

BAB V

PENUTUP

V.1 KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pemaknaan pengalaman hidup Jonathan, dapat disimpulkan bahwa perjalanan hidup subjek menunjukkan adanya proses disonansi kognitif yang berlangsung sejak masa kanak-kanak hingga dewasa. Jonathan sejak kecil merasakan ketidaksesuaian antara identitas diri yang ia rasakan dengan kondisi biologis yang dimilikinya. Perasaan tersebut semakin kuat karena dipengaruhi oleh lingkungan keluarga dan sosial yang membentuk pengalaman hidupnya. Kurangnya kedekatan emosional dengan figur ayah, kedekatan yang lebih dominan dengan kakak-kakak perempuan, serta pengalaman memperoleh penerimaan ketika menampilkan sisi feminin membuat Jonathan memaknai dirinya lebih nyaman berada dalam identitas perempuan dibandingkan laki-laki.

Pengalaman penolakan sosial, bullying, serta ejekan yang terus diterima sejak kecil menjadi pengalaman emosional yang membekas dalam dirinya. Jonathan memaknai berbagai perlakuan tersebut sebagai luka yang membuatnya merasa tidak diterima dan tidak nyaman dengan identitas biologisnya. Dalam kondisi tersebut muncul keyakinan bahwa menjadi perempuan akan membuat dirinya lebih diterima, dihargai, dan terbebas dari penolakan yang selama ini ia alami. Kondisi ini menunjukkan adanya disonansi kognitif antara identitas batin yang dirasakan dengan realitas tubuh biologis yang dimiliki Jonathan.

Transisi gender kemudian dimaknai Jonathan sebagai bentuk penyelesaian atas konflik batin tersebut. Operasi payudara, operasi pergantian kelamin, hingga perubahan identitas hukum dipandang sebagai pencapaian besar yang diharapkan mampu menghadirkan ketenangan, penerimaan sosial, dan kebahagiaan dalam hidupnya. Dalam konteks teori disonansi kognitif, berbagai tindakan tersebut dapat dipahami sebagai upaya Jonathan untuk

menciptakan keselarasan antara identitas yang ia yakini dengan kondisi fisik dan sosial yang ia tampilkan. Namun setelah seluruh proses transisi dijalani, Jonathan justru menyadari bahwa perubahan fisik tidak sepenuhnya menghilangkan rasa kosong, kecemasan, ketakutan akan penolakan, serta kebutuhan besar untuk diterima oleh orang lain.

Kebutuhan akan kasih sayang dan penerimaan menjadi tema penting dalam pengalaman hidup Jonathan. Pengalaman kurangnya perhatian emosional dalam keluarga membuat Jonathan cenderung mencari validasi melalui hubungan dengan pasangan maupun lingkungan sosial. Ia memaknai relasi dengan laki-laki sebagai bentuk pemenuhan kebutuhan emosional dan cara untuk mengurangi rasa sepi serta ketidakamanan dalam dirinya. Akan tetapi, hubungan yang dijalani berulang kali berakhir dengan kekecewaan dan kehilangan, sehingga membentuk siklus emosional yang terus memperdalam rasa kosong dalam dirinya.

Dalam proses perjalanan hidupnya, Jonathan juga terlibat dalam lingkungan pergaulan bebas, penggunaan narkoba, hingga relasi yang tidak sehat. Pengalaman tersebut dimaknai sebagai bentuk pelarian dari rasa sakit, kecemasan, dan tekanan hidup yang selama ini ia rasakan. Narkoba, hubungan bebas, serta gaya hidup yang dijalani sempat memberikan rasa nyaman sementara, tetapi pada akhirnya justru memperkuat perasaan kehilangan arah, kesepian, dan keterpurukan dalam hidupnya. Kondisi ini memperlihatkan bahwa berbagai keputusan yang diambil Jonathan merupakan bentuk usaha untuk mengurangi ketegangan psikologis akibat disonansi kognitif yang terus ia alami.

Seiring berjalannya waktu, pengalaman kehilangan, patah hati, kegagalan relasi, hingga kelelahan emosional menjadi titik refleksi bagi Jonathan untuk memaknai ulang kehidupannya. Jonathan mulai menyadari bahwa selama ini ia terus mencari penerimaan dan ketenangan dari luar dirinya, tetapi tidak pernah benar-benar merasa damai. Pengalaman reflektif tersebut kemudian menjadi titik awal proses detransisi yang dimaknai sebagai usaha untuk menjalani

hidup dengan lebih tenang, menerima diri, serta meninggalkan pola hidup yang selama ini membuatnya semakin kehilangan arah.

Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman transgender dan detransisi yang dialami Jonathan bukanlah proses yang sederhana, melainkan perjalanan panjang yang dipenuhi pergulatan identitas, kebutuhan akan penerimaan, konflik batin, serta proses pencarian makna hidup. Melalui perspektif fenomenologi, pengalaman Jonathan memperlihatkan bagaimana disonansi kognitif dapat memengaruhi cara individu memandang dirinya, mengambil keputusan hidup, serta memaknai pengalaman-pengalaman yang dialaminya sepanjang kehidupan.

V.2 Saran

Saran dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan kajian Ilmu Komunikasi, khususnya mengenai komunikasi interpersonal, pembentukan identitas diri, serta proses pemaknaan pengalaman hidup melalui pendekatan fenomenologi. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas identitas gender, proses detransisi, penerimaan sosial, serta pengaruh lingkungan dan keluarga terhadap pembentukan konsep diri individu.

Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat memahami bahwa proses pencarian identitas dan pemulihan diri merupakan pengalaman yang kompleks serta dipengaruhi oleh berbagai faktor sosial, emosional, dan komunikasi dalam lingkungan sekitar. Oleh karena itu, masyarakat diharapkan dapat membangun hubungan keluarga dan sosial yang lebih suportif melalui komunikasi yang terbuka, penerimaan, serta mengurangi stigma negatif terhadap individu dengan pengalaman serupa.

DAFTAR PUSTAKA

Buku

Ahmed, Sara. 2006. *Queer Phenomenology*. Duke University Press.

Butler, J. (n.d.). *GENDER TROUBLE: Feminism and the Subversion of Identity*.

Derlega, V.J., Berg, J.H. (2013). *Self-Disclosure: Theory, Research, and Therapy*.

Hartanti, J. (2018). *KONSEP DIRI Karakteristik berbagai usia*.

Hoffman, D. (2017). *YOU AND YOUR GENDER IDENTITY A GUIDE TO DISCOVERY*.

Kuyper L & Wijsen C. Gender identities and gender dysphoria in the Netherlands. *Archives of Sexual Behaviour*. 2014;43:377-85.

Lanigan, Richard L. 1988. *Phenomenology of Communication*. Duquesne University Press.

Main, A. (2018). *Fenomenologi Dalam Penelitian Ilmu Sosial*.

Nasution, A. F. (2023). *METODE PENELITIAN KUALITATIF*.

Melia Milyane, T., Umiyati, H., Putri, D., Akib, S., Daud, R. F., Rosemary, R., Muhammad Athalarik, F., Rachmi Adiarsi, G., Puspitasari, M., Muthahari Ramadhani, M., & Rochmansyah, E. (2022). *PENGANTAR ILMU KOMUNIKASI*.
www.penerbitwidina.com

Nevid, Jeffrey S. 2002. *Abnormal Psychology Changing Blackboard*. USA : Pearson

Purba, B. Gaspersz, S. Bisyri, M. Hastuti, A., P., P. Sianturi, E. Widiastuti, A. Qayyim, I.

Djalil, N., A. Purba, S. Yusmanizar. Giswandhani, M. (2020). *Ilmu Komunikasi Sebuah Pengantar*. Yayasan Kita Menulis.

Rachman, A., Purnomo, H., Samanlangi, A. I., & Yochanan, E. (2024).

METODE PENELITIAN Kuantitatif Kualitatif dan R&D.

Saketopoulou, Avgi., & Pellegrini, Ann. (2024). *Gender without identity*. New York University Press.

Sarwono, S. W. (2010). Teori-teori psikologi sosial. Jakarta: Rajawali Pers.

Taylor, Steven J., Robert Bogdan, dan Marjorie L. DeVault. 2016. *Introduction to Qualitative Research Methods*. John Wiley & Sons, Inc.

Than, J. (2018). *Reborn My True Identity*.

West, R., & Turner, L. H. (2008). Pengantar teori komunikasi: Analisis dan aplikasi (Buku 1). Jakarta: Salemba Humanika.

Jurnal

Anindya, A., Elian, N., & Sarmiati. (2022). Gender And Body: Youth Discussion About Self-Identity Construction on Interpersonal Communication. *Al Munir*, 13(2), 156–167.

Ashley Austin, Ryan Papciak & Lindsay Lovins (2022): Euforia gender: sebuah eksplorasi teori dasar tentang pengalaman afirmasi gender, *Psikologi & Seksualitas*

Ashley, F., & Ells, C. (2018). In favor of covering ethically important cosmetic surgeries: Facial feminization surgery for transgender people. *The American Journal of Bioethics*, 18(12), 23–25. <https://doi.org/10.1080/15265161.2018.1531162>

Aureliya Ramadhanti dan Suzy S. Azeharie (2020). Penerimaan LGBT oleh Tempat Ibadah. *Jurnal Koneksi*, 4(2), 301

- Beischel, W. J., Gauvin, S. E., & van Anders, S. M. (2021). "A little shiny gender breakthrough": Community understandings of gender euphoria. *International Journal of Transgender Health*, 1–21. <https://doi.org/10.1080/26895269.2021.1915223>
- Billard, T. J. (2016). Writing in the Margins: Mainstream News Media Representations of Transgenderism *. *International Journal of Communication*, 10, 4193–4218.
- Bradford, N. J., Rider, G. N., & Spencer, K. G. (2019). Hair removal and psychological well-being in transfeminine adults: Associations with gender dysphoria and gender euphoria. *Journal of Dermatological Treatment*, 32(10), 1–27. <https://doi.org/10.1080/09546634.2019.1687823>
- Cahyani, L. D., & Sugiarto, S. (2023). POTRET PEMBELAJARAN BAHASA INDONESIA BERBASIS KESETARAAN GENDER PADA SISWA JENJANG SEKOLAH MENENGAH PERTAMA DI KABUPATEN SUMBAWA. In *Jurnal Kependidikan* (Vol. 8, Issue 1).
- Cooper, J. (2007). Cognitive dissonance: Fifty years of a classic theory. In *Cognitive Dissonance: Fifty Years of a Classic Theory*. SAGE Publications Inc. <https://doi.org/10.4135/9781446214282>
- Devine, L. (2018). *Transgender Identity and Dress Behavior Transgender Identity and Dress Behavior*. <https://digitalcommons.uri.edu/srhonorsprog/650>
- de Vries, J. M. A., Downes, C., Sharek, D., Doyle, L., Murphy, R., Begley, T., McCann, E., Sheerin, F., Smyth, S., & Higgins, A. (2023). An exploration of mental distress in transgender people in Ireland with reference to minority stress and dissonance theory. *International Journal of Transgender Health*, 24(4), 469–486. <https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2105772>

- Dinnage, M. (2022). A critical discourse analysis of the representation of transphobic discourse in the UK Press. *INNERVATE Leading Student Work in English Studies*, 15, 1.
- Expósito-Campos, P., Salaberria, K., Ignacio, J., Fernández, P., & Gómez-Gil, E. (2023). *Gender detransition: A critical review of the literature*.
<https://www.fundacionlopezibor.es/>
- Fox, J., & Warber, K. M. (2014). Queer Identity Management and Political SelfExpression on Social Networking Sites: A Co-Cultural Approach to the Spiral of Silence. *Journal of Communication*, 65(1), 79–100. <https://doi.org/10.1111/jcom.12137>
- Galupo, M. P., Pulice-Farrow, L., & Pehl, E. (2021). “There is nothing to do about it”: Nonbinary individuals’ experience of gender dysphoria. *Transgender Health*, 6(2), 101–110. <https://doi.org/10.1089/trgh.2020.0041>
- Hasbiansyah, O. (2008). Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian dalam Ilmu Sosial dan Komunikasi. *Mediator: Jurnal Komunikasi*, 9(1).
<https://doi.org/10.29313/mediator.v9i1.1146>
- Hayu Sasmita, S., Kurniawan, R. A., Muslihah, I., & Rachman, A. (2025). *Animasi Sebagai Media Untuk Menggambarkan Dysphoria Gender Trans Masa Pra-Transisi* (Vol. 2, Issue 1).
- Irwig, M. S. (2022). Detransition Among Transgender and Gender-Diverse People - An Increasing and Increasingly Complex Phenomenon. In *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism* (Vol. 107, Issue 10, pp. E4261–E4262). Endocrine Society. <https://doi.org/10.1210/clinem/dgac356>

- Jasruddin, N., & Daud, J. (2015). Transgender Dalam Persepsi Masyarakat. In *Jurnal Equilibrium Jurnal Equilibrium Pendidikan Sosiologi: Vol. III* (Issue 1).
- Kaharuddin. (2021). Kualitatif : Ciri dan Karakter Sebagai Metodologi. *Jurnal Pendidikan*.
- Komala, G. G. (2024). Faktor Penyebab Rendahnya Self Efficacy pada Siswa SMP yang Mengalami Fatherless. *Shine: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 5(1), 1–7.
- Lawrence AA & Zucker KJ. Gender dysphoria. Hal. 603–639. Dalam Beidel DC, Frueh BC, Hersen M. *Adult psychopathology and diagnosis*, 7th Edition. 2014. New Jersey: John Wiley & Sons Inc.
- Lefevor, G. T., Boyd-Rogers, C. C., Sprague, B. M., & Janis, R. A. (2019). Health disparities between genderqueer, transgender, and cisgender individuals: An extension of minority stress theory. *Journal of Counseling Psychology*, 66(4), 385–395.
<https://doi.org/10.1037/cou0000339>
- Ma, L. (2017). *Gender differences in cognitive dissonance reduction strategies for partner's physical attractiveness*. <https://scholarworks.uni.edu/etd/431>
- McGlashan, H., & Fitzpatrick, K. (2018). 'I use any pronouns, and I'm questioning everything else': transgender youth and the issue of gender pronouns. *Sex Education*, 18(3), 239–252. <https://doi.org/10.1080/14681811.2017.1419949>
- McInroy, L. B., & Craig, S. L. (2015). Transgender Representation in Offline and Online Media: LGBTQ Youth Perspectives. *Journal of Human Behavior in the Social Environment*, 25(6), 606–617. <https://doi.org/10.1080/10911359.2014.995392>

- Nicholas, L. (2019). Queer ethics and fostering positive mindsets toward non-binary gender, genderqueer, and gender ambiguity. *International Journal of Transgenderism*, 20(2–3), 169–180.
- Nur Hafiza, M., Bariq Taqiy, M., Hutagalung, D., Puspita Sari, D., & Ridwan, M. (2025). PT. Media Akademik Publisher PERSEPSI TERHADAP GENDER DAN DETRANSISI: ANTARA NORMA YANG BERLAKU DAN UPAYA UNTUK DIAKUI. *JMA*, 3(10), 3031–5220. <https://doi.org/10.62281>
- O’Flynn, T. (2019). Spiritual cognitive dissonance in LGBTQ people (Doctoral dissertation, Walden University). Walden Dissertations and Doctoral Studies Collection. <https://scholarworks.waldenu.edu/dissertations/7712>
- Oktavianus, J., Davidson, B., & Guan, L. (2023). Framing and counter-framing in online collective actions: the case of LGBT protests in a Muslim nation. *Information Communication and Society*, 26(3), 479–495.
- Olga Novita 2021 Hak Perkawinan Bagi Kaum LGBT : Legalitas Dalam Hukum Indonesia jurnal ilmiah dunia hukum volume 6, Nomor 1.
- Pakasi, U., & Qomarrullah, R. (2024). Analisis peran identitas gender dalam komunikasi kolaboratif di lingkungan akademik. *JPPI (Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia)*, 10(2), 412. <https://doi.org/10.29210/020244112>
- Pulice-Farrow, L., Cusack, C. E., & Galupo, M. P. (2020). “Certain Parts of My Body Don’t Belong to Me”: Trans Individuals’ Descriptions of Body-Specific Gender Dysphoria. *Sexuality Research and Social Policy*, 17(4), 654–667. <https://doi.org/10.1007/s13178-019-00423-y>

- Ristori, J., & Steensma, T. D. (2016). Gender dysphoria in childhood. In *International Review of Psychiatry* (Vol. 28, Issue 1, pp. 13–20). Taylor and Francis Ltd.
<https://doi.org/10.3109/09540261.2015.1115754>
- Rumata, V. M. (2019). LESBI, GAY, BISEKSUAL, DAN TRANSGENDER DALAM BINGKAI KAJIAN MEDIA DAN KOMUNIKASI: SEBUAH KAJIAN LITERATUR SISTEMATIS. *Diakom : Jurnal Media Dan Komunikasi*, 2(2), 176–185.
<https://doi.org/10.17933/diakom.v2i2.64>
- Saleh, (2016). 2017. Rekayasa Sosial Dalam fenomena Save LGBT. *Jurnal Vol 6*. Universitas Abdurrah
- Sari, F., M. (2016). Konstruksi Media Terhadap Transgender. *Jurnal Professional: Jurnal Komunikasi & Administrasi Publik*, 3(1), 25- 34.
- Sumardiono, N. (2022). Representasi identitas gender influencer laki-laki dengan ekspresi gender feminin di Instagram Representation of male influencer gender identity with feminine gender expression on Instagram. *Jurnal Magister Ilmu Komunikasi*, 8(1), 93–106. <http://journal.ubm.ac.id/>
- Sutarmanto, H., & Joni, I. D. A. M. (2017). Disonansi Kognitif Gay Terkait Budaya Patrilineal di Bali. *GADJAH MADA JOURNAL OF PSYCHOLOGY*, 3(1), 1–12.
- Sweeney, J. & Soutar, G. (2000). Cognitive Dissonance after Purchase : A Multidimensional Scale. *Journal of Psychology*, 17, 369-385. Understanding Bisexuality (2017). American Psychologist Association. Diakses pada 01 Juni 2023, dari
<https://www.apa.org/pi/lgbt/resources/bisexual>
- Willian Byne dk, “Gender Dysphoria in Adults: An Overview and Primer for Psychiatrists” *Transgender Health Journal*, Vol.3.1 (2018)