

GAMBARAN *BODY IMAGE*, *MINORITY STRESS*, DAN *GAY COMMUNITY STRESS* LAKI-LAKI HOMOSEKSUAL DI JAKARTA

Marcell Parmenas & Wieka Dyah Partasari

Fakultas Psikologi, Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya, Jakarta, Indonesia

Corresponding Author: marcellparmenas@gmail.com

ABSTRACT

This study explores the experiences of body image, minority stress, and gay community stress among homosexual men in Jakarta. Previous research suggests that homosexual men are more vulnerable to developing negative body image, with their sexual identity and involvement in the gay community creating additional layers of complexity in this process. Employing a qualitative approach with thematic analysis, data were gathered through semi-structured face-to-face interviews with four participants in their early twenties, all of whom identified as homosexual men over the age of 18 and represented diverse social backgrounds and community experiences. The findings show that body image formation is shaped by minority stress and gay community stress, both of which reinforce the idealization of masculinity. Minority stress stemmed from heteronormative cultural pressures that position masculinity as the normative ideal, while gay community stress originated within the community itself, where masculine bodies are often valued as the primary marker of social and sexual desirability. This dual pressure to appear masculine generated internal conflict which, when unmet, resulted in anxiety, feelings of undesirability, and negative self-evaluations about their physical appearances, further intensified by social media and dating applications. These findings highlight the importance of addressing the psychosocial experiences of homosexual men to inform more inclusive interventions.

Keywords: *body image, minority stress, gay community stress, homosexual men, Jakarta*

PENDAHULUAN

Body image (citra tubuh) adalah pengalaman psikologis multidimensional yang melibatkan persepsi, sikap, pikiran, kepercayaan, perasaan, dan perilaku terhadap tubuh individu (Cash, 2004; Cash, 2012; Grogan, 2021). Selama bertahun-tahun, banyak penelitian menunjukkan bahwa ketidakpuasan terhadap tubuh sering kali dikaitkan dengan berbagai macam tekanan psikologis seperti *low self esteem*, kecemasan, depresi, serta perilaku yang tidak sehat seperti diet ekstrem atau olahraga

berlebihan (He et al., 2020). *Body image* telah diakui sebagai topik penting dalam pembahasan kesehatan publik (Bucchianeri & Neumark-Sztainer dalam He et al., 2020). Meta analisis He et al. (2020) menunjukkan laki-laki homoseksual dan biseksual memiliki ketidakpuasan tubuh lebih tinggi dibanding heteroseksual. Orientasi seksual menjadi faktor yang memengaruhi *body image*, terutama dalam konteks masyarakat yang mungkin memiliki pandangan atau bias terhadap orientasi seksual tertentu (Grogan, 2021; He et al., 2020; Calzo et al., 2018).

Identitas minoritas membuat laki-laki homoseksual rentan terhadap stigma, diskriminasi, dan isolasi sosial. Laki-laki homoseksual kerap mengalami apa yang disebut *minority stress*, yaitu stres yang diakibatkan oleh pengalaman penolakan, marginalisasi, dan ketidakadilan sosial (Tan et al., 2021). Dalam konteks Indonesia, tekanan ini diperkuat oleh norma heteronormatif dan religius yang dominan (Imawati & Sulistyani, 2024; Aldi, 2025; Selamat, 2025). Berdasarkan *minority stress model* (Meyer dalam He et al., 2020), laki-laki homoseksual terdorong untuk menyesuaikan diri dengan budaya heteronormatif. Laki-laki homoseksual harus menghadapi stres yang berkaitan dengan stigma bahwa laki-laki homoseksual bertingkah laku seperti perempuan atau tidak maskulin. Akibatnya, laki-laki homoseksual akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan norma maskulinitas yang salah satunya adalah untuk memiliki penampilan fisik yang maskulin sebagai kompensasi (Pope et al. dalam He et al., 2020). Mahalik et al. (dalam Wong et al., 2017) mendefinisikan *conformity to masculine norms* sebagai kecenderungan untuk menyesuaikan diri dengan pandangan budaya terhadap maskulinitas.

Selain tekanan eksternal, laki-laki homoseksual juga mengalami tekanan dari dalam kelompok mereka sendiri, yakni *gay community stress* (Soulliard et al., 2023). *Gay-community stress theory* menjelaskan bahwa interaksi antar laki-laki homoseksual dapat menyebabkan tekanan terhadap *body image*. Teori ini menjelaskan bahwa ketergantungan pada laki-laki lain untuk hubungan sosial dan seksual menyebabkan

tekanan karena keberadaan penampilan pasangan yang ideal bagi laki-laki homoseksual, yakni berotot, ramping, tidak berbulu, dan atletis (Wood dalam Soulliard et al., 2023). Penelitian Soulliard et al.(2023) menemukan hubungan signifikan antara *gay community stress* dan ketidakpuasan tubuh.

Gay-community stress semakin sering tergambar jelas di media sosial dan aplikasi kencan daring. Syazwan dan Zhooriyati (2022) melakukan studi tentang *body dissatisfaction* pada laki-laki homoseksual di Malaysia dan standar tubuh dan penampilan pada media sosial. Tekanan ini kini semakin nyata di media sosial dan aplikasi kencan, di mana preferensi diskriminatif seperti “No fats, no femmes” (Levine, 2020) dan pengalaman *weight stigma*, *sexual objectification*, serta *social comparison* turut membentuk *body image* (Filice et al., 2019; Syazwan & Zhooriyati, 2022).

Mayoritas literatur tentang *body image* laki-laki homoseksual masih berpusat pada konteks Barat, sementara di Asia, khususnya Asia Tenggara, belum banyak diteliti. Mengingat pengaruh budaya, norma sosial, dan sikap terhadap seksualitas yang berbeda, penting untuk memahami bagaimana *body image* terbentuk dalam konteks non-Barat. Hal ini penting dalam upaya untuk mengembangkan intervensi terhadap masalah kesehatan mental terkait *body image* yang lebih sesuai dengan budaya Indonesia. Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi dinamika *body image*, *minority stress*, dan *gay community stress* pada laki-laki homoseksual di Jakarta.

METODE

Desain penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif karena sesuai dengan tujuan penelitian untuk mengeksplorasi dan memahami makna pengalaman partisipan dalam konteks nyata (Yin, 2016). Data dikumpulkan melalui *one-on-one interview*, yaitu wawancara individual di mana peneliti mengajukan pertanyaan dan merekam jawaban partisipan (Creswell, 2015).

Panduan wawancara disusun sesuai dengan kerangka konseptual sebagai berikut. *Body image* mengacu lima aspek dari Cash et al. (2004), yaitu *appearance evaluation*, *appearance orientation*, *body area satisfaction*, *overweight preoccupation*, dan *self-classified weight*. *Minority stress model* terdiri dari *distal stress* dan *proximal stress* dari Meyer (2003), Frost dan Meyer (2023) yang digunakan sebagai acuan. Adapun *gay community stress* mengacu pada konsep dari Pachankis et al. (2020) yang berfokus pada empat area (*sex*, *social status*, *social competition* dan *diversity exclusion*). Partisipan dipilih menggunakan *purposive sampling*, yaitu pemilihan secara sengaja berdasarkan karakteristik khusus dan spesifik dari populasi yang telah ditentukan (Babbie & Roberts, 2018).

Partisipan

Terdapat empat partisipan yang memenuhi karakteristik partisipan berikut: (1) partisipan mengakui dirinya sebagai laki-laki homoseksual, (2) partisipan berusia lebih dari 18 tahun, dan (3) partisipan berdomisili di Jakarta. Data detail terkait partisipan dapat

ditemukan di Tabel 1. Semua nama partisipan telah disamarkan.

Tabel 1

Wawancara Partisipan Penelitian

Partisipan	Tanggal	Durasi	Lokasi
Jeremi	27 Maret 2025	121 menit	e+e coffee & kitchen Semanggi
	10 April 2025	50 menit	e+e coffee & kitchen Semanggi
Ryan	11 April 2025	128 menit	Grand Indonesia
Leo	23 April 2025	113 menit	e+e coffee & kitchen Semanggi
Bagas	10 Mei 2025	118 menit	Gandaria City
	11 Juni 2025	50 menit	Gandaria City

Metode analisis data

Analisis data menggunakan *thematic analysis*, yaitu proses identifikasi pola atau tema dari transkrip wawancara melalui pengkodean dan pengelompokan (Willig, 2013; Braun & Clarke, 2006). Untuk menjaga kualitas dan meningkatkan validitas penelitian, peneliti melakukan *member checking* dengan meminta partisipan memverifikasi hasil analisis (Maxwell dalam Yin, 2016). Penelitian ini juga telah memperoleh *ethical clearance* dari Konsorsium Psikologi Ilmiah Nusantara (KPIN) pada 24 Maret 2025 setelah melalui evaluasi proposal, *informed consent*, dan panduan wawancara.

HASIL

Wawancara menghasilkan lima tema utama, yakni ketidakpuasan tubuh dan *body image* negatif, pengalaman interpersonal dalam pembentukan *body*, sosialisasi budaya dalam pembentukan *body image*, *minority stress* dan *body image*, dan *gay community stress* dan *body image*.

Ketidakpuasan tubuh dan body image negatif

Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh partisipan memiliki kecenderungan *body image* yang negatif. Tiga partisipan mengekspresikan ketidakpuasan terhadap tubuh yang dianggap terlalu gemuk atau berlemak.

"... Aku ngga suka bentuk badanku ...
Pas kebawah agak begini kaya agak gede di bawah gitu loh. ... terus kadang tuh bagian sini (perut) karena aku agak insecure gitu, celananya agak aku naikin gitu karena aku gasuka bagian bawahnya ... gasuka aja, kesannya not nice to see. Kaya bikin kesan gendut kali ya." (Jeremi)

Sementara itu, satu partisipan merasa dirinya terlalu kurus dan tidak proporsional dengan tingi badannya.

"Ga begitu suka sih karena menurut gua, gua belum mencapai body ideal yang gua pengenin... Mungkin berat badannya di range 65-70 kilo karena itu menurut gua ideal dengan tinggi gua sekarang yang cukup tinggi" (Bagas)

Appearance evaluation yang negatif tersebut disertai dengan *appearance orientation* yang tinggi, tercermin dari

perhatian besar terhadap penampilan melalui pemilihan pakaian, perawatan diri, olahraga, hingga pengaturan pola makan yang ketat. Variasi bentuk *overweight preoccupation* juga terlihat, baik dalam bentuk kekhawatiran akumulasi lemak maupun kegelisahan karena tubuh yang terlalu kurus.

Ketidakpuasan tersebut berhubungan langsung dengan keterlibatan emosional terhadap hasil usaha perbaikan tubuh. Jeremi dan Ryan menunjukkan reaksi emosional yang intens, seperti kecemasan, perasaan tidak pantas, dan penurunan harga diri ketika penampilan tidak sesuai keinginan. Leo dan Bagas memilih untuk segera fokus pada tindakan perbaikan. Temuan ini menegaskan bahwa seluruh partisipan memiliki evaluasi negatif terhadap tubuh dengan strategi *coping* yang berbeda.

Pengalaman interpersonal dalam pembentukan body image

Saat membahas ketidakpuasan terhadap tubuh mereka, para partisipan mengingat kembali pengalaman interpersonal pada masa lalu. Pengalaman interpersonal yang melibatkan komentar dan perlakuan yang diterima dari teman sebaya, keluarga, dan kerabat, baik positif maupun negatif, telah berkontribusi dalam membentuk *body image* partisipan. Hal ini selaras dengan faktor *interpresonal experience* yang dikemukakan Cash (2002), bahwa pengalaman interaksi sosial menjadi referensi utama dalam membentuk cara individu menilai tubuh sendiri.

Pengetahuan Bagas bahwa dirinya memiliki tubuh yang terlalu kurus datang dari komentar dari keluarganya yang

membedakan tubuhnya dengan saudara laki-laki lainnya.

"Kalau keluarga gamblang, to the point, '... Lu tuh terlalu kurus, nih kaya gini nih', dibandingin sama saudara lain. 'Cowok harusnya gemukan lagi, lebih keker.'" (Bagas)

Jeremi mengenang masa SMP saat diejek dan diucilkan karena obesitas, sehingga ia menjalani diet ekstrem yang mengubah citra dirinya di mata orang lain. Pengalaman itu menjadi tolok ukur penilaiannya terhadap penampilan fisik sampai sekarang. Kini, percakapan yang gagal berlanjut dalam aplikasi kencan membuatnya menafsirkan itu sebagai penolakan terhadap penampilannya.

Pengalaman interpersonal sebagai tolak ukur penilaian penampilan juga berlaku untuk Ryan yang menceritakan bahwa perasaan yang muncul ketika seseorang memberinya komplimen terhadap penampilannya hingga saat orang yang disukainya di aplikasi kencan tidak menyukainya balik menjadi kontributor utama fluktuasi pandangannya terhadap penampilannya.

"Whenever I interact with people in any way, those interactions tuh kaya fluctuates my body image. Ketika aku lagi di dating app, ada yang komplimen, naik. Ketika aku swipe ke right orang, dia swipe left aku, turun." (Ryan)

Leo mengungkapkan bahwa kelebihan berat badannya sudah melekat sejak lahir dan terus-menerus menjadi sorotan orang lain. Komentar seperti "Kamu terlalu gemuk, harus kuruskan badan, harus olahraga" berulang kali ia dengar hingga

sugesti tersebut tertanam kuat dalam benaknya.

"Kan, gemuk udah dari lahir, jadi kaya selalu, udah ada, dalem pikiran dari orang orang, 'Eh lu tuh terlalu gemuk, harus kurusin, harus olahraga.'" (Leo)

Sosialisasi budaya dalam pembentukan body image

Faktor *cultural socialization* yang dicetuskan Cash (2002) juga berkontribusi dalam pembentukan *body image*. Keempat partisipan menunjukkan paparan terhadap berbagai bentuk standar sosial yang berlaku mengenai tubuh ideal, meskipun dalam aspek yang berbeda-beda. Jeremi merasa bahwa warna kulitnya yang cenderung berwarna gelap tidak sesuai dengan standar kecantikan di Indonesia yang mengidealkan kulit cerah.

"... Kalo standar kecantikan Indonesia pertama ya, kalo misalnya yang dari dulu itu pasti warna kulit.makin putih makin cakep. Itu yang pertama aku insecure karena aku lumayan dark skin ya." (Jeremi)

Ryan merasakan tekanan untuk menyesuaikan dengan kategori-kategori sosial tertentu agar dapat diterima dan dianggap menarik.

"... I feel the need to categorize myself. I feel the need to ngerasa aku harus fit into these, one of these boxes. Karena ketika aku ga fit into these boxes, dipikranku susah untuk orang suka sama aku. I feel like im not desirable ... I feel like, 99% of people in the world wouldn't like me, wouldn't think i'm attractive. People

sukanya either twink, atau masculine men, chindo gitu.” (Ryan)

Lebih jauh lagi, standar budaya terkait tubuh juga muncul dalam konteks profesional. Bagas mengungkapkan kekhawatiran yang besar terhadap tubuhnya yang terlalu kurus, karena pengalaman gagal bekerja di sebuah maskapai penerbangan akibat berat badan yang tidak mencapai ambang batas minimum.

“Pas masuk kuliah gua merasa menemukan, memprioritaskan penampilan karena gua melihat di dunia hospitality, di lingkup perkuliahan, pekerjaan gua itu sangat attention to penampilan.” (Bagas)

Penolakan ini memperkuat persepsi negatifnya terhadap tubuh dan meningkatkan tekanan internal untuk menambah berat badan. Dari temuan ini, terlihat bahwa perhatian terhadap penampilan bukan hanya dimotivasi oleh dorongan personal, tetapi juga sebagai respons terhadap tekanan sosial yang telah berulang kali mereka alami.

Minority stress dan body image

Dalam membahas *body image* laki-laki homoseksual, identitas minoritas mereka perlu diperhatikan karena *minority stress* memberi warna khusus pada proses pembentukan citra tubuh. Keempat partisipan mengalami *distal stress* berupa diskriminasi, ejekan, hingga kekerasan, tidak hanya karena orientasi seksual tetapi juga ekspresi gender yang dianggap menyimpang dari stereotip maskulinitas. Ekspresi feminin, seperti intonasi suara halus, gestur tertentu, atau preferensi yang dilekatkan pada perempuan,

kerap menandai mereka sebagai “berbeda” dan memicu pengucilan.

“Some people makes comments, people yang gak gitu dekat sama gue, make fun of my the way I talk. Kaya, 'Th ngomongnya kaya cewek ya.' Sama tiap kali gue call orang, call customer service, grab, what ever, selalu dipanggil mba. Selalu, every single time. I'm okay with that, ngga yang kaya gimana, tapi ya...” (Ryan)

“Itu pas dulu pas SMP, gara gara ya itu kan, flamboyan. Cuman orang-orang ini tuh sampe kaya bikin group chat gitu, isinya yang gasuka gue mereka bikin group chat ... Terus ... dulu gue suka nonton video masak, gue nunjukin temen gue, terus mereka liat dari belakang, terus komen lah, 'apa sih masak masak lu kaya bencong.’” (Leo)

Untuk menghindari perlakuan diskriminatif, partisipan cenderung menginternalisasi budaya heteronormatif dengan cara menyesuaikan penampilan agar tampak lebih maskulin. Mereka secara aktif memantau gaya berpakaian, bicara, hingga gestur tubuh agar dapat *straight passing*, serta berupaya membentuk tubuh berotot dan tidak feminin.

“I use my deeper voice, jalannya kaya, very ultra maximum self-conscious. Always thinking how people perceive how I talk, how I walk segala macem ... I look straight passing karena gue takutnya ketika gue ga masculine enough, ketika gue ga straight passing enough, they have reason to reject me.” (Ryan)

"Paling kalo ketemu orang baru, suaranya agak diberatin ... Kaya full instinct aja. Kaya ni orang, mungkin first impression, ni keliatannya terlalu cowo cishet, atau orang orang, biasanya ke cowo sih. Kalo ketemu, harus disesuaikan." (Leo)

Bagas memandang femininitas dan homoseksualitas pada laki-laki sebagai sesuatu yang menyimpang sebagai bagian dari pemahamannya mengenai bagaimana mayoritas orang-orang di lingkungan sosial memandang laki-laki homoseksual. Meskipun ia tidak merasa tertekan untuk menyembunyikan femininitas, sikap ini justru mencerminkan tingginya *internalized stigma* yang ia miliki.

"Menurutku walaupun kita bebas berekspresi, balik lagi kita di negara yang punya norma. Sebagaimana yang dikodratkannya aja gitu, kita sebagai laki-laki seksualitasnya aja udah menyimpang, tapi kepribadiannya juga menyimpang ..." (Bagas)

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *minority stress* yang dialami partisipan lebih banyak tercermin pada upaya memodifikasi perawakan dan penampilan agar tampak maskulin, dibandingkan pada bentuk fisik itu sendiri. Strategi seperti pemilihan pakaian, potongan rambut, gaya berbicara, serta gestur tubuh ditujukan untuk menghindari stereotip femininitas yang kerap dilekatkan pada laki-laki homoseksual. Dengan demikian, meskipun tidak berfokus pada perubahan tubuh fisik, pengalaman partisipan tetap berkaitan dengan *body image* dalam dimensi cara tubuh dipresentasikan,

dimaknai, dan dievaluasi dalam konteks sosial.

Gay community stress dan body image

Partisipan menyadari adanya standar tubuh maskulin, yakni berotot, ramping, dan proporsional, yang mendominasi komunitas gay. Tekanan ini sejalan dengan konsep *focus on sex* (Pachankis et al., 2020), di mana daya tarik seksual menentukan penerimaan sosial, romantis, hingga seksual. Jeremi, Ryan, dan Leo merasa belum "layak" diterima selama tubuh mereka tidak sesuai standar.

"Gue punya ada rasa kaya pengen badan yang berotot gitu kan ... Seberapa besar peran komunitas terhadap view ku tentang penampilan fisik paling gede di body." (Jeremi)

"Dulu kan ga pacaran, namanya juga talking stage, PDKT, pasti anxious lah, nih orang ngechat orang lain ga ya, gue bisa ga ya jadian sama dia. Jadi anxious I hate it, I hate those periods of my life where I'm constantly questioning my worth, my appearance, karena takut ditolak cowok." (Ryan)

Dominasi maskulinitas juga membentuk hierarki internal komunitas (*focus on social status*), yang menempatkan tubuh maskulin sebagai lebih bernilai, sementara ekspresi feminin atau tubuh *overweight* dipandang rendah. Dalam komunitas, hadir kategori subkultural seperti *twink*, *otter*, dan *bear* yang memperlihatkan bahwa preferensi tubuh laki-laki homoseksual bervariasi. Namun, alih-alih membuka ruang keberagaman, label-label tersebut kerap memperkuat ekspektasi

tertentu dan menciptakan eksklusi terhadap tubuh yang dianggap tidak sesuai.

"Oh, of course, roles, like top, bottom, verse, side. Masculine, feminine juga kan. Masculine usually more desirable. Menurut gue, itu yang somehow paling penting." (Ryan)

"... Terus sifatnya, kebanyakan maunya masc for masc ..." (Leo)

Media sosial dan aplikasi kencan semakin memperkuat tekanan ini melalui perbandingan sosial dan validasi eksternal. Minimnya respons ditafsirkan sebagai tanda tubuh belum sesuai ekspektasi komunitas. Proses ini sejalan dengan *focus on diversity exclusion* (Pachankis et al., 2020), di mana variasi tubuh di luar konsep ideal pada komunitas laki-laki homoseksual kurang mendapat penerimaan. Melalui pengalaman interpersonal dan *cultural socialization*, partisipan menyerap nilai bahwa tubuh maskulin-berotot adalah bentuk tubuh yang "pantas" atau "diinginkan." Tekanan inilah yang kemudian terinternalisasi dan berkontribusi langsung pada terbentuknya *body image* yang negatif.

DISKUSI

Berdasarkan hasil analisis, seluruh partisipan menunjukkan kecenderungan *body image* negatif. Mereka merasa tidak puas dengan bentuk tubuh, baik karena dianggap terlalu gemuk maupun terlalu kurus. Faktor *interpersonal experience* dan *cultural socialization*, seperti komentar dari lingkungan, tuntutan profesional, dan paparan standar tubuh ideal, menjadi pemicu utama. Dalam usaha menyesuaikan diri dengan standar tersebut, partisipan

menempuh berbagai strategi coping seperti diet, olahraga, hingga perawatan tubuh, namun ketika gagal, mereka merasakan emosi negatif. Hal ini selaras dengan temuan He et al. (2020) tentang munculnya kecemasan, rasa tidak diinginkan, dan diet ekstrem.

Dalam konteks minoritas seksual, penelitian ini menegaskan bahwa pembentukan *body image* laki-laki homoseksual sangat dipengaruhi oleh *minority stress*. Tekanan berupa pengucilan dan diskriminasi menimbulkan *internalized stigma* yang mendorong partisipan untuk tampil lebih maskulin agar sesuai dengan norma heteronormatif. Strategi *straight-passing* yaitu upaya partisipan untuk menampilkan citra sebagai laki-laki heteroseksual, dengan membentuk tubuh maskulin, yakni tubuh yang berisi, berotot, dan tidak menunjukkan ciri-ciri feminin, menjadi strategi *coping* untuk menghindari penolakan, meski menimbulkan kecemasan jika tidak berhasil. Penemuan ini sejalan dengan Kimmel dan Mahalik (2005) serta Brewster et al. (2017) mengenai kaitan stigma internal dan ketidakpuasan tubuh.

Minority stress yang dialami melalui ejekan terkait ekspresi gender, tekanan untuk menyembunyikan orientasi seksual, hingga pelecehan verbal maupun fisik memengaruhi cara partisipan memperlakukan penampilannya. Norma heteronormatif yang menekankan maskulinitas semakin memperkuat standar tubuh laki-laki ideal. Sosialisasi ini membuat partisipan menilai tubuh berdasarkan simbol maskulinitas, seperti tinggi badan, otot, dan cara berpakaian.

Selain dari masyarakat umum, komunitas gay juga menjadi sumber tekanan tersendiri. Standar tubuh maskulin yang beragam, seperti berotot, ramping, dan proporsional, dianggap sebagai syarat penerimaan sosial maupun seksual. Partisipan merasa kelayakan mereka dalam hubungan sosial, romantis, maupun seksual bergantung pada penampilan. Temuan ini konsisten dengan Soulliard et al. (2020) yang menyoroti perbandingan sosial internal dalam komunitas gay, yang menimbulkan perasaan tidak cukup dan tidak diinginkan.

Meski terdapat keragaman tipe tubuh yang diidealkan, seperti *twink*, *bear*, atau *otter*, tubuh maskulin tetap mendominasi narasi utama dalam komunitas gay. Keberagaman ini memberi potensi inklusivitas, namun standar tubuh ramping dan berotot tetap dianggap paling layak, sehingga bentuk tubuh lain terpinggirkan. Konsekuensinya, tekanan terhadap laki-laki homoseksual tetap berfokus pada satu standar dominan yang sulit dicapai.

Temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa *gay community stress* berperan berkesinambungan dalam pembentukan *body image*. Interaksi interpersonal dalam komunitas sehari-hari menjadi saluran internalisasi standar tubuh. Sosialisasi budaya komunitas gay juga memperkuat ekspektasi estetika, yang direproduksi melalui unggahan visual dan pola preferensi hubungan.

Penelitian ini memberikan kontribusi bagi literatur psikologi LGBTQ+ di Indonesia. Pertama, temuan mendukung teori *minority stress* (Frost & Meyer, 2023; Meyer, 2003) di mana *minority stress* menjadi faktor yang memengaruhi terbentuknya *body image*

negatif pada laki-laki homoseksual. Kedua, penelitian ini juga menjelaskan mengenai *gay community stress* sebagai faktor dari dalam komunitas gay itu sendiri, bersama-sama dengan *minority stress* menjadi faktor yang memengaruhi munculnya *body image* yang negatif. Ketiga, studi ini menyoroti pengalaman laki-laki homoseksual di Jakarta yang menjadi pusat interaksi norma global dan lokal, di satu sisi terpapar informasi global melalui media sosial, di sisi lain menghadapi nilai-nilai norma dan budaya lokal. Dengan demikian, penelitian menegaskan pentingnya pendekatan kontekstual dan interseksional dalam memahami pengalaman LGBTQ+ di Indonesia.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan *thematic analysis*. Pendekatan ini mampu menangkap makna subjektif dari pengalaman hidup partisipan dalam kaitannya dengan identitas seksual dan tubuh, sekaligus memberikan fleksibilitas dalam mengelompokkan data ke dalam tema-tema bermakna. Fokus pada laki-laki homoseksual di Indonesia dapat memperkaya literatur LGBTQ+ dan membuka peluang bagi profesional kesehatan mental untuk memahami isu-isu spesifik yang dialami kelompok ini.

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, partisipan cenderung homogen, yaitu laki-laki homoseksual di rentang usia muda dengan latar urban, sehingga penelitian ini kurang merepresentasikan keragaman pengalaman dalam konteks lain. Selain itu, penggunaan istilah “laki-laki homoseksual” bersifat operasional, lebih merujuk pada perilaku seksual dibandingkan identitas yang

dimaknai secara subjektif. Hal ini berpotensi menimbulkan disonansi dalam konteks Indonesia yang majemuk, di mana ekspresi seksualitas tidak selalu sejalan dengan label atau terminologi Barat.

DAFTAR PUSTAKA

- Aldi, N. (2025, 19 Juli). Diduga promosikan LGBT, MUI tolak konser Honne di Medan. *Detik*.
<https://www.detik.com/sumut/berita/d-8019584/diduga-promosikan-lgbt-mui-tolak-konser-honne-di-medan>
- Babbie, E., & Roberts, L. W. (2018). *Fundamentals of social research* (4rd ed.). Nelson Education.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(77101).
- Brewster, M. E., Sandil, R., DeBlaere, C., Breslow, A., & Eklund, A. (2017). "Do you even lift, bro?" Objectification, minority stress, and body image concerns for sexual minority men. *Psychology of Men & Masculinity*, 18(2), 87–98.
<https://doi.org/10.1037/men0000043>
- Cash, T. F. (2002). Cognitive behavioral perspectives on body image. Dalam T. F. Cash & T. Pruzinsky (Ed.), *Body image: A handbook of theory, research, and clinical practice* (hlm. 14–38). Guilford Press.
- Cash, T. F. (2004). Body image: past, present, and future. *Body Image*, 1(1), 1–5. [https://doi.org/10.1016/S1740-1445\(03\)00011-1](https://doi.org/10.1016/S1740-1445(03)00011-1)
- Cash, T. F. (Ed.). (2012). *Encyclopedia of body image and human appearance* (Vols. 1–2). Elsevier.
- Calzo, J. P., Austin, S. B., & Micali, N. (2018). Sexual orientation disparities in eating disorder symptoms among adolescent boys and girls in the UK. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 27(11), 1483–1490.
<https://doi.org/10.1007/s00787-018-1145-9>
- Creswell, J. (2015). *Educational research: Planning, conducting, and evaluating quantitative and qualitative research* (5th ed.). Pearson.
- Filice, E., Raffoul, A., Meyer, S. B., & Neiterman, E. (2019). The influence of Grindr, a geosocial networking application, on bodyimage in gay, bisexual and other men who have sex with men: An exploratory study. *Body Image*, 31(2019), 59–70.
<https://doi.org/10.1016/j.bodyim.2019.08.007>
- Frost, D. M., & Meyer, I. H. (2023). Minority stress theory: Application, critique, and continued relevance. *Current opinion in psychology*, 51, 101579.
<https://doi.org/10.1016/j.copsy.2023.101579>
- Grogan, S. (2021). *Body image : Understanding body dissatisfaction in men, women and children* (4th ed.). Routledge.
- He, J., Sun, S., Lin, Z., & Fan, X. (2020). Body dissatisfaction and sexual orientations: A quantitative synthesis of 30 years research findings. *Clinical Psychology Review*, 81(101896).
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2020.101896>
- Imawati, D., & Sulistyani, N. W. (2024). Gambaran kesejahteraan psikologis pada pria dewasa awal dengan orientasi seksual homoseksual. *MARAS: Jurnal Penelitian Multidisiplin*, 2(2), 904–912.
<https://doi.org/10.60126/maras.v2i2.301>

- Kimmel, S. B., & Mahalik, J. R. (2005). Body image concerns of gay men: The roles of minority stress and conformity to masculine norms. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 73(6), 1185–1190. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.73.6.1185>
- Levine, N. (2020, Januari 27). Why body image issues pervade the gay community. *GQ*. <https://www.gq.com/story/why-body-image-issues-pervade-the-gay-community>
- Meyer, I. H. (2003). Prejudice, social stress, and mental health in lesbian, gay, and bisexual populations: Conceptual issues and research evidence. *Psychological Bulletin*, 129(5), 674–697. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.5.674>
- Pachankis, J. E., Clark, K. A., Burton, C. L., White Hughto, J. M., Bränström, R., & Keene, D. E. (2020). Sex, status, competition, and exclusion: Intraminority stress from within the gay community and gay and bisexual men's mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 119, 713–740. <https://doi.org/10.1037/pspp0000282>
- Tan, R. K. J., Yang, D. W. J., Le, D., Tan, A., Tyler, A., Tan, C., Kwok, C., Banerjee, S., & Wong, M. L. (2021). Minority statuses and mental health outcomes among young gay, bisexual and queer men in Singapore. *Journal of LGBT Youth*, 20(1), 198–215. <https://doi.org/10.1080/19361653.2021.1940414>
- Selamet, I. (2025). Siswa terindikasi LGBT di Cianjur juga bakal dikirim ke barak. *Detik*. <https://www.detik.com/jabar/berita/d-7895955/siswa-terindikasi-lgbt-di-cianjur-juga-bakal-dikirim-ke-barak>
- Soulliard, Z. A., Lattanner, M. R., & Pachankis, J. E. (2023). Pressure from within: Gay-community stress and body dissatisfaction among sexual-minority men. *Clinical Psychological Science*, 12(4), 607–624. <https://doi.org/10.1177/21677026231186789>
- Syazwan, N., & Zhooriyati, S. M. (2022). Body dissatisfaction among Malaysian gay men through beauty standard expectations for body image on social media. *Asian Journal of Behavioural Sciences*, 3(4), 79–87. <https://doi.org/10.55057/ajbs.2022.3.4.8>
- Willig, C. (2013). *Introducing qualitative research in psychology* (3rd ed.). Open University Press.
- Wong, Y. J., Ho, M. R., Wang, S. Y., & Miller, I. S. (2017). Meta-analyses of the relationship between conformity to masculine norms and mental health-related outcomes. *Journal of counseling psychology*, 64(1), 80–93. <https://doi.org/10.1037/cou0000176>
- Yin, R. K. (2016). *Qualitative research from start to finish*. Guilford Press.