
ARTIKEL PENELITIAN

Self-Disclosure Identitas Gay Kepada Orang Lain

Nafisa Spica Diraelanabil, Mardhatillah Syahrani Fauziah, Maria Vanessa Ferdianto, Fadiani Risqita Mamang & Dzakhirah Ifah Ariani*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Identitas diri, sebagai perasaan subjektif yang dibentuk melalui konvergensi pengalaman pribadi, hubungan interpersonal, serta sistem nilai dan ingatan individu, menjadi landasan fundamental dalam memahami proses pengungkapan diri. Berpijak pada premis tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam dinamika psikologis dan sosiologis di balik proses pengungkapan diri (*self-disclosure*) identitas gay dalam konteks masyarakat Indonesia melalui pendekatan kualitatif fenomenologis. Dengan menggunakan teknik wawancara mendalam terhadap dua mahasiswa di Surabaya sebagai subjek penelitian, studi ini mengungkap bahwa motivasi utama individu melakukan *coming out* berakar pada kebutuhan akan eksistensi diri yang autentik serta upaya mereduksi beban mental akibat menyembunyikan identitas kronis. Temuan penelitian menunjukkan bahwa proses pengungkapan dilakukan secara selektif dan strategis melalui berbagai kanal komunikasi, di mana subjek menghadapi spektrum reaksi mulai dari dukungan interpersonal hingga stigma sosial yang memicu pembentukan mekanisme pertahanan diri berupa kewaspadaan tinggi dan penggunaan 'topeng sosial' dalam ruang publik. Secara keseluruhan, penelitian ini menyimpulkan bahwa *self-disclosure* merupakan sebuah negosiasi identitas yang kompleks dan dinamis, yang meskipun berisiko memicu diskriminasi, berperan krusial dalam pencapaian kesejahteraan psikologis serta penguatan kualitas hubungan interpersonal yang lebih tulus bagi individu gay.

Kata kunci: *self-disclosure, gay, identitas seksual, hubungan interpersonal*

ABSTRACT

Self-identity, conceptualized as a subjective sense of self constructed through the convergence of personal experiences, interpersonal relationships, belief systems, and individual memories, serves as a fundamental foundation for understanding the process of self-disclosure. Building upon this premise, this study aims to analyze the psychological and sociological dynamics underlying the self-disclosure of gay identity within the context of Indonesian society through a qualitative phenomenological approach. By conducting in-depth interviews with two university students in Surabaya as research subjects, the study reveals that the primary motivation for 'coming out' is rooted in the pursuit of authentic self-existence and the mitigation of the mental burden associated with chronic identity concealment. The findings demonstrate that the disclosure process is navigated selectively and strategically across various communication channels, where subjects encounter a spectrum of responses ranging from interpersonal support to social stigma. These experiences often trigger self-defense mechanisms characterized by heightened vigilance and the deployment of 'social masks' in public spheres. Ultimately, this research concludes that self-disclosure constitutes a complex and dynamic identity negotiation which, despite the inherent risks of discrimination, is pivotal for attaining psychological well-being and fostering more genuine interpersonal connections for gay individuals.

Keywords: *self-disclosure, gay, sexual identity, interpersonal relationships*

PENDAHULUAN

Masa remaja hingga dewasa muda merupakan masa yang menantang karena pada masa ini dipenuhi dengan berbagai dinamika dan kebingungan sebab, perjalanan identifikasi diri baru saja dimulai. Sesuai dengan model perkembangan psikososial menurut Erik Erikson, mereka umumnya sedang berada dalam tahap *crisis of Identity versus role confusion*. Dimana, seseorang akan mulai mencari identitas dan jati dirinya sendiri. Oleh karena itu, umum bagi mereka untuk mulai mengeksplorasi berbagai persona yang berbeda dalam rangka menemukan jati diri. Jika berhasil, seseorang akan mampu untuk mempertahankan identitas dirinya, merasa percaya diri, dan merasa memiliki kendali serta kemerdekaan atas diri sendiri. Namun jika gagal, seseorang kemungkinan akan mengalami krisis identitas di kemudian hari, tidak yakin akan siapa dirinya yang sebenarnya, hingga merasa kecewa dan bingung di tempat dimana mereka hidup.

Identitas diri, memiliki kaitan erat dengan pengalaman yang dialami seseorang, hubungan dengan individu lain, keyakinan atau nilai-nilai yang dianut, hingga ingatan seseorang yang akhirnya membentuk perasaan subyektif seorang individu tentang diri sendiri. Seiring berkembangnya zaman, eksplorasi penemuan identitas khususnya yang berkaitan dengan orientasi seksual seseorang juga semakin berkembang luas dan bervariasi, yang mana dalam kasus ini adalah semakin maraknya fenomena *Gay*. Menurut Widiyanti, 2018 Dalam penelitian (Fazriah et al., 2022) Definisi *Gay* adalah sebutan untuk laki-laki yang menyukai sejenisnya, yaitu laki-laki juga. Dalam masyarakat, muncul berbagai jenis pandangan terhadap fenomena *gay* ini yang kemudian dalam penelitian yang dilakukan oleh (Irawan, 2014) diklasifikasikan ke dalam empat kelompok. Pertama, kelompok *normative* dimana mereka meyakini bahwa *gay* merupakan kehidupan yang tidak sesuai dengan norma agama, sosial, dan merupakan perilaku yang tidak normal. Kedua, kelompok *inclusive* mereka menerima keberadaan kaum *gay* dengan konsekuensi kaum *gay* tidak mengganggu kehidupan bermasyarakat. Ketiga, kelompok *legal oriented people* dimana kelompok ini meyakini bahwa pilihan kehidupan sebagai *gay* adalah bagian dari Hak Asasi Manusia (HAM). Dan terakhir, kelompok *conservative people* yang meyakini bahwa kehidupan *gay* dianggap sebagai sumber penularan penyakit khususnya penyakit kelamin.

Pandangan yang beragam yang mungkin muncul diantara masyarakat terhadap kaum *gay* membuat semakin banyak juga kemungkinan antara pro dan kontra yang mungkin terjadi. Di beberapa negara, secara khusus mayoritas negara-negara di Benua Amerika dan Eropa, cenderung lebih menerima fenomena *gay* hal ini dibuktikan dengan disahkannya secara legal hubungan sesama jenis. Namun, di sebagian besar negara Asia dan Afrika menentang keras adanya pernikahan dan hubungan romantis sesama jenis. Misalnya di Indonesia sendiri, sebagian besar masyarakat di Indonesia menganggap bahwa fenomena ini adalah hal yang tabu karena tidak sesuai dengan norma dan melanggar nilai agama. Survey yang dilakukan oleh *Pew Research Center* pada 2020 mengatakan bahwa, hanya ada 9% populasi penduduk Indonesia yang mempercayai bahwa homoseksualitas (hubungan sesama jenis) boleh diterima dan 91% lainnya mengatakan tidak setuju. Selain itu, untuk semakin memperkuat data bahwa sebagian besar masyarakat Indonesia menolak adanya fenomena *gay*, Lingkaran Survei Indonesia (LSI) mengungkapkan data yang menyatakan bahwa tingkat intoleransi masyarakat Indonesia terhadap kaum homoseksual masih sangat tinggi. Sekitar 80,6% populasi masyarakat Indonesia menolak untuk hidup berdampingan dengan homoseksual dan angka ini terus meningkat tiap tahunnya.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh (Adiyati & Dewi, 2019) ditemukan hasil bahwa. sebagian besar kaum homoseksual yang termasuk adalah *gay* mengalami kesulitan penerimaan diri khususnya di tengah lingkungan masyarakat karena tidak diterima. Tidak jarang terjadi penolakan dan hinaan yang mereka dapatkan dari masyarakat. Penolakan akan keberadaan kaum *gay* di Indonesia yang masih sangat tinggi membuat peneliti akhirnya mempertanyakan bagaimana *self disclosure* identitas *gay* kepada orang lain. *Self disclosure* sendiri dalam konteks ini merupakan proses pengungkapan identitas dirinya terutama yang berhubungan dengan perbedaan orientasi seksual. Rupanya, *self disclosure* memiliki kaitan erat dengan *the buffer hypothesis*. Menurut *buffer hypothesis*, dukungan sosial mempunyai dampak yang signifikan terhadap kesejahteraan seseorang. Sehingga bisa dibayangkan, *self disclosure* yang tidak diimbangi dengan dukungan dari sekitar secara khusus pada kaum *gay* akan

menimbulkan dampak dan perasaan negatif dalam diri seseorang. Penelitian (Sahoo et al., 2023) mendapati hasil bahwa sebagian besar keluarga di Asia memiliki potensi penolakan *gay* yang jauh lebih tinggi daripada keluarga dari negara barat. *Gay* di Asia lebih rentan mendapatkan penolakan dari keluarga dan masyarakat, kekerasan, hingga upaya pemaksaan terapi karena mereka mempercayai bahwa kaum *gay* adalah suatu penyakit. Selain itu, seringkali kaum *gay* mendapatkan diskriminasi di tempat kerja dan di sekolah/ perguruan tinggi karena dianggap menyalahi norma-norma dan kepercayaan masyarakat yang berlaku.

Fokus penelitian ini diarahkan untuk mengeksplorasi secara mendalam fenomena pengungkapan diri (*self-disclosure*) pada individu dengan identitas seksual gay dalam konteks sosial di Surabaya. Secara spesifik, penelitian ini berpusat pada upaya memahami bagaimana pengalaman subjektif individu dalam melakukan proses *coming out*, mekanisme atau strategi komunikasi yang digunakan untuk mengungkapkan identitas tersebut kepada orang lain, serta pemaknaan personal yang dibangun oleh subjek atas tindakan pengungkapan yang telah dilakukan. Selain itu, fokus penelitian ini juga mencakup analisis terhadap dinamika hubungan interpersonal dan dampak psikologis yang muncul sebagai konsekuensi dari pengungkapan diri di tengah lingkungan masyarakat yang masih kental dengan norma-norma heteronormatif.

Pada penelitian terdahulu, fokus penelitian mereka adalah untuk mengetahui proses *self-disclosure* homoseksual di Surabaya dalam hubungannya dengan lingkungan sosial mereka (Adiyati & Dewi, 2019). Terdapat juga penelitian lain yang menitikberatkan pada tahap keempat teori penetrasi sosial dalam komunikasi interpersonal antara pria homoseksual dan pria heteroseksual (Wattimena, 2021), serta penelitian lain berfokus pada *self-disclosure* yang terjadi antara partisipan dan pengikut Twitter mereka (Tuah & Mazlan, 2020). Studi ini berupaya untuk memahami dinamika dan keterbukaan yang terjadi di platform media sosial, khususnya bagaimana pria homoseksual mengungkapkan identitas mereka kepada audiens yang lebih luas di media sosial.

Namun, dalam penelitian ini, fokusnya berbeda dan lebih mendalam. Peneliti mengarahkan perhatian pada bagaimana individu dengan identitas gay memaknai pengalaman *self-disclosure* identitas mereka kepada orang lain. Penelitian ini tidak hanya mengidentifikasi proses *self-disclosure*, tetapi juga mengeksplorasi makna dan interpretasi personal dari pengalaman tersebut. Peneliti ingin memahami bagaimana *self-disclosure* mempengaruhi persepsi diri individu, hubungan interpersonal, dan dinamika sosial mereka secara keseluruhan. Pendekatan yang peneliti lakukan juga lebih mendalam dan komprehensif, terutama dalam mengeksplorasi persepsi yang dirasakan oleh subjek penelitian.

METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi untuk memperoleh pemahaman yang lebih dalam tentang esensi fenomena *self-disclosure*. Pendekatan ini digunakan untuk mendeskripsikannya dengan cara yang menangkap pengalaman subyektif dari mereka yang telah mengalaminya (Kahija, 2017).

Unit Analisis

Unit analisis dalam penelitian ini adalah pengalaman self-disclosure identitas seksual pada individu gay. Self-disclosure terjadi ketika seseorang membagikan informasi intim dan perasaan dengan orang lain. Dalam penelitian ini, informasi yang dibagikan adalah identitas terkait orientasi seksual. Subjek yang diteliti adalah seseorang yang memiliki identitas seksual gay. Identitas seksual gay merujuk pada persepsi seseorang yang tertarik secara seksual dengan seseorang yang berjenis kelamin sama.

Partisipan

Subjek dalam penelitian ini merupakan individu yang mengidentifikasi dirinya sebagai gay dan berpengalaman dalam mengungkapkan identitas mereka. Subjek merupakan seorang pria dengan rentan usia 18-25 tahun.

Strategi Pengumpulan Data

Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara yang diawali dengan proses pembuatan pedoman umum wawancara. Pertanyaan dalam pedoman wawancara berisi pertanyaan eksploratif mengenai keingintahuan peneliti dalam penelitian. Isi pertanyaan berangkat dari hal umum kemudian menuju ke bagian yang lebih spesifik mengenai topik utama yang diangkat dalam penelitian. Jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan tujuan mendapatkan pemahaman yang kaya dan kompleks tentang makna, pemikiran, dan motivasi yang mendorong perilaku dan pembentukan sikap, atau konsekuensi lain yang menarik untuk diteliti. Pertanyaan disusun dari grand tour question, yaitu "Bagaimana individu dengan identitas gay memaknai pengalaman self-disclosure identitasnya kepada orang lain?". Setelah itu, grand tour question dipecah menjadi tiga sub question, yakni "Bagaimana seorang individu gay mengalami self disclosure identitas mereka kepada orang lain?", "Bagaimana cara individu gay ketika mencoba untuk membuka diri tentang identitas mereka kepada orang lain?", dan "Apa makna pengalaman self disclosure bagi individu dengan identitas gay?"

Analisis Data

Teknik analisis data pada penelitian ini akan dilakukan dengan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Dasar dari pemilihan teknik IPA sejalan dengan metode wawancara mendalam yang akan dilakukan peneliti. Alasan lain, penulis memilih teknik IPA adalah karena teknik IPA mampu mengeksplorasi pengalaman, tidak sekedar melihat, mendengar lalu mentranskripsikan apa yang disampaikan informan namun mampu mengeksplorasi lebih dalam melalui peranan peneliti untuk memberikan makna apa yang diberikan oleh subjek. Menurut, Menurut Kahija (2017) Analisis dalam IPA adalah analisis terhadap transkrip dengan menjalankan tiga pilar penelitian dengan IPA, yaitu (1) fenomenologi yang bersandar pada epoché, (2) interpretasi yang bersandar pada pemahaman setiap pernyataan partisipan tanpa melepaskannya dari seluruh transkrip, dan (3) idiografi yang memperhatikan keunikan partisipan.

HASIL PENELITIAN

Hasil Temuan dan Analisis Subjek F

Temuan penelitian ini mengungkap kompleksitas dinamika psikologis dan sosiologis yang melingkupi proses pengungkapan diri (*self-disclosure*) pada individu dengan identitas seksual gay. Fase pra-pengungkapan diidentifikasi sebagai periode yang didominasi oleh kecemasan antisipatoris dan ketakutan akan konsekuensi sosial, di mana subjek mengalami beban mental yang signifikan akibat upaya menyembunyikan identitas asli demi menghindari penolakan serta diskriminasi. Namun,

transisi menuju fase pasca-pengungkapan menghasilkan transformasi emosional yang substansial; subjek melaporkan adanya perasaan relief (kelegaan) yang mendalam, peningkatan autentisitas diri, serta pencapaian kesejahteraan psikologis yang lebih stabil. Proses *coming out* tersebut dilakukan melalui strategi komunikasi yang terencana dan gradual, mencakup penggunaan humor sebagai instrumen pengujian reaksi lingkungan, hingga pemanfaatan ruang digital seperti media sosial dan aplikasi kencan sebagai sarana untuk mengekspresikan diri tanpa beban identitas publik yang kaku.

Meskipun subjek menghadapi spektrum respon negatif berupa stigma, perundungan, dan diskriminasi yang sempat memicu krisis mental dan penurunan harga diri, temuan ini menunjukkan adanya ketahanan psikologis (*psychological resilience*) yang kuat. Dukungan dari lingkungan mikro yang toleran, terutama dari anggota keluarga inti dan sahabat karib, berperan sebagai faktor protektif yang krusial dalam memitigasi dampak negatif dari penolakan sosial. Lebih lanjut, penelitian ini menyoroti adanya mekanisme 'kewaspadaan strategis' di mana subjek tetap mempertahankan 'topeng sosial' tertentu sebagai bentuk perlindungan diri dalam ruang publik yang masih bersifat heteronormatif. Pada akhirnya, tindakan pengungkapan diri dipahami bukan sekadar sebagai pernyataan orientasi seksual, melainkan sebagai sebuah proses negosiasi identitas yang matang. Proses ini memungkinkan subjek untuk melakukan filtrasi terhadap hubungan interpersonal mereka, memprioritaskan kualitas relasi yang jujur, dan mengadopsi sikap acuh yang adaptif terhadap penilaian eksternal yang merendahkan martabat mereka sebagai manusia.

Hasil Temuan dan Analisis Subjek D

Penelitian ini menemukan bahwa proses pengungkapan diri (*self-disclosure*) subjek terkait identitas orientasi seksualnya dilakukan secara adaptif dengan kombinasi antara spontanitas dan kewaspadaan tinggi. Subjek cenderung melakukan pengungkapan secara tidak terencana melalui penggunaan humor atau lelucon dalam situasi santai, seperti saat berinteraksi dengan teman sebaya atau bermain gim daring. Meski terlihat kasual, subjek tetap menerapkan mekanisme filtrasi yang ketat dalam memilih lawan bicara. Hal ini menunjukkan adanya tingkat kewaspadaan terhadap risiko penyebaran informasi, terutama pada platform media sosial dan lingkungan keluarga yang memiliki nilai-nilai agamis yang kuat. Strategi ini dilakukan subjek untuk menyeimbangkan antara kebutuhan akan kejujuran diri dan perlindungan terhadap privasi serta keamanan sosialnya.

Motivasi utama di balik pengungkapan diri ini adalah keinginan untuk mencapai otentisitas hidup dan mengurangi beban psikologis akibat mempertahankan "skenario palsu" dalam interaksi sehari-hari. Subjek melaporkan bahwa keterbukaan tersebut membawa dampak positif berupa penguatan ikatan emosional dan rasa diterima oleh lingkaran pertemanan terdekat (*inner circle*) serta saudara kandung. Respon positif ini menjadi fondasi bagi subjek untuk meningkatkan kepercayaan diri dan kenyamanan dalam bersosialisasi. Meski demikian, subjek juga menghadapi tantangan berupa stigma sosial dan gosip dari lingkungan luar yang kurang memahami kondisinya. Menariknya, subjek menunjukkan tingkat kemandirian emosional yang tinggi dengan bersikap *legowo* (lapang dada) terhadap reaksi negatif orang lain, serta menganggap bahwa perbedaan reaksi merupakan dinamika sosial yang tidak terhindarkan.

Di sisi lain, temuan menunjukkan adanya dikotomi antara lingkungan yang mendukung dan lingkungan yang memberikan tekanan. Dukungan solid dari teman sebaya dan kakak menjadi faktor pelindung bagi kesejahteraan mental subjek, sementara nilai-nilai konservatif di lingkungan keluarga tetap menjadi batasan signifikan yang menghambat keterbukaan penuh. Selain itu, subjek juga mengidentifikasi adanya rasa tidak aman dalam komunitas internal LGBT itu sendiri, yang mengindikasikan bahwa proses pengungkapan diri di ruang yang dianggap aman sekalipun tetap memiliki kompleksitas tersendiri. Secara keseluruhan, pengungkapan diri bagi subjek bukan hanya sekadar penyampaian informasi, melainkan sebuah proses pendewasaan diri dan upaya untuk membangun integritas pribadi di tengah dinamika sosial yang beragam.

DISKUSI

Self disclosure merupakan interaksi dimana seseorang sengaja mengungkapkan sesuatu yang bersifat pribadi kepada orang lain. Dalam konteks identitas gay, self-disclosure dapat menjadi proses yang kompleks dan penuh makna, karena melibatkan pengungkapan aspek fundamental dari

diri seseorang kepada orang lain.

Penelitian ini membuahkan sepuluh tema superordinat yang muncul pada setiap partisipan. Tema tersebut mencakup cara self disclosure subjek, penerimaan yang didapat subjek, lingkungan yang mendukung pengungkapan diri, penerimaan penilaian orang lain, kewaspadaan dalam mengungkapkan identitas diri, motivasi untuk mengungkapkan diri, pengalaman diskriminasi yang dirasakan, kesadaran diri dan refleksi pribadi, acuh terhadap orang lain, dan ekspektasi orang terdekat. Hal tersebut menunjukkan bahwa self-disclosure identitas gay adalah proses kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk dukungan sosial, lingkungan, dan pengalaman diskriminasi.

Dari hasil wawancara mendalam yang dilakukan, ditemukan bahwa pengalaman self-disclosure bagi individu dengan identitas gay sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh banyak faktor. Subjek penelitian menunjukkan bahwa sebelum melakukan self-disclosure, mereka umumnya merasakan perasaan negatif seperti cemas, takut, dan tertekan. Hal ini disebabkan oleh kekhawatiran terhadap reaksi negatif dari orang lain, termasuk penolakan, diskriminasi, dan *bullying*. Namun, setelah melakukan self-disclosure, beberapa subjek merasakan perasaan lega, nyaman, dan menerima diri sendiri. Ini menunjukkan bahwa meskipun proses self-disclosure menakutkan, hasilnya bisa positif jika individu tersebut mendapatkan dukungan sosial yang memadai.

Motivasi utama individu dalam melakukan self-disclosure adalah mencari ketenangan dan kenyamanan diri sendiri, serta membangun hubungan yang lebih otentik dengan orang-orang di sekitar mereka. Beberapa subjek juga termotivasi oleh contoh positif dari orang lain yang telah berhasil melakukan self-disclosure. Proses self-disclosure dilakukan secara bertahap, mulai dari berbagi informasi kepada teman-teman terdekat yang dianggap dapat dipercaya, hingga membuka diri di media sosial dan aplikasi kencan. Hal tersebut sesuai dengan tahap-tahap yang dalam Teori Penetrasi Sosial (West & Turner, 2021). Mereka memulai dengan berbagi informasi kepada teman dekat yang mereka percayai (*Exploratory Affective Exchange*) dan kemudian mungkin lebih terbuka di media sosial atau kepada komunitas yang lebih luas (*Affective Exchange* dan *Stable Exchange*).

Teori ini juga menjelaskan bahwa self-disclosure membantu mengurangi risiko dan membangun kepercayaan. Subjek penelitian merasa lebih aman dan nyaman setelah mengungkapkan identitas mereka kepada orang-orang yang mendukung, yang sejalan dengan konsep bahwa kepercayaan dibangun melalui proses self-disclosure yang berkelanjutan. Subjek menyebutkan bahwa mereka lebih selektif dalam memilih orang yang akan diberitahu tentang identitas seksual mereka, mengutamakan orang-orang yang mereka anggap dapat menerima dan mendukung mereka.

Teori Interaksionisme Simbolik, yang diperkenalkan oleh George Herbert Mead (dalam Hogg & Vaughan, 2018), berfokus pada bagaimana interaksi manusia melalui pertukaran simbol-simbol (seperti bahasa dan gestur) membantu individu memahami diri mereka sendiri. Dalam penelitian ini, tampak identitas gay subjek berkembang melalui reaksi dan umpan balik dari lingkungan sosial mereka. Interaksi dengan teman-teman yang menerima dan mendukung membantu subjek merasa lebih diterima dan memperkuat identitas gay mereka. Misalnya, dukungan dari teman-teman di SMA atau komunitas online yang menerima membuat subjek merasa lebih aman dan dihargai. Beberapa subjek mendapatkan dukungan positif dari teman-teman dekat dan keluarga, yang membantu mereka merasa lebih diterima dan dihargai. Namun, banyak juga yang menghadapi reaksi negatif seperti penolakan, diskriminasi, dan pelecehan verbal. Reaksi negatif ini seringkali menimbulkan dampak psikologis yang signifikan, seperti stres, depresi, dan krisis identitas.

Dukungan sosial dari teman, keluarga, dan komunitas online memainkan peran krusial dalam pengalaman self-disclosure. Lingkungan yang mendukung dan toleran membantu subjek merasa lebih aman dan nyaman dalam mengungkapkan identitas mereka. Teman-teman yang terbuka dan mendukung dapat menjadi sumber kekuatan dan kenyamanan bagi individu gay, membantu mereka menghadapi tantangan dan diskriminasi yang mungkin mereka hadapi. Hal tersebut memainkan peran penting dalam membentuk dan memperkuat identitas mereka. Subjek yang menerima

dukungan merasa lebih kuat dan percaya diri dalam identitas mereka sebagai individu gay.

Self-disclosure tidak hanya membantu individu merasa lebih nyaman dengan diri mereka sendiri, tetapi juga memperkuat identitas mereka sebagai individu gay. Melalui proses ini, subjek belajar menerima dan menghargai diri mereka sendiri, terlepas dari opini negatif yang mungkin mereka terima dari orang lain. Subjek tidak hanya mengkomunikasikan siapa mereka tetapi juga menguji dan memodifikasi makna identitas mereka berdasarkan reaksi orang lain. Jika reaksi positif, identitas mereka diperkuat; jika negatif, mereka mungkin menyesuaikan cara mereka berinteraksi atau memilih lebih selektif dalam melakukan self-disclosure di masa depan.

Self-disclosure adalah cara penting untuk menegaskan identitas mereka. Melalui proses ini, penelitian sejenis pernah dilakukan oleh Ria Adiyati pada tahun 2019 dengan judul “Self Disclosure Homoseksual Di Surabaya Dengan Lingkungan Sosialnya.” Hasil penelitiannya mengungkapkan bahwa homoseksual mau melakukan self disclosure kepada orang yang mereka percaya sehingga teman terdekat mereka dapat menerima, dari rasa percaya itulah hubungan pertemanan mereka dapat terjalin dengan baik hingga saat ini. Hal tersebut selaras dengan penelitian ini yang menunjukkan perlunya ada kenyamanan dan kepercayaan ketika subjek mau melakukan self disclosure kepada orang lain. Namun, terdapat perbedaan dimana subjek pada penelitian ini mengawali proses self disclosure mereka melalui candaan pada teman terdekatnya. Sedangkan penelitian Adiyati mengawalinya dengan menampilkan kefemininan partisipan.

Penelitian lain dilakukan Grace Heidi Jane Amanda Wattimena yang berjudul “Gay Self-Disclosure at Work” pada tahun 2021. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa komunikasi terasa lebih nyaman bagi seorang gay yang sudah men-*disclose* dirinya (*coming out*) dan mereka cukup percaya diri untuk tampil di depan publik yang selaras dengan penelitian ini.

Kenyamanan merupakan salah satu alasan seorang gay ingin melakukan self disclosure. Subjek memaknai self disclosure sebagai bentuk pembawa perasaan kedamaian dan kelegaan. Mereka merasa lebih autentik dan tidak lagi harus menyembunyikan bagian penting dari identitas mereka. Keinginan untuk melakukan self disclosure terjadi saat mereka telah menerima dan sadar akan orientasi seksual yang mereka miliki.

SIMPULAN

Self disclosure merupakan hal yang penting bagi individu gay untuk membangun relasi yang lebih intim dengan orang lain. *Self disclosure* dapat dilakukan secara verbal maupun non-verbal. *Self disclosure* secara verbal dilakukan subjek dengan mengungkapkannya ketika sedang mengobrol tentang topik yang berkaitan atau dalam bentuk candaan. Sedangkan, cara non-verbal dilakukan lewat postingannya di media sosial. Pengalaman *self disclosure* yang dialami dapat menimbulkan reaksi positif dan negatif dari target *self disclosure*. Respon positif yang didapatkan dapat berupa penerimaan, afeksi, dukungan, dan toleransi. Namun, ada pula respon negatif yang didapatkan seperti rasa jijik, takut, dan diskriminasi. Setelah melakukan *self disclosure*, terdapat perasaan positif dan negatif yang dirasakan oleh subjek. Perasaan positif dapat berupa kebebasan dalam berinteraksi, rasa aman, nyaman, dan kedamaian. Sedangkan perasaan negatif yang dirasakan dapat berupa kekecewaan dengan reaksi orang lain, kesedihan, ketakutan, dan kecemasan. Meskipun mendapatkan beragam reaksi ketika mengungkapkan orientasi seksualnya, kedua subjek sama-sama merasa *self disclosure* tetap penting sebagai bagian dari kenyamanan untuk diri sendiri dan kenyamanan dalam berinteraksi dengan orang lain.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Allah SWT, keluarga, teman-teman, para partisipan penelitian, dan seluruh pihak yang telah membantu penulis dalam penyusunan artikel ilmiah.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Nafisa Spica Diraelanabil, Mardhatillah Syahrani Fauziah, Maria Vanessa Ferdianto, Fadiani Risqita Mamang dan Dzakhirah Ifah Ariani tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang mungkin akan mengambil keuntungan dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- Adiyati, Ria, & Dewi, Putri Aisyiyah Rachma. (2019). Self Disclosure Homoseksual di Surabaya dengan Lingkungan Sosialnya. *The Commercium*, 1(2). <https://doi.org/10.26740/tc.v1i2.26748>
- Fazriah, A., Nursanti, S., & Nurkinan. (2022). Presentasi Diri Kaum Gay di Kabupaten Cirebon. *Nusantara: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial*, 9(2), 712–718.
- Hogg, M. A., & Vaughan, G. M. (2018). *Social psychology* (8th ed.). Pearson.
- Irawan, A. A. (2014). *Aku Adalah Gay Motif yang Melatarbelakangi Pilihan sebagai Gay*
- Kahija, Y. L. (2017). Penelitian Fenomenologis : Jalan Memahami Pengalaman Hidup. PT Kanisus. 978-979-21-5409-2
- Poushter, J. (2020). The Global Divide on Homosexuality Persists. Retrieved from <https://www.pewresearch.org/global/2020/06/25/global-divide-on-homosexuality-persists/>
- Sahoo, S., Venkatesan, V., & Chakravarty, R. (2023). 'Coming out'/self-disclosure in LGBTQ+ adolescents and youth: International and Indian scenario - A narrative review of published studies in the last decade (2012-2022). *Indian Journal of Psychiatry*, 65(10), 1012–1024. https://doi.org/10.4103/indianjpsychiatry.indianjpsychiatry_486_23
- Tuah, K. M., & Mazlan, U. S. (2020). Twitter as safe space for self-disclosure among Malaysian LGBTQ youths. *Jurnal Komunikasi: Malaysian Journal of Communication*, 36(1), 436-448.
- Waluyo, A. (2012). Survei: Intoleransi Meningkat di Indonesia. Retrieved from <https://www.voaindonesia.com/a/survei-intoleransi-meningkat-di-indonesia/1530777.html>
- Wattimena, Grace Heidy Jane Amanda. (2021). Gay Self-Disclosure at Work Gay Self-Disclosure at Work. *International Journal of Progressive Sciences and Technologies* (IJPSAT, 30(1), 285–290. <https://doi.org/10.52155/ijpsat.v30.1.3744>
- West, R., & Turner, L. H. (2021). *Introducing Communication Theory: Analysis and Application*. McGraw-Hill Education.
