

Gambaran Psychological Well-Being Pada Transsexual Male To Female (Trans Mtf) Di Kota Besar Di Indonesia

Samuel Nugraha¹, Mulya Virgonita I. Winta²

Magister Psikologi, Universitas Semarang¹²

E-mail: samuelnugraha1107@gmail.com¹, dr.yaya.virgonita@gmail.com²

Article History:

Received

09 Agustus 2023

Revised

15 Agustus 2023

Accepted

09 April 2024

Published

30 April 2024

Abstract. Transgender or transsexual is an individual who has a gender identity or gender expression that does not align with the sex he was born with. These individuals have a high risk of psychological problems due to differences between gender at birth and the feeling of being male or female. They try several ways to harmonize their appearance, gender and identity. This research aims to describe the picture of Psychological Well-being in Male-to-Female Transsexuals. This research uses a qualitative approach. Research data collection uses in-depth interview methods. Participants in this research were three (3) trans women who had undergone surgery to change their gender and identity, and had openly declared their sexual identity status to their families. The research results showed that the subjects had a good Psychological Well-being profile, Subjects 2 and 3 had all 6 dimensions of PWB. Meanwhile, Subject 1 is less than optimal in the dimensions of life goals and self-development. This subject tends to be satisfied with current conditions and feels that he is old enough to start something new.

Keywords : psychological well-being, transgender, transsexual

Abstrak. Transgender atau transseksual adalah individu yang memiliki identitas gender atau ekspresi gender yang tidak selaras dengan jenis kelamin ketika ia dilahirkan. Individu tersebut memiliki resiko tinggi pada permasalahan psikologis yang disebabkan adanya perbedaan antara jenis kelamin ketika lahir dengan perasaan menjadi pria atau wanita. Beberapa cara mereka upayakan untuk dapat menyelaraskan penampilan, jenis kelamin, dan identitasnya. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan gambaran Psychological Well-being pada Transsexual Male-to-Female. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Pengumpulan data penelitian menggunakan metode wawancara mendalam. Partisipan dalam penelitian ini adalah tiga (3) wanita transpuan yang sudah melakukan operasi perubahan kelamin dan identitasnya, serta secara terbuka telah mendeklarasikan status identitas seksual kepada keluarganya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subyek memiliki profil Psychological Well-being yang baik, Subyek 2 dan 3 memiliki

ke-6 dimensi PWB. Sedangkan Subyek 1 kurang optimal pada dimensi tujuan hidup dan pengembangan diri. Hal ini subyek cenderung puas dengan kondisi saat ini dan merasa sudah berumur untuk memulai sesuatu yang baru

Kata kunci : kesejahteraan psikologis, transgender, transeksual



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Pendahuluan

Transgender merupakan fenomena yang tidak asing dalam kehidupan masyarakat. Beberapa masyarakat memiliki penilaian bahwa transgender merupakan kelompok yang menyalahi kodrat atau takdir jenis kelamin yang mereka miliki. Transgender ialah sebutan bagi individu yang identitas gender, ekspresi gender atau perilakunya tidak sesuai dengan identitas seksualnya. Ketidaksesuaian ini terjadi saat individu mengidentifikasi jenis kelamin yang berbeda dengan kuat dan cenderung menetap pada tubuh dengan jenis kelamin yang mereka miliki saat ini (Halgin & Whitbourne, dalam Barmawi 2016). Sehingga muncul perasaan laki-laki atau perempuan secara fisik yang berbeda, yang membuat dirinya ingin hidup dalam identitas gender yang tidak sesuai dengan jenis kelaminnya. Transgender menginternalisasikan ke dalam kognitifnya mengenai jenis kelamin yang akan menentukan sikap dan perilaku pada kehidupan sosialnya. Pada proses identifikasi dan transisi, kelompok transgender menghadapi permasalahan, baik dari internal maupun eksternal sebagai konsekuensi dari pilihan hidupnya sebagai transgender.

Pertama adalah adanya dorongan kuat bahwa tidak adanya kesesuaian antara fisik dan psikis, sehingga menimbulkan konflik psikologis dalam dirinya. Menurut Carroll (dalam Nevid, Rathus & Green, 2005), individu dengan gangguan identitas gender pada umumnya sudah mulai merasakan indikasi gangguan tersebut sejak kecil, dimana ia merasa dan meyakini bahwa dirinya memiliki jenis kelamin yang berbeda dengan jenis kelamin saat ini,

dan perasaan ini terus berlanjut hingga masa dewasa. Mereka merepresentasikan perilaku yang berbeda dengan laki-laki atau perempuan pada umumnya.

Kedua adalah tidak adanya penerimaan dari lingkungan masyarakat karena pertentangan konstruksi gender (Suharmanto & Putri, 2009). Banyak pertentangan terkait dengan adanya fenomena transgender ini. Meskipun pro dan kontra tidak bisa dihindari pada kajian transgender dengan berbagai sudut pandang antara lain ; psikologi, teologi, sosiologi, kesehatan maupun kebijakan publik yang perlu dilakukan oleh Pemerintah. Dalam pandangan lingkungan masyarakat menilai bahwa kelompok transgender adalah kelompok yang menyimpang baik dari sisi psikologis maupun agama.

Ketiga adalah masalah legalitas hukum. Norma tertulis maupun tidak tertulis yang menempatkan pada hal dan kewajibannya (Koeswinarno, 2005). Sampai dengan saat ini belum ada undang-undang anti-diskriminasi maupun kebijakan atau pernyataan yang jelas terkait dengan transgender ini. Sehingga diskriminasi kontras terlihat ketika kelompok transgender ini mengalami masalah kepengurusan identitas kependudukan (KTP). Masalah-masalah ini dapat membawa dampak lanjutan pada kesempatan mendapatkan tempat tinggal, pekerjaan, kartu identitas maupun stigma (Oetomo & Suvitania, 2014).

Keputusan untuk menjadi transgender tentunya telah melalui proses kognitif yang panjang dengan mempertimbangkan perasaan yang dirasakan serta konsekuensi yang akan ditimbulkan. Ariyanto dan Triawan (2012) mengungkapkan pada umumnya transgender menjalankan satu proses transisi, yaitu merubah penampilannya yang mengarah pada jenis kelamin yang lain, seperti : cara berpakaian, make-up, terapi hormon, operasi payudara bahkan sampai operasi penyesuaian kelamin pada transsexual. Transsexual Male to Female (MTF) adalah seseorang yang terlahir sebagai laki-laki namun menampilkan diri seperti wanita, dengan mengubah bentuk tubuh dan peran gendernya menjadi wanita dengan melalui intervensi medis sehingga terlihat feminine (APA, 2015).

Konflik-konflik yang dihadapi transsexual menyebabkan adanya keterbatasan kehidupannya yang semakin terisolir, sementara itu ia harus menjalani kehidupan di lingkungannya. Isolasi yang didapatkan oleh transsexual juga mencakup permasalahan

dalam pekerjaan (Koeswinarno, 2005). Tingginya tingkat diskriminasi pada kelompok ini mengakibatkan terbatasnya kesempatan untuk mendapatkan : kesempatan kerja, tempat tinggal, pendidikan, kesehatan dan kesejahteraan (UNDP, 2013). Sehingga pada kelompok ini lebih banyak mengembangkan diri pada sektor-sektor informal seperti salon, industri kreatif, hiburan dan termasuk dalam dunia prostitusi.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 3 orang transgender, didapatkan informasi bahwa perilaku diskriminatif yang diterima oleh mereka tersebut membuat mereka semakin terkucil dan tidak dapat berkembang atau berkompetisi dengan individu yang lain, termasuk mendapatkan mata pencaharian di sektor formal. Mereka mendapatkan perlakuan diskriminatif sejak pada sekolah dasar di lingkungan sekolah maupun lingkungan rumah. Kelompok transgender ini kerap mendapatkan perlakuan yang kurang baik, seperti pelecehan ketika sedang bekerja atau sedang beraktivitas di luar, bahkan ketika mengadakan kegiatan yang positif sekalipun.

Berbagai situasi yang telah dialami akan menimbulkan dampak positif maupun negatif bagi mereka. Menurut (Vertika, dalam Ridwan, Yanuvianti, 2016), situasi negatif tersebut berupa tekanan sosial dari keluarga dan masyarakat, pelecehan dan kekerasan. Menurut Susanti (2012), situasi positif seperti adanya peluang bagi transsexual untuk mengenyam pendidikan, serta berkarir yang dihayati oleh mereka tersebut dapat mempengaruhi penilaian mereka terhadap kehidupan yang mereka jalani. Transsexual harus memiliki sikap yang tepat untuk menyeimbangkan kondisi lingkungan sosial saat ini. Hal ini yang membuatnya dapat membuat penilaian secara kognitif mengenai seberapa baik dan memuaskan hal yang sudah dilakukan individu dalam kehidupannya secara keseluruhan pada area-area utama kehidupan seperti hubungan interpersonal, kesehatan, pekerjaan, pendapatan, spiritualitas, dan aktivitas di waktu luang (Diener, 2009). Perlakuan lingkungan masyarakat terhadap individu menjadi salah satu faktor penting dalam pembentukan psychological well-being.

Psychological Well-being merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidupnya sehari-hari. Ryff (1989) mengemukakan bahwa psychological well-being berkaitan

pada fungsi psikologi positif. Fungsi psikologi positif merupakan konsep dasar yang berdampak pada tingkat psychological well-being yang tinggi karena seseorang mampu memaknai peristiwa yang dialami dalam kehidupan memiliki manfaat (Tahir, 2012). Terdapat perbedaan derajat penghayatan psychological well-being pada masing-masing individu. Ada yang dapat menghayatinya dengan baik, ada pula yang tidak.

Pada penelitian ini, didapatkan 3 subyek yang merupakan transsexual male-to-female (MTF), dengan latar belakang pendidikan, pekerjaan dan tempat tinggal yang berbeda. Menurut mereka, ketika sudah melakukan penyesuaian jenis kelamin akan lebih berbahagia dan terbebas dari tekanan orang lain. Lebih dapat berekspresi sesuai bidang masing-masing dan memiliki kualitas hidup yang lebih baik daripada sebelum melakukan perubahan jenis kelamin. Mereka telah membuka status transsexual mereka pada keluarga, kerabat terdekat, hingga pasangannya. Menurut mereka, saat ini mereka telah memiliki hubungan yang baik dengan orang lain dan mereka aktif dalam kegiatan positif di komunitasnya.

Melihat psychological well-being pada transsexual, diawali oleh bagaimana ia menerima kehidupan, baik kondisi internal maupun eksternal (Mboeik & Purnomo, 2017). Di tengah banyaknya kasus diskriminasi, kontroversi, penolakan, isu sosial, dan pengalaman pribadinya. Berdasarkan fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melihat bagaimanakah gambaran Psychological Well-being pada kelompok transsexual.

Metode

Tipe Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, dimana data yang dikumpulkan adalah berupa kata-kata, dan bukan angka-angka. Semua yang dikumpulkan menjadi kunci terhadap apa yang sudah diteliti. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dll, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata suatu konteks khusus alamiah dan dengan kata dan bahasa, pada memanfaatkan berbagai metode alamiah (Moleong, 2016:11).

Penelitian ini menggunakan paradigma fenomenologi. Menurut Herdiansyah (2014) penelitian fenomenologis berusaha untuk mencari arti secara psikologis dari suatu pengalaman individu terhadap fenomena melalui penelitian yang mendalam dalam konteks kehidupan sehari-hari. Fenomenologis merupakan sebuah penelitian yang dilakukan untuk memberikan gambaran tentang arti dari pengalaman-pengalaman individu mengenai suatu konsep tertentu, dalam penelitian ini adalah Psychological Well-being.

Responden Penelitian

Pada penelitian ini, penelitian menggunakan teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan atau kriteria tertentu yang relevan dengan penelitian atau dengan kata lain responden yang dipilih adalah orang yang dianggap paling tahu, memiliki informasi yang dibutuhkan peneliti, atau orang yang dianggap sebagai penguasa sehingga memudahkan peneliti untuk menjelajahi objek atau situasi sosial tertentu (Sugiyono, 2016). Pada penelitian ini, responden berjumlah 3 orang. Adapun kriteria responden dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Merupakan transsexual male-to-female
- b. Usia dewasa menengah atau usia paruh baya
- c. Memiliki pekerjaan yang berbeda
- d. Berdomisili di kota besar yang berbeda
- e. Bersedia menjadi subyek penelitian

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan teknik wawancara, observasi, kajian Pustaka dan catatan lapangan agar mendapatkan data yang maksimal dan sesuai dengan tujuan penelitian. Pada penelitian ini, wawancara yang digunakan adalah wawancara semi-terstruktur. Peneliti melakukan studi literatur mengenai penelitian sebelum melakukan wawancara, kemudian membangun guideline wawancara berdasarkan pemahaman dari literatur yang telah dibaca untuk menjawab pertanyaan penelitian. Pertanyaan yang diajukan dalam wawancara penelitian ini adalah pertanyaan terbuka dan mendalam. Observasi pada penelitian ini dilakukan selama proses wawancara berlangsung

dengan responden dan diluar wawancara. Catatan lapangan disajikan dalam bentuk narasi yang didukung dengan alat tambahan berupa rekaman audio. Pada penelitian yang telah dilakukan, seluruh kegiatannya menggunakan platform zoom untuk pelaksanaan penelitian, dikarenakan masih pada masa pandemic COVID-19.

Tabel 1
Pedoman Wawancara Subyek

No	Aspek	Bentuk Pertanyaan
1	Demografi	Usia, jenis kelamin, lama menjadi <i>transsexual</i> , pekerjaan, status pernikahan
2	Penerimaan Diri	Pertanyaan mengenai penerimaan diri sendiri dengan baik
3	Hubungan positif dengan orang lain	Pertanyaan mengenai hubungan dengan orang lain
4	Kemandirian	Pertanyaan mengenai pembuatan keputusan sendiri
5	Penguasaan Lingkungan	Pertanyaan mengenai penyesuaian dan pengaturan lingkungan sesuai dengan kebutuhannya
6	Tujuan Hidup	Pertanyaan mengenai tujuan hidup
7	Pertumbuhan Pribadi	Pertanyaan mengenai identifikasi potensi diri dan pengembangannya

Hasil

Segala hal yang disajikan pada hasil penelitian ini merupakan fakta yang diperoleh di lapangan melalui proses pengumpulan data dan telah dianalisis melalui langkah-langkah theoretical coding. Hasil penelitian ini akan membahas temuan akhir dari penelitian ini. Hasil tersebut menghasilkan enam disimpulkan oleh peneliti, yang menjadi gambaran psychological well-being pada transexual male-to-female. Pada bagian ini, peneliti akan menjelaskan dinamika antara faktor-faktor Psychological Well-being dan bagaimana faktor tersebut mempengaruhi narasi informan. Ada beberapa faktor yang menyebabkan individu memiliki Psychological Well-being yang positif, yaitu faktor sosial ekonomi, usia, jenis kelamin, budaya, dukungan sosial dan kepribadian (Ryff, dalam Compton & Hoffman, 2013).

Tabel 2
Data Diri Subyek

Subyek	Subyek 1	Subyek 2	Subyek 3
Nama	DFS	TWB	DSS
Usia (Tahun)	50	31	27
Kota Domisili	Denpasar	Jakarta	Surabaya
Lama menjadi <i>Transsexual</i> (tahun)	25	5	5
Relationship	Berkeluarga	Berpacaran	Berpacaran
Pekerjaan	<i>Make Up Artist</i> (MUA)	Wiraswasta	<i>Make Up Artist</i> (MUA)
Pendidikan Terakhir	SMK	S1	D3

Subyek 1, memiliki nama inisial DFS, 50 tahun. Subyek 1 merupakan anak kedua dari 4 bersaudara, yang berasal dari Kota di Jawa Tengah. Ia memiliki keinginan dari kecil untuk memakai aksesoris wanita. Sejak SD ia merasa lebih nyaman bermain dengan jenis permainan dan dengan kelompok perempuan. keinginan untuk menjadi wanita telah dipendam sepanjang mengenyam pendidikan sampai tingkat SMK. Setelah ia lulus sekolah, ia merantau di kota besar untuk magang di hairstylist dan kecantikan di salon. Ia mulai menikmati pekerjaannya di Salon, hingga ia melanjutkan pendidikannya ke jenjang Diploma 3. Sejak di salon tersebut, ia mulai berani untuk mengekspresikan dirinya sebagai wanita. Menurutnya, keputusan tersebut adalah takdir. Awalnya keputusan ini ditentang oleh keluarganya, apalagi memiliki seorang ayah yang terpandang memiliki jabatan di desa, namun lambat laun Subyek 1 diterima oleh keluarganya. Dalam perjalanan transformasinya menjadi wanita, ia mulai melakukan perawatan wajah, terapi hormone, operasi payudara, hingga operasi kelamin di Thailand. 2 tahun setelah operasi, ia mengajukan perubahan jenis kelamin pada identitasnya dengan serangkaian sidang bersama saksi ahli dan keluarganya, dan secara hukum, ia sah adalah seorang perempuan. Saat ini ia telah berkeluarga, memiliki suami yang sudah tahu kondisinya sebelum mereka memutuskan untuk menikah. Subyek 1 adalah seorang Make Up Artist (MUA) di Kota Denpasar, Bali.

Subyek 2, memiliki nama TWB, 31 tahun. Ia merupakan anak bungsu dari 5 saudara yang berasal dari kota di Jawa Timur. Ia senang memakai aksesoris wanita dari kecil. Ia memiliki keinginan tersebut selalu dipenuhi oleh orangtuanya. Sewaktu sekolah dari SD sampai dengan SMP ia sering mendapatkan bullying dari teman-temannya terutama ketika mata pelajaran penjaskes, karena ia merasa lebih nyaman dengan kelompok perempuan, yang akhirnya ia mendapatkan kekerasan verbal dan fisik. Ia terus bertahan dalam kondisi demikian sampai ia tingkat SMA. Setelah lulus SMA, ia sadar akan pentingnya pendidikan, sehingga ia melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi, yaitu jenjang S1. Ia mendapatkan beasiswa di Kota Jakarta. Sampai ia lulus tingkat sarjana, ia masih menampilkan identitas seksualnya sesuai dengan jenis kelamin pada saat lahir, yaitu laki-laki. Ia sadar bahwa untuk menjadi transgender akan mendapatkan perlakuan diskriminatif, sehingga ia perlu menahan keinginan untuk bertransformasi menjadi wanita. Ia mulai mencari pekerjaan setelah ia lulus, akhirnya ia diterima kerja di sebuah perusahaan multinasional sebagai staff di perusahaan tersebut. Ia melihat adanya perbedaan multinasional dibandingkan perusahaan local, yaitu lebih liberal, dimana di perusahaan tersebut tidak menjadi masalah ketika individu menjadi seorang LGBT, secara khusus adalah transgender. Merasa didukung oleh lingkungannya, ia mulai bertransformasi untuk memakai pakaian dan make up wanita. Subyek 2 merasa nyaman dengan kondisi ini, dan mendapatkan dukungan dari teman-temannya. Lambat laun ia memulai untuk terapi hormon, perawatan fisik dan wajah, hingga operasi kelamin di Korea. 1 tahun setelah operasi kelamin, ia mengajukan perubahan jenis kelamin secara hukum dan dinyatakan sah oleh Pengadilan setempat. Saat ini ia memiliki relationship dengan pasangannya selama 6 tahun, dan belum menikah. Pasangan tersebut sudah mengetahui latar belakang subyek 2 dan tidak menjadi masalah. Kedua pasangan ini telah mendapatkan persetujuan oleh keluarga masing-masing untuk menikah. Saat ini ia masih aktif bekerja dan sekaligus seorang entrepreneur di bidang kuliner dan hair stylist di Jakarta.

Subyek 3, memiliki nama DSS, berusia 27 tahun, berasal dari salah satu kota di Jawa Barat. Ia merupakan anak kedua dari 3 bersaudara. Ia menunjukkan tanda-tanda layaknya

perempuan ketika bermain permainan perempuan pada masa kanak-kanak. Waktu pulang sekolah, ia suka berdandan di rumah. Setelah lulus SD, ia mengalami masa-masa sulit akan jati dirinya, ia tidak nyaman sebagai seorang pria. Dengan didikan keluarganya yang keras, ia mengikuti arahan orang tua untuk melanjutkan SMP. Ketika di bangku SMP, ia mendapatkan bullying dari teman-temannya, mulai dari verbal, seksual hingga fisik. Ia mengalami goncangan secara psikologis, hingga akhirnya ia memutuskan untuk keluar dari sekolah dan memilih kabur dari rumah, untuk pindah keluar kota, yaitu di Kota Surabaya. Ia magang kerja di salon untuk sekedar menyambung hidup. Ia merasa nyaman di salon tersebut dan memberanikan diri untuk merubah penampilannya sebagai seorang perempuan. Di lingkungan ia tinggal, ia memiliki kelompok dengan permasalahan yang sama, yaitu sebagai transgender. Ia merasa didukung oleh lingkungan sosialnya. Ia mulai perawatan, suntik silicon, dan mengikuti terapi hormone. Sambil bekerja, ia melanjutkan pendidikannya sampai tingkat Diploma 3. Setelah lulus dari tingkat akademi, ia melakukan operasi tubuh dan penggantian alat kelamin di Thailand. 1 tahun setelahnya, ia mengajukan pergantian jenis kelamin secara hukum dan dikabulkan oleh Pengadilan setempat. Saat ini ia adalah seorang Make Up Artist dan Brand Ambassador produk kosmetik.

Psychological Well-being

Tabel 3
Kondisi Psychological Well-being

Aspek	Subyek 1	Subyek 2	Subyek 3
Penerimaan Diri	- Melakukan penyeselarasan jenis kelamin	- Melakukan penyeselarasan jenis kelamin	- Melakukan penyeselarasan jenis kelamin
	- Menerima kondisi kelebihan dan kekurangan dalam diri	- Menerima kondisi kelebihan dan kekurangan dalam diri	- Menerima kondisi kelebihan dan kekurangan dalam diri
	- Terbuka status identitas <i>transsexual</i> pada keluarga dan pasangan	- Terbuka status identitas <i>transsexual</i> pada keluarga dan pasangan	- Terbuka status identitas <i>transsexual</i> pada keluarga dan pasangan

Hubungan Positif dengan orang lain	- Memiliki hubungan yang mendalam dengan pasangan	- Memiliki hubungan yang baik dengan seluruh keluarga	- Memiliki hubungan yang mendalam dengan pasangan	- Memiliki hubungan yang baik dengan seluruh keluarga	- Memiliki hubungan yang mendalam dengan pasangan	- Kurang memiliki hubungan yang baik dengan seluruh keluarga
Kemandirian	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain	- Memiliki ketrampilan dan usaha tanpa menggantungkan orang lain
Penguasaan Lingkungan	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat	- Merasa aman dan nyaman karena diterima oleh lingkungan masyarakat
Tujuan Hidup	- Pasrah dan mengikuti keadaan saat ini karena sudah cukup baginya	- Memiliki tujuan hidup yang jelas	- Membuka lapangan pekerjaan	- Memiliki tujuan hidup yang jelas	- Membangun citra <i>transsexual</i> lebih positif di masyarakat	- Memiliki tujuan hidup yang jelas
Pertumbuhan Pribadi	- Merasa stagnan dan sudah cukup untuk saat ini	- Memiliki dorongan untuk terus belajar	- Memiliki dorongan untuk terus belajar	- Memiliki dorongan untuk terus belajar	- Menggali potensi untuk bisa aktualisasi diri	- Menggali potensi untuk bisa aktualisasi diri

Penerimaan Diri (Self-Acceptance)

Dilihat dari penerimaan diri, ketiga subyek merasa bahwa kondisi ini adalah takdir mereka untuk melakukan transformasi identitas seksual. Subyek 1, 2, dan 3 memberikan respon yang sama, ia terperangkap pada tubuh yang salah, sehingga mereka perlu melakukan perubahan supaya lebih sejahtera, dengan melakukan serangkaian treatment medis hingga pengakuan secara hukum. Mereka lebih menerima diri mereka sekarang ini menjadi apa adanya, dan merasa lebih bebas untuk melakukan aktivitas apapun di masyarakat, tanpa melupakan latar belakang awalnya yaitu terlahir sebagai pria. Dalam menjalin relasi dengan

orang lain, ke-3 subyek juga telah menyatakan kondisinya pada pasangannya, sehingga pasangan lebih dahulu mengetahui dari mereka. Ia merasa perlu terbuka pada pasangannya di awal.

Ryff (1989) mengatakan bahwa individu yang memiliki tingkat penerimaan diri yang baik ditandai dengan bersikap positif terhadap diri sendiri, mengakui dan menerima berbagai dimensi yang ada didalam dirinya, baik positif maupun negatif, dan memiliki pandangan yang positif terhadap masa lalu.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Ridwan & Yanuvianti, 2016) yang menyatakan bahwa penerimaan diri sejak awal dapat membantu proses psychological well-being menjadi meningkat.

Hubungan Positif dengan Orang Lain (Positive Relation with others)

Dalam menjalin relasi dengan pasangannya, subyek 1, subyek 2 dan subyek 3 memiliki sikap keterbukaan di awal, menurut mereka sikap ini mempengaruhi awetnya hubungan serius ke depannya, seperti yang disampaikan oleh Subyek 1 : “Awalnya tuh pas kenalan aku tuker nomor telepon sama dia, seminggu kemudian baru aku bilang kalo aku tuh transexual mtf, meskipun dia hilang gitu aja, mungkin shock kali ya, abis itu dia hubungi aku lagi. Aku bilang ke dia tentang latar belakang aku karena aku menghargai dia dan menghargai masa depan jika kami serius. Mas, coba bayangkan kalo misal kami udah nikah, trus ke depannya dia tau dari orang lain, bisa depresi pasanganku ini”. Sehingga mereka memiliki hubungan yang lebih mendalam dengan pasangan masing-masing.

Pada relasi dengan keluarga, subyek 1 dan subyek 2 yang memiliki hubungan yang positif dengan orang tua dan saudara-saudaranya. Berbeda dengan subyek 3 yang belum semua keluarga memiliki hubungan yang positif. Subyek 3 memiliki ayah yang sampai dengan saat ini belum menerimanya, ia ingin membangun image di mata keluarganya jika ia mampu membuat bangga keluarga dan dapat berprestasi. Berikut paparan Subyek 3 : “Sampe sekarang tu aku belum bisa ngomong baik-baik sama ayahku, maklum dia sebelumnya adalah

anggota militer, ia keras dan otoriter. Tapi sampe sekarang aku masih berusaha meyakinkan biar dia bangga sama aku”

Menurut Ryff, (1995) semakin besar kemampuan individu dalam membina hubungan interpersonal akan menunjukkan bahwa individu tersebut memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu berempati, menyayangi, menjalin keintiman dengan orang lain, memahami konsep memberi dan menerima dalam sebuah hubungan.

Kemandirian (Autonomy)

Pada aspek kemandirian, ketiga subyek memiliki pandangan bahwa mereka adalah individu yang mandiri. Dari ke-tiga subyek, mereka memaparkan bahwa saat ini mereka memiliki ketrampilan dan usaha bisnisnya, sehingga ketika mereka harus sendiri mereka masih bisa bertahan hidup. Ketiga subyek ini memiliki lingkup kerja yang hampir sama, yaitu bidang kecantikan dan pasar tersebut di Indonesia masih terbuka luas. Mereka memulai karir mereka sejak lulus dari sekolah, tanpa menggantungkan diri dengan keluarga. Sampai dengan saat ini, mereka memberikan sebagian penghasilan mereka pada keluarga, salah satu contohnya pada Subyek 2 yang memaparkan : “Jujur, saat ini saya yang bisa dikatakan memberikan penghasilan paling banyak ke orangtua dibandingkan kakak-kakakku. Saya tuh mandiri, dari lulus SMA udah cari penghasilan sendiri, kuliahku juga beasiswa dan gak ngrepotin orang tua. Jadi aku rasa aku paling mandiri dari saudaraku yang lain.”

Menurut Ryff, (1995) kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan kemampuan untuk mengatur tingkah laku sendiri tanpa adanya kendali dari orang lain atau tidak mencari persetujuan orang lain seseorang yang mampu menahan tekanan sosial untuk berpikir serta bertingkah laku dengan cara-cara tertentu, dapat mengevaluasi diri sendiri dengan standar personal, menandakan bahwa individu tersebut baik.

Penguasaan Lingkungan (Environmental Mastery)

Lingkungan yang dimiliki subyek saat ini adalah lingkungan yang mendukung dan menghargai keberadaan transgender. Subyek telah lama menjadi seorang transgender di

lingkungannya. Mereka merasa nyaman dengan lingkungan saat ini karena mereka diterima dengan baik. Dalam bidang ketrampilan dan kemampuan bisnis, mereka cukup mampu memegang kendali tim-nya sehingga ia dapat membuat perencanaan dan strategi bisnis mereka. Di lingkungan rumahnya, mereka merasa bahwa saat ini sudah tidak terganggu lagi dengan ormas yang melakukan diskriminasi seperti sebelumnya, seperti yang dipaparkan Subyek 2 : “Udah Alhamdulillah Mas, dulu masih ada ormas yang rese banget, kadang suka diskriminasi ato suka suka nyinyir kalo pas lagi ada kumpulan tetangga, sekarang ormas itu udah gak ada, jadi lebih tenang ya”. Senada, Subyek 1 memaparkan : “Aku beruntung tinggal di Bali, karena orangnya nrimo gitu, asal saya-nya juga tau diri aja dalam berperilaku, punya attitude yang baik dan gak ngrugiin orang lain. Alhamdulillah sampe saat ini saya diterima orang-orang sini”

Menurut Ryff, (1995) individu dengan kesejahteraan psikologis yang baik memiliki penguasaan lingkungan yang tinggi, memiliki rasa menguasai, berkompetensi dalam mengatur lingkungan, mampu mengontrol kegiatan eksternal yang kompleks, menggunakan kesempatan yang ditawarkan lingkungan secara efektif dan mampu memilih dan menciptakan konteks lingkungan yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai pribadinya.

Tujuan Hidup (Purpose in Life)

Pada Subyek 2 dan 3, mereka memiliki pandangan akan tujuan hidup mereka, untuk dapat membangun image transgender yang positif, dengan membuka peluang kerja bagi orang lain dan melakukan kampanye kesehatan untuk komunitas LGBT. Menurut mereka, tujuan hidup mereka adalah untuk dapat membantu sesama. Berbeda pada pandangan subyek 1, lebih nrimo saat ini, sebab menurutnya ia kondisi saat ini adalah tujuan akhirnya, seperti yang dipaparkannya : “Nrimo wae mas, sekarang tu saya udah seneng, karena untuk jadi seperti ini tu prosesnya panjang, butuh korban waktu, tenaga, pikiran dan duit yang ga sedikit. Sekarang sudah berubah, dan aku udah punya lakik yang jadi suami aku, mau harapin apa lagi? Apa meh punya anak? Kan ga mungkin, hehehehe (sambal ia tertawa)”.

Menurut Ryff, (1995) Individu yang memiliki rasa keterarahan dalam hidup memiliki rasa keberartian pada kehidupan saat ini dan masa lalu, memegang kepercayaan yang

memberikan tujuan hidup dan mempunyai target yang ingin dicapai dalam hidup dapat dikatakan mempunyai dimensi tujuan hidup yang baik sebaliknya

Pertumbuhan Pribadi (Personal Growth)

Dari ketiga Subyek, pada dimensi pertumbuhan pribadi, Subyek 2 lebih merasa tidak pernah puas dengan kehidupan saat ini. Ia memulai bekerja sebagai seorang staff di sebuah perusahaan multinasional. Ia mulai mengikuti kursus-kursus tentang kecantikan, ia memulai usaha tersebut hingga memiliki beberapa anak buah. Tidak berhenti pada usaha kecantikan, ia juga mencoba bisnis kuliner dari ketrampilannya memasak masakan western food. Berikut paparannya : “Saya tuh orangnya ga pernah puas mas, dalam arti hal yang positif. Saya udah kerja, trus punya usaha kecantikan sama kuliner, tapi aku sampe sekarang tu ikut-ikut kursus kecantikan yang lain biar bisa nambah menu di usahaku yang sekarang. Aku nambah usaha spa dan skin care, jadi aku ga suka monoton, pengennya tu lebih terus ketrampilanku”.

Subyek 3 juga merasa perlu untuk terus berkembang, untuk mengaktualisasikan dirinya saat ini, ia yakin memiliki potensi yang besar sebagai seorang Brand Ambassador di produk skin care ternama di Indonesia, seperti yang dipaparkan : “Aku tu ngrasa multitalent mas, kerjaan apa aja aku tu suka, cuman sekarang tu aku lebih belajar ke public speaking, attitude aku di panggung, pengaturan suara, audience management, kepribadian, gitu-gitu. Aku suka ngomong dan jadi perhatian gitu, apalagi sekarang kan aku ketemu banyak orang, jadi selain nambah relasi dengan orang lain, aku harus nambah skill buat bekal aku ke depannya”.

Berbeda dengan Subyek 2 dan 3, saat ini Subyek 1 merasa stagnan dengan kondisinya saat ini, ia merasa nrimo dan tidak tertarik dengan hal-hal yang baru. Meskipun ia sudah berkeluarga dan memiliki usaha di bidang MUA, namun ia cukup menjalani kehidupannya saat ini tanpa melakukan pengembangan, seperti yang dipaparkannya : “Aku udah cukupan mas, ketrampilanku udah cukup, ya paling saya ajarin orang-orang lain aja gratis. Tapi aku udah males kalo kursus lagi, udah tua juga, pengen menikmati aja sekarang ini”.

Menurut Ryff, (1995). Seseorang yang baik dalam dimensi pertumbuhan pribadi akan mempunyai perasaan untuk terus berkembang, melihat diri sendiri sebagai sesuatu yang bertumbuh, menyadari potensi yang terdapat di dalam dirinya, dan mampu melihat peningkatan dalam diri dan tingkah laku dari waktu ke waktu. Sebaliknya, seseorang yang kurang baik dalam dimensi pertumbuhan pribadi akan menampilkan ketidakmampuan untuk mengembangkan sikap dan tingkah laku baru, mempunyai perasaan bahwa ia adalah seorang pribadi yang stagnan, dan tidak tertarik dengan kehidupan yang dijalani.

Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis dalam pembahasan, maka kesimpulan yang diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Ketiga subyek memiliki masalah identitas seksual dari kecil, mereka mulai merasakan diri mereka berbeda dengan jenis kelamin biologis lahir mereka, dan lebih menyukai dengan aksesoris perempuan.
2. Ketiga subyek mampu menerima diri apa adanya, mereka memiliki pandangan positif tentang diri mereka sendiri dan kehidupan yang dijalani.
3. Ketiga subyek mampu membina hubungan interpersonal yang baik. Hubungan ini menunjukkan bahwa mereka memiliki perhatian terhadap kesejahteraan orang lain, mampu berempati, menyayangi, menjalin keintiman dengan orang lain, memahami konsep memberi dan menerima dalam sebuah hubungan. Ketiga subyek mampu menjalin relationship dengan pasangan mereka masing-masing dengan membuka identitas awal mereka. Pada hubungan keluarga, Subyek 1 dan 2 diterima dan didukung oleh keluarganya dan bahkan keluarga pasangannya. Berbeda dengan Subyek 3, ia masih berusaha meyakinkan ayahnya untuk dapat menerimanya, tetapi ia tetap memberikan perhatiannya sebagai seorang anak.
4. Ketiga subyek memiliki kemampuan untuk menentukan diri sendiri, dan mampu mengatur tingkah laku sendiri tanpa adanya kendali dari orang lain. Mereka mampu membuat perencanaan dan mengambil keputusan tanpa bergantung pada orang lain. Ketiga subyek memiliki usaha dan karir yang baik.

5. Ketiga subyek memiliki penguasaan lingkungan yang baik. Mereka dapat memilih dan menciptakan lingkungan yang sesuai dengan kondisinya saat ini. Mereka mampu berkompetisi, mengontrol kegiatan, dan menggunakan kesempatan secara efektif. Ketiga subyek diterima di lingkungan sosialnya; baik di lingkungan rumah, pekerjaan, bisnis dan pertemanannya.

6. Subyek 2 dan 3 memiliki keyakinan pada tujuan hidup, mereka merasa berarti sehingga mereka memiliki tujuan untuk dapat membantu dan memberikan dampak baik bagi sesamanya. Mereka aktif dalam kegiatan pengembangan bisnis dan komunitasnya. Subyek 1 memberikan respon yang pasrah apapun yang akan terjadi pada kehidupannya, ia merasa sudah mencapai tujuan-tujuannya.

7. Subyek 2 dan 3 mampu mengembangkan potensi dalam diri mereka, sehingga mereka melihat diri mereka perlu untuk terus bertumbuh, menyadari potensi dalam diri mereka dan mampu melihat peningkatan dalam diri mereka, serta tingkah laku mereka dari waktu ke waktu. Berbeda pada Subyek 1, ia merasakan stagnan pada kehidupan saat ini dan enggan untuk melakukan pengembangan diri.

SARAN

1. Transgender informan

Disarankan untuk membuat perencanaan jangka panjang untuk masa depan, secara khusus kehidupan di hari tua, asuransi harta dan kesehatan. Hal tersebut berkaitan dengan bisnis yang saat ini dijalankan, waktu pensiun dan kelanggengan keluarga. Bagi transgender yang telah menikah, tidak ada salahnya ketika mengadopsi anak secara legal dengan mengajukan permohonan kepada Negara.

2. Pendidikan Awal

Pada Sekolah Dasar, merupakan institusi awal ketika masa kanak-kanak pertama kali mengenyam pendidikan selama 6 tahun, diharapkan pihak Sekolah lebih peka terhadap pertumbuhan dan perkembangan bagi para siswa. Screening masa kanak-kanak dirasa perlu untuk dilakukan untuk melakukan identifikasi, sosialisasi dan merawat adanya potensi individu transgender di tahun awal kehidupan seseorang.

3. Keluarga dan Kerabat

Adanya edukasi yang cukup tentang fenomena transgender ini, sehingga mereka dapat melihat dari banyak perspektif. Bagi transgender, penerimaan diri adalah proses yang panjang dan sulit, jika masih ditambah stigma dan diskriminasi oleh masyarakat, hal ini akan memperburuk keadaan. Dukungan sosial akan cukup berarti untuk transgender menghadapi krisis yang mereka hadapi.

4. Peneliti selanjutnya

- a. Pada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan significant others pada pasangan atau keluarganya, atau kerabat terdekat, sehingga dapat menyempurnakan penelitian yang sudah dilakukan.
- b. Pada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan tipe kepribadian melalui alat tes psikologi, untuk melihat perbedaan psychological well-being pada subyek, sehingga diharapkan hasilnya penelitian lebih optimal.
- c. Pada peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian secara langsung ketika sudah tidak pada masa pandemic COVID-19, sehingga pengumpulan data lebih optimal dan dapat melakukan observasi secara langsung terhadap subyek..

Daftar Pustaka

- Ariyanto & Triawan, R. (2012). Hak kerja waria tanggung jawab negara. Jakarta: Arus Pelangi.
- Barmawi, Silmi. (2016). Identifikasi Penyebab Transgender pada Waria di Banda Aceh. *Jurnal Psikoislamedia*.
- Compton, W.C. & Hoffman, E. (2013). *Positive Psychology: The Science of Happiness and Flourishing* (International Ed.). USA: Wadsworth.
- December 2015 • *American Psychologist* © 2015 American Psychological Association 0003-066X/15/\$12.00 Vol. 70, No. 9, 832–864 <http://dx.doi.org/10.1037/a0039906>
- Dede Oetomo dan Khanis Suvianita. 2014. "Hidup sebagai LGBT di Asia: Laporan Nasional Indonesia". Komunitas Nasional LGBT Indonesia.
- Diener, E. (2009). *The Science of well-being*. New York: Springer.
- Geneva: United Nations Development Programme; 2013. <http://www.undp.org/content/dam/undp/library/HiV-aids/governance%20of%20HiV%20Responses/trans%20Health%20&%20Human%20Rights.pdf>.

- Herdiansyah, H. (2014). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Keyes, Corey, Ryff. C. D, shmotikin, D., (2000). Optimizing well being: the empericala encounter of two tradition. *Journal of personality and social psychology*. (6) 1007-1022.
- Khoirunnisa, A., & Ratnaningsih, I., Z. (2017). Optimisme dan Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro. *Jurnal EMPATI*, vol. 5, no. 1, pp. 1-4
- Koeswinarno, (2005). *Hidup Sebagai Waria*, Yogyakarta: Lkis Pelangi Aksara
- Mboeik, P., N. & Purnomo, J.,Tj. (2017). Subjective well being pada waria di Pesantren Waria Al-Fattah. Skripsi. Fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga.
- Moleong Lexy J. 2005. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Moleong, Lexy. J. 2016. *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Nevid, Jeffrey S., Spencer. A. Rathus, dan Greene, Beverly. (2005). *Psikologi Abnormal*. Terjemahan Tim Psikologi Universitas Indonesia. Edisi Kelima. Jilid 1. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Ridwan, Yanuvianti, (2016). Studi Deskriptif mengenai psychological well-being pada waria di Kota Bandung. *Jurnal Prosiding Psikologi Universitas Islam Bandung*.
- Ryff, C.D (1989).Happines is everything, or is it? explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of personality and social psychology*, 57 (6), 1069-1081.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet.
- Susanti. (2012). Hubungan Harga Diri dan Psychological Well Being pada Wanita Lajang Ditinjau dari Bidang Pekerjaan. *Jurnal ilmiah Mahasiswa Universitas Surabaya*, I(I),1-8"
- Tahir, M. (2012). Determinants of Psychological Well-Being and Self-Esteem in Married and Unmarried Women. *Pakistan Journal of Clinical Psychology*, 11(2), 3-14