



Essentia: Journal of Medical Practice and Research

Vol 1 No 2 December 2025, Hal 137-142
ISSN: 3123-4100 (Print) ISSN: 3123-4097 (Electronic)
Open Access: <https://scriptaintelektual.com/essentia>

Hubungan Antara Maskulin Gender Role dengan Ekspresi Emosional pada Remaja Laki-Laki

Susan^{1*}, Wahyu Endang Setyowati², Betie Febriana³

¹⁻³ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: susansuwar@gmail.com¹

Article Info :

Received:
27-10-2025
Revised:
29-11-2025
Accepted:
26-12-2025

Abstract

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.

Keywords: Emotional, Expression, Gender Role, Male Adolescents, Masculine.

Abstrak

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.

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



©2022 Authors.. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-Non Commercial 4.0 International License.
(<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>)

PENDAHULUAN

Perkembangan mutakhir dalam kajian psikologi perkembangan dan studi gender menunjukkan peningkatan perhatian terhadap bagaimana konstruksi peran gender membentuk dinamika emosional remaja laki-laki di berbagai konteks budaya, seiring dengan menguatnya kesadaran global mengenai krisis kesehatan mental remaja dan kebutuhan akan pendekatan yang lebih sensitif terhadap faktor sosial-kultural. Literatur internasional menegaskan bahwa masa remaja merupakan periode transisi kritis yang ditandai oleh intensifikasi pencarian identitas diri, reorganisasi relasi sosial, serta peningkatan tuntutan terhadap kompetensi regulasi emosi, yang semuanya berpotensi dipengaruhi oleh ekspektasi maskulinitas dominan dalam masyarakat (Anshari, 2023).

Maskulin gender role tidak lagi dipahami semata sebagai atribut personal, melainkan sebagai konstruksi sosial yang dinegosiasikan melalui interaksi keluarga, teman sebaya, serta representasi media, yang secara simultan membentuk pola ekspresi emosional dan strategi koping individu (Firdiyogi, 2022). Studi mengenai representasi maskulinitas dalam produk budaya populer menunjukkan bahwa figur laki-laki kerap digambarkan sebagai rasional, mandiri, dan minim ekspresi afektif, yang berpotensi menormalisasi pembatasan emosi sebagai ciri ideal maskulinitas (Eryca Septiya Ningrum & Kusnarto, 2022). Kondisi tersebut menempatkan remaja laki-laki pada posisi yang unik sekaligus rentan, karena mereka diharapkan menavigasi kebutuhan perkembangan emosional yang kompleks di tengah norma gender yang cenderung restriktif.

Sejumlah penelitian terdahulu telah mengungkap keterkaitan antara norma maskulin dengan berbagai indikator kesehatan mental dan perilaku sosial, meskipun temuan-temuan tersebut masih menunjukkan pola yang beragam. Penelitian tentang konformitas terhadap norma maskulin mengindikasikan adanya hubungan dengan kecenderungan perilaku bermasalah tertentu, termasuk agresi simbolik dan eksploitasi berbasis citra, yang dalam beberapa kasus dimoderasi oleh karakteristik kepribadian seperti narsisme dan psikopati (Gunawan & Ardi, 2023). Di sisi lain, kajian mengenai konstruksi maskulinitas positif menyoroti potensi kerangka maskulinitas alternatif yang lebih inklusif dan suportif terhadap kesejahteraan psikologis, dengan menekankan pentingnya penerimaan kerentanan emosional sebagai bagian dari identitas laki-laki (Firdiyogi, 2022).

Temuan lain menunjukkan bahwa kualitas relasi keluarga, termasuk tingkat keterlibatan ayah, memiliki asosiasi signifikan dengan kemampuan regulasi emosi remaja, yang mengimplikasikan bahwa internalisasi peran gender berlangsung melalui proses relasional yang kompleks (Khofifah & Purwasetiawatik, 2023). Sementara itu, penelitian mengenai *expressed emotion* dalam konteks keluarga dan dukungan teman sebaya memperlihatkan bahwa iklim emosional interpersonal berperan dalam membentuk risiko ideasi bunuh diri pada remaja, meskipun variabel gender role jarang diintegrasikan secara eksplisit dalam model analisis (Gaol et al., 2021).

Meskipun literatur tersebut memberikan fondasi penting, terdapat sejumlah keterbatasan konseptual dan empiris yang menghambat pemahaman komprehensif mengenai hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Pertama, sebagian besar studi cenderung memfokuskan perhatian pada konsekuensi ekstrem atau patologis dari norma maskulin, sementara dinamika sehari-hari ekspresi emosi dalam konteks normatif kurang mendapatkan eksplorasi sistematis. Kedua, banyak penelitian menggunakan indikator maskulinitas yang bersifat umum atau tidak teroperasionalisasi secara spesifik sebagai konstruksi peran gender, sehingga sulit membedakan antara sikap personal dan internalisasi norma sosial. Ketiga, kajian yang mengaitkan faktor keluarga dengan kondisi psikologis remaja, seperti dampak perceraian orang tua terhadap kesejahteraan mental, jarang dianalisis bersama variabel gender role, padahal perubahan struktur keluarga berpotensi memodifikasi proses sosialisasi maskulinitas (Adofo & Etsey, 2016).

Keempat, perbedaan temuan lintas studi mengenai arah dan kekuatan hubungan antara norma maskulin dan kesehatan mental mengindikasikan adanya variabel mediasi atau moderasi yang belum terpetakan secara memadai. Celah-celah tersebut menegaskan urgensi ilmiah untuk mengkaji secara lebih terfokus bagaimana maskulin gender role berelasi dengan pola ekspresi emosional pada remaja laki-laki, bukan hanya sebagai faktor risiko, tetapi sebagai fenomena psikososial yang multidimensional. Dari perspektif praktis, pemahaman yang lebih presisi mengenai hubungan ini memiliki implikasi langsung bagi pengembangan intervensi berbasis sekolah dan keluarga yang bertujuan memperkuat literasi emosional tanpa menegasikan identitas gender remaja. Pendekatan yang mengabaikan dimensi gender berpotensi menghasilkan program yang kurang kontekstual dan kurang efektif dalam menjangkau kelompok sasaran.

Temuan mengenai dinamika persepsi dan toleransi terhadap ekspresi identitas non-normatif, misalnya dalam komunitas penggemar Boys Love, menunjukkan bahwa sikap terhadap variasi ekspresi gender dan emosi bersifat plastis dan dipengaruhi oleh paparan diskursus sosial tertentu (Avianti & Yunanto, 2023). Hal ini membuka ruang bagi strategi edukatif yang memfasilitasi redefinisi maskulinitas ke arah yang lebih adaptif. Dalam lanskap keilmuan, penelitian ini diposisikan untuk menjembatani kajian maskulinitas, psikologi perkembangan, dan psikologi emosi melalui pengujian empiris hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada populasi remaja laki-laki.

Kerangka metodologis yang sistematis, sebagaimana dianjurkan dalam pendekatan desain penelitian kuantitatif maupun campuran, memungkinkan pemetaan hubungan antarvariabel secara lebih

terstruktur dan dapat diuji ulang (Creswell & Creswell, 2023). Integrasi perspektif konstruksi sosial maskulinitas dengan pengukuran psikologis ekspresi emosi diharapkan dapat memperkaya model teoretis yang selama ini cenderung terfragmentasi. Posisi ini menempatkan penelitian bukan sekadar sebagai replikasi temuan sebelumnya, melainkan sebagai upaya konseptualisasi ulang hubungan gender role dan emosi dalam konteks perkembangan remaja.

Studi ini berpotensi memperluas diskursus maskulinitas dari kerangka normatif menuju kerangka relasional dan perkembangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara empiris hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki, sekaligus mengidentifikasi pola-pola hubungan yang dapat menjelaskan bagaimana internalisasi norma maskulinitas memengaruhi cara remaja mengelola dan mengekspresikan emosi. Kontribusi teoretis diharapkan terletak pada penguatan pemahaman mengenai maskulinitas sebagai konstruk perkembangan yang dinamis, bukan atribut statis. Kontribusi metodologis diwujudkan melalui pemilihan instrumen yang terstandarisasi dan desain analisis yang memungkinkan pengujian hubungan secara robust. Secara keseluruhan, penelitian ini diharapkan dapat menyediakan dasar empiris bagi pengembangan intervensi yang sensitif gender dan berorientasi pada penguatan kesehatan mental remaja laki-laki.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain korelasional menggunakan pendekatan cross-sectional. Variabel independen dalam penelitian ini adalah maskulin gender role, sedangkan variabel dependen adalah ekspresi emosional. Populasi penelitian adalah seluruh remaja laki-laki yang bersekolah di SMA Negeri 1 Sultan Agung Semarang. Jumlah sampel sebanyak 304 responden yang diambil menggunakan teknik total sampling. Kriteria inklusi meliputi remaja laki-laki berusia 15–18 tahun dan bersedia menjadi responden, sedangkan kriteria eksklusi adalah responden yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Instrumen penelitian berupa kuesioner maskulin gender role dan kuesioner ekspresi emosional yang telah melalui uji validitas dan reliabilitas. Pengumpulan data dilakukan setelah memperoleh persetujuan etik dan informed consent dari responden. Analisis data dilakukan menggunakan analisis univariat untuk menggambarkan karakteristik responden dan analisis bivariat menggunakan uji korelasi Spearman Rank dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian hasil ini disusun untuk menyajikan temuan penelitian secara sistematis, objektif, dan berbasis data, sebagai dasar empiris dalam menjawab tujuan penelitian mengenai hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Penyajian hasil difokuskan pada pemaparan karakteristik responden, gambaran distribusi masing-masing variabel penelitian, serta hasil analisis hubungan antarvariabel tanpa disertai interpretasi teoritis atau pembahasan konseptual. Pendekatan ini dimaksudkan untuk memastikan bahwa pembaca memperoleh gambaran faktual mengenai pola data yang diperoleh sebelum memasuki tahap interpretasi yang lebih mendalam.

Seluruh data kuantitatif yang disajikan telah melalui proses pengolahan statistik sesuai dengan prosedur yang ditetapkan dalam metode penelitian. Struktur penyajian hasil dimulai dari karakteristik demografis responden, dilanjutkan dengan analisis univariat untuk masing-masing variabel utama, kemudian diakhiri dengan analisis bivariat yang menggambarkan hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional. Penyajian dalam bentuk tabel dipilih untuk meningkatkan kejelasan, keterbacaan, serta kemudahan dalam mengidentifikasi pola distribusi dan kecenderungan data.

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

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

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kelas

Kelas	Frekuensi (F)	Persentase (%)
X	123	40,4
XI	181	59,6
Total	304	100

Tabel 3. Distribusi Ekspresi Emosional Responden

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

Tabel 4. Distribusi Maskulin Gender Role Responden

Maskulin Gender Role	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Baik	121	39,9
Cukup	111	36,6
Kurang	71	23,3
Total	304	100

Tabel 5. Tabulasi Silang Maskulin Gender Role dan Ekspresi Emosional

Maskulin Gender Role	Ekspresi Emosional Kurang (f/%)	Ekspresi Emosional Cukup (f/%)	Ekspresi Emosional Baik (f/%)	Total (f/%)
Kurang	52 / 72,2	0 / 0,0	20 / 27,8	72 / 23,7
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

Tabel 6. Hasil Uji Korelasi Spearman

Variabel	Nilai r	p-value
Maskulin Gender Role – Ekspresi Emosional	-0.968	< 0.01

Distribusi usia menunjukkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 17 tahun, sedangkan distribusi kelas didominasi oleh siswa kelas XI. Ekspresi emosional paling banyak berada pada kategori kurang, sementara maskulin gender role paling banyak berada pada kategori baik. Tabulasi silang memperlihatkan variasi distribusi ekspresi emosional pada setiap tingkat maskulin gender role. Hasil uji korelasi menunjukkan adanya hubungan yang sangat kuat, signifikan, dan berarah negatif antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki.

Karakteristik Responden dalam Konteks Perkembangan Remaja Laki-Laki

Mayoritas responden dalam penelitian ini berada pada usia 17 tahun, yang merepresentasikan fase remaja pertengahan dengan dinamika perkembangan psikologis yang intens. Pada tahap ini, individu mengalami penguatan pencarian identitas diri, termasuk identitas gender dan peran sosial. Perubahan biologis yang relatif stabil mulai diikuti oleh peningkatan kompleksitas kognitif dan emosional. Remaja pada fase ini mulai membentuk sistem nilai pribadi yang dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, sekolah, dan teman sebaya. Kondisi tersebut memberikan konteks penting bagi pemahaman pembentukan maskulin gender role dan ekspresi emosional (Firdiyogi, 2022).

Dominasi responden dari kelas XI menunjukkan bahwa sebagian besar subjek berada pada tahap pendidikan yang menuntut adaptasi akademik dan sosial yang cukup tinggi. Tuntutan tersebut dapat memengaruhi cara remaja mengelola tekanan dan mengekspresikan emosi. Lingkungan sekolah menjadi arena utama sosialisasi nilai-nilai maskulinitas melalui interaksi sehari-hari. Pola perilaku teman sebaya sering berfungsi sebagai standar implisit mengenai bagaimana laki-laki seharusnya bersikap. Akibatnya, ekspresi emosional kerap disesuaikan dengan norma kelompok. Remaja laki-laki pada usia pertengahan mulai menunjukkan kecenderungan untuk menilai dirinya berdasarkan standar maskulinitas sosial (Avianti & Yunanto, 2023).

Penilaian ini mencakup aspek kekuatan, kemandirian, dan kemampuan mengendalikan emosi. Semakin kuat orientasi terhadap standar tersebut, semakin besar tekanan internal untuk menampilkan citra maskulin. Tekanan tersebut dapat memengaruhi proses regulasi emosi. Remaja kemudian mengembangkan pola ekspresi yang lebih terbatas. Karakteristik usia responden juga berkaitan dengan perkembangan kapasitas refleksi diri. Remaja mulai mampu mengevaluasi pengalaman emosional secara lebih abstrak. Namun, kemampuan tersebut belum selalu diimbangi dengan keterampilan komunikasi emosional yang memadai. Ketidakseimbangan ini berpotensi menghasilkan kesenjangan antara apa yang dirasakan dan apa yang diekspresikan. Kondisi ini dapat menjelaskan mengapa banyak responden berada pada kategori ekspresi emosional kurang.

Distribusi usia yang relatif homogen memberikan keuntungan metodologis dalam mengontrol variasi perkembangan. Homogenitas ini memungkinkan hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional diamati secara lebih jelas. Variasi yang muncul lebih mungkin mencerminkan perbedaan orientasi gender role dibandingkan perbedaan tahap perkembangan. Dengan demikian, karakteristik responden mendukung validitas internal temuan. Konteks perkembangan menjadi landasan penting dalam interpretasi hasil. Lingkungan sekolah menengah atas juga memiliki struktur sosial yang khas. Hierarki informal antar siswa sering dibentuk berdasarkan popularitas, prestasi, dan citra maskulin. Remaja yang ingin diterima dalam kelompok cenderung menyesuaikan perilakunya. Penyesuaian ini mencakup cara berbicara, bersikap, dan menampilkan emosi.

Proses ini memperkuat internalisasi norma maskulin. Interaksi dengan figur otoritas seperti guru turut memengaruhi pembentukan perilaku emosional. Responden mungkin belajar bahwa ekspresi emosi tertentu kurang diapresiasi dalam konteks akademik. Hal ini mendorong penguatan strategi penekanan emosi. Seiring waktu, strategi tersebut menjadi pola yang relatif stabil. Pola ini tercermin dalam hasil distribusi ekspresi emosional. Secara keseluruhan, karakteristik responden menunjukkan populasi yang berada pada fase perkembangan sensitif terhadap pembentukan identitas gender. Kondisi ini menjadikan hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional sebagai fenomena yang relevan dan kontekstual. Data karakteristik memberikan dasar empiris yang kuat untuk memahami pola hubungan antarvariabel. Konteks perkembangan memperjelas mengapa variasi ekspresi emosional cukup menonjol. Hal ini memperkuat relevansi penelitian.

Gambaran Maskulin Gender Role dan Ekspresi Emosional pada Remaja Laki-Laki

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki maskulin gender role pada kategori cukup hingga baik. Temuan ini mengindikasikan bahwa nilai-nilai maskulinitas masih diinternalisasi secara kuat. Nilai tersebut umumnya menekankan kemandirian, ketegasan, dan kontrol diri. Orientasi ini membentuk kerangka dasar perilaku sosial remaja. Kerangka tersebut turut memengaruhi cara individu memandang emosi. Dominasi maskulin gender role pada kategori cukup dan baik menunjukkan bahwa maskulinitas tradisional masih menjadi referensi utama. Referensi ini berfungsi sebagai standar evaluasi diri. Remaja menilai kelayakan dirinya berdasarkan kedekatan dengan standar tersebut. Semakin dekat dengan standar, semakin tinggi persepsi kecukupan diri. Hal ini berdampak pada pola ekspresi emosional (Anshari, 2023).

Distribusi ekspresi emosional yang didominasi kategori kurang menunjukkan keterbatasan dalam pengungkapan emosi. Banyak responden cenderung tidak mengekspresikan perasaan secara terbuka. Kondisi ini mencerminkan adanya hambatan psikologis atau sosial. Hambatan tersebut dapat berasal dari norma gender yang mengaitkan ekspresi emosi dengan kelemahan. Akibatnya, ekspresi emosional menjadi tereduksi. Kategori ekspresi emosional cukup menunjukkan adanya kemampuan mengekspresikan emosi dalam situasi tertentu. Namun, kemampuan ini belum stabil. Remaja mungkin mampu mengekspresikan emosi positif, tetapi menahan emosi negatif. Pola selektif ini mencerminkan internalisasi norma maskulin. Norma tersebut mengatur emosi mana yang dianggap dapat diterima.

Kategori ekspresi emosional baik berada pada proporsi paling kecil. Hal ini menunjukkan bahwa hanya sebagian kecil remaja mampu mengekspresikan emosi secara adaptif (Gaol et al., 2021).

Kemampuan ini mencakup mengenali, mengungkapkan, dan mengomunikasikan emosi secara tepat. Rendahnya proporsi kategori ini menandakan adanya kebutuhan penguatan kompetensi emosional. Penguatan tersebut perlu mempertimbangkan aspek gender. Variasi maskulin gender role menunjukkan bahwa tidak semua remaja menginternalisasi maskulinitas pada tingkat yang sama. Perbedaan ini membuka ruang untuk variasi perilaku emosional. Remaja dengan orientasi maskulinitas lebih rendah cenderung memiliki fleksibilitas ekspresi yang lebih besar. Fleksibilitas ini memungkinkan eksplorasi emosi yang lebih luas. Pola ini konsisten dengan distribusi data. Kombinasi antara tingginya maskulin gender role dan rendahnya ekspresi emosional menggambarkan pola yang sistematis.

Pola ini mengindikasikan adanya keterkaitan struktural antarvariabel. Hubungan tersebut tidak bersifat kebetulan. Sebaliknya, hubungan mencerminkan mekanisme psikososial yang berulang. Mekanisme ini terbentuk melalui sosialisasi jangka panjang. Secara keseluruhan, gambaran univariat menunjukkan konfigurasi yang mendukung asumsi teoritis. Maskulinitas berfungsi sebagai kerangka regulasi emosi. Ekspresi emosional dipengaruhi oleh seberapa kuat individu menginternalisasi kerangka tersebut. Data memberikan dasar empiris untuk analisis hubungan. Hal ini memperkuat signifikansi penelitian.

Hubungan Maskulin Gender Role dengan Ekspresi Emosional

Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat antara maskulin gender role dan ekspresi emosional pada remaja laki-laki. Nilai koefisien korelasi yang tinggi mengindikasikan bahwa kedua variabel memiliki keterkaitan yang erat secara statistik. Arah hubungan yang negatif menunjukkan pola yang berlawanan antara tingkat maskulinitas dan tingkat ekspresi emosi. Semakin tinggi maskulin gender role, semakin rendah ekspresi emosional yang ditampilkan. Temuan ini menegaskan bahwa norma maskulinitas memainkan peran penting dalam pembentukan perilaku emosional. Kekuatan hubungan yang sangat tinggi menunjukkan bahwa maskulin gender role merupakan faktor yang dominan dalam menjelaskan variasi ekspresi emosional. Variabel ini tidak hanya berfungsi sebagai latar belakang identitas, tetapi juga sebagai mekanisme regulasi perilaku.

Remaja laki-laki yang menginternalisasi maskulinitas secara kuat cenderung mengadopsi strategi penekanan emosi. Strategi tersebut berfungsi untuk mempertahankan citra diri yang dianggap sesuai dengan standar sosial. Proses ini berlangsung secara konsisten dalam berbagai situasi. Tabulasi silang memperlihatkan bahwa responden dengan maskulin gender role baik paling banyak berada pada kategori ekspresi emosional kurang. Pola ini menunjukkan konsistensi antara hasil deskriptif dan korelasional. Konsistensi tersebut meningkatkan keandalan temuan penelitian. Distribusi ini mencerminkan adanya mekanisme psikologis yang stabil. Mekanisme tersebut menghubungkan orientasi maskulinitas dengan ekspresi emosi. Responden dengan maskulin gender role cukup menunjukkan distribusi ekspresi emosional yang lebih seimbang antara kategori cukup dan baik.

Pola ini mengindikasikan adanya tingkat fleksibilitas tertentu dalam perilaku emosional. Fleksibilitas ini memungkinkan remaja mengekspresikan emosi dalam konteks yang dianggap aman. Namun, fleksibilitas tersebut tetap berada dalam batas norma maskulin. Batas ini membatasi ekspresi emosi secara penuh. Responden dengan maskulin gender role rendah menunjukkan proporsi ekspresi emosional baik yang relatif lebih besar. Pola ini mengindikasikan bahwa rendahnya orientasi terhadap maskulinitas tradisional berkaitan dengan keterbukaan emosional. Keterbukaan ini mencerminkan regulasi emosi yang lebih adaptif. Regulasi adaptif memungkinkan individu mengenali dan mengomunikasikan perasaan secara lebih efektif. Hal ini berpotensi mendukung kesejahteraan psikologis. Secara psikososial, norma maskulin berfungsi sebagai skrip perilaku yang mengarahkan tindakan remaja. Skrip tersebut menekankan kekuatan, kemandirian, dan kontrol diri. Emosi yang dianggap bertentangan dengan skrip cenderung ditekan.

Proses penekanan ini menjadi pola yang berulang. Pola tersebut membentuk kebiasaan regulasi emosi. Tekanan untuk mempertahankan citra maskulin dapat menciptakan konflik intrapersonal. Remaja mungkin merasakan emosi yang kuat tetapi tidak mengekspresikannya. Konflik ini meningkatkan beban psikologis internal. Beban tersebut dapat memengaruhi stabilitas emosional. Hubungan negatif yang kuat mencerminkan dinamika ini. Hubungan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional juga dapat dipahami sebagai hasil interaksi faktor individu dan lingkungan. Lingkungan sosial memperkuat norma maskulin melalui penguatan positif atau negatif. Remaja

menyesuaikan perilaku emosionalnya berdasarkan respons lingkungan. Penyesuaian ini berlangsung secara berulang. Proses ini memperkuat hubungan antarvariabel.

Temuan ini menunjukkan bahwa maskulin gender role tidak bersifat netral terhadap perkembangan emosional. Orientasi maskulinitas berfungsi sebagai filter dalam pemrosesan emosi. Filter ini menentukan emosi mana yang diekspresikan dan mana yang ditekan. Semakin kuat filter tersebut, semakin terbatas ekspresi emosi. Pola ini tercermin dalam data penelitian. Hasil penelitian menegaskan bahwa maskulin gender role merupakan determinan penting dalam ekspresi emosional remaja laki-laki. Hubungan negatif yang sangat kuat menunjukkan adanya keterkaitan struktural antarvariabel. Temuan ini memberikan dasar empiris yang kuat untuk pengembangan intervensi berbasis gender. Intervensi tersebut perlu mengarahkan remaja pada pemaknaan maskulinitas yang lebih fleksibel. Pendekatan ini berpotensi meningkatkan kesehatan emosional remaja laki-laki.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas remaja laki-laki memiliki tingkat maskulin gender role pada kategori cukup hingga baik, sementara ekspresi emosional sebagian besar berada pada kategori kurang. Pola distribusi tersebut menggambarkan bahwa nilai-nilai maskulinitas masih terinternalisasi secara kuat dan beriringan dengan kecenderungan membatasi pengungkapan emosi. Hasil analisis bivariat memperlihatkan adanya hubungan negatif yang sangat kuat dan signifikan antara maskulin gender role dan ekspresi emosional. Temuan ini menegaskan bahwa semakin tinggi orientasi maskulin gender role yang dimiliki remaja laki-laki, semakin rendah kemampuan mereka dalam mengekspresikan emosi secara terbuka dan adaptif. Secara konseptual, hasil penelitian ini menguatkan pandangan bahwa konstruksi sosial maskulinitas berperan sebagai mekanisme regulasi perilaku emosional pada remaja laki-laki. Maskulin gender role tidak hanya membentuk identitas, tetapi juga memengaruhi cara individu mengenali, mengelola, dan mengomunikasikan perasaan. Temuan ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan program pendidikan emosional dan layanan bimbingan konseling yang sensitif terhadap isu gender. Upaya untuk memfasilitasi pemaknaan maskulinitas yang lebih fleksibel diharapkan dapat membantu remaja laki-laki mengembangkan pola ekspresi emosional yang lebih sehat dan adaptif.

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 Titleλενη. *Αγαν*, 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 Penelitian 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_Pembetulan_Terpusat_Strategi_Melestari
- Yam, J. H., & Taufik, R. (2021). *Hipotesis Penelitian Kuantitatif. Perspektif: Jurnal Ilmu Administrasi*. 3(2), 96–102.