

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Cinta adalah perasaan yang ada pada setiap insan. Allah SWT menganugrahi perasaan cinta kepada manusia tentunya bukan tidak ada maksud, melainkan untuk bisa saling menyayangi antar sesama. Cinta yang sesungguhnya adalah Cinta kepada Allah SWT. Namun, tidak bisa dipungkiri ketika seseorang sudah mencapai masa pubertas maka sudah pasti akan tertarik pada lawan jenisnya yang biasa mereka sebut dengan cinta atau rasa suka. Dalam hal ini cinta bisa membuat seseorang merasa bahwa dia sudah besar atau bahkan sudah dewasa. Sehingga dengan cinta mereka bisa berperilaku seolah-olah sudah menjadi orang dewasa.

Cinta merupakan suatu perasaan emosi yang bersifat positif yang memiliki pengaruh positif bagi individu. Cinta bisa membuat individu menjadi seseorang yang saling menyayangi jika hidup dalam lingkungan yang baik. namun sebaliknya, cinta juga bisa membuat individu bersifat keras kepala, pembenci dan lain-lain jika ia hidup dalam lingkungan yang penuh dengan suasana yang tidak baik seperti suasana kebencian, kemarahan yang dapat merubah emosi cinta menjadi energi yang tidak baik bagi individu tersebut.<sup>1</sup>

Normalnya, cinta dirasakan oleh pasangan yang berlawanan jenis, karena memang manusia diciptakan untuk berpasang-pasangan. Namun, dalam kasus lain ada cinta yang membuat seseorang dikatakan tidak normal atau dengan kata lain cinta kepada sesama jenis atau yang sering disebut dengan homofilia. Pada zaman yang semakin modern ini cinta

---

<sup>1</sup> Agoes Dariyo, *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*, ( Jakarta: Gramedia, 2004), Cet 2, p.135

kepada sesama jenis sudah seperti suatu hal yang lumrah untuk diperbincangkan bahkan seseorang yang mengalaminya saja sudah tidak malu-malu lagi untuk mengungkapkan identitasnya itu.

Kasus seperti ini memang sudah ada sejak zaman dulu, yaitu pada zaman Nabi Luth a.s dimana kaum yang hidup pada zaman itu adalah kaum pecinta seks sesama jenis. Selain itu, hubungan cinta sesama jenis ini juga sudah terjadi di berbagai negara yang memang sudah melegalkan bagi mereka-mereka yang melakukan hubungan seks sesama jenis. Sepanjang sejarah yang ada, perilaku seperti ini cenderung dikaitkan kepada hal-hal yang negatif.

Perilaku menyimpang ini bisa terjadi pada seseorang dikarenakan adanya beberapa faktor diantaranya lingkungan atau pengaruh teman sebayanya serta bisa mungkin terjadi sebagai gejala alami dan cara berpikir yang salah, terlebih lagi jika orang tua kurang memperdulikan lingkungan sekitar tempat anaknya bermain dan bahkan kurang memperhatikan teman-teman dari anaknya itu yang bisa saja membawanya ke dunia yang tidak baik seperti terjebak dalam kisah cinta sesama jenis. Oleh sebab itu peran orang tua sangat penting dalam menjaga pergaulan anaknya agar anak bisa terkontrol dan tidak terjerumus kedalam pergaulan yang salah.

Cinta sesama jenis atau yang dikenal dengan homofilia merupakan suatu gejala dari dua orang berjenis kelamin sama secara seksual merasa tertarik satu dengan lainnya dan keduanya terlibat di dalam aktifitas seksual.<sup>2</sup> Adapun tanda-tanda terjadinya homoseksual atau lesbian bisa disebabkan ketika masa pubertas saat remaja, dimana masa pubertas saat itu akan bisa membentuk seseorang menjadi

---

<sup>2</sup> Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya* (Jakarta: Agung Seto, 2007), Cet 2, p.285-287

heteroseksual atau homoseksual. Sebab objek seksual itu tidak selalu berwujud seorang pria saja, akan tetapi bisa berwujud seorang wanita juga. Misalnya ketika seorang gadis mulai mencintai teman wanitanya maka dalam kasus ini sering terdapat tanda kelaki-lakian atau kejantanan yang ada pada diri gadis tersebut. Faktor lain dari psikisnya yaitu: identifikasi yang terlalu ketat terhadap ayah, dorongan kompulsif untuk menirukan kakak laki-lakinya dan ketakutan pada heteroseksualitas. Homoseksual-wanita atau sering disebut lesbian mempunyai objek kecintaan seksualnya kepada jenis kelamin yang sama yaitu seorang wanita. Pada umumnya, ini disebabkan oleh ketidakmampuan seorang wanita dalam mengubah kecenderungan biseksual menjadi kecenderungan heteroseksual.<sup>3</sup>

Sebenarnya, jika seseorang pernah mengalami memiliki perasaan atau pengalaman homoseksual atau lesbian, hal semacam itu adalah hal yang wajar, hampir setiap orang pernah memiliki pandangan, perasaan, fantasi, ataupun pengalaman homoseksual dalam hidup mereka. Oleh karena itu, biasanya orang yang dikatakan homoseksual atau lesbian hanya jika saat dewasa ia memiliki perasaan cinta dan hasrat seksual sangat kuat terhadap orang lain yang sesama jenisnya.<sup>4</sup>

Berbagai macam teori mencoba menjelaskan asal-usul orientasi seksual, terutama homoseksual. Secara etiologis homoseksual dijelaskan dengan teori-teori biologik dan psikososial. Teori biologik antara lain: faktor genetik dan faktor hormonal. Sedangkan teori psikososial antara lain: pola asuh, trauma kehidupan dan tanda-tanda psikologik (kejiwaan)<sup>5</sup>

---

<sup>3</sup> Kartini Kartono, *Psikologi Wanita* (Bandung: Mandar Maju, 1992), Cet 5, p. 265-267.

<sup>4</sup> Lynda Madaras dan Area Madaras, *Ada Apa dengan Tubuhku*, (Jakarta: Indeks, 2011), Cet 1, p. 252-253

<sup>5</sup> Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Remaja...*, p.286-287

Di zaman yang modern saat ini, masyarakat sepertinya sudah mulai menerima keberadaan mereka-mereka yang mengidap homoseksual/lesbian. Sehingga aktifitas-aktifitas yang kaum homoseksual sudah semakin terbuka dan sebagainya sudah menganggap bahwa ini adalah gaya hidup yang trendy. Bahkan di Solo, kaum homoseksual mendirikan organisasi yang diberi nama Lambda Indonesia dan telah dibentuk kordinatornya di Surabaya, Semarang dan Jakarta. Tujuan dari Lambda Indonesia ini pada hakikatnya adalah sarana komunikasi diantara mereka, menanamkan identitas diri, mengusahakan perubahan citra masyarakat, serta penyuluhan bagi sesama homoseksual. Di era teknologi yang semakin canggih ini informasi mengenai homoseksual sudah semakin mudah untuk di akses.<sup>6</sup>

Selain dari informasi-informasi yang mudah didapat di berbagai media masa, hal ini juga disebabkan karena kurang perhatiannya orang tua kepada anak dan kurang adanya waktu untuk berkumpul bersama dengan keluarga. Selain itu, faktor lingkungan juga sangat mempengaruhi dalam pembentukan karakter dan sifat anak. Seperti yang disebutkan dalam teori behavioristik bahwa perilaku seseorang dapat dipengaruhi dengan lingkungan.<sup>7</sup>

Berdasarkan hasil wawancara kepada salah satu narasumber, maka dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam membuat seseorang akhirnya memutuskan untuk menjadi homofilia adalah lingkungan dan teman sekitarnya serta pengalaman masa lalu seperti putus cinta. Meskipun pada awalnya seseorang itu normal namun jika lingkungannya yang salah ditambah dengan kurangnya perhatian orang tua dan keluarga serta salahnya dalam

---

<sup>6</sup>Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Remaja...*, p. 285

<sup>7</sup>Adi Sapoeira, *Modul Psikologi Kepribadian*, p.24

berpikir maka anak akan mudah terpengaruh sampai akhirnya memilih jalan hidup yang salah. Selain itu, kenyamanan juga hal terpenting yang mendukung seseorang menjadi cinta sesama jenis. Misalnya seperti yang dialami oleh salah satu informan, ia merasa nyaman dengan teman sesama jenisnya ketika ia sedang patah hati dan merasa kesepian sehingga akhirnya ia berpikir bahwa menjalin hubungan dengan perempuan akan membuat ia bahagia.<sup>8</sup>

Oleh karena itu, saya merasa bahwa perlu adanya bimbingan dan konseling oleh seorang konselor, dimana seorang konselor dapat membimbing dan memberi arahan kepada klien agar tidak berperilaku menyimpang terutama dalam hubungan seksual. Dengan menggunakan teknik *Rasional Emotive behavior Therapy (REBT)* diharapkan dapat membantu klien mengubah pola pikir yang salah yang dapat menyebabkan perilaku menyimpang. Karena tujuan dari teknik REBT ini adalah memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional dan logis.<sup>9</sup> Sedikitnya ini alasan bagi saya untuk menjadikan fenomena ini sebagai bahan kajian dalam skripsi dengan judul “*RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR THERAPY DALAM MENGUBAH POLA PIKIR CINTA SESAMA JENIS (Homofilia)*” (*Studi di Kelurahan Kedaleman, Kecamatan Cibeber*)

## **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana kondisi umum para pelaku cinta sesama jenis?
2. Bagaimana penerapan teknik REBT dalam mengubah pola pikir cinta sesama jenis (homofilia)?

---

<sup>8</sup> Wawancara dengan RD, 10 maret 2017

<sup>9</sup> Eka Nova Irawan, *Buku Pintar Pemikiran Tokoh-Tokoh Psikologi Dari Klasik Sampai Modern*, (Yogyakarta: IRCiSoD, 2015), Cet 1, p. 254

3. Bagaimana perubahan pola pikir para pelaku cinta sesama jenis setelah diberikan terapi REBT?

### **C. Tujuan**

1. Untuk mengetahui bagaimana kondisi secara umum para pelaku cinta sesama jenis
2. Untuk menggambarkan proses teknik REBT dalam mengubah pola pikir cinta sesama jenis
3. Untuk menjelaskan bagaimana hasil konseling REBT dalam mengubah pola pikir cinta sesama jenis

### **D. Manfaat**

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi dalam mengembangkan ilmu pengetahuan khususnya dibidang bimbingan dan konseling.

2. Secara praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan dasar dalam pengambilan kebijaksanaan dalam pembinaan kepada para klien khususnya pada homoseksual/lesbian, dan kepada para konselor.

Bagi para pembimbing diharapkan dapat membantu memecahkan masalah yang terkait dengan homoseksual/lesbian dengan memberikan layanan bimbingan konseling secara individu dengan memanfaatkan teknik REBT

Bagi peneliti, penelitian ini dilakukan untuk menambah wawasan, pemahaman dari objek yang diteliti dan

bisa sebagai referensi kegiatan akademis yang terkait dengan penelitian ini.

### **E. Tinjauan Pustaka**

Cinta merupakan suatu anugrah yang diberikan oleh Allah SWT kepada manusia, oleh karena itu dalam mengkaji, perlu dilakukan sangat mendalam agar tidak salah dalam menafsirkan cinta, serta memperoleh hasil yang baik terlebih lagi ini adalah masalah cinta yang dilakukan oleh kaum sesama jenis yang bagi orang normal/heteroseksual itu perbuatan yang menyimpang. Akan tetapi pada saat ini kaum pecinta sesama jenis (homofilia) sudah tidak ragu lagi menunjukkan siapa dirinya, sehingga masyarakat menjadi mudah tau. Oleh karena itu perlu dilakukan kajian awal terhadap pustaka atau karya-karya yang memiliki keterkaitan dengan tema dan topik yang akan diuji.

Sejauh pengetahuan penulis, saat ini sudah cukup banyak yang membahas tentang keberadaan homoseksual dan lesbian. Namun, secara khusus belum ada yang mengkaji tentang penggunaan teknik REBT dalam mengatasi masalah cinta sesama jenis ini. Untuk itu sebagai peneliti, penulis harus bisa melakukan review terhadap beberapa literatur atau karya-karya yang berkaitan dengan objek masalah yang akan diteliti ini.

*Pertama*, skripsi berjudul “*Kawin Sesama Jenis dalam Pandangan Siti Musdah Mulia*” yang ditulis oleh Abdul Haq Syawqi dari Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta pada tahun 2009. Sesuai dengan judulnya, skripsi tersebut membahas pernikahan sesama jenis secara komprehensif. Diantara yang dijelaskan oleh Abdul Haq adalah pendapat mengenai pandangan Siti Musdah Mulia

terkait dengan kawin sesama jenis serta dasar keharaman dari Al-qur'an dan Hadist dan pendapat dari beberapa ulama.<sup>10</sup>

*Kedua*, skripsi berjudul “*Fenomena Homoseksual di Kota Yogyakarta*” yang ditulis oleh Gesti Lestari dari Universitas Negeri Yogyakarta pada tahun 2012. Sesuai dengan judulnya, skripsi ini membahas alasan penyebab seseorang memilih jalan hidup sebagai homoseksual dengan tinjauan dari beberapa teori juga serta pandangan masyarakat mengenai keberadaan homoseksual di daerahnya.<sup>11</sup>

*Ketiga*, skripsi berjudul “*Konflik Diri dan Persepsi Homoseksual (Lesbian) terhadap Nilai-Nilai Spiritual*” yang ditulis oleh Pinasti Almi Kusuma dari Universitas Indonesia pada tahun 2012. Sesuai dengan judulnya, skripsi ini membahas mengenai dinamika konflik diri dari homoseksual (lesbian) terhadap nilai-nilai spiritual<sup>12</sup>

*Keempat*, dalam tesis yang berjudul “*Persepsi Kaum Homoseksual Terhadap Aktifitas seksual yang Beresiko Terjadi HIV-AIDS*” yang ditulis oleh John Toding Padang pada tahun 2012. Sesuai dengan judulnya, tesis ini membahas tentang adanya ancaman terkena penyakit HIV-AIDS jika melakukan hubungan seks yang

---

<sup>10</sup>Abdul Haq Syawqi, *Kawin Sesama Jenis Dalam Pandangan Siti Musdah Mulia* (,Skripsi, Fakultas Syariah UIN Sunan Kalijaga, Yogyakarta, 2009).

<http://digilib.uinsuka.ac.id/3939/1/BAB%20I%2C%2C%20DAFTAR%20PUSTAKA.pdf> (diakses pada tanggal 20 april 2017 )

<sup>11</sup>Gesti Lestari, *Fenomena Homoseksual di Kota Yogyakarta*, (Skripsi, Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Yogyakarta, 2012).

<http://eprints.uny.ac.id/22487/1/FENOMENA%20HOMOSEKSUAL%20DI%20KOTA%20YOGYAKARTA.pdf> (diakses pada tanggal 20 april 2017)

<sup>12</sup>Pinasti Almi Kusuma, *Konflik Diri dan Persepsi Homoseksual (Lesbian) terhadap Nilai-Nilai Spiritual*, (Skripsi, Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah, Surakarta, 2012).

[http://eprints.ums.ac.id/20292/1/HALAMAN\\_DEPAN.pdf](http://eprints.ums.ac.id/20292/1/HALAMAN_DEPAN.pdf) (diakses pada tanggal 20 April 2017)

dengan sesama jenis dengan pola yang salah terlebih jika itu dilakukan dengan cara berganti-ganti pasangan.<sup>13</sup>

Berdasarkan beberapa skripsi yang telah dijelaskan di atas, maka jelaslah posisi penelitian ini, bahwa penyusun belum pernah menemukan penelitian yang secara spesifik mengkhususkan kajian pada penerapan “teknik REBT dalam mengubah pola pikir cinta sesama jenis”. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara khusus permasalahan tersebut.

## F. Kerangka Teori

Penelitian ini memerlukan beberapa landasan teori yang berkaitan dengan pokok pembahasan, yaitu mengenai teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT), homoseksual dan lesbianisme, dan teori-teori yang berkaitan dengan perilaku homoseksual/lesbian.

### 1. REBT (Rational Emotive Behavior Therapy)

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah pendekatan yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950 an yang menekankan pada pentingnya peran pikiran pada tingkah laku.<sup>14</sup> Albert Ellis adalah seorang psikolog Amerika yang pada tahun 1955 memperkenalkan teknik *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT). *Rational Emotive Behavior Therapy* merupakan terapi yang prosesnya dilakukan untuk mengajarkan kepada klien agar bisa melawan ide-ide irasionalnya menjadi

---

<sup>13</sup>John Toding Padang, *Persepsi Kaum Homoseksual terhadap Aktifitas Seksual Yang Beresiko Terjadi HIV-Aids*, (Tesis, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia, Depok 2012).

<http://lib.ui.ac.id/file?file=digital/20305043-T30702%20-%20Persepsi%20kaum.pdf>  
diakses pada tanggal 20 April 2017)

<sup>14</sup>Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik konseling*, (Jakarta: Indeks, 2011), Cet 1, p.201

rasional dan perilaku *self-defeating*<sup>15</sup>. *Self defeating* merupakan sebuah ide yang terkadang muncul pada pikiran seseorang namun bisa merusak diri sendiri sehingga menimbulkan masalah. (Mengalahkan diri sendiri).<sup>16</sup>

Pada awalnya pendekatan ini disebut dengan *Rational Therapy* (RT), kemudian Ellis mengubahnya menjadi *Rational Emotive Therapy* (RET) pada tahun 1961. Lalu pada tahun 1993, dalam *Newsletter* yang dikeluarkan oleh *the Institute for Rational Emotive Therapy*, Ellis mengumumkan bahwa ia mengganti nama RET menjadi REBT. REBT adalah pendekatan yang bersifat direktif, yaitu pendekatan yang membelajarkan kembali konseli untuk memahami input kognitif yang menyebabkan gangguan emosional, mencoba mengubah pikiran konseli agar membiarkan pikiran irasionalnya atau belajar mengantisipasi manfaat atau konsekuensi dari tingkah laku.<sup>17</sup>

Prinsip dasar REBT berasal dari asumsi bahwa pikiran dan emosi bukanlah dua proses yang terpisah. Emosi disebabkan dan dikendalikan oleh pikiran.<sup>18</sup> Menurut pandangan pendekatan REBT, individu memiliki tiga tingkatan berpikir, yaitu berpikir tentang apa yang terjadi berdasarkan fakta dan bukti-bukti (*inferences*), mengadakan penilaian terhadap fakta dan bukti (*evaluation*), dan keyakinan terhadap proses *inferences* dan evaluasi.<sup>19</sup>

---

<sup>15</sup>Richard Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Psikoterapi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), p.492

<sup>16</sup><https://kamus.belajarbahasa.id/self-defeating>

<sup>17</sup>Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*,p.201

<sup>18</sup>Eka Nova Irawan, *Buku Pintar pemikiran...*,p. 251

<sup>19</sup>Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*,p.208

Tujuan konseling REBT adalah memperbaiki dan mengubah sikap, persepsi, cara berpikir, keyakinan, serta pandangan klien yang irasional menjadi rasional dan logis. Sehingga klien dapat mengembangkan dan mengaktualisasikan dirinya seoptimal mungkin melalui perilaku kognitif dan afektif yang positif. Selain itu, REBT juga dimaksudkan untuk menghilangkan gangguan emosional yang merusak diri sendiri.<sup>20</sup>

Teknik konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) terbagi menjadi tiga:

**a. Teknik kognitif**

1) Dispute kognitif (*cognitive disputation*)

Teknik untuk melakukan *cognitive disputation* adalah dengan bertanya (*questioning*).

- Pertanyaan-pertanyaan untuk melakukan *dispute* logis:  
Apakah itu logis? Apa benar begitu? Mengapa tidak? Mengapa harus begitu? Apa yang kamu maksud dengan kalimat itu? Mengapa itu adalah perkataan yang tidak benar? Apakah itu bukti yang kuat? Mengapa harus begitu?
- Pertanyaan untuk *reality testing*  
Apa buktinya? Apa yang akan terjadi kalau...? mari kita bicara kenyataanya. Apa yang dapat diartikan dari ceritamu tadi? Bagaimana kejadian itu bisa menjadi sangat menyakitkan?
- Pertanyaan untuk *pragmatic disputation*  
Selama kamu meyakini hal tersebut, akan bagaimana

---

<sup>20</sup>Eka Nova Irawan, *Buku Pintar pemikiran...*, p. 254

perasaanmu? Apakah ini berharga untuk dipertahankan?  
 Apa yang akan terjadi jika kamu berpikir demikian?

- 2) Analisis rasional (*rational analysis*) yaitu teknik untuk mengajarkan konseli untuk bagaimana membuka dan mendebatkan keyakinan rasional.
- 3) Skala katastrofi yaitu membuat proporsi tentang peristiwa-peristiwa yang menyakitkan. Misalnya: dari 100% buatlah presentase yang menyakitkan, urutkan dari yang paling tinggi sampai yang paling rendah.
- 4) Membuat frame ulang yaitu mengevaluasi kembali hal-hal yang mengecewakan dan tidak menyenangkan dengan mengubah frame berpikir konseli.<sup>21</sup>

#### **b. Teknik Emosional**

- 1) *Dispute* imajinasi dilakukan setelah *dispute* secara verbal, disini konselor meminta konseli untuk membayangkan dirinya kembali pada situasi yang menjadi masalah dan melihat apakah emosinya telah berubah. Pada teknik ini konselor harus melibatkan emosi konseli agar mampu mengubah pikiran irasionalnya menjadi rasional.
- 2) Proyeksi waktu (*time projection*) yaitu teknik meminta konseli untuk memvisualisasikan kejadian yang tidak menyenangkan, setelah itu membayangkan seminggu kemudian, sebulan kemudian, setahun kemudian, dan seterusnya. Bagaimana konseli merasakan perbedaan tiap waktu yang dibayangkan, konseli dapat melihat bahwa hidup berjalan terus dan membutuhkan penyesuaian.

---

<sup>21</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*,p.220-222

- 3) Teknik melebih-lebihkan yaitu teknik meminta konseli membayangkan kejadian yang menyakitkan atau kejadian yang menakutkan, kemudian melebih-lebihkannya sampai pada taraf yang paling tinggi, ini bertujuan agar konseli dapat mengontrol ketakutannya.<sup>22</sup>

**c. Teknik behavioral/ tingkah laku**

- 1) Dispute tingkah laku yaitu memberi kesempatan kepada konseli untuk mengalami kejadian yang dapat menyebabkan dia berpikir irasional dan dapat melawan keyakinannya tersebut.
- 2) Bermain peran/ *role playing* yaitu meminta konseli melakukan *role play* tingkah laku baru yang sesuai dengan keyakinan rasional.
- 3) Peran rasional terbalik yaitu meminta konseli untuk memainkan peran sebagai individu yang berpikir rasional, sedangkan konselor berperan sebagai individu yang berpikir irasional. Lalu konseli melawan pikiran irasional konselor dengan pikiran rasional yang diverbalisasikan.<sup>23</sup>
- 4) Pekerjaan rumah/*homework assignments* yaitu kegiatan yang dilakukan di rumah seperti: membaca, mendengarkan, menulis, mengimajinasikan, berpikir, menonton film dll.

Peneliti memilih pendekatan REBT karena untuk mengubah persepsi, serta pola pikir irasional yang menyebabkan individu memilih jalan sebagai pecinta sesama jenis/lesbian. Oleh karena itu REBT adalah salah satu jalan

---

<sup>22</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*,p.222-223

<sup>23</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*,p.224

yang bisa digunakan untuk mengubah pikiran irasional menjadi pikiran yang lebih logis atau rasional ketika seorang individu menghadapi suatu masalah dalam hidup. Sebagaimana tujuan dari REBT yang membantu individu mencapai nilai untuk hidup dan untuk menikmati hidup dengan cara berpikir secara rasional.<sup>24</sup>

## 2. Pola Pikir

Berpikir adalah suatu keaktifan pribadi manusia yang mengakibatkan penemuan yang terarah pada suatu tujuan. Berpikir terbagi menjadi dua yaitu berpikir alamiah dan berpikir ilmiah. Berpikir alamiah adalah berpikir dengan pola penalaran yang berdasarkan kebiasaan sehari-hari dari pengaruh alam sekelilingnya. Sedangkan berpikir ilmiah adalah pola penalaran berdasarkan sarana tertentu secara teratur dan cermat.<sup>25</sup> Berpikir adalah hal yang sederhana dan hanya butuh waktu sekejap namun memiliki proses yang kuat. Ada 7 sumber berpikir yang memberi kekuatan pada seseorang diantaranya, orangtua, keluarga, masyarakat, sekolah, teman, media massa dan terakhir yang membentuk pikiran adalah diri sendiri. Pikiran bisa jadi penyebab penyakit kejiwaan dan fisik. Pikiran adalah sumber pendorong perilaku, sikap dan hasil yang kita dapatkan, pikiran juga bisa membuat seseorang berjiwa sakit atau sehat.<sup>26</sup>

Pikiran bisa bersumber dari pengalaman masa lalu, seperti halnya putus cinta. Orang yang mengalami putus cinta akan mudah berpikir secara negatif yang kemudian akan menimbulkan rasa cemas, dan menumbuhkan rasa takut menghadapi masa

---

<sup>24</sup> Gantina Komalasari, dkk, *Teori dan Teknik Konseling...*, p.213

<sup>25</sup> Alex Sobur, *Psikologi umum*, (Bandung: Pustaka Setia, 2013), Cet 5, p. 210.

<sup>26</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif*, (Jakarta: Zaman, 2013), Cet 13, p. 7-10

depan. Jika sudah begitu, hidup akan diwarnai perasaan dan keyakinan negatif hingga menimbulkan berbagai masalah.<sup>27</sup>

### 3. Cinta Sesama Jenis /Homofilia

Homofilia diartikan sebagai gejala dan perilaku yang ditandai oleh ketertarikan secara emosi dan seks pada seseorang terhadap orang lain yang sama jenis kelaminnya. Secara teknis, homofilia telah mencakup laki-laki maupun wanita. Jadi, seorang homofil bisa sesama laki-laki maupun sesama wanita.<sup>28</sup>

Perilaku seksual merupakan segala aktifitas seksual yang dilakukan seseorang, dua orang ataupun lebih yang bersumber dari adanya dorongan seksual (berahi, nafsu seks) yang diikuti dengan perubahan tanda-tanda fisiologis (fase keterangsangan seksual) seseorang untuk memperoleh kepuasan seksual (orgasme), secara umum, perilaku seksual manusia dibedakan atas dua macam, yaitu perilaku heteroseksual dan homoseksual. Perilaku heteroseksual adalah jenis aktifitas seks yang dilakukan seseorang dengan lawan jenis (beda gender). Sementara perilaku homoseksual adalah aktifitas seksual yang dilakukan dengan sesama jenis.<sup>29</sup>

Homoseksual adalah keadaan seseorang yang menunjukkan perilaku seksual diantara orang-orang dari sex yang sama. Jika seseorang sudah berkali-kali menunjukkan perilaku itu, maka bisa dikatakan sudah terbentuk pola homoseksual atau lesbianisme. Seorang transvesit (penyimpangan perilaku seksual) atau seorang transeksual sering melakukan tindakan “homoseksual”, bukan

---

<sup>27</sup> Ibrahim Elfiky, *Terapi Berpikir Positif...*, p.150

<sup>28</sup> Dede Oetomo, *Memberi Suara Pada yang Bisu*, (Yogyakarta: Pustaka Marwa, 2003), Cet 2, p.91

<sup>29</sup> Herry Zan Pieter, dkk, *Pengantar Psikopatologi Untuk Keperawatan*, (Jakarta: Kencana, 2011), Cet.1, p. 262

karena mereka juga homoseksual, tetapi bisa akibat dari transvestisme atau transeksualisme.<sup>30</sup>

Lesbianisme merupakan kelainan tingkah laku dimana obyek yang dijadikan sasaran pemuasan seksual berupa orang dari jenis kelamin yang sama (terjadi pada wanita).<sup>31</sup> Soekanto, sebagaimana dikutip oleh Gesti mengatakan bahwa homoseksual juga diartikan sebagai orang yang mengalami ketertarikan emosional, romantik, seksual atau rasa sayang terhadap sejenis, sedangkan biseksual merasa nyaman melakukan hubungan seksual dengan kedua jenis kelamin. Secara sosiologis, homoseksual merupakan seseorang yang cenderung mengutamakan orang sejenis kelaminnya sebagai mitra seksual. Homoseksualitas merupakan kecenderungan untuk tertarik kepada orang lain yang sejenis. Homoseksualitas pun diartikan sebagai sikap-tindak atau pola perilaku para homoseksual. Perilaku homoseksual adalah hubungan seks antara orang yang berjenis kelamin sama, sedangkan orientasi homoseksual adalah sikap atau perasaan ketertarikan seseorang pada orang lain dengan jenis kelamin yang sama untuk tujuan kepuasan seksual. Paham tentang homoseksual disebut homoseksualisme dan keadaan tertarik terhadap orang dari jenis kelamin yang sama disebut homoseks.<sup>32</sup>

Dalam istilah keperawatan gangguan hubungan seksual ini disebut dengan deviasi seksual. Deviasi seksual adalah gangguan arah tujuan seksual, arah dan tujuan seksual dalam hal ini bukan

---

<sup>30</sup> Iyus Yosep dan Titin Sutini, *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*, (Bandung: Refika Aditama, 2014), p. 200

<sup>31</sup> Sudarsono, *Kamus Konseling*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1997), p. 130

<sup>32</sup> Gesti Lestari, *Fenomena Homoseksual di...*, p. 26

lagi merupakan partner dari jenis kelamin yang lain dalam hubungan heteroseksual yang umumnya dianggap biasa. Cara utama untuk mendapatkan kepuasan seksualnya adalah dengan objek lain atau dengan cara lain pada umumnya. Deviasi seksual bisa bersifat primer dan sekunder. Primer karena sebabnya belum diketahui dengan benar, sekunder jika gejalanya merupakan gangguan yang diketahui, seperti gejala aterosklerosa otak, skizofrenia dan lain sebagainya. Atau pun bisa juga bersifat temporer (sementara) bila tidak ada partner heteroseksualnya. Yang dimaksud deviasi seksual disini salah satunya adalah Homosexual dan lesbianisme.<sup>33</sup>

Sedangkan Hawari, sebagaimana dikutip oleh Padang, mengatakan bahwa istilah homoseksual mengacu kepada salah satu bentuk perilaku seks yang menyimpang, yang ditandai adanya ketertarikan (kasih sayang, hubungan emosional, dan secara erotic) dengan jenis kelamin yang sama. Begitu juga dengan Carrol, sebagaimana dikutip oleh John berpendapat bahwa homoseksual adalah istilah yang digunakan untuk mendeskripsikan kecenderungan umum hubungan seks dengan orang lain yang berjenis kelamin yang sama.<sup>34</sup>

Dengan demikian dapat disimpulkan, bahwa cinta sesama jenis atau homoseksual/ lesbianisme adalah perilaku seks yang menyimpang dengan adanya ketertarikan terhadap sesama jenisnya dalam hal ketertarikan kasih sayang, cinta agar mendapat kepuasan seksual.

---

<sup>33</sup>Iyus Yosep dan Titin Sutini, *Buku Ajar Keperawatan...*, p.200

<sup>34</sup>John Toding Padang, *Persepsi Kaum Homoseksual...*, p. 38

Adapun teori-teori yang menjadi pendorong seseorang bisa menjadi homoseksual/lesbian diantaranya adalah:

**a. Teori biologik**

1) Faktor genetik

Dalam penelitian kejadian homoseksual diantara kembar identik, kembar heterozigot dan saudara kandung, menunjukkan angka kejadian homoseksual pada kembar identik lebih tinggi dibandingkan dengan kembar heterozigot. Hal ini menunjukkan bahwa faktor genetik memegang peran penting, tetapi bukan satu-satunya faktor yang berperan terhadap terjadinya homoseksual.<sup>35</sup>

2) Faktor hormonal

Selain faktor genetik, faktor biologik lainnya yang dapat menyebabkan orientasi homoseksual adalah keseimbangan hormone androgen sebelum dan saat dewasa. Hormon androgen pranatal diperlukan untuk perkembangan genitalia eksternal laki pada fetus dengan genetik laki. Pada kasus yang dikenal sebagai *Congenital Adrenal Hyperplasia (CAH)*, yaitu suatu kondisi dimana secara congenital terdapat defek dari suatu enzim sehingga terjadi produksi hormon androgen secara berlebihan. Jika *CAH* terjadi pada fetus perempuan, maka akan menyebabkan terjadinya maskulinisasi pada bayi perempuan itu.<sup>36</sup>

hal ini juga didukung dengan teori psikologi wanita yang mendasarkan pada riset androgini yang berasumsi bahwa

---

<sup>35</sup> Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Remaja ...*, p.286-287

<sup>36</sup> Soetjningsih, *Tumbuh Kembang Remaja...*, p.290

seseorang dapat memiliki karakteristik psikologi feminim dan maskulin, dan ini menentang riset psikologi tradisional yang berasumsi bahwa maskulinitas hanya baik bagi laki-laki dan feminitas baik bagi perempuan.<sup>37</sup>

#### **b. Teori psikososial**

Terdapat beberapa teori perkembangan orientasi homoseksual yang menghubungkan antara pola asuh, trauma kehidupan dan tanda-tanda psikologis individu.

##### 1) Pola asuh

Salah satu aspek penting dalam hubungan orang tua dan anak adalah gaya pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua.<sup>38</sup> Freud sebagaimana dikutip oleh Soetjiningsih mengatakan bahwa individu terlahir sebagai biseksual dan hal ini bisa membawa tendensi homoseksualitas laten. Individu dapat terfiksasi pada fase homoseksual jika mengalami hal-hal tertentu didalam kehidupannya, misalnya memiliki hubungan buruk dengan ayahnya dan memiliki ibu yang sangat dekat dengan dirinya. Pendapat Freud tersebut diperkuat dengan peneliti lainnya yang mengatakan bahwa banyak kaum homoseksual mempunyai ibu yang dominan, overprotektif serta ayah yang lemah, bermusuhan, jauh bahkan tidak ada. Hubungan dengan orang tua yang seperti ini dapat menyebabkan rasa bersalah dan kecemasan, yang mendorong mereka menjadi homoseksual.

---

<sup>37</sup>Hunainah, *Teori Implementasi Model Konseling Sebaya*, (Bandung: Rizqi Press, 2011), Cet 2, p. 63

<sup>38</sup>Desmita, *Psikologi Perkembangan*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), Cet 8, p. 144

## 2) Trauma kehidupan

Pengalaman hubungan heteroseksual yang tidak bahagia atau ketidakmampuan individu untuk menarik perhatian pasangan lawan jenis, terkadang dipercaya dapat menyebabkan homoseksual. Pandangan lama juga menganggap bahwa lesbianisme terjadi karena adanya dendam, tidak suka, takut atau tidak percaya terhadap laki-laki.

## 3) Tanda-tanda psikologik

Perilaku pada masa anak-anak, terutama dalam hal bermain dan berpakaian juga dianggap dapat menentukan homoseksualitas dikemudian hari. Anak laki-laki yang bermain boneka, memakai baju ibu, tidak menyukai permainan laki-laki dan disebut sebagai *sissy* diduga cenderung akan menjadi homoseksual.<sup>39</sup>

Setelah mengkaji beberapa teori yang ada, saya dapat menyimpulkan bahwa teknik REBT yang saya pilih untuk mengatasi masalah cinta sesama jenis ini bisa saya gunakan, karena REBT bertujuan untuk membantu klien mengubah perilaku menyimpang akibat dari pikiran irasionalnya menjadi rasional, karena kasus homoseksual atau lesbian merupakan perilaku yang menyimpang dan juga bisa disebabkan karena lingkungan yang mengubah pola pikir mereka maka teknik ini cocok untuk saya gunakan dalam membantu konseli yang memiliki masalah cinta sesama jenis.

---

<sup>39</sup> Soetjiningsih, *Tumbuh Kembang Remaja....*, p.290

## G. Metodologi Penelitian

Dalam penelitian ini penulis menggunakan metode penelitian kualitatif yang akan di fokuskan pada konseling REBT dalam mengatasi cinta sesama jenis yang berada di wilayah kota cilegon. adapapun poin-poin dalam metodologi penelitian ini antara lain:

### 1. Jenis Penelitian

Dalam penelitian ini, penulis akan menggunakan jenis penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, dimana peneliti akan mendeskripsikan tentang objek kajian secara obyektif. Penelitian kualitatif ini diartikan sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati. Tujuan penelitian kualitatif adalah untuk membuat deskripsi, gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat serta hubungan antar fenomena yang diselidiki dengan banyak penajaman. Penelitian ini menggunakan strategi studi kasus, dengan maksud mempelajari secara intensif tentang latar belakang penelitian yang akan dilakukan.<sup>40</sup>

Metode ini disebut juga sebagai metode artistik, karena proses penelitiannya lebih bersifat seni (kurang terpolo) dan disebut sebagai metode interpretive karena data hasil penelitian lebih berkenaan dengan interpretasi terhadap data yang ditemukan di lapangan. Metode penelitian kualitatif sering disebut juga metode penelitian naturalistic karena penelitiannya dilakukan pada kondisi yang alamiah (*natural setting*) atau kondisi objek yang alamiah.<sup>41</sup>

---

<sup>40</sup>Gesti Lestari, *Fenomena Homoseksual di...*, p.52

<sup>41</sup>Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2015), Cet 21, p.7

## 2. Subjek, Lokasi dan Waktu Penelitian

- a. Subjek penelitian dari skripsi ini adalah 4 perempuan yang memiliki kecenderungan cinta sesama jenis yang berlokasi di Kelurahan Kedaleman. keempat subjek tersebut adalah RD,SN, IA dan CA.
- b. Lokasi penelitian berada di daerah Kelurahan Kedaleman Kecamatan Cibeber, Kota Cilegon, Provinsi Banten.
- c. Waktu pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada pada awal bulan Desember 2017 - Mei 2018

## 3. Sumber Data

Data yang diperlukan dalam penelitian ini terdiri dari data primer dan data sekunder, yaitu:

- a. Data primer adalah data yang diperoleh secara langsung dari pihak-pihak yang terkait dengan penelitian ini, dengan berupa wawancara ataupun yang lainnya. seperti dari responden.
- b. Data sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung, berupa buku-buku, dokumen-dokumen serta sumber lainnya yang berkaitan dengan penelitian.

## 4. Teknik Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan dalam pengumpulan data antara lain:

- a. Observasi, yaitu suatu pengamatan yang dilakukan secara langsung terhadap subjek penelitian dengan menggunakan seluruh alat indra<sup>42</sup>. Pengamatan dilakukan mulai tanggal 10 Januari- 31 April 2018 yang bertempat diwilayah Kelurahan Kedaleman Kecamatan Cibeber terhadap perempuan yang mengalami kecenderungan cinta sesama jenis.

---

<sup>42</sup>Suharsimi Arikunto. *Prosedur Penelitian*, (Jakarta: Rineka Cipta, 2013), Cet 15, p.199

- b. Wawancara, sering disebut dengan interview, wawancara dilakukan oleh peneliti dengan narasumber yang berkaitan guna memperoleh data dan informasi yang lebih mendalam terkait dengan masalah yang diteliti.<sup>43</sup> Wawancara dilakukan kepada 4 klien yaitu RD, SN, IA, dan CA dengan beberapa pertanyaan secara bertatap muka.
- c. Dokumentasi, yaitu menggunakan seluruh informasi yang terdapat di dalam buku maupun sumber lainnya, bisa berbentuk tulisan, gambar atau foto yang berkaitan dengan pembahasan skripsi.<sup>44</sup>

## 5. Analisis Data

Analisis data dilakukan terus menerus sejak awal sampai akhir penelitian. Setelah semua data terkumpul melalui observasi, wawancara dan dokumentasi, maka langkah selanjutnya adalah disusun secara sistematis kemudian diklasifikasikan untuk dianalisa sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan penelitian, setelah itu diajukan dalam bentuk laporan ilmiah dan disimpulkan.

## H. Sistematikan penulisan

Sistematika dalam penulisan skripsi ini di dalam bab-bab nya terdiri atas sub bab beserta penjelasan dan analisisnya sebagai berikut:

Bab kesatu pendahuluan, bab ini menguraikan sekitar masalah yang meliputi latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, telaah pustaka, kerangka teori, metode penelitian dan sistematika pembahasan.

---

<sup>43</sup> Nur Arifah, *Panduan Mudah & Praktis Menyusun Skripsi-Tesis dan Disertasi*, (Yogyakarta: Araska, 2016), Cet 1, p.146

<sup>44</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif...*, p.240

Bab kedua menjelaskan mengenai kondisi secara umum objek yang menjadi tempat penelitian serta pandangan masyarakat terkait cinta sesama jenis.

Bab ketiga membahas tentang subjek penelitian secara lebih mendalam, faktor-faktor dan problematika yang dialami oleh responden.

Bab keempat membahas tentang bagaimana upaya teknik konseling REBT dalam mengubah pola pikir seseorang yang mengalami cinta sesama jenis.

Bab kelima penutup, yang terdiri dari kesimpulan dan saran-saran.