

RESILIENSI PELAKU MALE PAGEANT DI PROVINSI JAWA TIMUR TERHADAP FENOMENA TOXIC MASCULINITY DITILIK TEORI REIVICH AND SHATTE

Muhamad Khoirul Anam

Program Studi Studi Pembangunan, Departemen Studi Pembangunan

Institut Teknologi Sepuluh Nopember

e-mail: muhamadkhoirulanam540@gmail.com

ABSTRAK

Fenomena *toxic masculinity* kian marak di berbagai ruang sosial, termasuk dalam industri *male pageant* yang berkembang pesat di Provinsi Jawa Timur. Peserta sering dihadapkan pada stereotip maskulinitas tradisional yang menuntut mereka untuk selalu tampil kuat, dominan, dan menekan ekspresi emosional. Tekanan ini dapat memicu stigma, diskriminasi, serta berdampak negatif pada kesehatan psikologis. Dalam konteks tersebut, resiliensi menjadi kemampuan penting yang memungkinkan individu bertahan dan beradaptasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus untuk mengeksplorasi bentuk, faktor, serta mekanisme resiliensi pelaku *male pageant* terhadap *toxic masculinity*, dengan mengacu pada tujuh faktor resiliensi Reivich dan Shatté. Data diperoleh melalui wawancara mendalam terhadap peserta aktif dan alumni, serta analisis data sekunder. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi pelaku *male pageant* didominasi oleh kekuatan internal berupa *self-efficacy*, regulasi emosi, dan optimisme, yang diwujudkan melalui penerimaan serta pengembangan diri, penegasan keunikan pribadi, pengendalian impuls, dan fokus pada prestasi. Faktor eksternal seperti dukungan sosial berperan sebagai penguat yang memberi validasi dan perspektif positif. Temuan ini menegaskan bahwa kombinasi strategi internal dan eksternal membentuk resiliensi yang proaktif dan berkelanjutan, memungkinkan peserta tidak hanya bertahan, tetapi juga mengubah stigma menjadi motivasi untuk berkembang secara personal dan profesional.

Kata kunci: Resiliensi, Male Pageant, Toxic Masculinity, Reivich dan Shatte, Jawa Timur

ABSTRACT

The phenomenon of toxic masculinity has become increasingly prevalent in various social spheres, including the rapidly growing male pageant industry in East Java Province. Contestants are often confronted with traditional masculinity stereotypes that demand them to appear strong, dominant, and suppress emotional expression. Such pressures can trigger stigma, discrimination, and have negative impacts on psychological well-

being. In this context, resilience emerges as a crucial capacity enabling individuals to endure and adapt. This study employed a qualitative approach with a case study design to explore the forms, factors, and mechanisms of resilience among male pageant participants in responding to toxic masculinity, drawing on Reivich and Shatté's seven factors of resilience. Data were collected through in-depth interviews with active participants and alumni, supported by secondary data analysis. The findings reveal that resilience among male pageant participants is predominantly shaped by internal strengths, namely self-efficacy, emotional regulation, and optimism, manifested through self-acceptance and personal development, assertion of personal uniqueness, impulse control, and a focus on achievement. External factors, such as social support, act as reinforcements by providing validation and positive perspectives. These findings affirm that the combination of internal and external strategies fosters proactive and sustainable resilience, enabling participants not only to withstand pressure but also to transform stigma into motivation for personal and professional growth.

Keywords: Resilience, Male Pageant, Toxic Masculinity, Reivich And Shatte, East Java.

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, kontes *male pageant* di Indonesia, khususnya di Provinsi Jawa Timur, mengalami peningkatan popularitas yang signifikan. Ajang seperti Mister Global Indonesia dan Mister Teen Jawa Timur menjadi *platform* bagi pria untuk menampilkan fisik, intelektual, dan kepribadian mereka. Namun, di tengah apresiasi tersebut, para peserta sering kali menghadapi tantangan berupa stereotip gender dan ekspektasi maskulinitas tradisional yang dapat berujung pada fenomena *toxic masculinity* (Al Farabi, 2024). Fenomena ini dapat menimbulkan objektifikasi terhadap seksualitas, homofobia, transfobia, dan mendorong perilaku berisiko, yang membatasi kebebasan ekspresi peserta male pageant dan menimbulkan rasa asing terhadap potensi diri mereka (Keith, 2020).

Toxic masculinity adalah konstruksi sosial yang menuntut pria untuk selalu tampil kuat, dominan, dan menekan ekspresi emosional yang dianggap sebagai kelemahan (Abadi, 2024). Fenomena ini juga akan menimbulkan tekanan sosial bagi peserta kontes *male pageant*, karena partisipasi mereka sering kali dianggap bertentangan dengan norma maskulinitas tradisional. Akibatnya, mereka rentan mengalami stigma dan diskriminasi yang berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan sosial mereka (Keith, 2020). Menurut sebuah penelitian, pria yang merasa harus menekan emosinya agar terlihat kuat sering kali mengalami stres dan kecemasan yang tidak terungkap, yang dapat menyebabkan perasaan terisolasi dan putus asa (Awan *et al*, 2024).

Resiliensi adalah kemampuan individu untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi tekanan, stres, dan tantangan sosial (Ichsano *et al.*, 2024). Menurut Reivich dan Shatté, resiliensi terdiri dari tujuh faktor utama: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, analisis penyebab masalah, empati, efikasi diri, dan kemampuan menjalin hubungan (Widianti, 2023). Bagi peserta kontes male pageant di Provinsi Jawa Timur, kemampuan resiliensi ini menjadi strategi utama dalam menghadapi stigma dan tekanan sosial terkait ekspektasi maskulinitas tradisional. Dengan mengembangkan regulasi emosi yang baik, optimisme, dan efikasi diri, mereka dapat menavigasi tantangan sosial dan mempertahankan kesejahteraan psikologis mereka (Dewinda *et al.*, 2024).

Penelitian mengenai resiliensi peserta *male pageant* dalam menghadapi fenomena *toxic masculinity*, khususnya di Provinsi Jawa Timur, masih sangat terbatas. Dari penelitian sebelumnya dapat ditelaah meskipun Jawa Timur telah mengirimkan 10 perwakilan dalam kontes *male pageant* internasional antara tahun 1982 hingga 2023, banyak dari pelaku pageant yang mengalami tindakan *toxic masculinity* (Al Farabi, 2024). Selain itu, belum banyak studi yang meneliti mekanisme resiliensi yang mereka gunakan untuk menghadapi tekanan stereotip gender. Memahami mekanisme resiliensi ini penting untuk memberikan wawasan bagi bidang psikologi, studi gender, dan industri *male pageant*. Riset ini diharapkan dapat mengisi kesenjangan tersebut dengan memberikan rekomendasi kebijakan dan strategi untuk mendukung kesejahteraan psikologis peserta *male pageant* di Provinsi Jawa Timur.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di Provinsi Jawa Timur, dengan fokus pada delapan wilayah yang memiliki dinamika industri male pageant yang aktif, seperti Surabaya, Sidoarjo, dan Bojonegoro. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman resiliensi peserta male pageant dalam menghadapi fenomena toxic masculinity. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan peserta aktif maupun alumni, serta dilengkapi dengan data sekunder dari media sosial, artikel ilmiah, buku, dan berita. Informan dipilih menggunakan teknik purposive sampling agar sesuai dengan konteks dan tujuan penelitian.

Tujuan utama penelitian meliputi: (1) memahami bentuk resiliensi peserta male pageant terhadap toxic masculinity, (2) mengidentifikasi faktor internal dan eksternal yang memengaruhinya, serta (3) merumuskan strategi dan mekanisme resiliensi berdasarkan teori Reivich dan Shatté. Teknik analisis yang digunakan adalah content analysis untuk mengolah data deskriptif, dan hasil analisis ditujukan untuk menyusun strategi adaptif terhadap tekanan sosial berbasis

maskulinitas. Penelitian ini menghasilkan gambaran menyeluruh tentang bagaimana individu dalam industri male pageant mengelola tekanan sosial dan stereotip gender dalam konteks sosial budaya Jawa Timur.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bentuk Resiliensi Pelaku *Male Pageant* di Provinsi Jawa Timur

Berdasarkan hasil wawancara mendalam terhadap peserta *male pageant*, ditemukan beragam strategi yang mereka gunakan untuk menghadapi fenomena *toxic masculinity*. Strategi tersebut mencerminkan bentuk-bentuk resiliensi sebagaimana dijelaskan oleh Reivich & Shatté melalui tujuh faktor utama: *emotion regulation*, *impulse control*, *optimism*, *causal analysis*, *empathy*, *self-efficacy*, dan *reaching out*. Analisis berikut memetakan kutipan pernyataan informan ke dalam faktor-faktor resiliensi tersebut untuk melihat bagaimana para peserta membangun ketahanan diri dan tetap mampu berkembang di tengah tekanan sosial dan stereotip gender.

Tabel 1. Analisis Bentuk Resiliensi Pelaku *Male Pageant*

No	Kutipan Wawancara	Bentuk Resiliensi	Penjelasan Analisis
1	"...berusaha mengenal dan menerima diri sendiri... fokus pada pengembangan diri... menjaga kesehatan mental dan fisik..." (NU)	<i>Self-Efficacy & Emotion Regulation</i>	Peserta menunjukkan keyakinan pada kemampuannya mengembangkan diri dan menjaga kesehatan, serta mampu mengatur emosi untuk tetap positif.
2	"...mencari dukungan dari teman-teman... menyaring kritik..." (MAN)	<i>Empathy & Impulse Control</i>	Mencari dukungan sosial menunjukkan empati dan keterbukaan, sedangkan menyaring kritik menunjukkan kontrol terhadap reaksi emosional.
3	"Strategi ini sangat membantu saya tetap percaya diri... bersaing secara sehat..." (AIQ)	<i>Optimism & Self-Efficacy</i>	Menunjukkan keyakinan akan kemampuan bersaing secara sehat dan pandangan optimis terhadap karier di male pageant.
4	"...selama tidak menyinggol personal... yang waras harus mengalah..." (MTS)	<i>Impulse Control & Emotion Regulation</i>	Memilih untuk mengalah dan tidak terpancing emosi menunjukkan kontrol impuls dan pengelolaan emosi yang baik.
5	"Memperkuat rasa percaya diri, bahwa saya unik..." (LEG)	<i>Self-Efficacy & Optimism</i>	Keyakinan bahwa dirinya unik memperlihatkan kepercayaan diri tinggi dan pandangan positif terhadap diri sendiri.
6	"...ga peduli juga apa omongan mereka... yang penting berprestasi..." (HMF)	<i>Emotion Regulation & Optimism</i>	Mengabaikan komentar negatif dan fokus pada prestasi menunjukkan

			kemampuan mengatur emosi dan orientasi positif pada tujuan.
--	--	--	---

Sumber: Analisis Penulis, 2025

Dari tabel 1 tersebut terlihat bahwa faktor self-efficacy, emotion regulation, dan optimism menjadi bentuk resiliensi yang paling dominan. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta memiliki keyakinan terhadap kemampuan diri, mampu mengendalikan emosi di bawah tekanan, dan memandang masa depan dengan positif. Selain itu, beberapa peserta juga menunjukkan kemampuan impulse control dalam menghindari respon emosional berlebihan serta empathy dalam membangun dukungan sosial yang sehat.

Kehadiran faktor-faktor ini memperlihatkan bahwa peserta *male pageant* tidak hanya beradaptasi terhadap tekanan *toxic masculinity*, tetapi juga mampu memanfaatkannya sebagai motivasi untuk berkembang. Fokus pada prestasi, penguatan identitas diri, dan pencarian lingkungan sosial yang suportif menjadi strategi kunci yang membantu mereka mempertahankan kesehatan mental serta tetap kompetitif di industri yang sarat stereotip gender tersebut. Dengan demikian, resiliensi berperan penting sebagai modal psikologis dalam mempertahankan performa dan identitas positif di tengah tantangan.

Identifikasi Faktor Internal dan Eksternal Resiliensi Pelaku *Male Pageant*

Hasil wawancara dengan para peserta *male pageant* mengungkap bahwa resiliensi mereka terhadap fenomena *toxic masculinity* dibangun melalui kombinasi faktor internal dan eksternal. Faktor internal mencakup kekuatan personal seperti kepercayaan diri, pengendalian emosi, dan fokus pada tujuan, sedangkan faktor eksternal mencakup dukungan sosial dan lingkungan yang mendukung. Identifikasi ini membantu memahami bagaimana kedua faktor tersebut saling melengkapi dalam membentuk ketahanan psikologis para peserta.

Tabel 2. Identifikasi Faktor Internal dan Eksternal Resiliensi Pelaku Male Pageant

No	Kutipan Wawancara	Faktor	Uraian
1	"...berusaha mengenal dan menerima diri sendiri... fokus pada pengembangan diri... menjaga kesehatan mental dan fisik..." (NU)	Internal	Kesadaran diri, penerimaan diri, dan komitmen pada pengembangan diri termasuk kesehatan mental dan fisik.
2	"...mencari dukungan dari teman-teman... menyaring kritik..." (MAN)	Eksternal & Internal	Dukungan sosial dari teman-teman (eksternal) dan kemampuan menyaring kritik (internal).
3	"Strategi ini sangat membantu saya tetap percaya diri... bersaing secara sehat..." (AIQ)	Internal	Kepercayaan diri dan motivasi untuk bersaing secara sehat.

4	"...selama tidak menyanggol personal... yang waras harus mengalah..." (MTS)	Internal	Kontrol emosi dan pengendalian impuls untuk menghindari konflik.
5	"Memperkuat rasa percaya diri, bahwa saya unik..." (LEG)	Internal	Penerimaan dan apresiasi terhadap keunikan diri sendiri.
6	"...ga peduli juga apa omongan mereka... yang penting berprestasi..." (HMF)	Internal	Fokus pada tujuan dan prestasi, mengabaikan komentar negatif.

Sumber: Analisis Penulis, 2025

Tabel 2 memperlihatkan bahwa faktor internal lebih dominan dibandingkan faktor eksternal. Sebagian besar peserta menunjukkan kekuatan personal berupa kepercayaan diri, penerimaan terhadap diri sendiri, kemampuan mengendalikan emosi, dan fokus pada pencapaian. Faktor eksternal hanya muncul pada sebagian kecil kasus, misalnya dukungan sosial dari teman-teman yang membantu mereka menghadapi kritik dan tekanan sosial.

Dominasi faktor internal ini menunjukkan bahwa resiliensi para peserta *male pageant* banyak dibentuk oleh kesadaran dan kekuatan pribadi, yang memungkinkan mereka bertahan di tengah stereotip dan tekanan *toxic masculinity*. Namun, kehadiran faktor eksternal seperti dukungan sosial tetap penting sebagai penguat dan validasi terhadap usaha internal yang mereka lakukan. Kombinasi kedua faktor ini menciptakan ketahanan yang lebih kokoh, membantu peserta tidak hanya bertahan, tetapi juga berkembang secara personal dan profesional.

Strategi dan Mekanisme Resiliensi Pelaku Male Pageant di Provinsi Jawa Timur

Berdasarkan hasil analisis wawancara mendalam, peserta *male pageant* menerapkan berbagai strategi untuk membangun dan mempertahankan resiliensi dalam menghadapi *toxic masculinity*. Strategi-strategi ini mencakup tindakan yang bersumber dari kekuatan internal maupun dukungan eksternal, yang kemudian memicu mekanisme psikologis tertentu untuk membantu mereka bertahan dan berkembang. Identifikasi strategi dan mekanisme ini memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai proses adaptasi positif yang dilakukan para peserta.

Tabel 3. Strategi dan Mekanisme Resiliensi Pelaku *Male Pageant* di Jawa Timur

No	Strategi Resiliensi	Mekanisme yang Terjadi
1	Penerimaan diri dan pengembangan diri	Meningkatkan kepercayaan diri dan <i>self-efficacy</i> dengan mengenali kekuatan dan keterbatasan diri, serta fokus pada kesehatan mental dan fisik
2	Mencari dukungan sosial	Memperoleh validasi, perspektif baru, dan bantuan emosional untuk mengurangi efek tekanan sosial

3	Mempertahankan rasa percaya diri	Menguatkan pandangan positif terhadap diri sehingga tetap termotivasi untuk bersaing secara sehat
4	Mengendalikan emosi dan mengalah	Menghindari konflik yang tidak perlu dengan memilih respons tenang dan terkontrol
5	Menegaskan keunikan diri	Menumbuhkan rasa bangga terhadap identitas personal sebagai modal menghadapi stereotip
6	Fokus pada prestasi	Mengalihkan energi dari respon negatif ke pencapaian yang bermanfaat secara profesional

Sumber: Analisis Penulis, 2025

Tabel 3 memperlihatkan bahwa strategi resiliensi peserta *male pageant* didominasi oleh pendekatan berbasis kekuatan internal, seperti penerimaan diri, pengendalian emosi, dan fokus pada tujuan. Mekanisme yang muncul dari strategi ini cenderung berorientasi pada penguatan *self-efficacy*, pengaturan emosi yang adaptif, serta pembentukan pola pikir positif. Strategi berbasis dukungan eksternal, seperti mencari dukungan sosial, juga hadir namun berperan lebih sebagai pelengkap yang memperkuat ketahanan psikologis yang telah dibangun dari dalam diri.

Kombinasi antara strategi internal dan eksternal ini menciptakan mekanisme resiliensi yang komprehensif. Strategi internal memungkinkan peserta mempertahankan integritas diri di tengah tekanan, sedangkan strategi eksternal membantu mereka memperoleh perspektif dan dorongan tambahan dari lingkungan sosial. Dengan demikian, resiliensi yang terbentuk tidak hanya bersifat reaktif terhadap tekanan *toxic masculinity*, tetapi juga proaktif dalam memanfaatkan tantangan sebagai peluang untuk berkembang secara personal dan profesional.

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa, berdasarkan pemetaan terhadap tujuh faktor resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatté, ketahanan pelaku *male pageant* di Jawa Timur dalam menghadapi *toxic masculinity* terutama ditopang oleh kekuatan internal, khususnya *self efficacy*, regulasi emosi, dan optimisme. Kekuatan internal tersebut terwujud melalui strategi penerimaan serta pengembangan diri, penegasan keunikan pribadi, pengendalian impuls, dan orientasi pada pencapaian prestasi. Sementara itu, dukungan eksternal yang berasal dari jejaring sosial berfungsi sebagai penguat yang memberikan validasi, dorongan emosional, dan perspektif baru sehingga respons terhadap tekanan sosial menjadi lebih adaptif. Temuan ini menunjukkan bahwa mekanisme penguatan efikasi diri, pembentukan pola pikir positif, dan pengelolaan emosi yang efektif tidak hanya memungkinkan peserta untuk bertahan, tetapi juga untuk mengubah stigma dan stereotip menjadi motivasi dalam pengembangan diri, baik secara

personal maupun profesional. Kombinasi strategi internal dan eksternal tersebut membentuk resiliensi yang bersifat proaktif dan berkelanjutan, sehingga para peserta mampu menjaga kesehatan psikologis sekaligus mempertahankan daya saing dalam industri yang sarat dengan norma maskulinitas tradisional.

REFERENSI

- Abadi, M. Z. (2024). Integrasi Psikologi dan Tasawuf dalam Menangani Dampak Toxic Masculinity pada Kesehatan Mental Pria. *Psikodidaktika: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan dan Konseling*, 9(2), 617-639.
- Al Farabi, M. L. (2024). *Persepsi Generasi Z Jawa Timur Tentang Maskulinitas Peserta Male Pageant Pada Unggahan Instagram Portal Pageant@ Selebhunt* (Doctoral dissertation, UPN Veteran Jawa Timur).
- Awan, K. S., Gillani, S. A., Awan, S., & ul Ain, N. (2024). Exploring the Impact of Self-Silencing on Family Functioning and Emotional Expression among Adults. *Research Journal for Social Affairs*, 2(4), 57-67.
- Dewinda, H. R., Fitria, L., & Wijaya, I. (2024). *Resiliensi Remaja*. Scopindo Media Pustaka. Surabaya.
- Harrington, C. (2021). What is “toxic masculinity” and why does it matter?. *Men and masculinities*, 24(2), 345-352.
- Ichsano, A., Mayangsari, A., Nayla, N., Christcanti, R., Zahra, S. F., & Rizkyanfi, M. W. (2024). Bahasa Indonesia Dan Resiliensi Psikologis: Peran Bahasa Meningkatkan Ketahanan Mental Individu Dalam Menghadapi Tantangan Hidup. *Paedagogy: Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Psikologi*, 4(2), 206-218.
- Keith, T. (2020). *The bro code: The fallout of raising boys to objectify and subordinate women*. Routledge.
- McGlashan, M., & Mercer, J. (2023). *Toxic masculinity: Men, meaning, and digital media*. Routledge.
- Nabelkova, E. V., Sautner, M., & Gregorova, A. B. (2023). Enhancing The Resilience Of School Psychologists: The Potential Of Personality Factors And Emotional Flexibility. In *Iceri2023 Proceedings* (Pp. 6515-6520). Iated.
- Panggalo, I. S., Arta, S. K., Qarimah, S. N., Adha, M. R. F., Laksono, R. D., Aini, K., ... & Judijanto, L. (2024). *Kesehatan Mental*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Widianti, N. (2023). Seafarer's resilience ability to cope with stress. *European Journal of Human Resource Management Studies*, 6(2).