



**HUBUNGAN ANTARA *MASKULIN GENDER ROLE* DENGAN  
EKSPRESI EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI**

**Skripsi**

Oleh :

**Susan**

**NIM: 30902200215**

**PROGAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG  
2025**



**HUBUNGAN ANTARA *MASKULIN GENDER ROLE* DENGAN  
EKSPRESI EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI**

Skripsi



Oleh :

Susan

NIM: 30902200215

**PROGAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG  
SEMARANG**

2025

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini, dengan sebenarnya menyatakan bahwa skripsi ini Saya susun tanpa tindakan plagiarisme sesuai dengan ketentuan yang berlaku di Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Jika dikemudian hari ternyata Saya melakukan tindakan plagiarisme, Saya bertanggung jawab sepenuhnya dan bersedia menerima sanksi yang dijatuhkan oleh Universitas Islam Sultan Agung Semarang kepada saya.

Mengetahui  
Wakil Dekan I,



Dr. Hj. Sri Wahyuni, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Kep. Mat  
NUPTK 9941753654230092

Peneliti,



METRAH  
TEMPER  
BANDU 1975/90

Susan  
NIM: 30902200215

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**Skripsi berjudul :**

**HUBUNGAN ANTARA *MASCULIN GENDER ROLE* DENGAN  
EKSPRESI EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

Nama : Susan

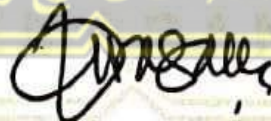
NIM : 30902200215

Telah disahkan dan disetujui oleh Pembimbing pada :

Pembimbing I

Tanggal : 4 Juni 2025

UNISSULA  
جامعة سلطان أبوبوع الإسلامية



Dr. Wahyu Endang S. SKM., M.Kep.

NIDN. 0612077404

**HALAMAN PENGESAHAN**

Skripsi berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA *MASKULIN GENDER ROLE* DENGAN EKSPRESI  
EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI**

Dipersiapkan dan disusun oleh :

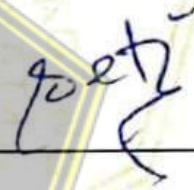
Nama : Susan

NIM : 30902200215

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada tanggal \_\_\_\_\_ dan  
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Penguji I

Ns. Betie Febriana, S.Kep., M.Kep  
NUPTK: 5555766667230222



Penguji II

Dr. Wahyu Endang Setyowati, S.KM., M.Kep  
NUPTK: 5044752653230153



Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan



Dr. Iwan Ardian, S.KM., S.Kep., M.Kep  
NUPTK. 1154752653130093

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**  
**FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN**  
**UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG**  
**Skripsi, November 2025**

**ABSTRAK**

Susan

**HUBUNGAN ANTARA *MASKULIN GENDER ROLE* DENGAN EKSPRESI EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI**

80 hal + 5 Tabel + 7 Lampiran

**Latar Belakang:** Remaja laki-laki berada pada fase perkembangan krusial dan dihadapkan pada norma sosial yang dikenal sebagai *Maskulin Gender Role*. Peran gender ini sering kali menuntut laki-laki untuk menampilkan kekuatan, ketahanan, dan *Restrictive Emotionality* (pembatasan ekspresi emosi). Tuntutan untuk menahan diri dalam mengekspresikan perasaan secara berlebihan, karena dianggap akan mengurangi maskulinitas, dapat menghambat perkembangan emosional mereka. Dalam konteks keperawatan, pemahaman terhadap hubungan ini penting untuk mendukung kesehatan mental dan mempromosikan ekspresi emosional yang sehat pada remaja laki-laki. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki.

**Metode:** Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Subjek penelitian adalah remaja laki-laki di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 304 responden. Uji bivariat untuk menganalisis hubungan antar variabel menggunakan analisis korelasi Spearman Rank.

**Hasil:** Berdasarkan hasil analisis korelasi Spearman Rank, diperoleh nilai korelasi ( $r$ ) sebesar  $-0.968$  dengan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar  $p < 0.01$ . Hasil ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Arah hubungan yang negatif menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat maskulin gender role yang dimiliki oleh remaja laki-laki, maka semakin rendah tingkat ekspresi emosional yang ditunjukkan. Hipotesis penelitian ( $H_1$ ) diterima.

**Simpulan:** Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Semakin tinggi internalisasi nilai-nilai maskulinitas yang kaku, semakin rendah kemampuan remaja laki-laki dalam mengenali dan mengekspresikan emosi secara sehat.

**Kata kunci:** *Maskulin Gender Role*, Ekspresi Emosional, Remaja Laki-Laki.

**BACHELOR OF SCIENCE IN NURSING**  
**FACULTY OF NURSING SCIENCE**  
**SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY SEMARANG**  
*Undergraduate Thesis, November 2025*

**ABSTRACT**

Susan

**THE RELATIONSHIP BETWEEN MASCULINE GENDER ROLE AND  
EMOTIONAL EXPRESSION IN ADOLESCENT MALES**

*80 pages + 5 Tables + 7 Appendices*

**Background:** Adolescent males are in a crucial developmental phase and are faced with social norms known as the Masculine Gender Role. This gender role often demands men to display strength, resilience, and Restrictive Emotionality (the limitation of emotional expression). The pressure to refrain from expressing feelings excessively, as it is often perceived to diminish masculinity, can hinder their emotional development. In the context of nursing, understanding this relationship is important to support mental health and promote healthy emotional expression in adolescent males. Therefore, this study was conducted to analyze the relationship between masculine gender role and emotional expression in adolescent males.

**Method:** The type of research used was quantitative research with a cross-sectional design. The subjects of the study were adolescent males at SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang. The sample size in this study was 304 respondents. The bivariate test used to analyze the relationship between variables was the Spearman Rank correlation analysis.

**Results:** Based on the Spearman Rank correlation analysis, a correlation coefficient ( $r$ ) of -0.968 was obtained with a significance value ( $p$ ) of  $p < 0.01$ . This result indicates a very strong and significant negative relationship between masculine gender role and emotional expression in adolescent males. The negative direction of the relationship shows that the higher the level of masculine gender role internalized by adolescent males, the lower the level of emotional expression demonstrated. The research hypothesis ( $H_1$ ) is accepted.

**Conclusion:** There is a significant negative relationship between masculine gender role and emotional expression in adolescent males. The higher the internalization of rigid masculine values, the lower the ability of adolescent males to recognize and express emotions healthily.

**Keywords:** Masculine Gender Role, Emotional Expression, Adolescent Males.

## KATA PENGANTAR

Assalam'ualaikum Wr. Wb Puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN ANTARA MASKULIN GENDER ROLE DENGAN EKSPRESI EMOSIONAL PADA REMAJA LAKI-LAKI”** dengan sebaik – baiknya. Shalawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada junjungan kita Nabi Muhammad SAW. Dalam penyusunan proposal penelitian ini, penulis menyadari sepenuhnya bahwa penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran yang bermanfaat dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih pada :

1. Prof. Dr. Gunarto S.H. M.Hum Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr.Iwan Ardian, S.KM, M.Kep, Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Dr. Ns. Dwi Retno Sulistyarningsih, M.Kep.,Sp.Kep.MB, selaku Kaprodi S1 fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
4. Dr. Wahyu Endang Setyowati, SKM, M.Kep pembimbing pertama yang telah sabar meluangkan waktu serta tenaganya dalam memberikan bimbingan, ilmu dan nasihat yang sangat berharga, serta memberikan pelajaran buat saya tentang arti sebuah usaha, pengorbanan, iklas, tawakal dan kesabaran yang akan membuahkan hasil yang bagus pada akhir penyususunan penelitian ini.



5. Ns. Betie Febriana, M. Kep selaku dosen penguji terimakasih untuk kesabaran dan waktunya bagi peneliti.
6. Orangtua saya, kepada ayah dan ibu saya yang telah banyak memberikan bantuan doa, selalu menyemangati, serta memberikan dorongan dan perhatian kepada saya selama ini, tiada cinta dan kasih yang melebihi ayah dan ibu.
7. Teman-teman departemen jiwa yang selalu memberi dukungan untuk berjuang bersama.
8. Teman-teman S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Keperawatan 2019 yang saling mendoakan, membantu, mendukung, menyemangati serta tidak lelah untuk berjuang bersama
9. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu atas segala dukungan, semangat, ilmu dan pengalaman yang diberikan.

Penulis menyadari bahwa didalam penulisan laporan ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh karena itu kritik dan saran sangat diharapkan untuk mencapai hasil yang lebih baik.

*Wassalamu'alaikum Wr. Wb.*

Semarang, 7 Juni 2025  
Penulis

Susan

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PERSETUJUAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
HALAMAN PENGESAHAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
ABSTRAK.....	v
<i>ABSTRACT</i> .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian .....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
D. Mafaat Penelitian.....	5
1. Manfaat Teoritis.....	5
2. Mafaat Praktis .....	6
3. Untuk Masyarakat.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Konsep <i>Maskulin Gender Role</i> .....	8
1. Pengertian <i>Maskulin Gender Role</i> .....	8
2. Peran <i>Gender</i> .....	11
3. Aspek-Aspek Maskulinitas .....	13
4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Maskulinitas .....	16
5. Dampak maskulinitas bagi Kesehatan .....	23

6. Alat Ukur Maskulinitas.....27



B.	Konsep Ekspresi Emosi .....	28
1.	Pengertian Emosi .....	28
2.	Komponen-komponen Utama Yang Terlibat .....	29
3.	Bentuk Ekspresi Emosi .....	31
4.	Dampak Emosi Pada Kesehatan Mental Dan Fisik .....	33
5.	Alat Ukur Emosi .....	34
6.	Definisi Remaja Laki-Laki .....	35
C.	Kerangka Teori .....	37
D.	Hipotesis .....	38
BAB III METODE PENELITIAN.....		40
A.	Kerangka Konsep.....	40
B.	Variable Penelitian.....	40
1.	Variable Bebas.....	40
2.	Variable Terikat.....	41
C.	Jenis dan Desain Penelitian.....	41
D.	Populasi dan Sample Penelitian.....	42
1.	Populasi.....	42
2.	Sampel .....	42
E.	Tempat dan Waktu.....	43
1.	Tempat Penelitian .....	43
2.	Waktu Penelitian.....	43
F.	Definisi Operasional .....	43
G.	Instrument /Alat Pengumpulan Data.....	44
H.	Metode Pengumpulan Data.....	47
I.	Pengolahan dan Analisis Data .....	48
1.	Pengelolaan Data .....	48
2.	Analisis Data.....	49
J.	Etika Penelitian .....	50
1.	<i>Informed Consent</i> (lembar persetujuan) .....	50
2.	<i>Anonymity</i> (tanpa nama) .....	50
3.	<i>Confidentiality</i> (kerahasiaan).....	51

4. <i>Beneficence</i> (manfaat) .....	51
5. <i>Nonmaleficence</i> (keamanan).....	51
6. <i>Veracity</i> (Kejujuran) .....	51
7. <i>Justice</i> (Keadilan) .....	52
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b> .....	<b>53</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	53
B. Karakteristik Responden .....	53
C. Analisis Univariat .....	54
D. Analisis Bivariat.....	55
E. Hipotesis Penelitian .....	55
<b>BAB V PEMBAHASAN</b> .....	<b>58</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	58
B. Gambaran Karakteristik Responden .....	59
C. Analisis Bivariat.....	61
D. Analisis Univariat .....	62
<b>BAB VI PENUTUP</b> .....	<b>67</b>
A. Kesimpulan .....	67
B. Kritik dan saran.....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN</b>	



## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1.	Definisi Oprasional .....	44
Tabel 4.1.	Distribusi Responden Berdasarkan Usia di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025.....	53
Tabel 4.2.	Distribusi Responden Berdasarkan kelas di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025.....	54
Tabel 4.3.	Distribusi Ekspresi Emosional di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025 .....	54
Tabel 4.4.	Distribusi maskulinin gender role di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025.....	54
Tabel 4.5.	Hasil Analisis Hubungan Antara Maskulin Grnder Role Dengan Ekspresi Emosional Pada Remaja Laki Di Sekolah X Pada Bulan September 2025 .....	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori.....	38
Gambar 3.1. Kerangka Konsep .....	40



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2. Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3. Surat Persetujuan Menajadi Responden
- Lampiran 4. Surat keterangan lulus etik
- Lampiran 5. Instrumen Penelitian
- Lampiran 6. Lembar Bimbingan
- Lampiran 7. Persetujuan Revisi
- Lampiran 8. Hasil pengolahan data dengan komputer
- Lampiran 9. Dokumentasi
- Lampiran 10. Daftar Riwayat Hidup
- Lampiran 11. Jadwal Penelitian





# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Peran gender maskulin (maskulin gender role) merupakan seperangkat norma, nilai, dan perilaku yang secara sosial serta budaya dianggap sesuai bagi laki-laki dalam suatu masyarakat. Norma ini menekankan ciri-ciri seperti kekuatan fisik, ketegasan, kemampuan mengendalikan emosi, kemandirian, dan peran sebagai pelindung. Pada masa remaja, tekanan untuk mengikuti peran maskulin semakin kuat. Banyak remaja laki-laki didorong untuk menekan emosi dan menghindari ekspresi perasaan seperti kesedihan, ketakutan, atau ketidaknyamanan. Stigma seperti “anak laki-laki tidak boleh menangis” menciptakan hambatan bagi remaja untuk mengenali dan mengungkapkan emosi mereka. Kondisi ini berpotensi meningkatkan kerentanan terhadap stres, kecemasan, bahkan gangguan psikologis. Dalam banyak budaya, peran gender maskulin juga sering kali dihubungkan dengan tanggung jawab sebagai penyedia, pelindung, dan pemimpin dalam keluarga dan masyarakat (Psikologi *et al.*, 2024).

Perkembangan remaja merupakan fase kritis dalam kehidupan individu, di mana mereka mengalami berbagai perubahan, mulai dari perubahan fisik, emosional, dan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara remaja laki-laki dan perempuan dalam hal ekspresi emosi. Anak perempuan lebih banyak menunjukkan emosi baik positif maupun emosional internal seperti sedih, takut, dan cemas dibandingkan anak laki-laki.

Norma sosial yang mengatur bahwa laki-laki harus “tangguh” menyebabkan mereka enggan mengungkapkan emosi, meminta dukungan, atau mencari bantuan profesional ketika mengalami tekanan mental. Studi sebelumnya menemukan bahwa laki-laki yang mematuhi norma maskulin secara ketat lebih rentan mengalami kesulitan regulasi emosi, depresi tersembunyi, dan perilaku menghindar terhadap bantuan psikologis. Di Indonesia, tren serupa juga ditemukan dimana anak dan remaja laki-laki lebih sering menekan emosi dan kurang mendapat ruang untuk mengekspresikan perasaan. (Mahalik *et al.*, 2007). Akibatnya, banyak remaja laki-laki yang merasa terjebak dalam siklus penolakan terhadap perasaan mereka sendiri. Penelitian ini menunjukkan bahwa stigma terhadap ekspresi emosional di kalangan laki-laki dapat menghambat perkembangan emosional mereka. (Eryca Septiya Ningrum & Kusnarto, 2022).

Ketika anak-anak seorang laki-laki dibesarkan dengan stigma contoh “anak cowok gak boleh nangis” dan stigma-stigma lain yang mengarah kepada konsep bahwa anak laki-laki harus menampilkan sisi maskulinitasnya sesuai dengan ideologi cara pandang masyarakat terkait peran maskulin gender (Sitorus, 2023). Fenomena tekanan maskulin pada remaja dipengaruhi oleh beberapa faktor: pola pengasuhan keluarga, lingkungan sosial, ekspektasi budaya, dan tekanan teman sebaya. Sejak kecil, anak laki-laki dibiasakan dengan ajaran untuk tidak menunjukkan kelemahan. Saat masa remaja, pemahaman mereka tentang peran gender semakin kuat sehingga mereka makin membatasi ekspresi emosional untuk menjaga citra maskulin. Penelitian

terdahulu menunjukkan bahwa pengekangan emosi jangka panjang dapat menyebabkan penumpukan stres, amarah terpendam, penggunaan mekanisme coping yang maladaptif, dan perilaku agresif atau menarik diri. Studi terkait dukungan sosial juga menunjukkan bahwa ketika remaja laki-laki mendapatkan dukungan dari keluarga, teman, atau lingkungan sekolah, mereka lebih mampu mengelola tekanan psikologis. Namun, dukungan ini sering tidak optimal karena adanya stigma yang membuat remaja laki-laki enggan bercerita atau mencari pertolongan. (Anggreni, 2022).

Dalam konteks kesehatan mental remaja laki-laki, dukungan sosial menjadi salah satu faktor protektif yang sangat penting. Dukungan yang memadai dapat membantu remaja laki-laki mengekspresikan emosi secara sehat, mengurangi tekanan dari norma maskulin, memperkuat konsep diri, dan meningkatkan keterampilan regulasi emosi. (Kusnandar, 2023) Ilmu keperawatan memiliki peran strategis dalam hal ini, karena keperawatan menekankan pendekatan holistik yang mencakup aspek fisik, psikologis, emosional, dan sosial. Perawat dapat berperan sebagai edukator, fasilitator, dan pemberi intervensi dalam upaya meningkatkan kesehatan mental remaja laki-laki. Penelitian mengenai hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional remaja laki-laki penting dilakukan untuk memperkuat dasar praktik keperawatan, mengidentifikasi bentuk dukungan sosial yang paling efektif, serta merancang intervensi keperawatan yang sesuai kebutuhan remaja. Hal ini penting untuk menciptakan lingkungan yang lebih suportif dan bebas stigma terhadap ekspresi emosional laki-laki.

Urgensi ilmu keperawatan dalam konteks penelitian ini tidak dapat diabaikan. Perawat memiliki peran kunci dalam mendukung kesehatan mental remaja laki-laki, serta membantu mereka mengatasi tantangan yang dihadapi akibat norma-norma maskulin yang ketat. Melalui pendekatan holistik, pendidikan, kolaborasi, dan penelitian, ilmu keperawatan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam meningkatkan kesejahteraan emosional dan mental remaja laki-laki, serta menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi mereka untuk mengekspresikan emosi secara sehat.

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian masalah dalam latar belakang diatas dapat disimpulkan bahwa peneliti ingin melakukan penelitian dengan masalah apakah terdapat hubungan antara *Maskulin Gender Roles* Dengan Ekspresi Emosional Pada Remaja Laki-Laki

#### **C. Tujuan Penelitian**

##### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara *Maskulin Gender Roles* Dengan Ekspresi Emosional Pada Remaja Laki-Laki

##### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Mendekripsikan karakteristik responden.(usia 15-18 tahun)
- b. Mendekripsikan tingkat maskulinitas pda remaja laki-laki sma sultan agung

- c. Mendekripsikan ekspresi emosional remaja laki-laki SMA 3 sultan agung semarang
- d. Menganalisis bagaimana peran gender maskulin memengaruhi kemampuan remaja laki-laki dalam mengenali dan mengekspresikan emosi mereka secara sehat.

## **D. Mafaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi dan gender. Penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang maskulin gender roles dan bagaimana hal tersebut mempengaruhi ekspresi emosional remaja laki-laki, khususnya di lingkungan sekolah. Selain itu, diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah yang berguna bagi para akademisi, peneliti, dan praktisi di bidang psikologi, pendidikan, dan kesehatan mental, serta memberikan pemahaman yang lebih baik tentang dinamika emosional remaja laki-laki. Temuan dari penelitian ini juga dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara gender, emosi, dan kesehatan mental, serta membuka peluang untuk eksplorasi lebih dalam mengenai topik-topik terkait. Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan teori gender dengan memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang bagaimana norma-norma maskulin dapat membentuk

perilaku emosional remaja, serta meningkatkan kesadaran tentang pentingnya memahami peran gender dalam konteks kesehatan mental.

## **2. Mafaat Praktis**

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberikan masukan dan rekomendasi praktis bagi berbagai pihak yang berkepentingan. Bagi pihak sekolah, penelitian ini dapat memberikan masukan dalam merancang program pendidikan yang lebih inklusif dan mendukung ekspresi emosional remaja laki-laki, serta menciptakan lingkungan yang lebih aman untuk mengekspresikan perasaan. Hasil penelitian ini juga diharapkan mampu memberikan pemikiran dan wawasan baru bagi siswa dan guru, sehingga dapat menjadi masukan bagi optimalisasi pelaksanaan pembelajaran dan pengembangan kurikulum yang lebih responsif terhadap isu-isu gender. Bagi praktisi kesehatan mental, penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna dalam memahami tantangan yang dihadapi remaja laki-laki terkait dengan ekspresi emosional dan peran gender, serta merancang intervensi yang lebih efektif. Selain itu, hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan bagi orang tua tentang pentingnya mendukung anak laki-laki mereka dalam mengekspresikan emosi, serta membantu mereka memahami dampak dari norma-norma maskulin yang mungkin membatasi ekspresi emosional. Terakhir, temuan dari penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna bagi pembuat kebijakan dalam merumuskan kebijakan yang mendukung

kesehatan mental remaja, serta menciptakan program-program yang mendorong kesetaraan gender dan dukungan emosional.

### **3. Untuk Masyarakat**

Dimana dari hasil penelitian ini dilakukan, diharapkan bisa memberikan informasi dikalangan masyarakat dalam rangka meningkatkan kualitas asuhan keperawatan jiwa oleh tenaga kesehatan khususnya perawat, dan memberikan masukan pada profesi keperawatan untuk memperbanyak penelitian tentang maskulin gender roles dengan dukungan social terhadap ekspresi emosional remaja laki-laki.



## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Konsep *Maskulin Gender Role*

##### 1. Pengertian *Maskulin Gender Role*

*Maskulin gender role* merupakan konstruksi sosial yang mendefinisikan bagaimana pria seharusnya berpikir, bertindak, dan merasakan. gender tidak selalu terkait dengan jenis kelamin, sehingga maskulinitas dapat dimiliki oleh siapa saja, terlepas dari gender mereka. Maskulin gender role didefinisikan oleh berbagai ahli sebagai konstruksi sosial yang mencakup norma, harapan, dan perilaku yang diharapkan dari pria dalam masyarakat. (Psikologi *et al.*, 2024) Masculinities menyatakan bahwa maskulinitas adalah seperangkat praktik dan identitas yang dihasilkan dari interaksi sosial terkait gender, yang bervariasi berdasarkan konteks budaya dan sejarah. Ia menekankan bahwa maskulinitas bukanlah sifat tetap, melainkan hasil dari proses sosial yang dapat menciptakan berbagai bentuk maskulinitas, yang sering kali berkontribusi pada ketidaksetaraan gender.

Maskulinitas sering kali di definisikan oleh norma-norma sosial yang menekankan kekuatan, dominasi, dan penghindaran terhadap emosi, yang dapat mempengaruhi perilaku dan kesehatan mental pria, terutama di kalangan pria muda yang merasa tertekan untuk memenuhi standar maskulin yang ditetapkan oleh masyarakat. (Sitorus, 2023) "*maskulin gender role conflict*," yang merujuk pada ketegangan yang dialami pria



ketika mereka merasa terjebak antara harapan sosial untuk menunjukkan maskulinitas dan kebutuhan untuk mengekspresikan emosi atau mencari bantuan, yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik mereka.

Dalam *Gender Trouble* berargumen bahwa gender, termasuk maskulinitas, adalah hasil dari praktik sosial yang berulang, bukan sesuatu yang melekat pada individu, sehingga menunjukkan bahwa identitas gender dapat berubah seiring waktu dan konteks (Pokhrel, 2024). Pemahaman tentang maskulin gender role ini penting untuk mengatasi isu-isu terkait kesehatan, perilaku, dan identitas pria dalam masyarakat, serta untuk merancang intervensi yang lebih efektif dalam meningkatkan kesejahteraan pria dan mengurangi stigma yang terkait dengan perilaku yang dianggap tidak maskulin. Konstruksi sosial maskulinitas

Berdasarkan teori Konstruksi sosial maskulinitas merujuk pada cara di mana masyarakat membentuk dan mendefinisikan apa yang berarti menjadi pria. teori ini menunjukkan bahwa maskulinitas bukanlah sesuatu yang bawaan atau biologis, melainkan hasil dari interaksi sosial, budaya, dan sejarah. Dalam banyak budaya, ada norma dan harapan tertentu yang mengatur perilaku pria, yang sering kali mencakup sifat-sifat seperti kekuatan, ketahanan, dominasi, dan penghindaran terhadap emosi. (Firdiyogi, 2022). dalam banyak konteks, pria diajarkan untuk bersikap kompetitif, tidak menunjukkan kelemahan, dan menghindari perilaku yang dianggap feminin (Anshari, 2023).

Proses pembentukan maskulinitas ini dimulai sejak usia dini, di mana anak laki-laki sering kali menerima pesan dari keluarga, teman, dan media tentang bagaimana mereka seharusnya berperilaku. Anak laki-laki akan didorong untuk bermain dengan mainan yang lebih agresif atau untuk terlibat dalam olahraga yang menekankan kekuatan fisik. Sebaliknya, anak laki-laki mungkin disarankan untuk menghindari aktivitas yang dianggap "tidak maskulin," seperti bermain dengan boneka atau menunjukkan emosi. Proses ini menciptakan norma-norma yang kuat tentang apa yang dianggap sebagai perilaku yang sesuai untuk pria.

Norma-norma maskulin ini juga bervariasi di berbagai konteks budaya dan sejarah. Di beberapa budaya, maskulinitas mungkin lebih terkait dengan peran sebagai penyedia dan pelindung, sementara di budaya lain, sifat-sifat seperti kelembutan dan kerjasama mungkin lebih dihargai. Misalnya, dalam masyarakat yang lebih egaliter, ada pengakuan yang lebih besar terhadap peran pria dalam pengasuhan anak dan pekerjaan rumah tangga, yang dapat mengubah cara maskulinitas dipahami dan diekspresikan (Gunawan & Ardi, 2023).

Selain itu, dalam teori konstruksi sosial maskulinitas juga dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti kelas sosial, ras, dan orientasi seksual. Pengalaman pria dalam menjalani peran maskulin dapat sangat berbeda tergantung pada identitas sosial mereka. Misalnya, pria dari latar belakang yang berbeda mungkin menghadapi harapan dan tantangan yang berbeda dalam memenuhi norma-norma maskulin. Hal ini menunjukkan

bahwa maskulinitas bukanlah satu ukuran yang cocok untuk semua, tetapi merupakan konsep yang kompleks dan beragam(Firdiyogi, 2022).

Dengan memahami bahwa maskulinitas adalah konstruksi sosial, kita dapat mulai mengubah cara kita mendefinisikan dan memahami peran pria dalam masyarakat. Ini membuka jalan untuk menciptakan norma-norma yang lebih inklusif dan mendukung, yang memungkinkan pria untuk mengekspresikan diri mereka dengan cara yang lebih autentik dan sehat. Pendidikan dan intervensi yang dirancang untuk mengubah norma-norma maskulin yang merugikan dapat membantu pria merasa lebih nyaman dalam mengekspresikan emosi dan mencari bantuan ketika diperlukan (Gunawan & Ardi, 2023).

## 2. Peran Gender

Peran *gender* memainkan peran penting dalam cara emosi diekspresikan dan dipahami dalam masyarakat. Norma-norma sosial yang terkait dengan *gender* sering kali menentukan bagaimana pria dan wanita diharapkan untuk mengekspresikan emosi mereka, yang dapat mempengaruhi kesehatan mental dan hubungan interpersonal(Berliana, 2021).

### a. Ekspresi Emosi Pada Pria

Persepsi remaja laki- laki tentang maskulinitas cukup terbatas dan terkekang (Psikologi *et al.*, 2024). Ketika anak laki-laki merasa sedih atau takut, sepertiga orang mengatakan bahwa laki-laki harus "menjadi

laki-laki" dalam artian harus menyimpan emosi mereka sendiri dan bertindak seolah-olah tidak terjadi apa-apa (33%) .

Pria sering kali merasa tertekan untuk mengekspresikan emosi tertentu, terutama emosi yang dianggap "lemah" seperti kesedihan, kecemasan, atau ketakutan. Norma maskulin yang ada dalam banyak budaya menekankan sifat-sifat seperti kekuatan, ketahanan, dan dominasi, yang dapat membuat pria merasa bahwa mereka harus menahan emosi mereka untuk memenuhi harapan tersebut (Gaol *et al.*, 2021). Akibatnya, banyak pria mungkin memilih untuk mengekspresikan emosi mereka melalui cara yang lebih sosial diterima, seperti kemarahan atau agresi, yang sering kali dianggap lebih maskulin. Penelitian menunjukkan bahwa penekanan emosi ini dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental, seperti depresi dan kecemasan, karena pria mungkin merasa terisolasi dan tidak mampu mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang sehat.

b. Ekspresi Emosi pada Wanita

Ekspresi Emosi pada Wanita Di sisi lain, wanita sering kali lebih diizinkan untuk mengekspresikan emosi secara terbuka dalam banyak budaya. Mereka biasanya didorong untuk menunjukkan emosi seperti kasih sayang, empati, dan kesedihan, yang dianggap lebih sesuai dengan peran feminin. Ekspresi emosi yang lebih terbuka ini dapat membantu wanita membangun koneksi sosial yang lebih kuat dan mendukung kesehatan mental mereka (Gaol *et al.*, 2021). Namun,

meskipun wanita memiliki kebebasan yang lebih besar dalam mengekspresikan emosi, mereka juga dapat menghadapi stigma atau penilaian negatif jika emosi mereka dianggap berlebihan atau tidak sesuai dengan konteks sosial.

### 3. Aspek-Aspek Maskulinitas

Berikut beberapa aspek maskulinitas:

#### a. *Restrictive Emotionality* (Pembatasan Ekspresi Emosi)

*Restrictive emotionality* merupakan aspek fundamental dalam maskulin gender role yang membatasi ekspresi emosi laki-laki, khususnya emosi yang dianggap "lemah" seperti kesedihan, ketakutan, atau kerentanan. Norma sosial ini termanifestasi dalam keyakinan bahwa "laki-laki tidak boleh menangis" atau "harus selalu tampil kuat". (Putawa, 2023) pembatasan emosional ini berkorelasi dengan berbagai masalah psikologis, termasuk depresi, kesulitan dalam hubungan interpersonal, dan kecenderungan untuk mengekspresikan emosi secara tidak sehat melalui agresi. Aspek ini diukur dalam berbagai instrumen psikologis, termasuk subskala khusus dalam *Conformity to Masculine Norms Inventory* (CMNI) (Putawa, 2023).

#### b. *Anti-Femininity* (Penolakan Terhadap Sifat Feminin)

*Anti-femininity* mencerminkan penolakan keras terhadap segala karakteristik yang secara tradisional diasosiasikan dengan femininitas, mulai dari preferensi warna, minat, hingga perilaku tertentu. Aspek ini melahirkan stigma seperti "laki-laki tidak boleh menyukai warna pink"

atau "tidak boleh tertarik pada kegiatan yang dianggap feminin seperti menari atau merawat anak"(Sitorus, 2023).dalam penelitiannya menemukan bahwa penolakan terhadap femininitas ini sering kali beriringan dengan sikap homofobia dan penolakan terhadap keragaman gender. *Male Role Norms Inventory* (MRNI) secara khusus mengukur aspek ini, mengungkap bagaimana norma sosial membentuk pandangan laki-laki terhadap ekspresi gender yang berbeda.

c. *Self-Reliance* (Kemandirian Ekstrem)

*Self-reliance* dalam konteks maskulin gender role mengacu pada keyakinan bahwa laki-laki harus mampu menyelesaikan semua masalah sendiri tanpa bantuan orang lain. Keyakinan ini terwujud dalam ungkapan-ungkapan seperti "laki-laki sejati tidak meminta tolong" atau "mengakui kesulitan adalah tanda kelemahan"(Putawa, 2023). ditemukan bahwa tekanan untuk selalu mandiri ini sering kali menghambat laki-laki dalam mencari bantuan profesional untuk masalah kesehatan mental, sehingga memperparah kondisi psikologis mereka. Aspek ini menjadi salah satu penghalang utama dalam upaya meningkatkan kesadaran kesehatan mental di kalangan laki-laki.

d. Dominasi dan Kompetisi

Aspek dominasi dan kompetisi menekankan pentingnya posisi superior dalam berbagai aspek kehidupan, mulai dari hubungan interpersonal hingga dunia profesional(Putawa, 2023). Norma ini terlihat dalam keyakinan bahwa "laki-laki harus selalu menjadi

pemimpin" atau "harus lebih sukses dari orang lain". dalam konsep hegemonic masculinity-nya menjelaskan bagaimana dominasi ini tidak hanya menciptakan hierarki gender tetapi juga kompetisi antarsesama laki-laki. Aspek ini sering kali memicu perilaku agresif, eksploitatif, dan kurangnya empati dalam hubungan sosial, sekaligus menciptakan tekanan berlebihan untuk selalu unggul.

e. *Toughness* (Ketangguhan Fisik dan Mental)

*Toughness* atau ketangguhan merupakan aspek yang menekankan pentingnya kekuatan fisik dan ketahanan mental sebagai simbol maskulinitas. Keyakinan seperti "laki-laki harus tahan banting" atau "tidak boleh mengeluh" menjadi manifestasi dari norma ini. Levant *et al.* (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023) menemukan bahwa tekanan untuk selalu tangguh ini menyebabkan banyak laki-laki mengabaikan gejala penyakit fisik maupun gangguan mental, karena menganggapnya sebagai tanda kelemahan. Aspek *toughness* ini juga berkontribusi pada budaya toxic masculinity yang merugikan kesehatan laki-laki secara keseluruhan.

f. Kontrol Emosi (Emotional Control)

Kontrol emosi yang berlebihan merupakan aspek penting dalam maskulin gender role yang menuntut laki-laki untuk selalu rasional dan tidak menunjukkan emosi "berlebihan". Norma ini terlihat dalam pembedaan emosi yang "diperbolehkan" (seperti kemarahan) dengan yang "dilarang" (seperti kesedihan). (Gaol *et al.*, 2021) menemukan

bahwa tekanan untuk selalu mengontrol emosi ini menyebabkan kesulitan dalam regulasi emosi yang sehat, yang pada akhirnya dapat memicu berbagai masalah psikologis termasuk depresi dan gangguan kecemasan.

#### 4. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Maskulinitas

Maskulinitas dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi, termasuk budaya, lingkungan sosial, dan pengalaman individu

##### a. Budaya

Budaya merupakan salah satu faktor utama yang membentuk konsep maskulinitas. Setiap budaya memiliki norma dan nilai yang berbeda terkait dengan apa yang dianggap sebagai perilaku dan sifat maskulin. Misalnya, dalam budaya tertentu, kekuatan fisik dan dominasi mungkin sangat dihargai, sementara dalam budaya lain (Kusnandar, 2023), sifat-sifat seperti kelembutan dan kerjasama mungkin lebih dihargai. Budaya juga mempengaruhi cara pria berinteraksi dengan satu sama lain dan dengan wanita, serta bagaimana mereka mengekspresikan emosi.

Budaya patriarki tidak hanya mempengaruhi tetapi secara aktif membentuk konstruksi maskulinitas melalui berbagai institusi sosial. Sistem kekerabatan, hukum waris, hingga struktur pekerjaan semuanya dirancang untuk mempertahankan dominasi laki-laki (Kusnandar, 2023). Dalam banyak budaya tradisional, ritual inisiasi untuk anak laki-



laki sering melibatkan ujian fisik yang menyakitkan, sebuah praktik yang secara simbolis menandai transisi dari anak-anak ke "laki-laki sejati".

Perbedaan antara budaya kolektivis dan individualis dalam membentuk maskulinitas sangat mencolok. Di Jepang, konsep "salaryman" menekankan pengorbanan diri untuk perusahaan, sementara di Amerika Serikat, maskulinitas lebih terkait dengan individualisme dan kesuksesan pribadi. (Psikologi *et al.*, 2024) negara dengan jarak kekuasaan tinggi cenderung memiliki konsep maskulinitas yang lebih hierarkis dan otoriter.

Agama sering menjadi alat legitimasi untuk konsep maskulinitas tradisional. Dalam banyak kitab suci, laki-laki digambarkan sebagai pemimpin keluarga dan masyarakat. Penafsiran literal terhadap teks-teks agama ini telah digunakan untuk mempertahankan struktur gender yang tidak setara selama berabad-abad.

b. Lingkungan Sosial

Lingkungan sosial, termasuk keluarga, teman, dan komunitas, memainkan peran penting dalam pembentukan identitas maskulin. Sejak usia dini, anak laki-laki sering kali menerima pesan dari orang tua dan teman sebaya tentang bagaimana mereka seharusnya berperilaku. Pengaruh tekanan sosial menjadi "pria sejati" pada remaja laki-laki ini, di mana para peserta berbicara tentang ekspektasi seputar bagaimana untuk "menjadi laki-laki" dan ketakutan remaja laki-laki

mengecewakan ekspektasi orang-orang yang memiliki hubungan dekat dengan mereka, seperti orang tua, saudara kandung, dan teman sebaya, Misalnya, anak laki-laki mungkin didorong untuk terlibat dalam aktivitas yang dianggap "maskulin," seperti olahraga, sementara aktivitas yang dianggap "feminin," seperti bermain dengan boneka, mungkin dihindari. Interaksi dengan teman sebaya juga dapat memperkuat norma-norma maskulin, di mana anak laki-laki mungkin merasa tertekan untuk bersikap kompetitif dan tidak menunjukkan kelemahan (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023).

Proses sosialisasi gender dimulai bahkan sebelum anak menyadari identitas gendernya. Orang tua secara tidak sadar memulai pembentukan maskulinitas melalui berbagai praktik sehari-hari. Pemilihan mainan yang berbeda berdasarkan gender (truk untuk anak laki-laki, boneka untuk perempuan). (Sitorus, 2023) bukan hanya tentang preferensi, tetapi merupakan cara menanamkan nilai-nilai gender sejak dini. Banyak ditemui bahwa mainan anak laki-laki berorientasi pada kekuatan, kompetisi, dan teknologi, sementara mainan perempuan berfokus pada pengasuhan dan penampilan.

Bahasa yang digunakan orang tua juga berbeda. Anak laki-laki lebih sering mendengar kata-kata seperti "kuat", "pemberani", atau "jagoan", sementara anak perempuan diajak bicara tentang "cantik" atau "manis". Ketika anak laki-laki menangis, orang tua cenderung mengatakan "jangan cengeng" atau "laki-laki tidak boleh menangis",

sebuah fenomena yang oleh neurosains disebut "emotional straitjacketing" (jaket pengaman emosi) yang dapat menghambat perkembangan kecerdasan emosional.

ayah memiliki peran yang sangat krusial dalam sosialisasi maskulinitas. (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023) ditemukan bahwa ayah menghabiskan 3-5 kali lebih banyak waktu bermain dengan anak laki-laki mereka dibanding anak perempuan, dan permainan tersebut cenderung lebih fisik dan kompetitif. Ini menciptakan pola interaksi yang berbeda yang memperkuat stereotip gender (Sitorus, 2023).

c. Media Massa

Media massa, termasuk film, iklan, dan media sosial, memiliki pengaruh besar dalam membentuk citra maskulinitas. Representasi pria dalam media sering kali menampilkan mereka sebagai sosok yang kuat, dominan, dan tidak emosional. Iklan yang menekankan kekuatan fisik atau keberanian dapat memperkuat stereotip maskulin dan menciptakan harapan yang tidak realistis tentang bagaimana pria seharusnya berperilaku. Selain itu, media sosial dapat memperkuat norma-norma ini dengan menampilkan citra ideal pria yang sering kali tidak mencerminkan kenyataan (Ummah, 2019).

Analisis isi terhadap film-film Hollywood menunjukkan bahwa 75% karakter laki-laki utama digambarkan sebagai sosok yang secara fisik kuat dan tidak emosional. Karakter laki-laki yang menunjukkan kerentanan atau kepekaan biasanya menjadi bahan lelucon atau tokoh

pendukung. Dalam genre action khususnya, kekerasan sering digambarkan sebagai cara yang sah dan efektif untuk menyelesaikan masalah, sebuah narasi yang memperkuat konsep maskulinitas toksik.

Industri periklanan telah menjual maskulinitas sebagai komoditas. Produk seperti parfum, pakaian, atau alat kebugaran dijual dengan janji bisa membuat konsumen laki-laki lebih "jantan". Analisis semiotik terhadap iklan-iklan ini mengungkapkan pola yang konsisten: kekuasaan, kontrol, dan daya tarik seksual menjadi tanda-tanda kejantanan yang harus dicapai (Ramadhani & Suratnoaji, 2021).

#### d. Pengalaman Pribadi

Pengalaman pribadi, termasuk pendidikan, interaksi sosial, dan pengalaman hidup, juga mempengaruhi cara individu memahami dan mengekspresikan maskulinitas. Misalnya, pria yang tumbuh dalam lingkungan yang mendukung ekspresi emosi mungkin lebih nyaman mengekspresikan perasaan mereka dibandingkan dengan pria yang dibesarkan dalam lingkungan yang menekankan ketahanan dan kekuatan. Pengalaman hidup, seperti trauma atau kesuksesan, juga dapat membentuk cara pria melihat diri mereka sendiri dan peran mereka dalam masyarakat.

Penelitian longitudinal oleh Pollack (1998) mengungkapkan bahwa 85% anak laki-laki yang di-bully karena dianggap "terlalu feminin" mengembangkan mekanisme pertahanan dengan mengadopsi perilaku hiper-maskulin di masa remaja. Mereka yang tidak mampu

beradaptasi dengan norma gender sering mengalami isolasi sosial dan masalah kesehatan mental.

Trauma masa kecil, terutama yang melibatkan kekerasan fisik atau emosional, dapat menciptakan asosiasi antara kekerasan dan maskulinitas. Studi kasus oleh Lisak pada pelaku kekerasan menunjukkan bahwa banyak dari mereka memiliki sejarah dipermalukan karena "tidak cukup jantan" di masa kecil (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023).

Efek ketidakhadiran figur ayah lebih kompleks daripada yang sering digambarkan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa bukan ketidakhadiran fisik ayah yang paling berpengaruh, melainkan ketiadaan model maskulinitas yang sehat. Anak laki-laki yang dibesarkan oleh ibu tunggal tetapi memiliki figur maskulin positif lainnya (guru, pelatih, paman) tidak menunjukkan kesulitan dalam mengembangkan konsep maskulinitas yang sehat (Adofo & Etsey (2016), 2023).

e. Pendidikan dan Lingkungan Sekolah

Sekolah single-gender sering kali menjadi tempat berkembangnya budaya maskulinitas toksik. Penelitian di sekolah laki-laki Inggris menemukan bahwa 60% siswa merasa tertekan untuk menyembunyikan minat akademis mereka agar tidak dianggap "Kutu Buku" atau "Tidak Jantan" (Bryan Christopher, 2022). Olahraga

kompetitif, terutama yang melibatkan kontak fisik seperti rugby, sering menjadi arena pembuktian kejantanan.

Kurikulum pendidikan yang bias gender tidak hanya terlihat dalam materi pelajaran, tetapi juga dalam interaksi sehari-hari. Guru cenderung memanggil anak laki-laki lebih sering untuk pertanyaan sains/matematika, sementara anak perempuan lebih sering dipanggil untuk seni/bahasa. Pembagian tim berdasarkan gender dalam kegiatan sekolah juga memperkuat dikotomi gender.

Peer group membentuk norma maskulinitas melalui proses yang disebut "*gender policing*" saling mengawasi dan menghukum penyimpangan dari norma kelompok. Penelitian oleh Pascoe (2007) menemukan bahwa ejekan seperti "kamu gay" atau "cengeng" adalah mekanisme disiplin yang efektif untuk memaksa konformitas gender.

f. Perubahan Zaman dan Gerakan Sosial (Lebih Mendalam)

Feminisme gelombang keempat telah mengkritik konsep maskulinitas tradisional dengan lebih sistematis. Gerakan seperti ini juga tidak hanya membahas kekerasan terhadap perempuan, tetapi juga mempertanyakan konstruksi maskulinitas yang memungkinkan perilaku tersebut. Respons terhadap gerakan ini bermacam-macam, dari penolakan keras (dalam bentuk gerakan "*men's rights*") hingga penerimaan kritis.

Gerakan kesehatan mental laki-laki menghadapi tantangan unik. Meski kesadaran meningkat, stigma masih kuat. Data menunjukkan

bahwa laki-laki masih 3-4 kali lebih mungkin bunuh diri dibanding perempuan, sebuah fenomena yang disebut "silent epidemic". Program seperti "*Men's Sheds*" di Australia mencoba menciptakan ruang aman untuk laki-laki berbicara tentang masalah mereka sambil terlibat dalam aktivitas "maskulin" seperti pertukangan.(Avianti & Yunanto, 2023)

Meningkatnya penerimaan terhadap LGBTQ+ telah mengubah lanskap maskulinitas. Representasi media tentang laki-laki gay yang beragam (tidak hanya stereotip feminin) membantu memperluas pemahaman tentang apa artinya menjadi laki-laki. Namun, homofobia masih menjadi alat kuat untuk mempertahankan norma maskulin tradisional(Avianti & Yunanto, 2023).

## 5. Dampak maskulinitas bagi Kesehatan

### a. Dampak pada Kesehatan Mental

Konstruksi sosial maskulinitas tradisional menciptakan beban psikologis yang signifikan bagi laki-laki. Norma-norma seperti ketahanan emosional berlebihan dan larangan mengekspresikan kerentanan memicu mekanisme pertahanan psikologis yang maladaptif. Dalam jangka panjang, penekanan emosi yang sistematis menyebabkan disregulasi afektif, di mana individu kehilangan kemampuan untuk memproses dan mengekspresikan emosi secara sehat. Penelitian neuropsikologi menunjukkan bahwa pola ini berkorelasi dengan peningkatan aktivitas amigdala dan penurunan konektivitas prefrontal, yang menjadi dasar biologis untuk gangguan mood.

Fenomena "*maskulin depression*" yang khas ditandai dengan gejala eksternalisasi seperti lekas marah, perilaku impulsif, dan kecenderungan menyalahgunakan zat, berbeda dari gambaran depresi klasik. Hambatan dalam mencari pertolongan profesional tidak hanya berasal dari stigma internal tetapi juga dari desain sistem kesehatan yang kurang sensitif terhadap ekspresi distress maskulin. Konsekuensinya terlihat dalam data mortalitas bunuh diri, di mana laki-laki cenderung memilih metode yang lebih mematikan, mencerminkan intensitas keputusan yang lebih dalam dan niat yang lebih kuat.

b. Implikasi pada Kesehatan Fisik

Peran gender maskulin menciptakan pola perilaku kesehatan yang merugikan melalui berbagai mekanisme kompleks. Pada tingkat fisiologis, stres kronis akibat tekanan untuk memenuhi standar maskulinitas memicu disregulasi sistem hipotalamus-pituitari-adrenal, menyebabkan peningkatan kadar kortisol yang berkepanjangan. Kondisi ini menjadi dasar patofisiologis untuk berbagai penyakit kronis, termasuk hipertensi, diabetes tipe 2, dan gangguan autoimun.

Kultur "*toughness*" yang diidealkan menyebabkan normalisasi gejala sakit dan penundaan pencarian pengobatan, yang dalam banyak kasus mengakibatkan diagnosis pada stadium lanjut. Dalam konteks kardiovaskular, kombinasi antara respons stres yang maladaptif, perilaku berisiko seperti merokok dan konsumsi alkohol, serta kecenderungan untuk mengabaikan gejala awal menciptakan badai



sempurna bagi morbiditas jantung. Data epidemiologis konsisten menunjukkan disparitas gender dalam mortalitas penyakit jantung yang tidak sepenuhnya dapat dijelaskan oleh faktor biologis semata, menunjuk pada kontribusi signifikan norma-norma sosial gender.

c. dinamika Relasional dan Kesehatan Sosial

Norma maskulin tradisional secara fundamental membentuk cara laki-laki membangun dan memelihara hubungan interpersonal. Keterbatasan dalam vocabulary emosional dan hambatan dalam ekspresi keintiman menciptakan pola relasi yang dangkal secara emosional namun padat secara instrumental.

Dalam konteks perkawinan, penelitian konsisten menunjukkan korelasi antara rigiditas peran gender dengan ketidakpuasan perkawinan dan tingkat perceraian. Isolasi sosial yang dialami banyak laki-laki dewasa dan lanjut usia bukan sekadar masalah psikologis, tetapi memiliki manifestasi biologis yang nyata. Studi longitudinal menunjukkan bahwa isolasi sosial berkorelasi dengan peningkatan penanda inflamasi seperti *interleukin-6* dan *C-reactive protein*, serta percepatan penuaan seluler yang terlihat dari pemendekan telomer. Fenomena "*friendship recession*" di kalangan laki-laki dewasa semakin memperparah situasi ini, di mana jaringan sosial yang menyusut tidak hanya berdampak pada kesehatan mental tetapi juga menjadi faktor risiko independen untuk mortalitas dini.

d. Perilaku Kesehatan yang Bermasalah

Konstruksi maskulinitas secara mendasar membentuk sikap dan perilaku laki-laki terhadap praktik kesehatan preventif. Konsep "*Health-Related Masculinity*" yang sempit mengasosiasikan perhatian pada kesehatan dengan kelemahan feminin, menciptakan penghindaran terhadap perilaku protektif. Dalam konteks nutrisi, polarisasi makanan "maskulin" versus "feminin" tidak hanya memengaruhi pilihan diet tetapi juga menciptakan hambatan kultural terhadap perubahan perilaku makan. Pemeriksaan kesehatan preventif dihindari tidak hanya karena ketidaknyamanan fisik tetapi lebih karena ancaman terhadap identitas gender yang dirasakan. Fenomena ini sangat jelas terlihat dalam rendahnya partisipasi laki-laki dalam skrining kanker, di mana rasa malu dan ketakutan akan emasculasi menjadi penghalang utama. Pada saat yang sama, normalisasi budaya "*workaholism*" dan pengorbanan diri untuk peran pencari nafkah menciptakan pola pengabaian kesehatan yang sistematis dan terinstitusionalisasi.

e. Dampak pada Kelompok Marginal

Bagi laki-laki dari kelompok minoritas, beban maskulinitas menjadi lebih kompleks melalui proses interseksionalitas. Laki-laki LGBTQ+ menghadapi dilema unik dalam menegosiasikan identitas gender dan orientasi seksual di tengah harapan maskulin tradisional. Konflik ini sering termanifestasi dalam kesehatan mental melalui mekanisme minoritas stres, di mana diskriminasi yang dialami menyebabkan beban alostatik yang signifikan. Bagi laki-laki dari

kelompok rasial minoritas, stereotip yang berlapis menciptakan tekanan ganda di satu sisi harus memenuhi harapan maskulin dominan, di sisi lain menghadapi stigma rasial yang sering kali bertentangan.

Fenomena "*John Henryism*" menggambarkan strategi koping maladaptif di mana usaha berlebihan untuk mengatasi hambatan struktural justru berujung pada konsekuensi kesehatan yang merugikan. Kelompok laki-laki dengan disabilitas juga menghadapi tantangan unik dalam menegosiasikan identitas maskulin di tengah ketergantungan pada bantuan orang lain, yang sering bertentangan dengan ideal kemandirian maskulin.

#### 6. Alat Ukur Maskulinitas

Alat ukur maskulinitas dalam penelitian ini menggunakan MGRS, Masculine Gender Role Stres (MGRS) adalah keadaan yang menimbulkan stres karena tidak sesuai standar maskulin. MGRS dikembangkan oleh Eisler & Skidmore. Situasi ini mencerminkan stres yang berhubungan dengan ketidakmampuan untuk memenuhi penampilan fisik, kebugaran maupun kejantanan sesuai dengan stereotip maskulin..

Situasi seperti ini mencerminkan stres terkait dengan mengekspresikan emosi lemah pada laki-laki, yang hal ini bertentangan dengan stereotip maskulin. - Subordinating by women. Situasi yang mencerminkan terkait dengan berada dibawah perempuan, atau perempuan yang lebih unggul dalam pekerjaan atau olahraga. - Being intellectually inferior. Situasi yang terkait dengan tidak mampu berpikir

rasional atau secara tidak secara cerdas untuk mengatasi sebuah situasi. - Performance failure with regard to work and sexual activities. Situasi yang berkaitan dengan kegagalan dalam memenuhi norma maskulin dalam pekerjaan maupun seksual ketidakmampuan MGRS Scale akan digunakan pada penelitian ini untuk menilai situasi tertentu yang berpotensi timbulnya stres akibat dari kepatuhan dan keyakinan pada stereotip maskulin.

## **B. Konsep Ekspresi Emosi**

### **1. Pengertian Emosi**

Emosi merupakan pengalaman psikologis yang kompleks yang melibatkan reaksi subjektif, respon fisiologis, dan ekspresi perilaku. Emosi mencakup perasaan pribadi yang dialami individu, seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, dan ketakutan, yang bersifat unik dan dapat bervariasi antar individu tergantung pada konteks dan pengalaman hidup (Sitorus, 2023). Selain itu, emosi juga melibatkan respon fisiologis, seperti perubahan dalam detak jantung, tekanan darah, dan pernapasan, yang terjadi secara otomatis sebagai reaksi terhadap stimulus emosional.

Ekspresi perilaku, yang mencakup cara individu mengekspresikan emosi melalui tindakan, bahasa tubuh, dan ekspresi wajah, juga merupakan komponen penting dari emosi (Bryan Christopher, 2022). Misalnya, seseorang yang merasa bahagia mungkin tersenyum dan tertawa, sementara seseorang yang merasa marah mungkin menunjukkan ekspresi wajah yang tegang. Secara keseluruhan, emosi berfungsi sebagai sinyal

yang memberi tahu individu tentang keadaan internal dan eksternal mereka, serta membantu dalam pengambilan keputusan dan interaksi sosial.

## 2. Komponen-komponen Utama Yang Terlibat

Emosi berfungsi sebagai sinyal yang memberi tahu individu tentang keadaan internal dan eksternal mereka, serta membantu dalam pengambilan keputusan dan interaksi sosial. Berikut adalah komponen-komponen utama yang terlibat dalam emosi:

### a. Pengalaman subjektif

Pengalaman subjektif merujuk pada perasaan pribadi yang dialami individu saat merasakan emosi. Ini mencakup bagaimana seseorang merasakan emosi tertentu, seperti kebahagiaan, kesedihan, kemarahan, atau ketakutan. Pengalaman ini bersifat unik dan dapat bervariasi dari satu individu ke individu lain, tergantung pada konteks, latar belakang, dan pengalaman hidup (Gaol *et al.*, 2021). Misalnya, dua orang mungkin merasakan kesedihan yang berbeda ketika menghadapi kehilangan yang sama, tergantung pada hubungan mereka dengan orang yang hilang.

### b. Respon fisiologis

Respon fisiologis merupakan reaksi tubuh yang terjadi sebagai respons terhadap emosi. Ini termasuk perubahan dalam sistem saraf otonom, seperti peningkatan detak jantung, perubahan tekanan darah, dan perubahan dalam pernapasan. Misalnya, ketika seseorang merasa

takut, tubuhnya mungkin mengalami peningkatan detak jantung dan pernapasan yang cepat sebagai bagian dari respon "*Fight Or Flight*." Respons fisiologis ini sering kali terjadi secara otomatis dan tidak disadari, tetapi dapat mempengaruhi bagaimana seseorang merasakan dan mengekspresikan emosi (Gaol *et al.*, 2021).

c. Ekspresi perilaku

Ekspresi perilaku merujuk pada cara individu mengekspresikan emosi mereka melalui tindakan, bahasa tubuh, dan ekspresi wajah. Ekspresi ini dapat mencakup senyuman, tangisan, gerakan tubuh, atau nada suara (Anshari, 2023). Misalnya, seseorang yang merasa bahagia mungkin tersenyum dan tertawa, sementara seseorang yang merasa marah mungkin menunjukkan ekspresi wajah yang tegang dan berbicara dengan nada yang keras. Ekspresi perilaku ini penting dalam komunikasi sosial, karena membantu orang lain memahami perasaan dan keadaan emosional individu.

Berdasarkan Teori Konstruksi emosi menekankan bahwa emosi adalah hasil dari proses kognitif yang kompleks dan dipengaruhi oleh konteks sosial dan budaya. Emosi tidak hanya ditentukan oleh reaksi fisiologis, tetapi juga oleh bagaimana individu memahami dan menafsirkan pengalaman mereka. Teori ini menekankan bahwa emosi dibentuk oleh konteks sosial dan budaya, serta bahwa ekspresi emosi dapat bervariasi antar budaya. Menurut teori ini, emosi tidak hanya merupakan respons biologis, tetapi juga dipengaruhi oleh norma, nilai,

dan harapan sosial yang ada dalam masyarakat. Misalnya, dalam beberapa budaya, ekspresi kemarahan mungkin dianggap tidak pantas, sementara dalam budaya lain, ekspresi tersebut mungkin diterima. Dengan demikian, cara individu mengekspresikan dan memahami emosi mereka sangat dipengaruhi oleh lingkungan sosial dan budaya di mana mereka hidup.

### 3. Bentuk Ekspresi Emosi

Ekspresi emosi merupakan cara individu mengekspresikan perasaan mereka kepada orang lain, dan ini dapat dilakukan melalui berbagai saluran, termasuk ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan vokalisasi (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023). Setiap saluran ini memainkan peran penting dalam komunikasi emosional dan membantu orang lain memahami keadaan emosional seseorang.

#### a. Ekspresi emosi

Ekspresi Wajah Ekspresi wajah merupakan salah satu cara paling langsung dan jelas untuk mengekspresikan emosi (Gaol *et al.*, 2021). Wajah manusia dapat menampilkan berbagai emosi melalui perubahan dalam otot wajah, seperti senyuman untuk kebahagiaan, kerutan dahi untuk kebingungan, atau ekspresi marah dengan bibir yang mengerut. Penelitian menunjukkan bahwa ekspresi wajah dapat dikenali secara universal, artinya orang dari berbagai budaya dapat memahami emosi

yang diekspresikan melalui wajah. Misalnya, senyuman sering kali diinterpretasikan sebagai tanda kebahagiaan, sementara air mata dapat menunjukkan kesedihan atau frustrasi.

b. Bahasa tubuh

Bahasa tubuh mencakup gerakan tubuh, postur, dan posisi tangan yang dapat memberikan informasi tambahan tentang emosi seseorang. Misalnya, seseorang yang merasa percaya diri mungkin berdiri tegak dengan bahu yang lebar, sementara seseorang yang merasa cemas mungkin membungkuk atau menghindari kontak mata (Sitorus, 2023). Gerakan tangan, seperti mengangkat tangan untuk menunjukkan kegembiraan atau mengepal tangan untuk menunjukkan kemarahan, juga dapat memperkuat pesan emosional. Bahasa tubuh sering kali berfungsi sebagai sinyal tambahan yang membantu orang lain memahami emosi yang mungkin tidak diungkapkan secara verbal.

c. Vokalisasi

Vokalisasi mencakup nada suara, intonasi, dan volume saat berbicara. Cara seseorang mengucapkan kata-kata dapat memberikan petunjuk penting tentang emosi yang mereka rasakan. Misalnya, suara yang bergetar atau bergetar dapat menunjukkan ketakutan atau kecemasan, sementara nada suara yang ceria dan bersemangat dapat menunjukkan kebahagiaan. Selain itu, keheningan atau jeda (Sitorus, 2023)



#### 4. Dampak Emosi Pada Kesehatan Mental Dan Fisik

Ekspresi emosi yang sehat memainkan peran penting dalam menjaga kesehatan mental dan fisik individu. Ketika seseorang dapat mengekspresikan emosi mereka secara terbuka dan jujur, mereka cenderung mengalami manfaat psikologis yang signifikan. Ekspresi emosi yang sehat memungkinkan individu untuk mengatasi perasaan mereka, mengurangi ketegangan, dan membangun hubungan yang lebih kuat dengan orang lain (Bryan Christopher, 2022). Misalnya, berbagi perasaan dengan teman atau keluarga dapat memberikan dukungan sosial yang penting, yang pada gilirannya dapat meningkatkan kesejahteraan mental.

Penelitian menunjukkan bahwa individu yang mampu mengekspresikan emosi mereka dengan cara yang konstruktif cenderung memiliki tingkat stres yang lebih rendah, lebih sedikit gejala kecemasan, dan risiko depresi yang lebih rendah. Sebaliknya, penekanan emosi atau penghindaran untuk mengekspresikan perasaan dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan.

Ketika individu merasa tertekan untuk menyembunyikan emosi, seperti kesedihan, kemarahan, atau kecemasan, maka akan mengalami akumulasi stres yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik. Penelitian ini menunjukkan bahwa penekanan emosi dapat menyebabkan peningkatan kadar kortisol, hormon stres, yang dapat berkontribusi pada masalah kesehatan fisik, seperti penyakit jantung, gangguan pencernaan, dan penurunan sistem kekebalan tubuh (Bryan

Christopher, 2022). Selain itu, individu yang tidak mengekspresikan emosi mereka dengan sehat mungkin lebih rentan terhadap gangguan mental, seperti depresi dan kecemasan, karena tidak memiliki saluran yang tepat untuk mengatasi perasaan.

Dampak negatif dari penekanan emosi juga dapat terlihat dalam hubungan interpersonal. Ketika seseorang tidak dapat mengekspresikan emosi mereka, mereka mungkin mengalami kesulitan dalam membangun koneksi yang intim dengan orang lain, yang dapat menyebabkan perasaan kesepian dan isolasi. Dalam jangka panjang, hal ini dapat memperburuk kesehatan mental dan fisik, menciptakan siklus yang sulit untuk diputus.

#### **5. Alat Ukur Emosi**

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan alat ukur emosi yaitu Emotion Scale (ESS). Emotion Scale (ESS) adalah alat ukur psikologis yang digunakan untuk menilai intensitas dan kualitas emosi yang dirasakan seseorang dalam berbagai situasi. ESS terdiri dari serangkaian pernyataan atau item yang menggambarkan beragam emosi, yang kemudian dinilai oleh responden menggunakan skala likert atau penilaian kuantitatif lainnya. Alat ini membantu dalam menggambarkan spektrum emosi positif dan negatif secara lebih detail, sehingga memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang komprehensif tentang pengalaman emosional individu. ESS sangat berguna dalam penelitian psikologi untuk mengkaji hubungan antara emosi dengan perilaku,

kesehatan mental, serta faktor sosiokultural yang memengaruhi ekspresi dan regulasi emosi (Gaol *et al.*, 2021).

## 6. Definisi Remaja Laki-Laki

Remaja laki-laki adalah individu yang berada dalam fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan dewasa, biasanya berkisar antara usia 12 hingga 18 tahun. Pada tahap ini, remaja laki-laki mengalami berbagai perubahan fisik, emosional, dan sosial. (Irfan Hermawan<sup>1</sup>, 2023) Secara fisik, mereka mengalami pubertas, yang ditandai dengan pertumbuhan tinggi badan, perubahan suara, dan perkembangan ciri-ciri seksual sekunder. Secara emosional, remaja laki-laki sering kali mencari identitas diri dan mengalami berbagai perasaan yang kompleks, seperti kebingungan, kecemasan, dan keinginan untuk diterima oleh teman sebaya. (Maulana, 2021)

Dalam konteks sosial, remaja laki-laki mulai membangun hubungan yang lebih kompleks dengan teman-teman, keluarga, dan masyarakat. Mereka juga mulai mengembangkan minat dan hobi, serta mempersiapkan diri untuk tanggung jawab yang lebih besar di masa depan, seperti pendidikan dan karier. (Setiawan, 2022)

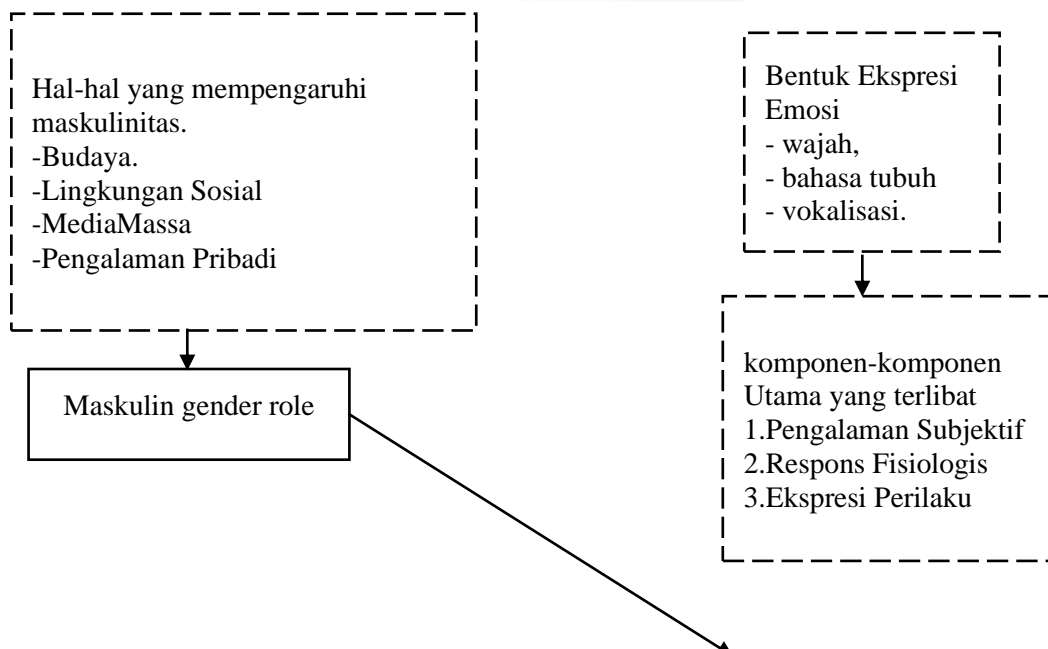
Dalam penelitian ini sasaran responden berada pada rentang umur 15-18 tahun hal ini disebabkan karena Usia 15–18 tahun dipandang sangat penting dalam kajian maskulinitas karena pada rentang ini remaja berada pada fase perkembangan psikososial yang secara intens menuntut proses pembentukan identitas diri. Pada tahap ini mereka tidak hanya memahami

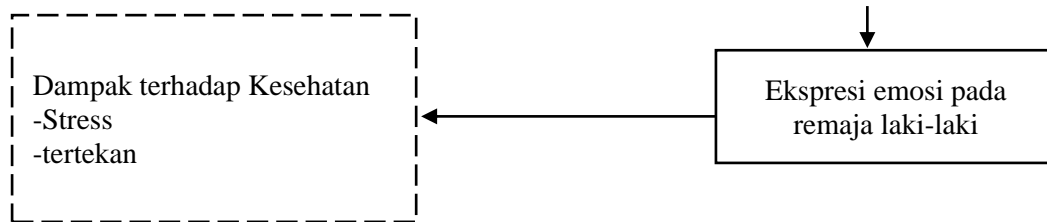
perubahan biologis akibat pubertas, tetapi juga mulai menghadapi ekspektasi sosial mengenai apa yang dianggap tepat bagi seorang laki-laki. (Maulana, 2021) Nilai-nilai mengenai keberanian, dominasi, kemandirian, atau kemampuan memimpin secara bertahap mulai dipelajari dan dinormakan dalam diri remaja. Menurut teori Erikson, fase ini berada pada tahap “identity versus role confusion,” di mana individu berupaya mencapai kejelasan identitas pribadi termasuk identitas gender. Oleh sebab itu, usia 15–18 tahun menjadi masa yang sangat kritis karena internalisasi konsep maskulinitas tidak sekadar bersifat biologis, tetapi juga menjadi bagian dari konstruksi sosial dan budaya.

kelompok usia ini juga memiliki keterhubungan yang kuat dengan lingkungan pertemanan dan media sosial yang berperan besar dalam membentuk representasi maskulin. Remaja laki-laki pada usia ini biasanya lebih intens berinteraksi dengan kelompok sebaya sehingga proses konfirmasi maskulinitas terjadi melalui pengakuan sosial, kompetisi, atau perbandingan dengan laki-laki lain dalam lingkungannya (Irfan Hermawan1, 2023). Berbagai ekspresi maskulinitas mulai tampak dalam gaya berbicara, penampilan, cara bergaul, hingga kecenderungan untuk mengambil keputusan berisiko yang sering dianggap sebagai bentuk “pembuktian diri”. Fenomena tersebut memperlihatkan bahwa usia 15–18 tahun adalah fase ketika bentuk maskulinitas mulai termanifestasi secara nyata dan dapat diamati secara lebih jelas dibandingkan usia lebih muda, sehingga tepat dijadikan objek penelitian. (Maulana, 2021)

Secara teoritis, WHO dan sejumlah literatur perkembangan membagi remaja menjadi beberapa tahap, di mana usia 15–18 tahun termasuk dalam kategori remaja pertengahan hingga akhir. Pada bagian ini, remaja berada dalam masa transisi menuju kedewasaan, mulai merencanakan masa depan, mempersiapkan pendidikan lanjutan, serta berhadapan dengan tuntutan sosial yang lebih kompleks. Situasi tersebut turut memperkuat konstruksi identitas maskulin, karena remaja mulai mendapatkan peran sosial baru sebagai calon dewasa (Irfan Hermawan<sup>1</sup>, 2023). Dengan demikian, rentang usia 15–18 tahun menjadi sangat representatif untuk memahami dinamika maskulinitas remaja, baik dari aspek biologis, psikologis, maupun sosial budaya. Dengan kata lain, penelitian mengenai maskulinitas pada rentang usia ini memungkinkan peneliti menangkap proses pembentukan identitas gender secara komprehensif dalam masa perkembangan yang paling menentukan bagi kehidupan seorang laki-laki. (Maulana, 2021)

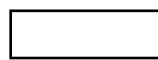
### C. Kerangka Teori





**Gambar 2.1.** Kerangka Teori  
(Psikologi *et al.*, 2024),(Gaol *et al.*, 2021)

Keterangan :



: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak diteliti

#### D. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara untuk masalah yang menjadi objek penelitian. Kemudian akan ditunjukkan kebenarannya secara nyata. hipotesis terdapat beberapa komponen penting yakni dugaan sementara, hubungan antar variabel dan uji kebenaran (Yam & Taufik, 2021). Berdasarkan kerangka teori diatas, dapat diambil hipotesis yaitu hubungan antara tingkat stress dengan indeks prestasi kumulatif pada mahasiswa fakultas keperawatan unissula. Hipotesis penelitian ini adalah :

Ha : Adanya hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional remaja laki-laki

Ho : Tidak ada hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional remaja laki-laki.



### BAB III

## METODE PENELITIAN

### A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan kerangka yang menghubungkan antara variable independent dengan dependent. Kerangka konsep menghubungkan suatu konsep yang akan diteliti (sugiono 2021). Berikut adalah kerangka konsep :



**Gambar 3.1.** Kerangka Konsep

Keterangan :

 : Area yang diteliti

 : Ada hubungan

### B. Variable Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan suatu atribut atau sifat dari orang, objek, atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Creswell John and Creswell David, 2023). Variabel pada penelitian ini dapat dibedakan menurut hubungan antara satu variabel dengan yang lain.

#### 1. Variable Bebas

Variabel independen disebut juga dengan variabel bebas, variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab



perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat) (sugiono sugiono, 2021). Variabel bebas (independen) dalam penelitian ini ialah ekspresi emosi.

## 2. Variable Terikat

Variabel dependen disebut juga dengan variabel terikat, variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (sugiono, 2021). Variabel terikat (dependen) pada penelitian ini ialah indeks maskulin gender.

## C. Jenis dan Desain Penelitian

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif yaitu pendekatan yang didalamnya terdapat metode-metode untuk menguji teori-teori tertentu dengan cara meneliti hubungan antar variabel. Variabel-variabel yang diukur terdiri dari instrumen-instrumen penelitian sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik (Candra Susanto *et al.*, 2024).

Peneliti menggunakan sebuah pendekatan *cross sectional* dengan bentuk kuantitatif, dimana proses pengambilan hasil ukur variabel dilakukan dalam waktu yang bersamaan yang artinya subjek diobservasi. Satu kali saja pada saat pemeriksaan atau pengkajian data. Dalam penelitian ini dapat diketahui hubungan maskulin gender role dengan ekspresi emosional remaja laki-laki siswa SMA Sultang Agung Semarang.

## D. Populasi dan Sample Penelitian

### 1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Creswell John and Creswell David, 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa laki – laki SMA 3 Sultan Agung Semarang yang berjumlah 304 siswa.

### 2. Sampel

Karakteristik suatu populasi harus tercermin dalam sampel karena merupakan perwakilan dari sampel tersebut. Tergantung pada seberapa dekat karakteristik sampel cocok dengan populasi, sampel dapat menjadi indikator, yang baik dari seluruh populasi (Azwar, 2023). Sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah siswa laki - laki aktif SMA Sultan Agung 3 Semarang.

#### a. Teknik Pengambilan Sampel

Penelitian ini memakai Teknik *total sampling*, sampel diambil dari keseluruhan dan total sampel yang ada berdasarkan kriteria yang telah ditentukan.

#### b. Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah kriteria yang menentukan subjek penelitian mewakili sampel penelitian yang memenuhi kriteria sampel (Emi *et al.*, 2021). Kriteria eksklusi adalah kriteria yang belum memenuhi syarat

sebagai penelitian dengan kriteria sebagai sampel untuk penelitian (Sugiono, 2023). Dalam penelitian ini kriteria eksklusinya adalah:

- 1) Siswa aktif SMA Sultan Agung Semarang
- 2) Remaja laki-laki
- 3) Umur 15-18 tahun

c. Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah kriteria yang belum memenuhi syarat sebagai penelitian dengan kriteria sebagai sampel untuk penelitian (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini kriteria eksklusinya adalah :

- 1) Siswa yang tidak Hadir

**E. Tempat dan Waktu**

**1. Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di SMA 1 Islam Sultan Agung Semarang,

**2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli – September 2025.

**F. Definisi Operasional**

Definisi operasional merupakan penjelasan mengenai variabel berdasarkan karakteristik yang diamati, yang memungkinkan peneliti untuk melakukan sebuah pengukuran dengan teliti pada suatu objek atau fenomena yang ada (Creswell John and Creswell David, 2023)

**Tabel 3.1. Definisi Oprasional**

Variabel	Definisi oprasional	Alat ukur	Hasil Ukur	Skala
<b>Maskulin gender</b>	seperangkat norma, perilaku, dan harapan sosial yang dianggap sesuai untuk laki-laki dalam konteks budaya tertentu. Ini mencakup karakteristik seperti ketangguhan, dominasi, independensi, dan pengendalian emosi.	Pengukuran menggunakan skala ukur The Masculine Gender Role Stress Scale (MGRSS) terdiri dari 25 pertanyaan dengan skor : STS(Sangat Tidak Setuju): 3 TS (Tidak Setuju): 2 S (Setuju): 1 SS (Sangat Setuju): 0	Total nilai skor : dengan pemberian skor mulai dari 0 (minimal) – 75 (maksimal) dengan kategori skoring sebagai berikut : 1. Kurang: 0 - 25 2. Cukup : 26 - 50 3. Baik : 50 - 75	Ordinal
<b>Ekpresi emosional</b>	merujuk pada cara individu mengekspresikan atau menunjukkan emosi mereka kepada orang lain. Ini dapat melibatkan berbagai bentuk komunikasi, baik verbal maupun non-verbal, yang mencerminkan perasaan seseorang.	Pengukuran menggunakan skala ukur Emotional Expression Scale (EES) terdiri dari 25 pertanyaan dengan skor STS(Sangat Tidak Setuju): 3 TS (Tidak Setuju): 2 S (Setuju): 1 SS (Sangat Setuju): 0	Total nilai skor : dengan pemberian skor mulai dari 0 (minimal) – 75 (maksimal) dengan kategori skoring sebagai berikut : 1. Kurang: 0 - 25 2. Cukup : 26 - 50 3. Baik : 50 - 75	Ordinal

### G. Instrument /Alat Pengumpulan Data

Juli – September 2025. Pembuatan kuesioner ini mengacu pada parameter yang sudah dibuat oleh peneliti-peneliti sebelumnya yang sesuai dengan penelitian yang akan dilakukan. Kuisisioner *The Masculine Gender Role Stress Scale* (MGRSS) untuk maskulin gender dan *Emotional Expression Scale* (EES).Maka peneliti melakukan uji validitas dan reabilitas. Adapun kuesioner ini dibagi dalam tiga bagian :

### 1. Kuisisioner data demografi

Bagian pertama tentang karakteristik responden, responden meliputi nomor responden, nama siswa, kelas, umur, jenis kelamin, alamat rumah, asal daerah/suku, status.

### 2. Kuisisioner maskulin *gender role*

Bagian kedua tentang maskulin gender bertujuan untuk mengetahui bagaimana maskulin gender yang dialami oleh siswa SMA Sultan Agung Semarang. Pengukurannya menggunakan skala likert dan di golongan dalam skala ordinal. Kuisisioner ini berisi 25 pernyataan, dengan pilihan jawaban:

- a. Jawaban yang sangat tidak setuju diberi skor 3
- b. Jawaban yang tidak setuju diberi skor 2
- c. Jawaban yang setuju diberi skor 1
- d. Jawaban yang sangat setuju diberi skor

### 3. Kuisisioner ekspresi emosi

Bagian kedua tentang ekspresi emosional bertujuan untuk mengetahui seberapa jauh ekspresi emosional yang dialami oleh siswa kelas SMA Sultan Agung 3 Semarang. Pengukurannya menggunakan skala likert dan di golongan dalam skala ordinal. Kuisisioner ini berisi 25 pernyataan, dengan pilihan jawaban :

- a. Jawaban yang sangat tidak setuju diberi skor 3
- b. Jawaban yang tidak setuju diberi skor 2
- c. Jawaban yang setuju diberi skor 1

d. Jawaban yang sangat setuju diberi skor

4. Uji validitas dan reabilitas

a. Uji validitas

Uji validitas berfungsi untuk mengetahui sebuah keaslian dari suatu instrument penelitian. Instrument dikatakan valid ketika sebuah alat ukur dapat mengukur suatu data yang diteliti secara tepat (Creswell John and Creswell David, 2023). Didalam penelitian ini, peneliti. Menggunakan *The Masculine Gender Role Stress Scale* (MGRSS) untuk maskulin gender dan *Emotional Expression Scale* (EES) untuk ekspresi emosi siswa. Jika nilai  $r$ -hitung adalah sama atau lebih besar dari  $r$ -tabel, maka butir dari instrumen yang dimaksud adalah valid. Sebaliknya jika  $r$ -hitung lebih kecil dari pada  $r$ -tabel maka butir instrumen tidak valid. Instrumen dikatakan valid jika nilai  $p$  value  $< 0,05$  dan instrumen dikatakan tidak valid jika nilai  $p$  value  $> 0,05$  dengan menggunakan rumus *Product Moment* (Sugiyono, 2016).

Peneliti telah melakukan uji validitas terhadap kuisiner ini dengan menggunakan spss, dan kuisiner telah dinyatakan valid nilai  $r$  table  $> r$  hitung.

b. Uji reabilitas

Uji reabilitas digunakan untuk instrument penelitian agar dapat digunakan dan dipercaya dalam pengumpulan sebuah data. Instrument dikatakan reabilitas apabila dapat mengetahui besar kemampuan dan mengukur secara tepat sasaran yang akan diukur (Creswell John and

Creswell David, 2023). Kuesioner dikatakan reliabel jika memiliki nilai  $\alpha > 0,05$ . Kriteria pengambilan keputusan untuk menentukan reliabel atau tidak bila  $r$ -hitung lebih besar atau sama dengan  $r$ -tabel maka item tersebut reliabel. Bila  $r$  hitung lebih kecil dari  $r$  tabel maka item tersebut tidak reliabel (Sugiyono, 2016).

Dalam penelitian ini, peneliti *The Masculine Gender Role Stress Scale* (MGRSS) untuk maskulin gender dan *Emotional Expression Scale* (EES) untuk ekspresi emosi siswa. telah diuji reabilitas oleh (Syahbani, 2021) pada 30 responden dan di peroleh hasil nilai *alpha cronbach* yaitu 0,762, kemudian nilai ini dibandingkan dengan nilai  $r$ -tabel 0,349, dapat disimpulkan bahwa *alpha* 0,762 > 0,349 yang artinya butir-butir kuisisioner tingkat stres dikatakan reliabel atau terpercaya sebagai alat pengumpul data dalam penelitian.

#### H. Metode Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data penting yang diperoleh langsung dari responden (Sugiono, 2023), adapun langkah- langkah dalam pengumpulan data antara lain:

1. Tahap awal penelitian, peneliti meminta surat perijinan untuk melakukan penelitian pada Siswa SMA 1 Sultan Agung Semarang
2. Setelah mendapatkan surat izin dari SMA 1 Sultan Agung Semarang, kemudian peneliti mengajukan surat penelitian ke Kepala Sekolah SMA 1 Sultan Agung Semarang . Kemudian akan mendapatkan persetujuan dan

mendapat surat balasan untuk melakukan penelitian.

3. Peneliti meminta surat izin kepada SMA Sultan Agung Semarang untuk mendapatkan daftar nama siswa agar dapat mengisi kuesioner.
4. Siswa yang akan menjadi responden diberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan penelitian.
5. Kemudian setelah mahasiswa paham dan setuju, peneliti meminta responden untuk menandatangani lembar persetujuan dalam keikutsertaan penelitian ini (*Informed Consent*).
6. Kemudian peneliti menjelaskan teknis bagaimana pengisian kuesioner penelitian kepada responden.
7. Peneliti mendapat data melalui pengisian kuesioner kepada setiap Siswa SMA Sultan Agung Semarang.
8. Setelah semua item terisi oleh responden, kuesioner dikumpulkan kembali selanjutnya dilakukan analisis data.

## **I. Pengolahan dan Analisis Data**

### **1. Pengelolaan Data**

Setelah semua data yang diperlukan terkumpul, maka dilakukan langkah langkah pengolahan data sebagai berikut (Sugiono, 2023)*Editing* yaitu dengan memeriksa kembali data yang telah diisi oleh responden.

- a. *Coding* yaitu pemberian kode disetiap data yang terdiri atas beberapa kategori.
- b. Tabulasi Data yaitu menghitung dan menginput data yang telah dikumpulkan secara statistic sesuai kriteria yang ditentukan.



- c. *Entri data* yaitu menginput data ke dalam database computer.
- d. *Analiting data* yaitu dengan menggunakan alat SPSS 25 *version for windows*

## 2. Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini ialah alat bantu komputer melalui program SPSS 25 *version for windows*. Untuk data yang diperoleh kemudian dianalisa dengan analisa univariate dan analisa bivariate

### a. Analisis Univariat

Tujuan dari analisis ini adalah untuk mendeskripsikan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti yaitu, karakteristik responden, mendeskripsikan sikap, mendeskripsikan karakteristik siswa. Fungsi dari analisis univariat ini adalah untuk memberikan gambaran distribusi frekuensi dan presentase subjek penelitian dalam bentuk tabel distribusi frekuensi (Creswell John and Creswell David, 2023). Pada data numerik seperti usia digunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi. Data kategori seperti jenis kelamin menggunakan distribusi frekuensi dengan ukuran persentase

### b. Analiss Bivariat

Analisis bivariat adalah analisa data yang digunakan untuk menguji dua variabel yang juga berhubungan atau korelasi (Creswell John and Creswell David, 2023). Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variable bebas dan variable terikat.

Uji statistik yang digunakan ialah uji statistik non parametrik untuk mengukur eratnya hubungan data ordinal dan ordinal antara lain uji korelasi *Spearman rank*.

Uji *spearman rank* adalah semua hipotesis untuk kategori yang berskala ordinal dan tidak berpasangan menggunakan analisa data uji *spearman rank* dengan taraf signifikansi yaitu  $\alpha$  0,05, kriteria pengujian hipotesis pada analisis ini adalah apabila taraf signifikan  $< \alpha$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sedangkan taraf signifikan  $> \alpha$  maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak (Sugionol, 2023)

## J. Etika Penelitian

Etika dalam penelitian yang memerlukan subjek manusia harus memperhatikan dan memahami hak asasi manusia (Creswell John and Creswell David, 2023). Ada beberapa ketentuan yang harus ditetapkan sebagai berikut :

### 1. *Informed Consent* (lembar persetujuan)

Persetujuan antara peneliti dan responden, ditandai dengan lembar persetujuan yang ditandatangani oleh responden sebagai bukti bahwa responden telah setuju untuk terlibat dalam penelitian. (Creswell John and Creswell David, 2023) Lembar persetujuan diberikan sebelum penelitian dilakukan untuk memastikan responden mengerti maksud dan tujuan dari penelitian. Namun jika responden menolak, maka peneliti tidak dapat memaksa serta tetap menghormati responden.

### 2. *Anonymity* (tanpa nama)

Dalam penelitian ini untuk menjaga kerahasiaan, responden tidak perlu mencantumkan nama lengkap saat mengisi kuesioner dan hanya mencantumkan inisial huruf depan.(Creswell John and Creswell David, 2023) Peneliti tidak akan mencantumkan nama responden hanya inisial.

### 3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Menjamin kerahasiaan dari hasil penelitian dan data responden tidak akan di sebar(Sugiono, 2023).

### 4. *Beneficence* (manfaat)

Penelitian ini berharap dapat memberikan dampak positif bagi responden dan meminimalkan dampak negatif bagi responden(Creswell John and Creswell David, 2023). Dalam penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden Untuk mengetahui hubungan maskulin gender role dengan ekspresi emosional remaja laki-laki.

### 5. *Nonmaleficence* (keamanan)

Penelitian ini hanya menggunakan alat dengan cara mengisi lembar kuesioner tanpa adanya percobaan yang dapat membahayakan(Creswell John and Creswell David, 2023).

### 6. *Veracity* (Kejujuran)

Dalam meneliti ini peneliti memberikan informasi jujur mengenai pengisian kuesioner dan manfaat penelitian.(Creswell John and Creswell David, 2023) Peneliti akan memberikan penjelasan mengenai informasi penelitian yang akan dilanjutkan, karena penelitian ini menyangkut diri responden.

## 7. *Justice* (Keadilan)

Peneliti memberikan perlakuan yang sama kepada semua responden tanpa adanya diskriminasi.



## BAB IV

### HASIL PENELITIAN

#### A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang, pada bulan Mei sampai Juli 2025. SMA Negeri 1 Sultan Agung merupakan salah satu sekolah menengah atas negeri dengan jumlah siswa laki-laki yang cukup dominan dan aktif dalam berbagai kegiatan akademik maupun nonakademik, seperti olahraga, organisasi siswa (OSIS), dan ekstrakurikuler bela diri.

#### B. Karakteristik Responden

Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 304 remaja laki-laki yang seluruhnya merupakan siswa kelas XI di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang, dengan rentang usia 15–18 tahun. Karakteristik responden dibedakan berdasarkan usia, kelas, dan tingkat keaktifan dalam kegiatan sekolah.

**Tabel 4.1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025**

variabel	Frekuensi (F)		Persentase (%)
Usia (Tahun)	15	20	6,6%
	16	50	16,4%
	17	213	70,0%
	18	21	6,0%
<b>Total</b>	<b>304</b>	<b>100%</b>	

Sebagian besar responden berusia 17 tahun (70%), yang merupakan masa remaja pertengahan, di mana pembentukan identitas diri dan peran gender sedang berkembang secara aktif.

**Tabel 4.2. Distribusi Responden Berdasarkan kelas di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025**

Variabel		Frekuensi (F)	Persentase (%)
	X	123	40,4%
kelas	XI	181	59,6%
<b>Total</b>		<b>304</b>	<b>100%</b>

Seluruh responden merupakan siswa kelas X, XI, karena pada tingkat ini siswa dianggap telah memiliki kematangan kognitif dan sosial yang cukup untuk menjawab kuesioner dengan refleksi diri yang lebih akurat.

### C. Analisis Univariat

Analisis univariat bertujuan untuk menggambarkan distribusi masing-masing variabel penelitian, yaitu maskulin gender role (variabel independen) dan ekspresi emosional (variabel dependen).

**Tabel 4.3. Distribusi Ekspresi Emosional di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025**

Variabel		Frekuensi (F)	Persentase (%)
Ekspresi Emosional	Baik	76	24,3%
	Cukup	102	33,6%
	Kurang	126	42,1%
<b>Total</b>		<b>304</b>	<b>100%</b>

Sebagian besar responden memiliki ekspresi emosional dalam kategori kurang baik (42,1%), yang menunjukkan bahwa banyak remaja laki-laki cenderung menekan atau tidak terbiasa mengekspresikan emosi secara terbuka.

**Tabel 4.4. Distribusi maskulinin gender role di SMA X Di kota Semarang Bulan September Tahun 2025**

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Maskulin	baik	121	39,9%
	cukup	111	36,6%
	kurang	71	23,3%
<b>Total</b>		<b>304</b>	<b>100</b>

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan dalam kategori cukup (63,2%) dan tingkat kepatuhan baik (71,1%), menunjukkan bahwa secara kognitif mereka memahami pentingnya pengendalian diri, namun belum sepenuhnya mampu menerapkannya dalam mengekspresikan emosi secara sehat.

#### D. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki menggunakan uji korelasi Spearman Rank.

#### E. Hipotesis Penelitian

$H_0$  (Hipotesis nol): Tidak terdapat hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki.

$H_1$  (Hipotesis alternatif): Terdapat hubungan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki.

**Tabel 4.5. Hasil Analisis Hubungan Antara Maskulin Gender Role Dengan Ekspresi Emosional Pada Remaja Laki Di Sekolah X**

### Pada Bulan September 2025

		Ekspresi Emosional						Total	<i>P</i> <i>valu</i> <i>e</i>	
		Kurang		Cukup		Baik				
		f	%	f	%	f	%			f
<i>Mask</i> <i>ulin</i> <i>Gend</i> <i>er</i>	Kurang	52	72,2	0	0	20	27,8	72	23,7	<0,00 1
	Cukup	1	0,9	55	49,5	55	49,5	111	36,5	
	Baik	73	60,3	47	38,8	1	0,8	121	39,8	
Total		126	41,4	102	33,6	76	25,0	304	100	

Nilai *r* sebesar -0.968 dengan nilai signifikansi (*p*) sebesar  $p < 0.01$ ,

Nilai *r* negatif (-) menunjukkan bahwa arah hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional bersifat berlawanan. Artinya, semakin tinggi tingkat maskulin gender role yang dimiliki oleh remaja laki-laki, maka semakin rendah tingkat ekspresi emosional yang ditunjukkan.

Besarnya nilai  $r = -0.968$  menunjukkan bahwa kekuatan hubungan antara kedua variabel sangat kuat. Karena nilai  $p < 0.01$ , maka korelasi ini signifikan secara statistik pada tingkat kepercayaan 99%.

Berdasarkan hasil analisis Spearman Rank terhadap 304 responden, diperoleh bahwa: Terdapat hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Nilai korelasi  $r = -0.968$  mengindikasikan bahwa semakin tinggi peran gender maskulin yang dimiliki remaja laki-laki, semakin rendah kemampuan mereka dalam mengekspresikan emosi. Nilai signifikansi  $p = 0.000 (< 0.01)$  menunjukkan bahwa hubungan tersebut bermakna secara statistik.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima dan hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak, artinya terdapat hubungan negatif yang



sangat kuat dan signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang.



## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

#### **A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang pada bulan September 2025. Sekolah ini merupakan salah satu institusi pendidikan menengah atas negeri yang memiliki reputasi baik di Kota Semarang, baik dari sisi kualitas akademik, kegiatan ekstrakurikuler, maupun pembinaan karakter. Secara geografis, SMA Negeri 1 Sultan Agung berada pada kawasan yang strategis dan mudah dijangkau, sehingga siswa berasal dari beragam latar belakang sosial ekonomi, namun tetap menunjukkan karakteristik budaya sekolah yang relatif homogen: kompetitif, aktif, dan menjunjung tinggi prestasi.

SMA Negeri 1 Sultan Agung memiliki komposisi siswa laki-laki yang cukup dominan dibandingkan siswa perempuan, terutama di beberapa program studi seperti Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) dan kelompok ekstrakurikuler berbasis fisik seperti olahraga, bela diri, dan paskibra. Dominasi jumlah siswa laki-laki ini berpengaruh terhadap dinamika interaksi sosial dan pola komunikasi sehari-hari di lingkungan sekolah.

Budaya sekolah yang menekankan capaian prestasi akademik dan nonakademik juga membentuk lingkungan sosial yang kompetitif. Siswa laki-laki di sekolah ini kerap terlibat dalam berbagai kompetisi, seperti lomba olahraga, kejuaraan bela diri, olimpiade sains, hingga kegiatan organisasi.

Situasi ini mendorong terbentuknya norma maskulinitas yang kuat, seperti keberanian, ketangguhan, pengendalian emosi, serta orientasi pada pencapaian.(Sitorus, 2023)

Pemilihan SMA Negeri 1 Sultan Agung bukan hanya didasarkan pada ketersediaan subjek penelitian, tetapi juga pada karakteristik budaya sekolah yang memungkinkan munculnya dinamika gender role yang kaya. Dalam penelitian mengenai hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosi, penting untuk mendapatkan konteks sosial yang menonjolkan ekspektasi terhadap maskulinitas.(Bryan Christopher, 2022)

Dalam konteks penelitian ini, SMA Negeri 1 Sultan Agung menjadi lokasi yang tepat untuk mengamati bagaimana maskulin gender role terbentuk dan dimaknai oleh remaja laki-laki. Penelitian dilakukan pada periode di mana siswa sedang aktif mengikuti kegiatan pembelajaran tatap muka, ujian semester, dan berbagai agenda ekstrakurikuler, sehingga interaksi sosial siswa dapat diamati secara intensif.

## **B. Gambaran Karakteristik Responden**

Pada Penelitian ini dilakukan terhadap 304 responden yaitu siswa laki-laki di SMA Sultan Agung Semarang. Sebagian besar responden berada pada usia 15–18 tahun, yang merupakan masa remaja pertengahan hingga akhir. Masa remaja merupakan fase penting dalam pembentukan identitas diri, termasuk bagaimana individu memahami peran gender dan mengekspresikan emosi.

Berdasarkan Tabel 4.1, responden dalam penelitian ini berjumlah 304 siswa dengan rentang usia 15 sampai 18 tahun. Mayoritas responden berada pada rentang usia 17 tahun, yaitu sebanyak 213 siswa (70,0%), diikuti usia 16 tahun sebanyak 50 siswa (16,4%), usia 15 tahun sebanyak 20 siswa (6,6%), serta usia 18 tahun sebanyak 21 siswa (6,0%). Distribusi ini menunjukkan bahwa komposisi usia siswa SMA X mayoritas berada pada fase perkembangan remaja pertengahan (middle adolescence).

Tingginya proporsi usia 17 tahun berkaitan dengan kurikulum pendidikan menengah atas di Indonesia, di mana siswa kelas XI dan XII umumnya berada pada rentang usia tersebut. Pada tahun ajaran berjalan, sebagian besar responden yang terlibat adalah siswa kelas XI yang secara administratif berada pada fase usia 15–18 tahun. Dominasi usia 17 tahun (70%) menunjukkan bahwa mayoritas responden sedang berada pada puncak masa remaja, ditandai dengan pencarian identitas diri, pembentukan konsep diri, serta peningkatan sensitivitas terhadap norma sosial, terutama terkait peran gender dan ekspresi emosional. (Gaol *et al.*, 2021)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat maskulin gender role sedang hingga tinggi, menggambarkan bahwa nilai-nilai maskulinitas seperti kemandirian, ketegasan, dan kemampuan mengontrol emosi masih dipegang kuat oleh remaja laki-laki. Sementara itu, ekspresi emosional responden sebagian besar berada pada kategori sedang, menandakan bahwa mereka dapat mengekspresikan emosi secara terbatas,

namun masih cenderung menahan emosi tertentu yang dianggap lemah seperti sedih atau takut.(Avianti & Yunanto, 2023)

Temuan ini sesuai dengan pendapat Chaplin (2015) yang menyatakan bahwa laki-laki cenderung lebih mudah mengekspresikan emosi yang bersifat dominan seperti marah atau bangga dibandingkan emosi yang dianggap “feminin”, seperti takut dan sedih. Hal ini disebabkan karena adanya tekanan sosial untuk mempertahankan citra maskulinitas. Dengan demikian, dapat dikatakan bahwa semakin tinggi peran gender maskulin, semakin besar kecenderungan remaja laki-laki untuk menekan atau mengontrol emosinya, yang dapat berdampak terhadap keseimbangan emosional dan kesehatan mental mereka.(Anggreni, 2022)

### C. Analisis Bivariat

Berdasarkan Tabel 4.3, ekspresi emosional siswa di SMA X Kota Semarang menunjukkan variasi yang cukup signifikan. Dari total 304 responden, sebanyak 128 siswa (42,1%) berada dalam kategori ekspresi emosional kurang, 102 siswa (33,6%) dalam kategori cukup, dan hanya 74 siswa (24,3%) yang memiliki ekspresi emosional baik. Pola distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja laki-laki di sekolah tersebut memiliki kecenderungan kesulitan dalam mengekspresikan emosi secara sehat dan adaptif.(Lainsyampetty & Soetjipto, 2022)

Proporsi terbesar pada kategori kurang menggambarkan bahwa banyak siswa yang belum mampu mengungkapkan perasaan secara jelas, baik secara verbal maupun nonverbal. Kondisi ini dapat terjadi karena pada masa remaja

kemampuan mengenali dan menyalurkan emosi masih berkembang, sehingga wajar apabila sebagian besar responden belum mencapai kategori optimal. Kelompok dengan kategori cukup (33,6%) menunjukkan bahwa sebagian siswa sudah mampu mengekspresikan emosi dalam beberapa situasi, namun kemampuan tersebut belum stabil. (Sitorus, 2023) Mereka kemungkinan dapat menyampaikan emosi tertentu, tetapi masih sulit mengungkapkan emosi yang lebih kompleks seperti marah, kecewa, atau sedih. Sementara itu, kategori baik yang hanya 24,3% menunjukkan bahwa sebagian kecil siswa sudah memiliki kemampuan ekspresi emosional yang lebih matang. Siswa dalam kelompok ini cenderung mampu mengenali perasaan yang muncul dan mengungkapkannya dengan cara yang sesuai. (Sitorus, 2023)

Lingkungan sekolah yang didominasi oleh siswa laki-laki dan budaya maskulinitas yang kuat dapat memengaruhi cara mereka mengekspresikan emosi. Dalam budaya maskulinitas, terdapat keyakinan bahwa laki-laki idealnya tidak menunjukkan kelemahan, tidak menangis, tidak tampak takut atau cemas, tetap terlihat kuat dalam berbagai situasi. (Gunawan & Ardi, 2023) Nilai-nilai tersebut menyebabkan siswa laki-laki lebih cenderung menekan atau menyembunyikan emosi, terutama emosi negatif. Akibatnya, ekspresi emosional tampak rendah meskipun mereka sebenarnya mengalami emosi tersebut. Hal ini menjelaskan mengapa kategori “kurang” menjadi dominan. (Gaol *et al.*, 2021)

#### **D. Analisis Univariat**

Berdasarkan hasil uji korelasi menggunakan Spearman Rank, diperoleh nilai  $p\text{-value} < 0,05$ , yang berarti terdapat hubungan signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional pada remaja laki-laki di SMA Sultan Agung Semarang. Nilai koefisien korelasi menunjukkan arah hubungan negatif, yang berarti semakin tinggi maskulinitas seseorang, semakin rendah ekspresi emosional yang ditunjukkan. (Psikologi *et al.*, 2024)

Hasil analisis Spearman Rank dalam penelitian ini memperlihatkan nilai korelasi  $r = -0.968$  dengan signifikansi  $p = 0.000$ , yang menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat serta signifikan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Korelasi negatif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat maskulin gender role yang dimiliki siswa, maka semakin rendah kemampuan mereka dalam mengekspresikan emosi. Temuan ini menjadi bukti bahwa pola maskulinitas memegang peranan penting dalam mempengaruhi perilaku emosional siswa laki-laki di SMA X.

Dalam kaitannya dengan pengujian hipotesis, penelitian ini menetapkan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) bahwa terdapat hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional, serta hipotesis nol ( $H_0$ ) yang menyatakan tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Berdasarkan hasil analisis dengan nilai  $p$  yang lebih kecil dari 0.01, maka dapat disimpulkan bahwa  $H_1$  diterima, sementara  $H_0$  ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel benar-benar ada dan memiliki arah yang jelas, yaitu hubungan negatif.

Penerimaan hipotesis ini semakin bermakna apabila dikaitkan dengan hasil analisis deskriptif. Data menunjukkan bahwa sebanyak 42,1% siswa berada pada kategori ekspresi emosional kurang, yang merupakan proporsi terbesar. Kondisi ini sejalan dengan tingginya tingkat maskulin gender role pada responden, sehingga data deskriptif dan korelasional saling mendukung. Remaja laki-laki yang menunjukkan tingkat maskulinitas tinggi cenderung memiliki kecenderungan untuk menahan, menekan, atau menyembunyikan emosi mereka.(Firdiyogi, 2022)

Fenomena ini dapat dipahami dengan mempertimbangkan cara remaja memaknai nilai-nilai maskulinitas tradisional. Dalam konstruksi sosial maskulinitas, laki-laki seringkali dianggap harus tampil kuat, tidak menunjukkan kelemahan, dan mampu mengendalikan diri dalam berbagai situasi.(Kusnandar, 2023) Akibatnya, remaja yang menginternalisasi nilai tersebut cenderung menghindari ekspresi emosi yang dipersepsikan tidak sesuai dengan citra maskulin, seperti menangis, menunjukkan kecemasan, atau mengungkapkan kesedihan. Tekanan internal untuk menunjukkan citra maskulin tersebut berkontribusi terhadap rendahnya kemampuan ekspresi emosional, sebagaimana tercermin dalam hasil penelitian ini.

Dengan demikian, penerimaan hipotesis  $H_1$  tidak hanya menegaskan adanya hubungan, tetapi juga menjelaskan mekanisme yang mendasari hubungan tersebut pada remaja laki-laki. Kekuatan korelasi yang sangat tinggi ( $r = -0.968$ ) menunjukkan bahwa maskulin gender role merupakan faktor yang dominan dalam mempengaruhi kemampuan ekspresi emosi. Temuan ini



memberikan bukti empiris bahwa peran gender maskulin yang kaku dapat membatasi ekspresi emosional pada remaja. (Bryan Christopher, 2022)

Secara keseluruhan, penelitian ini mendukung hipotesis yang diajukan peneliti dan memberikan pemahaman yang lebih mendalam bahwa maskulin gender role berperan signifikan dalam proses pengelolaan dan pengekspresian emosi pada remaja laki-laki. Hubungan yang sangat kuat tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi internalisasi peran maskulin pada seorang remaja, semakin rendah kecenderungannya untuk mengekspresikan emosi, sebagaimana tercermin pada sebagian besar responden dalam penelitian ini. (Psikologi *et al.*, 2024)

Hasil ini mendukung teori Gender Role Strain Paradigm (Pleck, 1995) yang menjelaskan bahwa individu laki-laki yang berpegang kuat pada nilai maskulinitas tradisional cenderung mengalami tekanan emosional (strain) ketika mengekspresikan perasaan yang tidak sesuai dengan norma maskulin. Akibatnya, mereka membatasi atau bahkan menekan emosi mereka agar tetap sesuai dengan ekspektasi sosial terhadap peran laki-laki.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Mahalik *et al.* (2003) yang menyatakan bahwa konformitas terhadap norma maskulinitas berkorelasi negatif dengan ekspresi emosional. Laki-laki yang berorientasi pada nilai maskulin tradisional akan cenderung menghindari ekspresi emosi yang menunjukkan kelembutan atau kerentanan.



## BAB VI

### PENUTUP

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai Hubungan antara Maskulin Gender Role dengan Ekspresi Emosional pada Remaja Laki-laki di SMA Sultan Agung Semarang, diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebagian besar remaja laki-laki memiliki tingkat maskulin gender role sedang, yang menunjukkan masih kuatnya pengaruh nilai-nilai maskulinitas tradisional dalam perilaku mereka.
2. Sebagian besar responden memiliki tingkat ekspresi emosional sedang, yang berarti mereka mampu mengekspresikan emosi secara terbatas.
3. Terdapat hubungan negatif yang signifikan antara maskulin gender role dengan ekspresi emosional, yang berarti semakin tinggi tingkat maskulinitas, semakin rendah kemampuan remaja laki-laki dalam mengekspresikan emosi.
4. Hasil ini menunjukkan bahwa peran gender maskulin yang kaku dapat menghambat perkembangan emosional remaja laki-laki, sehingga perlu adanya pendekatan keperawatan untuk mendukung ekspresi emosional yang sehat.

## **B. Kritik dan saran**

### 1. Bagi Perawat Jiwa:

Perawat diharapkan dapat memberikan edukasi kesehatan jiwa di sekolah melalui kegiatan konseling dan pelatihan ekspresi emosi untuk meningkatkan kesadaran remaja laki-laki akan pentingnya pengelolaan emosi yang sehat.

### 2. Bagi Pihak Sekolah:

Sekolah diharapkan dapat menyelenggarakan program pembinaan karakter yang menekankan keseimbangan antara nilai maskulinitas dan kemampuan mengekspresikan emosi secara positif.

### 3. Bagi Orang Tua:

Orang tua diharapkan dapat menjadi contoh dalam mengekspresikan emosi dengan baik serta menumbuhkan pola komunikasi yang terbuka terhadap anak laki-laki di rumah.

### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian selanjutnya disarankan untuk menambah variabel lain seperti dukungan sosial dan konsep diri, serta memperluas populasi agar hasil penelitian lebih representatif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adofo & Etsey (2016). (2023). Dampak Perceraian Orangtua Terhadap Kondisi Psikologis Remaja. *Humanistik'45*, 67–76. <https://univ45sby.ac.id/ejournal/index.php/humanistik/article/view/411>
- Anggreni, D. (2022). *Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto buku ajar*.
- Anshari, A. Y. (2023). *DIRI REMAJA AKHIR LAKI-LAKI*. 30701900038.
- Avianti, M. A., & Yunanto, T. A. R. (2023). Dinamika Persepsi dan Toleransi Penggemar Boys Love Terhadap Homoseksualitas. *Jurnal Diversita*, 9(1), 127–139. <https://doi.org/10.31289/diversita.v9i1.9112>
- Berliana, N. (2021). Landasan Teori ادبج. *Dasar-Dasar Ilmu Politik*, 1981, 18.
- Bryan Christopher. (2022). Perancangan Produk Lifestyle Sebagai Media Ekspresi Emosi Remaja Indonesia. *SERENADE: Seminar on Research and Innovation of Art and Design*, 1, 149–154. <https://doi.org/10.21460/serenade.v1i1.26>
- Candra Susanto, P., Ulfah Arini, D., Yuntina, L., Panatap Soehaditama, J., & Nuraeni, N. (2024). Konsep Penelitian Kuantitatif: Populasi, Sampel, dan Analisis Data (Sebuah Tinjauan Pustaka). *Jurnal Ilmu Multidisplin*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.38035/jim.v3i1.504>
- Creswell John and Creswell David. (2023). Research Design, Qualitative, Quantitative and Mixed Methods Approaches. In *SAGE Publications, Inc.: Vol. Sixth Edit* (Issue 1). <https://medium.com/@arifwicaksanaa/pengertian-use-case-a7e576e1b6bf>
- Eryca Septiya Ningrum, & Kusnarto. (2022). Representasi Maskulinitas Pada Tokoh Matt Dalam Film “The Intern.” *Jurnal Heritage*, 10(1), 01–16. <https://doi.org/10.35891/heritage.v10i1.2843>
- Firdiyogi, N. (2022). Konstruksi Sosial Maskulinitas Positif Dan Kesehatan Mental. In *Skripsi*. <http://repository.uinsaizu.ac.id/13169/>
- Gaol, A. L., Buanasari, A., & Bidjuni, H. (2021). Hubungan Expressed Emotion Keluarga Dan Peer Support Dengan Suicide Ideation pada Remaja Di Smp N 8 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 9(1), 9. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36764>
- Gunawan, V., & Ardi, R. (2023). Apakah Narsisme dan Psikopati Memoderasi Hubungan Konformitas Norma Maskulin dengan Kecenderungan Perilaku Image-based Sexual Abuse? *Jurnal Psikologi Udayana*, 10(1), 249. <https://doi.org/10.24843/jpu.2023.v10.i01.p05>

- Khofifah, A. N., & Purwasetiawatik, T. F. (2023). Pengaruh Father Involment terhadap Regulasi Emosi Remaja Akhir di Kota Makassar. *Jurnal Psikologi Karakter*, 3(1), 56–64. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2043>
- Kusnandar, J. H. (2023). Stigma Maskulinitas Di Tengah Budaya Patriarki Analisis Teori Solidaritas Sosial Emile Durkheim. *Journal Of Gender and Children Studies*, 3(1), 26–51. <https://journal.unesa.ac.id/index.php/JOFC>
- Mahalik, J. R., Burns, S. M., & Syzdek, M. (2007). Masculinity and perceived normative health behaviors as predictors of men's health behaviors. *Social Science and Medicine*, 64(11), 2201–2209. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2007.02.035>
- Pokhrel, S. (2024). No TitleEΛENH. *Ayan*, 15(1), 37–48.
- Psikologi, F., Islam, U., & Syarif, N. (2024). *PENGARUH MASCULINE GENDER ROLE STRESS DAN DUKUNGAN SOSIAL TERHADAP EKSPRESI EMOSI REMAJA LAKI-LAKI*.
- Putawa, R. A. (2023). Aspek Maskulinitas Pada Perkembangan Sistem Kepercayaan Politeisme Dan Monoteisme. *Sanjiwani: Jurnal Filsafat*, 14(1), 76–83. <https://doi.org/10.25078/sjf.v14i1.2231>
- Ramadhani, A. F., & Suratnoaji, C. (2021). Representasi Maskulinitas Tokoh Utama dalam Film Persahabatan Bagai Kepompong 2021. *Jurnal Nomosleca*, 7(2), 160–173. <https://doi.org/10.26905/nomosleca.v7i2.6251>
- Sitorus, A. S. (2023). Keterampilan Sosial dan Emosional Anak Usia Dini; Analisis Gender. *Generasi Emas*, 6(1), 49–57. [https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6\(1\).11000](https://doi.org/10.25299/ge.2023.vol6(1).11000)
- sugiono sugiono, puji lestari. (2021). *METODE PENELITIAN KOMUNIKASI (KUANTITATIF, KUALITATIF DAN CARA MUDAH MELAKUKAN PENELITTIAN PADA JURNAL INTERNATIONAL)*.
- Sugiono, D. (2023). metode penelitian kuantitatif kualitatif. In *Sustainability (Switzerland)*. [http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484\\_SISTEM\\_PEMBETUNGAN\\_TERPUSAT\\_STRATEGI\\_MELESTARI](http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI)
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*. 3(2), 96–102.

