

**PENGARUH *INTERNALIZED MISOGYNY* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA MAHASISWI PROGRAM
S1 FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI



Oleh :

ALIN NABILAH

18410189

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM**

MALANG

2022

**PENGARUH *INTERNALIZED MISOGYNY* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA MAHASISWI PROGRAM S1
FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

Ditujukan kepada
Dekan Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh
gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)

Oleh :

ALIN NABILAH

NIM. 18410189

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI MAULANA MALIK IBRAHIM
MALANG**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH *INTERNALIZED MISOGYNY* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA MAHASISWI PROGRAM SI
FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

SKRIPSI

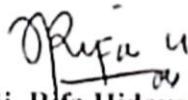
Oleh:

Alin Nabilah

Nim. 18410189

Telah disetujui oleh:

Dosen Pembimbing



Dr. Hj. Rifa Hidayah, Msi

NIP. 197611282002122001

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



HALAMAN PENGESAHAN

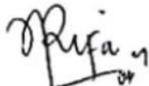
**PENGARUH *INTERNALIZED MISOGYNY* TERHADAP
PSYCHOLOGICAL DISTRESS PADA MAHASISWI PROGRAM S1
FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

pada tanggal, 1 Juli 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

NIP. 197611282002122001

Anggota



Rahmatika Sari Amalia, M.Psi

NIP. 199105222020122001

Ketua Penguji



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si

NIP. 197007242005012003

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Tanggal, 20 Juli 2022

Mengesahkan

Dekan Fakultas Psikologi

UIN Maulana Malik Ibrahim Malang



HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Alin Nabilah

NIM : 18410189

Fakultas : Psikologi

Jurusan : Psikologi

Judul Skripsi : PENGARUH *INTERNALIZED MISOGYNY*
TERHADAP *PSYCHOLOGICAL DISTRESS* MAHASISWI
PROGRAM SI FAKULTAS PSIKOLOGI UIN MAULANA MALIK
IBRAHIM MALANG

Menyatakan bahwa skripsi tersebut adalah karya sendiri dan bukan karya orang lain, baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Malang, 30 Mei 2022



Alin Nabilah

18410189

MOTTO

إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Inna ma'al-'usri yusrā

Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan.

Q.S Al-Insyirah ayat 6

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil alamiin. Segala Puji bagi Allah SWT yang telah memberikan rahmat berupa kesehatan, kekuatan, kelancaran dari awal hingga akhir penyusunan skripsi.

Penulis mempersembahkan karya ini kepada orang-orang yang sangat berarti bagi penulis, yaitu:

Kedua orang tua saya, Ibu Yuliati dan Bapak Mustofa Basas yang selalu berusaha menjadi orang tua terbaik bagi anak-anaknya. Ketiga kakak saya, Rikza Hakin, Muhammad Syukron, dan Moch. Yajid Bastomi yang selalu memberikan semangat, bantuan, dan selalu siap sedia kapanpun penulis membutuhkan uluran tangan. Untuk keponakan saya, Fathimah Nufaisa Hilmi, yang membagi keceriaan dan kebahagiaan lewat senyum dan tawanya. Untuk keluarga besar saya, yang tanpa doa mereka, penulis tidak mungkin sampai di titik ini.

Sahabat-sahabat saya, Kholidah, Ferdina, Ajeng, Christanti, Liva, Awal, Nida, Hilda, Djulita, yang bersama mereka penulis berbagi cerita dan berbagi mimpi tentang kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi di esok hari. Untuk Mas David, yang selalu siap menemani dan mendengarkan.

Dosen Pembimbing saya, Ibu Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si yang telah membantu dan membimbing penulis dalam proses penulisan skripsi sejak awal hingga akhir.

Teman-teman Fakultas Psikologi Angkatan 2018 yang bersama-sama menuntut ilmu dan telah menjadi teman diskusi sekaligus teman cerita.

Kementrian Agama, yang tanpa bantuan pendidikannya, penulis tidak dapat menyelesaikan studinya sampai di titik ini.

Terakhir, karya ini penulis persembahkan kepada seluruh wanita di dunia, untuk rahimnya yang menjadi semesta dan susunya menjadi telaga bagi seluruh manusia yang saat ini berdiri di bumi.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah Robbil ‘Alamin, Segala puji syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan nikmat, rahmat dan hidayah-Nya berupa kesehatan, kekuatan, kesabaran sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini yang berjudul “Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress* Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang”. Sholawat serta salam tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, aamiin.

Karya ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari berbagai pihak yang telah terlibat. Untuk itu dengan segala kehormatan, saya ucapkan terimakasih yang setinggi-tingginya kepada:

1. Prof. Dr. H. M Zainuddin, MA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
2. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Dr. Zamroni, M.Pd, selaku Kaprodi Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Ibu Umdatul Khoirot, M.Si selaku dosen pembimbing akademik
5. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku dosen pembimbing yang selalu memberikan arahan, nasihat, dan berbagai pengalaman yang berharga kepada penulis
6. Segenap civitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang terutama seluruh dosen, penulis mengucapkan terimakasih banyak atas ilmu dan bimbingannya.

7. Seluruh teman-teman Mahasiswa Psikologi angkatan 2018 Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
8. Seluruh responden mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim yang telah bersedia meluangkan waktunya demi terselesaikannya skripsi ini.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis dan para pembaca.

Malang 30 Mei 2022

Alin Nabilah

NIM. 18410189

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
MOTTO	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
ABSTRAK	xvi
ABSTRACT	xvii
مستخلص البحث.....	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	13
BAB II KAJIAN PUSTAKA	15
A. <i>Psychological Distress</i>	15
1. Definisi <i>Psychological Distress</i>	15
2. Faktor Penyebab <i>Psychological Distress</i>	17
3. Aspek-Aspek <i>Psychological Distress</i>	19
4. <i>Psychological Distress</i> dalam Perspektif Islam	22

B. <i>Internalized Misogyny</i>	24
1. Definisi <i>Internalized Misogyny</i>	24
2. Faktor Penyebab <i>Internalized Misogyny</i>	27
3. Aspek <i>Internalized Misogyny</i>	29
4. <i>Internalized Misogyny</i> dalam Perspektif Islam	36
C. Pengaruh <i>Internalized Misogyny</i> Terhadap Munculnya <i>Psychological Distress</i>	39
D. Hipotesis Penelitian.....	44
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	45
A. Jenis Penelitian.....	45
B. Identifikasi Variabel Penelitian.....	45
C. Definisi Operasional.....	46
1. <i>Internalized Misogyny</i>	46
2. <i>Psychological Distress</i>	47
D. Populasi Dan Sampel	48
1. Populasi	48
2. Sampel	48
E. Teknik Pengumpulan Data.....	50
1. Instrumen Penelitian	50
2. Alat Ukur Penelitian	52
3. Validitas dan Reliabilitas.....	57
F. Analisis Data	63
1. Analisis Deskriptif.....	63
2. Uji Normalitas	64
3. Uji Lineritas.....	65
4. Uji Regresi Linear Sederhana.....	65
5. Uji Hipotesis.....	66
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	68
A. Pelaksanaan Penelitian	68
1. Lokasi Penelitian	68
2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian.....	69
3. Jumlah Subjek Penelitian	69

4. Prosedur Pengambilan Data	69
5. Hambatan-Hambatan	70
B. Hasil Penelitian	70
1. Tingkat <i>Psychological Distress</i> pada mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	70
2. Tingkat <i>Internalized Misogyny</i> Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	72
3. Pengaruh <i>Internalized Misogyny</i> Terhadap <i>Psychological Distress</i> Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	74
C. Pembahasan	80
1. Tingkat <i>Psychological Distress</i> Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	80
2. Tingkat <i>Internalized Misogyny</i> Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	85
3. Pengaruh <i>Internalized Misogyny</i> Terhadap <i>Psychological Distress</i> Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang	88
BAB V PENUTUP	100
A. Kesimpulan	100
B. Saran	101
C. Implikasi Penelitian	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN	112

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pengaruh <i>Internalized Misogyny</i> Terhadap <i>Psychological Distress</i> .	43
Gambar 4.1 Grafik Kategorisasi Tingkat <i>Psychological Distress</i>	69
Gambar 4.2 Grafik Kategorisasi Tingkat <i>Internalized Misogyny</i>	74

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Pengambilan Sampel.....	49
Tabel 3.2 Blueprint Skala <i>Internalized Misogyny</i>	53
Tabel 3. 3 Respon Jawaban Skala <i>Internalized Misogyny</i>	54
Tabel 3. 4 Cara Pengisian Skala <i>Internalized Misogyny</i>	54
Tabel 3. 5 Blueprint Skala <i>Psychological Distress</i>	56
Tabel 3. 6 Respon Jawaban Skala <i>Psychological Distress</i>	57
Tabel 3. 7 Cara Pengisian Skala <i>Psychological Distress</i>	57
Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Skala <i>Internalized Misogyny</i>	60
Tabel 3. 9 Blueprint Aitem Valid Skala <i>Internalized Misogyny</i>	61
Tabel 3. 10 Hasil Uji Validitas Skala <i>Psychological Distress</i>	59
Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Internalized Misogyny</i>	63
Tabel 3. 12 Hasil Uji Validitas Skala <i>Psychological Distress</i>	63
Tabel 3. 13 Norma Kategorisasi.....	64
Tabel 4. 1 Uji Deskriptif <i>Psychological Distress</i>	71
Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi Tingkat <i>Psychological Distress</i>	71
Tabel 4. 3 Uji Deskriptif <i>Internalized Misogyny</i>	72
Tabel 4. 4 Hasil Kategorisasi Tingkat <i>Internalized Misogyny</i>	73
Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas	75
Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas	76
Tabel 4. 7 Hasil Uji Regresi	77
Tabel 4. 8 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana.....	78
Tabel 4. 9 Hasil Uji t Parsial	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Instrumen Penelitian	112
Lampiran 1. 2 Uji Validitas.....	117
Lampiran 1. 3 Uji Reliabilitas	122
Lampiran 1. 4 Uji Deskriptif	125
Lampiran 1. 5 Uji Normalitas	126
Lampiran 1. 6 Uji Linearitas	126
Lampiran 1. 7 Uji Regresi Linear Sederhana.....	127
Lampiran 1. 8 Tabulasi Data.....	128

ABSTRAK

Nabilah, Alin. 18410189. Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress* Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Skripsi. Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

Pembimbing: Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Psychological distress merupakan keadaan subjektif yang tidak menyenangkan. *Psychological distress* dapat termanifestasi dalam dua bentuk, yaitu kecemasan dan depresi. Di masa pandemi seperti ini, semua orang dipaksa oleh keadaan untuk membatasi gerak fisik mereka dan mulai beralih pada sistem digital. Penggunaan internet yang intens serta paparan informasi yang berlebihan dapat meningkatkan kecemasan dan depresi dalam diri seseorang, terlebih pada wanita. Wanita jauh lebih mudah mendapatkan emosi negatif ketika mendapat paparan informasi negatif. Hal ini juga terjadi di kalangan mahasiswi yang aktif mengakses internet dan berselancar di media sosial. Tren kekinian yang sering ditemui oleh mahasiswi di internet, khususnya di media sosial, adalah tren *pick me girl* atau yang sering muncul dalam bentuk ungkapan “apa cuma gue”. Fenomena ini merupakan fenomena diskriminasi dalam bentuk seksisme yang berwujud *internalized misogyny* atau misogini yang terinternalisasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 120 mahasiswi. Pengambilan data dilakukan dengan teknik *non-probability sampling* dan model *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan dua skala yaitu *Kessler Psychological Distress Scale (K10)* dan *Internalized Sexism Scale For Women*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan bantuan IBM SPSS 25.0 *version for windows*.

Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien determinasi atau R Square sebesar 0,069. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dari variabel bebas (*internalized misogyny*) terhadap variabel terikat (*psychological distress*) sebesar 6,9%. Dari hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat misogini yang terinternalisasi maka semakin tinggi tingkat tekanan psikologis yang dialami mahasiswi.

Kata Kunci: *Psychological Distress, Internalized Misogyny*

ABSTRACT

Nabilah, Alin. 18410189. The Influence of Internalized Misogyny on Psychological Distress for Female Undergraduate Students of the Psychology Faculty of UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Undergraduate Thesis. Faculty of Psychology UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. 2022

Supervisor: Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si

Psychological distress is an unpleasant subjective state that can be manifested in two forms, namely anxiety and depression. In times of pandemic like this, people are forced to limit their physical movement and start switching to digital systems. Intense internet use and overexposure to information can increase anxiety and depression in a person, especially in women. Women are much easier to get negative emotions when exposed to negative information. This also occurs among female students who actively access the internet especially on social media. The current trend that is often encountered by female students on the internet, is the pick me girl trend or what oftenly appears in the form of the phrase "is it just me". This is a phenomenon of discrimination in the form of sexism or it is called as internalized misogyny.

This study aims to determine the effect of internalized misogyny on psychological distress in undergraduate students of the Psychology Faculty UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. This study uses quantitative research methods with a total sample of 120 female students. Data were collected using non-probability sampling technique and purposive sampling model. This study uses two scales, namely the Kessler Psychological Distress Scale (K10) and the Internalized Sexism Scale for Women. Data analysis was carried out using IBM SPSS 25.0 version for windows.

The results showed that the coefficient of determination or R Square was 0.069. This shows that there is an effect of the independent variable (internalized misogyny) on the dependent variable (psychological distress) of 6.9%. From the results of the study, it can be concluded that the higher the level of internalized misogyny, the higher the level of psychological distress experienced by female students.

Keywords: Psychological Distress, Internalized Misogyny

مستخلص البحث

نبيلة ، ألين. 18410189. تأثير كره النساء الداخلي على الضيق النفسي لطلبة البكالوريوس في كلية علم النفس ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الحكومية الإسلامية ، مالانج. فرضية. كلية علم النفس ، جامعة مولانا مالك إبراهيم الحكومية الإسلامية ، مالانج 2022

المشرف ة

الضيق النفسي هو حالة ذاتية غير سارة يمكن أن تتجلى في شكلين ، هما القلق والاكتئاب. في أوقات مثل هذا الوباء ، يضطر الناس إلى تقييد حركتهم البدنية والبدء في التحول إلى الأنظمة الرقمية. يمكن أن يؤدي الاستخدام المكثف للإنترنت والتعرض المفرط للمعلومات إلى زيادة القلق والاكتئاب لدى الشخص وخاصة عند النساء. النساء أسهل بكثير في الحصول على المشاعر السلبية عند تعرضهن للمعلومات ، السلبية يحدث هذا أيضًا بين الطالبات اللواتي يصلن بنشاط إلى الإنترنت وخاصة على وسائل التواصل الاجتماعي. الاتجاه الحالي الذي غالبًا ما تواجهه الطالبات على الإنترنت ، هو اتجاه اختر لي فتاة أو ما يظهر غالبًا في شكل عبارة "هل أنا فقط". هذه ظاهرة تمييز في شكل تمييز على أساس الجنس أو يطلق عليها كراهية داخلية للنساء.

تهدف هذه الدراسة إلى تحديد تأثير كراهية النساء الداخلية على الضيق النفسي لدى طلاب المرحلة الجامعية الأولى بكلية علم النفس مولانا مالك إبراهيم مالانج. تستخدم هذه الدراسة طرق البحث الكمي بعينة إجمالية من 120 طالبة. تم جمع البيانات باستخدام أسلوب أخذ العينات غير الاحتمالية ونموذج أخذ العينات ومقياس التحيز (K10) الهادف. تستخدم هذه الدراسة مقياسين ، هما مقياس كيبسلر للاضطراب النفسي لنظام التشغيل IBM SPSS 25.0 الجنسي الداخلي للنساء. تم إجراء تحليل البيانات بمساعدة إصدار windows.

كان 0.069. وهذا يدل على وجود تأثير للمتغير R Square وأظهرت النتائج أن معامل التحديد أو المستقل (كراهية النساء الداخلية) (على المتغير التابع) الضيق النفسي (بنسبة 6.9٪ من نتائج الدراسة ، يمكن الاستنتاج أنه كلما ارتفع مستوى كراهية النساء الداخلية ، ارتفع مستوى الضغط النفسي الذي تعاني منه الطالبات.

الكلمات المفتاحية: ضائقة نفسية ، كراهية داخلية للنساء

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wabah corona virus pertama kali dikonfirmasi keberadaannya di Wuhan, Hubei, China sekitar bulan November 2019. Memasuki tahun 2020 seluruh warga dunia mulai digemparkan mengenai menyebarnya Covid-19 negara lain, seperti Thailand, Jepang, Republik Korea, Vietnam, Amerika Serikat, dan Singapura (Wu, Chen, & Chan, 2020). Tingginya angka penyebaran virus ini kemudian tidak hanya menjadi permasalahan kesehatan fisik semata, namun juga menjadi permasalahan kesehatan mental masyarakat, dimana kekhawatiran masyarakat dapat menimbulkan kecemasan, stres, depresi, dan gangguan emosional lain yang tidak disadari (Shah et al., 2020).

Dampak COVID-19 terhadap kesehatan mental anak muda sangat jelas, termasuk mahasiswa. Mahasiswa menjadi kelompok rentan dikarenakan akses mereka terhadap internet dan jejaring sosial jauh lebih mudah (Glowacz & Schmits, 2020). Perubahan metode belajar tatap muka menjadi pembelajaran daring selama pandemi memaksa mahasiswa untuk lebih sering mengakses segala sesuatu melalui internet dan berbagai media sosial. Dengan terbatasnya aktivitas fisik dan sosial di luar rumah serta meningkatnya intensitas penggunaan ponsel dan internet, kecanduan media sosial berpotensi terjadi di kalangan mahasiswa. Studi terbaru menunjukkan bahwa terlalu banyak waktu yang dihabiskan di media sosial berdampak pada kesehatan mental pengguna

selama pandemi COVID-19 di Wuhan (Gao et al. dalam Sujarwoto, Saputri, & Yumarni, 2021).

Penggunaan media sosial yang berlebihan dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis yang buruk, gejala depresi, dan kecemasan (Jiang, 2021). Studi lain mengungkapkan bahwa tingkat kecemasan yang tinggi (29,5%) dan depresi (31,7%) terjadi pada mahasiswa. Data longitudinal menunjukkan penurunan yang signifikan pada kesejahteraan dan peningkatan gejala depresi selama masa pandemi. Selain itu, terdapat hubungan yang kompleks antara ketakutan, stres, kecemasan, dan gejala depresi. Kecemasan dan depresi merupakan gejala gejala *psychological distress* yang umum dirasakan oleh mahasiswa, terlebih mahasiswi (Bernhardsdóttir & Vilhjálmsson, 2013; Wang et al, 2020). Mahasiswi jauh lebih rentan mengalami kecemasan dan kesulitan mengatur emosi mereka (Schmits et al., 2021). Pada berbagai studi, terbukti perbedaan jenis kelamin menimbulkan respon yang berbeda, perempuan sering dikaitkan dengan kerentanan psikis yang lebih besar yang memicu stres, gangguan stres pasca trauma (PTSD), dan depresi (Salari et al., 2020; Xiong et al., 2020).

Paparan di atas sejalan dengan wawancara pada tiga mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengenai keseharian mereka yang didominasi dengan berselancar di media sosial. Biasanya mereka habiskan untuk menonton drakor di Telegram dan berselancar di TikTok, salah satu aplikasi yang booming saat pandemi ini. Ketiga-tiganya mengeluh karena

mengalami dilemma antara menggunakan sosial media dengan dampaknya pada diri mereka sendiri.

Iya emang sekarang bisanya main hape aja sih. Scroll-scroll medsos, liatin kontennya, yang lagi booming apa, yang lagi tren apa. Ini nih, aku sering banget nemuin komentar apa cuma gue yang gasuka drakor. Bagi aku yang suka drakor, rasanya kek, kenapa sih suka drakor, emang salah ya? Jadinya aku merasa diriku ini ga kayak wanita pada umumnya dengan karena suka nonton drakor

Mahasiswi tersebut memaparkan bahwa kegiatan yang dapat dilakukan selama pandemi berlangsung adalah menggunakan handphone. Penggunaan handphone disini mengacu pada penggunaan internet untuk berselancar di sosial media, melihat konten-konten yang sedang *booming*. Salah satu konten yang sering ia temui di media sosial adalah konten dengan ungkapan “apa cuma gue gasuka drakor”. Konten-konten seperti itu membuat dirinya merasa tersindir dan bersalah karena tidak menjadi wanita pada umumnya karena menyukaim drakor.

Social media really got me. Udah tau sering bikin overthinking, kepikiran, cemas, tapi masih aja nonton. Sering kepikiran gara-gara bisa ngalis dan suka banget make up, haha. Sekarang tuh repot, buluk dikatain, make up dikatain. Aku pernah ga pede banget karena pake make up yang menurutku biasa aja tapi bagi beberapa wanita disekitarku engga. Jadi bahan omongan itu ga enak, gimana ya, ada perasaan ga nyaman, cemas, takut juga. Takut kalo dikatain make up buat memikat lawan jenis, padahal mah pure suka aja

Mahasiswi ini memaparkan bahwa ia tidak bisa lepas dari sosial media. Meskipun ia menyadari bahwa konten-konten di sosial media dapat membuatnya *overthinking*. Salah satu konten media sosial yang sering membuatnya kepikiran dan cemas adalah ungkapan-ungkapan ‘apa cuma gue yang gasuka make up’, karena ia menyukai ber-make up. Ia cemas dengan penampilannya yang ber-make up akan membuat ia menjadi bahan obrolan wanita-wanita lain dan dianggap berusaha memikat lawan jenis, meski sebenarnya tidak.

Pernah marah ke diri aku sendiri karena berusaha keluar dunia per-K-Pop-an tapi gabisa, apalagi selama pandemi cuma bisa main sosmed aja kan. Udah nyoba pelan-pelan karena capek dikatain suka plastik. Kek kesel sama yang ngomongin, tapi bagaimana lagi aku suka. Sedih, sedih ke mereka juga ke diri sendiri, kenapa ga bisa berubah.

Mahasiswi ketiga yang ikut diwawancara menyatakan bahwa ia pernah marah kepada dirinya sendiri karena menyukai K-Pop. Ungkapan-ungkapan di media sosial yang menyudutkan orang-orang penyuka K-Pop membuat ia jengah dan sedih. Ia berusaha berhenti untuk tidak menyukai K-Pop tetapi sia-sia, terlebih di masa pandemic ketika hiburan yang dapat dengan mudah diperoleh melalui media sosial.

Depresi dan kecemasan merupakan dua faktor utama *distress* (Mirowsky & Ross, 2003). Distress psikologis atau *psychological distress* merupakan sindrom nonspesifik yang mencakup kecemasan, depresi, masalah kognitif, atau obsesi-kompulsi. Pada dasarnya, mahasiswi cenderung lebih

mudah mengalami *psychological distress* daripada mahasiswa. Hal ini dipaparkan oleh Anser et al. (2021) bahwa perbedaan gender berdampak besar terhadap kesehatan mental secara umum, termasuk *psychological distress*. Masih dalam penelitian yang sama, mahasiswi cenderung lebih sering merasakan *psychological distress*, baik stress maupun kecemasan.

Psychological distress, dapat muncul karena dua faktor, faktor situasional dan faktor intrapersonal. Faktor situasional misalnya peristiwa hidup seseorang seperti kejadian traumatis, faktor fisik, faktor sosial (hinaan, kritikan, pengucilan, dsb) dan kesehatan yang tidak baik (Matthews, 2000). Saat ini, faktor situasional benar-benar berpotensi menimbulkan *distress* psikologis. Pandemi COVID-19 memaksa berbagai lembaga termasuk sekolah dan universitas untuk tutup secara fisik mengganggu kondisi belajar siswa secara langsung. Pada penelitian Knapstad et al. (2019) dipaparkan bahwa tingkat kecemasan dan depresi yang dialami mahasiswi jauh lebih tinggi dibandingkan mahasiswa. Hal ini selaras dengan penelitian-penelitian sebelumnya yang membuktikan bahwa wanita mengalami tingkat kesulitan emosional yang lebih tinggi daripada pria selama masa pandemi (Salk et al., 2017; Wang et al., 2021; & Padrón et al., 2021)

Karatsoli & Nathanail (2020) membuktikan bahwa wanita jauh lebih banyak menghabiskan waktunya dengan menggunakan handphone untuk berselancar di sosial media dan *texting*. Secara spesifik, wanita menunjukkan bahwa konten-konten yang mereka tonton dapat berpengaruh pada perilaku mereka. Sun, Mao, & Jin (2020) menambahkan bahwa emosi negatif lebih

mudah dialami wanita saat berselancar di sosial media daripada pria. Informasi negatif yang diterima wanita dari sosial media dapat memunculkan emosi negatif yang lebih besar ketimbang pria. Maka tak heran, jika menghabiskan waktu berjam-jam di media sosial dapat berpotensi menerima banyak informasi negatif, bahkan berita bohong, *hate speech*, *cyberbullying* (Pamungkas, Basile, & Patti 2020) yang dapat meningkatkan tingkat kecemasan (Jiang, 2021).

Saat ini, informasi mengenai kekerasan berbasis gender juga sering ditemui, hal ini menunjukkan semakin banyak sentiment-sentimen yang ditujukan pada wanita (Pamungkas, Basile, & Patti 2020). Fenomena ini dilatarbelakangi oleh ketidaksetaraan gender sehingga menciptakan relasi yang timpang. Beberapa bentuk kekerasan berbasis gender yang terjadi di medis sosial yakni pelecehan seksual (*cyber harassment*), pendekatan untuk memperdaya (*cyber grooming*), pelanggaran privasi (*infringement of privacy*), peretasan (*hacking*), dan masih banyak lagi (Prameswari et al., 2021). Semua bentuk kekerasan berbasis gender di atas merupakan manifestasi dari perilaku misoginis (membenci wanita) yang lambat laun dapat terinternalisasi pada wanita itu sendiri dan akan muncul dalam bentuk perilaku misoginis kepada wanita lain ataupun dirinya sendiri.

Salah satu fenomena di media sosial yang cukup *booming* dan menjadi trend para pengguna media sosial adalah tren *pick me girl*. *Pick me girl* berisi konten tentang wanita yang merasa bahwa dirinya tidak seperti wanita kebanyakan yang menyukai makeup, tidak suka membaca, tidak suka berteman dengan sesama perempuan karena dianggap terlalu banyak drama, dan masih

banyak lagi (Means, 2021). Secara singkat, konten “*Pick Me Girls*” berusaha menunjukkan bahwa dirinya lebih baik daripada perempuan lain karena mereka berbeda dari stereotip wanita pada umumnya (Eckert, 2021).

Bentuk lain dari *pick me girl* yang sering ditemui adalah ungkapan-ungkapan di media sosial seperti “*apa cuma gue yang ga suka nonton drakor*”, “*apa cuma gue yang gasuka makeup*” dan “*apa cuma gue*” yang lainnya. Ungkapan-ungkapan seperti ini bisa ditemui dalam bentuk komen Instagram, cuitan di twitter, atau dalam bentuk video yang sudah diolah menjadi sebuah konten hiburan. Hal-hal di atas merupakan kegiatan yang lumrah di media sosial bahkan menjadi trend dalam beberapa bulan terakhir (Means, 2021).

Pada angket yang disebar peneliti pada mahasiswi Fakultas Psikologi ditemukan sebanyak 25 dari 25 mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang mengetahui tren *pick me girl*, yang berarti 100% dari mereka pernah melihat trend ini. Tren apa cuma gue yang paling ditemui oleh mahasiswi Fakultas Psikologi berkisar pada *apa cuma gue yang ga suka drakor*, *apa cuma gue yang ga suka K-Pop*, dan *apa cuma gue yang gasuka make up tebal*.

Meski begitu, banyak yang belum menyadari bahwa konten-konten *pick me girl* dan ungkapan apa cuma gue menunjukkan sentimen tersendiri pada wanita yang menyukai kegiatan-kegiatan feminin. Seolah-olah wanita yang melakukan kegiatan wanita pada umumnya dianggap terlalu feminine. Namun, hal ini tidak hanya di temui di dunia maya, tetapi juga di realita.

Bahkan wanita yang menyukai bersolek diasosiasikan dengan wanita genit, wanita penggoda, dan atribut negatif lainnya. Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat dilihat bahwa fenomena *pick me girls* merupakan fenomena yang memang terjadi di sekitar saat ini. Ungkapan yang diawali dengan kalimat pembuka “apa cuma gue” juga bukan hal yang jarang ditemui, terlebih di media sosial. Fenomena *pick me girls* beserta ungkapan “apa cuma gue” dipercaya sebagai manifestasi terbaru dari *internalized sexism* pada wanita yang muncul dan berkembang di media sosial di era digital saat ini (Means, 2021).

Internalized sexism (seksisme yang terinternalisasi) tidak hanya terjadi pada wanita, tetapi juga pria. *Internalized sexism* yang secara spesifik terjadi dan dilakukan oleh wanita kepada wanita lain tanpa adanya kehadiran pria disebut sebagai *internalized misogyny*. *Internalized misogyny* dapat terjadi ketika wanita mengadopsi sikap, nilai, dan kepercayaan seksis yang membenci kaum wanita (Aiken & Velker, 2019). *Internalized misogyny* dilakukan oleh seorang wanita yang mana ia berperilaku seksis pada dirinya sendiri maupun wanita lain baik secara sadar maupun tidak, bahkan ketika tidak ada kehadiran lelaki yang dianggap lebih superior di sebagian besar budaya.

Internalized misogyny memiliki dampak negatif pada korban karena ia bagian dari bentuk diskriminasi. Diskriminasi pada wanita telah sejak lama diteliti di berbagai situasi. Secara historis, seksisme pada wanita telah terjadi dalam berbagai bentuk dan tidak dapat disangkal, sebagian besar merupakan seksisme dalam level institusional (Eitzen, Baca Zinn, & Smith, 2012). Segala bentuk diskriminasi membawa dampak negatif bagi para korban, begitu juga

pada wanita. Studi yang dilakukan oleh Berg (2006) di United States menunjukkan bahwa seluruh wanita dalam sampel penelitiannya pernah mengalami perilaku seksis dan 25% menyatakan bahwa hal tersebut sering terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Piggot (2004) menunjukkan bahwa *internalized misogyny* berkaitan dengan citra diri yang negatif, depresi, rendahnya kepercayaan diri pada wanita lesbian di lima negara berbeda; yaitu, Australia, Kanada, Inggris, Finlandia, dan Amerika Serikat.

Seseorang yang pernah menjadi korban berpotensi menjadi pelaku di kemudian hari. Ini semua merupakan hasil dari proses dimana wanita menjadi korban dari prasangka, stereotip, keyakinan, dan nilai-nilai yang merugikan wanita, tetapi nilai tersebut di pegang teguh dalam suatu kultur budaya. Hingga pada akhirnya korban dari prasangka-prasangka tersebut berubah menjadi pelaku (PennState Blog, 2017). Hal ini sesuai dengan angket yang disebar oleh penulis mengenai tren *pick me girl/apa cuma gue*. Sebanyak 19 dari total 25 mahasiswi Fakultas Psikologi yang sukarela mengisi bahwa mereka pernah diposisi sebagai korban sebelum akhirnya, secara tidak sadar, beralih menjadi pelaku. Hal ini tidak mengherankan, objektifikasi pada wanita telah lama terjadi, dalam film, iklan, maupun lagu lagu. Wanita selalu dilihat sebagai objek seksual untuk memuaskan hasrat laki-laki (Lahdji, 2016).

Terdapat penelirian yang meneliti hubungan antara seksisme (baik yang dialami secara eksternal maupun internal) dengan fungsi psikososial para korban. Hasil penelitian menunjukkan bahwa korban mengalami kesehatan dan kesejahteraan mental yang negatif serta dapat berpengaruh pada hubungan

romantis (Dehlin & Galliher, 2019). Berg (2006) menilai hubungan antara stres terkait gender, frekuensi peristiwa seksis yang dialami, dan gejala PTSD dalam sampel besar (wanita). Sebuah korelasi positif yang signifikan muncul antara tingkat pengalaman seksisme sehari-hari dengan munculnya PTSD.

Secara keseluruhan, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa internalisasi seksisme dapat termanifestasi dalam bentuk yang berbeda-beda. Namun satu hal yang pasti, bahwa perilaku seksis, baik secara internal maupun eksternal, berpengaruh terhadap munculnya distress psikologis pada korban. Tekanan psikologis merupakan respon yang manusiawi dan bukanlah termasuk penyakit mental. Meski begitu, tekanan psikologis tetaplah termasuk kondisi dimana seseorang tidak baik-baik saja. Mirowsky & Ross (2003) memaparkan bahwa tekanan psikologis dapat berdampak pada kesehatan mental seseorang dan juga kehidupan sosialnya.

Massé et al. (1998) memaparkan bahwa *distress* atau tekanan muncul bukan sebagai pengalaman afektif saja, tetapi juga sebagai pengalaman sosial yang dapat termanifestasi secara emosional maupun fisiologis. Sangat jelas bahwa tekanan psikologis dapat diperoleh dari lingkungan sosialnya. Maka tak mengherankan jika *internalized misogyny* dapat berpengaruh pada munculnya tekanan psikologis pada seseorang. Perilaku *internalized misogyny* dapat mengakibatkan pada rendahnya kepercayaan diri, depresi, bahkan gangguan makan pada korban (Szymanski et al., 2009; Piggot, 2004).

Namun, penelitian mengenai pengaruh *internalized misogyny* terhadap munculnya *psychological distress* masih belum terlalu banyak. Di Indonesia, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik membahas *internalized misogyny* dan pengaruhnya pada *psychological distress*. Salah satu hal yang melanggengkan praktek-praktek misoginis adalah budaya patriarkis, dimana seorang wanita di didik untuk menerima, tidak terlalu banyak bicara dan seringkali dihiraukan saat menyampaikan pendapat (Rahmani, 2020). Pengalaman-pengalaman yang berkaitan erat dengan diskriminasi seringkali tidak mudah untuk diungkapkan, terlebih pada seorang wanita yang dibesarkan di lingkungan yang kental dengan budaya patriarkis. Budaya misoginis dan patriarkis bekerja sama untuk menciptakan sistem dan individu yang melanggengkan praktek diskriminasi gender.

Berdasarkan pemaparan tersebut, peneliti ingin mengkaji lebih lanjut mengenai pengaruh *internalized misogyny*, sebagai salah satu bentuk seksisme, terhadap *psychological distress* pada mahasiswi. Meskipun penelitian mengenai *psychological distress* sudah seringkali dilakukan di Indonesia (Sitompul, 2021; Safitri, 2019; Widianti, 2021), tetapi kajian yang secara spesifik mengaitkan dengan *internalized misogyny* masih belum pernah dilakukan di Indonesia.

Minimnya edukasi mengenai *internalized misogyny* sendiri membuat masyarakat masih awam mengenai apa *internalized misogyny* dan apa bahayanya pada kesehatan mental dan fisiknya. Pemahaman mengenai *internalized misogyny* sangat dibutuhkan untuk menghentikan praktik-praktik

misoginis yang dapat memicu *psychological distress* pada seseorang. Pemahaman yang dimiliki oleh seseorang mengenai *internalized misogyny*, dapat menjadi bekal dan langkah preventif agar peristiwa-peristiwa diskriminatif tidak marak terjadi dan mengganggu kesehatan mental. Oleh karena itu, peneliti mengambil judul **Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress* Pada Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan di atas fokus permasalahan dari penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana tingkat *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
2. Bagaimana tingkat *internalized misogyny* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?
3. Bagaimana pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang?"

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, tujuan dilakukannya penelitian ini, yaitu:

1. Mengetahui tingkat *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

2. Mengetahui tingkat *internalized misogyny* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Mengetahui pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara umum hasil penelitian ini dapat memberikan informasi actual mengenai pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* pada mahasiswi. Selain itu, diharapkan penelitian ini memberikan kontribusi dalam kajian keilmuan psikologi mengenai *internalized misogyny* dan pengaruhnya terhadap tekanan psikologis mahasiswi di Indonesia.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswi, diharapkan penelitian ini membuka mata mahasiswi mengenai konsep *internalized misogyny* dan pengaruhnya terhadap munculnya *psychological distress*
- b. Bagi masyarakat, diharapkan penelitian ini mampu menyampaikan pesan kepada masyarakat mengenai *internalized misogyny* yang merupakan bagian dari perilaku seksis. Diharapkan masyarakat lebih memahami bahwa perilaku seksis dapat berdampak pada kesehatan mental individu

- c. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian selanjutnya yang membahas lebih lanjut mengenai perilaku-perilaku seksis terutama *internalized misogyny*.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. *Psychological Distress*

1. Definisi *Psychological Distress*

Selye (1975) mendefinisikan stress sebagai *nonspecific response of the body to any demand* atau dapat diartikan sebagai respons tidak spesifik tubuh terhadap berbagai macam tuntutan. Stave (2005) menambahkan bahwa *demand* atau tuntutan dalam konsep stress Selye dapat dipersepsikan sebagai tuntutan yang positif atau negatif, menarik atau tidak menarik, menyenangkan atau tidak menyenangkan. Selye juga memperkenalkan konsep *eustress* dan *distress*. *Eustress* mengacu pada stress yang memberikan dampak positif, sedangkan *distress* mengacu pada stress yang menimbulkan dampak negatif. Hampir sebagian besar penelitian mengenai stress membahas tentang *distress*.

Sedangkan Lazarus & Folkman (1984) memaparkan tiga definisi yang berbeda mengenai stress. Pertama, stress sebagai stimulus, dimana kejadian di lingkungannya menjadi pemicu misalnya sakit, bencana alam, atau situasi yang tidak menyenangkan. Kedua, stress sebagai respon, dimana stress muncul sebagai reaksi tubuh ketika seseorang menghadapi berbagai permasalahan dan tuntutan yang ada dalam hidupnya. Ketiga, stress merupakan hubungan tertentu antara individu dan lingkungannya, dimana seorang individu merasa keadaan di lingkungannya memberatkan dan di luar kemampuan yang dimiliki sehingga mengancam

kesejahteraannya. Definisi ketiga inilah yang paling sering digunakan sebagai rujukan di berbagai karya ilmiah (Putri, 2012; Biggs, Brough, & Drummond, 2017)

Berlanjut pada pengertian *distress*, Matthew (2000) mendefinisikan distress sebagai istilah yang mengacu pada respons stress subjektif yang tidak diinginkan seperti kecemasan atau depresi. Seringkali, respons stres dicirikan oleh kesulitan dalam beradaptasi dengan stresor eksternal (*distress*), meskipun stres kadang-kadang memiliki efek yang merangsang dan memberi energi (*eustress*).

Sedangkan Mirowsky dan Ross (2003) menjelaskan distress sebagai *unpleasant subjective state* yaitu keadaan subjektif yang tidak menyenangkan, biasanya terdiri dari kecemasan dan depresi. Tak jauh berbeda, Drapeau, Marchand & Beaulieu-Prévost (2011) mendefinisikan *psychological distress* sebagai reaksi emosional yang normal terhadap stresor yang menimbulkan perbedaan penggambaran "normalitas" di populasi dan situasi yang berbeda-beda. Secara luas disepakati bahwa pengalaman individu dan kolektif sebagian dibatasi oleh norma-norma budaya. Meskipun keadaan pikiran negatif seperti perasaan sedih, tertekan atau cemas cenderung universal, tetapi keadaan pikiran seorang individu dapat bervariasi di berbagai bentuk budaya.

Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan jika *psychological distress* merupakan kondisi tidak menyenangkan pada seseorang yang merupakan respon atas tekanan di lingkungan sekitarnya. *Psychological*

distress dapat muncul dalam dua bentuk gejala, yaitu depresi dan kecemasan.

2. Faktor Penyebab *Psychological Distress*

Matthews (2000) menyatakan bahwa *distress* dapat dipengaruhi oleh dua hal, yaitu faktor situasional dan faktor intrapersonal. Faktor situasional misalnya peristiwa hidup seseorang seperti kejadian traumatis, faktor fisik, faktor sosial (hinaan, kritikan, pengucilan, dsb) dan kesehatan yang tidak baik. Sedangkan faktor intrapersonal seperti ciri-ciri kepribadian seseorang.

a. Faktor Situasional

1) Faktor Fisiologis

Studi fisiologis tentang distres berfokus terutama pada mekanisme otak yang mungkin mengeluarkan dan mengontrol afek negatif. Bukti biologis mengenai distress dapat diperoleh dari berbagai penelitian tentang kerusakan otak pada hewan dan manusia. Misalnya, kerusakan pada amigdala dapat memicu respons emosional yang ekstrem. Penelitian membuktikan bahwa pusat amigdala berhubungan pengondisian rasa takut pada manusia. Amigdala berperan layaknya pengontrol emosi di otak manusia.

2) Faktor Kognitif

Faktor kognitif stres didukung oleh studi eksperimental yang menunjukkan bahwa dampak psikologis dan fisiologis stres diatur

oleh keyakinan dan harapan orang tersebut. Misalnya, suasana hati negatif dapat disebabkan oleh sugesti seseorang seperti, membayangkan peristiwa negatif sehingga berdampak pada mood.

3) Faktor Sosial

Distress dapat muncul dari berbagai faktor sosial, keluarga, perselisihan, perkawinan, konflik antar individu, atau mungkin pengangguran. Hal ini sering dilatarbelakangi oleh kurangnya support dari lingkungan sekitar. Sebaliknya, ketika seseorang memperoleh respon positif dan support dari orang-orang disekitarnya, maka *distress* dapat menurun. Namun terkadang, *distress* justru mencerminkan diskursus seseorang mengenai permasalahan dengan interaksi interpersonal mereka dalam konteks sosial dan budaya.

b. Faktor Intrapersonal

Beberapa individu tampaknya umumnya lebih rentan terhadap kesusahan daripada yang lain. Studi psikometri dan eksperimental mengidentifikasi ciri-ciri kepribadian dan hubungannya dengan kecenderungan seseorang untuk mengalami emosi negatif. Eysenck mengidentifikasi dimensi neurotisisme yang berhubungan dengan rendahnya batas emosional. Dimensi ini sesuai dengan salah satu faktor yang dijelaskan oleh model kepribadian lima faktor.

Neurotisisme memprediksi suasana hati negatif seperti depresi dan kecemasan, meskipun kekuatan hubungan bervariasi dengan stres situasional. Ini juga memprediksi kerentanan terhadap kekhawatiran

dan gangguan kognisi. Hubungan antara neurotisisme dan distress dibuktikan oleh studi eksperimental terkontrol dan studi lapangan tentang suasana hati sehari-hari menggunakan metode *diary* atau pengambilan sampel pengalaman. Neurotisisme juga meningkat pada pasien yang menderita gangguan emosional.

3. Aspek-Aspek *Psychological Distress*

Mirowsky dan Ross (2003) memaparkan beberapa gejala depresi dan kecemasan, yaitu:

a. Depresi

Depresi adalah gangguan suasana hati yang menyebabkan perasaan sedih dan kehilangan minat secara terus-menerus. Gejala umum dari gangguan depresi adalah kesedihan, kekosongan, atau suasana hati yang mudah tersinggung, disertai dengan perubahan somatik dan kognitif yang secara signifikan mempengaruhi kapasitas individu untuk berfungsi (Chand & Arif, 2022).

Sedangkan Chaplin (2002) memaparkan depresi pada dua kondisi, yaitu pada orang normal dan pada kasus patologis. Pada orang normal, depresi merupakan keadaan kemurungan (kesedihan, kepatahan semangat) yang ditandai dengan perasaan tidak sesuai, menurunnya aktivitas, dan rendahnya rasa optimisme mengenai masa depan. Pada kasus patologis, depresi merupakan keengganan ekstrim dalam merespons stimulus

yang disertai dengan disertai menurunnya nilai diri, delusi perasaan tidak mampu dan putus asa.

Depresi dapat termanifestasi dalam berbagai bentuk seperti perasaan sedih, kesepian, putus asa, atau tidak berharga, ingin mati, sulit tidur, dan tidak bersemangat untuk melakukan apapun.

b. Kecemasan

Kecemasan merupakan emosi dasar yang normal dan dibutuhkan dalam kelangsungan hidup individu. Secara patologis, kecemasan yang terus meningkat dapat termanifestasi menjadi gangguan kecemasan saja, atau penyakit mental lainnya. Kecemasan juga bisa menjadi sinyal peringatan potensi bahaya pada penyakit somatic (Ströhle, Gensichen, & Domschke, 2018). Pengalaman subjektif dari distress yang disertai dengan gangguan tidur, kesulitan berkonsentrasi, menurunnya fungsi sosial dan/atau pekerjaan adalah gejala umum pada banyak gangguan kecemasan (Adwas et al., 2019). Kecemasan dapat muncul perasaan gelisah, khawatir, tegang, mudah tersinggung, terkadang takut.

Depresi dan kecemasan memiliki dua elemen di dalamnya, yaitu *mood* dan *malaise*. *Mood* mengacu pada perasaan seperti kesedihan karena depresi atau kekhawatiran akan kecemasan. *Malaise* mengacu pada kondisi tubuh, seperti lesu dan gangguan depresi atau kegelisahan. *Malaise*

juga dapat berwujud penyakit seperti, sakit kepala, sakit perut, atau pusing karena kecemasan. Depresi dan kecemasan, baik *mood* atau *malaise*, seringkali berkaitan satu sama lain. Seseorang yang mengalami depresi seringkali dibarengi dengan kecemasan, begitu juga sebaliknya. Meski begitu hal ini tidak selamanya seperti itu.

Sedangkan, Kessler (dalam Brooks, Beard, & Steel, 2006) mengukur *psychological distress* melalui 10 gejala kesehatan mental yang berorientasi pada depresi dan kecemasan. Dalam mengembangkan skala, Kessler menggunakan prinsip-prinsip IRT, skala K10 diasumsikan mengukur konstruk unidimensional, yaitu, tekanan psikologis atau apa yang disebut dalam konteks lain sebagai faktor kecemasan-kesengsaraan (*anxious-misery*). Namun, dalam menguji asumsi unidimensionalitas, Kessler dan rekan menerapkan ambang yang relatif rendah yang membuka kemungkinan bahwa K10 mungkin, pada kenyataannya, lebih tepat dianggap multidimensi (Brooks, Beard, & Steel, 2006).

Brooks, Beard, & Steel (2006) menguji K10 dengan model empat faktor (pengaruh negatif, gugup, lesu, dan agitasi) dan dua faktor (depresi dan kecemasan). Kedua faktor berhasil mendapatkan hasil yang konsisten dengan K10 yang digariskan oleh Kessler. Pengujian K10 dua faktor (depresi dan kecemasan) juga dilakukan oleh Lace et al. (2019). Temuan penelitian ini memberikan kejelasan penelitian mengenai dimensi laten K10. Hasil analisis faktor eksplorasi dan konfirmasi mendukung solusi dua

faktor yang terdiri dari depresi dan kecemasan, yang sejalan dengan penelitian lain pada K10 di berbagai populasi.

Berdasarkan pemaparan diatas, Mirowsky & Ross (2003) memaparkan dua aspek *psychological distress* yaitu depresi dan kecemasan, yang mana kedua terdiri dari mood dan malaise. Sedangkan Kessler (2002) tidak memaparkan secara spesifik dimensi-dimensi *psychological distress*, tetapi berbagai penelitian lain telah membuktikan jika faktor penyusun *psychological distress* dalam skala K10 yaitu depresi dan kecemasan.

Pada penelitian ini akan digunakan dimensi *psychological distress* milik Kessler yang terdiri dari dua faktor yaitu, depresi dan kecemasan. Skala Kessler K10 akan digunakan untuk mengukur *psychological distress*. Skala Kessler K10 dipilih karena menunjukkan bahwa K10 secara signifikan lebih baik daripada skala lain dalam skrining kecemasan dan gangguan mood. Selain itu, K10 tampaknya menunjukkan sensitivitas yang baik dalam mengidentifikasi gangguan internalisasi (Peixoto, Zanini, & de Andrade, 2021).

4. *Psychological Distress* dalam Perspektif Islam

Mirowsky dan Ross (2003) menjelaskan *distress* sebagai *unpleasant subjective state* yaitu keadaan subjektif yang tidak menyenangkan, biasanya terdiri dari kecemasan dan depresi. Abdul Baqi (dalam Sany, 2022) memaparkan bahwa Al Qur'an menggunakan kata *khauf* untuk menggambarkan kecemasan dan ketakutan. Kata *khauf*

sendiri disebutkan sebanyak 124 tempat dalam Al Qur'an. Kata *Khauf* berasal dari kata *kha*, *waw* dan *fa'* yang mengarah pada makna ketakutan dan keterkejutan. Raghib al-Ashfahani menyatakan bahwa *khauf* merujuk pada antisipasi manusia terhadap suatu bahaya atau hal yang tidak diinginkan dari pertanda atau informasi yang diketahui. Al-Ashfahani menganggap bahwa *khauf* merupakan sifat alami manusia, ia selalu mendampingi manusia kapan dan di mana saja berada.

Dalam Al-Qur'an, kecemasan dapat diartikan *khauf* dalam bentuk kata benda, sedangkan *huzn* (kesedihan) dalam kata kerja yang merujuk pada depresi. Hal ini menunjukkan bahwa rasa *takut* dan cemas adalah respons manusia terhadap bahaya dan ancaman, serta merupakan sebuah reaksi bawah sadar. Karenanya rasa takut dan cemas yang normal tidak berada dalam kendali manusia. Karena itu, di dalam Al Qur'an ketakutan dan kecemasan banyak disebutkan menggunakan bentuk kata benda (*khauf*; Sany, 2022).

Menurut Sany (2022), terdapat beberapa istilah yang terkait dengan kecemasan dan depresi disebutkan secara bersama dalam 12 ayat di dalam Al Qur'an. Di mana 6 ayat di antaranya terdapat dalam Surat Al Baqarah. Misalnya Al-Baqarah ayat 38:

وَلَمَّا اهْبَطُوا مِنْهَا جَمِيعًا فَأَمَّا يَأْتِيَنَّكُمْ مِنِّي هُدًى فَمَنْ تَبِعَ هُدَايَ فَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ
وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya:

Kami berfirman, "Turunlah kamu semua dari surga! Kemudian jika benar-benar datang petunjuk-Ku kepadamu, maka barangsiapa mengikuti petunjuk-Ku, tidak ada rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati."

Dalam tafsir Quraish Shibab melalui situs tafsirq.com diartikan bahwa siapa yang menaati perintah-Ku (Allah) dan mengikuti petunjuk-Ku (Allah), tidak akan merasakan takut dan tidak akan tertimpa kesedihan akibat hilangnya pahala. Sebab, Allah tidak akan menyia-nyiakan pahala orang yang berbuat kebaikan.

Hal ini menunjukkan bahwa siapa saja yang petunjuk-petunjuk Allah, maka mereka akan mendapatkan kebahagiaan dan ketenteraman. Mereka tidak akan merasa cemas, karena iman dan ketaatan mereka kepada kekuasaan dan rahmat Allah. Orang-orang yang beriman tidak akan merasa sedih dan menyesali apa yang telah terjadi, karena selalu berpegang pada petunjuk Allah SWT atas segala sesuatu yang menimpa pada dirinya. Segala musibah dan cobaan dianggap sebagai ujian untuk sabar dan berserah diri kepada Allah untuk mendapatkan ridhanya.

B. *Internalized Misogyny*

1. Definisi *Internalized Misogyny*

Internalized misogyny merupakan misogini yang terinternalisasi. Misogini sendiri merupakan perasaan tidak suka atau membenci perempuan. Misogini dapat dianggap sebagai diskriminasi seksual, penghinaan, kekerasan, dan objektifikasi seksual terhadap perempuan

(Yaman, Gülşen, & Filiz, 2020). Misogini berasal dari istilah Yunani kuno "Misien"- yang berarti membenci dan "gune"-perempuan (Etyang, 2012). *Internalized misogyny* dapat terjadi ketika wanita mengadopsi sikap, nilai, dan kepercayaan seksis yang membenci kaum wanita (Aiken & Velker, 2019).

Sedangkan internalisasi adalah proses dimana nilai-nilai sosial budaya diharapkan mampu menyatu dalam system kepribadian seseorang (Asmainah, 2019). Secara singkat internalisasi adalah proses penanaman nilai yang dimulai sejak seseorang itu lahir sampai mati. Dari sini dapat dipahami jika misogini yang terinternalisasi (*internalized misogyny*) adalah sikap, kepercayaan, dan perilaku yang merupakan manifestasi dari penanaman nilai nilai misoginis pada diri perempuan. Dalam kasus seksisme seperti ini, proses internalisasi dianggap sebagai salah satu metode koping yang maladaptive karena dapat berisiko pada kesehatan mental individu yang bersangkutan. Hal ini dikarenakan internalisasi sengaja dipilih seseorang untuk menghindari sanksi sosial, sehingga seseorang lebih memilih untuk menginternalisasi nilai-nilai di lingkungannya. Internalisasi sengaja diterapkan oleh seseorang untuk menghadapi stressor sosial.

Internalized misogyny merupakan salah satu bentuk internalisasi seksisme. Konsep dasar *internalized misogyny* berasal dari teori seksisme. Seksisme merupakan sikap, keyakinan, dan perilaku dari individu, organisasi, lembaga, serta budaya yang mencerminkan pandangan negatif

pada suatu individu berdasarkan jenis kelamin mereka yang mendukung adanya ketidaksetaraan antara laki-laki dan perempuan (Swim & Hyers, 2009). Sedangkan Oxford English Dictionary mendefinisikan seksisme sebagai prasangka, stereotip, atau diskriminasi berdasarkan jenis kelamin yang mana seringkali dialami wanita daripada pria (Sanchez, Jorge, & Laura, 2020).

Seksisme dapat terjadi dalam tiga tingkatan. Pertama *institutionalized sexism* atau seksisme yang terinternalisasi dalam lembaga institusi politik, sosial dan ekonomi. Seksisme ini terjadi karena adanya hukum yang membatasi-hak-hak wanita sehingga tidak dapat kesempatan yang setara dengan laki-laki. Kedua *interpersonal sexism* yaitu seksisme yang terjadi dalam interaksi interpersonal. Hal terjadi ketika seseorang memiliki stereotip bahwa wanita lebih inferior dari laki-laki maka dari itu pantas menerima hak yang jauh lebih sedikit dari laki-laki. Ketiga *internalized sexism* yaitu seksisme yang terinternalisasi dalam diri atau antar wanita yang mana tetap terjadi meskipun tidak adanya laki laki. seksisme yang ketiga ini seringkali tidak disadari keberadaannya karena yang sangat samar (David, 2014).

Internalized misogyny merupakan internalisasi seksisme yang ditujukan pada wanita. Namun penggunaan istilah *internalized misogyny* masih jarang digunakan, berbeda dengan internalisasi seksisme yang sudah marak ditemukan di berbagai karya ilmiah. Kedua istilah ini seringkali digunakan secara bergantian bahkan bersamaan (Means, 2021). Perbedaan

mendasar antara internalisasi seksisme dengan *internalized misogyny* adalah pada pelaku perilaku seksis. Internalisasi seksisme tidak hanya dapat terjadi pada wanita namun juga pria. Sedangkan *internalized misogyny* focus pada perilaku seksis yang terinternalisasi pada wanita bahkan tanpa kehadiran pria. Pada penelitian ini, istilah *internalized misogyny* dipilih karena penelitian akan difokuskan pada perilaku seksis yang dilakukan oleh wanita kepada dirinya sendiri maupun kepada wanita lain.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat disimpulkan bahwa *internalized misogyny* merupakan salah satu bentuk seksisme yang terinternalisasi pada wanita, dimana seorang wanita melakukan diskriminasi pada dirinya sendiri atau wanita lain dengan cara mengadopsi sikap, nilai, dan kepercayaan seksis yang membenci kaum wanita.

2. Faktor Penyebab *Internalized Misogyny*

Internalized misogyny merupakan bentuk seksisme yang paling jarang disadari karena keberadaannya yang sangat samar. Meskipun samar, *internalized misogyny* benar-benar tumbuh dalam suatu budaya masyarakat. *Internalized misogyny* atau yang lebih sering dikenal sebagai internalisasi seksisme, tidak muncul serta merta dalam satu malam. Ini semua berawal dari prasangka yang kemudian berkembang menjadi stereotip, keyakinan, dan nilai-nilai yang dipercayai dalam suatu kultur budaya. Hingga pada akhirnya korban dari prasangka-prasangka tersebut berubah menjadi pelaku (PennState Blog, 2017)

Dalam kasus seksime yang terinternalisasi, seorang individu mendukung adanya diskriminasi pada suatu gender baik secara sadar maupun tidak. Perlu dipahami, bahwa gender berbeda dengan jenis kelamin. Gender merupakan beberapa karakteristik yang diatribusikan kepada laki-laki maupun perempuan sesuai dengan jenis kelamin biologis mereka ketika lahir (Bozkur, 2020). Gender juga dapat diartikan sebagai konstruksi sosial yang mengacu pada karakteristik sosial dan psikologis bagaimana menjadi laki-laki atau perempuan. Peran ini menentukan perilaku individu, sesuai dengan jenis kelamin biologis mereka (Mooney, Knox, & Schacht, 2009).

Berkembang dari gender, munculah peran gender yang merupakan tuntutan dan ekspektasi sosial kepada suatu gender untuk berperilaku sesuai dengan standar yang telah ditentukan. Masyarakat terus menerus memberikan serangkaian reward and punishment kepada setiap individu apakah ia telah bertidak sesuai dengan peran yang telah ditentukan atau tidak. Adanya *reward* dan *punishment* pada masyarakat membuat setiap individu “memaksa” dirinya sendiri untuk berperilaku sesuai dengan yang masyarakat inginkan. Maka dari itu internalisasi dapat dikategorikan sebagai strategi koping karena dengan menginternalisasi nilai-nilai dan norma sosial dalam dirinya, ia akan terselamatkan dari sanksi sosial (Szymanski & Feltman 2014).

David (2014) menyatakan jika proses ini disebut *gender roles conditioning*. Berakar dari teori belajar, pengondisian peran gender tidak

jauh berbeda. Individu yang berperilaku sesuai dengan peran gendernya akan mendapatkan penerimaan, kekaguman, simpati dan berbagai bentuk penghargaan lainnya. Sedangkan ketika individu berperilaku di luar peran gender, maka akan mendapatkan penolakan, pengucilan, penghinaan, dan hukuman lain sebagai sanksinya.

Pengondisian peran gender sendiri berlaku pada laki-laki maupun perempuan, Baik laki-laki maupun perempuan sama-sama mendapatkan ketidakadilan yang disebabkan oleh peran gender. Namun sayangnya, peran gender meletakkan wanita pada posisi yang jauh tidak nyaman dan lebih banyak menerima diskriminasi (Bozkur, 2020; David, 2014). Pada akhirnya wanita terus menerus dikondisikan sebagai gender patut didominasi oleh pria. Hingga secara tidak sadar, wanita menerima peran tersebut dan mulai menerapkannya pada diri sendiri dan wanita lain. Dari sinilah *internalized misogyny* muncul dan tumbuh dari waktu ke waktu.

3. Aspek *Internalized Misogyny*

Internalized misogyny dapat terjadi dalam bentuk yang berbeda-beda. Bozkur (2020) memaparkan enam aspek yang membentuk munculnya *internalized misogyny*, yaitu:

a. Objektifikasi Diri (*Self-objectification*)

Objektifikasi adalah menilai seseorang hanya dari penampilan fisiknya, bukan sebagai individu yang memiliki pilihan dan pengalaman, tetapi menjadi objek untuk dinilai menurut pengamat. Wanita yang tumbuh di lingkungan dimana mereka dilihat sebagai

objek, ia mulai mengobjektifikasi dirinya sendiri. Sebagian besar wanita mengevaluasi dan menilai diri mereka sendiri dengan kaca mata pengamat yang seringkali adalah pria. Hal ini secara tidak disadari akan membuat wanita melakukan sesuatu, atau berpenampilan dengan tujuan mencari validasi dari orang lain. Ketika mereka tidak mampu mendapatkan validasi dari orang lain, wanita dapat mengalami kecemasan, depresi, gangguan makan, dan masalah psikologis lainnya.

b. Persaingan antar wanita (*Competition between women*)

Persaingan antar gender merupakan fenomena penting dalam kehidupan perempuan. Persaingan antar-gender merupakan strategi yang digunakan dalam persaingan dengan sesama jenis untuk mendapatkan validasi atau kedekatan terhadap lawan jenis. Ketika persaingan ini terjadi di antara wanita, agresi akan terjadi, seringkali dalam bentuk gosip ataupun pelabelan. Persaingan antar wanita dapat berupa merendahkan perempuan lain atau menempatkan mereka pada posisi rendah untuk melihat dan/atau menunjukkan diri mereka lebih baik.

c. Penghinaan (*Derogation*)

Bentuk-bentuk seksisme yang terang-terangan sering kali mencakup hinaan dan ejekan (sarkas), istilah-istilah yang menghina yang secara khusus merujuk pada perempuan. Derogasi merupakan konsep yang digunakan untuk mendegradasi nilai wanita. Penghinaan

pada perempuan sebagai bentuk agresi tidak langsung terjadi ketika seorang wanita berusaha untuk merendahkan wanita lain yang dianggap sebagai saingannya.

d. Ketidakberdayaan yang terinternalisasi (*Internalized powerlessness*)

Ketidakberdayaan yang terinternalisasi, didefinisikan sebagai serangkaian perasaan dan kepercayaan yang membuat seseorang tidak berdaya dan mengarahkan mereka untuk berperilaku seperti itu. Ketidakberdayaan yang terinternalisasi ini tidak hanya berdampak pada keyakinan seseorang namun juga pada perasaan, pikiran, tindakan, dan konsep diri seseorang. Ketidakberdayaan yang terinternalisasi ini merupakan salah satu aspek yang membuat perilaku seksis terus berlangsung dari waktu ke waktu.

e. Kehilangan jati diri (*Loss of self*)

Loss of self dapat diartikan sebagai kehilangan jati diri dan kebebasan untuk memilih dan menentukan apa yang diinginkan. *Loss of self* mengacu pada fenomena dimana wanita seringkali mengorbankan kebutuhan dan keinginan mereka untuk memenuhi kebutuhan orang lain di keluarga, baik suami maupun anak-anaknya. Perempuan diajarkan untuk menjadi istri dan ibu yang sempurna, penyayang, rela berkorban, pemaaf dan mengabdikan kepada masyarakat. Peran-peran gender yang disandingkan pada wanita inilah yang seringkali membatasi wanita untuk melakukan apa yang dia mau dan memilih untuk menjalaninya.

f. Pengabaian diri (*Self-Invalidation*)

Seksisme membuat wanita mengabaikan pemikiran, pendapat, keyakinan, nilai, perasaan, preferensi, dan pilihan perempuan demi orang lain. Ketika wanita mengabaikan pengalaman mereka, membungkam mulut mereka, tidak mempercayai penilaian mereka sendiri, dan menyerahkan pengambilan keputusan pada pria, akan semakin menyulitkan wanita untuk berpartisipasi dalam pengambilan keputusan bahkan untuk dirinya sendiri.

Tak jauh berbeda, David (2014) memaparkan enam aspek yang melatarbelakangi *internalized misogyny*, yaitu:

a. Ketidakberdayaan (*Powerlessness*)

Wanita percaya bahwa dirinya terbatas dalam melakukan hal yang ia inginkan dan tidak sepenuhnya kompeten dalam tersebut. Banyak wanita mempercayai bahwa keterbatasan atau ketidakberdayaan mereka adalah hal yang wajar. Maka dari itu tak heran, banyak wanita yang memilih pasif dan menerima apapun yang diperintahkan untuknya.

b. Objektifikasi (*Objectification*)

Ketika wanita percaya bahwa dirinya adalah barang yang patut diobjektifikasi, akhirnya ia melihat dirinya dari sudut pandang pengamat. Menetapkan standar-standar pengamat luar untuk dirinya sendiri agar mendapatkan validasi dari mereka. Penelitian tentang objektifikasi diri pada wanita telah menunjukkan bahwa objektifikasi

diri dapat mengurangi kesejahteraan dan berkontribusi terhadap depresi, gangguan makan, dan bedah kosmetik (Breines, Crocker, & Garcia, 2008; Muehlenkamp & Saris-Baglama, 2002; Szymanski & Henning, 2007).

c. Kehilangan jati diri (*Loss of self*)

Loss of self terjadi ketika seorang wanita kehilangan kemampuan untuk mengenali kebutuhan atau keinginan sendiri bahkan seringkali mengorbankan apa yang diinginkan untuk orang lain. Wanita dituntut untuk menyerah pada mimpi demi mimpi orang lain, seringkali untuk suami atau anak-anaknya. Ketika wanita mengesampingkan kebutuhan dan keinginan dalam jangka waktu yang cukup lama, mereka kehilangan kemampuan untuk merasakan dan mengidentifikasi dirinya dan apa yang benar-benar diinginkannya. Pada akhirnya, mereka tidak mampu mengenali apakah hal yang dilakukannya selama ini benar-benar apa yang diinginkannya atau yang masyarakat inginkan.

d. Invalidasi (*Invalidation*)

Situasi di mana wanita mengabaikan perasaan dan pikiran mereka sendiri, terlebih ketika apa yang mereka rasakan, pikirkan, dan inginkan tidak sesuai dengan nilai serta keyakinan di sekitarnya. Ketika seorang wanita memilih untuk diam karena merasa tidak ada yang pantas untuk diucapkan, merasa tidak punya hak untuk ikut menyampaikan pendapat, dan merasa apa yang diucapkan pria jauh

lebih bermanfaat, maka ia telah menginternalisasi nilai invalidasi/pengabaian pada dirinya sendiri.

e. Penghinaan (*Derogation*)

Seperti aspek seksisme lainnya, penghinaan dapat diinternalisasi, digunakan oleh perempuan untuk mengkritik diri mereka sendiri atau wanita lain dalam rangka pengondisian peran gender (*gender role conditioning*) yang terus menerus dari waktu ke waktu. Menurut David (2014), terdapat dua macam bentuk penghinaan pada wanita yang berfungsi sebagai pengontrol perilakunya. Pertama, penghinaan khusus gender seperti "jalang", istilah yang digunakan untuk merujuk pada wanita yang vokal atau blak-blakan, tegas atau pantang menyerah. Karakteristik ini menentang peran gender yang mengharuskan perempuan untuk diam atau diam, pasif atau tunduk, patuh, dan rela berkorban. Kedua, penghinaan yang berhubungan dengan kesehatan mental seperti, gila, depresi, *psycho*, dsb.

f. Persaingan antar wanita (*Competition between women*)

Persaingan dalam kelompok tertindas adalah salah satu manifestasi mendasar dari penindasan yang terinternalisasi (*internalized oppression*). Seksisme yang terinternalisasi memecah belah perempuan dan mencegah wanita untuk bergerak bersama-sama sehingga seksisme langgeng dari waktu ke waktu. Wanita lebih cenderung membandingkan diri mereka dengan wanita lain daripada

pria. Akibatnya, ketika wanita tidak puas dengan keadaan mereka, kemungkinan besar mereka akan membenci dan bersaing dengan wanita lain.

Persaingan antar perempuan seringkali dalam hal kedudukan sosial, menjadi wanita yang diidamkan pria, wanita yang diinginkan sebagai pasangan, dan rasa hormat (Eckert, 1990; Guendouzi, 2001). Dalam lingkup wanita, kompetisi semacam ini dapat termanifestasi sebagai agresi sosial seperti, gosip, pengucilan sosial, dan perbandingan. Sehingga perempuan saling berlomba-lomba menjatuhkan atau mengarahkan satu sama lain ke posisi yang lebih rendah dan membuat status posisi mereka terlihat atau merasa lebih baik

Berdasarkan pemaparan kedua ahli di atas, Bozkur (2020) dan David (2014) dapat disimpulkan bahwa *internalized misogyny* terdiri dari enam aspek yaitu objektifikasi diri (*self-objectification*), persaingan antar wanita (*competition between women*), penghinaan (*derogation*), ketidakberdayaan yang terinternalisasi (*internalized powerlessness*), kehilangan jati diri (*loss of self*), dan pengabaian diri (*self-invalidation*). Pada penelitian ini akan digunakan aspek yang dipaparkan oleh Bozkur (2020) sebagai alat ukur. Meski Bozkur memaparkan terdapat enam aspek, dalam penyusunan skala, Bozkur menggabungkan aspek *loss of self* dengan *internalized powerlessness*. Hal ini dikarenakan kedua aspek memiliki hubungan timbal balik yang saling mempengaruhi, dimana seorang wanita seringkali

kehilangan jati dirinya karena terinternalisasi nilai-nilai bahwa mereka tidak berdaya dan perlu bergantung pada pria.

Alasan digunakannya *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) adalah alat ukur terbaru dan memiliki teori yang lebih mutakhir daripada daripada skala *Internalized Misogyny* sebelumnya. *Internalized Sexism Scale for Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) telah melewati uji validitas dan reliabilitas, *exploratory factor analysis*, *first confirmatory factor analysis*, dan *test-retest reliability*. Selain itu, *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) juga telah diujicobakan kepada 1088 wanita dengan rentang usia mulai 18-53 tahun.

4. *Internalized Misogyny* dalam Perspektif Islam

Internalized Misogyny merupakan salah satu bentuk seksisme. Seksisme adalah suatu diskriminasi gender yang dapat dialami pria maupun wanita. Namun, seringkali diskriminasi gender ditujukan pada wanita, sehingga muncul istilah *gender inequality* atau ketidaksetaraan gender. Dalam Al Qur'an sendiri pembagian pekerjaan tidak dijelaskan secara terperinci dan detail, tetapi Al Qur'an mempersilakan untuk membagi peran antara mereka dengan mengutamakan prinsip kesetaraan dan kemitraan dan berlandaskan musyawarah serta tolong menolong (Ratnasari, 2018).

Perbedaan biologis antara pria dan wanita merupakan sebuah kodrat manusia yang sudah ditetapkan oleh Allah sebagaimana manusia diciptakan secara berpasang-pasangan untuk melengkapi satu sama lain, sehingga

suatu perbedaan peran sosial merupakan suatu keniscayaan (Nasarudin dalam Ratnasari, 2018). Namun sayangnya, realitas sosial menunjukkan dominasi budaya patriarki dan adanya bias gender dalam menafsirkan teks-teks keagamaan. Perbedaan biologis dimanipulasi sedemikian rupa sehingga menimbulkan perbedaan dan stigma mengenai peran yang timpang, yang lebih menguntungkan pria. Hingga pada akhirnya memunculkan pemahaman baru mengenai “identitas gender” yang dianggap sebagai kodrat Allah yang tidak dapat diganggu gugat.

Dalam Al-Quran sendiri, kodrat sudah termaktub dalam Al-Quran Q.S Al-Qamar ayat 49:

إِنَّا كُلَّ شَيْءٍ خَلَقْنَاهُ بِقَدَرٍ

Artinya:

“Sesungguhnya sesuatu Kami ciptakan dengan qadar”

Qadar diartikan oleh para ahli sebagai ukuran-ukuran atau sifat yang telah ditetapkan Allah untuk segala sesuatu yang diciptakannya. Sehingga perbedaan biologis antara pria dan wanita merupakan qodrat, ukuran yang telah ditetapkan oleh Allah SWT (Wartini, 2013)

Menurut Quraish Shihab (dalam Wartini, 2013), perbedaan biologis antara pria dan wanita tidak menjadikan perbedaan potensi yang diberikan oleh Allah. Keduanya sama-sama memiliki kecerdasan dan kemampuan untuk berdzikir. Dalam Al-Quran, Allah swt menyebutkan *ulil albab*, yang memiliki arti berdzikir dan memikirkan tentang kejadian dan bumi. Ulil

albab ditujukan untuk pria dan wanita, karena setelah menjelaskan ayat-ayat mengenai ulil albab, selanjutnya Al-Quran menegaskan dalam Q.S Ali Imron ayat 195:

فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لَا أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِّنْكُمْ مِّمَّنْ ذَكَرَ أَوْ أُنْشِيَ
بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ ۖ فَالَّذِينَ هَاجَرُوا وَأُخْرِجُوا مِنْ دِيَارِهِمْ وَأُوذُوا فِي
سَبِيلِي وَقَاتَلُوا وَقُتِلُوا لَأُكَفِّرَنَّ عَنْهُمْ سَيِّئَاتِهِمْ وَلَأُدْخِلَنَّهُمْ جَنَّاتٍ
تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ ثَوَابًا مِّنْ عِنْدِ اللَّهِ ۖ وَاللَّهُ عِنْدَهُ حُسْنُ الثَّوَابِ

Artinya:

“Maka Tuhan mereka mengabulkan permintaan mereka dengan firman: Sesungguhnya Aku tidak akan menyia-nyiakan amal orang yang beramal di antara kamu, baik lelaki maupun perempuan”

Dengan demikian, pria dan wanita setara dan sejajar dalam potensi dan intelektualnya. Wanita juga memiliki kemampuan untuk berpikir, belajar, dan mengamalkan apa yang mereka amati selama bertafakkur dan berdzikir kepada Allah swt (Quraish dalam Wartini, 2013).

Berdasarkan pemaparan di atas dapat dipahami bahwa segala bentuk diskriminasi, termasuk diskriminasi pada wanita adalah sesuatu yang tidak dibenarkan. Karena dalam islam, pria dan wanita adalah setara dari potensi kecerdasan dan kemampuan berpikirnya. Kodrat, merupakan suatu perbedaan biologis dan suatu keniscayaan yang tidak berhubungan dengan sistem patriarki, karena pada dasarnya, pria dan wanita diciptakan oleh Allah untuk saling melengkapi bukan untuk mendominasi satu sama lain.

C. Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap Munculnya *Psychological Distress*

Manusia lahir dengan jenis kelamin tetapi tidak dengan gender. Gender merupakan beberapa karakteristik yang diatribusikan kepada laki-laki maupun perempuan sesuai dengan jenis kelamin biologis mereka ketika lahir (Bozkur, 2020). Berkembang dari gender, munculah peran gender yang merupakan tuntutan dan ekspektasi sosial kepada suatu gender untuk berperilaku sesuai dengan standar yang telah ditentukan. Masyarakat terus menerus memberikan serangkaian *reward and punishment* kepada setiap individu apakah ia telah bertidak sesuai dengan peran yang telah ditentukan atau tidak. Adanya *reward dan punishment* pada masyarakat membuat setiap individu “memaksa” dirinya sendiri untuk berperilaku sesuai dengan yang masyarakat inginkan. Maka dari itu internalisasi dapat dikategorikan sebagai strategi koping karena dengan menginternalisasi nilai-nilai dan norma sosial dalam dirinya, ia akan terselamatkan dari sanksi sosial (Szymanski & Feltman 2014).

Proses internalisasi nilai-nilai dimana seseorang tumbuh selalu terjadi diberbagai latar budaya. Nilai-nilai tersebut dipercaya, dipegang teguh, dan diturunkan secara turun-temurun dari generasi ke generasi baik secara sadar maupun tidak sadar. Berdasarkan teori neo-psikoanalisa milik Carl Jung, proses internalisasi ini merupakan bentuk *collective unconscious* atau ketidaksadaran kolektif. Ketidaksadaran kolektif merupakan pengalaman masa lalu yang sudah mengakar dan turun menurun dari generasi ke generasi pada

seluruh spesies (Feist & Feist, 2011). Jung memaparkan bahwa ketidaksadaran kolektif menjadi tumpuan dari ketidaksadaran pribadi yang dimiliki manusia sejak ia lahir. Ketidaksadaran kolektif ini bersifat universal yang memiliki makna dan mode perilaku yang kurang lebih sama di mana-mana dan di semua individu (Hossain, 2012).

Ketidaksadaran kolektif ini merujuk kecenderungan kuat manusia untuk merespons dengan cara tertentu ketika pengalaman mereka menstimulasikan kecenderungan turunan secara biologis (Feist & Feist, 2011). Manifestasi dari ketidaksadaran kolektif adalah bentuk-bentuk arketipe (bayangan-bayangan leluhur) yang berbeda-beda di setiap budaya. Bayangan-bayangan leluhur inilah yang terinternalisasi dalam diri individu dalam suatu kultur budaya. Hal ini juga terjadi pada proses internalisasi nilai-nilai sosial termasuk mengenai peran-peran gender. Bozkur (2020) memaparkan bahwa ketika seseorang lahir, baik laki-laki maupun perempuan, orang-orang akan mengatribusikan beberapa karakteristik sesuai dengan jenis kelamin biologis mereka. Proses ini nantinya disebut sebagai gender, yang mana akan melahirkan peran-peran gender. Peran gender adalah kumpulan tuntutan masyarakat terhadap suatu individu sesuai dengan gender yang dimiliki. Oleh karena itu, peran gender mencerminkan stereotip gender atau perbedaan gender yang ditentukan oleh masyarakat.

Peran gender yang dimiliki oleh suatu kultur budaya ini nantinya akan ditransmisikan dari generasi satu ke generasi selanjutnya. Proses transmisi budaya ini salah satunya melalui proses internalisasi. Internalisasi

adalah proses di mana orang merangkul nilai, keyakinan, peraturan atau prosedur untuk perilaku mereka sendiri (Bozkur, 2020). Ketika seseorang menginternalisasi stigma yang ada dalam masyarakat maka ia akan memiliki prasangka dan terhadap kelompok masyarakat yang terstigmatisasi.

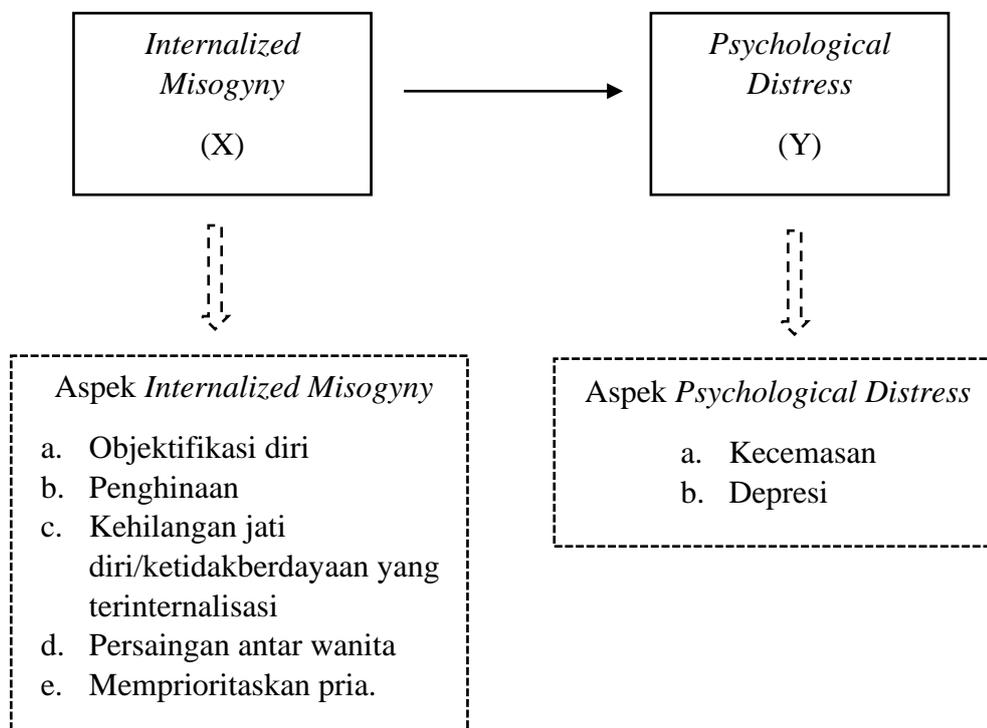
Keberadaan peran gender di berbagai kultur budaya, sama-sama merugikan pria dan wanita, tetapi seksisme memberi wanita peran-peran gender yang jauh lebih merugikan. Diskriminasi pada wanita telah sejak lama diteliti di berbagai situasi. Secara historis, seksisme pada wanita telah terjadi dalam berbagai bentuk dan tidak dapat disangkal (Eitzen, Baca Zinn, & Smith, 2012). Segala bentuk diskriminasi membawa dampak negatif bagi para korban, begitu juga pada wanita. Studi yang dilakukan oleh Berg (2006) di United States menunjukkan bahwa seluruh wanita dalam sampel penelitiannya pernah mengalami perilaku seksis dan 25% menyatakan bahwa hal tersebut sering terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Piggot (2004) menunjukkan bahwa *internalized misogyny* berkaitan dengan citra diri yang negatif, depresi, rendahnya kepercayaan diri pada wanita lesbian di lima negara berbeda; yaitu, Australia, Kanada, Inggris, Finlandia, dan Amerika Serikat.

Tak jauh berbeda, Feigt., Domenech, & Vázquez (2021) melakukan penelitian mengenai *internalized sexism* sebagai moderator penghubung antara mikroagresi (diskriminasi tidak langsung, halus, atau tidak disengaja terhadap kelompok tertentu) berbasis gender dengan kesehatan mental. Studi dilakukan pada sampel ibu-anak perempuan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman ibu dan anak perempuan dengan

mikroagresi berbasis gender dan tingkat kesehatan mental mereka saat ini. Ketika melihat hubungan antara pengalaman mikroagresi ibu dalam sebulan terakhir dan kesehatan mental mereka, korelasi yang signifikan terbukti pada depresi dan kecemasan. Hal ini juga sejalan dengan pengalaman mikroagresi pada anak yang juga terbukti signifikan pada depresi dan kecemasan.

Penelitian yang dilakukan oleh Zucker dan Landry (2007) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara perilaku seksis pada wanita dengan munculnya tekanan psikologis. Dalam penelitiannya disebutkan bahwa wanita yang mengalami perilaku seksis atau internalisasi seksisme lebih sering meminum alcohol dan merokok untuk mengatasi tekanan sosial yang dialaminya.

Secara keseluruhan, sebagian besar penelitian menunjukkan bahwa internalisasi seksisme dapat termanifestasi dalam bentuk yang berbeda-beda. Namun satu hal yang pasti, bahwa perilaku seksis, baik secara internal maupun eksternal, berpengaruh terhadap munculnya distress psikologis pada korban.



Gambar 2.1 Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress*

D. Hipotesis Penelitian

Hipotesis penelitian merupakan proposisi, sesuatu yang akan dibuktikan kebenarannya melalui penelitian (Priyono, 2008). Hipotesis juga didefinisikan sebagai jawaban sementara yang dinyatakan dalam bentuk pertanyaan di rumusan masalah penelitian (Sugiyono, 2013).

Hipotesis yang ditawarkan dalam penelitian ini , yaitu:

H₀: Tidak ada pengaruh *Internalized Misogyny* terhadap munculnya *Psychological Distress* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

H_a: Terdapat pengaruh *Internalized Misogyny* terhadap munculnya *Psychological Distress* pada mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif. Penelitian kuantitatif adalah penelitian yang menggunakan banyak angka mulai dari pengumpulan, analisis, hingga pemaparan hasil (Siyoto & Sodik, 2015). Sedangkan Sugiyono (2013) memaparkan bahwa penelitian kuantitatif merupakan metode positivistik karena berlandaskan filsafat positivism yang mana melihat realitas sebagai sesuatu yang nyata dapat diamati dengan panca indera, dapat dikategorikan menurut jenis, bentuk, warna, dan perilaku, tidak berubah, dapat diukur dan hasil penelitian dapat digeneralisasi.

Penelitian ini berusaha mengetahui pengaruh *internalized misogyny* terhadap munculnya *psychological distress* pada mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang.

B. Identifikasi Variabel Penelitian

Istilah variabel bisa diartikan bermacam-macam, menurut Syahrudin dan Salim (2012) variabel merupakan salah satu alat dari suatu penelitian, yaitu konsep yang disusun dalam suatu penelitian yang mana memiliki variasi nilai. Sedangkan Priyono (2008) menyatakan bahwa variasi nilai dapat disebut sebagai kategori yang mana mendefinisikan atribut dari variabel tersebut. Berdasarkan dua pengertian di atas, maka dapat dinyatakan bahwa variabel penelitian merupakan sifat atau atribut dari objek yang diteliti yang

mana memiliki variasi nilai tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan disimpulkan.

Pada penelitian ini terdapat dua jenis variable penelitian, yaitu variable terikat (*dependent variabel*) dan variable bebas (*independent variabel*)

1. Variabel bebas merupakan variabel yang memberikan stimulus atau variabel yang mengenai/mempengaruhi variabel terikat (Sarwono, 2006). Variable bebas pada penelitian ini yaitu *internalized misogyny*
2. Variabel terikat atau variabel tergantung merupakan variabel yang memberikan respon atau yang dikenai/dipengaruhi oleh variabel bebas (Sarwono, 2006). Variable terikat pada penelitian ini yaitu *psychological distress*.

C. Definisi Operasional

Setelah suatu variabel penelitian diidentifikasi, maka variabel-variabel tersebut perlu didefinisikan secara operasional untuk mengetahui secara spesifik bagaimana variabel itu diukur. Definisi operasional merupakan definisi yang didasarkan pada sifat sifat variabel yang akan diteliti (Syahrudin dan Salim 2012). Adapun definisi operasional pada penelitian ini, yaitu:

1. Internalized Misogyny

Internalized misogyny merupakan diskriminasi terhadap wanita yang dilakukan oleh wanita kepada dirinya sendiri maupun wanita lain

dengan cara mengadopsi sikap, nilai, dan kepercayaan seksis yang membenci kaum wanita. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *internalized misogyny* yaitu *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) yang disusun oleh Binaz Bozkur (2020). Pada alat ukur ini terdiri dari enam aspek, yaitu objektifikasi diri, penghinaan, kehilangan jati diri, ketidakberdayaan yang terinternalisasi, persaingan antar wanita, dan memprioritaskan pria. Namun nantinya, aspek kehilangan jati diri dan ketidakberdayaan yang terinternalisasi akan digabung menjadi satu.

Internalized Misogyny dalam penelitian ini yaitu perilaku diskriminatif yang dilakukan oleh perempuan dan ditujukan kepada perempuan lain atau bahkan dirinya sendiri. Dimana sikap diskriminatif didasari oleh stereotip dan dapat terjadi di dunia nyata maupun di dunia maya.

2. *Psychological Distress*

Psychological distress merupakan kondisi tidak menyenangkan pada seseorang yang merupakan respon atas tekanan di lingkungan sekitarnya. Alat ukur yang digunakan untuk mengukur *psychological distress* yaitu *Kessler Psychological Distress Scale* (K10). Pada alat ukur ini terdiri dari dua dimensi yaitu, depresi dan kecemasan (Brooks, Beard, & Steel, 2006). *Psychological distress* dalam penelitian ini yaitu kondisi tidak menyenangkan yang disebabkan perlakuan diskriminatif dari wanita lain atau dirinya sendiri.

D. Populasi Dan Sampel

1. Populasi

Pada suatu penelitian, peneliti wajib menentukan target populasi penelitiannya. Populasi merupakan suatu keseluruhan individu/satuan yang akan diteliti dan memiliki beberapa kesamaan karakteristik (Latipun, 2015). Sedangkan Sugiyono (2013) mendefinisikan populasi sebagai wilayah generalisasi yang terdiri dari objek maupun subjek yang memiliki karakteristik-karakteristik tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti untuk kemudian dikaji dan diambil kesimpulannya.

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu mahasiswa Fakultas Psikologi program S1 di UIN Maulana Malik Ibrahim yang pernah mengalami perlakuan diskriminatif dari sesama wanita. Berdasarkan data terbaru BAK Pusat UIN Maulana Malik Ibrahim Malang, jumlah total mahasiswa program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang sebanyak 792 mahasiswa.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti (Priyono, 2008). Sampel juga dapat diartikan sebagai sebagian kecil populasi yang diambil sesuai dengan prosedur tertentu untuk mewakili karakteristik populasi yang sedang diteliti (Syahrudin dan Salim, 2012). Sedangkan Arikunto (2006) mendefinisikan sampel sebagai sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti.

Menurut Arikunto (2006) jika populasi dalam penelitian terdapat lebih dari 100 orang maka peneliti dapat mengambil 10-15% atau 20-25% dari jumlah populasinya. Pada penelitian ini akan menggunakan 15% dari total populasi. Berikut perhitungan pengambilan sampel penelitian:

Tabel 3.1 Pengambilan Sampel

$$n = \frac{15}{100} \times 792$$

$$n = \frac{11880}{100}$$

$$n = 118,8$$

Keterangan:

n : Ukuran Sampel

Dari perhitungan di atas diperoleh ukuran sampel sebesar 118,8 untuk memudahkan, sampel dibulatkan menjadi 120. Sehingga sampel yang mewakili dalam penelitian ini sebesar 120 responden. Responden merupakan mahasiswi dengan usia 18-24 tahun.

3. Teknik Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *non-probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Teknik *non-probability sampling* adalah kebalikan dari Teknik *probability sampling* dimana unit populasi tidak memiliki kesempatan yang sama untuk dijadikan sampel penelitian (Bungin, 2006). Sementara metode *purposive sampling* atau sampel bertujuan adalah metode penarikan sampel dengan

menentukan kriteria tertentu untuk memenuhi tujuan penelitian (Arikunto, 2006). Dalam penelitian ini terdapat dua kriteria sampel penelitian, yaitu:

- a. Mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim
- b. Pernah mengalami perlakuan diskriminatif dari sesama wanita

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Dalam suatu penelitian, dibutuhkan instrument penelitian untuk mengumpulkan data-data. Pada penelitian kuantitatif, instrumen yang digunakan harus memiliki validitas dan reliabilitas yang baik sehingga mampu mengumpulkan data-data yang dibutuhkan secara tepat (Sugiyono, 2013). Ketika instrumen memiliki validitas dan reliabilitas yang baik, memiliki daya pembeda/distractor yang baik, maka data yang dikumpulkan sesuai dengan fakta yang ada di lapangan (Arifin, 2017).

Menurut Arikunto (2010) instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam melakukan kegiatannya untuk mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi lebih mudah, sistematis dan hasilnya lebih baik. Adapun bentuk dari instrumen penelitian secara umum adalah; kuisisioner/angket, observasi, wawancara, dokumentasi, dan tes. Metode pengumpulan data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah angket/kuisisioner, yaitu teknik pengumpulan data dengan cara mengajukan sejumlah pertanyaan atau pernyataan tertulis

yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden berupa laporan tentang pribadinya, atau hal-hal yang diketahui (Arikunto, 2010).

Menurut Hadjar (dalam Syahrudin & Salim, 2012) angket atau kuesioner adalah daftar pernyataan atau pertanyaan mengenai suatu topik tertentu yang akan diberikan kepada subjek, baik secara berkelompok maupun individu untuk mendapatkan informasi yang diinginkan. Sedangkan Sugiyono (2013) memaparkan bahwa angket/kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberikan beberapa pertanyaan atau pernyataan kepada responden untuk mendapatkan data yang diinginkan.

Dalam penelitian ini terdiri dari dua angket, yaitu angket *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) untuk mengukur tingkat *Internalized Misogyny* dan angket yaitu *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) untuk mengukur tingkat *psychological distress*. Kedua angket menggunakan skala likert. Skala likert merupakan skala yang memberikan lima titik pilihan jawaban di setiap pertanyaan atau pernyataan kepada responden (Likert dalam Budiaji, 2013). Kemudahan penggunaan pada skala ini menjadi alasan mengapa skala likert paling sering digunakan oleh peneliti (Budiaji, 2013). Dalam penelitian ini, kedua angket memiliki skala yang sama yaitu skala 1 sampai 5. Untuk angket *Internalized Misogyny* terdiri dari “Sangat Tidak Setuju”, “Tidak Setuju”, “Netral”, “Setuju”, dan “Sangat Setuju”.

Sedangkan untuk angket *psychological distress* terdiri dari “Tidak Pernah”, “Jarang”, “Kadang-Kadang”, “Sering”, dan “Sangat Sering”.

2. Alat Ukur Penelitian

a. *Internalized Misogyny*

Internalized Sexism Scale For Women (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) merupakan skala terbaru yang mengukur mengenai *Internalized Misogyny*. Skala ini baru disusun di tahun 2020 oleh Binaz Boskur dan dipublikasikan dalam jurnal *International Journal of Eurasian Education and Culture*. Sebelumnya, skala mengenai *internalized misogyny* pernah disusun oleh Piggot dalam tesisnya di tahun 2004 yang dikenal dengan *Internalized Misogyny Scale* (IMS) untuk mengukur tingkat misogini yang terinternalisasi pada wanita lesbian di lima negara. Meski awalnya disusun untuk wanita lesbian, IMS terbukti mampu mengukur wanita heteroseksual (Dehlin & Galliher, 2019; Yaman Sözbir, Vural, & Ünal Toprak, 2020; Syzmanski et al., 2009; Rottweiler & Gill, 2021).

Alasan digunakannya *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) adalah alat ukur terbaru dan memiliki landasan teori dan alat ukur yang valid. *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) telah melewati uji validitas dan reliabilitas, *exploratory factor analysis*, *first confirmatory factor analysis*, dan *test-retest reliability*.

Selain itu, *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) juga telah diujicobakan kepada 1088 wanita dengan rentang usia mulai 18-53 tahun.

Angket *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) terdiri dari enam aspek dan 35 aitem pernyataan. Namun aspek kehilangan jati diri dan ketidakberdayaan yang terinternalisasi digabung menjadi satu saat pengembangan skala. Aspek-aspek tersebut yaitu, objektifikasi diri, penghinaan, kehilangan jati diri/ketidakberdayaan yang terinternalisasi, persaingan antar wanita, dan memprioritaskan pria. Jawaban merupakan skala likert 1 (Sangat Tidak Setuju) sampai 5 (Sangat Setuju).

Berikut, blueprint, jbaran skor jawaban dan cara pengisian skala *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita):

Tabel 3.2 Cara Pengisian Skala *Internalized Misogyny*

No.	Aitem	Pernyataan				
		STS	TS	N	S	SS
1.	Saya merasa sulit menentukan apa yang sebenarnya saya inginkan karena saya terlalu fokus memenuhi harapan orang lain.					
2.	Saya meremehkan kemampuan dan pencapaian saya karena takut akan mendapat reaksi negatif					

Tabel 3. 3 Respon Jawaban Skala *Internalized Misogyny*

Respon	Favorable	Unfavorable
Sangat Tidak Setuju	1	5
Tidak Setuju	2	4
Netral	3	3
Setuju	4	2
Sangat Setuju	5	1

Tabel 3. 4 Blueprint Skala *Internalized Misogyny*

No.	Aspek	Aitem		Jumlah
		Fav	Unfavo	
1.	Objektifikasi Diri (<i>Self Objectification</i>)	10, 9, 4, 34, 2, 29, 23	13	8
2.	Penghinaan (<i>Derogation</i>)	19, 25, 32, 11, 15, 28, 26		7
3.	Kehilangan Jati Diri/Ketidakterdayaan yang terinternalisasi (<i>Loss Of Self/Internalized Powerlessness</i>)	20, 6, 8, 14, 17, 5, 1, 30	31	9
4.	Persaingan Antar Wanita (<i>Competition Between Women</i>)	21, 35, 27, 7, 22, 33		6
5.	Memprioritaskan Pria (<i>Prioritizing Men</i>)	12, 18, 16, 3, 24		5
	Total			35

Responden hanya perlu membaca aitem-aitem skala kemudian memilih pernyataan yang paling sesuai dengan dirinya sendiri dengan cara memberi tanda centang (√) pada pernyataan yang dipilih.

Angket *Internalized Sexism Scale For Women* (Skala Internalisasi Seksisme Untuk Wanita) akan di translasikan ke dalam Bahasa Indonesia oleh penerjemah dan kemudian akan melewati proses CVR oleh dua *expert judges* yang merupakan dosen-dosen psikologi di Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Setelah keseluruhan proses tersebut selesai, akan dilakukan uji validitas dan reliabilitas kepada beberapa responden untuk melihat tingkat validitas dan reliabilitas skala.

b. *Psychological Distress*

Kessler Psychological Distress Scale (K10) merupakan salah satu skala yang paling sering digunakan untuk mengukur tingkat *psychological distress* suatu individu. *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) sendiri termasuk skala terbaru dibandingkan dengan skala *psychological distress* yang lain seperti The General Health Questionnaire (GHQ) dan The Symptom checklists. Skala *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) dikembangkan karena pada saat itu belum ada skala mengenai *psychological distress* yang dikembangkan dengan metode psikometri modern (Kessler, 2002).

Kessler Psychological Distress Scale (K10) singkat dan mudah diterapkan dan dikoreksi. K10 telah digunakan dalam studi skrining

psikopatologis untuk gangguan kecemasan dan mood. Selain itu, K10 tampaknya menunjukkan sensitivitas yang baik dalam mengidentifikasi gangguan internalisasi dalam studi populasi, bahkan pada populasi orang dewasa yang lebih tua (berusia 65 atau lebih; Peixoto, Zanini, & de Andrade, 2021). Karena kemudahan penerapan dan hasil psikometrik yang baik, K10 telah diterjemahkan dan disesuaikan dengan beragam budaya, antara lain Jerman, Turki, Palestina, Arab, dan budaya aborigin.

Sesuai dengan Namanya, K10 terdiri dari 10 aitem dengan model skala likert 1 sampai 5. Dimulai dari “Tidak Pernah”, “Jarang”, “Kadang-Kadang”, “Sering”, dan “Sangat Sering”. Berikut blueprint, jабaran skor jawaban dan cara pengisian skala K10 dan cara pengisian skala:

Tabel 3. 5 Cara Pengisian Skala *Psychological Distress*

No.	Aitem	Pernyataan				
		TP	J	KK	S	SS
1.	Dalam 30 hari terakhir, seberapa sering anda merasa tertekan?					
2.	Dalam 30 hari terakhir, seberapa sering anda merasa begitu tertekan sehingga tidak ada lagi yang bisa membuat Anda ceria kembali?					

Tabel 3. 6 Blueprint Skala *Psychological Distress*

Aspek	Indikator	Aitem	Jumlah
Kecemasan	Cemas	2, 3	2
	Agitasi	5, 6	2
Depresi	Kelelahan	1,8	2
	Pengaruh Negatif	4, 7, 9, 10	4
Total			10

Tabel 3. 7 Respon Jawaban Skala *Psychological Distress*

Respon	Favorable
Tidak Pernah	1
Jarang	2
Kadang-kadang	3
Sering	4
Sangat Sering	5

Responden hanya perlu membaca aitem-aitem skala kemudian memilih pernyataan yang paling sesuai dengan dirinya sendiri dengan cara memberi tanda centang (✓) pada pernyataan yang dipilih.

3. Langkah-Langkah Adaptasi Instrumen Penelitian

a) Penerjemahan Instrumen Penelitian

Langkah yang pertama kali dilakukan yaitu penerjemahan instrumen ke dalam Bahasa Indonesia. Instrumen yang diterjemahkan yaitu *Kessler Psychological Distress Scale (K10)* dan *Internalized Sexism For Women*. Instrumen diterjemahkan oleh penerjemah tersumpah.

b) Pemetaan Aitem Instrumen

Pada skala *Kessler Psychological Distress Scale* (K10) milik Kessler, skala memiliki model unidimensional atau satu dimensi saja. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan K10 yang telah dikaji oleh Brooks (2006) dan memiliki dua dimensi (depresi dan kecemasan) dan empat indikator (cemas, agitasi, kelelahan, dan pengaruh negatif), sehingga setelah penerjemahan selesai, peneliti melakukan pemetaan aitem sesuai dengan aspek-aspek yang dikembangkan oleh Brooks.

c) *Expert Judgement*

Tahap terakhir pada adaptasi instrument penelitian ini yaitu *expert judgement* atau penilaian ahli. *Expert judgement* dilakukan oleh dosen pembimbing dan salah satu dosen Fakultas Psikologi.

4. Validitas dan Reliabilitas

a) Validitas

Validitas berasal dari kata bahasa Inggris *validity* yang memiliki arti sejauh mana ketepatan suatu alat ukur dalam mengukur apa yang diukur (Azwar, 2012). Suatu tes dikatakan valid ketika ia berhasil mencapai tujuan pengukuran yang dikehendaki dengan tepat. Maksudnya adalah seberapa jauh alat ukur tersebut mampu menjelaskan dengan tepat karakteristik atau keadaan sesungguhnya dari obyek yang diukur (Matondang, 2009).

Uji validitas yang digunakan adalah teknik korelasi *Pearson Product Moment* di SPSS. Untuk mengetahui valid tidaknya tiap butir aitem dalam alat ukur yaitu dengan cara:

- 1) Jika $r_{hitung} \geq r_{tabel}$ dengan signifikansi 95%, maka instrument tersebut dinyatakan valid.
- 2) Jika $r_{hitung} \leq r_{tabel}$ dengan signifikansi 95%, maka instrumen tersebut dinyatakan tidak valid (Sugiyono, 2005).

Nilai r_{hitung} dapat diketahui melalui hasil olah data menggunakan IBM SPSS 25. Sedangkan nilai r_{tabel} untuk 120 responden yaitu 0,1496. Pada penelitian ini terdapat dua skala yang di uji validitasnya, yaitu skala *internalized misogyny* dan skala *psychological distress*. Skala *internalized misogyny* yang terdiri dari 35 aitem. Setelah dilakukan uji validitas *Pearson Product Momen* ditemukan tiga aitem gugur yaitu pada nomer 13, 15, dan 31 (lihat tabel 3.8).

Tabel 3. 8 Hasil Uji Validitas Skala *Psychological Distress*

Aitem	R tabel	R Tabel	Hasil
Aitem 1	0,1496	0,644	Valid
Aitem 2	0,1496	0,706	Valid
Aitem 3	0,1496	0,724	Valid
Aitem 4	0,1496	0,738	Valid
Aitem 5	0,1496	0,778	Valid
Aitem 6	0,1496	0,781	Valid
Aitem 7	0,1496	0,772	Valid
Aitem 8	0,1496	0,457	Valid
Aitem 9	0,1496	0,702	Valid
Aitem 10	0,1496	0,684	Valid

Tabel 3. 9 Hasil Uji Validitas Skala *Internalized Misogyny*

Aitem	R tabel	R Tabel	Hasil
Aitem 1	0,1496	0,321	Valid
Aitem 2	0,1496	0,331	Valid
Aitem 3	0,1496	0,516	Valid
Aitem 4	0,1496	0,266	Valid
Aitem 5	0,1496	0,250	Valid
Aitem 6	0,1496	0,421	Valid
Aitem 7	0,1496	0,252	Valid
Aitem 8	0,1496	0,474	Valid
Aitem 9	0,1496	0,285	Valid
Aitem 10	0,1496	0,530	Valid
Aitem 11	0,1496	0,261	Valid
Aitem 12	0,1496	0,529	Valid
Aitem 13	0,1496	-0,403	Tidak Valid
Aitem 14	0,1496	0,293	Valid
Aitem 15	0,1496	0,130	Tidak Valid
Aitem 16	0,1496	0,492	Valid
Aitem 17	0,1496	0,443	Valid
Aitem 18	0,1496	0,374	Valid
Aitem 19	0,1496	0,285	Valid
Aitem 20	0,1496	0,478	Valid
Aitem 21	0,1496	0,528	Valid
Aitem 22	0,1496	0,480	Valid
Aitem 23	0,1496	0,424	Valid
Aitem 24	0,1496	0,419	Valid
Aitem 25	0,1496	0,426	Valid
Aitem 26	0,1496	0,582	Valid
Aitem 27	0,1496	0,193	Valid
Aitem 28	0,1496	0,443	Valid
Aitem 29	0,1496	0,391	Valid
Aitem 30	0,1496	0,310	Valid
Aitem 31	0,1496	0,024	Tidak Valid
Aitem 32	0,1496	0,378	Valid
Aitem 33	0,1496	0,424	Valid
Aitem 34	0,1496	0,417	Valid
Aitem 35	0,1496	0,312	Valid

Berdasarkan uji validitas di atas, maka didapatkan rincian blue print skala *internalized misogyny* yang akan digunakan dalam penelitian ini:

Tabel 3. 10 Blueprint Aitem Valid Skala *Internalized Misogyny*

No.	Aspek	Aitem		Aitem Gugur	Jumlah
		Fav	Unfavo		
1.	Objektifikasi Diri (<i>Self Objectification</i>)	10, 9, 4, 34, 2, 29, 23	13	13	7
2.	Penghinaan (<i>Derogation</i>)	19, 25, 32, 11, 15, 28, 26		15	6
3.	Kehilangan Jati Diri/Ketidakterdayaan yang terinternalisasi (<i>Loss Of Self/Internalized Powerlessness</i>)	20, 6, 8, 14, 17, 5, 1, 30	31	31	8
4.	Persaingan Antar Wanita (<i>Competition Between Women</i>)	21, 35, 27, 7, 22, 33			6
5.	Memprioritaskan Pria (<i>Prioritizing Men</i>)	12, 18, 16, 3, 24			5
	Total				32

Kemudian pada skala *psychological distress* tidak ditemukan aitem yang gugur setelah melewati proses uji validitas. Sehingga aitem masih sempurna berjumlah 10 aitem dan semuanya akan digunakan dalam penelitian (lihat tabel 3.10 hal. 59).

b) Reliabilitas

Reliabilitas berasal dari kata dalam bahasa Inggris yaitu *reliability* yang tersusun dari kata *rely* dan *ability*. Alat ukur atau instrument penelitian dikatakan reliabel ketika mereka mampu konsisten pada hasil pengukurannya (Azwar, 2012). Suatu instrument dinyatakan reliabel ketika selalu memberikan hasil yang sama bila tes diberikan berkali-kali pada kelompok yang sama dalam kurun waktu yang berbeda-beda (Matondang, 2009). Uji reliabilitas yang digunakan untuk menguji kuesioner yaitu uji Alpha Cronbach di SPSS. Suatu aitem dikatakan reliabel ketika hasil Alpha Cronbach lebih dari 0,60.

Seperti pada uji validitas, uji reliabilitas juga di aplikasikan di dua skala yaitu skala *internalized misogyny* dan skala *psychological distress*. Berdasarkan hasil uji reliabilitas Alpha Cronbach, kedua skala mendapatkan hasil lebih dari 0,60 yang berarti dapat dikatakan reliabel.

Di bawah ini merupakan hasil uji Alpha Cronbach di IBM SPSS 25 pada skala *internalized misogyny*. Hasil uji Alpha Cronbach 0,824 yang berarti lebih besar 0,60. Dari sini dapat dipahami bahwa instrument *internalized misogyny* memiliki aitem-aitem yang reliabel.

Tabel 3. 11 Hasil Uji Reliabilitas Skala *Internalized Misogyny*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.824	32

Selanjutnya merupakan hasil uji Alpha Cronbach pada skala *psychological distress*. Hasil uji menunjukkan angka 0,886 yang mana lebih besar dari 0,60. Sama seperti skala *internalized misogyny*, skala *psychological distress* memiliki aitem-aitem yang reliabel.

Tabel 3. 12 Hasil Uji Validitas Skala *Psychological Distress*

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.886	10

F. Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Analisis deskriptif merupakan metode analisis statistik yang digunakan peneliti untuk menyajikan data secara deskriptif sehingga bisa memberikan informasi yang bermanfaat (Adi, 2005). Selain itu statistika deskriptif juga bisa diartikan sebagai pemaparan data hasil penelitian tanpa adanya pengujian-pengujian hipotesis (Nisfiannoor, 2009). Analisis deskriptif merupakan analisis pendahuluan yang bertujuan

untuk mengetahui karakteristik setiap variabel pada sampel dan berguna untuk menentukan teknik analisis lanjutan (Gulo, 2002).

Syahrum & Salim (2012) memaparkan bahwa fungsi analisis deskriptif adalah untuk mengelompokkan data variabel agar teratur dan jauh lebih mudah untuk diinterpretasikan maksudnya. Nantinya, hasil analisis deskriptif akan digunakan untuk pengelompokkan atau yang biasanya disebut kategorisasi. Kategorisasi ini nantinya akan dibagi menjadi tiga kategori dengan norma di bawah ini:

Tabel 3. 13 Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Norma
Rendah	$X \leq (M - 1SD)$
Sedang	$(M - 1SD) < X \leq (M + 1SD)$
Tinggi	$X > (M + 1SD)$

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat normal tidaknya sebaran data yang dimiliki. Uji normalitas membandingkan skor dalam sampel dengan sekumpulan skor yang terdistribusi normal dengan rata-rata dan standar deviasi yang sama (Ghasemi & Zahediasl 2012). Hipotesis nol dalam uji normalitas yaitu data tidak berbeda secara signifikan dengan populasi normal. Jika hasil uji lebih dari 0,05 maka data terdistribusi normal dan jika hasil uji kurang dari 0,05 maka data tidak normal. Dalam penelitian ini akan menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov.

3. Uji Lineritas

Uji linearitas berguna untuk mengetahui apakah variabel-variabel yang diuji memiliki hubungan yang linear. Uji linearitas biasanya menjadi uji prasyarat yang harus dilakukan sebelum melakukan analisis korelasi atau regresi (Setiawan & Yosepha 2020). Hasil uji dapat dikatakan linear jika nilai signifikansi $> 0,05$, yang berarti variabel (x) dan variabel (y) memiliki hubungan yang linear. Sebaliknya, jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel (x) dan variabel (y) tidak memiliki hubungan yang linear.

4. Uji Regresi Linear Sederhana

Analisis regresi merupakan kajian mengenai hubungan satu variabel yang diterangkan (*the explained variabel*) dengan satu atau lebih variabel, yaitu variabel yang menerangkan (*the explanatory*). Jika terdapat satu variabel bebas maka uji yang digunakan adalah uji regresi linear sederhana, sedangkan jika terdapat dua atau lebih variabel bebas maka menggunakan uji regresi linear berganda (Yuliara, 2016).

Uji regresi linear sederhana bertujuan untuk memprediksi nilai variabel dependen (Y). Singkatnya, analisis regresi linear sederhana berfungsi untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Hijriani, Muludi, & Andini, 2016). Uji ini dilakukan untuk melihat pengaruh *internalized misogyny* (variabel bebas) terhadap munculnya *psychological distress* (variabel terikat).

5. Uji Hipotesis

Uji hipotesis dalam penelitian menggunakan hasil dari uji regresi linear sederhana. Dari situ peneliti dapat mengetahui pengaruh variabel X terhadap variabel Y dengan cara dibawah ini:

a. Koefisien Korelasi (R)

Koefisien korelasi merupakan suatu uji yang digunakan untuk mengukur tingkat keeratan antar variabel independen dengan dependen. Nilai R akan berkisar antara 0 – 1, semakin mendekati 1 hubungan antara variabel independen secara bersama-sama dengan variabel dependen semakin kuat.

b. Uji t Parsial

Dasar pengambilan keputusan uji t parsial terdapat dua cara, yaitu:

- 1) Membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas 0,05
 - a) Jika nilai signifikansi $< 0,05$ maka variabel X berpengaruh terhadap variabel Y
 - b) Jika nilai signifikansi $> 0,05$ maka variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y
- 2) Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel}
 - a) Jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ maka variabel X berpengaruh pada variabel Y

- b) Jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ maka variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang merupakan Lembaga Pendidikan yang secara umum beroperasi di bawah naungan Kementerian Agama RI dan secara akademik dibawah pengawasan Kementerian Pendidikan Nasional. Fakultas Psikologi bertujuan untuk mencetak sarjana-sarjana Muslim yang memiliki wawasan luas mengenai keilmuan psikologi konvensional yang diintegrasikan dengan khazanah keilmuan Islam. Status Fakultas Psikologi menjadi lebih jelas dengan dikeluarkannya Surat Keputusan Direktur Jenderal Kelembagaan Agama Islam Nomor: DJ.II/233/2005 tanggal 11 Juli 2005 tentang Perpanjangan Penyelenggaraan Program Studi Psikologi Program Sarjana (S1) pada Universitas Islam Negeri Malang .

Layaknya lembaga pendidikan pada umumnya, Fakultas Psikologi memiliki visi misi sebagai impian atau cita-cita di kedepannya. Fakultas Psikologi memiliki visi “Menjadi Fakultas Psikologi bereputasi internasional yang mengintegrasikan ilmu psikologi dan islam”. Sedangkan misi Fakultas Psikologi terdiri dari tiga poin, yaitu: a) Memberikan akses Pendidikan tinggi bidang psikologi integrative yang lebih luas kepada masyarakat; b) Menyediakan sumber daya yang

menunjang pengembangan bidang keilmuan psikologi integrative; dan c) Menyediakan sumber daya manusia terdidik yang berbudaya saing tinggi.

2. Waktu dan Tempat Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang terletak di Jl. Gajayana 50 Malang 65144. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 8 Mei 2022-17 Mei 2022.

3. Jumlah Subjek Penelitian

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim yang sedang menempuh program S1 dan pernah menerima perlakuan diskriminatif dari sesama wanita. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 120 mahasiswi dari total 729 mahasiswi aktif di Fakultas Psikologi.

4. Prosedur Pengambilan Data

Pengambilan data dilakukan secara online yaitu dimulai dengan membuat form alat ukur *internalized misogyny* dan *psychological distress* di google form. Sehingga dalam satu link google form terdapat dua alat ukur. Setelah google form siap, peneliti membuat poster yang berisi ajakan bagi mahasiswi Fakultas Psikologi untuk berpartisipasi dalam penelitian bila mereka memenuhi kriteria sebagai responden. Link google form dan poster disebar di berbagai platform media sosial seperti WhatsApp, Telegram, Twitter, dan Instagram. Setelah 10 hari penelitian, terkumpul

132 responden, peneliti hanya menggunakan 120 responden sesuai dengan sampel yang dibutuhkan oleh peneliti.

5. Hambatan-Hambatan

Hambatan utama yang dihadapi adalah pencarian responden yang sesuai dengan kriteria subjek penelitian. Asingnya responden pada istilah *internalized misogyny* juga membuat peneliti memutar otak untuk menjelaskan fenomena yang mungkin pernah dialaminya tapi mungkin tidak disadari. Peneliti juga melakukan tanya jawab terlebih dahulu untuk memastikan apakah benar yang dialami oleh calon responden sesuai dengan kriteria yang dibutuhkan. Hambatan-hambatan ini yang memperpanjang proses pengumpulan data peneliti.

B. Hasil Penelitian

1. Tingkat *Psychological Distress* pada mahasisiwi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Tingkat tinggi atau rendahnya *psychological distress* dapat dikatehui dengan melakukan uji deskriptif pada hasil jawaban responden pada skala K10. Dari situ, akan dicari *mean* (rata-rata) dan standar deviasi untuk melanjutkan proses kategorisasi. Peneliti menggunakan SPSS 25 for windows untuk melakukan uji deskriptif. Berikut hasil uji deskriptif pada skala K10.

Tabel 4. 1 Uji Deskriptif *Psychological Distress*

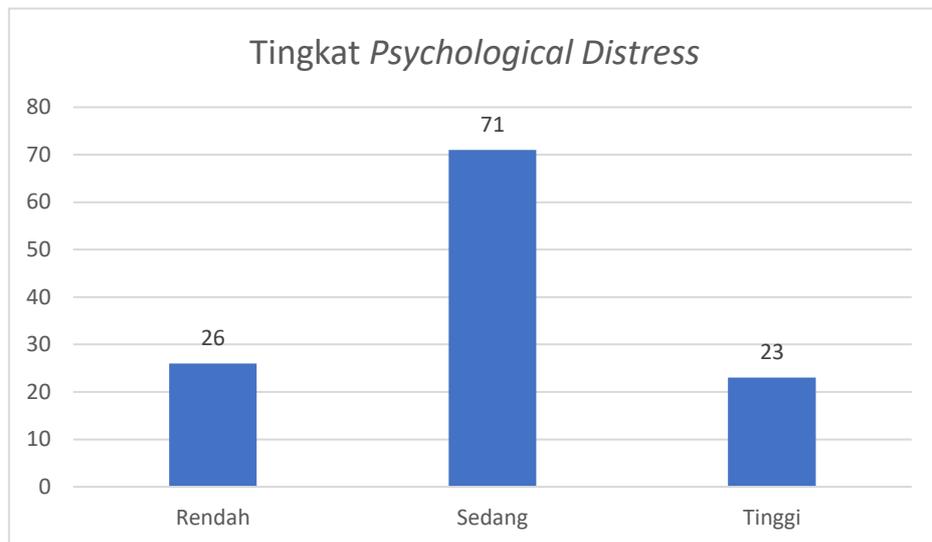
Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PD	120	15	46	29.40	7.244
Valid N (listwise)	120				

Dari hasil di atas, dapat diketahui hasil *mean* (rata-rata) skala K10 sebanyak 29,4. Sedangkan hasil standar deviasi sebanyak 7,244. Hasil *mean* (rata-rata) dan standar deviasi di atas akan digunakan untuk menentukan kategorisasi sesuai dengan norma yang telah ditentukan. Setelah dikategorisasikan, maka akan diketahui tingkat *psychological distress* pada mahasiswi program S1 fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang beserta frekuensinya. Berikut hasil kategorisasi hasil skala K10.

Tabel 4. 2 Hasil Kategorisasi Tingkat *Psychological Distress*

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X \leq 22,2$	26	21,7
Sedang	$22,2 < X \leq 36,6$	71	59,2
Tinggi	$X > 36,6$	23	19,2

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebanyak 26 mahasiswi berada pada kategori rendah (21,7%). Kemudian sebanyak 71 mahasiswi berada pada kategori sedang (59,2%). Sisanya, sebanyak 23 mahasiswi berada pada kategori tinggi (19,2). Dari hasil uji deskriptif ini dapat kita pahami bahwa mahasiswi cenderung memiliki tingkat *psychological distress* yang sedang. Berikut grafik hasil kategorisasi:



Gambar 4.1 Grafik Kategorisasi Tingkat *Psychological Distress*

2. Tingkat *Internalized Misogyny* Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Tingkat tinggi atau rendahnya *internalized misogyny* dapat dikatehui dengan melakukan uji deskriptif pada hasil jawaban responden pada skala *Internalized Sexism Scale For Women*. Dari situ, akan dicari *mean* (rata-rata) dan standar deviasi untuk melanjutkan proses kategorisasi. Peneliti menggunakan SPSS 25 for windows untuk melakukan uji deskriptif. Berikut hasil uji deskriptif pada skala *Internalized Sexism Scale For Women*.

Tabel 4. 3 Uji Deskriptif *Internalized Misogyny*

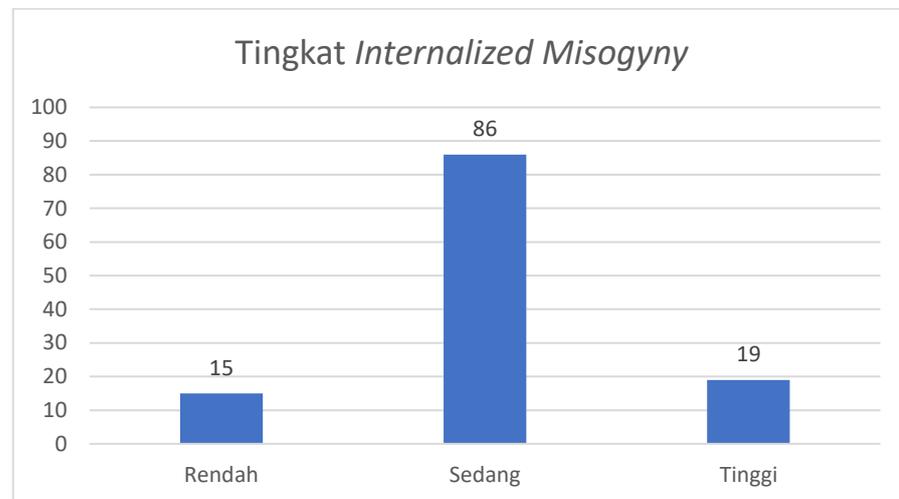
Descriptive Statistics						
	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
IM	120	86	46	132	92.45	14.225
Valid N (listwise)	120					

Dari hasil di atas, dapat diketahui hasil *mean* (rata-rata) skala *Internalized Sexism Scale For Women* sebanyak 92,45 atau dapat dibulatkan menjadi 92,5. Sedangkan hasil standar deviasi sebanyak 14,225 atau dapat dibulatkan menjadi 14,2. Hasil *mean* (rata-rata) dan standar deviasi di atas akan digunakan untuk menentukan kategorisasi sesuai dengan norma yang telah ditentukan. Setelah dikategorisasikan, maka akan diketahui tingkat *internalized misogyny* pada mahasiswa program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang beserta frekuensinya. Berikut hasil kategorisasi hasil skala *Internalized Sexism Scale For Women*.

Tabel 4. 4 Hasil Kategorisasi Tingkat *Internalized Misogyny*

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Rendah	$X \leq 78,3$	15	12,5
Sedang	$78,3 < X \leq 106,7$	86	71,7
Tinggi	$X > 106,7$	19	15,8

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebanyak 15 mahasiswa berada pada kategori rendah (12,5%). Kemudian sebanyak 86 mahasiswa berada pada kategori sedang (71,7%). Sisanya, sebanyak 19 mahasiswa berada pada kategori tinggi (15,8%). Dari hasil uji deskriptif ini dapat kita pahami bahwa mahasiswa cenderung memiliki tingkat *internalized misogyny* yang sedang. Berikut grafik kategorisasi tingkat *internalized misogyny* mahasiswa program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang:



Gambar 4.2 Grafik Kategorisasi Tingkat *Internalized Misogyny*

3. Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress* Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress* Mahasiswi Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dapat diketahui dengan melakukan uji regresi linear sederhana. Uji regresi linear sederhana bertujuan untuk memprediksi nilai variabel dependen (Y). Singkatnya, analisis regresi linear sederhana berfungsi untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Hijriani, Muludi, & Andini, 2016). Sebelum melakukan uji regresi linear sederhana, harus dilakukan dua uji asumsi klasik sebagai prasyarat yaitu, uji normalitas dan uji linearitas. Setelah uji normalitas dan uji linearitas dilakukan, uji regresi linear sederhana sebagai uji hipotesis penelitian dapat dilakukan.

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk melihat normal tidaknya sebaran data yang dimiliki. Uji normalitas membandingkan skor dalam sampel dengan sekumpulan skor yang terdistribusi normal dengan rata-rata dan standar deviasi yang sama (Ghasemi & Zahediasl 2012). Hipotesis nol dalam uji normalitas yaitu data tidak berbeda secara signifikan dengan populasi normal. Jika hasil uji lebih dari 0,05 maka data terdistribusi normal dan jika hasil uji kurang dari 0,05 maka data tidak normal. Dalam penelitian ini akan menggunakan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov.

Tabel 4. 5 Hasil Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		120
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.98953067
Most Extreme Differences	Absolute	.063
	Positive	.063
	Negative	-.030
Test Statistic		.063
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,200 yang berarti lebih besar dari 0,05.

Hal ini menunjukkan bahwa data yang diuji telah terbukti berdistribusi normal karena hasil signifikansi $> 0,05$. Dari sini, uji asumsi klasik dapat dilanjutkan pada uji linearitas.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas berguna untuk mengetahui apakah variabel-variabel yang diuji memiliki hubungan yang linear. Uji linearitas biasanya menjadi uji prasyarat yang harus dilakukan sebelum melakukan analisis korelasi atau regresi (Setiawan & Yosepha 2020). Hasil uji dapat dikatakan linear jika nilai signifikansi $> 0,05$, yang berarti variabel (x) dan variabel (y) memiliki hubungan yang linear. Berikut hasil uji linearitas pada SPSS 25 for windows.

Tabel 4. 6 Hasil Uji Linearitas

			ANOVA Table				
			Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
PD *	Between	(Combined)	2534.300	49	51.720	.976	.531
IM	Groups	Linearity	431.229	1	431.229	8.135	.006
		Deviation from Linearity	2103.071	48	43.814	.827	.756
	Within Groups		3710.500	70	53.007		
	Total		6244.800	119			

Untuk mengetahui linear tidaknya data, perlu dilihat pada kolom *linearity* dan *deviation from linearity*. Apabila nilai sig. pada tabel *linearity* kurang dari 0, 05 maka data linear ($p < 0,05$). Berdasarkan kolom *linearity* dapat dikatakan bahwa data linear karena $0,006 < 0,05$. Selanjutnya pada kolom *deviation from*

linearity nilai sig. harus lebih besar dari 0,05 agar data dapat dikatakan linear ($p > 0,05$). Berdasarkan kolom *deviation from linearity* data dapat dikatakan linear karena $0,756 > 0,05$. Maka dari itu, dapat disimpulkan bila data pada penelitian linear.

c. Uji Regresi Linear Sederhana

Uji regresi linear sederhana bertujuan untuk memprediksi nilai variabel dependen (Y). Singkatnya, analisis regresi linear sederhana berfungsi untuk melihat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Hijriani, Muludi, & Andini, 2016). Uji ini dilakukan untuk melihat pengaruh *internalized misogyny* (variabel bebas) terhadap munculnya *psychological distress* (variabel terikat). Uji regresi linear sederhana dapat dilakukan setelah uji normalitas dan linearitas dilakukan. Berikut hasil uji regresi linear sederhana yang dilakukan di SPSS 25 *for windows*.

Tabel 4. 7 Hasil Uji Regresi

		Coefficients^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	17.028	4.231		4.025	.000
	IM	.134	.045	.263	2.959	.004

a. Dependent Variable: PD

Berdasarkan tabel di atas pada kolom *unstandardized B* baris pertama (constant) menunjukkan angka 17,028, yang apabila variabel *internalized misogyny* dianggap sama dengan 0, maka

variabel *psychological distress* sebesar 17,028. Kemudian di bawahnya, masih pada kolom yang sama di baris kedua (IM) menunjukkan angka 0,134. Hal ini dapat diartikan apabila variabel *internalized misogyny* mengalami kenaikan sebesar 1 poin maka variabel *psychological distress* mengalami kenaikan sebesar 0,134.

d. Uji Hipotesis

1) Koefisien Korelasi

Hasil koefisien korelasi dapat diperoleh dari uji regresi linear sederhana. Nilai koefisien korelasi sendiri dapat digunakan untuk melihat seberapa besar pengaruh variabel *internalized misogyny* (X) terhadap *psychological distress* (Y). Berikut hasil koefisien korelasi yang ada dalam uji regresi linear sederhana :

Tabel 4. 8 Hasil Uji Regresi Linear Sederhana

Model Summary^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.263 ^a	.069	.061	7.019

a. Predictors: (Constant), IM

b. Dependent Variable: PD

Tabel di atas menunjukkan hasil koefisien korelasi (R) sebanyak 0,263. Selanjutnya dari nilai koefisien korelasi tersebut diperoleh nilai R Square atau koefisien determinasi (R^2) sebesar 0,069. Nilai R Square sebesar 0,069 ini menunjukkan bahwa pengaruh variabel *internalized misogyny*

terhadap *psychological distress* sebesar 0,069 atau sebesar 6,9%, yang mana sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak dikaji dalam penelitian ini.

2) Uji t Parsial

Uji t dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas 0,05 atau dengan membandingkan t_{hitung} dengan t_{tabel} . Berikut hasil uji t parsial menggunakan SPSS 25 for windows:

Tabel 4. 9 Hasil Uji t Parsial

		Coefficients ^a				
		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		
Model		B	Std. Error	Beta	t	Sig.
1	(Constant)	17.028	4.231		4.025	.000
	IM	.134	.045	.263	2.959	.004

a. Dependent Variable: PD

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi sebesar 0,004. Dari sini dapat diketahui bahwa nilai signifikansi < nilai probabilitas 0,05 ($0,004 < 0,05$). Kemudian jika dibandingkan dari t_{hitung} (2,959) dengan t_{tabel} (1,981) maka diketahui bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($2,959 > 1,981$). Dari hasil ini dapat dipahami bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya *internalized misogyny* berpengaruh pada *psychological distress* mahasiswa Program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Sehingga dapat disimpulkan bahwa *internalized misogyny*

mempunyai pengaruh positif dan signifikan terhadap *psychological distress*.

C. Pembahasan

1. Tingkat *Psychological Distress* Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Matthew (2000) mendefinisikan *distress* sebagai istilah yang mengacu pada respons stress subjektif yang tidak diinginkan seperti kecemasan atau depresi. Seringkali, respons stres dicirikan oleh kesulitan dalam beradaptasi dengan stresor eksternal (*distress*), meskipun stres kadang-kadang memiliki efek yang merangsang dan memberi energi (*eustress*). Sedangkan Mirowsky dan Ross (2003) menjelaskan *distress* sebagai *unpleasant subjective state* yaitu keadaan subjektif yang tidak menyenangkan, biasanya terdiri dari kecemasan dan depresi. Meskipun *psychological distress* bukanlah *mental illness*, keberadaannya tetap mengganggu kesejahteraan psikologis seseorang.

Sebanyak 71 mahasiswi yang berada dalam kategori sedang dapat diartikan bahwa mereka cukup sering mengalami *psychological distress* atau keadaan subjektif yang tidak menyenangkan. *Psychological distress* yang dialami oleh mahasiswi-mahasiswi ini memang normal dirasakan bagi pemuda-pemudi yang sedang melanjutkan studi di perguruan tinggi. Hal ini dipaparkan oleh McIntyre dkk (2018) yang menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin besar tantangan dan

lingkungan yang memberikan banyak tuntutan. Tak jauh berbeda, Hunt dan Eisenberg (2010) menyatakan bahwa masalah kesehatan mental lazim terjadi di kalangan mahasiswa dan akibatnya gangguan mental juga meningkat dalam jumlah dan tingkat keparahan berbeda-beda.

Mahasiswi pada kategori sedang dapat mengalami *psychological distress* dalam bentuk kecemasan ataupun depresi. Mahasiswa mengalami tuntutan psikologis baik di dalam maupun di luar kelas. Hal ini dilatarbelakangi dengan faktor yang berbeda-beda, mulai faktor keuangan, akademik dan sosial adalah beberapa stressor yang paling umum yang dihadapi oleh mahasiswa. Stressor yang berkaitan dengan universitas adalah prediktor moderat depresi; namun, stressor yang berkaitan dengan kehidupan sosial juga telah ditemukan sebagai penentu yang lebih penting pada munculnya gejala depresi. Dalam tinjauan dari 40 studi kualitatif, ditemukan bahwa stressor hubungan (hubungan keluarga, romantis, teman sebaya dan fakultas) adalah sumber stres yang paling sering ditemukan di kalangan mahasiswa. Stressor lain yang sering dilaporkan termasuk harapan atau ekspektasi yang tinggi dari diri sendiri dan orang lain, dan kurangnya waktu, tidur, dukungan dan uang (Hurst et al., 2013)

Terlebih di era pandemic seperti ini mahasiswa masuk dalam usia yang berisiko mengalami tekanan psikologis (Glowcasz & Schimts, 2020). Literatur terbaru menunjukkan bahwa pandemi telah mempengaruhi kesejahteraan psikologis siswa dan bahwa perubahan akademik dan relasional adalah sumber stress (Padrón et al., 2021). Mahasiswa

melaporkan tingkat perasaan negatif yang tinggi, seperti kecemasan, stres, perasaan kewalahan, kelelahan, dan depresi (Camacho-Zuñiga, Pego, Escamilla, & Hosseini, 2021). Lockdown telah menyebabkan masalah psikologis di kalangan mahasiswa, termasuk frustrasi, stres, dan depresi, terutama di antara mereka yang memiliki kondisi kesehatan mental yang kurang stabil sebelumnya, yang semakin terisolasi secara sosial dan telah menunjukkan tanda-tanda penurunan kesehatan mental.

Sedangkan mahasiswa dalam kategori rendah, bukan berarti mereka tidak pernah mengalami *psychological distress*. Mereka pastinya pernah mengalami dalam intensitas yang lebih rendah. Seperti yang sudah dipaparkan sebelumnya, bahwa stressor *psychological distress* pada mahasiswa berbeda beda. Maka dari itu tak heran jika setiap mahasisiwa memiliki tingkat yang berbeda. Selain itu, McIntyre et al. (2018) menunjukkan bukti bahwa perguruan tinggi tidak selama memberikan dampak negatif pada mahasiswanya. Fakta bahwa sebanyak 36% mahasiswa di Inggris mengalami kondisi mental yang berangsur-angsur membaik menunjukkan bahwa universitas juga dapat memberikan efek positif pada kesehatan mental. Salah satu penjelasan yang paling masuk akal adalah universitas memberikan kesempatan untuk hubungan sosial yang bermakna. Dukungan sosial telah ditunjukkan secara konsisten untuk mengurangi stres di tempat kerja dan untuk melindungi orang dari mengembangkan gejala kesehatan mental setelah terpapar stress, terutama ketika stresor tersebut cukup parah. Oleh karena itu, kelompok sosial dapat

dikonseptualisasikan sebagai sumber daya psikologis yang memberi orang bantuan untuk melawan tekanan dengan meningkatkan rasa memiliki dan harga diri seseorang.

Selain dukungan sosial, jika dikaitkan dengan peristiwa Covid-19, mahasiswi dengan tingkat *psychological distress* rendah, sejak awal tidak memiliki gejala kesehatan mental sebelumnya. Selain itu, literatur terbaru (Jæger & Blaabæk, 2020) mengungkapkan bahwa mahasiswa memiliki kesempatan belajar yang tidak setara sebagai akibat dari diskriminasi terhadap keluarga dengan fasilitas yang lebih baik. Studi menunjukkan hubungan yang signifikan antara kemiskinan dan *psychological distress* (Jiang, 2020). Ketidaksetaraan digital dan kurangnya akses ke teknologi modern, siswa dari keluarga berpenghasilan rendah memiliki akses terbatas atau tidak sama sekali ke kelas online. Pada saat yang sama, biaya internet yang berlebihan merupakan kendala lain untuk mengakses kelas online (Camacho-Zuñiga, Pego, Escamilla, & Hosseini, 2021).

Selanjutnya, mahasiswi dengan *psychological distress* tinggi sebanyak 23 mahasiswi. Mahasiswi dengan *psychological distress* tinggi dapat disebabkan kesehatan mental mereka yang sedari awal sudah mengalami gangguan. Hal ini dipaparkan oleh Padrón et al., 2021 bahwa mahasiswa yang telah memiliki gangguan pada kesehatan mental sebelumnya, akan lebih mudah mengalami penurunan pada *psychological well-beingnya* ketika memasuki pendidikan tinggi. Fakta ini diperkuat dengan studi yang memaparkan bahwa tingkat kecemasan dan depresi

mahasiswa meningkat dari sebelum masuk hingga pertengahan kursus. Selain itu, mahasiswa yang mengalami tingkat kecemasan sejak awal lebih mungkin mengalami depresi di tengah kursus dibandingkan mereka yang tidak mengalami kecemasan (26% vs. 9%). Lebih menarik, bagaimanapun, adalah bahwa di antara siswa tanpa gejala depresi atau kecemasan sebelum masuk, sekitar 9% telah mengembangkan kondisi depresi ringan atau signifikan secara klinis dan 20% telah mengalami peningkatan kecemasan sebesar 20% pada tahun akademik kedua mereka (Sharp & Theiler, 2018).

Beberapa penelitian yang menyelidiki tekanan psikologis di kalangan mahasiswa telah mengidentifikasi hubungan antara atribut psikologis dan tekanan psikologis. Salah satunya, Bíró et al. (2010), menemukan kurangnya kepercayaan diri dan kapasitas siswa untuk menanggapi situasi stres sangat terkait dengan tekanan psikologis yang lebih tinggi. Sejalan dengan itu, kemampuan koping siswa yang lebih buruk dan kurangnya kepercayaan diri dalam keterampilan komunikasi mereka sendiri telah dikaitkan dengan kesehatan mental yang lebih buruk (Byrd dan McKinney 2012).

Mahasiswa dapat memanfaatkan lembaga pusat konseling sebagai opsi lain dari dukungan sosial. Studi menunjukkan bahwa mahasiswa dengan tingkat *psychological distress* yang berbeda-beda mengunjungi pusat konseling untuk mendapatkan pelayanan konseling. Masalah primer yang paling umum dialami terkait dengan gangguan mood, umumnya tentang perasaan tidak bersemangat (14%), kecemasan (12%) atau tidak

melakukan koping (12%). Temuan lebih lanjut dari penelitian ini adalah bahwa hampir setengah dari mahasiswa (44%) telah mengalami gangguan ini selama lebih dari satu tahun sebelum mencari konseling, menunjukkan tekanan psikologis yang terus-menerus dalam kurun waktu tertentu (Sharp & Theiler, 2018).

Dari pemaparan di atas dapat dipahami jika *psychological distress* dapat disebabkan oleh stressor yang berbeda-beda. Memasuki perguruan tinggi dapat memberikan dampak munculnya *psychological distress* pada mahasiswa baik karena faktor akademik, keuangan, romansa, dsb. Meski begitu, perguruan tinggi juga memberikan akses hubungan sosial yang dapat mengurangi meningkatnya *psychological distress* pada mahasiswanya. Lembaga konseling juga dapat menjadi tujuan ketika mahasiswa merasakan *psychological distress*. Mahasiswa dapat secepatnya mengunjungi pusat konseling, tidak perlu menunggu hingga intensitas gangguan yang dirasakannya meningkat.

2. Tingkat *Internalized Misogyny* Pada Mahasiswi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Internalized misogyny merupakan misogini yang terinternalisasi. Misogini sendiri merupakan perasaan tidak suka atau membenci perempuan. Misogini dapat dianggap sebagai diskriminasi seksual, penghinaan, kekerasan, dan objektifikasi seksual terhadap perempuan (Yaman, Gülşen, & Filiz, 2020). Mahasiswi dengan tingkat kategori

sedang memiliki nilai-nilai misoginis yang terinternalisasi dalam pada taraf menengah. *Internalized misogyny* merupakan proses internalisasi yang dianggap sebagai salah satu metode koping maladaptive karena dapat berisiko pada kesehatan mental individu yang bersangkutan. Internalisasi sendiri sengaja dipiilih seseorang untuk menghindari sanksi sosial, sehingga seseorang lebih memilih untuk menginternalisasi nilai-nilai di lingkungannya. Internalisasi sengaja diterapkan oleh seseorang untuk menghadapi stressor sosial (Rahmani, 2020).

Peran gender atau *gender role* mendorong kita untuk meniru apa yang dilakukan oleh orang-orang di sekitar kita. Peran gender secara mandiri bergerak turun temurun dari satu generasi ke generasi selanjutnya dan melanggengkan norma-norma misoginis yang telah terbentuk selama ratusan atau bahkan ribuan tahun. Namun, modeling dan imitasi hanyalah salah satu cara, cara lain yang juga diterapkan adalah pengkodisian, yang biasa disebut *gender role conditioning* (David, 2014). Peran gender menunjukkan bagaimana lingkungan berusaha memaksa seseorang sesuai dengan yang diinginkan. Misalnya, perasaan sensitif merupakan trait yang harus dimiliki oleh perempuan. Maka laki-laki yang memiliki perasaan sensitif akan mendapatkan diskriminasi karena tidak sesuai dengan trait yang diinginkan sosial. Padahal semua manusia dilahirkan dengan kapasitas untuk menjadi sensitif dan menjadi kuat, dan kedua kapasitas ini diinginkan, masing-masing memberikan manfaat pribadi yang berbeda.

Seringkali, nilai-nilai misoginis diturunkan dari lingkungan keluarga oleh orang-orang terdekat seorang wanita. Hal ini dipaparkan oleh Yaman Sözbir, Vural, & Ünal Toprak (2020) bahwa seorang ibu seringkali menurunkan nilai-nilai misoginis kepada anak-anaknya. David (2014) memaparkan bahwa perempuan memiliki peran khusus untuk melakukan “sosialisasi” terhadap perempuan lain mengenai peran gender, dan untuk memastikan bahwa setelah diindoktrinasi, perempuan tidak menyimpang terlalu jauh dari peran perempuan. Inilah sebabnya mengapa memahami seksisme yang terinternalisasi sangat penting untuk menghilangkan seksisme. Sama seperti laki-laki, perempuan perlu belajar untuk berhenti menjadi pelaku seksisme baik pada dirinya sendiri maupun kepada orang lain.

Sedangkan mahasiswi yang berada pada kategori tinggi sebanyak 19 mahasiswi. Mahasiswi yang memiliki kategori tinggi menunjukkan bahwa mereka mengadopsi atau menyetujui nilai-nilai misoginis dan mengaplikasikannya pada diri sendiri maupun wanita lain. Bentuk *internalized misogyny* yang sangat halus seringkali tidak disadari keberadaannya. Glick & Fiske (1996) memaparkan teori tentang *ambivalent sexism* yang menjelaskan bahwa *internalized misogyny* dapat muncul dalam dua bentuk, yaitu *hostile sexism* dan *benevolent sexism*. Gagasan di balik konsep seksisme ambivalen mengacu pada bagaimana perempuan dapat ditindas dan dicintai pada saat yang sama (Glick & Fiske, 1996). Menurut Peter Glick dan Susan Fiske, paradoks ini berasal dari

hubungan intim antara perempuan dan laki-laki, interaksi kekuasaan struktural (kontrol atas lembaga ekonomi, hukum dan politik) dan kekuasaan diadik (kekuatan yang berasal dari ketergantungan dalam hubungan,

Hostile sexism bertujuan untuk memvalidasi kekuatan laki-laki, peran gender tradisional, dan objektifikasi perempuan yang dengan jelas dapat dilihat sebagai bentuk diskriminasi (Dehlin & Galliher, 2019). Sedangkan *benevolent sexism* terlihat lebih halus dan seringkali dipandang sebagai perlakuan romantis antara pria dan wanita. Sifatnya lebih halus, membuat orang cenderung tidak melihat sebagai bentuk diskriminasi saat menyampaikan *benevolent sexism* dibandingkan dengan *hostile sexism* (Swim & Hyers, 2009). Maka dari itu tak heran, jika banyak nilai-nilai misoginis yang diadopsi oleh para perempuan karena mereka tidak menyadari bahwa hal tersebut merupakan bagian dari diskriminasi

3. Pengaruh *Internalized Misogyny* Terhadap *Psychological Distress*

Mahasiswa UIN Maulana Malik Ibrahim Malang

Hasil R Square pada uji hipotesis sebesar 0,068 menunjukkan bahwa pengaruh variabel *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* sebesar 0,069 atau sebesar 6,9% yang tergolong rendah, sisanya sebanyak 93,1% dipengaruhi oleh variabel-variabel lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini. Meski rendah, tetap terdapat pengaruh antara variabel independent terhadap variabel dependen, yang berarti semakin meningkat

variabel *internalized misogyny* maka mahasiswi juga mengalami peningkatan pada variabel *psychological distress*.

Hasil penelitian ini konsisten dengan pemaparan Landrine, Klonoff, Gibbs, Manning, & Lund (1995) bahwa terdapat hubungan yang kuat antara perilaku seksime dengan peningkatan *psychological distress* pada wanita (Rahmani, 2020). Lebih lanjut, Rahmani (2020) memaparkan bahwa bias gender sejak lama menyatu dalam kehidupan sehari-hari manusia. Dengan adanya hubungan disparitas antara perlakuan terhadap laki-laki dan perempuan dalam konteks sosiokultural membawa dampak pada kesehatan mental pada kedua gender. Sedangkan Symanzky & Beck (2014) memaparkan hasil penelitian mengenai peristiwa seksime yang secara konsisten menunjukkan bahwa pengalaman seksime eksternal dan internal berkaitan dengan *psychological distress* pada wanita, termasuk harga diri yang lebih rendah, dukungan sosial yang kurang, kecemasan, depresi, tekanan psikologis global, dan gejala stres pasca trauma.

Hal ini dikuatkan dengan studi yang dilakukan oleh Syzmanski et al., (2009) memaparkan bahwa terdapat hubungan yang konsisten antara pengalaman seksime dan gejala psikologis di kalangan wanita baik secara general atau dalam kelompok tertentu. Misalnya, penelitian terdahulu telah menemukan bahwa semakin banyak pengalaman maka semakin besar *psychological distress* atau tekanan psikologis yang dirasakan oleh mahasiswi (Zucker dan Landry 2007).

Szymanski et al., (2009) memaparkan beberapa bukti penelitian yang memaparkan bahwa terdapat korelasi positif antara *self-objectification* (objektifikasi diri), salah satu aspek dalam *Internalized misogyny*, dengan munculnya depresi dan gangguan makan. *Self-objectification* merupakan proses objektifikasi diri, dimana seorang wanita mengadopsi perspektif pengamat tentang fisiknya kemudian menilai dan melihat tubuh mereka dari kacamata observer. Objektifikasi diri dapat dikonseptualisasikan sebagai suatu sifat yang mewakili sejauh mana wanita telah menginternalisasi perspektif orang ketiga, yang seringkali adalah pria, terhadap tubuh mereka (Kahalon, Schnabel, & Becker, 2018).

Wanita yang terbiasa tumbuh di lingkungan dimana mereka dilihat sebagai objek dia mulai mengobjektifikasi dirinya sendiri. Akibatnya, citra diri wanita menjadi terbatas pada citra tubuhnya di mana dia lebih peduli tentang bagaimana dia terlihat dari luar daripada tampilan aktualnya. Wanita yang menginternalisasi objektivitas melihat tubuh mereka dari persepsi seksis. Hal ini dilakukan secara sadar ataupun tidak untuk mendapatkan validasi dari pengamat luar. Ketika mereka tidak mampu mendapatkan validasi dari orang lain, wanita dapat mengalami kecemasan, depresi, gangguan makan, dan masalah psikologis lainnya (David, 2014).

Psychological distress tidak hanya muncul dalam bentuk gangguan mental, tetapi juga dalam gangguan fisik seseorang. *Internalized misogyny* merupakan salah satu stressor yang memiliki dampak negatif yang besar daripada stressor lain pada kesehatan mental dan fisik seseorang (Klonoff

& Landrine, 1995). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Zucker & Landry (2007) menunjukkan bahwa wanita yang mengalami perilaku seksis atau *internalized sexism* lebih sering meminum alcohol dan merokok untuk mengatasi tekanan sosial yang dialaminya. meminum alcohol digunakan sebagai strategi koping untuk mengatasi tekanan psikologis yang dialami seseorang. Hal ini terbukti dengan adanya korelasi yang tinggi antara depresi dengan penyalahgunaan alcohol, terutama di kalangan wanita, dan depresi menjadi pemicu dalam kasus ini.

Selain, tekanan psikologis, Zucker & Landry (2007) memaparkan bahwa merokok dilakukan sebagai cara untuk mengontrol berat badan agar tetap kurus. Hal ini dilakukan karena lingkungan yang penuh citra dan pesan negatif (stereotype) yang dilatarbelakangi oleh kekerasan, kebencian dan menyalahkan korban. Akibatnya, korban memiliki harga diri yang rendah dan mulai menyalahkan diri sendiri sehingga menjadi bentuk penindasan yang terinternalisasi.

Meski banyak bukti yang memaparkan dampak *internalized misogyny* terhadap *psychological distress*, dalam penelitian ini nilai R Square tergolong sangat rendah, hanya 6,9% saja. Hal ini dilatarbelakangi oleh faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan *psychological distress* pada mahasiswi selain *internalized misogyny*. Secara umum, faktor yang seringkali mempengaruhi *psychological distress* pada mahasiswa dan mahasiswi adalah masalah akademik dan finansial (McIntyre et al., 2018). Namun, secara spesifiknya, faktor yang seringkali melatarbelakangi

psychological distress pada mahasiswi adalah mengalami kesulitan emosional yang lebih tinggi dan tidak stabil (Schmits et al. 2021) dan perbedaan gender yang mengakibatkan mahasiswi lebih sering mengalami diskriminasi gender (kekerasan berbasis gender, pelecehan seksual secara online maupun offline) daripada mahasiswa (Salk et al., 2017).

Sedangkan Saged et al. (2022) memaparkan bahwa banyak penyebab munculnya kecemasan pada anak-anak muda. Salah satunya adalah bahwa mereka menjadi materialistis dan focus mengabdikan hidup mereka untuk urusan duniawi. Hal ini sering membuat mereka sangat rentan terhadap penyakit dan gangguan psikologis. Kecemasan dan depresi saling terkait dengan kondisi kesehatan mental seseorang. Selama ini, praktik dan penelitian telah dilakukan untuk memahami hubungan antara kesehatan mental individu dengan agama. Penelitian mengungkapkan bahwa kelompok-kelompok agama sering memberikan simpati dan perhatian kepada orang-orang yang memiliki gangguan mental.

Studi menunjukkan pengaruh yang signifikan dari agama, pelatihan keagamaan, spiritualitas, doa, pertemuan keagamaan, dan intervensi berbasis agama terhadap depresi dan kecemasan (Khodakarami et al., 2017). Penelitian lain yang dilakukan Khaki dan Sadeghi Habibabad (2021) mengkaji dampak pendidikan agama dan spiritual terhadap kesehatan mental mahasiswi (2018–2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan agama dan spiritual secara positif meningkatkan

kesehatan mental siswi, kinerja sosial dan fisik mereka, dan menurunkan depresi.

Menurut psikologi qurani, stres bermula dari kondisi manusia yang terdiri dari tiga kondisi penting yaitu ruh, syahwat dan juga akal. Akal yang diciptakan ini memiliki peran dan fungsi terbaik dalam menentukan pilihan. Pikiran yang sehat mampu dan mampu mengkonstruksi akibat atau akibat yang baik maupun akibat yang buruk. Berdasarkan ayat 214 dalam surah al-Baqarah, Allah telah memperingatkan bahwa dalam hidup manusia tidak akan terlepas dari sebuah cobaan yang pada akhirnya cobaan itu menimbulkan tekanan pada manusia (Safe & Nor, 2016). Pada ayat tersebut disebutkan bahwa pertolongan Allah telah dekat. Berikut surat Q.S AL-Baqarah 214 beserta terjemahannya:

أَمْ حَسِبْتُمْ أَنْ تُدْخَلُوا الْجَنَّةَ وَلَمَّا يَأْتِكُمْ مَثَلُ الَّذِينَ خَلَوْا مِنْ قَبْلِكُمْ ۗ مَسَّهِمُ
الْبُؤْسَاءِ وَالضَّرَّاءِ وَرَزُلُوا حَتَّى يَقُولَ الرَّسُولُ وَالَّذِينَ آمَنُوا مَعَهُ مَتَى نَصُرَ اللَّهُ
أَلَا إِنَّ نَصْرَ اللَّهِ قَرِيبٌ ۗ

Artinya:

Ataukah kamu mengira bahwa kamu akan masuk surga, padahal belum datang kepadamu (cobaan) seperti (yang dialami) orang-orang terdahulu sebelum kamu. Mereka ditimpa kemelaratan, penderitaan dan diguncang (dengan berbagai cobaan), sehingga Rasul dan orang-orang yang beriman bersamanya berkata, “Kapanakah datang pertolongan Allah?” Ingatlah, sesungguhnya pertolongan Allah itu dekat.

Berdasarkan tafsir kemenag, seruan “ingatlah sesungguhnya pertolongan Allah sudah dekat” memiliki arti mendorong dan memotivasi umat-umat islam yang sedang menghadapi cobaan untuk terus bersabar

dan menumbuhkan keyakinan bahwa pertolongan Allah sudah dekat. Agama islam, telah menawarkan banyak strategi-strategi manajemen stress yang mampu mengurangi perasaan stress dan kecemasan antara lain shalat, zakat, bersyukur atas segala nikmat, puasa, zikir, sabar dan tawakkal (Abidin, 2009).

Pada akhirnya *internalized misogyny* tidak hanya mengakibatkan *psychological distress* kepada wanita itu sendiri, tetapi kepada wanita-wanita lain juga. Paradoksnya, perempuan mungkin saling menyakiti dalam upaya untuk melindungi satu sama lain dari seksisme. Temuan penelitian Rahmani (2020) menunjukkan bahwa seorang wanita, dapat mengalami fase internalisasi nilai-nilai misoginis sejak usia dini dan dimulai dari lingkungan sekitarnya. Pada penelitian tersebut dibuktikan bahwa sejak kecil, sebagian besar wanita “dipaksa” menerima norma-norma sosial yang sebenarnya bagian dari diskriminasi.

Seperti penelitian yang dilakukan oleh Feigt, Domenech, & Vázquez (2021) mengenai *internalized sexism* sebagai moderator penghubung antara mikroagresi (diskriminasi tidak langsung, halus, atau tidak disengaja terhadap kelompok tertentu) berbasis gender dengan kesehatan mental. Studi dilakukan pada sampel ibu-anak perempuan. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengalaman ibu dan anak perempuan dengan mikroagresi berbasis gender dan tingkat kesehatan mental mereka saat ini. Ketika melihat hubungan antara pengalaman mikroagresi ibu dalam sebulan terakhir dan kesehatan

mental mereka, korelasi yang signifikan terbukti pada depresi dan kecemasan. Hal ini juga sejalan dengan pengalaman mikroagresi pada anak yang juga terbukti signifikan pada depresi dan kecemasan. David (2014) memaparkan bahwa sangat mungkin ibu menurunkan nilai-nilai misoginis dalam rangka melindungi anaknya dari lingkungannya agar diterima dan divalidasi oleh sekitar.

Rendahnya hasil pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* dalam penelitian ini juga berpotensi dipengaruhi oleh perbedaan budaya. Pada teori *collective unconscious* milik Carl Jung, dipaparkan bahwa manusia lahir dengan membawa pengalaman kolektif yang diturunkan secara turun-temurun dari generasi ke generasi. Meskipun ketidaksadaran kolektif hampir sama di seluruh dunia (Feist & Feist, 2011), tetapi konsepsi ketidaksadaran kolektif yang biasanya muncul di suatu mitologi ataupun kitab suci tetap memiliki perbedaan karena budaya dan latar belakang agama tertentu (Hossain, 2015). Begitu juga dengan proses transmisi peran-peran gender di dunia, pastinya setiap negara memiliki perbedaan unsur budaya, adat, dan agama yang melatarbelakangi perbedaan peran gender yang dipegang teguh.

Tempat dikembangkannya instrument *Internalized Sexism For Women*, di Turki, kasus-kasus misoginis sangat sering ditemui. Turki memiliki struktur sosial yang patriarkis dan sistem ini yang mendorong munculnya perlakuan-perlakuan misoginis, seperti tingginya angka kekerasan dalam rumah tangga di Turki. Pada studi yang dilakukan pada

24,048 keluarga di Turki ditemukan bahwa wanita disana sering mengalami kekerasan domestik berupa kekerasan fisik (39%), kekerasan seksual (15%), dan kekerasan emosional (44%; Yaman Sözbir, Vural, & Ünal Toprak, 2020).

Selain itu, Turki memiliki budaya misoginis yang paling brutal yang dikenal sebagai *honor killing*. Stigma wanita di Turki adalah sebagai pembawa konsep kehormatan, sedangkan pria adalah pelindungnya. Wanita bertanggung jawab untuk menjadi terhormat, sedangkan laki-laki bertanggung jawab untuk melindungi kehormatan perempuan. Laki-laki memenuhi kewajiban ini dengan melakukan kontrol atas perempuan dan tubuh mereka. Untuk mencapai hal ini, perempuan diharapkan untuk tinggal di dalam rumah mereka dan berperilaku sesuai dengan tradisi patriarki. Apabila wanita melakukan perilaku yang tidak sesuai dengan tradisi (bekerja di luar rumah, memiliki pacar, meminta lagu dari radio, atau bercerai) dianggap menodai atau mencemarkan nama baik mereka. Intensitas kekerasan pada wanita yang sering terjadi menjadi sebuah kebiasaan, perilaku-perilaku misoginis yang diterima menjadi norma yang keberadaannya tidak lagi menimbulkan pertanyaan dan lambat laun terinternalisasi kepada diri korban, yaitu wanita. Pada penelitian yang dilakukan oleh Şenol dan Yıldız (2013) terhadap 3500 perempuan, 14,9% partisipan menyatakan setuju dengan pernyataan “kekerasan terhadap perempuan terkadang diperlukan.” Tampaknya kekerasan laki-laki terhadap perempuan adalah “hak” dan “natural”.

Budaya patriarki masih bertahan dalam struktur masyarakat Indonesia. Hakikat kebudayaan tersebut berada dalam berbagai aspek kehidupan seperti ekonomi, politik, dan pendidikan, bahkan hukum sekalipun (Eleanora & Supriyanto, 2020). Wanita di Indonesia diharapkan menjadi pendamping yang selalu siap menemani suami dan melakukan pekerjaan di ranah domestik saja, seperti mengurus suami, anak, rumah, dan menyiapkan makanan. Seandainya perempuan tidak melakukan pekerjaan rumah tangga di rumah (mereka melakukan pekerjaan tambahan di luar), pekerjaan tersebut tetap berhubungan dengan sektor domestik dan sekunder, bukan sektor utama (pekerjaan yang masih berhubungan dengan pekerjaan rumah tangga). Hal-hal seperti ini seringkali termanifestasi dalam dongeng rakyat yang mana nilai-nilai tersebut secara tidak langsung menggambarkan peran wanita dari generasi ke generasi (Dewi, 2019).

Meski sama-sama memiliki budaya patriarkis di sistem sosialnya, pastinya Indonesia dan Turki memiliki perbedaan peran gender yang dapat mempengaruhi bentuk perilaku seksis yang muncul. Perilaku seperti *honour killing* tidak pernah ditemui. Sedangkan, hingga saat ini perilaku *honour killing* di Turki masih sering ditemui. Hal ini dapat diketahui dari studi yang dilakukan oleh Mammadoya & Joamets (2021) mengenai *honour killing* yang sering terjadi di Turki. Di Turki, *honour killing* adalah masalah yang cukup umum, dan sulit untuk memastikan seberapa sering pembunuhan demi kehormatan terjadi di negara bagian ini. Koran-koran

harian berulang kali membagikan informasi tentang kasus-kasus *honour killing*.

Dari pemaparan di atas, dapat dipahami bahwa *honour killing* masih sangat wajar terjadi hingga sangat sulit menentukan seberapa sering peristiwa *honour killing* ini terjadi di Turki. Praktik ini memang masih wajar terjadi disebabkan oleh kultur budaya disana yang pada akhirnya mempengaruhi peraturan lembaga di sekitarnya.

Sedikit data di atas mampu memperlihatkan perbedaan budaya yang mampu menghasilkan nilai dan norma yang berbeda. Perbedaan peran gender antara di Turki dan di Indonesia dapat menjadi faktor penyebab hasil skor yang sangat rendah, yaitu sebesar 6,9%. Apa yang dianggap sebagai bentuk diskriminasi di Turki, belum tentu menjadi bentuk diskriminasi di Indonesia, begitu juga sebaliknya.

Perbedaan unsur budaya akhirnya menjadi faktor krusial yang mengakibatkan ketidakmampuan penelitian ini memberikan bukti yang kuat dengan hasil yang signifikan. Padahal dalam literatur lain menunjukkan bahwa *internalized misogyny* memberikan pengaruh yang signifikan pada *psychological distress* mahasiswi. Terlebih usia responden yang mayoritas berada pada usia 22 tahun. Santrock (2014) memaparkan bahwa usia 18-25 tahun merupakan masa transisi dari fase remaja menuju fase dewasa awal yang seringkali disebut sebagai *emerging adulthood*. Pada masa ini, seseorang fokus untuk melakukan banyak hal yang terfokus

pada pengembangan dirinya. Fase ini menjadi fase untuk mengeksplorasi identitas dirinya sehingga memahami lebih jauh (Arnett, 2000).

Seorang wanita dalam tahap ini seringkali fokus pada tubuh mereka dan mengalami citra tubuh negatif, karena mereka dihadapkan dengan media-media yang menggambarkan wanita ideal adalah yang kurus dan menarik seusia mereka sebagai bentuk kesuksesan (Gillen & Lefkowitz, 2009). Hasil dari studi longitudinal selama 10 tahun menunjukkan bahwa wanita di awal masa dewasa (*early adulthood*) mengalami gangguan makan yang lebih rendah dan kepuasan tubuh yang lebih tinggi dibandingkan ketika mereka berada di masa dewasa baru (*emerging adulthood*). Selain itu, wanita di masa dewasa baru, memiliki penerimaan tubuh yang rendah daripada wanita di masa awal. Wanita juga jauh lebih mudah mengadopsi penilaian pengamat mengenai tubuhnya yang dapat berdampak buruk pada ketidakpuasan diri yang dapat mengarah pada *psychological distress* (Augustus & Tylka, 2011).

Dari pemaparan di atas disimpulkan bahwa perbedaan budaya memiliki dampak yang besar pada hasil penelitian. Norma dan nilai yang dipegang teguh dalam tiap budaya mempengaruhi peran-peran gender yang diturunkan dari generasi ke generasi. Perbedaan bahasa juga dapat menjadi celah, *back-to-back translate* (penerjemahan ulang) sangat diperlukan untuk mengetahui konteks aitem, tidak hanya teks, dalam instrument penelitian. Sehingga dapat membuktikan dengan data dan hasil yang kuat.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang dilakukan mengenai pengaruh *internalized misogyny* terhadap *psychological distress* mahasiswi program S1 UIN Maulana Malik Ibrahim Malang dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat *psychological distress* mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim dibagi menjadi tiga kategori. Dari total 120 responden, sebagian besar mahasiswi berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 71 mahasiswi dengan persentase sebesar 59,2%. Kemudian dilanjutkan kategori rendah sebanyak 26 mahasiswi dengan persentase 21,7%. Sisanya, sebanyak 23 mahasiswi berada pada kategori tinggi dengan persentase 19,2%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara umum sebagian besar mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim memiliki kecenderungan *psychological distress* atau tekanan psikologis yang moderat, artinya mahasiswi cukup sering mengalami *psychological distress* dalam satu bulan terakhir.
2. Tingkat *internalized misogyny* mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim dibagi menjadi tiga kategori. Dari total 120 responden, sebagian besar mahasiswi berada pada kategori sedang, yaitu dengan jumlah 86 mahasiswi dengan persentase sebanyak 71,7%. Kemudian dilanjutkan dengan kategori rendah sebanyak 15 mahasiswi

dengan persentase sebesar 12,5%. Sisanya, sebanyak 19 mahasiswi berada pada kategori tinggi dengan persentase 15,8%. Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa secara umum sebagian besar mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim memiliki kecenderungan *internalized misogyny* pada taraf menengah, artinya mahasiswi menginternalisasi beberapa nilai-nilai misoginis yang ada di lingkungan dimana dia tumbuh tapi tidak secara menyeluruh

3. *Internalized misogyny* berpengaruh pada *psychological distress* mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim dengan nilai R square sebesar 0,069 atau 6,9%. Selanjutnya, diketahui nilai signifikansi sebesar 0,004. Dari sini dapat dipahami bahwa nilai signifikansi < nilai probabilitas 0,05. Kemudian jika dibandingkan dari t_{hitung} (2,945) dengan t_{tabel} (1,981) maka diketahui bahwa $t_{hitung} > t_{tabel}$. Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa variabel *internalized misogyny* (X) memiliki pengaruh pada *psychological distress* (Y). Maka dari itu H_a , yang menyatakan terdapat pengaruh antara *internalized misogyny* dengan *psychological distress* dapat diterima.

B. Saran

1. Bagi Subjek Penelitian

Bagi mahasiswi yang memiliki *internalized misogyny* atau misogini yang terinternalisasi pada tahap tinggi dan sedang disarankan untuk mulai focus pada diri sendiri terlebih dahulu dan tidak menjadikan penilaian pengamat sebagai focus utama. Mahasiswi belajar untuk

menerima menerima diri sendiri serta berusaha untuk *emporing other women* sebagai bentuk perlawanan terhadap perlakuan diskriminasi

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti yang akan mengkaji topik yang sama, diharapkan menambah variabel baru selain *internalized misogyny* yang masih sangat asing bagi sebagian orang. Variabel lain yang dapat dikaji dengan *psychological distress* adalah perbedaan emosional antara mahasiswi dan mahasiswa, serta bentuk diskriminasi gender lainnya. Penggunaan metode penelitian kualitatif juga dapat digunakan untuk mendapatkan data yang jauh lebih fundamental. Jumlah populasi dapat diperluas sehingga hasil yang diperoleh akan lebih bervariasi. Penggunaan karakteristik demografis juga dapat ditambahkan. Serta perlu dilakukan back-to-back translate untuk menghasilkan instrument yang jauh lebih valid.

C. Implikasi Penelitian

1. Implikasi Teoritis

Internalized misogyny berpengaruh pada *psychological distress* mahasiswi program S1 Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang. Tingkat kedua variabel tersebut pada kategori sedang.

2. Implikasi Praktis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai referensi bahwa masih banyak mahasiswi yang menginternalisasi nilai-nilai misoginis pada dirinya sendiri. Perlakuan diskriminatif semacam ini perlu dikurangi agar

tidak berdampak pada kesehatan mental mahasiswi. Pengetahuan mengenai *internalized misogyny* perlu dipahami agar hal-hal diskriminatif dapat dihindari kedepannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, Z. (2009). Ketika Stress Beraksi Islam Punya Solusi. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 3(1), 148–166. <https://doi.org/10.24090/komunika.v3i1.120>
- Adi, R. (2005). *Metodologi Penelitian Sosial dan Hukum*. Yogyakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia
- Adwas, A. A., Jbireal, J. M., & Azab, A. E. (2019). Anxiety: Insights into Signs, Symptoms, Etiology, Pathophysiology, and Treatment. *East African Scholars Journal of Medical Sciences*, 2(10), 580–591. https://www.researchgate.net/publication/336738068_Anxiety_Insights_into_Signs_Symptoms_Etiology_Pathophysiology_and_Treatment
- Aiken, L. & Velker, E. (2019). Rape Culture: The Correlation Between Adherence to Traditional Gender Roles, Internalized Misogyny and Rape Myth Acceptance in College Women Ages 18-20. Thesis. Faculty of the Department of Psychology Brenau University
- Anser, M., Saddique, A., Chong, S. C., Almas, A., & Munir, S. (2021). Impact of Perceived Social Support, Resilience, and Subjective Well-Being on Psychological Distress among University Students: Does Gender Make a Difference? *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 11(2), 27–41. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v11-i2/8331>
- Arifin, Z. (2017). Kriteria Instrumen dalam suatu Penelitian. *Jurnal THEOREMS (The Original Research of Mathematics)*. 2 (1), 28-36
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Sebuah Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi V*. Jakarta: Rineka Cipta
- Augustus-Horvath, C. L., & Tylka, T. L. (2011). The Acceptance Model of Intuitive Eating: A Comparison of Women in Emerging Adulthood, Early Adulthood, and Middle Adulthood. *Journal of Counseling Psychology*, 58(1), 110–125. <https://doi.org/10.1037/a0022129>
- Azahra, R., Rifai, M., & Arindawati, W. A. (2021). Representasi Seksisme Dalam Serial Drama Netflix The Queen’s Gambit Dari Pandangan Roland Barthes. *Jurnal Spektrum Komunikasi*, 9(1), 24–44. <https://doi.org/10.37826/spektrum.v9i1.157>
- Azwar, S. (2012). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Baruah, T. D. (2012). Effectiveness of Social Media as a tool of communication and its potential for technology enabled connections: A micro-level study. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 2 (5), 1-10
- Berg, S. H. (2006). Everyday sexism and posttraumatic stress disorder in women: A correlational study. *Violence Against Women*, 12, 970–988. <https://doi.org/10.1177/1077801206293082>
- Biggs, A., Brough, P., & Drummond, S. (2017). Lazarus and Folkman’s Psychological Stress and Coping Theory. *The Handbook of Stress and Health*, 349–364. doi:10.1002/9781118993811.ch21

- Bíró, É., Balajti, I., Ádány, R., & Kósa, K. (2010). Determinants of mental well-being in medical students. *The International Journal for Research in Social and Genetic Epidemiology and Mental Health Services*, 45(2), 253–258. <https://doi.org/10.1007/s00127-009-0062-0>
- BOZKUR, B. (2020). Developing Internalized Sexism Scale for Women: a Validity and Reliability Study. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 5(11), 1981–2028. <https://doi.org/10.35826/ijoecc.289>
- Bernhardsdóttir, J., & Vilhjálmsson, R. (2013). Psychological distress among university female students and their need for mental health services. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20(8), 672–678. <https://doi.org/10.1111/jpm.12002>
- BPS. (2020). Survei Sosial Ekonomi Indonesia 2019. BPS
- Brandt, M. J. (2011). Sexism and Gender Inequality Across 57 Societies. *Psychological Sciences*, 22(11), 1413-1418. DOI: 10.1177/0956797611420445
- Breines, J. G., Crocker, J., & Garcia, J. A. (2008). Self-objectification and well-being in women's daily lives. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 34, 583–598.
- Brooks, R. T., Beard, J., & Steel, Z. (2006). Factor structure and interpretation of the K10. *Psychological Assessment*, 18(1), 62–70. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.18.1.62>
- Budijaji, W. (2013). Skala Pengukuran Dan Jumlah Respon Skala Likert (The Measurement Scale and The Number Of Response In Likert Scale). *Jurnal Ilmu Pertanian dan Perikanan*. 2 (2), 127-133
- Burhan Bungin. (2005). *Metodologi Penelitian Kuantitatif. Komunikasi, Ekonomi, dan kebijakan publik serta ilmu-ilmu sosial lainnya*, Jakarta: Kencana.
- Byrd, D., & McKinney, K. (2012). Individual, interpersonal, and institutional level factors associated with the mental health of college students. *Journal of American College Health*, 60(3), 185. <https://doi.org/10.1080/07448481.2011.584334>
- Camacho-Zuñiga, C., Pego, L., Escamilla, J., & Hosseini, S. (2021). The impact of the COVID-19 pandemic on students' feelings at high school, undergraduate, and postgraduate levels. *Heliyon*, 7(3). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06465>
- Chand SP & Arif H. Depression. 2022. In: StatPearls [Internet]. Treasure Island (FL): StatPearls Publishing; 2022 Jan-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK430847/>
- David, E. J. R. (2014). *The Psychology of Marginalized Groups*. Springer Publishing Company
- Deasyanti., Muzdalifah., & F., Yudhistira, S. (2013). Do University Students Experience Psychological Distress During the Covid-19 Pandemic ? 18–23.
- Dehlin, A. J., & Galliher, R. V. (2019). Young Women's Sexist Beliefs and Internalized Misogyny: Links With Psychosocial and Relational Functioning and Political Behavior. *Psi Chi Journal of Psychological Research*, 24(4), 255–246. <https://doi.org/10.24839/2325-7342.jn24.4.255>

- Dewi, D. M. (2019). The Representation of Patriarchy in Indonesian Children Folk Tales from Sumatra Island. *Lingua Cultura*, 13(3), 167. <https://doi.org/10.21512/lc.v13i3.5646>
- Drapeau, A., Marchand, A., & Beaulieu-Prévost, D. (2011). *Mental Illnesses – Understanding, Prediction and Control*. InTech Open Publisher
- Eckert, S. (2021). There's A Big Issue Surrounding Those #Pickmegirl Tiktoks & We Need To Talk About It. Her Campus. Retrived from [There's a Big Issue Surrounding Those #PickMeGirl TikToks & We Need to Talk About It | Her Campus](https://www.her-campus.com/2021/05/there-s-a-big-issue-surrounding-those-pickme-girl-tiktoks-amp-we-need-to-talk-about-it-her-campus/).
- Eitzen, D. S., Baca Zinn, M., & Smith, K. E. (2012). *Social Problems* (12th ed.). Boston, MA: Pearson Higher Education.
- Eleanora, F. N., & Supriyanto, E. (2020). Violence against Women and Patriarkhi Culture in Indonesia. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 7(9), 44. <https://doi.org/10.18415/ijmmu.v7i9.1912>
- Etyang, P. (2012). *Misogyny In Urban Public And Private Spaces*. A Conference Paper Presented At The International Conference On Gender Based Violence At Kenyatta University On The 2nd Of August 2012.
- Farihah, I. (2013). Seksisme Perempuan dalam Budaya POP Media Indonesia. *Palastren*, 6(1), 223–244.
- Feigt, N. D., Domenech Rodríguez, M. M., & Vázquez, A. L. (2021). The impact of gender-based microaggressions and internalized sexism on mental health outcomes: A mother-daughter
- Fisher, M. L. (2004). Female intrasexual competition decreases female facial attractiveness. *Proceedings-Royal Society of London. Biological sciences*, 271, 283-285.
- Ghasemi, A., & Zahediasl, S. (2012). Normality tests for statistical analysis: a guide for non-statisticians. *International journal of endocrinology and metabolism*, 10(2), 486–489. <https://doi.org/10.5812/ijem.3505>
- Glick, P., & Fiske, S. T. (1996). The Ambivalent Sexism Inventory: Differentiating Hostile and Benevolent Sexism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(3), 491–512. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.3.491>
- Glowacz, F., & Schmits, E. (2020). Psychological distress during the COVID-19 lockdown: The young adults most at risk. *Psychiatry Research*. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113486>
- Gulo, W. (2002). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia
- Hewitt, S., Tiropanis, T., & Bokhove, C. (2016). The problem of identifying misogynist language on Twitter (and other online social spaces). *Proceedings of the 8th acm conference on web science*. ACM333–335.
- Hijriani, A., Muludi, K., & Andini, E. A. (2016). Implementasi Metode Regresi Linier Sederhana Pada Penyajian Hasil Prediksi Pemakaian Air Bersih Pdam Way Rilau Kota Bandar Lampung Dengan Sistem Informasi Geografis. *Informatika Mulawarman: Jurnal Ilmiah Ilmu Komputer*, 11(2), 37. <https://doi.org/10.30872/jim.v11i2.212>

- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health, 46*(1), 3–10. doi:10.1016/j.jadohealth.2009.08.008
- Hurst CS, Baranik LE, Daniel F. (2013). College student stressors: A review of the qualitative research. *Stress Health, 29*, 275–85.
- Jæger, M. M., & Blaabæk, E. H. (2020). Inequality in learning opportunities during Covid-19: Evidence from library takeout. *Research in Social Stratification and Mobility, 68*, Article 100524. <https://doi.org/10.1016/j.rssm.2020.100524>.
- Jannah, P. M. (2021). Pelecehan Seksual, Seksisme dan Bystander. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi, 2*(1), 61. <https://doi.org/10.24014/pib.v2i1.12023>
- Jiang, S. (2020). Psychological well-being and distress in adolescents: An investigation into associations with poverty, peer victimization, and self-esteem. *Children and Youth Services Review, 111*, Article 104824. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.104824>
- Jiang, Y. (2021). Problematic Social Media Usage and Anxiety Among University Students During the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Psychological Capital and the Moderating Role of Academic Burnout. *Frontiers in Psychology, 12*(February), 1–12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.612007>
- Kahalon, R., Shnabel, N., & Becker, J. C. (2018). Experimental studies on state self-objectification: A review and an integrative process model. *Frontiers in Psychology, 9*(AUG), 1–27. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01268>
- Khaki, A., & Sadeghi Habibabad, A. (2021). Investigating the effect of religious and Islamic teachings on the calmness and mental health in educational spaces. *Journal of Religion and Health, 60*(4), 2632–2645. <https://doi.org/10.1007/s10943-020-01022-7>
- Khodakarami, B., Gotalizadeh Bibalan, F., Soltani, F., Soltanian, A., & Mohagheghi, H. (2017). Impact of a counseling program on depression, anxiety stress and spiritual intelligence in pregnant women. *Journal of Midwifery and Reproductive Health, 5*(2), 858–866. <https://doi.org/10.22038/JMRH.2016.7755>
- Klonof, E. A. (1995). The Schedule Of Sexist Events A Measure of lifetime and Recent Sexist Discrimination in Women's lives. *Psychology of Women Quarterly, 19* (439-472)
- Knapstad, M., Sivertsen, B., Knudsen, A. K., Smith, O. R. F., Aarø, L. E., Lønning, K. J., & Skogen, J. C. (2019). Trends in self-reported psychological distress among college and university students from 2010 to 2018. *Psychological Medicine, 1–9*. <https://doi.org/10.1017/s0033291719003350>
- Lace, J. W., Greif, T. R., McGrath, A., Grant, A. F., Merz, Z. C., Teague, C. L., & Handal, P. J. (2019). Investigating the factor structure of the K10 and identifying cutoff scores denoting nonspecific psychological distress and need for treatment. *Mental Health and Prevention, 13*(January), 100–106. <https://doi.org/10.1016/j.mhp.2019.01.008>
- Lahdji, R. F. (2016). Objektifikasi Perempuan Dan Tubuh: Wacana Tubuh Perempuan Dalam Lirik Lagu Dangdut Populer Tahun 2000-2013. *Lakon :*

Jurnal Kajian Sastra Dan Budaya, 4(1), 103.
<https://doi.org/10.20473/lakon.v4i1.1938>

- Latipun. (2006). Psikologi Eksperimen. Malang: UMM Press.
- Lewis, T. T., Cogburn, C. D., & Williams, D. R. (2015). Self-reported experiences of discrimination and health: scientific advances, ongoing controversies, and emerging issues. *Annual review of clinical psychology*, 11, 407–440. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112728>
- Mammadova, U. & Joamets, K. (2021). Istanbul Convention, Honour Killings and Turkey's Experience. *International and Comparative Law Review*, vol. 21, no. 1, pp. 79–99. DOI: 10.2478/iclr-2021-0003.
- Massé, R., Poulin, C., Dassa, C., Lambert, J., Bélair, S., & Battaglini, A. (1998). The structure of mental health: Higher-order confirmatory factor analyses of psychological distress and well-being measures. *Social Indicators Research*, 45(1–3), 475–504. <https://doi.org/10.1023/a:1006992032387>
- Matondang, Z. (2009). Validitas Dan Reliabilitas Suatu Instrumen Penelitian. *Jurnal Tabularasa PPS Unimed*. 6 (1)
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Harrison Woods, P., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: the role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health*, 27(3), 230–239. <https://doi.org/10.1080/09638237.2018.1437608>
- Means, K. K. (2021). “ *Not Like Other Girls* ”: *Implicit and Explicit Dimensions of Internalized Sexism and Behavioral Outcomes*. The Faculty of Western Washington University. Thesis
- Mirowsky, J., & Ross, C. E. (2003). *Social Causes of Psychological Distress*. Second edition. Walter de Gruyter, Inc
- Muehlenkamp, J. J., & Saris-Baglama, R. N. (2002). Self-objectification and its psychological outcomes for college women. *Psychology of Women Quarterly*, 26, 371–379.
- Nelson, T. D. (2016). *Handbook of prejudice, stereotyping, and discrimination (nd)*. Psychology Press
- Nisfiannoor, M. (2009). *Pendekatan Statistik Modern Untuk Ilmu Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika
- Olvera, C., Stebbins, G. T., Goetz, C. G., & Kompoliti, K. (2021). TikTok Tics: A Pandemic Within a Pandemic. *Movement Disorders Clinical Practice*, 8(8), 1200–1205. <https://doi.org/10.1002/mdc3.13316>
- Padrón, I., Fraga, I., Vieitez, L., Montes, C., & Romero, E. (2021). A Study on the Psychological Wound of COVID-19 in University Students. *Frontiers in Psychology*, 12(January), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.589927>
- Pamungkas, E. W., Basile, V., & Patti, V. (2020). Misogyny Detection in Twitter: a Multilingual and Cross-Domain Study. *Information Processing and Management*, 57(6), 102360. <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2020.102360>
- Peixoto, E. M., Zanini, D. S., & de Andrade, J. M. (2021). Cross-cultural adaptation and psychometric properties of the Kessler Distress Scale (K10): an application of the rating scale model. *Psicologia: Reflexao e Critica*, 34(1). <https://doi.org/10.1186/s41155-021-00186-9>

- PennState Blog. (2017). Applied Social Psychology (ASP). [Internalized Sexism | Applied Social Psychology \(ASP\) \(psu.edu\)](#). Diakses tanggal 12 Februari 2022
- Piggot, M. (2004). *Double jeopardy: Lesbians and the legacy of multiple stigmatized identities*. Psychology Strand at Swinburne University of Technology, Australia: Unpublished thesis.
- Prameswari et al. (2021). Kekerasan Berbasis Gender Di Media Sosial. Pamali, vol 1 (1)
- Priyono. (2008). *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Zifatama Publishing.
- Putri, M. C. R. (2012). Hubungan antara coping dan psychological distress pada istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Fakultas Psikologi, Universitas Indonesia. Skripsi. 1–119.
- R. Kessler, G. Andrew, L. Colpe, E. Hiripi, D. Mroczek, S. Normand, E. Walters, & A. Zaslavsky. (2002). Short screening scales to monitor population prevalences and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959–976. <http://journals2.scholarsportal.info.myaccess.library.utoronto.ca/tmp/16251877752428454629.pdf>
- Rahmani, S. (2020). Women's Experiences Of Internalized Sexism. Dissertation
- Ratnasari, D. (2018). Gender Dalam Perspektif Alqur'an. *Jurnal Humanika*, 1
- Safe, S. N., & Nor, A. Y. M. (2016). Pengurusan stress menurut Al-Quran dan Hadith. *Jurnal Al-Hikmah*, 8(1), 3–18.
- Saged, A. A. G., Sa'ari, C. Z., Abdullah, M. bin, Al-Rahmi, W. M., Ismail, W. M., Zain, M. I. A., & alShehri, N. bint A. bin M. (2022). The Effect of an Islamic-Based Intervention on Depression and Anxiety in Malaysia. *Journal of Religion and Health*, 61(1), 79–92. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01484-3>
- Salari, N., Hosseinian-Far, A., Jalali, R., Vaisi-Raygani, A., Rasoulpoor, S., and Khladi-Paveh, B. (2020). Prevalence of stress, anxiety, depression among the general population during the COVID-19 pandemic: a systematic review and meta-analysis. *Global Health* 16:57. doi: 10.1186/s12992-020-00589-w
- Sany, U. P. (2022). Gangguan Kecemasan Dan Depresi Menurut Perspektif Al Qur'an. *Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7 (01)
- Schmits, E., Dekeyser, S., Klein, O., Luminet, O., Yzerbyt, V., & Glowacz, F. (2021). Psychological distress among students in higher education: One year after the beginning of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14). <https://doi.org/10.3390/ijerph18147445>
- Selye, H. (1975). Confusion and controversy in the stress field. *Journal of Human Stress*, 1(2), 37–44. <https://doi.org/10.1080/0097840X.1975.9940406>
- Shah, K., Bedi, S., Onyeaka, H., Singh, R., & Chaudhari, G. (2020). The Role of Psychological First Aid to Support Public Mental Health in the COVID-19 Pandemic. *Cureus*, 12(6), e8821. <https://doi.org/10.7759/cureus.882>
- Sharp, J., & Theiler, S. (2018). A Review of Psychological Distress Among University Students: Pervasiveness, Implications and Potential Points of

- Intervention. *International Journal for the Advancement of Counselling*, 40(3), 193–212. <https://doi.org/10.1007/s10447-018-9321-7>
- Siyoto, S & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing
- Stave, G. M. (2005). Handbook of Stress Medicine and Health, 2nd Edition. In *Journal of Occupational and Environmental Medicine* (Vol. 47, Issue 10). <https://doi.org/10.1097/01.jom.0000181750.79688.c1>
- Ströhle, A., Gensichen, J., & Domschke, K. (2018). Diagnostik und Therapie von Angsterkrankungen. *Deutsches Arzteblatt International*, 115(37), 611–620. <https://doi.org/10.3238/arztebl.2018.0611>
- study. Family Relations. Advanced online publication. <https://doi.org/10.1111/fare.12622>
- Sugiyono, P. D. (2013). *Metode Penelitian Dan Pengembangan (Research and Development/R&D)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2005). *Statistik Untuk Penelitian*. Jawa Barat : IKAPI
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sujarwoto, Saputri, R. A. M., & Yumarni, T. (2021). Social Media Addiction and Mental Health Among University Students During the COVID-19 Pandemic in Indonesia. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469021-00582-3>
- Swim, J. K., & Hyers, L. L. (2009). Sexism. In T. D. Nelson (Ed.), *Handbook of prejudice, stereotyping and discrimination*. Psychology Press.
- Szymanski, D. M., & Feltman, C. E. (2014). Experiencing and coping with sexually objectifying treatment: Internalization and resilience. *Sex Roles*, 71(3-4), 159–170.
- Szymanski, D. M., & Henning, S. L. (2007). The role of self-objectification in women's depression: A test of self-objectification theory. *Sex Roles*, 56, 45–53
- Szymanski, D. M., & Henrichs-Beck, C. (2014). Exploring Sexual Minority Women's Experiences of External and Internalized Heterosexism and Sexism and their Links to Coping and Distress. *Sex Roles*, 70(1–2), 28–42. <https://doi.org/10.1007/s11199-013-0329-5>
- Szymanski, D. M., Gupta, A., Carr, E. R., & Stewart, D. (2009). Internalized misogyny as a moderator of the link between sexist events and women's psychological distress. *Sex Roles*, 61(1–2), 101–109. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9611-y>
- Thadi, R. (2014). Citra Perempuan Dalam Media. *Syi'ar*, 14 (1)
- Tran, N. T., Franzen, J., Jermann, F., Rudaz, S., Bondolfi, G., & Ghisletta, P. (2022). Psychological distress and well-being among students of health disciplines in Geneva, Switzerland: The importance of academic satisfaction in the context of academic year-end and COVID-19 stress on their learning experience. *Plos One*, 17(4), e0266612. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0266612>
- Urzúa, A., Caqueo-Urizar, A., Henríquez, D., & Williams, D. R. (2021). Discrimination and Health: The Mediating Effect of Acculturative Stress.

- International journal of environmental research and public health*, 18(10), 5312. <https://doi.org/10.3390/ijerph18105312>
- Wartini, A. (2013). Tafsir Feminis M. Quraish shihab: Telaah ayat-ayat Gender dalam Tafsir al-Misbah. *Palastren*, 6(2), 473–494.
- Wong, A., Ho, S., Olusanya, O., Antonini, M. V., & Lyness, D. (2021). The use of social media and online communications in times of pandemic COVID-19. *Journal of the Intensive Care Society*, 22(3), 255–260. <https://doi.org/10.1177/1751143720966280>
- Wu, Y. C., Chen, C. S., & Chan, Y. J. (2020). The outbreak of COVID-19: An overview. *Journal of the Chinese Medical Association: JCMA*, 83(3), 217–220. <https://doi.org/10.1097/JCMA.0000000000000270>
- Xiong, J., Lipsitz, L., Nasri, F., Lui, L. M. W., Gill, H., Phan, L., et al. (2020). Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: a systematic review. *J. Affect. Disord.* 227, 55–64. doi: 10.1016/j.jad.2020.08.001
- Yaman Sözbir, Ş., Vural, G., & Ünal Toprak, F. (2020). A Study for Testing the Validity and Reliability of the Turkish Version of the Internalized Misogyny Scale. *International Journal of Mental Health and Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00257-5>
- Yaman, Ş, S., Gülşen, V. & Filiz, Ü, T. (2020). A Study for Testing the Validity and Reliability of the Turkish Version of the Internalized Misogyny Scale. *Int J Ment Health Addiction*. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00257-5>
- Yuliara, I. M. (2016). Modul Regresi Linier Sederhana. Fakultas Matematika Dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Udayana.
- Zucker, A. N. & Landry, L. J. (2007). Exploring Sexual Minority Women's Experiences of External and Internalized Heterosexism and Sexism and their Links to Coping and Distress. *Sex Roles*, 56, 193–203. DOI 10.1007/s11199-006-9163-3

LAMPIRAN

Lampiran 1. 1 Instrumen Penelitian

A. Skala *Psychological Distress* (K10)

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Perkenalkan, saya Alin Nabilah, mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang melakukan penelitian. Saya ucapkan terima kasih sudah meluangkan waktu untuk membantu saya mengisi kuesioner ini. Saya harap Anda dapat jujur dalam mengisi kuesioner sesuai dengan keadaan Anda, karena tidak ada jawaban yang benar atau salah. Sebelum mengisi kuesioner, saya harap Anda membaca dengan teliti instruksi pengerjaan kuesioner dan mengisi semua kuesioner tanpa melewatkan satu nomor pun.

Petunjuk Pengisian:

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang perlu Anda jawab. Jawablah dengan memberikan tanda centang (✓) pada salah satu kolom jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda.

Pilihan Jawaban

- a. Tidak Pernah : TP
- b. Jarang : J
- c. Kadang-Kadang : KK
- d. Sering : S
- e. Sangat Sering : SS

No.	Pernyataan	TP	J	KK	S	SS
1.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa sangat lelah tanpa alasan yang jelas?					
2.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa gugup?					
3.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa begitu gugup sehingga tidak ada yang bisa menenangkan Anda?					
4.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa putus asa?					
5.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa resah dan gelisah?					
6.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa begitu gelisah sehingga tidak dapat tenang walaupun sejenak?					
7.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa tertekan?					
8.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa bahwa setiap hal yang Anda lakukan memerlukan upaya keras?					
9.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa begitu tertekan sehingga tidak ada lagi yang bisa membuat Anda ceria kembali?					
10.	Selama 30 hari terakhir, seberapa sering Anda merasa tidak berharga?					

B. Skala *Internalized Misogyny (Internalized Sexism Scale For Women)*

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh

Perkenalkan, saya Alin Nabilah, mahasiswi Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang sedang melakukan penelitian. Saya ucapkan terima kasih sudah meluangkan waktu untuk membantu saya mengisi kuesioner ini. Saya harap Anda dapat jujur dalam mengisi kuesioner sesuai dengan keadaan Anda, karena tidak ada jawaban yang benar atau salah. Sebelum mengisi kuesioner, saya harap Anda membaca dengan teliti instruksi pengerjaan kuesioner dan mengisi semua kuesioner tanpa melewatkan satu nomor pun.

Petunjuk Pengisian:

Berikut ini terdapat beberapa pernyataan yang perlu Anda jawab. Jawablah dengan memberikan tanda centang (√) pada salah satu kolom jawaban yang paling sesuai dengan diri Anda.

Pilihan Jawaban

- a. Sangat Tidak Setuju: 1
- b. Tidak Setuju : 2
- c. Netral : 3
- d. Setuju : 4
- e. Sangat Setuju : 5

No.	Pernyataan	1	2	3	4	5
1.	Alih-alih mengekspresikan gagasan/ide secara langsung, saya malah mengekspresikannya seolah-olah sedang mengajukan pertanyaan.					
2.	Saya tidak ingin perempuan lain nampak lebih menarik pada suatu momen					
3.	Saya lebih menyukai memiliki atasan/pemimpin laki-laki.					

4.	Saya memakai sepatu yang tidak nyaman agar terlihat cantik					
5.	Jika seseorang memuji saya, saya menampiknya.					
6.	Saya merasa bersalah jika saya lebih memprioritaskan keinginan dan kebutuhan saya daripada hal yang lain.					
7.	Saya bukan tukang gosip seperti perempuan lain.					
8.	Saya meremehkan kemampuan dan pencapaian saya karena takut akan mendapat reaksi negatif					
9.	Saya ingin jadi perempuan yang paling cantik pada suatu momen					
10.	Saya mencemaskan apakah pakaian yang saya kenakan akan diapresiasi oleh orang lain					
11.	Saya tidak bisa memahami perempuan yang merasa nyaman dengan laki-laki					
12.	Saya lebih menyukai bekerja dengan kolega laki-laki daripada kolega perempuan.					
13.	Pemikiran tentang tubuh saya lebih penting daripada tampilan aktualnya					
14.	Saya seringkali mendapati diri saya meminta maaf					
15.	Beberapa perempuan layak mendapat kekerasan					
16.	Saya lebih peduli terhadap rasa hormat, persetujuan, pujian, atau kritik yang diberikan oleh laki-laki daripada oleh perempuan.					
17.	Melakukan hal-hal yang tepat bagi orang-orang yang saya cintai lebih penting daripada melakukan apa yang saya inginkan.					
18.	Saya lebih suka menghabiskan waktu senggang saya bersama teman laki-laki daripada teman perempuan.					
19.	Ada dua jenis perempuan: perempuan yang bisa dikencani dan perempuan yang bisa dinikahi					

20.	Saya merasa sulit menentukan apa yang sebenarnya saya inginkan karena saya terlalu fokus memenuhi harapan orang lain.					
21.	Saya tidak terbiasa dengan intrik seperti perempuan lain.					
22.	Perempuan yang berambisi membuat saya frustrasi					
23.	Saya seringkali menjalankan diet dengan rasa cemas untuk menjadi cantik					
24.	Pada saat mengambil keputusan yang penting, saya berkonsultasi dengan laki-laki yang ada di sekitar saya.					
25.	Seorang perempuan harus mendedikasikan dirinya untuk keluarganya					
26.	Bahkan jika saya lebih berpendidikan dan lebih berpengalaman, saya tetap tidak merasa memiliki kompetensi yang sama dengan laki-laki					
27.	Saya tidak suka terlihat memikat seperti perempuan lain.					
28.	Jika ada perempuan dan laki-laki yang bertindak kurang pantas; saya merasa lebih mudah menegur perempuan daripada laki-laki					
29.	Saya merasa malu jika tubuh saya tidak memiliki ukuran yang sesuai dengan kriteria saya					
30.	Sebelum berkomentar tentang sesuatu, saya menganggap komentar-komentar saya bisa saja salah					
31.	Saya mengartikulasikan keinginan-keinginan saya dengan tegas.					
32.	Perempuan yang tertawa terbahak-bahak adalah perempuan yang tidak terikat aturan					
33.	Musuh perempuan lagi-lagi adalah perempuan					
34.	Saya mengenakan pakaian yang membatasi pergerakan saya agar terlihat cantik					
35.	Saya tidak memiliki kecenderungan untuk berbohong seperti perempuan lain					

Lampiran 1. 2 Uji Validitas

A. Uji Validitas Skala *Psychological Distress* (K10)

Correlations		Total	Hasil
Aitem01	Pearson Correlation	.644**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem02	Pearson Correlation	.706**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem03	Pearson Correlation	.724**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem04	Pearson Correlation	.738**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem05	Pearson Correlation	.778**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem06	Pearson Correlation	.781**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem07	Pearson Correlation	.772**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem08	Pearson Correlation	.457**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem09	Pearson Correlation	.702**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	

Aitem10	Pearson Correlation	.684**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	

B. Uji Validitas Skala *Internalized Misogyny (Internalized Sexism Scale For Women)*

Correlations		Total	Hasil
Aitem01	Pearson Correlation	.321**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem02	Pearson Correlation	.331**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem03	Pearson Correlation	.516**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem04	Pearson Correlation	.266**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.003	
	N	120	
Aitem05	Pearson Correlation	.250**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	120	
Aitem06	Pearson Correlation	.421**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem07	Pearson Correlation	.252**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.006	
	N	120	
Aitem08	Pearson Correlation	.474**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem09	Pearson Correlation	.285**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	120	

Aitem10	Pearson Correlation	.530**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem11	Pearson Correlation	.261**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.004	
	N	120	
Aitem12	Pearson Correlation	.529**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem13	Pearson Correlation	-.403**	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem14	Pearson Correlation	.293**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	120	
Aitem15	Pearson Correlation	.130	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	.158	
	N	120	
Aitem16	Pearson Correlation	.492**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem17	Pearson Correlation	.443**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem18	Pearson Correlation	.374**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem19	Pearson Correlation	.285**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.002	
	N	120	
Aitem20	Pearson Correlation	.478**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem21	Pearson Correlation	.528**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem22	Pearson Correlation	.480**	Valid

	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem23	Pearson Correlation	.424**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem24	Pearson Correlation	.419**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem25	Pearson Correlation	.426**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem26	Pearson Correlation	.582**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem27	Pearson Correlation	.193*	Valid
	Sig. (2-tailed)	.035	
	N	120	
Aitem28	Pearson Correlation	.443**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem29	Pearson Correlation	.391**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem30	Pearson Correlation	.310**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	120	
Aitem31	Pearson Correlation	.024	Tidak Valid
	Sig. (2-tailed)	.795	
	N	120	
Aitem32	Pearson Correlation	.378**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem33	Pearson Correlation	.424**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	120	
Aitem34	Pearson Correlation	.417**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.000	

	N	120	
Aitem35	Pearson Correlation	.312**	Valid
	Sig. (2-tailed)	.001	
	N	120	

Lampiran 1. 3 Uji Reliabilitas

A. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Psychological Distress* (K10)

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	120	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.886	10

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem01	25.93	44.432	.556	.879
Aitem02	26.61	43.568	.630	.874
Aitem03	27.11	42.064	.637	.873
Aitem04	26.38	42.085	.658	.871
Aitem05	26.08	42.305	.715	.868
Aitem06	26.86	41.114	.708	.867
Aitem07	26.22	41.734	.702	.868
Aitem08	25.62	47.768	.361	.890
Aitem09	27.11	43.106	.619	.874
Aitem10	26.70	42.296	.583	.878

B. Hasil Uji Reliabilitas Skala *Internalized Misogyny (Internalized Sexism Scale For Women)*

Case Processing Summary

		N	%
Cases	Valid	120	100.0
	Excluded ^a	0	.0
	Total	120	100.0

a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.

Reliability Statistics

Cronbach's	
Alpha	N of Items
.824	32

Item-Total Statistics

	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item- Total Correlation	Cronbach's Alpha if Item Deleted
Aitem01	89.04	194.259	.252	.822
Aitem02	90.19	193.215	.258	.822
Aitem03	89.18	186.269	.460	.815
Aitem04	90.67	196.073	.196	.823
Aitem05	89.27	195.697	.204	.823
Aitem06	89.17	190.291	.348	.819
Aitem07	89.51	196.185	.192	.824
Aitem08	89.27	188.840	.383	.818
Aitem09	89.19	192.812	.224	.824
Aitem10	89.23	186.579	.475	.814
Aitem11	90.04	195.284	.184	.824
Aitem12	89.75	187.920	.467	.815
Aitem13	88.68	194.941	.229	.823
Aitem14	90.22	188.558	.432	.816
Aitem15	89.04	189.082	.387	.817
Aitem16	90.33	192.964	.294	.821
Aitem17	89.75	193.382	.191	.825
Aitem18	89.20	187.355	.423	.816
Aitem19	89.33	188.258	.453	.816

Aitem20	89.67	187.280	.407	.817
Aitem21	90.20	188.666	.334	.819
Aitem22	89.77	189.588	.354	.819
Aitem23	89.15	189.507	.359	.818
Aitem24	89.81	183.181	.514	.812
Aitem25	89.47	197.041	.118	.827
Aitem26	89.73	188.466	.379	.818
Aitem27	89.50	190.202	.309	.820
Aitem28	88.47	195.495	.254	.822
Aitem29	90.06	190.778	.324	.820
Aitem30	89.10	187.855	.350	.819
Aitem31	90.58	191.472	.374	.818
Aitem32	89.36	193.795	.254	.822

Lampiran 1. 4 Uji Deskriptif

A. Hasil Uji Deskriptif *Psychological Distress (K10)*

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
PD	120	15	46	29.40	7.244
Valid N (listwise)	120				

Kategorisasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	26	21.7	21.7	21.7
	Sedang	71	59.2	59.2	80.8
	Tinggi	23	19.2	19.2	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

B. Hasil Uji Deskriptif *Internalized Misogyny (Internalized Sexism Scale For Women)*

Descriptive Statistics

	N	Range	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation	Variance
Total	120	86	46	132	92.45	14.225	202.350
Valid N (listwise)	120						

Kategori

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	rendah	15	12.5	12.5	12.5
	sedang	86	71.7	71.7	84.2
	tinggi	19	15.8	15.8	100.0
	Total	120	100.0	100.0	

Lampiran 1. 5 Uji Normalitas

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		120
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	.0000000
	Std. Deviation	6.98953067
Most Extreme Differences	Absolute	.063
	Positive	.063
	Negative	-.030
Test Statistic		.063
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

- a. Test distribution is Normal.
 b. Calculated from data.
 c. Lilliefors Significance Correction.
 d. This is a lower bound of the true significance.

Lampiran 1. 6 Uji Linearitas

ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
PD * IM	Between	(Combined)	2534.300	49	51.720	.976	.531
	Groups	Linearity	431.229	1	431.229	8.135	.006
		Deviation from Linearity	2103.071	48	43.814	.827	.756
	Within Groups		3710.500	70	53.007		
	Total		6244.800	119			

Lampiran 1. 7 Uji Regresi Linear Sederhana

Variables Entered/Removed^a

Model	Variables		Method
	Entered	Removed	
1	IM ^b	.	Enter

a. Dependent Variable: PD

b. All requested variables entered.

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.263 ^a	.069	.061	7.019

a. Predictors: (Constant), IM

b. Dependent Variable: PD

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	431.229	1	431.229	8.753	.004 ^b
	Residual	5813.571	118	49.268		
	Total	6244.800	119			

a. Dependent Variable: PD

b. Predictors: (Constant), IM

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	17.028	4.231		4.025	.000
	IM	.134	.045	.263	2.959	.004

a. Dependent Variable: PD

Lampiran 1. 8 Tabulasi Data

A. Tabulasi Data *Psychological Distress* (K10)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Total	Kategorisasi
4	3	3	4	4	2	5	5	3	2	35	Sedang
4	2	2	2	3	2	4	4	2	2	27	Sedang
1	1	1	3	3	2	3	4	2	2	22	Rendah
4	2	1	3	2	2	5	4	4	3	30	Sedang
3	4	5	4	5	3	4	5	2	3	38	Tinggi
5	4	3	4	5	3	5	4	3	4	40	Tinggi
4	3	2	3	4	4	3	4	3	3	33	Sedang
3	2	2	2	4	3	4	3	4	3	30	Sedang
3	2	2	3	4	2	2	3	2	2	25	Sedang
2	2	2	3	3	3	2	3	2	3	25	Sedang
4	1	1	3	1	1	2	4	2	1	20	Rendah
3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	26	Sedang
4	4	3	3	4	2	4	5	2	2	33	Sedang
4	4	3	3	4	3	4	4	2	1	32	Sedang
2	2	2	2	3	2	2	2	2	2	21	Rendah
2	2	2	2	3	1	1	2	1	1	17	Rendah
3	3	1	4	3	2	4	4	4	3	31	Sedang
5	2	2	3	2	2	2	2	2	2	24	Sedang
5	3	4	5	5	5	5	5	3	5	45	Tinggi

4	3	4	2	5	5	3	4	3	5	38	Tinggi
3	3	1	2	3	1	2	4	1	2	22	Rendah
3	3	2	5	4	3	4	4	1	3	32	Sedang
4	2	2	5	4	4	4	4	3	3	35	Sedang
5	2	2	3	4	3	4	5	1	3	32	Sedang
4	3	4	4	4	3	3	5	4	4	38	Tinggi
3	3	1	4	3	4	4	3	2	4	31	Sedang
4	3	3	3	4	2	3	4	2	1	29	Sedang
5	4	4	4	4	4	4	4	4	5	42	Tinggi
3	1	2	4	3	2	3	4	3	4	29	Sedang
3	3	1	2	4	2	2	3	2	1	23	Rendah
3	4	3	3	4	4	3	3	3	4	34	Sedang
2	2	1	1	3	1	1	3	1	1	16	Rendah
5	3	3	4	5	5	3	3	3	4	38	Tinggi
3	3	2	5	5	4	4	3	2	5	36	Sedang
3	3	2	1	3	1	4	3	1	3	24	Sedang
5	4	3	5	5	3	5	5	3	4	42	Tinggi
5	2	1	4	2	1	2	5	1	1	24	Sedang
2	2	1	2	2	2	1	3	1	1	17	Rendah
3	2	1	4	3	2	1	2	1	3	22	Rendah
2	2	2	3	3	2	2	4	1	1	22	Rendah
5	4	2	5	5	4	5	5	3	4	42	Tinggi
5	4	1	5	4	4	4	4	3	5	39	Tinggi
3	4	4	5	4	4	5	5	3	5	42	Tinggi

4	3	2	4	3	2	3	4	3	3	31	Sedang
2	4	4	4	3	3	3	3	2	2	30	Sedang
4	4	4	2	4	3	4	3	2	3	33	Sedang
2	2	1	2	2	2	2	4	2	2	21	Rendah
4	4	5	3	4	4	3	4	4	4	39	Tinggi
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20	Rendah
5	5	5	3	4	4	3	4	2	3	38	Tinggi
3	3	1	3	3	2	3	4	2	2	26	Sedang
4	3	2	3	4	3	3	4	2	1	29	Sedang
2	2	1	2	2	1	2	4	1	1	18	Rendah
3	3	3	2	3	2	3	4	2	1	26	Sedang
4	2	1	3	2	1	3	4	1	3	24	Sedang
3	4	2	4	4	4	5	5	3	4	38	Tinggi
5	5	5	5	5	4	4	5	4	4	46	Tinggi
5	4	2	4	5	1	3	2	1	5	32	Sedang
4	2	1	3	3	1	4	4	1	4	27	Sedang
4	5	5	4	4	4	4	4	4	3	41	Tinggi
4	2	2	4	4	3	4	4	2	2	31	Sedang
4	3	3	4	4	3	4	4	3	3	35	Sedang
5	3	2	4	4	2	4	5	2	3	34	Sedang
4	2	2	3	3	1	3	2	1	2	23	Rendah
4	2	2	4	3	2	2	4	2	3	28	Sedang
4	3	1	4	4	3	4	4	3	3	33	Sedang
4	4	4	3	3	2	4	4	3	4	35	Sedang

4	3	3	4	4	4	4	4	4	2	36	Sedang
3	2	2	2	2	2	2	4	2	3	24	Sedang
3	3	2	2	2	2	4	3	2	4	27	Sedang
5	4	4	5	4	3	4	4	4	3	40	Tinggi
2	3	3	3	4	3	2	4	3	3	30	Sedang
2	4	2	3	2	1	2	3	1	3	23	Rendah
3	4	2	5	4	3	5	5	4	5	40	Tinggi
2	3	3	3	3	3	3	3	3	1	27	Sedang
5	3	3	3	4	4	4	4	4	4	38	Tinggi
3	2	2	1	3	2	3	4	2	2	24	Sedang
4	3	4	5	5	4	5	4	3	2	39	Tinggi
4	2	1	1	3	1	2	3	2	2	21	Rendah
4	4	2	3	3	1	3	4	1	4	29	Sedang
3	4	3	3	4	4	3	2	2	2	30	Sedang
3	2	1	1	2	2	3	4	1	1	20	Rendah
3	3	3	1	2	2	2	4	1	3	24	Sedang
5	4	4	4	4	4	4	5	4	3	41	Tinggi
3	2	2	2	2	2	2	3	2	2	22	Rendah
3	3	3	2	4	5	4	4	2	1	31	Sedang
3	2	1	2	3	3	3	4	2	1	24	Sedang
2	1	1	2	1	1	2	3	1	1	15	Rendah
3	2	2	2	3	1	2	4	1	1	21	Rendah
3	3	2	2	3	3	3	4	3	2	28	Sedang
4	2	2	3	3	3	4	4	3	3	31	Sedang

2	1	1	2	2	2	2	5	1	1	19	Rendah
4	3	3	3	4	2	4	5	3	3	34	Sedang
3	2	1	2	2	1	2	2	1	2	18	Rendah
3	2	1	2	2	1	2	4	2	2	21	Rendah
3	1	1	2	1	1	4	5	3	3	24	Sedang
2	2	2	2	1	1	3	4	1	3	21	Rendah
3	4	2	3	4	2	3	4	2	1	28	Sedang
4	3	3	4	3	4	2	4	3	2	32	Sedang
2	2	1	3	2	2	3	4	1	1	21	Rendah
4	3	1	2	3	1	2	3	1	2	22	Rendah
3	1	1	1	3	1	1	4	1	1	17	Rendah
4	2	1	3	3	2	4	4	2	3	28	Sedang
4	4	3	3	4	3	4	4	2	4	35	Sedang
4	3	3	2	3	3	3	4	1	4	30	Sedang
4	2	2	1	3	2	3	3	2	3	25	Sedang
4	4	3	3	3	2	3	4	3	4	33	Sedang
4	2	2	4	3	3	4	5	5	3	35	Sedang
4	1	1	2	4	2	4	4	1	2	25	Sedang
3	3	3	2	3	3	4	4	3	3	31	Sedang
3	1	1	3	2	2	2	3	2	3	22	Rendah
4	3	3	4	4	3	4	4	4	4	37	Tinggi
4	3	4	4	5	5	5	4	3	4	41	Tinggi
2	3	3	2	3	3	2	3	2	2	25	Sedang
4	3	2	3	4	2	3	4	2	2	29	Sedang

4	4	3	3	3	3	2	3	4	3	32	Sedang
2	3	1	2	3	1	1	4	1	2	20	Rendah
3	3	3	3	4	3	4	2	4	3	32	Sedang
4	4	4	3	5	4	4	4	1	2	35	Sedang
2	2	2	3	3	3	4	4	3	4	30	Sedang

B. Tabulasi Data *Internalized Misogyny (Internalized Sexism Scale For Women)*

No.	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	14	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	32	33	34	35	Total	Kat.
1.	4	4	4	4	4	4	2	4	4	4	2	4	4	1	4	1	1	4	2	1	4	2	2	3	3	4	4	4	4	4	4	2	102	Sedang
2.	5	2	3	2	1	3	1	4	4	5	1	3	3	3	4	3	2	2	4	2	2	3	4	2	2	2	2	4	3	4	1	3	89	Sedang
3.	2	1	1	1	5	1	5	4	1	1	1	3	3	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	5	1	2	5	1	5	1	4	68	Rendah
4.	4	4	5	4	4	5	2	5	5	5	3	3	4	4	5	1	5	5	5	5	3	2	5	5	2	5	5	5	5	5	3	3	131	Tinggi
5.	3	4	5	2	2	2	2	4	5	2	1	5	4	4	5	3	1	2	5	3	1	2	2	4	2	4	4	2	1	4	1	2	93	Sedang
6.	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	4	2	3	2	2	2	4	4	2	4	2	2	83	Sedang
7.	5	2	4	2	4	4	3	4	4	4	1	2	5	4	5	2	3	5	3	3	1	2	4	4	1	1	1	4	2	4	2	4	99	Sedang
8.	2	2	2	2	3	2	3	4	5	2	2	2	4	3	4	2	3	4	2	2	2	2	3	3	2	2	3	4	4	4	2	3	89	Sedang
9.	5	3	5	1	4	3	4	3	4	4	3	2	5	2	5	2	5	4	3	5	1	4	4	4	2	4	2	3	4	4	1	1	106	Sedang
10.	4	2	4	2	2	5	3	2	5	2	3	5	4	3	5	4	2	2	4	2	3	5	5	5	4	4	1	4	2	3	3	4	108	Tinggi
11.	2	2	5	1	5	2	5	2	4	1	1	1	4	2	2	1	1	1	2	5	1	4	4	4	5	4	4	5	4	1	1	5	91	Sedang
12.	5	4	3	2	2	1	4	4	4	4	2	3	5	1	4	1	1	4	5	1	1	1	4	1	4	4	2	5	2	4	1	4	93	Sedang
13.	3	2	2	2	3	3	2	2	2	4	2	2	4	1	3	1	2	2	1	1	3	2	1	1	2	3	4	4	2	4	2	2	74	Rendah
14.	4	2	2	2	4	4	4	2	2	2	3	2	2	2	4	1	3	2	4	2	2	4	4	1	4	2	2	4	4	2	2	3	87	Sedang
15.	3	2	1	1	3	2	4	1	5	3	3	1	4	2	5	1	3	1	1	1	1	2	3	4	4	2	3	4	3	3	1	4	81	Sedang
16.	3	2	4	4	3	5	2	3	3	4	3	2	3	2	4	1	5	2	3	1	3	4	5	2	2	2	4	4	2	2	2	4	95	Sedang
17.	3	2	3	1	3	3	4	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	2	4	2	2	3	4	3	2	2	3	4	2	2	2	4	88	Sedang
18.	4	4	3	2	3	4	3	4	4	5	2	2	3	3	4	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	4	5	2	5	1	3	107	Tinggi

19.	3	3	3	1	3	4	4	5	1	5	1	3	5	5	5	1	5	5	5	5	1	1	5	5	1	5	5	5	1	5	1	1	108	Tinggi	
20.	5	5	5	1	4	5	5	5	5	5	5	5	1	5	5	3	5	3	5	4	5	5	2	5	1	4	5	5	5	5	5	2	2	132	Tinggi
21.	2	2	4	1	4	5	4	3	2	4	2	4	3	2	4	2	3	5	4	2	5	2	4	4	2	3	1	4	2	3	1	4	97	Sedang	
23.	4	2	4	1	2	2	3	2	2	3	2	3	4	2	1	3	1	2	3	1	2	4	4	2	2	2	3	4	2	2	1	3	78	Rendah	
24.	4	2	2	4	2	2	2	4	4	2	2	2	2	1	4	2	5	4	2	2	1	2	4	2	2	1	4	4	2	2	2	4	84	Sedang	
25.	4	1	5	1	4	5	2	4	5	4	1	1	5	1	4	1	1	5	4	4	1	5	5	2	5	5	1	5	1	5	1	5	103	Sedang	
26.	4	4	3	1	3	4	3	1	4	4	4	3	3	3	5	2	5	4	3	4	1	3	4	3	3	4	4	4	5	2	1	3	104	Sedang	
27.	3	4	5	1	1	4	3	4	5	4	2	3	4	4	4	3	1	3	3	4	4	3	3	3	2	3	4	3	3	5	4	3	105	Sedang	
28.	5	3	5	1	3	3	3	5	2	4	3	2	4	1	5	2	4	4	3	3	4	1	5	3	5	5	3	4	1	3	2	3	104	Sedang	
29.	4	2	2	2	2	4	2	2	4	4	2	2	4	1	5	2	1	4	2	1	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	2	76	Rendah	
30.	4	3	2	2	2	4	4	4	4	4	4	2	4	3	5	1	1	2	2	2	3	2	4	2	4	2	4	4	4	2	2	5	97	Sedang	
31.	2	1	4	1	3	4	4	3	3	2	1	3	4	2	4	2	1	1	4	3	1	3	4	1	3	2	1	4	3	4	1	4	83	Sedang	
32.	2	2	3	2	4	4	3	4	2	4	2	1	4	2	4	1	3	4	3	3	2	3	3	2	3	4	2	4	2	2	2	3	89	Sedang	
33.	4	1	3	2	4	2	3	2	4	3	5	2	4	2	2	1	3	2	3	2	2	2	4	2	3	2	2	4	2	4	1	2	84	Sedang	
34.	3	1	4	2	3	3	3	4	1	4	3	3	5	3	3	2	3	4	3	4	5	1	3	2	4	4	5	2	3	4	3	4	101	Sedang	
35.	5	2	1	1	2	4	3	4	3	2	1	4	3	2	2	3	1	4	4	5	1	4	5	4	4	1	5	5	3	1	5	3	97	Sedang	
36.	4	2	3	2	4	2	3	4	3	4	3	3	3	2	3	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	4	3	4	2	3	96	Sedang	
37.	2	5	5	2	3	4	3	2	3	2	4	3	5	2	2	1	5	5	2	4	1	2	4	1	4	1	4	4	2	1	1	4	93	Sedang	
38.	4	1	1	1	2	3	1	2	1	2	1	1	4	2	1	1	4	4	1	1	1	1	3	3	1	4	1	4	3	4	1	3	67	Rendah	
39.	2	1	3	1	2	5	3	2	4	2	1	2	3	2	3	2	3	3	3	3	1	3	4	2	2	2	3	3	1	4	1	3	79	Sedang	
40.	5	2	3	2	5	1	3	5	3	3	3	4	3	4	3	3	1	3	4	1	3	3	4	5	5	3	3	4	5	4	1	3	104	Sedang	
42.	3	2	3	1	3	3	3	2	3	2	3	3	3	1	2	1	2	2	5	3	2	1	3	2	4	2	2	4	2	2	1	2	77	Rendah	
42.	3	1	2	4	3	2	2	3	5	5	1	2	4	1	1	1	1	1	3	4	5	2	3	1	1	3	4	3	3	1	2	3	80	Sedang	
43.	3	2	2	1	3	4	2	4	2	4	3	2	1	3	4	3	3	4	2	2	2	4	1	2	2	2	4	3	2	4	1	4	85	Sedang	
44.	2	2	2	4	3	1	4	5	4	4	4	3	4	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	5	3	4	86	Sedang	
45.	4	2	4	1	2	4	3	4	4	2	2	3	4	2	4	2	4	4	4	2	2	4	4	4	3	4	2	4	2	4	3	4	101	Sedang	
46.	4	3	3	3	3	3	2	2	4	4	2	3	5	2	3	2	3	3	3	4	3	2	4	2	2	3	3	3	2	3	2	3	93	Sedang	
47.	3	2	3	1	3	3	3	2	3	3	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	89	Sedang	
48.	2	2	2	1	4	4	2	2	1	2	2	2	4	2	4	1	5	2	4	1	1	3	2	3	5	2	1	4	2	5	1	4	82	Sedang	
49.	4	2	4	4	5	4	3	4	4	5	4	2	5	2	5	2	2	4	4	5	4	2	3	4	4	4	4	4	2	4	4	4	117	Tinggi	
50.	2	2	4	2	3	2	4	2	3	4	2	4	4	4	3	4	4	2	3	4	3	4	4	4	2	2	4	4	2	4	2	3	100	Sedang	

51.	2	3	4	2	4	4	1	3	5	4	4	4	4	2	4	4	1	5	3	4	2	4	5	1	2	2	4	4	2	4	2	1	100	Sedang	
52.	3	3	4	2	3	3	4	2	4	4	2	4	3	4	3	4	3	3	3	4	3	4	2	3	3	2	4	4	4	4	3	3	103	Sedang	
53.	2	5	3	4	3	2	5	4	5	4	3	3	3	1	3	2	1	1	5	2	5	1	3	1	2	4	4	5	1	2	2	4	95	Sedang	
54.	3	2	3	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	81	Sedang	
55.	2	1	2	1	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	1	4	4	2	1	1	58	Rendah	
56.	4	2	3	1	4	3	3	4	1	2	2	2	5	1	4	1	3	4	2	3	1	1	4	2	3	4	3	4	1	1	1	2	81	Sedang	
57.	4	2	4	1	3	2	3	4	2	4	2	3	4	2	4	4	3	4	4	4	1	2	3	2	3	3	2	4	2	2	1	3	91	Sedang	
58.	5	1	4	1	4	3	4	5	4	5	4	3	5	1	3	2	1	5	4	5	1	2	4	4	4	4	1	5	3	5	1	4	107	Tinggi	
59.	3	1	3	1	3	5	4	5	1	3	1	3	5	1	5	3	3	5	5	5	3	3	1	3	5	3	5	5	2	5	3	4	107	Tinggi	
60.	3	2	2	1	5	4	2	3	3	1	1	2	4	1	3	1	3	2	3	2	4	3	1	2	3	1	3	4	1	1	1	1	73	Rendah	
61.	4	4	2	4	4	4	2	4	5	5	4	4	2	3	2	1	5	4	3	5	4	4	3	4	4	4	4	5	2	4	4	4	117	Tinggi	
62.	3	1	3	1	2	4	3	4	2	2	1	1	4	1	2	2	1	4	3	3	1	3	2	3	4	3	3	4	1	1	1	3	76	Rendah	
63.	3	2	3	2	3	4	2	4	3	4	4	3	4	2	3	2	2	4	4	4	4	4	4	4	4	4	3	4	2	4	4	4	107	Tinggi	
64.	4	1	3	1	5	4	1	2	5	5	4	1	5	1	4	1	5	5	5	5	1	1	3	1	2	5	3	5	1	5	1	2	97	Sedang	
65.	5	1	3	1	3	2	1	1	4	1	2	4	3	1	3	3	4	2	3	2	1	3	4	4	2	3	4	4	1	4	1	1	81	Sedang	
66.	4	1	5	4	3	4	3	5	2	2	1	5	5	3	5	5	4	2	5	2	5	4	3	5	2	3	5	5	5	5	1	5	118	Tinggi	
67.	4	1	4	1	3	4	2	4	2	4	2	3	4	3	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	2	4	4	4	4	4	2	4	110	Tinggi	
68.	4	2	4	2	5	4	4	4	3	2	4	2	4	2	4	1	3	4	2	1	1	2	2	2	2	4	4	3	5	3	2	1	1	91	Sedang
69.	3	4	4	2	2	4	3	4	4	4	4	2	5	1	5	1	2	2	3	4	1	1	2	1	2	4	5	5	2	1	1	4	92	Sedang	
70.	4	1	1	1	3	2	4	3	1	2	3	1	3	1	2	1	1	3	4	2	1	1	1	1	3	1	2	3	1	3	1	3	64	Rendah	
71.	4	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	3	2	2	1	2	2	2	2	1	2	1	1	2	1	2	3	1	2	2	2	63	Rendah	
	4	2	3	2	5	5	5	3	3	4	3	3	5	3	4	3	3	5	3	3	4	4	4	3	4	5	4	5	4	3	3	3	117	Tinggi	
72.	2	2	3	2	2	4	4	4	4	2	4	2	3	2	4	2	3	2	2	4	2	2	4	4	4	3	2	3	2	4	2	4	93	Sedang	
73.	4	2	3	2	3	2	2	3	2	4	2	2	3	3	4	2	3	4	2	2	2	2	2	2	2	2	3	4	2	4	2	2	83	Sedang	
74.	4	5	3	1	2	3	5	5	4	4	1	3	5	2	2	2	1	5	3	2	4	4	3	4	5	1	2	5	1	4	2	3	100	Sedang	
75.	4	1	1	2	5	5	2	3	3	2	3	1	5	1	5	1	4	3	3	2	1	1	3	3	5	3	2	4	3	2	1	3	87	Sedang	
76.	2	3	4	1	3	4	5	2	5	4	3	2	4	2	4	3	1	3	4	3	5	3	4	3	4	5	3	3	4	5	5	4	110	Tinggi	
77.	3	2	3	2	3	3	3	2	4	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	82	Sedang	
78.	4	4	2	1	2	3	3	3	5	1	1	3	4	2	4	1	1	2	3	3	4	3	3	1	1	1	3	3	2	3	2	2	80	Sedang	
79.	4	2	5	1	2	1	3	2	2	2	2	3	4	2	2	3	4	4	4	4	1	5	2	1	2	2	2	5	4	4	1	2	87	Sedang	
80.	5	2	4	2	4	4	2	4	5	4	4	4	2	3	3	2	3	4	4	4	4	4	2	3	2	3	3	4	5	2	4	2	2	105	Sedang

81.	4	1	2	1	3	5	2	2	3	4	1	3	5	1	5	3	1	4	3	5	1	4	1	1	2	2	3	5	1	5	1	2	86	Sedang
82.	4	1	4	2	4	2	2	4	3	3	1	1	4	1	4	1	2	1	2	1	3	2	5	1	2	1	2	5	4	2	2	3	79	Sedang
83.	4	1	5	1	2	4	3	4	5	4	1	4	4	1	5	5	4	5	3	2	4	4	5	4	5	1	5	5	3	5	4	4	116	Tinggi
84.	4	1	1	1	1	4	2	4	5	3	3	2	2	1	3	1	1	3	2	3	5	3	5	4	2	1	5	4	1	1	2	2	82	Sedang
85.	1	1	3	1	2	1	1	1	1	2	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	1	1	1	1	2	4	1	2	1	1	1	1	46	Rendah
86.	4	3	2	4	4	2	4	2	4	4	1	5	5	4	3	3	4	5	1	5	3	5	4	4	3	3	5	2	5	2	2	5	112	Tinggi
87.	4	2	1	1	3	4	3	4	2	3	4	2	5	2	3	1	5	3	3	2	1	3	4	4	5	2	2	5	2	3	1	2	91	Sedang
88.	2	2	3	2	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	3	3	2	2	3	1	4	3	4	2	3	1	2	4	2	2	3	3	83	Sedang
89.	1	1	4	1	3	2	3	2	5	2	2	3	5	1	2	2	1	3	3	3	1	4	3	4	5	4	1	5	5	5	1	4	91	Sedang
90.	4	2	2	2	2	2	2	2	4	2	2	2	2	1	1	2	2	2	2	1	1	2	1	1	2	1	2	3	2	2	1	3	62	Rendah
91.	4	2	3	2	3	2	2	4	3	2	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	2	4	2	4	2	2	86	Sedang
92.	3	1	4	1	5	5	4	1	5	5	1	3	5	3	1	1	1	4	1	1	1	5	5	3	1	2	2	5	1	5	4	5	94	Sedang
93.	5	3	2	2	2	4	2	3	3	4	2	2	4	3	4	2	3	4	2	3	2	2	3	3	2	2	5	4	2	4	2	3	93	Sedang
94.	4	3	4	2	3	3	4	3	2	4	4	3	4	4	4	2	4	4	4	4	2	2	4	2	4	4	1	4	4	3	2	2	103	Sedang
95.	4	3	4	2	3	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	2	3	4	3	4	2	4	93	Sedang
96.	4	5	3	1	5	2	3	2	5	4	2	1	3	2	5	1	3	4	3	2	4	3	5	1	2	3	5	5	5	3	2	4	102	Sedang
97.	4	1	4	1	4	4	3	3	3	3	2	4	4	4	4	2	2	3	3	3	2	3	4	4	3	2	2	4	2	4	3	4	98	Sedang
98.	3	2	4	4	3	4	2	4	4	4	3	2	3	1	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	2	1	3	3	2	2	2	3	89	Sedang
99.	2	3	2	1	1	5	3	2	1	3	2	1	3	3	2	3	1	1	2	3	1	1	5	3	5	1	1	1	2	1	1	5	71	Rendah
100.	3	4	5	1	3	3	3	1	1	1	4	3	3	1	1	3	5	3	3	1	3	1	4	1	4	3	3	4	2	3	1	3	84	Sedang
101.	4	2	4	1	3	4	3	3	4	3	2	3	3	4	3	3	4	3	4	2	1	4	3	1	2	2	2	4	2	4	2	4	93	Sedang
102.	4	2	4	1	3	3	3	2	2	2	2	2	4	2	4	2	2	4	3	2	2	2	2	3	4	2	2	4	2	4	2	3	85	Sedang
103.	3	2	4	1	3	4	2	3	2	2	1	4	3	4	4	3	2	3	4	4	1	4	3	4	4	5	4	4	2	4	1	3	97	Sedang
104.	2	3	3	4	4	4	2	4	4	4	2	2	4	2	3	2	2	4	4	3	4	3	3	2	3	3	4	4	2	3	3	2	98	Sedang
105.	5	1	2	1	5	4	3	5	3	2	2	2	5	2	3	2	4	4	3	4	1	4	4	4	2	2	1	4	1	5	1	2	93	Sedang
106.	1	1	3	2	3	2	3	1	4	3	1	2	5	1	3	3	3	2	3	2	1	3	2	2	4	4	4	3	1	4	1	3	80	Sedang
107.	4	2	4	4	3	4	3	2	4	4	3	4	5	4	3	4	2	5	4	3	2	3	3	2	4	2	4	4	3	4	2	4	108	Tinggi
108.	3	3	5	4	3	4	2	4	2	4	2	5	4	4	4	3	2	5	3	4	1	4	3	4	4	2	3	4	3	5	3	4	110	Tinggi
109.	2	4	1	1	4	2	2	2	5	4	1	2	4	4	4	1	1	2	2	2	1	3	3	1	2	2	2	4	2	5	2	4	81	Sedang
110.	3	3	3	2	3	2	4	2	3	3	3	3	3	2	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	4	3	3	89	Sedang
111.	4	5	5	1	5	3	4	4	3	4	5	2	4	2	5	1	5	5	5	3	2	1	1	1	1	1	3	5	1	5	1	4	101	Sedang

112.	3	2	5	2	2	4	3	3	3	2	2	5	4	2	4	4	2	4	3	4	2	5	5	5	4	4	4	2	2	2	2	4	104	Sedang
113.	3	2	5	1	4	5	2	4	2	4	1	4	5	4	4	4	4	2	1	1	2	4	2	2	1	1	5	1	5	1	2	92	Sedang	
114.	2	2	3	2	4	4	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	4	3	3	3	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	2	4	98	Sedang
115.	3	1	4	2	3	3	5	5	3	3	4	4	5	3	2	3	1	4	5	3	4	4	5	5	5	3	1	5	3	2	3	5	111	Tinggi
116.	4	2	5	1	4	4	2	4	1	4	4	4	5	3	4	1	4	3	4	1	1	1	2	4	5	4	1	2	2	5	3	4	98	Sedang
117.	5	3	4	2	3	4	2	5	4	4	5	3	5	1	2	1	2	3	4	2	2	1	5	2	3	2	4	4	1	5	1	3	97	Sedang
118.	2	4	5	2	4	2	4	2	5	4	3	2	3	1	3	4	4	4	2	4	1	1	4	3	2	1	2	4	1	1	1	1	86	Sedang
119.	3	1	2	2	3	5	3	5	1	3	4	3	1	1	3	2	1	3	1	3	3	2	2	1	3	1	5	5	1	1	2	2	78	Rendah
120.	4	2	5	1	4	3	3	4	4	5	1	2	5	3	3	2	4	2	4	2	1	4	4	4	3	4	4	5	2	5	1	3	103	Sedang