

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Penelitian ini berfokus bagaimana pria memaknai identitas dirinya dalam pengalamannya sebagai transgender dan detransisinya. Seorang transgender seringkali mengalami pergulatan identitas gender atau *gender dysphoria* (Sasmita, 2025). Situasi tersebut, membuat dia mengalami konflik dalam dirinya dan terutama dalam interaksi sosialnya. Peneliti menggunakan kerangka teoretis disonansi kognitif yang berfokus pada ketegangan batin, konflik nilai, serta strategi komunikasi yang ditempuh individu dalam menghadapi situasi yang kontradiktif (West & Turner 2008 :137). Untuk menggali pengalaman tersebut secara mendalam dan autentik, penelitian ini menggunakan metode fenomenologi yang memungkinkan peneliti memahami makna subjektif dari pengalaman hidup informan.

Gender Dysphoria adalah kondisi ketika seseorang merasa tidak nyaman dengan jenis kelamin biologis yang dimilikinya sejak lahir. Orang yang mengalaminya bisa merasa bingung, tertekan, atau tidak cocok dengan identitas gender yang diberikan. Karena itu, sebagian dari mereka memiliki keinginan untuk mengubah atau menyesuaikan gender agar sesuai dengan apa yang mereka rasakan (Yarhouse, 2015). Gender dysphoria juga mencakup ketidakpuasan emosional maupun kognitif terhadap jenis kelamin yang ditentukan sejak lahir, yang kerap menimbulkan tekanan psikologis.

Ketidakpuasan terhadap jenis kelamin yang ditetapkan dapat memicu tekanan psikologis yang signifikan, sementara proses mengungkapkan identitas gender menjadi tantangan akibat diskriminasi, stigma, atau penolakan dari lingkungan sosial. Dukungan serta penerimaan sosial

berperan penting dalam membantu individu transgender menjalani hidup yang autentik. Secara umum, identitas gender dipengaruhi oleh budaya dan mencerminkan kondisi psikologis individu, sedangkan pandangan mengenai normal atau abnormalnya perilaku seksual ditentukan oleh norma-norma sosial budaya yang berlaku (Nevid, 2002).

Gender dysphoria dapat dipahami sebagai bentuk nyata dari disonansi kognitif. Kondisi ini terjadi ketika pikiran, perasaan, dan tubuh seseorang tidak selaras, misalnya identitas gender yang ia rasakan berbeda dengan jenis kelamin biologis yang dimiliki. Ketidaksesuaian ini memicu tekanan psikologis yang kuat, seperti rasa cemas, tidak nyaman, atau bahkan depresi. Karena itu, gender dysphoria sering dilihat sebagai pergulatan batin yang kompleks antara siapa seseorang merasa dirinya dengan bagaimana tubuhnya terbentuk sejak lahir. (Ma, 2017)

Gender dysphoria tidak hanya soal konflik internal, tetapi juga berhubungan dengan bagaimana seseorang menampilkan ekspresi gender di hadapan orang lain. Dalam ilmu komunikasi, ekspresi gender dipahami sebagai cara individu menyampaikan identitas dirinya lewat penampilan, gaya bicara, atau perilaku. Ketika ekspresi gender seseorang tidak sesuai dengan norma sosial yang berlaku, timbul potensi disonansi baru baik dari dalam diri maupun dari reaksi lingkungan. Dengan demikian, komunikasi menjadi ruang penting untuk memahami, menegosiasikan, dan mengekspresikan identitas gender agar individu bisa lebih diterima, baik oleh dirinya sendiri maupun masyarakat (Pakasi & Qomarrullah, 2024). Dengan demikian, ekspresi gender dapat dipahami sebagai wujud nyata individu dalam menampilkan identitas dirinya dan bagaimana individu menegosiasikan identitasnya di tengah masyarakat.

Jika dijelaskan lebih dalam lagi, Ekspresi gender merupakan cara seseorang menampilkan identitas gendernya kepada orang lain melalui berbagai bentuk komunikasi, baik verbal maupun nonverbal. Ekspresi ini tidak terbatas pada pakaian atau penampilan fisik, tetapi juga mencakup intonasi suara, pilihan kata, gestur, gaya interaksi, hingga preferensi dalam

menampilkan diri di ruang publik. Dalam kajian komunikasi interpersonal, ekspresi gender dipahami sebagai bagian dari *self-presentation* yang merupakan upaya individu membangun citra diri sesuai dengan identitas yang mereka rasakan. Proses ini merupakan bentuk komunikasi simbolik, karena setiap pilihan penampilan dan perilaku membawa makna tertentu yang dibaca dan diinterpretasikan oleh orang lain dalam konteks sosial tertentu. (Morrow & Messinger, 2006)

Dalam perspektif sosial, ekspresi gender sangat berkaitan dengan norma budaya yang mengatur bagaimana “maskulin” atau “feminin” seharusnya dikomunikasikan. Namun, perkembangan wacana gender modern menggeser batas-batas ini, memberikan ruang bagi individu untuk mendefinisikan dan mengekspresikan gender secara lebih fleksibel. Pergeseran ini menegaskan bahwa ekspresi gender merupakan hasil negosiasi komunikasi antara individu dan lingkungannya. Individu terus menerus mengirim dan menerima pesan tentang bagaimana identitas mereka dipersepsikan, lalu menyesuaikan ekspresi gender mereka sebagai respons terhadap penerimaan, penolakan, atau ekspektasi sosial yang muncul. (Schilt & Westbrook, 2009).

Akan tetapi, ekspektasi masyarakat Indonesia terhadap keberadaan transgender sering dianggap tidak sesuai dan ditolak. Hal ini karena aturan sosial yang berlaku biasanya tidak memberi ruang bagi aktivitas yang dianggap menyimpang dari kesusilaan, apalagi jika sudah dilekatkan stigma. Ekspektasi ini muncul karena adanya ketakutan akan perubahan nilai sosial dan kekhawatiran bahwa perbedaan akan mengganggu tatanan budaya yang sudah ada. Namun, di sisi lain ada juga sebagian masyarakat yang mulai lebih terbuka, dengan harapan kaum transgender bisa tetap menjalani hidup mereka secara damai tanpa menimbulkan konflik sosial. (Jasruddin & Daud, 2015)

Banyak orang masih melihat transgender sebagai penyimpangan dari norma gender yang ada, sehingga diskriminasi terjadi di berbagai aspek kehidupan. Hal ini mencakup kesulitan dalam mendapatkan pekerjaan, akses layanan kesehatan yang terbatas, serta perlakuan hukum yang tidak setara. Tidak jarang individu transgender menghadapi pelecehan, perundungan, dan pengucilan, baik di lingkungan keluarga maupun masyarakat. Diskriminasi ini menambah beban psikologis yang harus mereka tanggung, dan dapat menghambat mereka dalam mencapai kesejahteraan dan menjalani kehidupan yang sejahtera. Oleh karena itu, penerimaan dan dukungan dari masyarakat menciptakan suasana yang inklusif dan mendukung bagi setiap individu, tanpa memperhatikan identitas gender mereka (Rumata, 2019, p. 176-177).

Jenis kelamin tentu saja berbeda dengan gender. Jenis kelamin ditentukan secara biologis, yaitu laki-laki dan perempuan. Sementara itu, gender lebih ke peran, perilaku, dan sifat yang dibentuk oleh budaya dan lingkungan sosial. Jadi, maskulinitas sering diasosiasikan dengan laki-laki, sedangkan femininitas dengan perempuan. Tapi dalam praktiknya, identitas gender setiap orang bisa beragam, ada yang merasa lebih maskulin, feminin, atau bahkan kombinasi keduanya (Morrow & Messinger, 2006).

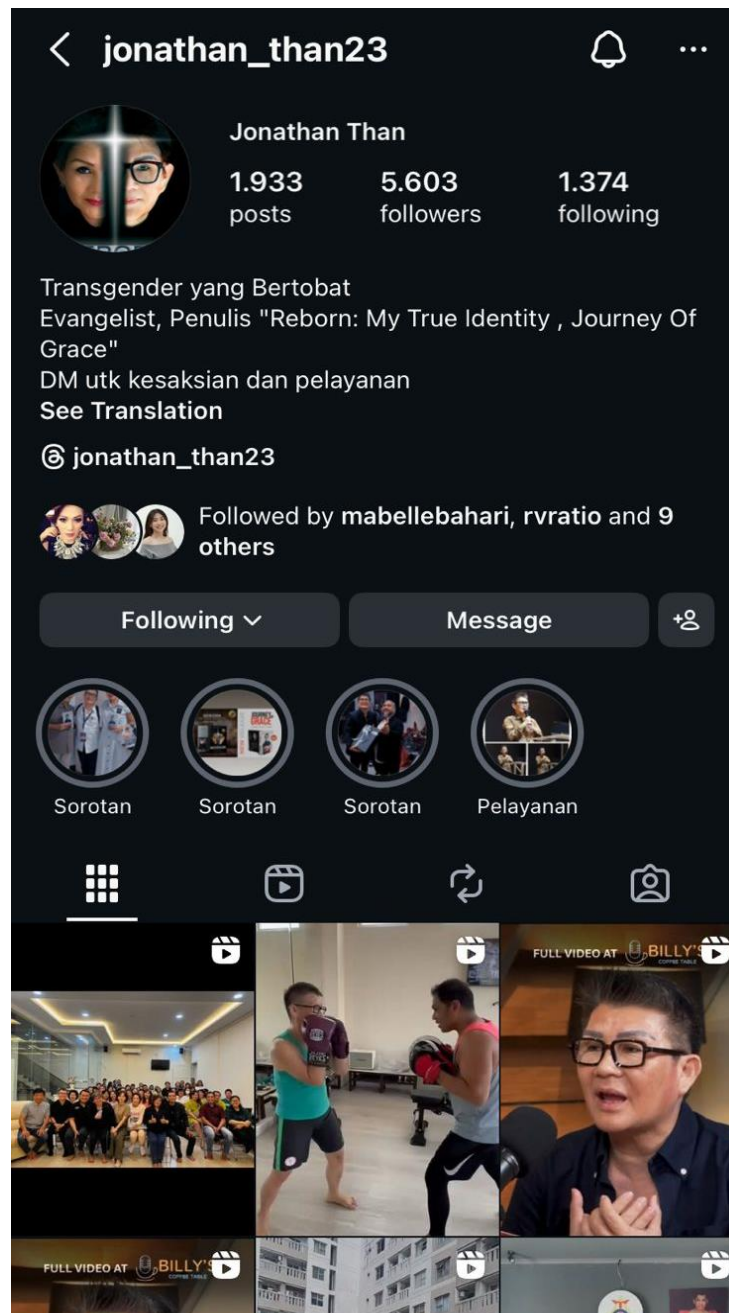
Menurut Butler, tubuh memang ditentukan sejak lahir sebagai laki-laki atau perempuan, tetapi identitas gender bukanlah sesuatu yang otomatis mengikuti jenis kelamin. Identitas gender dibentuk secara sosial dan ditentukan oleh bagaimana seseorang melihat dan mengekspresikan dirinya. Artinya, kita tidak bisa menganggap semua orang yang lahir sebagai laki-laki pasti maskulin, atau semua yang lahir sebagai perempuan pasti feminin ((Butler, 1990) dalam Sumardiono, N. (2022))

Konsep performativitas gender Butler menjelaskan bagaimana individu dapat mengalami disonansi antara identitas gender yang dirasakan dan peran gender yang diharapkan

oleh masyarakat. Identitas gender bukanlah sesuatu yang lahir dalam diri individu, melainkan dari luar, melalui ekspektasi dan regulasi sosial yang mengarahkan bagaimana seseorang seharusnya berperilaku sesuai dengan jenis kelamin yang mereka terima saat lahir. Performativitas gender mencakup tindakan sehari-hari seperti cara berpakaian, berbicara, dan berperilaku yang secara berulang dilakukan individu sehingga memperkuat serta memvalidasi norma-norma gender yang berlaku di masyarakat. Dengan kata lain, seseorang dianggap berjenis kelamin laki-laki atau perempuan sebab mengikuti pola-pola perilaku yang diharapkan oleh masyarakat. ((Butler, 1990) dalam Sumardiono, N. (2022))

Informan penulis merupakan seorang transgender yang mengalami detransisi gender, yang tidak hanya menjalani proses tersebut secara personal, tetapi juga aktif membagikan pengalaman hidupnya kepada masyarakat luas. Informan kerap menyampaikan pandangan dan refleksi dirinya melalui berbagai platform media sosial, khususnya Instagram dalam bentuk cuplikan video, serta melalui kanal YouTube dalam berbagai undangan podcast. Aktivitas ini menunjukkan bahwa pengalaman detransisi yang dialami tidak berhenti pada ranah individu, tetapi juga menjadi bagian dari proses komunikasi dengan publik. Melalui keterlibatan tersebut, informan turut membentuk ruang diskusi mengenai isu transgender dan detransisi dalam konteks sosial yang lebih luas.

Gambar I.1



Instagram Informan

Sumber: Olahan Penulis

Detransisi Gender merupakan pengalaman dimana seorang yang telah melakukan transisi gender memutuskan untuk kembali ke identitas gender yang sesuai dengan jenis kelamin lahirnya (Irwig, 2022). Pada tahun 2022, sekelompok mahasiswa melakukan

penelitian yang melibatkan 78 orang di AS berusia 18–33 tahun yang sebelumnya pernah mengidentifikasi diri sebagai transgender namun kemudian berhenti setidaknya enam bulan sebelum penelitian. Sebagian besar awalnya mulai merasa transgender di usia remaja, menjalani langkah-langkah sosial maupun medis, dan mayoritas adalah perempuan sejak lahir. Hasilnya menunjukkan banyak dari mereka sebenarnya punya masalah kesehatan mental atau trauma yang sempat disalahartikan sebagai disforia gender. Setelah berhenti dari identitas transgender (detransisi), kebanyakan peserta justru merasa kondisi mental mereka jauh lebih baik, lebih jarang menyakiti diri sendiri, dan lebih bisa berkembang (Littman et al., 2024).

Detransisi sering disalahartikan sebagai bukti bahwa transgender adalah "kesalahan" atau hanya fase sementara, padahal keputusan seseorang untuk transisi atau detransisi sangat kompleks dan personal. Beberapa individu yang mengalami detransisi menghadapi kritik dari komunitas transgender maupun masyarakat luas. Komunitas LGBTQ+ melihatnya sebagai langkah mundur, sedangkan masyarakat umum bisa menjadikannya alasan untuk semakin menolak transgender. Tidak banyaknya ruang diskusi atau layanan yang mendukung individu yang mengalami detransisi, sehingga mereka sering merasa terisolasi. Namun, kesadaran dan penerimaan perlahan mulai tumbuh seiring dengan meningkatnya edukasi tentang identitas gender dan hak asasi manusia (Hayu Sasmita et al., 2025).

Orang yang menjalani masa detransisi sering punya kebutuhan yang beragam dan cukup rumit. Detransisi gender masih jarang dipahami dan diteliti dalam dunia medis. Hal ini membuat orang yang menjalani detransisi sering tidak dianggap sebagai kelompok dengan pengalaman, kebutuhan, dan tantangan yang khas. Meski begitu, proses transisi dan kembali lagi bisa jadi pengalaman berharga, karena beberapa orang merasa lebih baik secara psikologis, terbebas dari tekanan ekspektasi gender, dan lebih nyaman dengan jenis kelamin serta tubuh mereka sejak lahir. (Expósito-Campos et al., 2023)

Fenomena LGBT saat ini menarik perhatian dalam berbagai aspek kehidupan, baik di dunia nyata maupun maya. Namun, sebagian besar penelitian atau karya ilmiah tentang LGBT hanya berfokus pada Lesbian dan Gay. Budaya LGBT telah legal di banyak negara dan mulai merambah ke Indonesia. Sayangnya, posisi komunitas LGBT masih dipandang sebelah mata oleh masyarakat. Kaum transgender, khususnya, sering kali tercela dan dipandang najis, bukan hanya dalam aktivitas sehari-hari, melainkan juga dalam hak asasi dan studi akademis. (Billard, 2016, p. 4193-4218)

Lingkungan sekitar sangat penting untuk pengembangan identitas transgender, dengan membantu munculnya kesadaran tentang jenis kelamin atau gender seseorang, serta memulihkan identitas gender seseorang (McInroy & Craig, 2015). Pemberitaan yang diskriminatif terhadap transgender dalam media menyebabkan masyarakat menghilangkan hak-hak kaum transgender untuk mengekspresikan diri mereka pribadi (Dinnage, M. 2022). Para transgender merasa memerlukan perlindungan politik dan perubahan mendasar pada struktur politik untuk memastikan hak-hak mereka. Dan dalam hal ini, media juga berperan besar dalam pembentukan sikap budaya dan mampu memberikan dampak yang signifikan dalam meningkatkan penerimaan LGBT (Billard, 2016, p. 4193-4218).

Fenomena disonansi kognitif pada individu dengan gender dysphoria menggambarkan bahwa identitas dan ekspresi gender tidak bisa dipisahkan dari pengaruh sosial yang lebih luas. Situasi ini bukan hanya dialami oleh transgender, tetapi juga erat kaitannya dengan komunitas LGBT secara umum. Hal ini karena orientasi seksual maupun identitas gender kerap menjadi sumber stigma, diskriminasi, serta tekanan psikologis yang memicu konflik batin dalam diri seseorang. (Campbell, 2023)

Dalam ilmu komunikasi, disonansi kognitif dipahami sebagai rasa tegang atau konflik batin yang muncul ketika seseorang menyadari bahwa tindakannya tidak sejalan dengan

pengetahuan atau keyakinan yang ia miliki. Kondisi ini juga bisa terjadi saat seseorang memegang dua pendapat atau nilai yang saling bertentangan. Teori ini banyak digunakan untuk menjelaskan bagaimana individu berusaha mengurangi ketegangan tersebut, misalnya dengan menyesuaikan perilaku atau mencari konsistensi dalam cara berpikirnya (West & Turner, 2008:137).

Istilah “disonansi” sendiri merujuk pada keadaan tidak seimbang atau tidak selaras, khususnya ketika ada perbedaan antara keyakinan, nilai, maupun tindakan yang dimiliki seseorang. Dalam konteks disonansi kognitif, istilah ini menggambarkan perasaan tidak nyaman yang timbul akibat konflik internal tersebut. Karena itu, konsep ini sering menjadi kajian penting dalam berbagai bidang, seperti komunikasi, psikologi, dan sosiologi, untuk memahami bagaimana individu menghadapi dan menyelesaikan ketidaksesuaian dalam pikirannya. (West & Turner, 2008:137)

Penelitian terdahulu yang ditemukan oleh peneliti ialah Teresa O’Flynn (2019) Penelitian ini membahas spiritual cognitive dissonance (SCD) pada komunitas LGBTQ di lingkungan religius, yang menimbulkan rasa takut, bersalah, hingga ide bunuh diri. Mezza (2024) yang membahas tentang gangguan kesehatan mental pada transgender di Irlandia, yang dipengaruhi oleh diskriminasi, bullying, rendahnya rasa percaya diri, dan kurangnya penerimaan sosial. Campbell (2023) meneliti bahwa individu yang mengekspresikan atau mengidentifikasi diri dengan gender berbeda mengalami depresi, kecemasan, hambatan di sekolah, hingga kesulitan karier, bukan karena identitas mereka, melainkan karena harus menyimpannya sebagai rahasia dan ketidaksesuaian ini makin berat ketika tidak ada dukungan dari keluarga, teman, maupun lingkungan kerja. Ayu & Hadi (2017) yang meneliti tentang bagaimana disonansi kognitif gay terkait budaya patrilineal di Bali.

Maka dari itu berdasarkan fenomena detransisi gender yang dialami oleh Jonathan Tan ini, peneliti tertarik untuk menganalisis tentang makna yang terkandung selama proses detransisi tersebut. Dimana informan mengalami detransisi gender karena adanya faktor disforia gender yang muncul pada dirinya. Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman subjektif yang dialami, faktor-faktor yang memengaruhi keputusan untuk kembali ke identitas gender awal, serta dampak sosial dan psikologis yang menyertainya.

Dengan pendekatan fenomenologi, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih dalam mengenai perjalanan individu dalam mengeksplorasi identitas gendernya, sekaligus menyoroti tantangan serta dinamika sosial yang dihadapi oleh individu yang mengalami detransisi dan pengungkapan diri. Dan dengan menggunakan teori disonansi kognitif memungkinkan peneliti untuk menelusuri lebih dalam penyebab terjadinya gender dysphoria, khususnya bagaimana ketidakselarasan antara pikiran, perasaan, dan realitas sosial-biologis memicu konflik batin pada individu.

I.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana proses pengungkapan diri individu yang mengalami detransisi transgender terhadap studi fenomenologi disonansi kognitif?

I.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana proses pengungkapan diri individu yang mengalami detransisi transgender terhadap studi fenomenologi.

I.4 Batasan Masalah

Batasan masalah yang ditentukan oleh peneliti adalah:

1. Subjek penelitian ini adalah Individu Transgender yang mengalami masa detransisi.

2. Objek penelitian ini ialah Disonansi Kognitif.
3. Metode penelitian yang digunakan adalah fenomenologi

I.5 Manfaat Penelitian

I.5.1 Manfaat Akademis

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah kajian penelitian ilmu komunikasi dengan menggunakan metode fenomenologi melalui pemahaman mengenai proses pemulihan identitas gender pada Jonathan Tan, seorang mantan Transgender yang kembali ke awal.

I.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini yaitu agar pembaca dapat melihat perjalanan Jonathan Tan dalam proses pemulihan identitas gender dan kembali menjadi lelaki seutuhnya.

1.5.3 Manfaat Sosial

Manfaat sosial dari penelitian ini ialah diharapkan agar meningkatkan pemahaman masyarakat tentang identitas gender agar menurunkan stigma negatif masyarakat dan membantu memperkuat hubungan sosial dan keluarga agar lebih terbuka terhadap keberagaman gender di sekitarnya.