

## Fenomena *Toxic Masculinity* di Masyarakat dari Persepsi Mahasiswa UIN Raden Fatah Palembang

Ayuni Indah Syahfitri<sup>a</sup>, Muh. Mawangir<sup>b</sup>,

<sup>ab</sup> Universitas Islam Negeri Raden Fatah, Palembang, Indonesia

\*Corresponding author

[muhmawangir\\_uin@radenfatah.ac.id](mailto:muhmawangir_uin@radenfatah.ac.id)

Naskah masuk: 20 September 2024    Naskah terima: 2 Desember 2024    Naskah diterbitkan: Desember 2024

### Abstrak

*Toxic masculinity* adalah fenomena sosial turun-temurun yang diberikan pada laki-laki dimana laki-laki dituntut untuk menghindari dan tidak melakukan hal-hal yang dianggap bisa mengurangi maskulinitasnya sebagai seorang laki-laki. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pandangan dan faktor apa saja yang mempengaruhi terjadinya *toxic masculinity* pada laki-laki. Peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif kualitatif. Subjek dalam penelitian ini berjumlah sembilan orang laki-laki yang berstatus sebagai mahasiswa. Pengumpulan data menggunakan teknik wawancara, observasi, serta dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *toxic masculinity* dapat 'memaksa' laki-laki untuk mementingkan norma maskulinitas, dan laki-laki yang tidak memenuhi standar tersebut sering merasa tidak nyaman. Fenomena *toxic masculinity* disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kurangnya edukasi mengenai *toxic masculinity* dan ketidaksetaraan gender di dalam keluarga, sementara faktor eksternal melibatkan lingkungan masyarakat yang masih memegang teguh tradisi lama. Kombinasi dari kedua faktor ini dapat menyebabkan perubahan sikap dan karakter individu. Kombinasi dari kedua faktor ini dapat menyebabkan perubahan sikap dan karakter individu. *Toxic masculinity*, yang sering dianggap sepele, dapat menimbulkan dampak buruk yang signifikan, seperti perbedaan yang mencolok antara laki-laki dan perempuan serta pembatasan dalam mengekspresikan diri secara autentik. Hal ini menunjukkan bahwa *toxic masculinity* bukan hanya isu yang seharusnya diabaikan, melainkan sesuatu yang harus diatasi agar individu dapat berkembang tanpa tertekan oleh norma-norma maskulin yang kaku.

### Kata Kunci

*Toxic Masculinity*; Mahasiswa; Identitas Laki-laki

### Abstract

*Toxic masculinity is a hereditary social phenomenon given to men where men are required to avoid and not do things that are considered to reduce their masculinity as a man. This study aims to determine the views and factors that influence the occurrence of toxic masculinity in men. Researchers used descriptive qualitative research methods. The subjects in this study amounted to nine men who were students. Data collection used interview, observation, and documentation techniques. The results showed that toxic masculinity can 'force' men to prioritize masculinity norms, and men who do not meet these standards often feel uncomfortable. The phenomenon of toxic masculinity is caused by internal and external factors. Internal factors include a lack of education about toxic masculinity and gender inequality within the family, while external factors involve a society that still upholds old traditions. The combination of these two factors can lead to changes in an individual's attitude and character. The combination of these two factors can lead to changes in individual attitudes and character. Toxic masculinity, which is often taken for granted, can have significant adverse effects, such as stark differences between men and women and restrictions on expressing oneself authentically. This suggests that toxic masculinity is not just an issue that should be ignored, but something that must be addressed in order for individuals to thrive without being oppressed by rigid masculine norms..*

### Keywords

Toxic Masculinity; University Students; Male Identity

## **Pendahuluan**

Dalam kehidupan bermasyarakat, sering menjumpai beberapa kebudayaan yang masih dipegang teguh dan dipandang positif oleh masyarakat hingga saat ini. Beraneka ragam kebudayaan yang bertahan hingga saat ini dan diterima secara luas. Contohnya, yaitu budaya atau norma maskulin bagi laki-laki yang biasa disebut dengan *toxic masculinity*. Budaya *toxic masculinity* sudah bertahan sejak era patriarki dan dianggap diturunkan dari generasi ke generasi sebagai validasi bila laki-laki harus melampaui perempuan dalam segala hal. Unsur-unsur *toxic* tersebut mencakup pembatasan gagasan, sikap, perilaku, dan adat istiadat tradisional yang mendorong manusia menuju tiga manifestasi utama: kekuasaan, kendali, dan kekerasan.

Di Indonesia sendiri, sudah menjadi budaya turun temurun yang diajarkan oleh orang tua nya sedari kecil. Anak laki-laki, diajarkan untuk tidak boleh menangis, anak laki-laki harus kuat dan harus bisa dalam segala hal. Namun, pada kenyataannya tidak semua laki-laki melakukannya dan disaat laki-laki tersebut dianggap lemah karena tidak memenuhi kriteria sebagai seorang lelaki yang maskulin mereka lalu dianggap lemah. Hal ini lah yang di sebut dengan *toxic masculinity* terhadap seorang laki-laki. Sculus (dalam Edward, 2020) menegaskan *toxic masculinity* dikonsepsi pada pertengahan tahun 1980-an oleh psikolog Bliss, mencirikan *toxic masculinity* sebagai aspek jiwa maskulin yang kasar, terobsesi pada kekuasaan, dan tertekan secara emosional. Laki-laki dan maskulinitas seolah-olah saling terkait. Hal tersebut tidak lepas dari pandangan bahwa kedua hal tersebut laki-laki dan maskulinitas dipengaruhi oleh landasan biologis yang sudah ada sebagai standar menjadi seorang laki-laki (Edwards, 2020).

*Toxic masculinity* merupakan wujud ketidakadilan gender yang ditandai dengan perilaku tidak adil yang membuat salah satu *gender* merasa dirugikan dalam komunikasi gender. Ketidakadilan gender mewujud dalam berbagai bentuk, salah satunya adalah stereotip atau pelabelan. Ekspektasi terhadap perilaku laki-laki dan pengklasifikasian individu sebagai feminin memperlihatkan prasangka masyarakat terhadap mereka yang dianggap tidak pantas. *Toxic masculinity* ialah salah satu aspek komunikasi gender yang menekankan wacana seputar interaksi antara laki-laki dan perempuan. *Toxic masculinity* muncul dari dampak masyarakat tradisional yang menganggap laki-laki harus memperlihatkan kekuatan, ketangguhan, ketabahan emosional, dominasi, dan superioritas, yang biasa disebut dengan budaya patriarki. Perihal ini melekat pada dinamika kekeluargaan dan sosial dalam masyarakat Indonesia (Ramdani et al., 2022).

Pada fenomena ini seorang laki-laki dilarang untuk menunjukkan ekspresinya secara bebas seperti perempuan, seorang laki-laki hanya boleh menunjukkan sisi maskulinnya yaitu laki-laki harus mendominasi, badan yang tegap, suara yang bulat, kuat, tidak lemah, tidak menunjukkan kesedihan, mandiri, berani, bisa diandalkan, bisa melakukan banyak hal dan lebih tinggi dari perempuan. Harapan masyarakat mengharuskan laki-laki memperlihatkan kekuatan dan menekan ekspresi emosi, terutama saat sedih. Laki-laki kerap menganggap kemarahan sebagai satu-satunya emosi yang diperbolehkan, yang sering kali berakibat buruk, termasuk kekerasan (Ramdani et al., 2022).

Budaya *toxic masculinity* secara substansial mempengaruhi jiwa laki-laki, meskipun ada persepsi pertama bahwa sifat-sifat seperti kekuasaan, kontrol, dan agresi memberikan

status kepada individu-individu tersebut. Bukti dari kajian WHO memperjelas bahwasanya 80% kasus bunuh diri di Amerika dilakukan oleh laki-laki, atau 2,9% populasi per 100.000 orang, terutama disebabkan oleh anggapan kegagalan laki-laki dalam memenuhi harapan masyarakat akan maskulinitas. Disposisi pria yang lebih impulsif meningkatkan kebutuhan emosional untuk bunuh diri dibandingkan wanita (Novalina, 2021).

Caplan & Brittan (1990) menyebutkan ada beberapa aspek yang menyebabkan adanya norma maskulin yang negatif yang terlalu dipaksakan oleh masyarakat, lalu inilah yang disebut sebagai *toxic masculinity* yang dapat merugikan individu atau masyarakat, ialah;

1. Persaingan yang kejam
2. Penekanan emosi kecuali kemarahan
3. Tidak mau menunjukkan rasa takut, menolak untuk meminta bantuan
4. Membenci segala sesuatu yang berhubungan dengan atribut feminim dan homofobia.

Di dalam masyarakat, seorang laki-laki dikenal sebagai individu yang jauh dari rasa patah hati akibat norma sosial yang berlaku di masyarakat dan air matanya kerap jadi pertanyaan. Aspek dari maskulinitas yang mendominasi di masa kini adalah persaingan yang kejam, kemarahan, kaku, tidak mau memperlihatkan rasa takut; bahkan di saat dia takut, menolak untuk meminta atau menerima bantuan, dan membenci segala sesuatu yang berkaitan dengan apa yang dilakukan dan dipakai oleh wanita (Jufanny & Girsang, 2020).

Tanpa mereka sadari, perspektif dan artikulasi mengenai *toxic masculinity* ini bisa berdampak buruk pada laki-laki di masa depan. Khususnya untuk kesejahteraan psikologis individu tersebut. Sejumlah penelitian secara global memperjelas bahwasanya pembatasan yang disebabkan oleh norma-norma maskulin yang ketat bisa berdampak buruk pada laki-laki, yang diwujudkan dalam bentuk peningkatan stres psikologis, peningkatan risiko depresi, dan kecenderungan agresi dalam perilaku kekerasan. Akibatnya, persepsi masyarakat terhadap isu ini harus berkembang perihal *toxic masculinity*. Umumnya, anak laki-laki memiliki karakteristik yang berbeda-beda dengan sikap lemah lembut, perkasa, ramping, dan nada yang kekar. Dari keadaan ini menunjukkan tanggung jawabnya bukan hanya dari laki-laki. Wawasan umum para mahasiswa saat ini tentang kesetaraan gender harus memfasilitasi dan melakukan pembubaran terhadap *toxic masculinity* (Novalina et al., 2021).

Meningkatkan pengetahuan masyarakat mengenai permasalahan kesetaraan gender merupakan langkah penting menuju transformasi masyarakat. Upayanya dapat dilakukan melalui pendidikan inklusif. Secara khusus memasukkan keprihatinan kesetaraan gender ke dalam kurikulum pendidikan formal dan informal. Hal ini dapat dicapai dengan menerapkan sumber daya pendidikan yang mengajarkan hak-hak perempuan, mengadvokasi kesetaraan, dan meningkatkan kesadaran akan stereotip gender yang merugikan. Selanjutnya melalui kampanye publik. Melakukan upaya masyarakat untuk meningkatkan kesadaran terhadap isu kesetaraan gender. Upaya ini dapat mencakup beragam media, termasuk periklanan, media sosial, acara publik, dan inisiatif kesadaran gender di tempat kerja atau lembaga pendidikan. Tujuan dari kampanye ini ialah guna mengubah gagasan dan sikap individu terhadap kesetaraan gender (Pahlevi & Rahim, 2023).

Erikson (dalam Jannah, 2021) mendefinisikan krisis identitas sebagai fase penyelesaian permasalahan signifikan terkait identitas seseorang. Krisis identitas terjadi ketika seseorang mengalami ketidakpastian atas identitasnya. Hal ini juga bisa terjadi ketika seorang laki-laki

terkena racun maskulinitas (Hidayah, 2016). Seorang laki-laki yang tidak mampu memenuhi standar ideal laki-laki dapat mengalami krisis identitas, yang berdampak buruk pada kesejahteraan mental dan emosionalnya, termasuk:

1. Menunjukkan emosi yang tertekan.
2. Kurang berempati.
3. Menunjukkan agresi yang berkelanjutan.
4. Memperlihatkan perilaku kasar terhadap orang lain.
5. Meningkatnya jumlah diagnosis gangguan jiwa.
6. Menerima diagnosis gangguan psikologis yang salah.
7. Hindari meminta bantuan dari profesional.

Kehidupan masyarakat sangat erat kaitannya dengan lingkungan alam tanahnya. Selain itu, masyarakat sangat memperhatikan pembagian gender. Misalnya, nomenklatur laki-laki dan perempuan, kerangka pendidikan untuk anak laki-laki dan perempuan, serta peran yang diberikan kepada laki-laki dan perempuan dalam konteks budaya. Laki-laki menempati status lebih tinggi dibandingkan perempuan dalam perannya di ruang publik. Laki-laki mempunyai peran yang lebih beragam dalam kehidupan. Zahra (2023) menegaskan bahwasannya masyarakat kerap kali memberikan prasangka dan ekspektasi yang berbeda terhadap laki-laki dan perempuan, yang dipicu oleh perlakuan yang berbeda-beda terhadap kedua gender tersebut. Dengan inilah adanya normalisasi atas stereotipe gender dalam konsep diri mereka. Pandangan tersebut memunculkan persepsi bahwa laki-laki memiliki dominasi untuk mendapat penghargaan dan menjaga kewibawaannya sementara perempuan dituntut untuk melakukan tugas rumah tangga dan melayani kebutuhan laki-laki. Laki-laki, dengan otoritas dan supremasi patriarki, mendikte peran yang diberikan kepada perempuan, menempatkan mereka di bawah laki-laki. Laki-laki menundukkan, menindas, dan mengeksploitasi perempuan sehingga mengakibatkan perempuan dirugikan dalam berbagai aspek kehidupan sosial (Zuhri & Amalia, 2022).

Pada masyarakat sekarang mereka beranggapan bahwa fenomena *toxic masculinity* ini adalah hal yang wajar dan tidak menimbulkan traumasama sekali, padahal tanpa disadari hal tersebut malah berdampak efek buruk bagi laki-laki. Tuntutan yang tidak bisa mereka ikutin lah yang nantinya akan berdampak pada dirinya sendiri akibat tidak bisa memenuhi karakteristik dari norma maskulinitas.

Hasil penelitian Maher (2022) menunjukkan dampak dari maskulinitas membawa aturan yang membatasi laki-laki untuk patuh pada norma maskulinitas yang ada, hal ini menimbulkan dampak negative dengan munculnya *toxic masculinity*. Norma-norma ini lebih cenderung memiliki tingkat kesehatan mental yang rendah dan cenderung mencari bantuan kepada mereka yang tidak mematuhi norma tersebut. Serta menunjukkan kebingungan tentang norma gender yang dirubah dengan cepat, kekhawatiran tentang stigmatisasi, ketidaksukaan terhadap pertunjukkan dan dukungan untuk kesetaraan gender. Maskulin sebuah bentuk dari interpretasi kelelakian dari seorang laki-laki. Namun secara umum, maskulinitas adalah seseorang itu menjunjung tinggi nilai-nilai kekuatan, kekuasaan, kendali, kemandirian, kepuasan diri, kesetiakawanan laki-laki, dan kerja.

Fenomena *toxic masculinity* terlihat bahwa laki-laki lebih memilih untuk tidak mengungkapkan emosi tetapi mereka membantah stigma di masyarakat bahwa laki-laki tidak

boleh menangis, mereka beranggapan bahwa adakala mereka mengikuti norma maskulinitas yang ada di masyarakat tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa mereka juga pernah menangis saat mereka tidak berada di lingkungan sosial.

### Metode

Dalam penelitian ini, jenis penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan metode deskriptif dengan wawancara, observasi dan dokumentasi. Penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami perilaku, motivasi, persepsi, tindakan dan sebagainya. Data yang digunakan dalam penelitian ini berupa *guide* wawancara, lembar dokumentasi, dan juga dokumentasi, berdasarkan landasan teori terkait dengan perspektif mahasiswa UIN raden fatah Palembang mengenai fenomena *toxic masculinity*. Kemudian *peneliti* meminta izin kepada 9 subjek yaitu subjek JN, subjek JTJ, subjek RM, subjek JA, subjek RK, subjek CNI, subjek YS, subjek MS, subjek AM. Izin penelitian tersebut dilakukan bertujuan untuk meminta kesediaan menjadi subjek dalam penelitian bersedianya melakukan observasi, wawancara dan dokumentasi dengan bertujuan untuk mendapatkan data dalam pelaksanaan penelitian. berdasarkan izin tersebut, maka subjek memberikan kesediaannya dalam bentuk surat pernyataan yang ditanda tangani oleh kesembilan subjek pada *informed consent*. Metode yang dipergunakan untuk mengidentifikasi subjek dalam penelitian ini ialah *purposive sampling*. Penelitian dilakukan di universitas Islam negeri fatah palembang, di sembilan fakultas terdiri dari: fakultas psikologi, fakultas tarbiyah, fakultas dakwah, fakultas saintek, fakultas ekonomi, fakultas adab, fakultas syariah, fakultass ushulludin, fakultas fisip dan terdiri dari prodi psikologi, prodi politik, prodi hukum keluarga, prodi sistem Informasi, prodi ilmu komunikasi, prodi perbankan, prodi pgmi, prodi jurnalistik, prodi ilmu Al-Quran dan Tafsir. Penelitian dilakukan dari awal oktober sampai dengan akhir desember 2023.

### Hasil Temuan Penelitian

Penelitian ini membahas tentang *Toxic masculinity* pada mahasiswa laki-laki. Subjek dalam penelitian ini adalah laki-laki yang mengalami *toxic masculinity* yang berusia 20an ke atas, ada sembilan subjek yang berpartisipasi dalam penelitian terdiri dari sembilan fakultas. Subjek “JN” berusia 22 tahun, subjek “JTJ” berusia 22 tahun, subjek “RM” berusia 23 tahun, Subjek “JA” berusia 22 tahun, subjek “RK” berusia 23 tahun, subjek “CNI” berusia 21 tahun, subjek “YN” berusia 22 tahun, subjek “MS” berusia 21 tahun, dan subjek “AM” 21 tahun.

Berdasarkan hasil temuan penelitian pada ke sembilan subjek ditemukan tema-tema yang peneliti rangkum menjadi tema-tema yaitu perspektif mengenai laki-laki, tuntutan sosial laki-laki, mengekspresikan emosi, mengatasi ketakutan, perspektif mengenai harga diri, perspektif mengenai laki-laki menggunakan *skincare*, perspektif mengenai laki-laki menyerupai perempuan, perspektif mengenai *toxic masculinity*.

Tema perspektif mengenai laki-laki yang dominan. Subjek mengatakan bahwa peran laki-laki, di lingkungan tempatnya tinggal laki-laki lebih mendominasi, semua kegiatan yang ada lebih dibebankan kepada laki-laki dibandingkan dengan perempuan karena sudah menjadi kebiasaan di lingkungan tempat tinggal subjek.

*...peran laki-laki di lingkungan saya itu terlihat seperti lebih mendominasi diantara dengan perempuan, ketika misalnya ada sebuah kegiatan di lingkungan saya itu lebih banyak dilakukan oleh pihak laki-laki ketimbang dari perempuan dalam hal melakukan*

*hal-hal yang memberatkan ataupun membutuhkan lebih dari tubuh itu lebih di dominasikan kepada laki-laki ketimbang dengan perempuan.” (S1/W1/19-28).* Pernyataan subyek diperkuat dengan pernyataan teman subjek yang menyatakan bahwa di lingkungan tersebut peran laki laki lebih dominan dibanding dengan perempuan.

*.. lingkungan dia itu lebih pro ke laki-laki dan apapun di dominasi laki-laki.” (T1/W1/23-24).*

Tema tuntutan sosial laki-laki. Subjek menceritakan bahwa di lingkungan tempat Ia tinggal, seorang anak laki-laki tidak hanya mendapat tuntutan di keluarga dan di lingkungan, seperti norma maskulin yang ada tetapi dituntut lebih keras lagi dalam bekerja keras. Apa lagi menurut subjek harus bisa menghasilkan uang agar laki-laki bisa mengayomi perempuan dengan hal yang dia punya.

*... seorang laki-laki itu sendiri, ... masyarakat saya itu lebih menuntut pihak laki-laki itu lebih bekerja keras dalam hal mencari nafkah, karna ketika nantinya ... nikah itu lebih dituntut untuk melakukan hal-hal yang lebih menghasikan uang dan bisa lebih mengayomi perempuan begitu.” (S1/W1/32-42).*

Tema Mengekspresikan emosi. Subjek adalah seorang laki-laki yang ekspresif apa yang sedang subjek alami dapat terlihat dari mimik muka. Jadi secara tidak langsung subjek mengatakan bahwa ia bukan orang yang panda menutup emosi yang ia alam, kalau subjek sedang sedih terlihat dari mimik mukanya yang murung, jika subjek lagi marah terlihat dari mimik muka yang ‘jutek’ dan dam, dan begitu juga dengan bahagia mimik muka subjek pun akan terlihat dengan jelas.

*... jujur ya kalo misalkan berekspresi itu, ketika saya lagi sedih, bahagia, marah, ataupun kesal itu banyak temen-temen saya itu mengatakan bahwa emosi saya itu lebih terlihat melalui mimik muka, dan saya mengekspresikannya itu ya natural saja...” (S1/W1/75-77).*

Tema mengatasi ketakutan. Sebagai seorang laki-laki subjek mengalami banyak ketakutan di dalam hidupnya, subjek mengatakan bahwa ia sangat takut jika membebani kedua orang tua nya terlebih lagi di kondisi subjek yang masih berkuliah dan tidak memiliki pekerjaan untuk membantu orang tua nya. Tetapi subjek mengatasi ketakutannya dengan bercerita dengan orang terdekat.

*Di usia seperti ini ya, mungkin orang bisa mengatakan usia matang untuk menikah nah itu yang bisa jadi ketakutan saya sih, ketakutan ingin menikah apalagi sekarang tidak memiliki pekerjaan dan masih kuliah kan, ketakutan merasa membebani orang tua ketakutannya itu seperti itu aja sih sekarang.” (S1/W1/114-120) "Eh kalo menghadapi ketakutan itu mungkin lebih leluasa aja sih untuk bercerita ke orang terdekat, karena ketika kita menyimpan emosi kitasendiri ataupun perasaan kita, itu gak baik juga kan untuk kita." (S1/W1/123-127).*

Tema menghargai diri. Subjek mengatakan jika ada beberapa teman laki-laki nya secara langsung menolak untuk menerima bantuan dari orang lain apalagi dari perempuan padahal menurut subjek sah-sah saja jika kita menerima atau mendapatkan bantuan dari orang lain baik itu laki-laki maupun perempuan. subjek juga menambahkan kalau punya masalah dan perempuan bisa menyelesaikannya dan membutuhkannya sah saja dan tidak menurunkan harga diri sama sekali.

*"Ada temen saya tu dia menolak bantuan dari orang lain itu karena memiliki gengsi atau prait dalam diri dia sendiri itu untuk agar dia bisa menyelesaikan masalah nya sendiri tidak melibatkan orang lain entah laki-laki ataupun perempuan." (S1/M1/147-152).*

Tema perspektif laki-laki menggunakan *skincare*. Subjek menjelaskan kalau laki-laki menggunakan *skincare* itu gakpapa apalagi di cuaca yang sangat panas dengan memakai *skincare* dengan tujuan untuk melindungi kulit dari sinar matahari agar tidak terbakar. Menurut subjek laki-laki juga membutuhkan perawatan untuk dirinya sendiri subjek juga sebagai laki-laki menggunakan *skincare* dengan berbagai macam jenis, subjek menyebutkan ia menggunakan jenis *skincare* seperti *toner*, *facewash*, *moisturizer*, dan juga *sunscreen*. Subjek menggunakan semua jenis *skincare* untuk melindungi dan merawat dirinya.

*"Menggunakan skincare, ya gakpapa sih karena apalagi disaat seperti ini kan cuaca lagi panas yang bisa membakar kulit kita, ya laki-laki juga butuh perawatan untuk menjadi dirinya sendiri untuk menjaga keestetikan muka kan misalnya begitu." (S1/M1/176-181).*

### Pembahasan

Berdasarkan temuan penelitian tentang *toxic masculinity* terdapat perbedaan maupun kesamaan dari kesembilan subjek dalam penelitian. Ada beberapa peran dan Aspek penting yang menyebabkan kesembilan subjek mengalami *toxic masculinity*. Yang dapat menjelaskan tentang *Toxic masculinity* yang dialami pada laki-laki maka peneliti akan menguraikan dalam beberapa tema yang telah peneliti temukan yaitu;

Tema pertama tentang perspektif mengenai laki-laki mendominasi, banyak subjek mengatakan bahwa meskipun peran laki-laki bervariasi, semuanya berfokus pada posisi kepemimpinan. Subjek "JN, JTJ, RM, JA, RK, CNI, YN, MS, dan AM" secara konsisten menggambarkan laki-laki sebagai pemimpin yang gagah, bertanggung jawab, dan diandalkan, dengan penekanan pada kekuatan dan tanggung jawab mereka. Peneliti mengamati kesamaan pandangan di antara subjek yang menilai peran laki-laki terutama dalam konteks kepemimpinan. Meskipun terdapat variasi dalam deskripsi peran laki-laki, tema utama yang muncul adalah pandangan bila laki-laki diharapkan berperan sebagai pemimpin yang kuat dan bertanggung jawab. Dominasi laki-laki dalam berbagai peran dan ekspektasi terhadap kekuatan serta ketidakmampuan menunjukkan pandangan masyarakat yang memandang kepemimpinan sebagai tanggung jawab utama laki-laki, dengan sedikit ruang untuk menunjukkan kelemahan. Menurut Brahmana (2019) pria diharapkan menjalankan peranan yang mendorong mereka untuk menunjukkan kekuatan, kemandirian, dan kredibilitas, serta menahan diri dari mengekspresikan emosi yang dianggap lemah, sambil bersaing dengan wanita. Konsep maskulinitas terkait dengan peran gender pria dapat dipahami secara sosial, di mana pria diharapkan menunjukkan keberanian, menahan ekspresi emosi yang dianggap lemah, dan memiliki kemampuan dominasi.

Tema kedua tentang tuntutan sosial terhadap laki-laki mengungkapkan beragam ekspektasi dari kesembilan subjek, yang masing-masing menghadapi tekanan berbeda. Subjek "JN" diharapkan bekerja keras untuk mengayomi perempuan, sedangkan "JN" menuntut maskulinitas yang tegas dan bijak. "RM" merasa perlu bekerja keras agar tidak diremehkan, "JA" harus banyak bersosialisasi dan berusaha, "RK" diharapkan memiliki banyak keterampilan dan kedewasaan, "CNI" dituntut untuk memimpin, "YN" harus bertanggung jawab dan kuat tanpa menunjukkan kelemahan, "MS" diharapkan mandiri, dan "AM" harus

bisa diandalkan. Hal ini mencerminkan beragam tuntutan sosial yang dihadapi laki-laki, masing-masing subjek mengungkapkan ekspektasi yang spesifik terhadap peran dan karakter laki-laki. Meskipun ada perbedaan dalam detail tuntutan, tema umum menunjukkan bahwa laki-laki diharapkan memenuhi standar tinggi terkait kemampuan bekerja, kepemimpinan, maskulinitas, dan tanggung jawab. Tekanan untuk menjadi kuat, mandiri, dan tidak menunjukkan kelemahan menyoroti harapan masyarakat yang tinggi terhadap peran laki-laki dalam konteks sosial dan profesional. Tuntutan peran ini membuat pria fokus pada pencapaian kesuksesan, menjadikan prestasi sebagai ukuran standar atau arena kompetisi, menekan ekspresi emosi, serta menghadapi konflik antara keterlibatan sosial, tanggung jawab keluarga, dan kesehatan pribadi. Ketika pria mengutamakan pencapaian, kekuasaan, dan persaingan, mereka cenderung menahan emosi, mengurangi interaksi sosial dengan sesama pria, dan mengalami konflik dalam peran gender mereka (Prawiranegara et al., 2023).

Tema ketiga mengenai mengekspresikan emosi menunjukkan variasi cara laki-laki menghadapi perasaan mereka. Subjek “JN” yang ekspresif, sering menghadapi konflik karena tidak sesuai dengan norma, sementara “JTJ” dan “MS” memilih untuk memendam emosi mereka, dengan MS merasa tidak memiliki teman untuk berbagi. “RM” lebih memilih memikirkan cara mengungkapkan emosinya namun lebih banyak diam, “JA” merasa tertekan oleh norma sehingga hanya bercerita kepada teman dekat. “RK” dan “CNI” menyalurkan emosi melalui kegiatan seperti bermain game atau hobi dan lebih memilih tertutup untuk menghindari penilaian negatif. “YN” mengekspresikan emosinya melalui olahraga dan menulis, sementara “AM”, yang takut menunjukkan kesedihan, memilih berolahraga sebagai pelampiasan. Hal ini mengidentifikasi berbagai pendekatan laki-laki terhadap ekspresi emosi, dari yang sangat terbuka hingga yang sangat tertutup. Terdapat perbedaan signifikan dalam cara mereka mengekspresikan atau menahan emosi mereka, yang sering dipengaruhi oleh norma sosial dan harapan masyarakat. Beberapa subjek menggunakan cara yang lebih pribadi dan tersembunyi seperti hobi atau olahraga untuk mengatasi emosi mereka, sementara yang lain memilih untuk menahan perasaan mereka karena takut akan penilaian atau merasa tidak memiliki dukungan sosial yang memadai. Menahan ekspresi emosi seperti kesedihan dan kelemahan, mengutamakan pencapaian sukses, menjadikan kompetisi sebagai ukuran dominasi, serta menghadapi konflik antara pekerjaan, tanggung jawab keluarga, dan kesehatan, disebut sebagai konflik peran gender. Hal ini dapat memberikan dampak negatif, membatasi dimensi kemanusiaan baik bagi individu maupun orang-orang di sekitarnya, meliputi aspek pribadi, profesional, keluarga, dan kesehatan (Prawiranegara et al., 2023).

Tema keempat mengenai mengatasi ketakutan menunjukkan berbagai cara yang digunakan laki-laki untuk menghadapi ketakutan mereka. Subjek “JN” mengatasi ketakutan dengan bercerita kepada orang terdekat, sedangkan “JTJ” memilih untuk tidak melakukan hal yang menyalahi norma maskulin. “RM” berlatih keras untuk mengatasi ketakutan berbicara di depan umum, “JA” menghadapi berbagai ketakutan dengan bertemu teman, “RK” dan “CNI” mendekati diri kepada pencipta untuk mendapatkan kekuatan, “YN” mengatasi ketakutan melalui introspeksi diri, “MS” berdoa untuk ketenangan, dan “AM” khawatir memenuhi ekspektasi orang tua. Menggambarkan berbagai strategi yang digunakan laki-laki untuk mengatasi ketakutan mereka. Sementara beberapa subjek seperti “JN” dan “RM” menggunakan interaksi sosial dan latihan sebagai cara mengatasi ketakutan, yang lain seperti “RK”, “CNI”, dan “MS” memilih pendekatan spiritual. Subjek lain, seperti “YN” dan “AM”,

menunjukkan bahwa introspeksi diri dan berdoa juga merupakan metode penting dalam menghadapi ketakutan, menunjukkan keragaman dalam cara laki-laki mengelola dan merespons ketidakpastian dan tekanan dalam hidup mereka. Konflik peran gender yang tinggi menunjukkan bahwa responden memiliki kekhawatiran mengenai kesuksesan, keinginan untuk menjadi dominan dan unggul dibandingkan orang lain, serta cenderung membandingkan diri mereka agar terlihat superior. Mereka juga mengalami ketakutan dalam mengekspresikan emosi, kesulitan dalam mengungkapkan kata-kata, membatasi perhatian kepada pria lain, dan menghadapi tantangan dalam menyeimbangkan kuliah, kegiatan lainnya, serta hubungan keluarga (Meutia, 2002).

Tema kelima mengenai perspektif harga diri laki-laki menunjukkan pandangan yang bervariasi tentang menerima bantuan dari perempuan. Subjek “JN” dan “JA” menganggap menerima bantuan dari perempuan tidak masalah selama ada kebutuhan, sedangkan “JTJ”, “MS”, dan “AM” percaya bahwa hal itu tidak menurunkan harga diri laki-laki dan merupakan perilaku yang wajar atau bahkan positif. Sebaliknya, subjek “CNI” berpendapat bahwa sebagai laki-laki yang dikenal serba bisa, bantuan dari perempuan bisa menurunkan harga diri, sementara subjek “RM” merasa bahwa hal ini mungkin mengancam ego laki-laki, dan “RK” tidak melihatnya sebagai masalah pribadi. “YN” juga menilai bantuan apa pun sebagai hal yang normal dan tidak mengganggu harga diri. Mencerminkan perbedaan pandangan mengenai hubungan antara harga diri laki-laki dan penerimaan bantuan dari perempuan. Beberapa subjek melihat bantuan dari perempuan sebagai sesuatu yang tidak mempengaruhi harga diri atau bahkan positif, sementara yang lain, seperti “CNI” dan “RM”, merasa bahwa hal tersebut bisa menurunkan harga diri laki-laki karena melawan norma maskulin atau ego pribadi. Pandangan yang bervariasi ini menunjukkan bagaimana norma sosial dan persepsi pribadi memengaruhi sikap terhadap bantuan dari perempuan dan bagaimana hal ini diintegrasikan dalam konsep harga diri laki-laki.

Para pria memegang kekuasaan dan dominasi atas perempuan dan anak-anak melalui peran mereka sebagai kepala keluarga, yang dianggap sesuai dengan sifat maskulin mereka. Maskulinitas hegemonik menampilkan pria sebagai individu yang kuat, sukses, dan otoriter, mendapatkan reputasi dari karier dan harga diri dari lingkungan publik. Harga diri pria dapat menurun jika mereka mengalami hal-hal yang merusak citra mereka, seperti kesalahan pribadi, kekalahan dalam persaingan, atau penilaian negatif dari orang lain.

Tema keenam mengenai perspektif laki-laki menggunakan *skincare* menunjukkan berbagai pandangan; sementara sebagian besar subjek seperti “JN, RM, JA, RK, CNI, YN”, dan “AM” menganggap penggunaan *skincare* sebagai hal yang wajar dan penting untuk perawatan diri, ada subjek seperti “JTJ” dan “MS” yang merasa bahwa *skincare* lebih cocok untuk perempuan atau merasa tidak perlu menggunakannya. Hal ini mengungkapkan perbedaan pendapat di antara subjek mengenai penggunaan *skincare* oleh laki-laki. Sebagian besar subjek melihat *skincare* sebagai bagian penting dari perawatan diri dan tidak memandangnya sebagai sesuatu yang eksklusif untuk perempuan. Mereka merasa bahwa perawatan kulit penting untuk kesehatan dan kepercayaan diri. Namun, beberapa subjek masih memandang *skincare* sebagai sesuatu yang lebih cocok untuk perempuan atau tidak merasa perlu menggunakannya, mencerminkan norma dan *stereotip* gender yang masih memengaruhi pandangan tentang perawatan diri laki-laki. *Bullying* sering kali menargetkan pria yang dianggap tidak maskulin karena menggunakan produk kosmetik atau melakukan perawatan

diri, sesuai dengan narasi dominan (Rahma & Wulan, dalam Diniyah, 2023). Saat ini, banyak pria yang sangat peduli dengan penampilan fisik mereka dan berusaha merawatnya menggunakan produk *skincare* seperti *body lotion*, *moisturizer*, *facial wash*, *sunblock*, *sunscreen*, dan serum. Mereka berharap dapat memperbaiki penampilan fisik mereka, yang pada gilirannya meningkatkan rasa percaya diri, sehingga mereka berusaha menjaga penampilan mereka sebaik mungkin (Diniyah et al., 2023).

Tema ketujuh mengenai perspektif laki-laki yang menyerupai perempuan menunjukkan ketidaksetujuan yang konsisten terhadap perilaku yang dianggap menyimpang dari kodrat laki-laki; sembilan subjek menilai bahwa tindakan tersebut tidak sesuai dengan norma atau kodrat laki-laki dan bahkan menganggapnya sebagai penyimpangan atau sesuatu yang harus dihindari. Mereka seringkali melihat hal ini sebagai pelanggaran terhadap norma atau ajaran agama dan lebih memilih agar perilaku tersebut dihindari atau dihilangkan, menunjukkan tekanan kuat untuk mematuhi norma maskulin tradisional dan ketidakmampuan untuk menerima variasi dalam ekspresi gender laki-laki. Pandangan konservatif terhadap norma gender yang masih berlaku di kalangan sebagian besar subjek. Mereka menganggap bahwa perilaku laki-laki yang tidak sesuai dengan citra maskulin tradisional merupakan penyimpangan dan tidak sesuai dengan ajaran agama atau norma sosial. Tekanan untuk mematuhi standar maskulin yang ketat menunjukkan kurangnya toleransi terhadap variasi dalam ekspresi gender laki-laki dan memperkuat norma tradisional yang membatasi kebebasan individu. Dalam Islam, tindakan meniru wanita dikenal sebagai tasyabbuh, yang berarti meniru perkataan, perbuatan, atau kebiasaan. Tasyabbuh secara tegas dilarang dalam Islam. Rasulullah mengutuk orang-orang yang meniru lawan jenisnya dalam berbagai aspek, termasuk berpakaian, berhias, berbicara, gaya berjalan, gerakan tubuh, serta perubahan bentuk fisik (Saragih & Abdurrahman, 2022).

Tema kedelapan mengenai perspektif terhadap *toxic masculinity* menunjukkan penolakan yang konsisten di antara kesembilan subjek, sebagian besar merasa bahwa fenomena ini tidak wajar dan menimbulkan trauma emosional, Sembilan menganggap bahwa *toxic masculinity* menyebabkan tekanan emosional yang besar dan berpotensi menghasilkan dampak negatif yang serius bagi kesehatan mental laki-laki. Para subjek secara konsisten menilai bahwa *toxic masculinity* adalah fenomena yang tidak wajar dan merugikan, karena menimbulkan trauma emosional dengan menekan ekspresi perasaan laki-laki serta memaksakan kepatuhan terhadap norma maskulin yang merusak, yang dapat berdampak negatif pada kesejahteraan emosional individu dan berpotensi menyebabkan konsekuensi jangka panjang yang serius. Perihal ini mencerminkan pandangan umum di antara subjek bahwa *toxic masculinity* berdampak buruk pada kesehatan emosional laki-laki dengan menahan ekspresi perasaan dan memaksakan norma maskulin yang merugikan. Mereka menekankan bahwa efek negatif dari fenomena ini tidak hanya mempengaruhi individu secara langsung, tetapi juga memiliki dampak yang lebih luas dan jangka panjang. Kehadiran *toxic masculinity* dapat menghambat pengungkapan pengalaman traumatis, karena kekhawatiran terhadap stigma sosial sering kali menghalangi mereka untuk berbagi penderitaan. Konstruksi maskulinitas yang menghasilkan toksisitas ini membuat pria korban kesulitan mengekspresikan penderitaan mereka (Suhaila & Srihadiati, 2024).

Dalam hal ini, dapat disimpulkan bahwa fenomena *toxic masculinity* disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup Kurangnya edukasi mengenai *toxic masculinity* dan ketidaksetaraan gender di dalam keluarga, sementara faktor eksternal

melibatkan lingkungan masyarakat yang masih memegang teguh tradisi lama. Kombinasi dari kedua faktor ini dapat menyebabkan perubahan sikap dan karakter individu. *Toxic masculinity*, yang sering dianggap sepele, dapat menimbulkan dampak buruk yang signifikan, seperti perbedaan yang mencolok antara laki-laki dan perempuan serta pembatasan dalam mengekspresikan diri secara autentik. Hal ini menunjukkan bahwa *toxic masculinity* bukan hanya isu yang seharusnya diabaikan, melainkan sesuatu yang harus diatasi agar individu dapat berkembang tanpa tertekan oleh norma-norma maskulin yang kaku. Setelah peneliti melakukan penelitian mengenai *toxic masculinity* pada mahasiswa laki-laki yang mengalami banyak tekanan mengenai *toxic masculinity* peneliti menyadari bahwa dalam penelitian ini banyak kekurangan dan kelemahan serta jauh dari kata sempurna, sehingga banyak keterbatasan dalam penelitian yaitu sulitnya mencari subjek yang sesuai dengan kriteria yang sesuai, di dalam penelitian ini masih banyak menggunakan bahasa tidak baku, dan Peneliti berharap penelitian selanjutnya dapat dikembangkan lagi agar dapat mengetahui berbagai pengaruh dan tekanan yang dialami laki-laki yang mengalami *toxic masculinity*. Selain itu, peneliti juga mengharapkan adanya banyak referensi dalam penelitian tentang *toxic masculinity* di masa depan, sehingga dapat memperoleh sumber data yang lebih beragam.

### Kesimpulan

Berdasar hasil analisis dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa *toxic masculinity* ini 'memaksa' laki-laki untuk mementingkan norma maskulinitas, dan laki-laki yang tidak memenuhi standar tersebut sering merasakan perasaan tidak nyaman. Akibatnya, mereka akan mencari cara agar terlihat maskulin dalam masyarakat. Pembuktian bahwa mereka berkuasa dan kuat bisa menjadi hal yang salah dan menyimpang. *Toxic maskulinitas* ini tidak hanya membahayakan orang lain tetapi juga dapat membahayakan diri mereka sendiri, menyebabkan dampak serius terhadap masalah kesehatan, emosional, dan masalah psikologis lainnya. Dalam upaya ini, penting untuk melibatkan berbagai elemen masyarakat, seperti keluarga, lembaga pendidikan, dan media, agar pesan-pesan tentang maskulinitas positif dapat disebarluaskan secara efektif. Dengan adanya pendekatan yang holistik dan konsisten kepada masyarakat, diharapkan dapat menjadi pemahaman yang lebih baik lagi tentang pandangan perilaku maskulin yang sehat dapat tumbuh, sehingga menciptakan lingkungan yang lebih mendukung bagi perkembangan emosional dan psikologis laki-laki. Fenomena *toxic masculinity* disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup Kurangnya edukasi mengenai *toxic masculinity* dan ketidaksetaraan gender di dalam keluarga, sementara faktor eksternal melibatkan lingkungan masyarakat yang masih memegang teguh tradisi lama. Kombinasi dari kedua faktor ini dapat menyebabkan perubahan sikap dan karakter individu. *Toxic masculinity*, yang sering dianggap sepele, dapat menimbulkan dampak buruk yang signifikan, seperti perbedaan yang mencolok antara laki-laki dan perempuan serta pembatasan dalam mengekspresikan diri secara autentik. Hal ini menunjukkan bahwa *toxic masculinity* bukan hanya isu yang seharusnya diabaikan, melainkan sesuatu yang harus diatasi agar individu dapat berkembang tanpa tertekan oleh norma-norma maskulin yang kaku.

### Referensi

- Caplan, P., & Brittan, A. (1990). Masculinity and Power. *Man*, 25(3). <https://doi.org/10.2307/2803727>
- Diniyah, N., Hanum, F., Apriantika, S. G. (2023). Transformasi nilai maskulinitas laki-laki pengguna kosmetik. *Jurnal kajian sosiologi* Vol 12 NO. 1, 61-72. <http://dx.doi.org/10.21831/dimensia.v12i1.58087>
- Edwards, S. (2020). "Toxic Masculinity: Roots, Reality, and Breaking the Cycle" , 13-14. <https://doi.org/10.17615/j2wy-sj91>
- Jannah, M., Satwika, Y.W (2021) Pengalaman Krisis Identitas Remaja yang Mendapatkan Kekerasan dari Orang tuanya. *Jurnal Penelitian Psikologi* Vol.8 No.2, 51-59 <https://ejournal.unesa.ac.id>
- Jufanny, D., & Girsang, L. R. (2020). Toxic masculinity dalam sistem patriarki (analisis wacana kritis Van Dijk dalam film “Posesif”). *SEMIOTIKA: Jurnal Komunikasi*, 14(1). <http://dx.doi.org/10.30813/s:jk.v14i1.2194>
- Maher, R. (2022). The correlation between toxic masculinity and youngmen seeking mental health aid. In national college of ireland. <https://norma.ncirl.ie/5787/1/roisinmaher.pdf>
- Meutia, N. (2002). Konflik Peran Gender pada Pria. Online. Tersedia: <http://library.usu.ac.id/download/fk/psikologi/2002/meutia> [15 Februari 2016].
- Moleong. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi Revisi. PT. Remaja Rosdakarya.
- Novalina, M., Starde, A. F., Valentino, B., & Gea, F. S. (2021). *Kajian isu toxic masculinity diera* v10i1.1851. <https://doi.org/10.47543/efata.v8i1.56>
- Nur, I. (2020). Problem gender dalam perspektif psikologi. *Gender and family studies* Vol 1 No 1 , 47-49. <https://doi.org/10.15575/azzahra.v1i1.9253>
- Hidayah, N., & Huriati, H. (2017). Krisis Identitas Diri Pada Remaja “Identity Crisis Of Adolesences”. *Sulesana: Jurnal Wawasan Keislaman*, 10 (1), 49-62. <https://doi.org/10.24252/v10i1.1851>
- Pahlevi, R. & Rahim, R. A. A. (2023). Faktor pendukung dan tantangan menuju kesetaraan gender. *Jurnal iman dan spiritualitas* Vol 3 No. 2, 259-268. <https://doi.org/10.15575/jis.v3i2.26766>
- Prawiranegara, T.P., Meiza, A., Gamayanti, W (2023). Pengaruh Konflik Peran Gender Laki-Laki Dewasa Terhadap Strategi Koping. *Journal of psychology students* Vol 2 No.2, 95-108.
- Ramdani, M. F. F., Putri, A. V. I. C., Wisesa, P. A. D (2022) Realitas *Toxic Masculinity* Di Masyarakat. Prosiding Seminar Nasional Ilmu Ilmu Sosial (SNIIS). Vol. 1, 230-235
- Saragih, E. J., Abdurrahman (2022). Endorse Pakaian Wanita Pada Kaum Pria (tasyabbuh) dalam tinjauan etika bisnis islam (studi kasus selebgram pria di kota pontianak). *Journal of sharia economic law*, Vol5 No. 2 <http://dx.doi.org/10.21043/tawazun.v5i2.15425>
- Suhaila, N., Srihadiati, T. (2024). Konstruksi maskulinitas pada laki-laki korban pelecehan seksual. *Jurnal manajemen pendidikan dan ilmu sosial*, Vol 5 No. 4 <https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i4.2272>
- Zuhri, S., Amalia, D (2022). Ketidakadilan Gender dan Budaya Patriarki di Kehidupan Masyarakat Indonesia. *Murabbi : Jurnal Ilmiah dalam Bidang Pendidikan*. Vol. 5 No. 1.