

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Setelah melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui pengalaman seorang lesbian muslim saat mengetahui perbedaan orientasi seksualnya, proses cognitive appraisal, dan memahami keputusan para lesbian muslim apakah akan mengungkapkan orientasi seksual. Dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut,

- 1) Penelitian menunjukkan bahwa proses self-disclosure seorang lesbian Muslim kepada keluarganya sering kali tidak terjadi secara sukarela. Keluarga mereka biasanya mengetahui orientasi seksual mereka secara tidak sengaja, misalnya melalui pemeriksaan perangkat digital anak tanpa izin. Ketika orang tua menemukan orientasi seksual anak mereka, para lesbian Muslim ini terpaksa harus jujur tentang identitas mereka. Setelah self-disclosure yang terpaksa ini, mereka cenderung berpura-pura telah berubah dan berusaha menutupi orientasi seksual mereka yang sebenarnya untuk mengurangi konflik dan menjaga hubungan dengan keluarga.
- 2) Lesbian Muslim dalam penelitian ini menganggap orientasi seksual mereka dan agama adalah dua hal yang berbeda. Mereka sadar bahwa perilaku homoseksual dianggap salah menurut ajaran agama Islam, namun mereka tetap menjalankan kewajiban agama seperti mengenakan hijab dan beribadah. Mereka mengalami disonansi kognitif karena harus menyeimbangkan identitas seksual mereka dengan ketaatan agama, tetapi tetap berusaha mematuhi norma-norma religius yang diajarkan sejak kecil.
- 3) Lesbian Muslim dalam penelitian ini pernah mencoba untuk mengubah orientasi seksual mereka dan mencoba menyukai lawan

jenis. Mereka berusaha dekat dengan laki-laki dan menjalin hubungan, tetapi usaha ini tidak memberikan kenyamanan dan tidak berhasil mengubah orientasi seksual mereka. Akhirnya, mereka kembali pada identitas sebagai seorang lesbian, mengakui bahwa orientasi seksual mereka tidak dapat diubah semata-mata melalui usaha tersebut.

Penelitian ini mengungkapkan bahwa proses self-disclosure lesbian Muslim kepada keluarganya sering kali terjadi secara tidak sengaja dan terpaksa. Mereka merasa perlu berpura-pura berubah dan menutupi identitas seksual mereka untuk menjaga keharmonisan keluarga. Pandangan mereka terhadap agama menunjukkan adanya konflik antara orientasi seksual dan keyakinan religius, namun mereka tetap menjalankan kewajiban agama. Usaha untuk mengubah orientasi seksual melalui menjalin hubungan dengan lawan jenis tidak berhasil, dan mereka kembali pada identitas seksual asli mereka. Temuan ini menekankan pentingnya dukungan emosional dan penghargaan terhadap privasi bagi individu dengan orientasi seksual yang berbeda dalam lingkungan keluarga yang ketat secara religius.

## **5.2 Saran**

Dari hasil penelitian mengenai *self disclosure* lesbian muslim, berikut merupakan saran akademis dan saran praktis untuk menyempurnakan penelitian *interpretative phenomenological analysis* dengan metode dan topik serupa.

### **5.2.1 Saran Akademis**

Saran akademis untuk penelitian selanjutnya mengenai pengalaman lesbian Muslim dalam melakukan self-disclosure meliputi beberapa bidang penting yang dapat dieksplorasi lebih lanjut. Pertama, penelitian lanjutan tentang penggunaan teori-teori psikologi dalam konteks self-disclosure

lesbian Muslim dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang faktor-faktor psikologis yang memengaruhi keputusan mereka dalam mengungkapkan orientasi seksual mereka.

Selanjutnya, penting untuk mengeksplorasi peran agama dan budaya dalam pengalaman self-disclosure lesbian Muslim. Penelitian ini dapat menggali lebih dalam tentang bagaimana nilai-nilai keagamaan dan norma-norma budaya memengaruhi proses pengambilan keputusan mereka, serta bagaimana mereka menyesuaikan identitas seksual mereka dengan identitas agama dan budaya mereka. penelitian lebih lanjut dapat fokus pada peran dukungan sosial dalam mendukung atau menghambat proses self-disclosure. Analisis tentang jenis dukungan sosial yang paling berpengaruh bagi lesbian Muslim, baik dari teman, keluarga, atau komunitas LGBT, dapat memberikan wawasan yang berharga untuk pengembangan program-program dukungan yang lebih efektif.

### **5.2.2 Saran Praktis**

Dari hasil penelitian ini, Saran praktis bagi lesbian Muslim yang menghadapi tantangan dalam self-disclosure juga penting untuk dipertimbangkan. Membangun jaringan dukungan yang kuat, baik dari teman dekat, komunitas LGBT, maupun kelompok dukungan yang memahami dan menerima mereka, akan memberikan ruang aman untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional. Sebelum melakukan self-disclosure, penting untuk mengembangkan strategi komunikasi yang tepat, termasuk memilih waktu dan cara yang paling sesuai untuk berbicara dengan keluarga dan lingkungan, guna mengurangi konflik dan meningkatkan kemungkinan penerimaan. Memanfaatkan layanan konseling yang tersedia, baik dari psikolog, konselor sekolah, maupun organisasi yang mendukung LGBT, juga dapat membantu dalam

mengelola stres dan mendapatkan panduan yang tepat selama proses self-disclosure.

Selain itu, meningkatkan kesadaran keluarga tentang orientasi seksual melalui dialog yang terbuka dan jujur dapat membantu mengurangi stigma dan menciptakan lingkungan yang lebih mendukung. Lesbian Muslim juga disarankan untuk terlibat dalam program dan aktivitas pendidikan yang membahas isu-isu LGBT dan hak asasi manusia, yang akan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menghadapi tantangan yang terkait dengan orientasi seksual, serta memperkuat rasa percaya diri dan identitas diri.

