2003; Grella, Greenwell, Mays, & Cochran, 2009, dalam Jose, *et al.*, 2012)

Penelitian internasional menunjukkan bahwa anak muda homoseksual menunjukkan kecenderungan lebih besar untuk depresi dan mengalami kecemasan. Risiko lain yang terkait dengan permasalahan ini adalah perilaku menyakiti diri sendiri (*Self Injuring Behaviour*), dan keinginan bunuh diri (Raja, et al., 2008; Pachankis, Goldfried, &

Ramrattan, 2008; Almeida, Johnson, Corliss, Molnar, & Azrael, 2009; Plöderl, Kralovec, & Fartacek, 2010; Shenkman & Shmotkin, 2011, dalam Jose, *et al.*, 2012).

Hasil penelitian Jose, *et al.* (2012) di Spanyol diketahui bahwa remaja homoseksual menunjukkan tingkat depresi yang lebih tinggi jika dibandingkan dengan remaja heteroseksual. Kaum homoseksual tersebut dapat digolongkan dalam dua jenis. Seorang perempuan yang memiliki ketertarikan terhadap perempuan disebut lesbian, sedangkan seorang laki-laki yang tertarik dengan laki-laki disebut gay. Sehingga dapat dikatakan baik gay maupun lesbian sama-sama merasakan kondisi tertekan.

Namun kaum lesbian cenderung memiliki terkanan yang lebih berat dibandingkan kaum gay, karena kaum gay lebih mampu melakukan *coming out* jika dibandingkan dengan kaum lesbian. Menurut hasil survey yang dilakukan Olivia (2012), bahwa masyarakat lebih banyak memiliki teman atau kenalan yang gay daripada yang lesbian. Dari total 101 subyek di Jakarta didapatkan hasil bahwa mereka memiliki 234 teman kaum gay dan 127 teman kaum lesbian. Selain itu pada beberapa website yang ditinjau menunjukkan bahwa tampilan website kaum gay jauh lebih terbuka dalam hal identitas diri seperti alamat dan *contact person*. Sehingga memunculkan asumsi dari Olivia bahwa kaum gay lebih *coming out* dibandingkan dengan kaum lesbian.

Penelitian lain yang mengungkap penyebab kaum lesbian kurang *coming out* adalah hasil penelitian Caturinata (2009) menyebutkan bahwa dukungan sosial pada lesbian dewasa muda di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu kondisi ekonomi, respon dari lingkungan, dan kepribadian lesbian itu sendiri. Lesbian yang masih membutuhkan dukungan finansial dari orangtua, mendapatkan respon negatif dari lingkungan (penolakan atau dijauhi), serta kepribadian yang tertutup atau rendah diri menjadi terhambat dalam *coming out* kepada lebih banyak orang.

Jika ditinjau dari jenis kelamin, gay adalah seorang laki-laki dan lesbian adalah seorang perempuan. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Greca dan Lopez (1998) di Florida melaporkan bahwa remaja perempuan mengalami kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, dan remaja perempuan jauh lebih rentan terhadap kecemasan sosial jika dibandingkan dengan remaja laki-laki.

Dari berbagai fakta dan kondisi yang telah dijabarkan di atas, maka memunculkan asumsi dari peneliti bahwa kaum homoseksual di Indonesia masih rentan dengan permasalahan kecemasan sosial, terutama pada kaum lesbian.

Pada penelitian kali ini, peneliti ingin menguji tingkat kecemasan sosial pada kaum homoseksual di Indonesia, khususnya di beberapa kota besar di Jawa Timur yang menjadi pusat pendidikan, seperti kota Malang, Surabaya, dan sekitarnya yang menjadi kota tujuan pendidikan dari beberapa daerah di seluruh Indonesia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat kecemasan sosial yang ada pada individu gay dan lesbian.

Manfaat dari penelitian ini bagi kaum homoseksual adalah menambah pengetahuan terkait kondisi psikologis mereka, yaitu terkait tingkat kecemasan sosial. Untuk akademisi dan tenaga profesional dapat menambah pengetahuan di bidang ilmu psikologi klinis dan sosial, yaitu tentang kecemasan sosial dan homoseksualitas.

Sedangkan untuk peneliti selanjutnya bermanfaat untuk menambah referensi dalam penelitian yang sejenis.

Homoseksual

Homoseksual adalah ketertarikan seksual terhadap jenis kelamin yang sama (Feldmen, 1999). Homoseksualitas bukan hanya kontak seksual antara seseorang dengan orang lain dari jenis kelamin yang sama tetapi juga menyangkut individu yang memiliki kecenderungan psikologis, emosional, dan sosial terhadap seseorang dengan jenis kelamin yang sama (Kendall & Hammer, 1998, dalam Nugroho, Siswati, & Sakti 2012). Homoseksualitas juga dapat didefinisikan sebagai orientasi atau pilihan seks yang diarahkan pada ketertarikan dari jenis kelamin yang sama (Oetomo, dalam Ilham, 2012). Sehingga dapat dikatakan bahwa seorang homoseksual adalah orang memiliki orientasi seksual kepada orang lain dari jenis kelamin yang sama.

Secara sederhana, homoseksualitas dapat diartikan sebagai suatu kecenderungan yang kuat akan daya tarik eritis seseorang justru terhadap jenis kelamin yang sama. Istilah homoseksual lebih lazim digunakan bagi pria yang menderita penyimpangan ini, sedang bagi wanita, keadaan yang sama lebih lazim disebut “lesbian” (Sadarjoen, 2005)

Homoseksual sendiri terdiri dari dua golongan, yaitu lesbian dan gay. Lesbian adalah wanita yang memuaskan birahinya dengan sesama jenisnya; wanita homoseksual (Rahman, 2013). Sedangkan gay adalah pria yang mencintai pria baik secara fisik, seksual, emosional, atau pun secara spiritual. Mereka juga rata-rata agak memedulikan penampilan, dan sangat memperhatikan apa-apa saja yang terjadi pada pasangannya (Ilham, 2012). Dapat disimpulkan bahwa seorang perempuan yang memiliki ketertarikan terhadap perempuan disebut lesbian, sedangkan seorang laki-laki yang tertarik dengan laki-laki disebut gay.

Penyebab homoseksual ada beberapa hal (Feldmen, 1999). Beberapa pendekatan biologi menyatakan bahwa faktor genetik atau hormon mempengaruhi perkembangan homoseksualitas. Psikoanalisis lain menyatakan bahwa kondisi atau pengaruh ibu yang dominan dan terlalu melindungi sedangkan ayah cenderung pasif (Bieber dalam Feldmen, 1999). Penyebab lain dari homoseksualitas seseorang yaitu karena faktor belajar (Master & Johnston, dalam Feldmen, 1999). Orientasi seksual seseorang dipelajari sebagai akibat adanya *reward* dan *punishment* yang diterima.

Kecemasan sosial (*Social Anxiety*)

Kecemasan sosial adalah salah satu jenis dari gangguan kecemasan yang bersifat spesial, dimana kita merasakan pengalaman tidak nyaman ketika berada di sekitar banyak orang dan kita merasa khawatir dengan apa yang orang lain pikirkan tentang kita. Kecemasan tersebut berupa perasaan bahwa kita meyakini terdapat sesuatu yang mungkin menakutkan. Berbeda dengan ketakutan (*fear*) yang merupakan perasaan dimana kita mengetahui bahwa benar-benar terdapat sesuatu yang menakutkan. Kecemasan sosial bukan lah sesuatu yang dapat diukur dari sekedar mengamati. Untuk mengukur seberapa cemas seseorang dan untuk mengetahui penyebabnya kita perlu

mengajukan beberapa pertanyaan kepada orang tersebut atau diukur menggunakan alat ukur kecemasan (Stein & Walker, 2001)

Kecemasan sosial merupakan bentuk fobia sosial yang lebih ringan yang merupakan ketakutan yang terus-menerus dan irasional terhadap kehadiran orang lain. Individu berusaha menghindari suatu situasi khusus di mana ia mungkin dikritik dan menunjukkan tanda-tanda kecemasan atau bertingkah laku dengan cara yang memalukan. Dengan demikian, orang-orang yang menderita kecemasan sosial menghindari orang-orang karena takut dikritik, seperti berbicara atau menampilkan diri di depan umum, makan di depan umum, menggunakan kamar kecil umum atau melakukan kegiatan-kegiatan lain di depan umum yang dapat menimbulkan kecemasan yang hebat. Kecemasan ini mulai muncul pada masa remaja ketika kesadaran sosial dan pergaulan dengan orang lain merupakan hal yang penting dalam kehidupan seorang remaja (Semiun, 2006).

Menurut Dayakisni dan Hudaniah (2009) setiap individu pasti pernah merasakan kecemasan dalam hidupnya, sekalipun hanya kadang-kadang. Baik ketika berhadapan dengan orang lain ataupun tuntutan yang tidak terpenuhi yang mengharuskan individu untuk memenuhi tuntutan tersebut. Kecemasan dalam hubungan sosial mungkin juga berhubungan dengan keyakinan bahwa individu merasa kurang memiliki kemampuan yang dibutuhkan untuk keberhasilan dalam menjalin hubungan sosial, meskipun sebenarnya ia memiliki kemampuan itu.

Sedangkan menurut Juliansyah (2012) kecemasan sosial merupakan suatu proses dinamika psikologis dalam kehidupan individu. Dalam perkembangan sosial, terutama pada usia remaja yang merupakan masa yang bergejolak dan banyaknya tuntutan kebutuhan yang harus dipenuhi, tentunya hal ini memberikan peluang untuk menimbulkan kecemasan pada individu. Kecemasan yang berhubungan dengan orang lain seringkali membuat potensi individu menjadi tidak optimal. Misalkan jika individu dihadapkan pada suatu kondisi yang mengharuskan dia untuk berbicara didepan umum sementara dia tidak memiliki keberanian, maka hal ini menyebabkan kecemasan dalam dirinya dan berhubungan dengan dunia sosial.

Kecemasan sosial adalah suatu kondisi yang menggambarkan pengalaman kecemasan seperti emosi yang labil, ketakutan, khawatir sebagai akibat dari anggapan situasi sosial dan dinilai oleh orang lain. Dalam DSM IV terdapat beberapa kriteria antara lain adalah bahwa kecemasan sosial merupakan suatu kondisi kesehatan mental yang disebabkan dari adanya kecemasan yang irasional atau ketakutan terhadap aktivitas sosial dan situasi ini yang dipercayai bahwa orang lain melihat dan menilai secara negatif. Kecemasan sosial merupakan suatu bentuk rasa cemas yang diarahkan pada lingkungan sosialnya. Individu khawatir dirinya akan mendapat penilaian negatif dari orang lain, khawatir tidak mampu mendapat persetujuan dari orang lain serta takut melakukan perilaku yang memalukan dirinya sendiri di muka umum. Kecemasan sosial umum terjadi pada setiap orang, namun intensitasnya dapat berbeda-beda.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan sosial merupakan kecemasan yang irasional, yang dialami seorang individu ketika berada di lingkungan sosialnya, dimana individu tersebut merasakan ketakutan akan penilaian negatif dari orang lain

serta perilaku penghindaran diri dari lingkungan sosial baik terhadap lingkungan baru (asing) maupun yang sudah umum.

Aspek-aspek dari kecemasan sosial yang dinyatakan oleh beberapa ahli, yang terangkum dibawah ini. (DSM IV, 1994; Stein & Walker, 2001; Nevid, Rathus, & Greene, 2003; Dayakisni & Hudaniah, 2009; Wakefield, Horwitz, & Schmitz, 2005 dalam Juliansyah, 2012) yaitu (1) Aspek kognitif, berupa penilaian dan ekspektasi bahwa individu akan dinilai negatif oleh orang lain, (2) Aspek afektif, berupa ketakutan dan rasa cemas saat berhadapan dalam situasi social, (3) Aspek perilaku, yaitu adanya perilaku tidak aman dan menghindar

Aspek lain yang dikemukakan oleh Greca dan Lopez (1998) adalah : (1) Ketakutan akan evaluasi negative, (2) Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru (berhubungan dengan orang asing dalam situasi yang baru), (3) Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum, dengan orang yang dikenal.

Faktor penyebab timbulnya kecemasan sosial

Menurut Durand (2006) ada tiga jalur kecemasan sosial yaitu (1) Seorang dapat mewarisi kerentanan biologis menyeluruh untuk mengembangkan kecemasan atau kecenderungan biologis untuk menjadi sangat terhambat secara sosial. Eksistensi kerentanan psikologis menyeluruh seperti tercermin pada perasaan atas berbagai peristiwa, khususnya peristiwa yang sangat menimbulkan stres, mungkin tidak dapat dikontrol dan dengan demikian akan mempertinggi kerentanan individu. Ketika mengalami stres, kecemasan dan perhatian yang difokuskan pada diri sendiri dapat meningkat sampai ke titik yang mengganggu kinerja, bahkan disertai oleh adanya alarm (serangan panik). (2) Ketika dalam keadaan stres, seseorang mungkin mengalami serangan panik yang tak terduga pada sebuah situasi sosial yang selanjutnya akan dikaitkan (dikondisikan) dengan stimulus-stimulus sosial. Individu kemudian akan menjadi sangat cemas tentang kemungkinan untuk mengalami alarm (serangan panik) lain (yang dipelajari) ketika berada dalam situasi-situasi sosial yang sama atau mirip. (3) Seseorang mungkin mengalami sebuah trauma sosial riil yang menimbulkan alarm aktual. Kecemasan lalu berkembang (terkondisi) di dalam situasi-situasi sosial yang sama atau mirip. Pengalaman sosial yang traumatik mungkin juga meluas kembali ke masa-masa sulit di masa kanak-kanak. Masa remaja awal biasanya antara umur 12 sampai 15 tahun adalah masa ketika anak-anak mengalami serangan brutal dari teman-teman sebayanya yang berusaha menanamkan dominasi mereka. Pengalaman ini dapat menghasilkan kecemasan dan panik yang direproduksi di dalam situasi-situasi sosial di masa mendatang.

Menurut Clinic (dalam Juliansyah, 2012): (1) Faktor genetik yaitu biasanya keluarga yang memiliki orang tua cemas akan menurunkan kecemasannya kepada anak. (2) Pengalaman social, misalkan pengalaman yang traumatik di depan umum atau dihina dalam waktu yang lama akan memunculkan kecemasan sosial. (3) Pengaruh budaya, misalnya penerapan pola asuh di keluarga. (4) Pengaruh *neurochemicals*, yaitu mengenai cairan kimia yang berpengaruh terhadap gejala-gejala kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketidakseimbangan cairan kimia serotonin di otak dapat

menjadi faktor kecemasan sosial. Serotonin dan neurotransmitter membantu untuk memberikan rasa nyaman dan emosi. Orang yang mengalami kecemasan sosial memiliki perasaan sangat sensitive yang diakibatkan karena kelebihan cairan serotonin. (5) Faktor psikologis memiliki peranan yang sangat penting dalam menyebabkan kecemasan sosial. Termasuk respon ketakutan terhadap situasi yang tidak menyenangkan. Selain itu, keyakinan negatif dan keyakinan irasional merupakan faktor psikologis yang menyebabkan kecemasan sosial.

Hipotesa

Tingkat kecemasan sosial kaum homoseksual lesbian lebih tinggi dibandingkan dengan kaum homoseksual gay.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif uji beda karena peneliti ingin meneliti perbedaan antara kedua variabel pada data yang telah dikumpulkan sekaligus menguji signifikansinya.

Subjek Penelitian

Subyek dalam penelitian ini adalah 30 orang gay dan 30 orang lesbian. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah Teknik sampel purposif. Teknik sampel purposif dikenakan pada sampel yang karakteristiknya sudah ditentukan dan diketahui lebih dulu berdasarkan ciri dan sifat populasinya. (Winarsunu, 2009).

Tehnik pengambilan sampel dengan cara *snowball*, yaitu melalui orang lain yang memiliki kenalan rekan atau kerabat yang gay dan lesbian, karena keterbatasan subyek yang dikenal langsung oleh peneliti.

Variabel dan Instrumen Penelitian

Penelitian ini mengkaji satu variabel yaitu kecemasan sosial. Kecemasan sosial adalah ketakutan akan adanya penilaian negatif dari orang lain yang dialami kaum homoseksual dalam menghadapi lingkungan sosialnya serta penghindaran dari lingkungan sosial yang dilakukan oleh kaum homoseksual ketika berada pada situasi baru atau pun berhadapan dengan orang asing dan ketika berada di situasi umum (dengan orang yang sudah dikenal).

Metode pengumpulan data variable kecemasan sosial dengan menggunakan skala kecemasan sosial yang diadaptasi dari SAS-A (*Social Anxiety Scale for Adolescents*) dari Greca. Skala asli terdiri dari 18 item, namun diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia dan dimodifikasi menjadi 33 item disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

Tabel 1. Indeks Validitas Skala Kecemasan Sosial

Aspek Kecemasan Sosial	Total Item Valid	Indeks Validitas
Ketakutan akan Evaluasi Negatif	11 item	0,294-0,589
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan dalam Situasi yang Baru	11 item	0,385-0,709
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan yang Dialami Secara Umum, dengan Orang yang Dikenal	11 item	0,255-0,655

Berdasarkan table diatas dapat dilihat hasil uji validitas item skala kecemasan sosial, dari 33 item yang diuji semua item dinyatakan valid.

Tabel 2. Indeks Reliabilitas Skala Kecemasan Sosial

Aspek Kecemasan Sosial	Alpha
Ketakutan akan Evaluasi Negatif	0,805
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan dalam Situasi yang Baru	0,866
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan yang Dialami Secara Umum, dengan Orang yang Dikenal	0,822

Data di atas menjelaskan bahwa koefisien reliabilitas di atas 0,6. Untuk menentukan suatu instrumen reliable atau tidak maka bisa menggunakan batas nilai alpha 0,6. Menurut Sekaran (2006), reliabilitas kurang dari 0,6 adalah kurang baik, sedangkan 0,7 dapat diterima dan di atas 0,8 adalah baik. Dari hasil uji reliabilitas dapat diketahui nilai Cronbach alpha untuk skala kecemasan social reliabel.

Prosedur dan Analisa Data Penelitian

Prosedur dalam penelitian ini terdiri dari tiga tahap, yaitu persiapan, pelaksanaan, dan analisa. Tahap persiapan terdiri dari mempersiapkan instrument berupa skala kecemasan social yang diadaptasi dari SAS-A (*Social Anxiety Scale for Adolescents*) yang aslinya terdiri dari 18 item. Kemudian skala tersebut diadaptasi ke dalam Bahasa Indonesia dan dimodifikasi menjadi 33 item yang disesuaikan dengan kebutuhan penelitian.

Tahap kedua yaitu pelaksanaan dengan menyebarkan instrument penelitian kepada 60 subjek yang terbagi menjadi 30 subjek gay dan 30 subjek lesbian. Tahap ketiga yaitu analisa data dengan teknik t-test untuk menguji perbedaan kecemasan sosial antara gay dan lesbian.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi Data

Dari penelitian yang telah dilakukan, diperoleh data subyek sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Usia dan Pendidikan Subyek Penelitian

Kategori	Gay	Lesbian
Usia		
16 – 22 tahun	13 orang	16 orang
23 – 24 tahun	4 orang	3 orang
25 – 31 tahun	7 orang	10 orang
32 – 47 tahun	6 orang	1 orang
Tingkat Pendidikan		
SMP	1	1
SMA	21	22
Perguruan Tinggi	8	7

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat dilihat bahwa subjek penelitian baik gay maupun lesbian sebagian besar berusia antara 16-22 tahun. Sedangkan yang paling sedikit berusia 23-24 tahun. Untuk subjek lesbian hanya satu subjek yang berusia 32-47 tahun. Selanjutnya dari tingkat pendidikan SMP, subjek gay dan lesbian hanya satu subjek, Perguruan Tinggi subjek gay sebanyak 8 orang dan subjek lesbian sebanyak 7 orang. Sebagian besar berada pada tingkat pendidikan SMA yaitu sebanyak 21 orang termasuk subjek gay dan 22 orang termasuk subjek lesbian.

Tabel 4. Kecemasan Sosial pada Kaum Homoseksual Gay dan Lesbian

Homoseksual	Kategori		Total
	Rendah	Tinggi	
Gay	25 orang (83,3%)	5 orang (16,7%)	100 %
Lesbian	7 orang (23,3%)	23 orang (76,7%)	100 %

Berdasarkan perhitungan T-score pada tabel 4, dapat diketahui bahwa kaum homoseksual yang memiliki tingkat kecemasan sosial rendah pada kaum gay sebanyak 25 orang (83,3%), sedangkan pada kaum lesbian sebanyak 7 orang (23,3%). Dan untuk kaum homoseksual yang memiliki tingkat kecemasan sosial tinggi pada kaum gay sebanyak 5 orang (16,7%), sedangkan pada kaum lesbian sebanyak 23 orang (76,7%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan sosial pada kaum lesbian lebih tinggi dibandingkan dengan kaum gay.

Hasil Analisa Data

Tabel 5. Hasil Analisa Uji Independent Sample t-Test Kecemasan Sosial

Homoseksual	N	Mean	Std	F	t	df	Mean diff	Sig
Gay	30	8,77	5,049	10,143	- 5,906	58	-11,200	0,000
Lesbian	30	19,97	9,076					

Hasil analisa data Independent Sample t-Test dengan menggunakan SPSS diperoleh kesimpulan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sosial antara kaum homoseksual gay dengan lesbian. Hal ini dapat dilihat dari tabel 5 didapat nilai t_{hitung} sebesar -5,906. Selain itu, nilai probabilitas (signifikansi) berada di bawah 0,01 yaitu sebesar 0,000. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sosial pada kaum gay dan lesbian.

Selanjutnya, jika dilihat *mean* kecemasan sosial pada masing-masing kelompok di table 5, dapat diambil gambaran bahwa tingkat kecemasan sosial kaum lesbian lebih tinggi dibandingkan dengan kaum gay. Yaitu *mean* untuk kaum lesbian sebesar 19,97, sedangkan *mean* untuk kaum gay hanya sebesar 8,77.

Tabel 6. Hasil Analisa Uji Independent Sample t-Test per Aspek

Aspek	N	Mean	Std	F	t	df	Mean diff	Sig
Ketakutan akan Evaluasi Negatif								
Gay	30	3,27	2,392	2,699	-4,634	58	-3,300	0,000
Lesbian	30	6,57	3,081					
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan dalam Situasi yang Baru								
Gay	30	2,47	2,047	6,075	-6,833	58	-4,700	0,000
Lesbian	30	7,17	3,163					
Penghindaran Sosial dan Rasa Tertekan yang Dialami Secara Umum, dengan Orang yang Dikenal								
Gay	30	3,03	2,125	9,205	-4,352	58	-3,200	0,000
Lesbian	30	6,23	3,421					

Hasil analisa data Independent Sample t-Test untuk masing-masing aspek kecemasan sosial dapat dilihat pada table 6. Dari data di atas diperoleh kesimpulan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sosial dari masing-masing aspek antara kaum homoseksual gay dengan lesbian. Untuk aspek pertama didapat nilai t_{hitung} sebesar -4,634. Untuk aspek kedua didapat nilai t_{hitung} sebesar -6,833. Dan untuk aspek ketiga didapat nilai t_{hitung} sebesar -4,352. Selain itu, nilai probabilitas (signifikansi) dari keseluruhan aspek berada di bawah 0,01 yaitu sebesar 0,000. Sehingga dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sosial dari masing-masing aspek pada kaum gay dan lesbian.

Jika dilihat dari *mean* kecemasan sosial untuk setiap aspek pada masing-masing kelompok dari table 6, dapat diambil gambaran bahwa tingkat kecemasan sosial untuk keseluruhan aspek lebih tinggi kaum lesbian jika dibandingkan dengan kaum gay. Yaitu *mean* untuk aspek pertama pada kaum lesbian sebesar 6,57 , sedangkan untuk kaum gay hanya sebesar 3,27. Kemudian *mean* untuk aspek kedua pada kaum lesbian sebesar 7,17 , sedangkan untuk kaum gay hanya sebesar 2,47. Dan *mean* untuk aspek ketiga pada kaum lesbian sebesar 6,23 , sedangkan untuk kaum gay hanya sebesar 3,03..

DISKUSI

Penelitian ini memperoleh beberapa temuan. Pertama, dari penelitian ini menemukan adanya perbedaan yang sangat signifikan pada tingkat kecemasan sosial kaum homoseksual gay dan lesbian. Hasil penelitian tersebut diketahui bahwa tingkat kecemasan sosial pada kaum homoseksual lesbian lebih tinggi dibandingkan dengan kaum gay. Dapat dilihat pada table 5, nilai *mean* kecemasan sosial kaum lesbian lebih tinggi daripada kaum gay, yaitu untuk kaum lesbian sebesar 19,97 sedangkan untuk kaum gay hanya sebesar 8,77. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Greca dan Lopez

(1998) tentang kecemasan sosial, juga dihasilkan bahwa remaja perempuan mengalami kecemasan sosial lebih tinggi dibandingkan dengan remaja laki-laki, dan remaja perempuan jauh lebih rentan terhadap kecemasan sosial jika dibandingkan dengan remaja laki-laki. Walaupun penelitian tersebut lebih spesifik pada remaja, namun dapat ditarik garis lurus dengan penelitian kali ini, karena subyek yang digunakan pada penelitian ini rata-rata berada pada rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal.

Penelitian lain juga pernah dilakukan di Belanda oleh Miers, Blote, Bogels, dan Westenberg (2008) terkait tentang hubungan pemaknaan yang bias dengan kecemasan sosial. Hasil dari penelitian tersebut diantaranya, perempuan secara signifikan kurang dapat berpikir positif dan cenderung lebih negatif dalam tafsiran-tafsiran mereka pada saat melakukan interaksi sosial jika dibandingkan dengan laki-laki. Selain itu perempuan memiliki keyakinan yang lebih negatif tentang interaksi sosial mereka. Dapat dikaitkan pula dengan penelitian kali ini, walaupun penelitian kali ini menggunakan subyek dengan karakteristik gay dan lesbian, namun pada kodratnya seorang gay adalah berjenis kelamin laki-laki dan seorang lesbian tetap seorang perempuan pula. Sehingga pada kaum lesbian yang pada dasarnya adalah seorang perempuan, terdapat kemungkinan untuk memiliki pemikiran yang lebih negatif dan kurang percaya terhadap interaksi sosialnya, sehingga dapat terjadi kecemasan sosial yang lebih tinggi daripada kaum gay.

Fakta di lapangan dari penelitian ini juga diketahui bahwa kaum homoseksual gay jauh lebih banyak berasal dari komunitas-komunitas yang sudah mulai terbuka jika dibandingkan dengan kaum lesbian. Di kota Malang sendiri hanya terdapat satu lembaga resmi yang khusus menaungi kaum homoseksual gay, yaitu Yayasan IGAMA (Ikatan Gay Malang), sehingga kaum gay akan mendapatkan perlindungan hukum dan berbagai fasilitas seperti pemeriksaan kesehatan, pelatihan, pembekalan, aktivitas sosial, serta fasilitas lain yang menunjang aktivitasnya sehari-hari. Namun belum terdapat lembaga resmi yang menaungi kaum lesbian di kota Malang, sehingga kaum lesbian jauh lebih tertutup. Mereka hanya tergabung dalam komunitas kecil, atau memilih untuk tidak bergabung dengan komunitas. Hal ini menjadi salah satu faktor tingginya tingkat kecemasan sosial pada kaum lesbian, mereka merasakan hidup sebagai kaum minoritas yang kurang berdaya, karena tidak ada lembaga resmi yang dapat melindungi mereka secara hukum dari berbagai ancaman sosial dan tidak ada wadah yang memfasilitasi mereka untuk berkembang. Hal itu senada dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Olivia (2012) di Jakarta menemukan bahwa kaum gay lebih *coming out* jika dibandingkan dengan kaum lesbian, terbukti dari banyaknya jumlah kaum gay yang lebih dikenal dan komunitas-komunitas dari kaum gay yang jauh lebih terbuka, bahkan di dunia maya ditemukan lebih banyak jumlah media sosial dari kaum gay yang sangat terbuka.

Jika dikaitkan dengan teori, fakta tentang kaum gay di atas dapat disebut Polarisasi, seperti yang terdapat pada teori Psikologi Kelompok. Sebagaimana Gilovich, Keltner, dan Nisbett (2006) menjelaskan dalam sebuah kelompok terdapat polarisasi yaitu adanya kecenderungan keputusan kelompok menjadi lebih ekstrim daripada keputusan yang dibuat oleh individu. Mereka merasa menjadi satu bagian utuh. Dalam polarisasi seorang individu cenderung membuat keputusan yang berani ketika mereka berada dalam kelompok daripada ketika mereka sendirian. Penelitian sebelumnya oleh Kim dan

Park (2010) di Korea Selatan menemukan bahwa penduduk Korea Selatan lebih berani mengambil resiko ketika mereka berkelompok daripada ketika mereka sendirian. Dari hal tersebut dapat kita kaitkan, salah satu penyebab rendahnya tingkat kecemasan sosial kaum gay adalah karena mereka telah lebih banyak bergabung dengan komunitas atau pun kelompok, sehingga mereka jauh lebih berani menghadapi lingkungan sosial mereka karena mereka merasa tidak sendiri, masih banyak orang-orang yang bernasib sama dengan mereka.

Kedua, secara teoritik terdapat beberapa aspek kecemasan sosial, termasuk yang digunakan pada instrument penelitian kali ini. Aspek tersebut yaitu: Ketakutan akan evaluasi negatif, Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru (berhubungan dengan orang asing dalam situasi yang baru), Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal. Dari hasil penelitian diperoleh data bahwa untuk ketiga aspek tersebut keseluruhannya dinyatakan terdapat perbedaan tingkat kecemasan sosial dari masing-masing aspek pada kaum gay dan lesbian. Pada kaum gay diketahui *mean* untuk aspek pertama sebesar 3,27 dan *mean* untuk aspek kedua sebesar 2,47 serta *mean* pada aspek ketiga sebesar 3,03. Sedangkan pada kaum lesbian diketahui *mean* untuk aspek pertama sebesar 6,57 dan *mean* untuk aspek kedua sebesar 7,17 serta *mean* pada aspek ketiga sebesar 6,23. Dari hasil tersebut dapat ketahu bahwa dari keseluruhan aspek nilai *mean* kaum lesbian lebih tinggi daripada kaum gay.

Jika dilihat dari hasil analisa masing-masing aspek kecemasan sosial yang telah dipaparkan di atas, terdapat fenomena yang menarik untuk dikaji lebih jauh, yaitu pada aspek kedua, dimana *mean* pada aspek tersebut merupakan yang terendah dari keseluruhan *mean* masing-masing aspek pada kaum gay, sedangkan pada kaum lesbian justru sebaliknya, *mean* untuk aspek tersebut merupakan yang tertinggi dari masing-masing aspek pada kaum lesbian. Aspek kedua tersebut merupakan penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi yang baru (berhubungan dengan orang asing dalam situasi yang baru). Sehingga dari hal tersebut dapat diketahui bahwa kaum lesbian memiliki kecenderungan lebih cemas ketika berhadapan dengan situasi baru, dimana mereka harus berinteraksi dengan orang asing atau orang baru, dan akhirnya mereka lebih memilih untuk melakukan penghindaran. Sebaliknya, kaum gay justru tidak mencemaskan hal tersebut. Kaum gay sudah mampu mengendalikan diri ketika mereka harus berhadapan dengan situasi baru dan orang baru tanpa merasa tertekan serta tetap bertahan tanpa melakukan penghindaran. Pada kaum gay *mean* tertinggi justru pada aspek pertama, yaitu ketakutan akan evaluasi negatif. Sehingga dapat dikatakan bahwa kaum gay lebih takut dengan adanya evaluasi negatif dari orang lain daripada berhadapan dengan situasi baru atau orang asing. Perbedaan tersebut selaras dengan hasil presentase untuk kecemasan sosial pada tabel 4, dimana kaum gay yang memiliki kecemasan sosial tinggi hanya sebesar 16,7%, sedangkan pada subyek lesbian terdapat 76,7% yang mengalami kecemasan sosial dalam kategori tinggi.

Keterbatasan pada penelitian ini yaitu dalam pertanyaan *screening* yang kurang mendalam pada saat pemberian skala. Pertanyaan *screening* hanya data identitas yang terdiri dari nama, usia, jenis kelamin, dan tingkat pendidikan. Akan lebih baik lagi jika ditambahkan beberapa pertanyaan terkait kaum homoseksual, seperti sejak usia berapakah individu tersebut menyadari dirinya adalah homoseksual, serta peran individu

tersebut dalam hubungan dengan pasangannya, misalnya untuk lesbian, dalam hubungan dengan pasangannya mereka terbagi menjadi dua jenis. Lesbian yang merasakan kecenderungan dirinya lebih maskulin biasanya disebut “butchi”, mereka berperan selayaknya laki-laki, dan berpenampilan seperti laki-laki. Sedangkan seorang lesbian yang lebih feminin, biasanya disebut “femee”, mereka seperti perempuan pada umumnya. Begitu pula pada kaum gay, terdapat peran dimana salah satunya adalah maskulin dan pasangannya adalah feminin. Jika pertanyaan *screening* ditambahkan seperti beberapa pertanyaan tersebut maka akan didapatkan beberapa fakta lain yang dapat dianalisa lebih mendalam. Selain itu, pemilihan kata pada alat ukur yang digunakan dalam penelitian kali ini sesungguhnya telah terkonteks pada kondisi subyek penelitian yang homoseksual, akan tetapi pada setiap item tersebut masih terdapat kesan pernyataan yang bersifat netral atau kurang terfokus pada homoseksual.

SIMPULAN DAN IMPLIKASI

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan pada kecemasan sosial antara kaum homoseksual gay dan lesbian dengan nilai t_{hitung} sebesar -5,906 dan nilai signifikansi sebesar 0,000. Sedangkan hasil penghitungan *mean* untuk tingkat kecemasan sosial diketahui bahwa tingkat kecemasan sosial pada kaum lesbian lebih tinggi daripada kaum gay.

Implikasi dari penelitian ini yaitu: bagi kaum homoseksual lesbian agar lebih berpikir positif dan realistis, tidak menarik diri dari masyarakat, serta berpartisipasi aktif dalam kegiatan social. Bagi tenaga profesional atau instansi yang menaungi kaum homoseksual, diharapkan dapat memberikan psikoedukasi, pelatihan, atau bentuk intervensi lainnya yang dapat mereduksi kecemasan sosial pada kaum lesbian. Bagi peneliti selanjutnya dapat melanjutkan penelitian ini dengan menghubungkannya dengan variabel lain yang belum pernah diteliti sebelumnya. Atau dengan variabel yang sama namun dengan subyek yang berbeda. Selain itu jika peneliti selanjutnya menggunakan variabel dan subyek yang sama, disarankan untuk menggunakan metode kualitatif sehingga hasil akan lebih mendalam. Namun jika tetap menggunakan metode kuantitatif maka disarankan untuk menggunakan alat ukur dengan item pernyataan yang lebih terfokus pada kondisi subyek homoseksual.

REFERENSI

- Akbar, I., dan Sihabudin, A. (2011). *Pola komunikasi antarpribadi kaum homoseksual terhadap komunitasnya di Kota Serang (Studi fenomenologi komunikasi antarpribadi komunitas gay di Kota Serang Banten)*. Thesis, Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- American Psychiatric Association. (1994). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*, (4th ed). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Caturinata, W. (2009). *Connection between social support and coming out of young adult lesbians*. Jakarta: Universitas Indonesia Press.
- Dayakisni, T., & Hudaniah. (2009). *Psikologi sosial*. Malang: UMM Press.

- Durand, V. M. (2006). *Intisari psikologi abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Feldmen, R. S. (1999). *Understanding psychology*, (5th ed). New York: Mc Graw-Hill Publishing Company.
- Gilovich, T., Keltner, D., & Nisbett, R. E. (2006). *Social psychology*. New York: W. W. Norton & Company.
- Greca La, A. M., & Lopez, N. (1998). Social anxiety among adolescents: linkages with peer relations and friendships. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 26, (2), 83-94.
- Ilham, A. (2011). *Pola komunikasi antarpribadi kaum homoseksual terhadap komunitasnya di kota Serang*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa, Jakarta.
- Jose, P. E., Alexandra, M., Mireia, O., & Rafael, B. (2012). Autoconcepto, ansiedad social y sintomatología depresiva en adolescentes Españoles según su orientación sexual. *Journal of Ansiedad y Estrés*, 18, (1), 31-41.
- Juliansyah Fajar (2012, April 11 th). *Kecemasan sosial*. Diakses 10 Juni 2013, dari <http://fajarjuliansyah.wordpress.com/2012/04/11/social-anxiety/#comment-40>.
- Kim, D. Y., & Park, J. (2010). Cultural differences in risk: The group facilitation effect. *Journal of Judgment and Decision Making*, 5, (5), 380-390.
- Miers, A. C., Blote, A. W., Bogels, S. M., & Westenberg, P. M. (2008). Interpretation bias and social anxiety in adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 22, 1462–1471.
- Nevid, J.S., Rathus, S.A., & Greene, B. (2003). *Psikologi abnormal*, (Jilid 1). Jakarta: Erlangga.
- Nugroho, S. C., Siswati, & Sakti, H. (2012). *Pengambilan keputusan menjadi homoseksual pada laki-laki usia dewasa awal*. Skripsi, Program Sarjana S1 Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro, Semarang.
- Olivia, T. R. (2012). *Perbedaan proses coming out antara gay dan lesbian*. Jurusan Psikologi Fakultas Humaniora Universitas Bina Nusantara, Jakarta.
- Rahman, A. G. (2013). *Apakah lgbt (lesbian, gay, biseksual, dan transgender) merupakan fitrah atau penyimpangan?.* PKU VI (Program Kaderisasi Ulama), ISID Gontor.
- Sadarjoen, S.S. (2005). *Kasus gangguan psikoseksual*. Bandung: Refika Aditama.
- Semiun, Y. (2006). *Kesehatan mental 2*. Yogyakarta: Kanisius.

Stein, M.B., & Walker, J.R. (2001). *Triumph over shyness: Conquering shyness and social anxiety*. New York: McGraw-Hill Publishing Company.

Winarsunu, T. (2009). *Statistik dalam penelitian psikologi & pendidikan*. Malang: UMM Press.