

**PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA LESBIAN****FITRI FUJI ASTUTI****PROGRAM STUDI PSIKOLOGI,  
FAKULTAS SOSIAL, HUMANIORA DAN SENI  
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA****ABSTRAK**

Penelitian ini dilatar belakangi oleh pandangan bahwa lesbian memiliki beban psikologis karena orientasi seksual yang mereka miliki. Proses untuk menerima diri sudah cukup sulit, di tambah dengan stigma masyarakat yang negatif dan penolakan yang ada di masyarakat. Tujuan penelitian ini adalah ingin memahami lebih dalam mengenai *Psychological Well-Being* pada Lesbian melalui metode kualitatif. Peneliti mewawancarai 8 orang informan yang memiliki orientasi seksual lesbian untuk mengumpulkan data. 8 informan terbagi menjadi 6 informan utama dan 2 informan pendukung. Setiap informan yang diwawancarai menceritakan suatu peristiwa yang mereka alami. Aspek yang mendukung *Psychological Well-Being* adalah penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, pertumbuhan pribadi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri sejak awal dan hubungan positif dengan orang lain dapat membantu proses *Psychological Well-Being* informan. Setelah menerima diri, barulah informan menampilkan diri mereka sebagai lesbian dan cenderung dapat mempersiapkan diri terhadap reaksi lingkungan. Pada akhirnya, informan merasa semakin nyaman dan dapat menerima dan berdamai dengan diri serta lebih siap terhadap pandangan lingkungan.

**Kata kunci:** *Lesbian, psychological well-being.*

**PENDAHULUAN**

Handayani (Susanti & Widjanarko, 2015) menyatakan bahwa homoseksual adalah kelainan terhadap orientasi seksual yang ditandai dengan timbulnya rasa suka terhadap orang lain yang mempunyai jenis kelamin yang sejenis atau identitas gender yang sama.

Menurut Augustine dan Kusumaningrum (2008) bahwa tahun 1973 ketika asosiasi Psikiatris Amerika mengeluarkan homo seksualitas dari deviansi seksual, badan WHO juga tidak melihat homoseksualitas sebagai sebuah kelainan, maka dari itu sudah jelas bahwa homoseksual termasuk lesbian bukan persoalan psikologis apalagi melihatnya sebagai patologi social Lesbian juga bukanlah seorang perempuan yang kondisinya menyimpang atau dianggap sebuah penyakit

social yang disebabkan oleh lingkungan.

Menurut Sinyo (2014) Lesbian Gay Bisexual Transgender (LGBT) berawal dari perkembangan dunia homoseksual yang berkembang pada abad 11. Istilah LGBT mulai muncul sekitar tahun 1990-an. Sebelum masa “Revolusi Seksual” pada tahun 1960- an tidak ada istilah khusus untuk menyatakan homoseksual. Kata yang paling mendekati dengan orientasi selain heteroseksual adalah istilah “third center” sekitar tahun 1860-an. Sampai saat ini terdapat 22 negara di dunia yang telah melegalkan LGBT dalam bentuk legalisasi pernikahan sesama jenis termasuk Amerika Serikat yang melegalkan tahun 2015 silam. (Sumber: Sinyo, 2014).

Penganut homoseksual di Indonesia semakin meningkat dengan berjalannya

waktu. Peningkatan itu terjadi karena mereka lebih membuka diri atau mengakui bahwa mereka merupakan homoseksual (*coming out*). Fenomena lesbian kini juga semakin marak terjadi di Negara Indonesia, terutama di kota-kota besar. Sekarang ada beberapa LSM (Lembaga Swadaya Masyarakat) atau organisasi yang sengaja dibentuk untuk melindungi perempuan lesbian, di antaranya adalah Swara Srikandi yang ada di Jakarta, Lentera Sahaja yang ada di Yogyakarta. Lesbian yang tergabung dalam LSM ini akan diakui keberadaannya dan akan di lindungi.

Agustine dan Kusumaningrum (2008) menyatakan bahwa perjuangan gerakan Lesbian yang sesungguhnya terjadi sesudah reformasi 1998, salah satu sejarahnya adalah jaringan Warna-warni membuat surat rekomendasi dan bertemudengan Komisi Nasional

Hak Asasi Manusia (KOMNAS HAM) untuk membuat pernyataan atau *statement* kepada publik bahwa pilihan seksualitas setiap orang adalah HAM, dan pelarangan terhadap itu adalah pelanggaran HAM. Respon tentang hak-hak LGBT dan perlindungan dari segala bentuk kekerasan baik dalam lingkup rumah tangga maupun dalam berorganisasi dan berkumpul yang ditujukan kepada kepolisian RI dan Departemen Hukum dan HAM, maka dari itu pencabutan kata kriminalisasi terhadap homoseksual dicabut. (Sumber: Agustine dan Kusumaningrum, 2008).

Kertzner, Meyer, Frost dan Stirratt (2009) mengemukakan perlakuan yang menyakitkan yang diterima oleh kaum lesbian adalah penolakan dari keluarga seperti orang tua, saudara, teman sebaya dan sahabat mereka. Menurut Russell &

Joyner (2001), hal ini dapat menyebabkan rendahnya *psychological well-being* pada lesbian, mereka tidak dapat menikmati dan menerima kehidupan dan keadaan diri mereka sendiri.

Kertzner (2009) mengemukakan bahwa rendahnya *psychological well-being* yang dimiliki lesbian disebabkan karena kaum lesbian tidak dapat mengekspresikan dirinya dengan leluasa, mereka juga tidak memiliki keterbukaan diri atau *self disclosure* sebagai lesbian karena penolakan masyarakat, sehingga mereka merasa takut kalau ada orang lain yang mengetahui orientasi seksual mereka.

Berdasarkan fenomena yang telah peneliti paparkan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Bagaimana *Psychological Well-Being* pada Lesbian"

## KAJIAN PUSTAKA

### *Psychological Well-Being*

#### Definisi *Psychological Well-Being*

Teori *psychological well-being* dikembangkan oleh Ryff pada tahun 1989. *Psychological Well-Being* merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari. Segala aktivitas yang dilakukan oleh individu yang berlangsung setiap hari dimana dalam proses tersebut kemungkinan mengalami fluktuasi pikiran dan perasaan yang dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada kondisi mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup dinamakan *psychological well-being*.

Berdasarkan pengertian di atas disimpulkan bahwa *psychological well-being* berhubungan dengan aktivitas individu sehari-hari. Aktivitas individu seperti fluktuasi pikiran dan

perasaan mental negatif sampai perasaan mental positif, misalnya dari trauma sampai penerimaan hidup.

*Well-being* menurut Ryff dan Singer (1996) adalah suatu konsep yang terbentuk dari berbagai pengalaman dan fungsi-fungsi individu sebagai manusia yang utuh. *Psychological well-being* tidak hanya merujuk kepada bagaimana seseorang individu mampu mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal, bagaimana individu yang berfungsi baik secara fisik, emosional dan psikologis (Ryff, 1995).

#### **Aspek-aspek *Psychological Well-Being***

Ryff (1989) mengemukakan aspek-aspek dari *psychological well-being*, dimana aspek-aspek tersebut terdiri dari 6 aspek yang berbeda

yaitu antara lain: Penerimaan diri (*self acceptance*), Hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), Otonomi (*autonomy*), Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*), Tujuan hidup (*purpose in life*), dan Pertumbuhan pribadi (*personal growth*).

#### **Faktor-faktor *Psychological Well-Being***

Faktor-faktor *Psychological Well-Being* menurut Ryff (1989) adalah: Usia, Tingkat pendidikan Jenis Kelamin, Status sosial ekonomi, Dukungan sosial, Kepribadian, Spiritualitas.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan strategi fenomenologi. Informan dalam penelitian ini berjumlah 8 orang informan yang terbagi menjadi 6 informan utama dan 2 informan

pendukung. Informan yang di ambil adalah lesbian yang ada di Kota Surakarta. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah observasi dan wawancara. Penelitian ini melakukan teknik analisis data dengan pengumpulan data, reduksi data, display data, verifikasi data. Kreadibilitas dalam penelitian ini menggunakan triangulasi data, triangulasi pengamat, triangulasi teoritriangulasi metode. Etika dalam penelitian adalah menjamin kerahasiaan informan dan membuat *informed consent*, dan menggunakan recorder. Verifikasi dalam penelitian ini adalah dengan teknik *intersubjective validity*.

### **Hasil Interpretasi *Psychological Well-Being* Informan Utama**

#### **Penerimaan Diri**

##### **Informan CG**

Informan CG mampu menerima dirinya sebagai lesbian

dan informan CG dapat menerima orientasi seksualnya. Selain itu, informan CG juga dapat menerima kelebihan dan kekurangan pada dirinya.

*“Boleh, ini emang bener bener aku nerima diriku ini sebagai lesbian.” (IU 1. 154). “Udahlah jelas, aku aja udah nerima diriku sebagai lesbi ya aku harus terima masalah orientasi seksual aku, kalo aku itu ngga bisa suka cowok.” (IU 1. 157-158). “Ya jelas terima lah, aku terima kelebihan aku ganteng dan aku terima kekurangan aku sebagai lesbian, aku terima semuanya.” (IU 1. 160-161). “Iyalah, hahaha engga sih, tapi serius aku terima semua baik dan buruk.” (IU 1. 163)*

##### **Informan MJ**

Informan MJ mampu menerima kelebihan dan kekurangan pada dirinya, karna informan

beranggapan bahwa Tuhan menciptakan manusia tidak ada yang sempurna, dan kekurangan bisa menjadi kekuatan asal kita mau merubahnya.

*" Terima dong, kalo aku ngga terima kekuranganku siapa lagi yang mau terima? Kekurangan itu bukan buat di sesali kok, kan tuhan ciptain manusia ngga ada yang sempurna pit, I think you know that, our weakness will be our strength if we want to change it pit, nothing is impossible as long as you want to try, let the God do his job, god is fair, isn't it? Keep pray to god." (IU 2. 239-243).*

#### **Informan LK**

Informan LK mengaku bahwa informan menerima kelebihan dan kekurangan dalam hidupnya, informan LK juga menyebutkan kalau apa yang sudah Tuhan beri itu adalah yang terbaik baik dirinya.

Informan juga menambahkan kalau kita harus menerima segala pemberian Tuhan dan jangan lupa untuk selalu bersyukur.

*"Eee aku percaya sama pemberian tuhan yi, aku percaya apa yang tuhan kasih ke aku, itu yang terbaik buat aku, memang semua orang pasti punya yang namanya kekurangan, tapi kekurangan itu jangan digunakan buat ngeluh misale kayak apa yah, kayak ah aku ngga bisa apa-apa ini, nyoba aja belum udah ngeluh gitu loh, eee kekurangan itu harusnya kita latih lagi biar bisa jadi kelebihan, eee karo opo ya? Eee jadine ya kalo kamu mau kekuranganmu diterima sama orang lain, kamu harus terima kekuranganmu dulu, apapun itu harus terima, harus ikhlas, kekurangan ngga selamanya buruk yi, justru kekurangan itu harus di*

*jadiin power kita, aku tuh yah yi kadang suka sedih sama orang diluar sana yang serba kekurangan, kekurangan materi, fisik, tapi tetep pandai bersyukur, sedangkan aku, kita? Apa-apa ngeluh, harusnya yi, kita lihat mereka, yang selalu bersyukur tanpa mengenal kekurangan mereka.” (IU 3. 281-292).” Makanya yi, kita hidup harus terima semuanya, terima semua pemberian tuhan, entah itu kelebihan atau kekurangan, yang penting satu yi, jangan lupa bersyukur ke tuhan.” (IU 3. 294-295).*

### **Informan I**

Informan I mengatakan kalau dirinya menerima dirinya sebagai lesbian dan juga informan menerima segala kelebihan dan kekurangan yang dimilikinya, walau informan tidak tahu apa kelebihanannya, tetapi informan

menerima itu. Bentuk penerimaan diri informan adalah informan beranggapan kalau ini semua takdir. Takdir untuk informan mencintai perempuan dan bukan laki-laki.

*“Mmm terima-terima aja, aku terima aku lesbi aja itu tandanya aku terima kekurangan aku, dan kelebihan ya walau aku ngga tau pasti lebihhanku apa, aku terima.” (IU 4.211-213). “Udah pit, emang takdirnya aku mencintai cewek dan bukan cowok.” (IU 4. 96). “Iya pit, takdirku udah begini.” (IU 4. 98).*

### **Informan Y**

Informan Y dapat menerima kelebihan dan kekurangannya, informan juga mengaku kalau di dalam diri informan Y masih banyak sekali adanya kekurangan, tapi informan tidak begitu memikirkan masalah kelebihan dan kekurangan, yang terpenting adalah menerima

saja. Informan juga menambahkan kalau dia bangga menjadi dirinya yang sekarang sebagai lesbian.

*“Ya mau gimana lagi pit? Harus diterima. Apalagi aku ini banyak banget kekurangan, harus di terima, aku juga eee apa yah ngga begitu yang terlalu mikir masalah kelebihan dan kekurangan aku, ya pokoknya terima aja, aku bangga jadi diri aku kayak sekarang, aku juga nyaman sama kekurangan aku yang sebagai lesbian.” (IU 5. 149-153).*

#### **Informan PS**

Informan PS menerima kelebihan dan kekurangan yang ada pada dirinya, tidak hanya itu, informan PS juga menerima kelebihan kekurangan yang dimiliki oleh pacarnya.

*“Ya jelas lah pit, sebelum aku nerima kekurangan pacarku,*

*aku harus nerima kekurangan hidupku lebih dulu.” (IU 6. 50-51).*

#### **PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil observasi dan interview terhadap informan, peneliti telah menemukan faktor-faktor penting yang mempengaruhi perkembangan *Psychological Well-Being* pada diri informan. Penelitian ini menemukan bahwa faktor kepribadian merupakan faktor penting sebagai pembentuk penerimaan diri, penguasaan lingkungan dan tujuan hidup. *Psychological well-being* adalah aktivitas individu sehari-hari seperti mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal dan bagaimana individu berfungsi baik secara fisik, emosional dan psikologis.

Berdasarkan wawancara dengan 6 informan, mereka semua mampu menerima orientasi seksual

mereka dan mampu memutuskan untuk hidup menjadi seorang lesbian. Berkaitan dengan *psychological well-being*, ke enam informan memiliki *psychological well-being* yang baik dengan melihat aspek penerimaan diri. Mereka berenam mampu menerima kelebihan dan kelemahan dirinya, mampu menerima orientasi seksual mereka, dapat melihat masa lalu dengan positif. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Ryff (1995) individu yang menerima positif dirinya seperti mengakui dan menerima aspek dalam dirinya, termasuk kebaikan dan keburukannya, dan juga dapat melihat masa lalu dengan perasaan positif.

Penerimaan diri informan ini berkaitan dengan pandangan positif terhadap diri sendiri dan menerima apa adanya, meskipun masih memperoleh pandangan negatif dan

tekanan sosial dari lingkungan. Berdasarkan sikap ini, informan tidak merubah dirinya yang sudah menentukan pilihan untuk hidup sebagai seorang lesbian.

Informan CG menerima dirinya sebagai lesbian. Informan CG justru terbuka atau *coming out* ke masyarakat kalau dia seorang lesbian. Semakin informan CG mendapatkan omongan negatif tentangnya, informan CG semakin ingin menunjukkan orientasi seksualnya. Walaupun pada awalnya informan CG sempat menutupi orientasi seksualnya.

Informan MJ juga tidak berbeda dengan informan CG. Informan MJ juga bersifat *coming out* ke masyarakat, informan MJ juga tidak menutupi orientasi seksualnya. Hampir sama dengan informan LK. Informan LK juga menerima orientasi seksualnya, informan LK

selama ini menjadi dirinya sendiri, dan dia tidak pernah merubah dirinya agar dia di terima oleh lingkungannya.

Hubungan positif juga berpengaruh dalam *psychological well-being* pada lesbian. Interaksi positif yang dimiliki oleh informan cukup baik. Informan CG dapat berinteraksi positif dengan teman lesbian atau teman yang bukan lesbian. Informan CG bersikap terbuka dengan siapapun asal tidak mencampuri kehidupan pribadi informan CG.

Hal tersebut sedikit berbeda dengan informan MJ, informan MJ lebih dekat dengan teman yang lesbian, bukan berarti informan MJ menutup diri dengan yang bukan lesbian namun informan MJ tetap menjalin komunikasi dengan teman yang bukan lesbian melalui *chat* melalui media sosial. Hampir sama

seperti informan MJ, informan I dan Y lebih memilih untuk tidak menjalin komunikasi dengan teman yang bukan lesbian, mereka lebih memilih atau merasa nyaman dengan teman yang sesama lesbian.

Selain itu hubungan positif juga berhubungan dengan komitmen. Dimana informan dalam penelitian ini dapat menjalin komitmen dengan pacarnya. Informan CG memiliki komitmen bersama pacarnya dengan cara pacarnya selalu ada untuk informan. Selain itu komitmen yang di jalin oleh informan MJ bersama pacarnya sudah berlangsung selama empat tahun, sebagai tanda keseriusan informan MJ, informan MJ sempat ada keinginan untuk transgender agar bisa menikahi pacarnya.

Informan LK juga ber komitmen ketika berpacaran, informan LK menjelaskan bahwa

ketika berpacaran informan LK sudah tidak ingin main-main lagi, dan informan LK masih belum bisa melupakan tiga mantan terakhirnya. Lalu dengan informan I, informan I sudah menjalin hubungan dengan pacarnya sudah selama empat tahun. Sama seperti informan PS, informan PS menjalin hubungan dengan pacarnya ketika dia masih SMA, kurang lebih sudah 8 tahun.

Otonomi merupakan aspek berikutnya yang dapat berpengaruh dalam *psychological well-being* pada lesbian, yang akan menjadi pembahasan disini adalah bagaimana informan membuat keputusannya sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Dalam penelitian ini informan CG membuat keputusan kalau dirinya tidak bisa mencintai laki-laki. Informan CG mengatakan jika dia tidak

membutuhkan laki-laki yang dia butuhkan hanyalah perempuan.

Keputusan yang berbeda yang di ambil oleh informan LK, informan LK mengambil keputusan untuk bekerja sambil kuliah. Bekerja untuk membiayai kuliahnya. Selanjutnya keputusan yang di ambil oleh informan I adalah dia tidak pernah ingin merubah label lesbian pada dirinya. Berbeda dengan informan Y, informan Y mengambil keputusan kalau dirinya adalah seorang biseksual dimana, dia bisa menerima seorang laki-laki maupun perempuan, tetapi perasaannya lebih condong terhadap wanita. Terakhir informan PS, dia memiliki keputusan bahwa hatinya sudah sangat kuat terhadap cinta yang sedang di jalannya ini, informan PS benar-benar merasakan kasih sayang. Sama seperti yang diungkapkan oleh informan I, kalau

dalam mencintai seorang perempuan harus benar-benar di beri kasih sayang. Kedua pendapat tersebut sesuai dengan apa yang di katakan oleh Agustine (2005) lesbian adalah perempuan yang penuh dengan kasih sayang.

Tujuan hidup juga berpengaruh dalam *psychological well-being* pada lesbian. Rata-rata tujuan hidup dari informan adalah ingin menjadi seseorang yang sukses, ingin hidupnya bermanfaat bagi orang lain. Berbeda dengan informan I dan Y, mereka berdua belum menemukan apa tujuan hidup mereka. Selain memiliki tujuan, informan juga ingin berkembang. Informan CG ingin melatih kembali kemampuan *dancenya*. Informan MJ ingin mengembangkan usahanya. Informan PS ingin keluar dari *comfort zone*.

Penjabaran diatas sesuai dengan pendapat Werdyaningrum (2013), *psychological well-being* adalah konsep kesejahteraan psikologis individu yang mampu menerima diri sendiri apa adanya, dan memiliki tujuan hidup yang dipengaruhi oleh fungsi psikologi positif berupa aktualisasai diri dan penguasaan lingkungan. Pendapat tersebut juga sesuai dengan pendapat Ryff (1989) bahwa *psychological well-being* sebagai sebuah kondisi dimana individu memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri dan orang lain, dapat membuat keputusan sendiri dan mengatur perilaku, dapat menciptakan dan mengatur lingkungan, serta memiliki tujuan hidup dan membuat hidup mereka lebih bermakna serta berusaha dan mengeksplor dirinya.

Pada penelitian ini, beberapa informan menganggap dirinya

sebagai laki-laki dan bukan wanita.

Informan CG merasa Tuhan menciptakan dirinya sebagai laki-laki, bukan perempuan. Informan MJ juga merasa dirinya laki-laki agar bisa menjaga ibunya. Selain itu ada 2 informan yang putus sekolah, yaitu informan I dan Y. Informan I putus sekolah di masa SMP, sedangkan informan Y putus sekolah di masa SMA. Hal tersebut sesuai dengan pendapat El-Qudah dan Hamid (2015) dampak negatif dari lesbian diantaranya merasa bukan menjadi perempuan sejati atau merasa dirinya adalah laki-laki dan 28% pelaku homoseksual putus sekolah.

Beberapa informan dalam penelitian ini bersifat *coming out*, mereka tidak menyembunyikan masalah orientasi seksual mereka, mereka terbuka pada umum bahwa diri mereka adalah lesbian. Informan CG ingin menunjukkan orientasi

seksual nya keluar. Informan MJ juga melakukan hal yang sama. Tindakan tersebut juga dilakukan oleh informan I dan Y. Informan LK juga tidak merubah dirinya yang lesbian agar diterima di lingkungan. Sifat *coming out* di atas dalam penelitian ini kurang sesuai dengan pendapat Kertzner, dkk (2009) bahwa rendahnya *psychological well-being* yang dimiliki lesbian disebabkan karena kaum lesbian tidak dapat meng ekspresikan dirinya dengan leluasa, mereka juga tidak memiliki keterbukaan diri atau *self disclosure* sebagai lesbian karena penolakan masyarakat, sehingga mereka merasa takut kalau ada orang lain yang mengetahui mengenai orientasi seksual mereka.

Informan LK pada penelitian ini mengaku kalau dirinya menceritakan masalah orientasi seksual ini kepada

ibunya. Bukanmendapat penolakan, tetapi ibu dari informan LK beranggapan kalau hal tersebut merupakan turunan dari ibunya yang juga sebagai lesbian.Hal ini kurang sesuai dengan pendapat Kertzner (2009) perlakuan yang menyakitkan yang diterima oleh kaum lesbian adalah penolakan dari keluarga seperti orang tua, saudara, teman sebaya, dan sahabat mereka.

Beberapa informan dalam penelitian ini bisa mengembangkan potensi yang mereka miliki,seperti informan CG yang melatih *dance*, informan LK yang ingin mengembangkan *skill* menggambar nya, informan PS ingin berkembang di dalam *band* dan *tae kwon do* nya. Selain itu, mereka juga memiliki sifat yang ingin berkembang dan juga mencoba hal-hal baru seperti salahsatunya informan PS yang ingin berkembang di segi pola pikirnya.

Hal tersebut sesuai dengan pendapat Ryff (1995) *psychological well-being* tidak hanya merujuk kepada bagaimana seseorang individu mampu mengembangkan potensi dan kemampuan yang dimilikinya secara optimal, bagaimana individu yang berfungsi baik secara fisik, emosional, dan psikologis.

Seperti yang dikatakan oleh Badudu (2003) bahwa lesbian merupakan wanita yang bercinta kasih dengan sesama jenisnya atau biasa disebut dengan wanita homoseksual, sedangkan lesbianisme merupakan sifat dari cinta birahi antar sesama manusia dan menurut Sadarjoen (2006) mengatakan bahwa lesbianisme adalah salah satu bentukpenyimpangan perkembangan psiko seksual yang menyebabkan penderita nya memiliki kecenderungan lebih memiliki minat

dan mendapat kenikmatan seksual erotik dari pasangan sesama jenis kelaminnya. Pada penelitian ini informan CG dan informan MJ mengaku bahwa dirinya merasa nyaman dengan kenikmatan seksual erotiknya atau menikmati ketika mereka berciuman dengan pacar wanitanya.

Penelitian ini memiliki kelemahan yaitu peneliti tidak memperdalam atau tidak mengkaji lebih dalam mengenai *psychological well-being* pada lesbian dalam faktor keagamaan / religiutas. Maka dari itu peneliti selanjutnya yang meneliti hal yang sama mohon memperdalam *psychological well-being* dalam faktor keagamaan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Kesimpulan yang dapat diperoleh dalam penelitian ini yang

berjudul *Psychological Well-Being* pada lesbian adalah sebagai berikut:

1. Ke enam informan dalam penelitian ini menyadari dan menerima dirinya atau menerima orientasi seksualnya sebagai lesbian. Beberapa informan juga bersifat *coming out* ke masyarakat mengenai orientasi seksualnya, dan ada masih menutupi orientasi seksualnya, namun hal tersebut tidak membuat informan merubah dirinya agar diterima di lingkungannya. Informan tetap menjadi diri sendiri atau tetap menjadi seorang lesbian.
2. Penguasaan lingkungan dari informan penelitian, mayoritas mereka menjalin pertemanan dengan teman yang bukan lesbian, mereka merasa nyaman dengan siapa saja, dan informan bisa menyesuaikan

- diri dengan lingkungan, namun dua informan yaitu informan I dan Y yang menutup diri dengan teman yang bukan lesbian.
3. Otonomi yang dimiliki oleh informan dari segi kemandirian, mayoritas informan bersifat mandiri, di tandai dengan dua dari mereka sudah tidak tinggal lagi dengan orang tua. Mereka bekerja untuk memenuhi kebutuhan mereka, dan membiayai biaya kuliah. Tetapi informan I dan Y dilihat belum memiliki rasa kemandirian.
  4. Hubungan positif dengan orang lain yang dimiliki informan cukup baik. Mereka dapat menjalin interaksi positif dengan orang lain, dengan yang bukan lesbian atau dengan yang lesbian. Informan juga memiliki orang yang dia percayai, diantara orang kepercayaannya adalah ibu, pacar atau teman dekat.
  5. Tujuan hidup dari informan adalah informan ingin menjadi seseorang yang sukses, bermanfaat bagi orang lain, tetapi informan I dan Y belum menemukan tujuan hidupnya. Mengenai harapan, informan berpendapat hampir sama yaitu lesbian jangan dibeda-bedakan, karna lesbian juga manusia, lesbian juga memiliki hak untuk mencintai, lebih juga ingin diterima di kalangan masyarakat.
  6. Pertumbuhan pribadi yang dimiliki oleh informan adalah mayoritas dari informan ingin berkembang, selain berkembang mereka juga ingin mencoba hal-hal baru yang belum pernah mereka coba, namun sekali lagi informan I dan Y terlihat tidak

ingin berkembang dan tidak  
ingin mencoba hal-hal baru

### Saran

1. Bagi Orang yang memiliki Orientasi Seksual Lesbian  
Bagi informan disarankan untuk menjalin komunikasi dengan teman yang bukan lesbian agar pertemanan lebih luas. Mampu mengembangkan potensi yang ada di dalam dirinya. Berusaha untuk menerima masa lalu, mampu mengevaluasi dirinya agar dapat belajar dari pengalaman- pengalaman masa lalu untuk membantu proses *psychological well-being* informan dalam melanjutkan hidupnya sehingga tetap produktif
2. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Berdasarkan teori yang peneliti peroleh, peneliti menjelaskan bagaimana lesbian dalam

perspektif berbagai macam agama. Namun karena keterbatasan peneliti, peneliti tidak mengkaji secara lebih dalam mengenai spiritualitas para lesbian. Peneliti selanjutnya diharapkan mengkaji hal tersebut karena religiusitas merupakan salah satu faktor dari *psychological well-being*

### DAFTAR PUSTAKA

- Agustine.(2005). *All about lesbian*. Jakarta: Ardhanary Institute
- Agustine, S., & Kusumaningrum, A. (2008).Modul panduan media meliputi LGBT. Yayasan *jurnal perempuan*, <https://www.jurnalperempuan.org>, Jakarta (di akses tanggal 3 Januari 2018)
- Athena. (2005). Jurnal perempuan 41: Seksualitas lesbian. Jakarta: Yayasan *jurnal perempuan*
- Bradburn N. M. (1969). The structure of psychological well-being, Chicago.
- Burhan, B. (2005). *Analisis penelitian kualitatif*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

- Chapin, J. P. (2000). *Kamus lengkap psikologi*. Jakarta: Rajawali Pers
- Christopher, J. C. (1999). Situating psychological well-being: Exploring the cultural roots of its theory and research. *Journal of counselling and development*, 77
- El-Qudah & Hamid, A. (2015). *Kaum luth masa kini*. Jakarta: Yayasan Islah Bina Umat, 65-71
- Hartanto. (2016). Hegemoni dalam emansipatory: Studi Kasus Advokasi Legalisasi Lesbian, Gay, Biseksual, dan Transgender (LGBT) di Indonesia. *Indonesian Perspective*, Vol. 1, No. 2, 31- 47, Universitas Respati Yogyakarta
- Hauser & Springer, K. W. (2005). Survey Measurement of Psychological Well-Being. Di ambil dari <https://ssc.wisc.edu>
- Johnson, B & Christensen, L. (2004). *Educational research quantitative, qualitative, and mixed approaches*. Boston: Pearson
- Kertzner, R. M., Meyer, I. H., Frost, D. M., & Stirratt, M. J. (2009). Social an psychological well- being in lesbians, gay, menm and bisexuals: the effects of race, gender, age, and sexual identity. *American journal of orthopsychiatry*., Vol. 79, No. 4. *American Psychological Association*, p. 500-510
- Moleong, L. J. (2009). *Metode penelitian kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Muladi. (2005). *Hak Asasi Manusia: Hakekat, Konsep, dan Implikasinya Dalam Perspektif Hukum dan Masyarakat*. Bandung: Refika Aditama
- Nurmala, D., Anam, C., & Suyono, H. (2006). Studi Kasus Perempuan Lesbian (Butchy) di Yogyakarta. *Humanitas: Indonesi a Psychological Journal*, Vol. 3, No. 1, hh. 28-37
- Papalia, E. D. (2009). *Human development: Perkembangan manusia*. Jakarta: Salemba Humanika
- Prastowo, A. (2014). *Pengemban bahan ajar tematik: Tinjauan teoritis dan praktis*. Jakarta: Kencana
- Russell, S. T. & Joyner, K. (2001). Adolescent sexual orientation and suicide risk: Evidence from a national study. *American Journal of Public Health*. Vol. 91, No. 8, p. 1276-1281
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well being. *Journal of Personality and Social Psychology*. Vol. 57, No. 6, p. 1069-1081
- Ryff, C, D. (1995). Psychological well-being in adulth life. *Currendirections in*

- psychological science*, 4, 99-104
- Ryff, C. D., & Singer, B. (2005). Social environments and the genetics of aging : Advancing knowledge of protective health mechanisms. *Journal of gerontology*, 60B (Special Issue 1), 12-23
- Ryff, C. D. & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and Social Psychology*. 69: 719-727
- Ryff, C. D. & Singer, B. (1996). Psychological well-being; Meaning, measurement, and implications for psychotherapy research. *Psychotherapy and Psychosomatic*, 65, 14-23
- Ryff, C. D., Singer, B. (2003). The role of emotion on pathways to positive health. In R. J. Davidson, K. R. Scherer, & H. H Goldsmith (Eds.), *Handbook of affective sciences*, pp. 1083-1104. New York: Oxford University Press
- Sadarjoen, S.S. (2006). *Keluarga anti narkoba: Panduan menghindari jerat narkoba*, Jakarta: Kompas
- Saleh, G., & Arif, M. (2016). *LGBT dalam fenomenologi sosial*. Prosiding LPPM Universitas Abdurrah. 108-116. Riau: LPPM Universitas Abdurrah
- Sanusi, A. (2011). *Metode penelitian bisnis*. Jakarta: Salemba Empat
- Sawitri. (2005). *Kasus gangguan psikoseksual*. Yogyakarta: Bunga Rampai
- Sinyo. (2014). *Anakku bertanya tentang LGBT*. Jakarta: Elex Media Computindo
- Soetjiningsih. (2004). *Tumbuh kembang remaja dan permasalahannya*. Jakarta: Cagung Seto
- Susanti, A & Widjanarko, M. (2015). Fenomena Cinta Lesbian. *Jurnal Psikologi Undip*, Vol. 14, No. 1, hh. 160-173
- Tan (2005). *Mengenal Perbedaan Orientasi Remaja Puteri*. Surabaya: Suara Earnest
- Wedyaningrum. (2013). Psychological Well-Being pada Remaja yang Orang Tua Bercerai dan yang Tidak Bercerai (Utuh). *Journal Online Psikologi*, Vol. 01, No. 02, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang
- Willis, S. S. (2005). *Remaja dan Permasalahannya*. Bandung: CV. Alfabeta