

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada sub bab sebelumnya, ditemukan bagaimana dinamika psikologis pengungkapan diri (*coming out*) pada lesbian.

Proses pengungkapan diri (*coming out*) yang dilalui oleh partisipan dimulai dengan menyadari adanya perasaan berbeda dari teman sebaya yang memiliki gender yang sama. Ketiga partisipan mengalami tahapan ini pada usia yang sama, yaitu usia remaja. Tahapan ketiga yang dilalui adalah memiliki ketertarikan dan keterikatan dengan homoseksual dan mulai mencari lingkungan lesbian agar dapat belajar menjadi homoseksual. Kemudian tahap ketiga membuka kontak sosial yang lebih luas dengan homoseksual lainnya, menjalin pertemanan, dan mengejar kesempatan untuk terlibat dalam hubungan seksual atau romantisme dengan individu yang memiliki gender sama.

Ketiga partisipan menyatakan alasan mereka melakukan pengungkapan diri (*coming out*) adalah adanya dorongan dari dalam diri sendiri untuk berhenti sembunyi, jujur dengan diri sendiri dan orang lain, serta bebas mengekspresikan diri. Dorongan dalam diri partisipan menjadi sangat kuat karena adanya tekanan yang berasal dari dalam maupun tekanan dari luar yang dirasakan oleh partisipan. Tekanan dari dalam yang dirasakan antara lain: rasa penasaran terhadap dunia lesbian, rasa bersalah karena selalu berbohong, dan

merasa kesepian karena tidak memiliki teman untuk berbagi, sedangkan tekanan dari luar yang dirasakan adalah bullying.

Partisipan merasakan manfaat ketika melakukan pengungkapan diri (*coming out*) seperti meningkatnya rasa percaya diri, emosional yang lebih stabil, berkurangnya rasa cemas dan takut, serta penerimaan diri yang lebih baik. Selama melakukan pengungkapan diri (*coming out*), partisipan tidak merasakan dampak yang negatif. Selama inipun partisipan mendapatkan penerimaan yang baik ketika mereka melakukan pengungkapan diri (*coming out*) kepada orang di sekitarnya.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian, saran yang dapat diberikan yaitu sebagai berikut :

1. Untuk penelitian selanjutnya, diharapkan agar dapat mengembangkan penelitian mengenai pengungkapan diri (*coming out*) secara lebih mendalam, karena masih jarang praktisi akademis yang membahas masalah ini, Misalnya menggali lebih dalam manfaat pengungkapan diri (*coming out*), baik manfaat bagi individu itu sendiri maupun manfaat bagi lingkungan.
2. Dapat dilakukan penelitian serupa dengan membahas lebih mendalam konflik pra pengungkapan diri (*coming out*). Karena sebelum melakukan pengungkapan diri (*coming out*) banyak terjadi konflik, baik dari dalam diri maupun dari luar yang dirasakan oleh kaum

lesbian. Dengan meneliti konflik pra pengungkapan diri (*coming out*) diharapkan mendapatkan cara mengatasi konflik tersebut.

