

JALANAN TERJAL SUDAH KUJAJAL
Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) tentang
Pengalaman *Stress Coping* pada Transgender Pasca *Coming Out*

Trifena Wahyu Annisia Kristiana, Endang Sri Indrawati

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro,
Jl. Prof. Soedarto, SH, Kampus Undip Tembalang, Semarang, Indonesia 50275

trifena.kristiana@gmail.com, esi_iin@yahoo.com

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengeksplorasi dan memahami pengalaman *stress coping* pada transgender pasca *coming out*. Penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan fenomenologis *Interpretative Phenomenological Analysis (IPA)* untuk mengungkap, mempelajari, serta memahami fenomena yang khas dan unik pada diri transgender secara langsung dan mendalam. Partisipan penelitian ini berjumlah tiga orang. Hasil penelitian ini menunjukkan empat tema utama, yaitu: pengalaman stres, dampak stres, *coping* terhadap stres, dan dukungan yang diperoleh. Beberapa *stress coping* yang dilakukan oleh ketiga subjek, antara lain menerima keadaan, beranggapan tidak terjadi masalah, menghindari konflik, mendekati diri pada Tuhan, memanfaatkan relasi, mengatasi kelemahan fisik dan psikologis, serta memotivasi diri. Dua dari tiga subjek melakukan *stress coping* dengan menyibukkan diri, serta mengatur pola pikir dan emosi. Penelitian ini juga menemukan keunikan pada masing-masing subjek, diantaranya terdapat rasa tidak nyaman bersosialisasi dengan sesama transgender, mengonsumsi alkohol dan narkoba, serta adanya kepercayaan diri yang tinggi pada subjek pertama; beban menjadi ketua yang dialami oleh subjek kedua; serta rasa kecewa pada diri dan keputusan terjun ke dunia prostitusi pada subjek ketiga.

Kata kunci: transgender; stres; *stress coping*

Abstract

The purpose of this research is to explore and understand stress coping experience on transgender post-coming out. This qualitative research used Interpretative Phenomenological Analysis (IPA) to reveal, learn, and understand the unique phenomenon on transgender directly and deeply. There are three participants in this research. The result of this research shows four main themes, such as: stress experience, stress impact, coping to stress, and the obtained support. Some stress copings done by the three subjects are such as, accepting the condition, considering there is no problem, avoiding conflict, closer self-bringing to God, benefitting relations, overcoming physical and psychological weaknesses, and self-motivating. Two out of three subjects did stress coping by doing activities and managing mindest & emotion. This research also found uniqueness on each subjects, which are the uncomfortable feeling in socializing to transgender fellows, consuming alcohol and drugs, and high confidence on the first subject; burden of being a leader on the second subject; and the disappointment feeling and decision to get involved in prostitution on the third subject.

Keywords: transgender; stress; stress coping