



Analisis Regresi Linier Sederhana mengenai Pengaruh Toxic Masculinity terhadap Depresi pada Mahasiswa

A Simple Linear Regression Analysis of The Effect of Toxic Masculinity on Depression in Students

Rebecca Gabriela Simanungkalit & Suryani Hardjo*

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area, Indonesia

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris dan mengetahui pengaruh *toxic masculinity* terhadap depresi pada mahasiswa. Populasi penelitian ini adalah mahasiswa laki-laki Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2020 yang berjumlah 57 siswa, dengan sampel sebanyak 47 orang yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Metode analisis data yang digunakan adalah regresi linier sederhana. Hasil analisis menunjukkan adanya pengaruh signifikan *toxic masculinity* terhadap depresi pada mahasiswa, dengan nilai Koefisien Determinasi (R^2) sebesar 0,261 dan nilai signifikansi $p = 0,001 < 0,050$. Ini berarti hipotesis yang menyatakan bahwa semakin tinggi *toxic masculinity* maka semakin tinggi pula depresi, dan sebaliknya, semakin rendah *toxic masculinity* maka semakin rendah pula depresi yang dirasakan mahasiswa, dinyatakan diterima. Kontribusi *toxic masculinity* terhadap depresi yang dirasakan mahasiswa adalah sebesar 26,1%. Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa baik *toxic masculinity* maupun depresi pada mahasiswa tergolong tinggi, yang ditunjukkan oleh perbandingan nilai mean empirik *toxic masculinity* (16,19) yang lebih besar dari mean hipotetik (9,5), serta mean empirik depresi (39,68) yang lebih besar dari mean hipotetik (28,5).

Kata Kunci: *Toxic Masculinity*; Depresi; Mahasiswa.

Abstract

This study aims to empirically examine and determine the effect of toxic masculinity on depression in university students. The population of this research consisted of 57 male students from the 2020 batch of the Faculty of Psychology, Medan Area University, with a sample of 47 individuals selected using a purposive sampling technique. Simple linear regression was employed as the data analysis method. The analysis results indicate a significant influence of toxic masculinity on depression in students, with a Coefficient of Determination (R^2) of 0.261 and a significance value of $p = 0.001 < 0.050$. This confirms the hypothesis that higher toxic masculinity leads to higher depression, and conversely, lower toxic masculinity leads to lower depression experienced by students. Toxic masculinity contributes 26.1% to the depression felt by students. Furthermore, the study reveals that both toxic masculinity and depression among students are categorized as high, as evidenced by the empirical mean value of toxic masculinity (16.19) being greater than the hypothetical mean (9.5), and the empirical mean value of depression (39.68) being greater than the hypothetical mean (28.5).

Keywords: *Toxic Masculinity*; Depression; Students.

How to Cite: Simanungkalit, R. G. & Hardjo, S. (2025). Analisis Regresi Linier Sederhana mengenai Pengaruh *Toxic Masculinity* terhadap Depresi pada Mahasiswa. *Tabularasa: Jurnal Ilmiah Magister Psikologi*, 7(2): 135-140,

*E-mail: suryani@staff.uma.ac.id

ISSN 2723-1178 (Online)



PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan aspek krusial dalam kehidupan individu, memungkinkan seseorang menyadari kemampuannya, mengatasi tekanan hidup, bekerja secara produktif, dan berkontribusi pada lingkungan sosial (Ayuningtias, dkk., 2018). Kesehatan mental yang baik mengarahkan individu untuk memahami, menjaga, dan mengoptimalkan kondisi dirinya, sehingga dapat menghadapi kehidupan sehari-hari dan terhindar dari gangguan seperti depresi. Depresi, yang ditandai oleh kondisi emosional negatif, dapat berdampak pada kesehatan fisik dan mengganggu aktivitas sehari-hari, bahkan berpotensi menyebabkan risiko depresi yang lebih berat jika tidak ditangani (Hasanah, dkk., 2020).

Data global menunjukkan bahwa lebih dari 1 dari 10 orang (10,7%) memiliki gangguan kesehatan mental, dengan estimasi 792 juta jiwa terdampak (Dattani dkk., 2021). Di Indonesia, prevalensi gangguan mental emosional meningkat dari 6,0% pada tahun 2013 menjadi 9,8% pada tahun 2018, dan gangguan jiwa berat meningkat dari 2,3 per mil menjadi 10 per mil dalam periode yang sama (Kemenkes, t.t.; Kusumastiwi & Noor, 2022). Meskipun prevalensi gangguan mental secara umum didominasi oleh perempuan (11,9% vs. 9,3% pada laki-laki), beberapa gangguan spesifik seperti skizofrenia dan penyalahgunaan zat lebih dominan pada laki-laki (Dattani dkk., 2021).

Laki-laki bukanlah kelompok yang kebal terhadap gangguan kesehatan mental; bahkan, mereka termasuk kelompok yang rentan, ditunjukkan oleh tingginya tingkat bunuh diri di mana tiga dari empat kasus (76%) dilakukan oleh laki-laki, dan bunuh diri menjadi penyebab kematian terbesar pada laki-laki di bawah 35 tahun (Men's Health Forum, 2014). Di Indonesia, tingkat bunuh diri laki-laki pada tahun 2019 adalah 3,7 per 100.000 populasi, lebih dari tiga kali lipat tingkat bunuh diri perempuan (1,1 per 100.000 populasi) (World Health Organization, 2021). Salah satu alasan utama mengapa laki-laki enggan mencari bantuan terkait masalah mental adalah dampak kuat dari sosialisasi norma gender (Call & Shafer, 2018). Norma gender tradisional mengajarkan laki-laki untuk mandiri, kuat, dan mengendalikan emosi, yang berkonflik dengan perilaku mencari bantuan yang melibatkan ketergantungan dan pengakuan kelemahan emosional (Addis & Mahalik, 2003).

Maskulinitas, yang dibentuk oleh kebudayaan, seringkali menekan laki-laki untuk bersikap tegar, kuat, berani, dan tidak menunjukkan perasaan (Demartoto, 2010; Ika, 2021). Istilah *toxic masculinity*, yang diperkenalkan oleh Shepherd Bliss (1990), membedakan nilai positif dan negatif dari gender laki-laki, menyoroti efek buruk dari maskulinitas yang represif dan dominan. *Toxic masculinity* lahir dari konstruksi sosial patriarki, di mana maskulinitas dikaitkan dengan kekuatan dan feminitas dengan kelembutan (Rokhmansyah, 2016).

Budaya patriarki ini, yang telah mengakar sejak lama di Indonesia, menanamkan nilai-nilai kemaskulinan yang kaku sejak kecil, seperti larangan mengeluh atau menangis, keharusan memiliki kekuasaan dan status sosial tinggi, serta perilaku kasar dan dominan (factsnew.com). Pandangan tradisional ini menyebabkan laki-laki memprioritaskan standar lingkungan di atas kesehatan mental mereka, sehingga mereka cenderung memendam masalah dan takut mencari bantuan karena khawatir akan dipermalukan atau dipertanyakan status "laki-laki"-nya (Rochman, 2010).

Dampak *toxic masculinity* dapat menyebabkan depresi hingga bunuh diri, karena kurangnya ruang bagi laki-laki untuk mengekspresikan perasaan mereka. Konstruksi sosial ini juga memicu krisis identitas, kurangnya empati, agresi, dan penghindaran bantuan profesional (Berger dalam Sulaiman, 2016). Lebih dari 1 dari 10 orang di dunia (10,7%) memiliki gangguan kesehatan mental.

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah di uraikan bahwasannya *toxic masculinity* mempunyai faktor kuat yang bermula dari diri sendiri ataupun lingkungannya yang dapat mendorong depresi. Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada pengaruh *toxic masculinity* terhadap depresi pada mahasiswa dengan asumsi semakin tinggi pengaruh *toxic masculinity* maka semakin tinggi tingkatan depresi pada mahasiswa, begitu juga sebaliknya semakin rendah pengaruh *toxic masculinity* maka semakin rendah tingkatan depresi pada mahasiswa.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Metode penelitian kuantitatif dapat diartikan sebagai metode penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Penelitian kuantitatif merupakan metode-metode tertentu dengan cara meneliti hubungan antarvariabel. Variabel-variabel ini diukur biasanya dengan instrumen-instrumen penelitian sehingga data yang terdiri dari angka-angka dapat dianalisis berdasarkan prosedur-prosedur statistik (Creswell, 2010). Tujuan penelitian untuk melihat pengaruh *toxic masculinity* terhadap depresi pada mahasiswa.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa laki-laki Fakultas Psikologi Universitas Medan Area angkatan 2020, yang berjumlah 57. Populasi didefinisikan sebagai wilayah generalisasi yang memiliki objek atau subjek dengan kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016). Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 47. Sampel merupakan bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi (Sugiyono, 2016). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan menentukan kriteria sampel tertentu (Sugiyono, 2016). Kriteria sampel dalam penelitian ini meliputi: mahasiswa laki-laki, berusia 18-22 tahun, dan bersuku Batak.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden penelitian. Kuesioner ini menggunakan jenis skala sikap model Likert. Skala sikap dirancang untuk mengungkapkan sikap pro dan kontra, positif dan negatif, setuju dan tidak setuju terhadap suatu objek sosial. Pernyataan dalam skala sikap terbagi atas dua macam: favourable (mendukung objek sikap) dan unfavourable (tidak mendukung objek sikap). Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan dua skala, yaitu skala *toxic masculinity* dan skala depresi. Pada skala *toxic masculinity* menggunakan model skala likert dengan empat pilihan jawaban, dari pernyataan-pernyataan positif (favourable) dan negatif (unfavourable) dengan empat alternatif jawaban yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), dan Sangat Tidak Setuju (STS). Pada pernyataan favourable Sangat setuju mendapatkan nilai 4, Setuju mendapatkan nilai 3, Tidak setuju mendapatkan nilai 2, dan Sangat tidak setuju mendapatkan nilai 1. Sedangkan pada pernyataan unfavourable Sangat setuju mendapatkan nilai 1, Setuju mendapatkan nilai 2, Tidak setuju mendapatkan nilai 3 dan sangat tidak setuju nilai 4. Sedangkan pada skala depresi menggunakan Beck Depression Inventory II (BDI II) dengan jumlah aitem 21 butir pertanyaan, masing-masing jawaban dibuat skor dari 0 ke 3. Makin tinggi total skor mengindikasikan makin berat gejala depresi. Skor depresi berdasarkan manual BDI-II dikategorikan menjadi empat, yaitu skor 0-13 yang mengindikasikan depresi minimal, skor 14-19 yang mengindikasikan depresi ringan, skor 20-28 yang mengindikasikan depresi sedang, dan skor 29-63 yang mengindikasikan depresi berat. Metode analisa data yang digunakan teknik analisis regresi sederhana dengan taraf kesalahan 5%.

Sebelum pengumpulan data utama, dilakukan uji coba instrumen pada 30 responden untuk memastikan validitas dan reliabilitas alat ukur. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan program SPSS versi 23.0. Analisis data diawali dengan uji asumsi normalitas menggunakan Kolmogorov-Smirnov dan uji linearitas untuk memastikan distribusi data dan hubungan antar variabel memenuhi syarat analisis regresi. Selanjutnya, hipotesis diuji menggunakan analisis regresi linear sederhana untuk menentukan pengaruh *toxic masculinity* terhadap depresi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan uji validitas dan uji reliabilitas alat ukur Depresi yang terdiri dari 21 aitem terdapat 2 aitem yang gugur memiliki skor *Corrected Item-Total Correlation* (indeks daya beda r_{xy}) $< 0,3$; yaitu aitem nomor 8 dan 18 serta terdapat 19 aitem lainnya valid. Setelah diketahui validitas aitem kemudian dilanjutkan dengan analisis reliabilitas (kehandalan). Indeks reliabilitas yang diperoleh skala depresi sebesar = 0,919, artinya depresi sebagai alat ukur dikategorikan handal.

Selanjutnya skala Toxic Masculinity dari 21 aitem, terdapat 2 item yang gugur karena memiliki skor *Corrected Item-Total Correlation* (indeks daya beda r_{xy}) $< 0,3$; yaitu aitem nomor 17 dan 18 serta terdapat 19 aitem lainnya valid. Setelah diketahui validitas aitem kemudian dilanjutkan dengan analisis reliabilitas (kehandalan). Indeks reliabilitas yang diperoleh skala toxic

masculinity sebesar = 0.832, artinya skala toxic masculinity sebagai alat ukur dikategorikan handal.

Berdasarkan analisis tersebut, maka akan diketahui apakah *toxic masculinity* dan depresi berdistribusi sesuai dengan prinsip kurva normal atau tidak. Sebagai kriterianya untuk variabel toxic masculinity dan depresi yang menggunakan skala likert. Apabila $p > 0,05$ sebarannya dinyatakan normal, sebaliknya dinyatakan apabila $p < 0,05$ sebarannya dinyatakan tidak normal.

Tabel 1. Uji normalitas

Variabel	RERATA	K-S	SD	Sig	Keterangan
Toxic Masculinity	16,19	0,344	4,200	0,084	Normal
Depresi	39,68	0,176	9,056	0,091	Normal

Berdasarkan uji lineritas, dapat diketahui apakah variabel bebas dan variabel tergantung dapat atau tidak dapat dianalisis secara korelasional. Hasil analisis menunjukkan bahwa variabel bebas (*toxic masculinity*) mempunyai hubungan yang linear dengan variabel terikat (depresi). Sebagai kriterianya, apabila p beda > 0.05 maka dinyatakan mempunyai derajat hubungan yang linear. Hubungan tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini :

Tabel 2. Uji linearitas

Korelasional	F beda	P beda	Keterangan
X-Y	11,240	0,309	Linear

Berdasarkan hasil analisis dengan metode analisis regresi sederhana diketahui bahwa ada pengaruh toxic masculinity dengan depresi pada mahasiswa, dengan nilai Koefisien Determinasi (R^2) = 0,261 dengan signifikan $p = 0.001 < 0,050$, artinya hipotesis yang menyatakan semakin tinggi toxic masculinity maka semakin tinggi pula depresi, begitu juga sebaliknya, semakin rendah toxic masculinity maka semakin rendah pula depresi yang dirasakan mahasiswa dinyatakan diterima. Berdasarkan hasil koefisien determinan (r^2) pula menunjukkan bahwa toxic masculinity berpengaruh sebesar 26,1% terhadap depresi pada mahasiswa

Tabel 3. Analisis Regresi Sederhana

Statistik	Koefisien (r_{xy})	Koefisien Determinan (r^2)	BE%	P	Ket
X-Y	0,511	0,261	26,1%	0,001	Significant

Hasil penelitian ini secara konsisten menunjukkan adanya pengaruh positif dan signifikan antara toxic masculinity dan depresi pada mahasiswa. Temuan ini mendukung hipotesis awal bahwa peningkatan toxic masculinity berkorelasi dengan peningkatan tingkat depresi, dan sebaliknya. Kontribusi toxic masculinity sebesar 26,1% terhadap depresi mengindikasikan bahwa meskipun ada faktor lain yang berperan, aspek maskulinitas yang beracun memiliki dampak yang substansial.

Tingginya tingkat *toxic masculinity* dan depresi yang ditemukan pada sampel mahasiswa dalam penelitian ini sejalan dengan literatur yang ada mengenai dampak negatif norma gender tradisional. Seperti yang diungkapkan oleh *World Health Organization (WHO)* (Turner, 2009), tingginya angka bunuh diri pada pria, khususnya di Amerika, seringkali dikaitkan dengan ketidakmampuan pria dalam memenuhi peran sosial yang dibebankan oleh masyarakat. Sifat impulsif yang sering dikaitkan dengan maskulinitas tradisional dapat memperkuat dorongan emosional untuk melakukan tindakan ekstrem, termasuk bunuh diri, ketika menghadapi tekanan. Ini menggarisbawahi bagaimana ekspektasi sosial yang kaku terhadap "kejantanan" dapat menjadi beban psikologis yang berat.

Perilaku agresif yang sering dianggap sebagai tanda kejantanan atau kekuatan dalam konteks maskulinitas tradisional (Linggiswojo, 2016) dapat menjadi manifestasi dari toxic masculinity. Namun, ironisnya, tekanan untuk selalu tampil kuat dan dominan ini justru dapat memicu masalah kesehatan mental. Penelitian sebelumnya juga telah menyoroti bahwa laki-laki seringkali enggan mencari bantuan profesional untuk masalah mental mereka karena dampak

kuat dari sosialisasi norma gender (Call & Shafer, 2018). Addis dan Mahalik (2003) menjelaskan bahwa perilaku mencari bantuan, yang melibatkan ketergantungan dan pengakuan kebutuhan emosional, berkonflik dengan pesan-pesan maskulin tentang kemandirian, kekuatan, dan kontrol emosional.

Konflik antara norma gender tradisional yang kaku dan sifat mahasiswa yang ekspresif, toleran, dan kritis menjadi poin penting dalam pembahasan ini. Mahasiswa yang tidak dapat memenuhi ekspektasi maskulinitas tradisional seringkali mengalami depresi. Hal ini terjadi karena adanya penolakan atau stigma sosial terhadap laki-laki yang dianggap "tidak maskulin" atau memiliki sifat yang lebih feminin. Norma-norma maskulin yang menekankan kemandirian, dominasi, dan bahkan kekerasan, dapat meningkatkan risiko depresi, sementara norma-norma lain mungkin bersifat protektif.

Stereotip gender yang kaku dalam masyarakat patriarki, yang menganggap laki-laki harus selalu kuat, tegas, dan tidak emosional, sementara perempuan dianggap lemah lembut dan emosional (Sarwono, 2014), semakin memperparah polarisasi sifat maskulin dan feminin. Pandangan diskriminatif ini menyebabkan laki-laki yang mengekspresikan sifat atau perilaku yang dianggap feminin sering menjadi sasaran bullying atau diskriminasi (Courtenay, 2000). Harapan sosial untuk selalu terlihat maskulin, dengan atribut seperti kekuatan, kendali emosi, dan independensi, menciptakan tekanan yang signifikan dan dapat berkontribusi pada masalah kesehatan mental seperti depresi.

Secara keseluruhan, temuan ini memperkuat pemahaman bahwa *toxic masculinity* bukan hanya berdampak negatif pada individu yang menginternalisasinya, tetapi juga berkontribusi terhadap terciptanya lingkungan sosial yang tidak kondusif bagi kesehatan mental laki-laki. Norma-norma maskulin yang kaku—seperti larangan menunjukkan emosi, tekanan untuk selalu tampil kuat, serta anggapan bahwa meminta bantuan adalah tanda kelemahan—membentuk budaya diam dan menekan ekspresi emosional. Akibatnya, banyak laki-laki yang mengalami tekanan psikologis tetapi tidak mendapatkan ruang atau dukungan yang cukup untuk mengatasinya, termasuk dalam konteks kehidupan kampus yang menuntut performa akademik dan sosial.

Dalam konteks ini, pentingnya intervensi menjadi semakin mendesak. Intervensi dapat dilakukan melalui program pendidikan yang mengedepankan kesetaraan gender, pelatihan sensitivitas gender bagi tenaga pendidik dan mahasiswa, serta penguatan layanan konseling yang peka terhadap isu maskulinitas. Edukasi publik perlu diarahkan pada upaya dekonstruksi norma-norma gender yang merugikan dan mendorong penerimaan terhadap keberagaman ekspresi emosional laki-laki. Dengan menciptakan ruang yang aman dan inklusif, institusi pendidikan dapat berperan besar dalam membentuk generasi yang lebih sehat secara psikologis dan lebih terbuka terhadap kerentanan sebagai bagian dari kemanusiaan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan penelitian mengenai pengaruh *toxic masculinity* terhadap depresi pada mahasiswa, dapat ditarik beberapa kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara *toxic masculinity* dan depresi pada mahasiswa. Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan Koefisien Determinasi (R^2) = 0,261 dengan signifikan $p = 0.001 < 0,050$. Ini mengkonfirmasi hipotesis penelitian bahwa semakin tinggi tingkat *toxic masculinity* yang dialami atau diinternalisasi oleh mahasiswa, maka semakin tinggi pula tingkat depresi yang dirasakan, dan sebaliknya, semakin rendah *toxic masculinity*, semakin rendah pula depresi. Kontribusi *toxic masculinity* terhadap depresi yang dirasakan mahasiswa adalah sebesar 26,1%. Kondisi *toxic masculinity* pada mahasiswa yang menjadi subjek penelitian tergolong tinggi, ditunjukkan oleh nilai mean empirik (16,19) yang lebih besar dari nilai mean hipotetik (9,5). Sejalan dengan itu, tingkat depresi pada mahasiswa juga tergolong tinggi, dengan nilai mean empirik (39,68) yang lebih besar dari nilai mean hipotetik (28,5). Hal ini mengindikasikan bahwa mahasiswa dalam sampel penelitian ini menghadapi tekanan yang signifikan dari norma-norma maskulinitas yang beracun, yang berkorelasi dengan tingkat depresi yang tinggi.

REFERENSI

- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *The American Psychologist*, 58(1), 5–14.
- Ayuningtyas, D., Misnaniarti, & Rayhani, M. (2018). Analisis situasi kesehatan mental pada masyarakat di Indonesia dan strategi penanggulangannya. *Jurnal Prodi Kesehatan Masyarakat UI*, 9(1), 1–10.
- Call, J. B., & Shafer, K. (2018). Gendered manifestations of depression and help seeking among men. *American Journal of Men's Health*, 12(1), 41–51.
- Dattani, S., Ritchie, H., & Roser, M. (2021). *Mental health*. Our World in Data. <https://ourworldindata.org/mental-health>
- Demartoto, A. (2010). Konsep maskulinitas dari jaman ke jaman dan citranya dalam media. *Jurnal Jurusan Sosiologi*, 3, 119–122.
- Factsnew.com. (n.d.). *Budaya patriarki dan maskulinitas di Indonesia*.
- Hasanah, U., Ludiana, & Immawati, P. H. L. (2020). Gambaran psikologis mahasiswa dalam proses pembelajaran selama pandemi COVID-19. *Jurnal Keperawatan Jiwa*, 8(3), 299–306.
- Ika, E. C. (2021). *Konstruksi makna toxic masculinity pada kalangan mahasiswa pengguna skin care di Kota Bandung* (Skripsi, Universitas Komputer Indonesia). <http://elibrary.unikom.ac.id/id/eprint/4897>
- Kementerian Kesehatan RI. (n.d.). *Laporan nasional RISKESDAS 2018*.
- Kusumastuti, R., & Noor, I. (2022). Kesehatan mental di Indonesia: Tinjauan situasi dan tantangan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 17(2), 123–135.
- Men's Health Forum. (2014). *Suicide and men's mental health*. <https://www.menshealthforum.org.uk>
- Rochman, F. (2010). *Kesehatan mental dalam tekanan maskulinitas*. Jakarta: Pustaka Kesehatan.
- Rokhmansyah, A. (2016). *Pengantar gender dan feminisme: Pemahaman awal kritik sastra feminisme*. Garudhawaca.
- Sulaiman, R. (2016). *Toxic masculinity dan kesehatan mental pria*. Jakarta: Penerbit Psikologi Nusantara.
- World Health Organization. (2021). *Suicide worldwide in 2019: Global health estimates*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240026643>
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Creswell, J. W. (2010). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed methods*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Addis, M. E., & Mahalik, J. R. (2003). Men, masculinity, and the contexts of help seeking. *The American Psychologist*, 58(1), 5–14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.58.1.5>
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Manual for the Beck Depression Inventory-II*. San Antonio, TX: Psychological Corporation.
- Call, J. B., & Shafer, K. (2018). Gendered manifestations of depression and help seeking among men. *American Journal of Men's Health*, 12(1), 41–51. <https://doi.org/10.1177/1557988315623993>
- Courtenay, W. H. (2000). Constructions of masculinity and their influence on men's well-being: A theory of gender and health. *Social Science & Medicine*, 50(10), 1385–1401. [https://doi.org/10.1016/S0277-9536\(99\)00390-1](https://doi.org/10.1016/S0277-9536(99)00390-1)
- Creswell, J. W. (2010). *Research design: Pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Ghozali, I. (2016). *Aplikasi analisis multivariate dengan program IBM SPSS 23*. Semarang: Badan Penerbit Universitas Diponegoro.
- Linggosiswojo, S. G. (2016). Representasi maskulinitas dalam iklan televisi Umild "Kode Cowo". *Jurnal E-Komunikasi*, 4(1).
- Sarwono, B. K., & Fayardi, A. O. (2018). The construction of masculinity in male facial care product advertisement. In *E3S Web of Conferences* (Vol. 74, p. 10010). EDP Sciences. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/20187410010>
- Sugiyono. (2016). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Turner, B. (2009). *Teori-teori sosiologi modernitas–postmodern*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.