

## PROSEDUR KONSELING *RATIONAL EMOTIVE BEHAVIOR* DALAM PENANGANAN PELAKU LGBT

Dody Riswanto<sup>1</sup>, Aswar<sup>2</sup>

Universitas Mathla'ul Anwar Banten, STKIP Muhammadiyah Barru  
[Ronaldody32@gmail.com](mailto:Ronaldody32@gmail.com), [aswaralgowi@gmail.com](mailto:aswaralgowi@gmail.com)

### Article Info

Available online  
15.06.2020

#### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mencari-temukan penyebab penyimpangan seksual yang terjadi pada kaum homoseksual atau LGBT dan prosedur konseling REBT dalam menangani masalah tersebut. Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, studi dokumentasi dan informasi audio visual serta analisis deskriptif dilakukan dengan menarik kesimpulan dari makna-makna deskriptif yang bersumber dari data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perilaku LGBT disebabkan oleh beberapa faktor, di antaranya adalah (1) faktor *habit* atau kebiasaan, (2) pengalaman masa kecil, (3) pengaruh lingkungan, (4) pengaruh teman sebaya, (5) kekerasan fisik, (6) hormon dalam tubuh, dan (7) gaya hidup. Sementara prosedur konseling *Rational Emotive Behavior* digunakan sebagai *treatment* penyimpangan seksual kaum LGBT, yaitu: (1) menunjukkan sistem keyakinan *irrational belief* pada klien, memotivasi klien untuk berubah, (2) membantu klien untuk memodifikasi pikiran dan perasaan mereka menjadi lebih rasional dan masuk akal, (3) mengurangi tingkat frekuensi pemikiran klien yang tidak masuk akal, (4) mengembangkan filosofi hidup klien, (5) menunjukkan konsekuensi negatif apabila klien tetap memelihara keyakinan irasionalnya, (6) komitmen dan rencana dari klien agar mau berubah, (7) intervensi konselor untuk melakukan intervensi spiritual.

**Kata Kunci:** LGBT, Homoseksual, Konseling, REBT.

#### Abstract

*This study seeks to find the causes of section deviations that occur in LGBT people and REBT counseling procedures in handling these problems. The research method used is descriptive qualitative data collection in the form of observation, study of documentation and audio-visual information as well as descriptive analysis conducted by drawing conclusions from descriptive meanings sourced from the data. The results of the study show the fact that LGBT is caused by several factors, in fact are (1) habitual or habitual factors, (2) childhood experiences, (3) environmental influences, (4) peer influence, (5) physical movements, ( 6)) hormones in the body, and (7) lifestyle. While the Rational Emotive Behavior counseling procedure is used as a treatment for irregularities in the LGBT section, namely: (1) showing an irrational belief system of trust in the client, motivating the client to change, (2) (3) Reducing the Frequency of Clumsy Clients, (4) Developing the Client's Life Philosophy, (5) Introducing Negotiations The Client Needs to Overcome His Irrational Difficulties, (6) Commitments and Plans from Clients to Be Changed, (7) Counselor's attempt to conduct spiritual intervention.*

**Keywords:** LGBT, Homosexual, Counseling, REBT

## **PENDAHULUAN**

Hakikat manusia adalah berpikir, bersikap, bertindak dan berperilaku sesuai dengan fitrah dan naluri yang diberikan oleh Allah swt., di antara fitrah dan naluri tersebut adalah naluri biologis manusia yang berkaitan dengan seksualitas. Kecenderungan heteroseksual kepada pasangan lawan jenis adalah ciri pribadi yang sehat. Kecenderungan akan bertindak sesuai dengan naluri alamiah yang ada pada dirinya, sedangkan pribadi yang bermasalah akan bertindak sesuai dengan ego dan kepuasan syahwatnya semata, tanpa pertimbangan moral, sosial dan agama.

Pribadi yang bermasalah memiliki kecenderungan untuk melanggar norma atau kaidah yang berlaku demi mencapai kepuasan dan kesenangan pada dirinya. Individu yang menolak kecenderungan heteroseksual sebagai naluri biologis yang alamiah pada manusia akan melakukan penyimpangan seksual yang disebut dengan homoseksualitas atau LGBT (Lesbian, Gay, Biseksual, Transgender). Perilaku LGBT terjadi disebabkan karena terjadinya penyimpangan perilaku biologis yang tanpa disadari mempengaruhi persepsi atau kognitif individu. Faktor lingkungan sosial seperti keluarga, teman sebaya, teman belajar, rekan kerja, dan orang-orang terdekat turut mempengaruhi individu dalam bertindak dan mengambil keputusan.

Individu yang memiliki orientasi penyimpangan seksual akan memiliki masalah. Di antaranya adalah penolakan dari lingkungan sosial, dimana individu tumbuh dan berkembang. Lingkungan sosial kemasyarakatan cenderung akan menolak identitas gender yang tidak sesuai dengan norma agama dan kaidah-kaidah umum yang berlaku di masyarakat. Penolakan yang dihadapi oleh individu yang memiliki identitas homoseksual atau LGBT diantaranya berbagai macam, mulai dari sindiran, ancaman, bullying, kekerasan fisik maupun psikis hingga diskriminasi yang membuat seorang individu pengidap homoseksual merasa terancam dan tidak aman, masyarakat sosial memiliki kecenderungan untuk menghakimi seseorang yang bertindak tidak sesuai dengan norma dan kaidah-kaidah yang berlaku.

Perilaku penyimpangan pelaku LGBT dilatarbelakangi oleh berbagai sebab dan faktor-faktor pendukung. Di antaranya adalah habit, pengalaman masa kecil, pengaruh lingkungan, pengaruh keluarga, ajakan dari teman sebaya, kekerasan fisik, faktor hormon, gaya hidup dan beberapa sebab lainnya baik faktor internal maupun eksternal. Penyimpangan seksual seringkali terjadi melalui proses yang panjang dan melewati tahap pemikiran-pemikiran

irasional dari individu yang berujung pada pengambilan keputusan terkait identitas gender yang dilekatkan pada dirinya.

Penyimpangan perilaku LGBT juga memiliki kaitan erat dengan persepsi individu terhadap identitas gender yang disematkan pada dirinya. Berdasarkan observasi awal peneliti di lapangan, ditemukan bahwa individu yang homoseksual menganggap bahwa perilaku mereka adalah hal yang tidak berbahaya, tidak merugikan orang lain, merupakan hak asasi manusia yang harus dijunjung dan dihormati, serta kebebasan dalam mencapai kepuasan dan kesenangan. Meski demikian, hati nurani mereka mengatakan tindakan itu jelas salah dan tidak sesuai dengan norma-norma yang berlaku.

Hasil observasi peneliti di lapangan juga ditemukan fakta sosial bahwa faktor lingkungan seperti kekerasan fisik dari orang terdekat atau kurangnya kasih sayang dari keluarga menjadi salah satu penyebab munculnya penyimpangan perilaku homoseksual. Kekerasan fisik dan kekurangan kasih sayang tersebut menimbulkan rasa trauma dalam diri individu sehingga mereka mulai mencari sosok teladan atau figur pengganti kasih sayang yang tidak didapatkan dari sosok keluarganya.

Hasil observasi peneliti juga ditemukan fakta sosial bahwa seorang individu yang mengalami perilaku homoseksual cenderung untuk menyembunyikan identitas gender dirinya kepada orang lain. Dengan demikian, cara berkamuflase ditampilkan (berdramaturgi) dengan tujuan memanipulasi lingkungan sosialnya agar identitas aslinya tidak diketahui oleh orang lain. Kamuflase tersebut dilakukan dengan cara berpura-pura menjadi laki-laki atau perempuan normal yang ditunjukkan pada orang lain (in front of stage). Dalam beberapa contoh kasus laki-laki homoseksual memilih untuk berpacaran dengan perempuan untuk memanipulasi identitas dirinya. Perilaku homoseksual cenderung disembunyikan oleh seorang individu agar tidak menimbulkan konflik sosial dengan masyarakat luas. Individu tersebut sangat pintar dalam menyembunyikan identitas gendernya kepada orang lain sehingga lingkungan sosial tidak mengetahui jati diri sebenarnya. Berbagai macam peran seperti tindakan berpura-pura, ikut dalam kegiatan kerja bakti, kegiatan sosial, penggalangan dana kemanusiaan dan lain-lain yang ditujukan agar lingkungan sosial tidak menaruh curiga kepada individu tersebut.

Lingkungan sosial turut andil dalam mempersepsikan bagaimana perilaku LGBT tumbuh dan berkembang di Indonesia. Berdasarkan fenomena di lapangan dan data-data yang

diperoleh oleh Arus Pelangi (sebuah lembaga LSM yang menaungi kaum LGBT di Indonesia), pada Tahun 2013 menunjukkan bahwa 89,3% kaum LGBT di Indonesia pernah mengalami kekerasan karena identitas gendernya, 79,1% responden menyatakan pernah mengalami bentuk kekerasan psikis, 46,3% responden menyatakan pernah mengalami kekerasan fisik, 26,3% mengalami kekerasan ekonomi, 45,1% mengalami kekerasan seksual, dan 63,3% kekerasan budaya (Arus Pelangi, 2014). Diskriminasi yang dilakukan masyarakat terhadap pelaku LGBT mulai dari bullying verbal berupa sindiran, hinaan, caci makian, bullying fisik seperti persekusi maupun bullying sosial berupa ancaman pengusiran hingga terisolir dari lingkungan. Hal-hal tersebut menimbulkan trauma mendalam bagi para individu terpapar LGBT dan menimbulkan rasa benci serta perasaan dendam terhadap lingkungan sosial.

Secara psikis pelaku LGBT merasa terdiskriminasi dalam bentuk apapun yang didasarkan pada orientasi seksual, identitas gender dan ekspresi gender yang dipersepsikan oleh berbagai pihak, baik oleh pejabat ataupun aparatur negara. Apabila anak pengidap LGBT ditolak oleh orang tuanya, maka ia rentan mengalami masalah kejiwaan. Kurangnya dukungan dari keluarga terhadap identitas diri pelaku LGBT dapat mempengaruhi kualitas kesehatan jiwanya (Elga, 2016). Tekanan yang dihadapi oleh individu pengidap LGBT membuat beban mental mereka sangat berat secara psikis. Dengan demikian, gejala gangguan kepribadian kerap akan dialami mulai dari tingkat ringan sampai yang berat, ekspresi emosional seperti sedih, menangis, kecewa, cemas, takut, marah hingga mengalami depresi berat dan niat untuk bunuh diri (putus asa) kerap dialami oleh para pengidap LGBT.

Tekanan yang dihadapi lainnya adalah aturan negara yang mengekang perbuatan LGBT. Bagi kelompok yang mendukung perbuatan LGBT, mengatakan bahwa adalah hak asasi mereka untuk memilih sebagai LGBT. Persepsi mereka menyatakan bahwa itu adalah hak asasi manusia (HAM), sehingga mereka menuntut untuk dilindungi hak-hak asasinya (Rustam, 2016). Bahwasanya mereka adalah manusia yang juga memiliki hak dan kesempatan yang sama dan tidak boleh diperlakukan secara diskriminatif dengan cara mengkriminalisasi orientasi seksual mereka (Roby, 2018). Sementara bagi kelompok yang menolak, Indonesia bukan negara berpaham liberalisme apalagi penganut paham yang tanpa batas, segala sesuatu ada aturan yang harus ditaati (Suherry et al, 2016). Namun, yang pastinya adalah Indonesia berideologi Pancasila sehingga perbuatan LGBT tampak bertentangan dengan ideologi Pancasila.

## **METODE PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam kajian penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah usaha peneliti dalam memahami bagaimana individu atau kelompok yang mengalami gejala fenomena tertentu, menggunakan pendekatan eksplorasi sebagai metode ilmiah dalam menghasilkan temuan sementara dan mengembangkan bagaimana pemahaman tentang manusia, tempat, dan jenis kelompok-kelompok tertentu (Johnson & Larry, 2014). Peneliti berperan sebagai instrumen kunci dalam penelitian ini. Kehadiran peneliti dalam proses lapangan melalui beberapa tahapan dan proses yaitu bagaimana observasi awal di lapangan, bagaimana menyesuaikan diri dengan kondisi lapangan, serta menjalin hubungan yang baik dengan subjek terteliti (Riswanto, 2017). Peneliti harus hadir secara fisik di lapangan, untuk melakukan observasi dan juga mengamati bagaimana proses kebudayaan yang tengah berlangsung (Riswanto, 2017).

Teknik pengumpulan data yang digunakan di antaranya adalah observasi atau pengamatan, studi dokumentasi, dan informasi audio visual. Peneliti kualitatif harus mengumpulkan berbagai data-data penting yaitu *interview*, observasi, dokumentasi, dan informasi audio visual (Creswell, 2014). Observasi dilakukan dengan memperpanjang pengamatan dengan subyek terteliti, studi dokumentasi dilakukan dengan metode *screenshot* atau menduplikasi gambar percakapan *Whatsapp*, sedangkan informasi audio visual didapatkan melalui data-data internet yang memuat unsur audio visual seperti konten Youtube dan lain-lain. Adapun analisis data yang dilakukan yaitu dengan menarik kesimpulan untuk menghasilkan makna-makna deskriptif sebagai hasil akhir proses penelitian. Analisis data dalam kualitatif melibatkan teknik pemeriksaan, pemilahan, kategorisasi, evaluasi, membandingkan, membuat sintesis, dan menafsirkan kode dan data serta meninjau data mentah yang telah direkam (Lawrence Neuman, 2014). Karakterisasi dari temuan akhir penelitian kualitatif adalah menghasilkan koherensi yang bermakna (Sarah Tracy, 2013).

## **HASIL PENELITIAN**

Pengertian dari LGBT (Lesbian, *Gay*, Biseksual, Transgender), yaitu Lesbian adalah orientasi seksual seorang perempuan yang hanya mempunyai hasrat bersama perempuan, *Gay* merupakan orientasi seksual seorang pria yang hanya mempunyai hasrat bersama pria, Biseksual merupakan sebuah orientasi seksual baik seorang pria atau wanita yang menyukai dua jenis kelamin sekaligus, dan Transgender adalah sebuah orientasi seksual dimana seorang

---

pria mengidentifikasi dirinya menyerupai wanita dan wanita mengidentifikasi dirinya menyerupai pria (Musti'ah, 2016). Gejala-gejala awal penyimpangan homoseksual ini ditandai dari adanya faktor *habit* atau kebiasaan. Pembentukan perilaku atau kepribadian pada diri individu dapat terjadi karena adanya faktor pembiasaan atau *habit*, hal-hal yang dianggap remeh seperti kecenderungan anak laki-laki yang bermain boneka atau memakai lipstik dan bedak di wajahnya, dan telah menjadi kebiasaan rutin sampai anak laki-laki tersebut tumbuh dewasa, dapat menjadi bibit tumbuhnya perilaku *gay* di kemudian hari.

Faktor *habit* yang dilakukan secara kontinu dapat membentuk identitas pribadi seseorang. Hal itu tampak pada kecenderungan perilaku homoseksual yang didapat dari adanya kebiasaan tidak wajar yang dilakukan secara berulang-ulang dan terus menerus. Demikian juga jenis-jenis permainan yang dilakukan yang tidak sesuai dengan identitas gender, seharusnya dapat dihindari dan dicegah oleh orang tua sejak dini, kontrol dan pengawasan dari orang tua atau keluarga terdekat menjadi faktor utama untuk mencegah terjadinya penyimpangan seksual tersebut.

Faktor pengalaman masa kecil menjadi salah satu faktor lainnya mengapa gejala penyimpangan homoseksual tumbuh dan berkembang pada diri seseorang. Berdasarkan hasil wawancara peneliti kepada salah satu subjek pelaku homoseksual (*gay*) menunjukkan bahwa pengalaman masa kecil yang kurang kasih sayang dari orang tua terutama ayah, turut andil dalam membentuk benih-benih kelainan atau penyimpangan homoseksual ketika individu tumbuh dewasa, seorang individu membutuhkan sosok figur yang dapat dijadikan panutan atau teladan bagi dirinya. Pengalaman masa kecil yang kurang baik dapat menimbulkan rasa traumatik yang mendalam pada diri seseorang. Bentuk-bentuk pengalaman seperti disakiti baik secara fisik maupun psikologis, akan membuat jiwa seseorang terguncang dan berujung pada perasaan dendam dan ingin menuntut balas di kemudian hari. Individu yang mengidap homoseksual cenderung menyalurkan hasrat pengalaman masa kecil yang belum terpuaskan ketika ia telah tumbuh dewasa.

Faktor lingkungan sosial masyarakat juga memiliki pengaruh yang signifikan dalam membentuk identitas gender seseorang. Individu yang pada awalnya memiliki orientasi seksual yang normal, namun bergaul dengan kondisi lingkungan tertentu seperti bergabung dengan komunitas-komunitas *gay* atau lesbian, maka di kemudian hari dapat membawa pengaruh cukup besar terhadap perkembangan psikis seseorang. Jika tidak terkena dampak

secara langsung, minimal seorang individu memiliki niat atau pikiran untuk berperilaku yang sama agar dapat diterima dalam komunitas tersebut.

Faktor lingkungan keluarga juga memiliki pengaruh terhadap pembentukan identitas gender seseorang. Individu yang terlahir dari keluarga *broken home* lantaran kedua orang tua bercerai tampak turut memberikan andil dalam hal ini. Oleh karena anak kekurangan salah satu sosok figur penting dalam keluarga, baik itu sosok ayah ataupun sosok ibu. Contoh lainnya adalah seorang anak yang menyaksikan kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh kedua orang tua, hal tersebut terekam di dalam otak anak dan terus diingat sampai anak tumbuh dewasa. Hasil penelitian terdahulu memaparkan bahwa pola asuh yang salah pada lingkungan keluarga adalah faktor pendukung dimana individu bertransformasi menjadi homoseksual, tidak adanya *role model* untuk mengimitasi kualitas kepribadian laki-laki, serta pemahaman yang kurang tepat mengenai seksualitas, membentuk konstruksi identitas seseorang sehingga memutuskan untuk *coming out* setelah adanya perubahan pola pikir dan menerima kondisi diri sebagai homoseksual (Ajeng et al, 2017).

Faktor teman sebaya juga memiliki pengaruh dalam membentuk persepsi atau pola pikir individu. Oleh karena itu, menjadi sangat penting dengan siapa seorang remaja bergaul. Seseorang cenderung meniru perbuatan dan tingkah laku dari teman-teman sebayanya agar dapat diterima dengan baik dalam sebuah kelompok pertemanan, seorang individu tentu menolak untuk dijauhi dan dimusuhi oleh teman-teman sebayanya, karena itu apabila seseorang mendapatkan kelompok pertemanan yang baik, maka kecenderungan perbuatan yang dilakukan pasti akan baik. Sebaliknya apabila mendapat kelompok pertemanan yang buruk dan jelek, maka kecenderungan perbuatan yang dilakukan juga pasti akan jelek.

Faktor kekerasan fisik turut menjadi faktor lainnya mengapa benih-benih penyimpangan seksual dapat terjadi pada diri individu. Individu yang menjadi korban kekerasan, baik dari orang tua, keluarga, teman, guru, maupun orang lain, dapat menimbulkan efek psikis yang mendalam bagi individu bersangkutan seperti perasaan traumatik atau rasa dendam dan benci yang tersimpan dalam memori otak, sehingga pada tahap selanjutnya individu yang menjadi korban kekerasan fisik akan mencari sosok figur untuk diteladani dan ditiru. Individu bakal mencari sosok figur yang tepat untuk dirinya sebagai pengganti kekerasan fisik yang ia terima dahulu. Sosok figur yang dicari adalah sosok yang dapat memberikan kasih sayang dan perhatian yang tulus kepada individu bersangkutan walaupun figur tersebut sama secara

---

gender atau jenis kelamin. Dari sinilah benih-benih penyimpangan seksual itu terjadi. Apabila terjadi pada laki-laki, maka kecenderungan yang didapat akan berubah menjadi *gay*, dan apabila terjadi pada perempuan maka kecenderungan yang didapat akan berubah menjadi lesbian, apabila individu tersebut ditimpa kebimbangan dan kebingungan dalam mengambil keputusan, maka kecenderungan yang dia dapat bakal berubah menjadi biseksual atau menyukai dua jenis kelamin sekaligus.

Faktor hormon dalam tubuh juga berkontribusi dalam konstruksi identitas gender seseorang. Laki-laki yang memiliki hormon testosteron lebih banyak dari pada hormon estrogen akan memiliki kecenderungan identitas gender dan perilaku yang normal dengan laki-laki lainnya. Sebaliknya perempuan yang memiliki hormon estrogen lebih banyak dari pada hormon testosteron akan memiliki kecenderungan identitas gender dan perilaku yang normal dengan perempuan lainnya. Permasalahan timbul tatkala terjadi ketimpangan oleh salah satu hormon yang terjadi pada laki-laki ataupun perempuan. Seorang laki-laki yang memiliki kadar hormon estrogen lebih banyak dari pada kadar hormon testosteron, maka kecenderungan perilakunya akan berubah menjadi perempuan. Begitu pula seorang perempuan yang memiliki kadar hormon testosteron lebih banyak dari pada kadar hormon estrogen, maka kecenderungan perilakunya akan berubah menjadi laki-laki.

Faktor gaya hidup atau *life style* turut berpengaruh dalam pembentukan identitas gender individu. Gaya hidup yang menuntut konsumerisme tinggi sebagai kebutuhan utama yang harus dipenuhi, membuat individu terlibat dalam berbagai komunitas pergaulan yang beraneka ragam, gaya hidup yang mengutamakan gengsi dan prestise ini selalu menuntut individu untuk tampil modis dan *update* mengikuti pola perkembangan zaman atau kekinian. Komunitas LGBT seperti kelompok *gay* atau lesbian akan selalu mengikuti perkembangan *lifestyle* demi menunjukkan eksistensi mereka di tengah-tengah lingkungan sosial masyarakat. Hal ini dilatarbelakangi lantaran kelompok-kelompok *gay* dan lesbian tidak mudah diidentifikasi dengan mudah oleh masyarakat umum. Berbeda dengan kelompok transgender yang mudah diidentifikasi secara kasat mata oleh masyarakat umum disebabkan tampilan fisik mereka yang mudah dikenali.

Berdasarkan observasi peneliti terhadap perilaku LGBT, terdapat jenjang atau level-level dalam masing-masing komunitas LGBT, maka dibuat pengkategorisasian. *Pertama*, identifikasi perilaku lesbian, dimana ciri-ciri lesbian yaitu tampil dengan sifat kelaki-lakian yang dicirikan

---



dengan suara tegas, rambut pendek, memakai baju kaos lengan pendek, sebagian besar tampil maskulin walaupun beberapa kasus justru tampil dengan feminin, dan memiliki jaringan pergaulan lebih banyak dengan laki-laki daripada perempuan. *Kedua*, identifikasi perilaku *gay* memiliki ciri-ciri yang lebih rumit dan kompleks, berdasarkan observasi peneliti di lapangan, ditemukan fakta sosial bahwa setidaknya terdapat dua jenis identifikasi laki-laki *gay*, yaitu *gay* yang tetap tampil maskulin dan *gay* yang tampil secara feminin. Adapun *gay* yang tampil secara maskulin memiliki kesulitan untuk dikenali secara umum oleh orang awam, berbeda dengan *gay* yang tampil feminin yang lebih mudah untuk diidentifikasi secara umum oleh orang awam. Secara umum, tingkat kecemasan dan *stressing* antara homoseksual *gay* dan lesbian memiliki tingkat perbedaan yang tidak sama. Tingkat kecemasan sosial kaum homoseksual lesbian lebih tinggi dibandingkan dengan kaum homoseksual *gay* (Yogestri & Prabowo, 2014).

*Ketiga*, identifikasi perilaku biseksual adalah jenis penyimpangan seksual dengan jumlah paling sedikit jika dibandingkan dengan *gay*, lesbian, dan transgender. Berdasarkan hasil pengamatan peneliti, biseksual secara umum dialami oleh individu yang memiliki tingkat kemapanan ekonomi atau finansial yang cukup baik. Seorang biseksual juga menjalani kehidupan yang paling normal jika dibandingkan dengan kelompok *gay*, lesbian dan transgender. *Keempat*, identifikasi perilaku transgender yakni kelompok yang paling banyak menerima diskriminasi dan persekusi jika dibandingkan dengan kelompok *gay*, lesbian dan biseksual. Secara umum transgender adalah berpenampilan fisik yang tidak sesuai dengan identitas gender yang dimiliki individu, umumnya berpenampilan secara natural mengikuti gender yang diinginkan atau berpenampilan secara khusus dengan melakukan operasi bedah plastik, dan sebagian besar pekerjaan yang digeluti adalah berprofesi sebagai penata rambut dan kecantikan (salon), musisi atau pengamen jalanan atau menjadi pekerja seks komersial bagi transgender laki-laki.

*Kelima*, identifikasi perilaku LGBT dalam lensa *Islamic world view*, dikaji pada teks-teks ayat dan hukum Islam (fikih) memberikan penjelasan dan aturan bahwa perbuatan LGBT (*liwath*) termasuk kedalam jenis kepribadian *ammarah*. Dimana kepribadian tersebut didominasi oleh hawa nafsu (55%), yang dibantu oleh daya akal (30%) dan daya *qalbu* (15%), kepribadian ini cenderung pada tabiat jasad yang menyukai prinsip-prinsip kenikmatan (Rizki et al, 2018). Teks-teks agama yang berasal dari al-Qur'an maupun hadis,

---

memberikan keterangan bahwa berdasarkan penjelasan dan diskusi para ulama ahli tafsir maupun fikih berkesimpulan secara ijmak bahwa perilaku LGBT dilarang dalam agama karena telah melanggar kodrat dan fitrah manusia. Pelaku LGBT dari sudut agama layak diberi sanksi beragam sesuai kondisinya dari sanksi *ta'zir* dan rehabilitasi, hukuman cambuk hingga hukuman mati (Abdul Malik, 2017). Adapun strategi terapi pelaku LGBT dapat merujuk pada hasil penelitian Aswar (2016) dalam mana dimulai dari analisis dan diagnosis yang memfokus pada tataran hati/pikiran yang kufur nikmat dan tidak mentauhidkan Allah, lalu disusul dengan teknik intervensi pikiran/hati dan berlanjut pada teknik intervensi ibadah keseharian.

## **PEMBAHASAN**

### **Skema Intervensi REBT**

*Rational Emotive Behavior Therapy* (REBT) adalah sebuah pendekatan psikoterapi yang dikembangkan oleh Albert Ellis pada tahun 1950. Teori REBT adalah aliran psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi baik yang dicirikan dengan berpikir rasional dan jujur maupun potensi jelek yang dicirikan dengan berpikir irasional dan jahat (Corey, 2013). Menurut teori REBT, manusia memiliki kecenderungan untuk memelihara diri, berbahagia, berpikir dan berkomunikasi, mencintai orang lain, bersosialisasi dengan lingkungan, serta tumbuh dan mengaktualisasikan diri. Namun, di sisi yang lain, manusia juga memiliki kecenderungan untuk menghancurkan diri, lamban, menyesali kesalahan-kesalahan di masa lampau, berpikir takhayul, intoleransi, perfeksionisme, mencela diri, serta menghindari pertumbuhan dan aktualisasi diri (Corey, 2013).

Teori REBT menekankan bahwa menyalahkan adalah inti dari sebagian besar pusat gangguan emosional. Oleh karena itu, untuk melakukan proses *treatment* terhadap individu yang neurotik atau psikosis, maka individu tersebut harus berhenti untuk menyalahkan diri sendiri serta menyalahkan orang lain, individu perlu belajar untuk menerima dirinya sendiri dengan segala berbagai macam kekurangan yang dimilikinya (Corey, 2013). Teori REBT berasumsi bahwa keyakinan-keyakinan dan nilai-nilai irasional orang lain akan saling berhubungan secara kausal dengan gangguan-gangguan emosional dan behavioral yang dimilikinya, maka metode yang paling efektif dan efisien untuk membantu orang-orang tersebut adalah mengonfrontasikan mereka secara langsung dengan filsafat hidup mereka sendiri (Corey, 2013). Teori REBT harus memberikan penjelasan bagaimana bentuk gagasan-

---

gagasan mereka yang membuat mereka merasa terganggu dan tidak nyaman, kemudian menyerang gagasan-gagasan irasional mereka dengan menggunakan dasar-dasar logika, dan mengajari mereka bagaimana berpikir secara logis dan karenanya mendorong mereka agar mampu mengubah atau menghapus keyakinan-keyakinan irasional yang tumbuh dalam dirinya. Dengan demikian pandangan REBT ialah berusaha mengonfrontasikan para konseli dengan sistem keyakinan irasional-nya serta menyerang, menantang, mempertanyakan, alih-alih membahas keyakinan-keyakinan yang irasional tersebut (Corey, 2013).

Albert Ellis merancang kerangka kerja dari teori REBT yang disebut dengan model A-B-C yang kemudian disempurnakan menjadi model A-B-C-D-E-F (prosedur perubahan tingkah laku). A disebut dengan *Activating*, B disebut dengan *Believe*, C disebut dengan *Consequence*, D disebut dengan *Disputing*, E disebut dengan *Effect*, dan F disebut dengan *Feeling*. A adalah segenap peristiwa yang menyangkut fakta, perilaku, atau sikap individu, B adalah nilai keyakinan seseorang terhadap A (peristiwa), sedangkan C adalah konsekuensi atau reaksi emosional individu (Corey, 2009). Tahap D-E-F adalah tugas para terapis atau konselor untuk mulai membantu klien mereka dengan melakukan treatment. D adalah metode konselor untuk membantu klien menantang keyakinan irasional pada diri mereka, terdapat 3 (tiga) komponen dalam proses ini yaitu mendeteksi, mendebat, dan mendiskriminasi sistem keyakinan irasional klien, pada tahap awal klien harus belajar bagaimana mendeteksi kepercayaan irasional mereka, terutama keyakinan diri mereka yang menyangkut sebuah keharusan untuk mencapai kesempurnaan, atau perasaan rendah diri yang disalahartikan (Corey, 2009). Tahap E adalah keyakinan klien yang memiliki landasan filosofis yang efektif, yang memiliki sisi praktis, sistem kepercayaan yang baru dan efektif yang terdiri dari perubahan keyakinan atau pikiran yang tidak sehat menjadi pikiran yang sehat. sedangkan yang terakhir F adalah mengatur ulang perasaan emosional pada diri klien, membuang perasaan seperti merasa sangat cemas dan tertekan, klien harus merasa sehat dan memberikan maaf kepada diri sendiri (Corey, 2009).

### **Prosedur Konseling REBT**

Prosedur konseling yang harus dilakukan oleh konselor dengan beberapa langkah penanganan. Langkah pertama adalah menunjukkan kepada konseli bagaimana mereka memasukkan kata-kata pendorong yang tidak masuk akal kemudian membantah keyakinan irasional mereka dan mendorong konseli untuk terlibat dalam kegiatan yang berupaya

---

melawan kepercayaan diri mereka yang kaku dan digantikan dengan perasaan optimis yang lain (Corey, 2009). Pada langkah awal ini konselor harus menunjukkan sistem keyakinan *irrational belief*, yang dalam hal ini adalah homoseks gay sebagai klien, bahwa kata-kata motivasi dari dalam diri klien sendiri yang irasional dan tidak masuk akal, selanjutnya konselor membantah keyakinan tersebut dan mendorong klien untuk melawan perasaan dan kepercayaan diri mereka yang rendah, dan melupakan perasaan yang menyakitkan tersebut dengan perasaan yang lebih rasional.

Tahap kedua adalah menunjukkan bagaimana konseli yang terus memelihara gangguan emosional mereka yang tetap aktif dengan terus berpikir secara tidak logis dan tidak realistis. Dengan kata lain, karena konseli tetap mengindoktrinasi ulang nilai-nilai mereka sendiri, sebagian besar mereka tidak bertanggung jawab atas kepribadian diri sendiri terhadap masalah yang dihadapi (Corey, 2009). Pada tahapan konseling yang kedua, konselor berusaha menunjukkan kepada konseli, bagaimana mereka memelihara gangguan-gangguan emosional yang tidak masuk akal, berpikir secara tidak logis dan tidak realistis. Pada kasus konseli *gay* yang mengharapkan pernikahan dari hubungan kasih sayang dengan pasangan sesama jenis mereka suatu hari nanti, maka pikiran untuk menikah dengan sesama jenis kelamin adalah gangguan emosional yang tidak masuk akal, sekaligus tidak logis dan tidak masuk akal. Dengan demikian, tugas konselor adalah mengingatkan kembali gangguan emosional tersebut agar konseli sadar dan berubah.

Tahap ketiga adalah membantu konseli memodifikasi pemikiran mereka dan meminimalkan ide-ide irasional dari dalam diri mereka. Meskipun konselor tidak mungkin sepenuhnya dapat menghilangkan kecenderungan berpikir konseli yang tidak rasional, maka konselor bisa mengurangi tingkat frekuensinya. Konselor menghadapkan konseli dengan keyakinan yang pada awalnya mereka terima tanpa adanya keraguan dan selanjutnya menunjukkan bagaimana konseli agar terus mengindoktrinasi diri mereka sendiri pada asumsinya yang tidak wajar (Corey, 2009). Pada tahapan konseling yang ketiga ini, konselor membantu konseli untuk mengubah ide-ide dan gagasan-gagasan mereka yang tidak rasional. Tugas konselor minimal adalah mengurangi tingkat frekuensi dari pikiran irasional konseli, contohnya pikiran tidak masuk akal konseli yang ingin melakukan seks bebas dengan laki-laki yang memiliki wajah tampan dan atletis sebanyak mungkin, padahal klien juga berjenis kelamin sama yaitu laki-laki, maka langkahnya adalah bagaimana konselor mereduksi

---

pemikiran yang tidak logis dari dalam diri konseli dengan argumentasi-argumentasi logis dan masuk akal.

Tahap keempat adalah menantang konseli untuk mengembangkan filosofi hidup yang rasional dan masuk akal sehingga di masa depan mereka dapat terhindar dari korban sistem keyakinan yang irasional. Cara mengatasinya hanya butuh fokus pada masalah atau gejala tertentu, konselor mengajari konseli bagaimana mengganti sistem keyakinan irasional dengan sistem keyakinan dan perilaku yang rasional dan masuk akal. Konselor mengajari konseli bagaimana keyakinan mereka yang irasional tersebut adalah sebuah kesalahan besar dan menyebabkan konsekuensi negatif yang sangat merugikan. Konselor membantu konseli untuk berjuang melawan sistem keyakinan yang salah dari dalam diri konseli dan mengambil komitmen dari konseli dengan rencana-rencana matang agar mau, rela dan bersedia merubah perilaku mereka (Corey, 2009). Pada tahapan konseling yang keempat ini, konselor memberikan motivasi kepada konseli tentang bagaimana mengubah sistem keyakinan yang tidak logis dengan sistem keyakinan yang benar dan masuk akal, mengingatkan bahwa apabila konseli tetap teguh memegang keyakinan yang salah tersebut, maka konseli akan menanggung konsekuensi negatif yang merugikan. Contohnya pada konseli *gay* bakal terkena penyakit kelamin mematikan seperti HIV/AIDS, yang menyebabkan klien meninggal dunia di kemudian hari. Dengan demikian, konselor mengambil komitmen agar konseli *gay* mau berubah, minimal konseli memiliki perencanaan dan sikap positif untuk mau berhenti dari sistem keyakinan dan tindakan salah tersebut.

Tahap kelima adalah *Spiritual Intervention*. Kontinum berikutnya adalah *spiritual intervention* yang mengacu pada intervensi konselor serta profesi *helper* lainnya seperti psikolog dan psikiater serta agamawan terhadap konseli yang telah mendeklarasikan dirinya sebagai lesbian, *gay*, biseksual dan transgender. Kontinum ini menjadi salah satu kontinum yang mungkin tidak dibahas dalam setting konseling di negara-negara barat. Hal ini disebabkan topik agama merupakan salah satu topik yang sensitif dan bersifat privat sehingga sangat jarang digunakan oleh para konselor serta profesi *helper* lainnya seperti psikolog dan psikiater di negara-negara barat kecuali dalam setting konseling pastoral atau konseling berbasis agama lainnya (Ihsan, 2016). Segayut dengannya, penelitian yang dilakukan oleh Aswar (2016) berhasil mengkonstruksi teknik-teknik perubahan tingkah laku terhadap pelaku LGBT, dengan dasar kajian berangkat dari pemikiran Ibnu Qoyyim al-Jauziyyah dipadukan kajian

---

lapangan terhadap komunitas RSC-M (*Ruqyah Syar'iyah Center* Malang) dengan temuan bahwa analisis, diagnosis dan intervensi perubahan tingkah laku lebih dipusatkan pada perhatian di tataran pikiran/hati seseorang. Hasil penelitian tersebut juga sejalan dengan skema perubahan tingkah laku dalam pendekatan REBT.

## **KESIMPULAN**

Penyimpangan seksual yang terjadi pada kaum LGBT adalah disebabkan oleh berbagai macam faktor, di antaranya yaitu faktor *habit* atau kebiasaan, pengalaman masa kecil yang kurang baik, pengaruh lingkungan sosial masyarakat, pengaruh teman sebaya, korban kekerasan fisik, faktor hormon dalam tubuh, dan gaya hidup atau *life style*. Prosedur konseling dari pendekatan REBT (*Rational Emotive Behavior Therapy*) digunakan sebagai *treatment* terhadap penyimpangan seksual kaum LGBT, yaitu dengan melalui lima tahapan dengan tujuh langkah, yang mana satu dan lainnya saling terkait. *Pertama*, menunjukkan sistem keyakinan irasional pada konseli, memotivasi konseli untuk berubah; *Kedua*, membantu konseli untuk memodifikasi pikiran dan perasaan mereka menjadi lebih rasional dan masuk akal; *Ketiga*, mengurangi tingkat frekuensi pemikiran klien yang tidak masuk akal; *Keempat*, mengembangkan filsafat hidup konseli; *Kelima*, menunjukkan konsekuensi negatif apabila konseli tetap memelihara keyakinan irasionalnya; *Keenam*, komitmen dan rencana dari konseli agar mau berubah; *Ketujuh*, modifikasi intervensi konselor untuk melakukan dan mengupayakan *spiritual intervention*.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Andina, E. (2016). Faktor Psikososial Dalam Interaksi Masyarakat Dengan Gerakan LGBT di Indonesia: Psychosocial Factors Interacting With LGBT Movement in Indonesia. *Jurnal Aspirasi*, Vol. 7(2), 173-185.
- Arus Pelangi. (2014). *Laporan Penelitian kekerasan pada LGBT*. Jakarta: Arus Pelangi
- Aswar, A., Mappiare-AT, A., & Ramli, M. (2016). Identifikasi Teknik-teknik Perubahan Tingkah Laku dalam Penerapan Pemikiran Ibnu Qoyyim Al-jauziyyah untuk Pengentasan Korban Seks Bebas dan Homoseks (Kajian Analisis Hermeneutika Bersusun). *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, dan Pengembangan*, 1(2), 196-202.
- Corey, G. (2009). *Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy*. Belmont, CA: Brooks/Cole.
-

- Corey, G. (2013). *Teori dan Praktek Konseling dan Psikoterapi*. Terjemahan Koswara. Bandung: PT Refika Aditama.
- Creswell, John W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches-Fourth Edition*. Los Angeles: Sage Publications, Inc.
- Dacholfany, I. (2016). Dampak LGBT dan Antisipasinya di Masyarakat. *Jurnal Nizham*, 5(1), 107-118.
- Dewi, GA. Indrawati, ES. (2017). Pengalaman Menjadi Gay (Studi Fenomenologi pada Pria Homoseksual Menuju Coming Out). *Jurnal Empati*, Vol. 7(3), 116-126.
- Ghozali, AM. (2017). Fenomena LGBT Dalam Perspektif HAM dan Doktrin Agama (Solusi dan Pencegahan). *Jurnal Refleksi*, Vol. 16(1), 29-66.
- Harahap, RD. (2016). LGBT di Indonesia: Perspektif Hukum Islam, HAM, Psikologi dan Pendekatan Masalah. *Jurnal Al-Ahkam*, Vol. 26(2), 223-248.
- Johnson, RB. Christensen, L. (2014). *Educational Research: Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches-Fifth Edition*. Los Angeles: Sage Publications, Inc.
- Musti'ah. (2016). Lesbian Gay Bisexual and Transgender (LGBT): Pandangan Islam, Faktor Penyebab, dan Solusinya. *SOSIAL HORIZON: Jurnal Pendidikan Sosial*, Vol. 3(2). 258-273.
- Neuman, WL. (2014). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches-Seventh Edition*. London: Pearson Education Limited.
- Pratama, MR. Fahmi, R. Fatmawati. (2018). Lesbian, Gay, Biseksual dan Transgender: Tinjauan Teori Psikoseksual, Psikologi Islam dan Biopsikologi. *Psikis: Jurnal Psikologi Islami*, Vol. 4(1), 27-34.
- Rakhmahappin, Y. Prabowo, A. (2014). Kecemasan Sosial Kaum Homoseksual Gay dan Lesbian. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, Vol. 2(2), 199-213.
- Riswanto, D. (2017). *Karakteristik Pribadi Ideal Calon Konselor Berdasarkan Teks Huma Betang Suku Dayak (Kajian Hermeneutika Gadamerian)*. Tesis: Universitas Negeri Malang.
- Riswanto, D. Mappiare-AT, A. Irtadji, M. (2017). Kompetensi Multikultural Konselor Pada Kebudayaan Suku Dayak Kalimantan Tengah. *JOMSIGN: Journal of Multicultural Studies in Guidance and Counseling*, 1(2). 215-226.

- Suherry, Mandala, E. Mustika, D. Bastiar, R. Novalino, D. (2016). Lesbian, Gay, Biseksual, dan Transgender (LGBT) Dalam Perspektif Masyarakat dan Agama. *Jurnal Aristo*, Vol. 4(2), 89-99.
- Tracy, Sarah. (2013). *Qualitative Research Methods: Collecting Evidence, Crafting Analysis, Communicating Impact*. Chichester: Wiley-Blackwell A John Wiley & Sons, Ltd, Publications.
- Yansyah, R. Rahayu. (2018). Globalisasi Lesbian, Gay, Biseksual, dan Transgender (LGBT): Perspektif HAM dan Agama Dalam Lingkup Hukum di Indonesia. *Jurnal Law Reform*, Vol 14(1), 132-146.