

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa kini, banyak individu mencari penerimaan diri dan pengakuan dari keluarga atau teman-teman di sekitar mereka. Tahap *emerging adulthood* adalah periode di mana individu mulai mencari dan membentuk hubungan yang lebih erat di luar lingkup keluarga, serta menghadapi tantangan hidup yang lebih kompleks, seperti pekerjaan dan kemandirian. Berdasarkan usia, masa ini terjadi pada usia 18-25 tahun dan dianggap sebagai periode kritis untuk eksplorasi identitas dan pembentukan diri yang lebih mandiri (Vartanian, 2003). Pada fase *emerging adulthood*, individu tidak hanya menghadapi tuntutan perkembangan untuk membentuk identitas diri, tetapi juga berbagai tantangan psikologis dan sosial yang menyertai proses transisi menuju kehidupan dewasa (Arnett, 2017). Individu mulai dihadapkan pada persoalan yang berkaitan dengan pendidikan, pekerjaan, hubungan interpersonal, kemandirian, serta harapan sosial dari lingkungan sekitar. Berbagai tuntutan tersebut dapat menimbulkan kebingungan, ketidakpastian, dan tekanan psikologis karena individu masih berada pada tahap pencarian arah hidup dan pembentukan identitas yang lebih stabil. Kondisi tersebut dapat menjadi lebih kompleks ketika individu juga menghadapi konflik yang berkaitan dengan identitas seksualnya. Pada individu homoseksual, proses eksplorasi identitas tidak hanya berkaitan dengan pencarian jati diri, tetapi juga berhadapan dengan norma sosial, nilai budaya, dan pandangan masyarakat yang cenderung menganggap homoseksualitas sebagai sesuatu yang berbeda atau menyimpang. Situasi ini berpotensi menimbulkan tekanan tambahan bagi individu dalam proses memahami dan menerima dirinya sendiri.

Individu pada masa *emerging adulthood* memiliki kebutuhan untuk menerima diri sendiri sekaligus mendapat pengakuan lingkungan sekitarnya. Penerimaan diri, atau *self-acceptance*, merupakan aspek penting dalam kesehatan mental dan kesejahteraan emosional. *Self-acceptance* didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk menerima semua aspek dirinya sendiri, termasuk kekurangan dan kekuatannya, tanpa syarat. Teori *self-acceptance* yang dikemukakan oleh Carl Rogers (dalam Koch, 1959) dalam konsep *self-theory* menyatakan bahwa penerimaan terhadap diri adalah inti dari perkembangan pribadi yang sehat. Menurut Rogers, penerimaan terhadap diri sendiri adalah fondasi untuk merasa puas dan nyaman dengan diri sendiri, dan menjadi dasar yang kuat bagi kesejahteraan psikologis individu. Menurut Hurlock (dalam Gamayanti & Permatasari, 2016) individu yang berhasil menerima dirinya akan merasa lebih tenang dan memiliki

harga diri yang lebih stabil, karena tidak lagi membutuhkan validasi eksternal yang berlebihan. Faktor-faktor yang membentuk *self-acceptance* meliputi dukungan sosial, lingkungan keluarga yang suportif, pengalaman hidup, dan pemahaman serta penerimaan terhadap identitas pribadi (Hurlock, 1974). Dalam konteks masyarakat Indonesia, masyarakat cenderung mengedepankan norma-norma tradisional yang kerap menyebabkan individu merasa tertekan untuk menyesuaikan diri dengan standar yang ada (Pasaribu, 2021). Hal ini menjadikan *self-acceptance* sebagai proses yang lebih kompleks, terutama bagi individu yang memiliki identitas seksual minoritas. Dalam konteks individu homoseksual, beberapa dari mereka memilih untuk tidak terbuka mengenai identitas seksualnya karena takut akan stigma dan diskriminasi dari lingkungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa *self-acceptance* dan keterbukaan sosial tidak selalu berjalan seiring, terutama dalam masyarakat yang memiliki sikap negatif terhadap homoseksualitas (Herek, 2009)

Selain dalam masyarakat, keluarga sendiri juga memiliki peran penting dalam pembentukan *self-acceptance*, terutama melalui bagaimana mereka menerima dan mendukung individu terkait orientasi seksualnya. Dukungan keluarga yang penuh kasih dapat memberikan rasa aman dan penerimaan tanpa syarat, yang meningkatkan kepercayaan diri serta kesejahteraan mental individu (Rogers, dalam Koch, 1959). Namun, dalam banyak kasus, ketakutan akan penolakan dari keluarga mendorong individu, terutama pria homoseksual, untuk menutupi identitas asli mereka guna menghindari potensi konflik atau penolakan. Menurut *minority stress theory* yang dikemukakan oleh Meyer (2003), individu dari kelompok minoritas seksual sering kali mengalami stres akibat diskriminasi dan stigma dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga mereka sendiri. Penolakan ini menyebabkan mereka berusaha “membaur” atau beradaptasi dengan ekspektasi sosial agar terhindar dari diskriminasi yang lebih parah. Pada masa *emerging adulthood*, pria homoseksual menghadapi tantangan tambahan karena ini adalah periode kritis untuk eksplorasi identitas dan pembentukan diri yang lebih mandiri (Arnett & Jensen, 2002b). Namun, tekanan sosial dan penolakan dari keluarga dapat menghambat proses pencapaian *self-acceptance* pada tahap perkembangan ini, sehingga berdampak negatif pada kesejahteraan emosional dan psikologis mereka. Penelitian oleh Ryan et al. (2010) menunjukkan bahwa remaja dan dewasa muda yang mengalami penolakan keluarga terkait orientasi seksualnya cenderung memiliki peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan perilaku berbahaya lainnya. Ketidakmampuan untuk hidup secara autentik akibat ketakutan akan stigma dapat menyebabkan perasaan tidak berharga dan kesulitan dalam membangun

identitas seksual yang positif. Kurangnya penerimaan dari lingkungan sosial, termasuk dari teman dan masyarakat, juga berpotensi membuat pria homoseksual merasa terisolasi dan tanpa dukungan emosional yang memadai. Studi oleh Shilo dan Savaya (dalam Snapp et al. 2015) menemukan bahwa dukungan sosial yang rendah dapat menghambat *self-acceptance* dan menurunkan harga diri, sehingga meningkatkan perasaan kesepian.

Namun, tanpa dukungan yang memadai, pria homoseksual sering kali mengalami kesulitan dalam menjalin hubungan yang intim dan bermakna. Akibat penolakan dari keluarga dan lingkungan tersebut maka *self-acceptance* akan rendah, dimana menurut Carson dan Langer (dalam Rohmah et al., 2024) rendahnya *self-acceptance* membuat mereka rentan terhadap rasa marah dan depresi yang berkelanjutan hingga individu kesulitan dalam membangun hubungan sosial yang sehat karena ketakutan akan diskriminasi. Lebih jauh lagi, rendahnya *self-acceptance* dapat mengganggu kemampuan pria homoseksual dalam membuat keputusan penting. Pria homoseksual yang merasa tidak diterima oleh keluarga juga cenderung memiliki rasa harga diri yang rendah, yang dapat menghambat pengambilan keputusan yang penting bagi masa depan mereka, seperti terkait pendidikan dan karier (Nguyen et al., 2019). Hal ini dapat menambah tingkat stres dan menghambat perkembangan pribadi mereka di masa *emerging adulthood*. Secara keseluruhan, rendahnya *self-acceptance* akibat kurangnya penerimaan dari keluarga dan lingkungan sekitar berdampak mendalam pada perkembangan pria homoseksual di tahap *emerging adulthood*. Tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan emosional, namun juga membatasi potensi mereka untuk berkembang secara optimal dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam hal karier, hubungan sosial, dan kemandirian. Oleh karena itu, penting bagi keluarga dan masyarakat untuk memberikan dukungan yang lebih inklusif dan menerima, guna membantu individu homoseksual mencapai *self-acceptance* yang lebih tinggi serta kesejahteraan psikologis yang lebih baik (Newcomb & Mustanski, 2010; Shilo dan Savaya (dalam Snapp et al. 2015).

Bagi pria homoseksual yang menyadari orientasi seksualnya namun memilih untuk tidak mengungkapkannya kepada orang lain, strategi yang umum digunakan adalah menutupi identitas tersebut agar tidak dipandang berbeda atau mengalami stigma. Individu yang berada dalam kondisi ini sering disebut sebagai *in the closet* atau "di dalam lemari." Frasa *in the closet* menggambarkan situasi di mana seseorang menyembunyikan orientasi seksualnya dari lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman, rekan kerja, dan masyarakat luas (Herek, 2009). Namun, kondisi tersebut tidak selalu menunjukkan bahwa individu sepenuhnya menyembunyikan identitas seksualnya kepada semua orang. Pada beberapa

situasi, individu dapat memilih untuk terbuka kepada orang-orang tertentu yang dianggap aman dan dapat memberikan dukungan. Dalam konteks seperti ini, kondisi *in the closet* lebih merujuk pada upaya individu untuk menyembunyikan orientasi seksualnya dari lingkungan sosial yang lebih luas, seperti masyarakat sekitar, lingkungan tempat tinggal, maupun relasi sosial yang berpotensi memberikan respons negatif. Konsep ini mencerminkan pilihan untuk menjaga identitas pribadi agar tetap tersembunyi, biasanya karena kekhawatiran akan stigma sosial, tekanan keluarga, diskriminasi, atau konsekuensi negatif lainnya yang mungkin timbul apabila orientasi seksual mereka diketahui. Individu yang memilih untuk tetap *in the closet* sering menghadapi tekanan psikologis yang signifikan. Menyembunyikan bagian penting dari identitas diri dapat menimbulkan stres akibat ketakutan akan reaksi negatif dari orang-orang di sekitar mereka, seperti keluarga, teman, dan kolega. Banyak dari mereka juga berusaha menghindari risiko kekerasan fisik atau verbal serta potensi diskriminasi dalam lingkungan kerja atau kehidupan sehari-hari (Meyer, 2003). Rasa takut ini menyebabkan individu harus terus-menerus menjaga rahasia mereka, yang pada gilirannya berpotensi menimbulkan masalah kesehatan mental. Penelitian menunjukkan bahwa individu yang menutupi orientasi seksual mereka memiliki risiko yang lebih tinggi terhadap stres kronis, kecemasan, depresi, dan perasaan isolasi sosial (Cohen et al., 2015). Situasi ini menggambarkan kompleksitas "*in the closet*," di mana individu harus berhadapan dengan kebutuhan untuk melindungi diri dari lingkungan eksternal, namun juga menanggung beban psikologis akibat keterbatasan dalam mengekspresikan identitas sejati mereka.

Penelitian oleh Pachankis & Bränström (2019) menemukan bahwa pria homoseksual sering kali menghadapi dilema antara mencapai *self-acceptance* dan kebutuhan untuk bersembunyi demi menjaga keselamatan dan kesejahteraan sosial mereka. Individu yang telah mencapai *self-acceptance* cenderung merasakan kebahagiaan dan ketenangan dalam menerima orientasi seksual mereka, namun keterbukaan terhadap keluarga atau masyarakat sangat dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya (Meyer, 2003). *Minority stress theory* yang dikembangkan oleh Meyer (2003) menunjukkan bahwa tekanan dan diskriminasi dari masyarakat dapat berdampak negatif pada kesehatan mental individu homoseksual. Dalam konteks ini, meskipun *self-acceptance* berperan sebagai perlindungan emosional, individu homoseksual mungkin tetap memilih untuk menutup diri dari keluarga atau masyarakat sebagai respons terhadap stigma dan potensi ancaman eksternal. Pada beberapa negara, khususnya yang menerapkan hukum ketat terhadap homoseksualitas, individu yang mengidentifikasi sebagai homoseksual bahkan bisa

menghadapi ancaman serius, seperti hukuman penjara atau bahkan hukuman mati (Schaer, 2022). Hal ini menyebabkan mereka yang telah mencapai *self-acceptance* tetap harus mempertimbangkan keselamatan dan keamanan mereka ketika berhubungan dengan keluarga atau masyarakat luas. Contoh nyata dari tekanan ini dapat ditemukan dalam laporan Human Rights Watch (2023a, 2023b, 2024), yang mengidentifikasi banyak kasus di mana individu homoseksual merasa tertekan dan memilih untuk menyembunyikan orientasi seksual mereka demi menghindari ancaman yang nyata. Selain dari lingkungan luar, terdapat juga potensi konflik yang dapat muncul dari dalam keluarga dimana orang tua akan merasa bahwa homoseksualitas merupakan penyakit mental yang kritis sehingga akan mengancam anak mereka (Vidyadhana, 2017). Selain itu, orang tua juga ditekankan untuk mendidik anak agar tidak menjadi homoseksual (Rochman, 2023).

Homoseksualitas sendiri adalah fenomena yang ditemukan dalam berbagai masyarakat di seluruh dunia, dan merujuk pada orientasi seksual di mana seseorang memiliki ketertarikan emosional, romantis, atau seksual terhadap individu dengan jenis kelamin yang sama (American Psychological Association, 2022). Bukti sejarah menunjukkan bahwa homoseksualitas kemungkinan besar telah ada sepanjang sejarah manusia, terlihat dalam catatan budaya, seni, dan literatur kuno dari berbagai peradaban (Crompton, 2003). Meskipun homoseksualitas bukanlah konsep baru, pandangan dan penerimaan terhadap orientasi ini sangat bervariasi di berbagai negara dan budaya. Faktor-faktor seperti budaya, agama, dan hukum suatu wilayah mempengaruhi sikap masyarakat terhadap homoseksualitas, yang pada gilirannya berdampak pada kesejahteraan dan hak individu. Di Indonesia, homoseksualitas sering kali menjadi isu kontroversial dan sensitif. Nilai-nilai budaya, norma sosial, dan pandangan agama yang kuat menciptakan hambatan bagi individu homoseksual untuk menerima dan mengekspresikan diri secara terbuka (Alif Ayuningrum et al., 2022). Lingkungan sosial yang kurang mendukung ini berpotensi menimbulkan bentuk-bentuk penolakan terhadap individu homoseksual, baik dalam bentuk diskriminasi, stigma, maupun pengucilan. Penolakan sosial seperti ini dapat menghambat proses *self-acceptance* atau penerimaan diri bagi individu homoseksual, yang mungkin menghadapi tekanan internal dan eksternal yang berkelanjutan (Camp et al., 2020). Penolakan semacam ini juga diketahui berdampak negatif pada kesehatan mental, termasuk meningkatkan risiko kecemasan, depresi, dan penurunan harga diri (Meyer, 2003). Berkaitan dengan pembahasan tersebut peneliti melakukan wawancara kepada tiga laki-laki homoseksual dengan usia 23 tahun terkait pengalaman mereka menyadari dan memahami bahwa dirinya homoseksual. Informan-informan berikut menyatakan:

“Mungkin pertama kali tahu kalau diri saya adalah seorang homoseksual mungkin saat sekitar saya berumur 13-14 tahun ya sekitar SMP ... Tapi setelah coba dipahami lebih dalam saat saya sudah mulai menginjak SMA itu saya memahami ternyata itu rasa suka senang yang bukan platonik ya seperti itu. ... Tapi saat saya sudah di SMA saya mengetahui terminologi tentang atau pengertian dari homoseksual itu, jadi saya paham “oh ternyata suatu pengalaman yang saya rasakan saat itu merupakan suatu pengalaman romantis.”

(K, Laki-laki, 23 tahun)

“Jadi saat itu tuh ada grup LINE, saat itu ya aku ingetnya grup LINE. Itu ternyata tuh anak-anak SMA semua tapi homoseks gitu. Dan mereka itu emang saat itu aku juga senengnya saat itu grup itu emang mbahasnya pelajaran sekolah. Benar-benar pelajaran sekolah yang benar-benar- orang-orang yang juga di dalam itu pinter-pinter banget, aku sangat miss banget sama mereka dan mereka homoseks gitu kayak waow ternyata pendidikan SMA itu nggak bisa disangkutpautin gitu loh jadi nggak maksudku “tolol” gitu.”

(D, Laki-laki, 23 tahun)

“Itu dimulai di masa pubertas ya, jadi kayak mulai ada ketertarikan ke yang seharusnya ke lawan jenis begitu, tapi aku sendiri menemukan bahwa di masa-masa itu, kalau nggak salah usia 12 waktu itu, kelas 1 SMP, lah udah masuk SMP lah itu ku mulai ada ketertarikan ke ya itu ke sesama jenis gitu. ... ada waktu itu lagi gencar-gencarnya Amerika Serikat waktu dipimpin oleh Obama ya, kalau nggak salah yang melegalkan pernikahan sesama jenis ya itu, jadi aku dari situ udah mulai paham kalau kayaknya aku juga termasuk bagian dari mereka begitu sih.”

(T, Laki-laki, 23 tahun)

Pengalaman tiga individu ini menunjukkan perjalanan berbeda dalam mencapai *self-acceptance* sebagai pria homoseksual. K mulai mengenali orientasinya sejak SMP dan memahami identitasnya lebih dalam di SMA melalui refleksi dan pengalaman masa kecil. D mulai mengenal dan menerima diri melalui komunitas homoseksual di SMA yang memberikan dukungan sosial dan mengurangi stigma internal. T mengalami perjalanan dari ketakutan menuju pada penerimaan diri, dan hal ini dipengaruhi oleh kondisi pubertas dan pengaruh eksternal lainnya seperti legalisasi pernikahan sesama jenis. Perjalanan ini mencerminkan bahwa *self-acceptance* sering melibatkan tantangan internal dan eksternal, yang dapat difasilitasi oleh dukungan komunitas dan pemahaman diri yang mendalam

(Meyer, 2003). Individu K juga menceritakan bagaimana ia mampu menerima diri sebagai pribadi homoseksual.

“... jadi yang pertama itu mengetahui the fact dulu yang ... Nah pergejolakkan batin itu menjadi konflik dalam diri saya yang di mana menjadi orang homoseksual merupakan sebuah dosa dalam paham saya saat itu dalam agama Kristen, yang membuat saya konflik. ... saya juga memutuskan hubungan dengan mantan saya lalu berusaha untuk mendekatkan diri dengan Tuhan, ... Tapi saya menemukan bahwa hal itu tidak memberi kebahagiaan dalam diri saya, bahwa ini adalah suatu hal yang sangat basic atau natural dalam diri saya, ... Nah perbandingan-perbandingan itu akhirnya membuat saya mencari lebih dalam lagi tentang informasi terkait homoseksual. Terus akhirnya saya kembali lagi ke dating apps untuk mengenal orang-orang lagi dan ada suatu titik di mana saya berkomunikasi dengan seseorang bahwa “yah there's nothing wrong to be homosexual” nggak ada salah karena kamu menjadi homoseksual, bahkan kamu bisa memberi impact baik sebagai homoseksual. ... Jadi agnostik dan ateis karena saya lebih memilih ya pendekatan sains daripada agama yang dogmatik. ... akhirnya menerima diri sebagai orang homoseksual bahwa hal itu bukan suatu hal yang salah dan saya seperti orang lainnya, saya tetap bisa berkarya, saya tetap bisa melakukan aktivitas seperti normal.”

(K, Laki-laki, 23 tahun)

Pernyataan informan K menunjukkan bahwa ia telah melalui proses yang panjang dalam mencapai *self-acceptance* sebagai individu homoseksual. Pengalaman yang dialaminya mencerminkan bahwa *self-acceptance* bukanlah sebuah proses yang terjadi secara instan; sebaliknya, ini merupakan perjalanan yang melibatkan eksplorasi pribadi, dukungan sosial, serta refleksi diri yang mendalam untuk mengatasi konflik internal dan tekanan eksternal yang dihadapi. Berdasarkan teori penerimaan diri yang dikemukakan oleh Rogers (dalam Koch, 1959) dan *minority stress theory* dari Meyer (2003), dukungan lingkungan dan komunitas yang positif memainkan peran penting dalam membantu individu menghadapi stigma internal, meningkatkan harga diri, dan mempercepat proses penerimaan diri. Konsep *self-acceptance* sendiri mencakup kesadaran, penghargaan, dan penerimaan terhadap diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya (Hurlock, 1974). Penerimaan diri memiliki peran penting dalam kesejahteraan individu, karena tingginya *self-acceptance* berkaitan dengan meningkatnya emosi positif serta kemampuan regulasi emosi secara umum (Jimenez et al., 2010). Dengan adanya keseimbangan emosi positif dan kemampuan regulasi emosi yang baik, individu dapat berfungsi dengan lebih

optimal dalam berbagai aspek kehidupan. Setelah mencapai *self-acceptance*, informan juga menggambarkan berbagai dampak positif yang dialami, termasuk bagaimana penerimaan diri ini telah membantu mereka menjadi individu yang lebih berkembang dan sejahtera:

“Yang berubah ya berarti saya sudah nggak kepikiran itu lagi karena saya di SMA itu saya full otak saya selain mikirin sekolah ya mikirin ini benar atau salah. ... Pikiran saya lebih ringan, saya bisa lebih berfokus pada hal-hal yang lebih penting, yang sebelumnya saya mencurahkan energi saya, waktu saya untuk proses penerimaan diri tapi karena sekarang sudah menerima diri saya bisa mencurahkan waktu saya untuk hal yang lebih baik kayak gitu. ... Terus dan juga saat-saat kuliah saat udah melela saya bisa menjadi merasa bahwa menunjukkan sisi baik dari LGBT, dengan saya menjadi melela atau come out gitu tadi, bahwa saya masih bisa berprestasi walaupun saya seorang gay ... berinteraksi dengan saya, ternyata dia sudah berubah pandangannya terhadap seseorang yang homoseksual, bahwa ya biasa-biasa aja, juga bisa diajak santai, kalau mengobrol ya nggak mengobrol tentang hal-hal yang seksual aja kenapa sih, saya sendiri tahu harus tahu menempatkan di mana pembicaraan yang harus di general atau bicara tentang seksual dan lainnya, seperti itu.”

(K, Laki-laki, 23 tahun)

“Aku lebih relaks, lebih tenang, soalnya juga aku ngerasa kayak bagaimanapun juga ya tetap ini diri aku, ini jadi diri aku dan aku nggak mungkin merubah itu untuk orang lain gitu.”

(D, Laki-laki, 23 tahun)

“Itu udah mulai menerima dan rasa takut rasa gelisah itu udah mulai hilang.”

(T, Laki-laki, 23 tahun)

Pengalaman ini menunjukkan bahwa *self-acceptance* memberikan dampak positif pada kesejahteraan emosional dan kepercayaan diri individu homoseksual. Bagi K, penerimaan diri membebaskannya dari kebingungan dan pertentangan batin, memungkinkan fokus pada hal-hal produktif seperti hobi dan prestasi akademik. Keberanian untuk terbuka kepada teman-teman juga mengubah pandangan mereka, membuktikan bahwa orientasi seksualnya tidak memengaruhi kualitas dirinya. D merasakan ketenangan batin setelah menerima orientasi seksualnya, membuatnya lebih percaya diri untuk menjalani hidup tanpa terlalu memikirkan ekspektasi orang lain. Ia

menyadari bahwa identitasnya adalah bagian tak terpisahkan dari dirinya. T juga mengalami transformasi emosional, di mana penerimaan diri menghilangkan kecemasan yang sebelumnya ia rasakan. Meskipun memilih untuk tidak terbuka kepada lingkungan yang mungkin belum mendukung, ia merasa damai dengan identitasnya. Secara keseluruhan, penerimaan diri memberikan kebebasan, kenyamanan, dan kemampuan untuk memusatkan energi pada hal-hal positif yang meningkatkan kesejahteraan serta membantu individu mencapai potensi optimal. Informan juga telah menjelaskan apa yang dirasakan ketika perlu untuk tidak memberikan informasi terkait orientasi seksualnya:

“In the other hand kayak uneasy ya kayak ya pengennya ya kayak full honest, kenapa, karena saat ini kan saya sedang memiliki hubungan dengan pacar saya, nah pacar saya itu sangat terbuka dengan orang tuanya, dan saya bisa melihat bahwa keterbukaan itu suatu hal yang “wah kayaknya enak ya kalau bisa terbuka dengan orang tua, bisa cerita tentang pasangan saya yang juga cowok” kayak gitu.”

(K, Laki-laki, 23 tahun)

“Ya sebenarnya aku juga takut ketahuan sih sebenarnya karena orang tua kan pasti sedih ya kalau tahu anaknya kayak gini ya, cuma ya mau gimana lagi. ... jadi mungkin yang sekarang aku pikirin kayak bagaimana aku siap-siap kalau misal orang tuaku tahu. Kita kan nggak tahu reaksi orang tua ya bakal ngusir atau bakal menerima kita kan. Seandai-andainya emang kalau orang tua akan mengusir aku memastikan kalau aku itu udah cukup uang untuk bisa keluar dari rumah gitu.”

(D, Laki-laki, 23 tahun)

Pengalaman individu-individu ini menunjukkan dinamika kompleks antara kebutuhan untuk menerima diri sendiri dan kekhawatiran akan reaksi keluarga terhadap orientasi seksual mereka. K merasa tertekan karena harus menyembunyikan hubungannya dari orang tua, meskipun ia menginginkan keterbukaan seperti yang dialami pasangannya. D khawatir akan penolakan keluarga dan mempersiapkan diri secara finansial jika harus menghadapi konsekuensi keterbukaan. Secara keseluruhan, pengalaman ini menunjukkan bahwa tekanan sosial dan ekspektasi keluarga memainkan peran besar dalam keputusan untuk terbuka atau menyembunyikan orientasi seksual. Dukungan emosional keluarga dapat membantu individu mencapai kesejahteraan mental, sementara ketakutan akan penolakan menjadi hambatan signifikan dalam menjalani kehidupan yang autentik.

Budaya kolektif dan religius di Indonesia sering kali menanamkan pandangan tradisional mengenai orientasi seksual, yang dapat membentuk lingkungan sosial di mana individu homoseksual merasa kurang diterima atau bahkan mengalami penolakan. Tekanan sosial untuk mematuhi norma-norma umum dapat mempengaruhi perasaan aman dan citra diri individu homoseksual, serta meningkatkan risiko penolakan diri dan rasa rendah diri (Hurlock, 1974). Tantangan untuk mencapai *self-acceptance* pada pria homoseksual yang *in the closet* atau belum terbuka di lingkungan keluarga sering kali merupakan proses yang panjang dan kompleks. Individu-individu ini mungkin menghadapi stigma, diskriminasi, serta tekanan sosial yang signifikan, dan dihadapkan pada dilema antara keinginan untuk menjalani kehidupan yang autentik dan tekanan untuk menyesuaikan diri dengan ekspektasi keluarga dan masyarakat (Meyer, 2003). Kesulitan dalam mencapai penerimaan diri ini juga berkaitan dengan risiko masalah kesehatan mental, seperti rendahnya harga diri, isolasi sosial, dan gangguan psikologis, termasuk kecemasan dan depresi (Baams et al., 2015). Ketika individu merasa terpaksa menyembunyikan identitas mereka yang sesungguhnya, kesejahteraan emosional mereka dapat terpengaruh, yang dalam jangka panjang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan kualitas hidup mereka. Namun, ada beberapa faktor yang terbukti dapat mendukung pria homoseksual dalam mencapai *self-acceptance* meskipun mereka belum terbuka secara penuh. Dukungan dari teman yang memahami, akses terhadap informasi yang mendidik, dan kehadiran komunitas LGBTQ+ (Lesbian, Gay, Bisexual, Transgender, *Queer*) yang inklusif dapat memberikan sumber daya dan dukungan emosional yang diperlukan untuk menghadapi tekanan sosial dan keluarga (Herek, 2009). Selain itu, dukungan keluarga, teman, serta komunitas yang inklusif dapat memberikan individu perasaan diterima dan dihargai, yang penting dalam perjalanan menuju penerimaan diri. Kesadaran publik dan keterbukaan yang meningkat terhadap isu-isu LGBTQ+ juga memiliki peran dalam mengurangi stigma, mendorong inklusi sosial, dan membantu individu dalam kelompok minoritas seksual untuk mencapai *self-acceptance* yang lebih positif (Human Rights Watch, 2023b). Dukungan sosial dan pemahaman yang meningkat ini memberikan harapan bagi mereka yang mengalami tekanan sosial untuk mencapai kesejahteraan emosional dan kesehatan mental yang lebih baik.

Dalam konteks akademik dan penelitian, studi tentang homoseksualitas di Indonesia masih relatif terbatas. Peneliti menghadapi tantangan dalam mengumpulkan data karena sensitivitas topik dan kesulitan mendapatkan partisipan yang bersedia berbagi pengalaman mereka. Di Indonesia, penelitian tentang *self-acceptance* juga masih terbatas,

namun kebutuhan untuk memahami konsep ini semakin meningkat seiring dengan perkembangan masyarakat yang semakin kompleks. Tantangan yang dihadapi generasi muda, seperti persaingan akademik, tekanan media sosial, dan perubahan nilai-nilai tradisional, membuat penelitian tentang *self-acceptance* menjadi sangat relevan. Di sisi lain, literatur tentang *self-acceptance* pada individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood* di Indonesia juga masih terbatas. Dalam konteks ini, penelitian tentang frase *in the closet* dan dampaknya pada individu homoseksual di Indonesia menjadi penting. Oleh karena itu, skripsi ini bertujuan untuk mengeksplorasi gambaran proses *self-acceptance* pada individu pria homoseksual yang menyembunyikan identitas mereka dalam konteks keluarga. Dengan pemahaman yang lebih baik, kita dapat mengembangkan strategi dan intervensi yang mendukung pria homoseksual dalam mencapai penerimaan diri dan kesejahteraan yang lebih baik, bahkan dalam konteks keluarga.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan tentang pengalaman dan tantangan yang dihadapi oleh individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood*, serta faktor-faktor yang dapat mempengaruhi perjalanan mereka menuju *self-acceptance*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pemahaman yang lebih luas tentang homoseksualitas, serta mendorong dialog yang konstruktif dan inklusif. Selain itu, hasil dari penelitian ini juga dapat memberikan dasar untuk pengembangan strategi dan intervensi yang dapat membantu individu homoseksual mencapai *self-acceptance* yang lebih tinggi dan mengurangi dampak negatif diskriminasi dan stigma. Dengan pemahaman yang lebih mendalam tentang konsep ini, diharapkan dapat mendukung individu homoseksual dalam menghadapi tekanan sosial dan mampu memiliki perkembangan pribadi yang optimal.

1.2 Fokus Penelitian

Bagaimana gambaran proses *self-acceptance* pada individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood*?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran proses *self-acceptance* pada individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran proses *self-acceptance* dan apa saja yang mempengaruhi seseorang bila merupakan individu pria

homoseksual yang berada *in the closet* dalam keluarga. Selain itu, dapat menjadikan ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi perkembangan berkaitan dengan *self-acceptance* pada individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood*.

1.4.2 Manfaat Aplikatif

- a. Bagi individu pria homoseksual *in the closet* pada tahap usia *emerging adulthood*
Peneliti berharap bahwa melalui penelitian ini, informan dan individu pria homoseksual yang berada *in the closet* untuk mendapatkan pengetahuan dan pencerahan agar mampu memperjelas masa depan bagi diri.
- b. Bagi Keluarga
Peneliti berharap melalui penelitian ini adalah bahwa keluarga dapat mengerti peran dan pengaruh yang muncul dari kehadiran keluarga dalam hidup anak. Ada pentingnya juga untuk keluarga lebih mampu terbuka dan menerima anak agar anak dapat memiliki *self-acceptance* yang tinggi.
- c. Bagi Masyarakat
Peneliti berharap penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang fenomena *in the closet* pada pria homoseksual dalam konteks budaya dan nilai-nilai di Indonesia. Wawasan ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman masyarakat terhadap pengalaman individu dalam mencapai *self-acceptance*, sehingga mendorong terciptanya lingkungan sosial yang lebih mendukung perkembangan identitas pribadi tanpa prasangka.