

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Pada Pada dasarnya manusia merupakan makhluk yang berpasangan dengan lawan jenis kelamin. Namun saat ini, ada juga kasus yang mengarah kepada ketertarikan menjalin sebuah hubungan romantis bahkan seksual terhadap sesama jenis (Homoseksual), dan ada juga kasus yang mengarah kepada ketertarikan psikologis, emosional, dan hubungan romantis terhadap lawan jenis kelamin maupun keduanya (biseksual).

Data dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa laki-laki biseksual menghadapi tantangan unik terkait penerimaan identitas mereka, baik dari komunitas heteroseksual maupun homoseksual (Ross et al., 2010). Salah satu alasan laki-laki biseksual menjadi fokus penelitian ini adalah karena mereka sering mengalami diskriminasi ganda baik dari komunitas LGBT maupun masyarakat umum sehingga dinamika psikologis mereka menjadi lebih kompleks dibanding kelompok lain. Studi menunjukkan bahwa laki-laki biseksual menghadapi diskriminasi yang cukup unik tergantung akan jenis kelamin pasangan mereka. Misalnya, laki-laki yang memiliki pasangan perempuan akan dianggap sebagai heteroseksual dan mereka yang memiliki pasangan laki-laki akan dianggap homoseksual meskipun mereka secara gamblang mengidentifikasi diri mereka sebagai biseksual (Sarno et al., 2020)

Tantangan besar dihadapi oleh sekelompok komunitas Lesbian, Gay, Biseksual dan Transgender (LGBT) di Indonesia dalam memperoleh penerimaan sosial dan hak asasi. Masyarakat Indonesia hingga saat ini masih menganggap bahwa LGBT merupakan pelanggaran norma agama juga sosial. Meski beberapa individu dan komunitas telah menunjukkan toleransi pada LGBT namun dalam pandangan sebagian besar masyarakat terkhusus dalam konteks agama dan sosial budaya menolak akan LGBT dan menjadikan fenomena ini tidak terlepas pada diskriminasi dan stigma.

Stigma dan diskriminasi yang dihadapi laki-laki biseksual tidak hanya berdampak pada kehidupan sosial mereka tetapi juga memiliki efek yang signifikan pada kesejahteraan psikologis. Koping didefinisikan sebagai mekanisme psikologis yang digunakan individu untuk mengelola tekanan atau stres yang muncul dari pengalaman negatif seperti diskriminasi (Lazarus & Folkman, 1984).

Mengacu pada strategi psikologis yang digunakan individu untuk mengelola tekanan akibat pengalaman negatif seperti diskriminasi. Dalam konteks laki-laki biseksual, strategi koping sering kali melibatkan pencarian dukungan sosial, penilaian ulang positif terhadap situasi, atau penghindaran sebagai respons terhadap stigma dan diskriminasi yang mereka alami (Lazarus & Folkman, 1984).

Dalam konteks laki-laki biseksual, koping menjadi krusial untuk menghadapi berbagai dampak stigma, seperti isolasi sosial, rendahnya harga diri, hingga risiko depresi.

Laki-laki biseksual sering menghadapi konflik antar identitas seksual mereka dengan ekspektasi sosial dan kultural. Mereka merasa

tertekan untuk beradaptasi dengan penerimaan sosial yang menimbulkan stres dan konflik internal (Pereira et al., 2017).

Deskriminasi secara verbal dan dipinggirkan pada laki-laki biseksual cukup sering dirasakan dan mempengaruhi kesejahteraan psikologis individu, asal diskriminasi ini berasal dari stigma yang biasa dikenal sebagai "Binegativity" yang mencangkup pandangan negatif akan biseksual yang tidak setabil akan orientasi seksual mereka (Marti-Pastor et al., 2020)

Dalam menghadapi binegativity, laki-laki biseksual sering kali menggunakan strategi koping seperti bergabung dengan komunitas LGBTQ+ untuk mendapatkan dukungan emosional dan validasi identitas mereka. Selain itu, beberapa individu mencoba menghindari stigma dengan menyembunyikan orientasi seksual mereka, yang dapat memperburuk tekanan psikologis (Marti-Pastor et al., 2020). Namun, dalam konteks Indonesia, tekanan sosial dan norma budaya yang lebih konservatif memunculkan strategi koping yang unik, seperti menyelaraskan identitas seksual dengan nilai-nilai agama. Di Indonesia, norma budaya dan agama yang konservatif membuat laki-laki biseksual menghadapi tekanan untuk menyembunyikan identitas seksual mereka. Dalam konteks ini, beberapa individu mengembangkan koping adaptif dengan memadukan identitas seksual mereka dengan nilai-nilai agama melalui pendekatan positif terhadap Islam (Etengoff et al., 2022).

Laki-laki biseksual di Indonesia menghadapi stigma dan diskriminasi yang berakar pada norma budaya dan agama konservatif, termasuk binegativity, yaitu pandangan negatif yang menganggap

biseksual sebagai individu yang tidak stabil atau belum memutuskan orientasi seksualnya (Marti-Pastor et al., 2020). Tekanan ini diperburuk oleh biphobia dari komunitas heteroseksual maupun LGBTQ+, yang menciptakan isolasi sosial dan menurunkan harga diri (McLean, 2008). Selain itu, stres minoritas yang mencakup pengalaman penolakan, diskriminasi, dan homophobia terhadap laki-laki biseksual yang lebih feminin semakin meningkatkan risiko depresi (Feinstein et al., 2023; Sandfort et al., 2007). Dalam menghadapi tekanan ini, beberapa individu menggunakan strategi koping seperti pencarian dukungan sosial (Kertzner et al., 2009), pendekatan positif terhadap agama (Etengoff et al., 2022), atau penilaian ulang positif terhadap situasi untuk mengelola dampak psikologis stigma dan diskriminasi (Lazarus & Folkman, 1984).

Dimana sikap ini berakar dari pandangan agama yang kuat dalam kehidupan bermasyarakat di Indonesia yang menganggap LGBT merupakan ancaman terhadap tatanan sosial yang telah berlaku. Meski dengan tantangan identitas seksual yang cukup besar, beberapa individu biseksual di Indonesia menemukan cara untuk menyatukan identitas seksual mereka dengan kepercayaan agama. Menurut penelitian yang dilakukan Etengoff et al. (2022), sebagian laki-laki Muslim biseksual di Indonesia menemukan cara untuk memperjuangkan dan mendamaikan identitas seksual dan kepercayaan agama melalui pendekatan positif Islam. Mereka melakukannya dengan menghindari komunitas Muslim yang tidak mendukung LGBT karena lingkungan yang tidak ramah, namun tetap menjaga iman mereka.

Dukungan sosial dari keluarga, teman dan komunitas memainkan peran penting dalam membantu biseksual dalam mengatasi stigma dan diskriminasi yang dihadapi. Keterlibatan akan komunitas bisksual atau LGBT dapat memberikan rasa memiliki dukungan emosional (Kertzner et al., 2009)

Stigma dan deskriminasi LGBT termasuk cukup tinggi di Indonesia. Menurut studi yang dilakukan Septarini et al., (2024) di Bali menemukan bahwa sekitar 50,5% laki-laki memiliki ketertarikan akan sesama gender dan 62,7% tansgender menghadapi stigma yang kuat. Stigma ini juga diperparah dengan penolakan dari lingkungan keluarga dan masyarakat sekitar.

Menurut (Feinstein et al., 2023) mereka individu biseksual mengalami stigma yang lebih tinggi dan cenderung mengalami depresi. Terlebih laki-laki biseksual yang dianggap lebih feminim lebih sering mengalami homophobia dibandingkan yang tidak. Ini menunjukkan bahwa selain stigma orientasi seksual, aspek ekspresi gender juga memainkan peran lain yang penting dalam mempengaruhi kesejahteraan mental (Sandfort et al., 2007).

Namun, dengan semua pengalaman stigma yang ada, tidak semuanya berdampak negatif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu biseksual dapat membentuk adaptasi sebagai respons terhadap stigma yang dirasakan. Adaptasi ini sering kali berbentuk pertumbuhan terkait stres, di mana pengalaman yang tidak menyenangkan dari stigma dan diskriminasi dapat membantu mereka mengembangkan kemampuan

pengaturan emosi yang lebih baik dan lebih efektif mengatasi tekanan psikologis (Wang et al., 2016).

Berdasarkan wawancara awal dengan salah satu responden, disebutkan bahwa tekanan untuk menyembunyikan orientasi seksual seringkali memunculkan konflik batin yang mendalam, terutama ketika menghadapi norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Permasalahan lain datang dari komunitas heteroseksual maupun homoseksual dengan biphobia atau bentuk homophobia yang ditunjukkan kepada biseksual yang bagi mereka seringkali dianggap sebagai individu yang belum memutuskan atau individu yang hanya coba-coba. Biphobia ini dapat mengakibatkan juga isolasi sosial, stress dan rendahnya harga diri (McLean, 2008)

Menurut (Wang et al., 2016) Meyer (2003) stress pada individu bisksual dapat dikategorikan sebagai stress minoritas, stres ini terdiri dari sensor tambahan yang unik yang tidak dialami oleh kelompok mayoritas dimana stres ini termasuk pengalaman akan penolakan, stigma dan diskriminasi yang akan memiliki dampak negatif jangka panjang pada kesehatan fisik dan mental.

Stigma yang dialami oleh laki-laki biseksual sering kali menjadi sumber stres yang signifikan, yang mempengaruhi kesehatan mental mereka. Stigma ini bisa muncul dalam berbagai bentuk, seperti diskriminasi sosial, penghakiman agama, atau heteroseksisme, yang semuanya dapat mengarah pada perasaan terasing dan tekanan psikologis. Sebagai respons terhadap stigma ini, individu mengadopsi berbagai strategi koping

untuk mengatasi dampaknya. Namun, tidak semua strategi koping efektif dalam mengurangi stres yang terkait dengan stigma.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Shilo et al., 2016) strategi koping agama berperan dalam kesehatan mental pria gay dan biseksual yang sangat religius. Mereka menemukan bahwa ketika pria ini mengalami konflik antara identitas agama dan seksual, mereka cenderung menggunakan strategi koping agama, baik positif maupun negatif. Namun, penggunaan strategi koping agama negatif, seperti perasaan bersalah atau penolakan terhadap orientasi seksual mereka, berhubungan dengan masalah kesehatan mental yang lebih buruk. Di sisi lain, dukungan sosial, terutama dari teman dan komunitas LGBT yang menerima orientasi seksual mereka, dapat memoderasi dampak negatif dari strategi koping agama, memberikan hasil kesehatan mental yang lebih baik. Tidak hanya itu perilaku penghindaran dalam koping dengan risiko perilaku seksual tidak aman, terutama dalam kaitannya dengan HIV. Hasil studi oleh (Martipastor et al., 2020) menunjukkan bahwa pria gay dan biseksual yang lebih banyak menggunakan strategi koping penghindaran, seperti menghindari situasi stres atau perasaan negatif, lebih mungkin untuk terlibat dalam perilaku risiko tinggi seperti hubungan seksual tanpa kondom (*unprotected anal sex/UAS*). Ini menunjukkan bahwa strategi koping penghindaran dapat berkontribusi pada peningkatan risiko HIV, karena individu cenderung menghindari menghadapi masalah kesehatan seksual mereka secara langsung, strategi koping yang tidak adaptif, termasuk penghindaran dan koping agama. Penggunaan strategi koping ini berhubungan dengan tingkat kecemasan, depresi, dan perasaan tidak

puas secara keseluruhan. Mereka yang lebih cenderung menghindari stres dengan menggunakan obat terlarang atau strategi koping agama seringkali mengalami tingkat kesehatan mental yang lebih buruk (Hampton et al., 2010)

Dengan penjelasan tersebut penelitian ini penting dilakukan mengingat masih minimnya studi mengenai laki-laki biseksual, terutama dalam konteks sosial dan budaya Indonesia. Dengan memahami lebih dalam pengalaman mereka, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi yang signifikan pada kajian psikologi dan membantu menciptakan strategi dukungan psikologis yang lebih baik untuk individu dengan permasalahan biseksual.

## **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan tantangan yang dihadapi laki-laki biseksual, penelitian ini berfokus pada pemahaman akan koping dalam menghadapi stigma dan diskriminasi pada laki-laki biseksual yang timbul dari perlakuan negatif. Penelitian ini mengeksplorasi bagaimana strategi koping baik adaptif maupun maladaptif. Selain itu, penelitian ini mengidentifikasi faktor-faktor yang dapat melindungi mereka dari dampak stigma dan diskriminasi seperti dukungan sosial, penerimaan diri dan akses ke layanan kesehatan mental sehingga dapat memberikan gambaran penuh akan pengalaman mereka.

### **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam strategi dan mekanisme yang digunakan oleh individu dengan identitas biseksual dalam mengatasi pengalaman negatif yang timbul akibat stigma sosial dan diskriminasi.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **a. Manfaat Teoretis**

Menyumbangkan wawasan baru bagi literatur psikologi tentang penjelasan perbedaan strategi koping pada laki-laki biseksual dalam menghadapi stigma dan diskriminasi yang terjadi.

#### **b. Manfaat Sosial**

Penelitian ini memberi pemahaman yang lebih pada masyarakat tentang bagaimana laki-laki biseksual menghadapi diskriminasi.

#### **c. Manfaat Individual**

Memberikan pandangan dan panduan dalam meningkatkan kesehatan laki-laki biseksual yang dapat meningkatkan kesehatan mental individu.