

BAB II

GAMBARAN UMUM

BUDAYA MALU JEPANG DAN *TAIJIN KYOFUSHO*

Pada bab II ini akan membahas dan menjelaskan secara rinci dan mendalam mengenai budaya malu Jepang dan *taijin kyofusho* serta awal munculnya budaya malu masyarakat Jepang. Pada bab II ini, juga membahas tentang faktor-faktor penyebab timbulnya budaya malu Jepang dan *taijin kyofusho* serta dampak budaya malu.

Sebagaimana yang telah disebutkan pada bab pendahuluan bahwa Jepang merupakan negara yang memiliki beragam budaya unik salah satunya adalah budaya malu. Budaya malu yang dijadikan pegangan dalam bersosialisasi dalam masyarakat dan dijadikan pedoman hidup. Mengingat latar belakang sejarah dari budaya rasa malu di Jepang, orang Jepang teridentifikasi oleh penyakit unik yang disebut *taijin kyofusho*. pada awal bab ini dimulai membahas dan menjelaskan mengenai budaya malu masyarakat Jepang.

2.1 Budaya Malu Masyarakat Jepang

Masyarakat Jepang dalam kehidupan sehari-hari masih menghargai nilai-nilai tradisi yang tetap diklaim luhur. Karena adanya ikatan emosional dan penyatuan nilai budaya eksistensi dan jati diri masyarakat Jepang dapat terbentuk. Masyarakat Jepang didominasi oleh budaya malu. Budaya malu merupakan salah satu budaya yang paling berpengaruh bagi masyarakat Jepang. Pola pikir masyarakat Jepang terletak pada rasa malu sebagai sanksi utama. Dapat dipahami bahwa Budaya malu adalah budaya yang menekankan rasa malu, suatu reaksi psikologis yang timbul dari kritik orang lain.

Seperti yang sudah dijelaskan pada bab 1 bagian landasan teori bahwa masyarakat Jepang memiliki dua konsep budaya malu yang

dijadikan sebagai tolak ukur untuk setiap tindakan-tindakan yang dilakukan, dua konsep malu tersebut adalah *kouchi* (malu yang bersifat umum) dan *shichi* (malu yang bersifat khusus). Dua konsep malu tersebut dikemukakan oleh Ruth Benedict dan Sakuta.

Ruth Benedict (1989:233) mengemukakan bahwa *kouchi* こうち (malu yang bersifat umum) merupakan suatu reaksi yang timbul karena adanya rangsangan berupa kritik dan penilaian orang lain. budaya rasa malu bergantung pada sanksi eksternal, *kouchi* (malu yang bersifat umum) terjadi pada lingkungan masyarakat sosial yang menjadikan seseorang untuk melakukan tindakan yang baik. Mereka yang melakukan tindakan menyimpang dan keluar dari jalan akan menjadi target penghinaan dan pengucilan.

Dengan adanya konsep budaya rasa malu ini orang Jepang dididik sejak usia dini untuk memahami konsekuensi dari rasa malu. oleh karena itu orang Jepang berhati-hati dalam bertindak sesuatu. Budaya rasa malu menyiratkan suatu masyarakat kolektif agar rasa malu beroperasi sebagai sanksi yang efisien.

Namun pada prinsipnya Sakuta tidak setuju dengan konsep Benediktus (Ruth Benedict) tentang rasa malu publik (*kouchi*).

Menurut Sakuta (1991:14) pada dasarnya rasa malu timbul ketika mendapat kritikan dari orang lain namun bagi orang Jepang rasa malu juga timbul ketika mendapat pujian dan suatu penolakan, ketika seseorang mendapat perhatian khusus dari orang lain orang tersebut akan merasa malu. ini disebut rasa malu pribadi, khusus atau *shichi* (しち) . .

Sakuta menolak argumen bahwa rasa malu adalah sanksi eksternal sebagai lawan dari rasa bersalah yang digambarkan, sanksi malu merupakan sanksi internal. Kepekaan orang Jepang terhadap pengungkapan diri sebagai akibat dari kesadaran diri yang akut yang disebabkan oleh perhatian atau tatapan orang lain yang selalu hadir oleh karena itu rasa malu pribadi berkaitan dengan citra diri dan identitas diri. Sanksi internal lebih kuat terhadap sanksi eksternal.

Seorang psikolog Inoue Tadashi menyempurnakan penjelasan dari Sakuta namun sedikit berbeda dari argumen Sakuta. Menurut Pauline Kent dalam *Japan Review* (1992:104), Inoue seorang psikolog sosial mendefinisikan kembali rasa malu publik, dengan membaginya secara lebih lanjut rasa malu publik (*kouchi*) dan rasa malu pribadi (*shichi*). Rasa malu pribadi didefinisikan sebagai penyebab ketika membandingkan ego yang ideal dengan dirinya yang sebenarnya akan merasa rendah diri akibat dari perbandingan tersebut, berbeda dengan rasa malu publik yang ditemui ketika membandingkan dirinya dengan orang lain dan merasa seolah-olah dirinya lebih rendah. Pauline Kent dalam *Japan Review* (1992:104), Inoue Tadashi mengelompokan kedua argumen rasa malu tersebut, oleh karena itu masyarakat Jepang memiliki dua konsep rasa malu yang dikemukakan oleh Ruth Benedict dan Sakuta yaitu rasa malu publik (*kouchi*) dan rasa malu pribadi (*shichi*). Inoue Tadashi mengikhtisarkan bahwa suatu kelompok dimana individu Jepang berafiliasi memainkan peran utama dalam memandu perilaku sosial.

Gaimenteki (がいめんてき) merupakan suatu ciri dari budaya malu Jepang yang sifatnya mengarah keluar bukan kedalam dirinya. Masyarakat Jepang memiliki rasa malu yang sifatnya cenderung mengarah keluar maksud dari mengarah keluar adalah mengutamakan penilaian dan pandangan dari orang lain atas dirinya oleh karena itu orang Jepang sangat berhati-hati dalam melakukan suatu hal. Rasa malu muncul ketika berbuat suatu kesalahan, merugikan orang lain serta melanggar norma yang ada. Sifat yang mengarah keluar tersebut disebut *gaimenteki* (がいめんてき)。

Masyarakat Jepang merasa malu bila melanggar norma dan moral yang ada seperti malu tidak jujur, malu tidak disiplin, malu jika melanggar norma aturan, malu melakukan korupsi dan lainnya. Masyarakat Jepang akan berusaha untuk menjaga nama baik dan reputasinya dengan cara melakukan disiplin, pantang menyerah, mandiri, menjaga kebersihan, berhati-hati dalam berbicara dan nilai lainnya yang mengandung nilai

moral. Oleh karena itu budaya malu dijadikan sebagai pegangan dan pedoman hidup bagi masyarakat Jepang. Budaya malu sudah melekat didalam diri masyarakat Jepang dari zaman dahulu. Dengan melekatnya budaya malu dalam diri masyarakat Jepang oleh karena itu orang Jepang memiliki sifat-sifat yang sopan, pemalu, tekun bekerja, pekerja keras, disiplin dalam hal apapun, menjunjung tradisi dan orang Jepang akan berusaha memberikan kualitas terbaik dalam dirinya untuk orang lain pada intinya orang Jepang akan belajar untuk menjadi lebih baik lagi.

Masyarakat Jepang banyak menyerap ajaran falsafah kofusianisme china yang berkaitan dengan nilai kuno, secara efektif diletakan sebagai dasar bagi masyarakat. Namun selain itu ajaran konfusius mendefinisikan tiga jenis keteraturan yang saling berhubungan yaitu estetika, moral, dan sosial. *Rinri* (倫理) tata krama atau moral orang Jepang juga berasal dari ajaran konfusianisme china kuno (Kosasih, 2019:104).

Filosofis kuno kofusianisme mengungkapkan filosofis sebagai berikut ini:

“kesalahan mendasar kita adalah mempunyai kesalahan dan tidak berkenan memperbaikinya (*The Real Fault Is To Have Faults and Not To Amend It*)” (Kosasih, 2019:104). Oleh karena itu ketika orang Jepang membuat kesalahan fatal dan merasa malu pada dirinya orang Jepang melakukan tindakan-tindakan seperti mengundurkan diri, menyakiti diri bahkan bunuh diri.

Dalam ajaran konfusianisme juga terdapat ajaran yang disebut Baigan Ishido, seorang dosen, tokoh pemikir dan filsuf Jepang yang bernama Ishida Baigan mencetuskan dan mengembangkan filsafat *Ari Bekakari* yaitu sebuah pemikiran yang mengajarkan dan menghimbau masyarakat Jepang untuk menyadari serta mengharuskan dirinya untuk berbuat bertingkah laku sesuai kodrat masing-masing atau apa adanya, rajin (*Kinben* 勤勉), jujur (*Shoojiki* 正直), hemat (*Ken'yaku-ka* 儉約家) merupakan dasar tiga faktor penting dalam kehidupan. Budi Saronto, Op.Cit (2005:192) mengemukakan bahwa Pemikiran dari Ishida Baigan

sebenarnya merupakan upaya pencarian terhadap etos pandangan hidup dari orang Jepang. Ishida Baigan mendirikan gerakan *Shingaku* 心がく (pembelajaran hati) yang menganjurkan semua pendidikan termasuk ajaran etika dan moralitas.

2.2 Awal Munculnya Budaya Malu Masyarakat Jepang

Budaya malu masyarakat Jepang telah muncul sejak era Yayoi dan mulai berkembang pesat pada pemerintahan Keshogunan Tokugawa di era Edo. Penanaman konsep malu menjelaskan bahwa pada masyarakat petani di era Yayoi, seorang individu tidak mempunyai arti jika berpisah dengan komunitasnya.

Pada zaman Edo budaya malu berkembang di dalam diri para samurai. Didalam tradisi samurai terdapat istilah *Junshi* じゆんし (mati mengikuti tuannya) dapat di definisikan bahwa Junshi adalah jalan kematian karena kesetiaan, terdapat salah satu legenda mengenai insiden bunuh diri 47 Ronin. Mereka melakukan bunuh diri secara bersamaan di depan makam tuannya ini semua mereka lakukan karena merasa malu tidak sanggup hidup untuk membalas budi baik tuannya. Mempertahankan diri, membela tuannya, menegakkan keadilan dan penebusan rasa malu merupakan kematian terhormat bagi kaum samurai (Wulandari, 2006:15).

Selama masa Sakoku (masa Jepang menutup diri 250 tahun dari pengaruh asing atau masa isolasi bangsa Jepang) sistem pendidikan dilaksanakan untuk kelas samurai kesempatan untuk memperoleh ilmu pengetahuan dan nilai-nilai moral dilakukan oleh para samurai. Tanggungan biaya kelas samurai dibiayai oleh pemerintah pusat dan pemerintahan daerah. Pada masa inilah nilai-nilai moral di berikan oleh para samurai yang mempunyai kewajiban untuk menjadi panutan dalam masyarakat. Kehormatan, reputasi, menjaga nama baik dan status untuk menjauhkan diri dari rasa malu, samurai harus bisa menjaga semua hal tersebut. Rasa malu bagi para samurai tidak hanya mewakili keadaan emosi tetapi terdapat nilai inti yaitu nilai moral.

Pada masa tersebut nilai-nilai moral ini berhasil diterapkan hingga masa sekarang ini. Sampai saat ini budaya malu dipegang teguh dan dijadikan pedoman hidup oleh masyarakat Jepang. Wujud dari budaya malu zaman samurai adalah dalam bentuk *jisatsu* 自殺 (bunuh diri). *Jisatsu* 自殺 mencerminkan kepribadian bangsa Jepang yang memiliki keberanian dalam menghadapi resiko dan berani mempertanggung jawabkan kesalahan, kekurangan dan kelemahan diri (Benedict, 1982:172). Mereka rela mempertaruhkan nyawa dengan cara melakukan bunuh diri (*jisatsu* 自殺) dibanding menanggung rasa malu.

2.3 Faktor-Faktor Penyebab Timbulnya Budaya Malu Jepang

Masyarakat Jepang dikendalikan oleh rasa malu karena hal tersebut budaya malu Jepang timbul dikarenakan beberapa faktor penyebab. Dapat dijelaskan faktor-faktor penyebabnya Sebagai Berikut.

1. Ketidakberhasilan atau Kegagalan dalam Melakukan Sesuatu Merupakan Penyebab dari Budaya Malu.

Para pejabat tinggi yang terbukti melakukan kesalahan seperti melakukan korupsi, tidak menepati janji ke masyarakat mereka merasa tidak berhasil dan gagal dalam menjalankan tugas dan kewajibannya sehingga mereka dengan sendirinya mengundurkan diri dari jabatan karena tidak sanggup menahan rasa malu.

Mendapatkan nilai jelek juga termasuk kedalam ketidakberhasilan atau kegagalan ini biasanya dialami oleh para pelajar mereka akan merasa malu terlebih lagi jika ada orang yang mengetahuinya. Mereka akan menerima kritik dari orang lain atas dirinya dan seperti diperolok-olok.

Dalam dunia kerja jika melakukan kesalahan seperti hasil kerja tidak maksimal, dimarahi oleh atasan, mereka merasa gagal dalam

melakukan pekerjaan tersebut dan mereka tidak segan untuk mengundurkan diri dari pekerjaan tersebut.

2. Ketidakmampuan Membalas Budi Baik Orang Lain Karena Mereka Harus Membalas Budi Orang Lain.

Masyarakat Jepang sangat memperhatikan hutang yang diterimanya sebagai kewajiban untuk dikembalikan, hutang yang mencakup dari yang paling kecil hingga paling besar yang dapat disebut *on*. Istilah *on* (おん) dapat diartikan sebagai kebaikan yang diterima dari orang lain atau disebut hutang budi. Dengan kata lain *on* merupakan nilai-nilai penting yang harus dipertahankan di dalam kehidupan masyarakat Jepang karena berkaitan dengan adanya hubungan timbal balik dan rasa berhutang budi. *On* menunjuk kepada hutang psikologis dan sosial yang dikenakan kepada seseorang atas penerimaan-penerimaan atau kebaikan yang diterima dari orang lain.

Ada dua jenis pemenuhan *on* yang disebut *gimu* dan *giri* (Benedict, 1982:125) :

Gimu (ぎむ) merupakan pemenuhan kewajiban membayar *on* (おん) tersebut secara tidak terbatas yang artinya bagaimana pun seseorang membalas hutang tersebut tidak akan cukup untuk membayar kebaikan yang telah diterima. Bagi orang Jepang *gimu* berlaku kepada dua pihak yaitu orang tua (*ko* こ) dan kaisar (*chu* ちゆ).

Giri (ぎり) merupakan kewajiban moral untuk membalas semua kebaikan yang pernah diterimanya dengan nilai yang sama tidak kurang maupun lebih. Berbeda dengan *gimu*, *giri* berlaku kepada teman, relasi, dan sebagainya. Faktor ini berkaitan dengan konsep malu *kouchi* (malu umum) dan bersangkutan dengan sifat *gaimenteki* karena cenderung mengarah keluar, mengarah ke orang lain.

3. *Yuretsu Kijun* (ゆれつきじゆん)

Salah satu faktor penyebab munculnya rasa malu adalah *yuretsu kijun*. *Yuretsu Kijun* merupakan rasa malu yang muncul di dalam diri

seseorang karena terdapat standarisasi yang digunakan orang Jepang untuk membandingkan dirinya dengan orang lain. standarisasi tersebut terbagi menjadi dua, standar superior dan standar interior. Standar superior merupakan sebuah standar yang maknanya menyatakan lebih baik daripada orang lain sedangkan standar interior merupakan sebuah standar yang maknanya kurang atau lebih rendah dibandingkan orang lain. faktor ini berkaitan dengan konsep malu *shichi* (malu khusus) karena rasa malu yang muncul didalam diri sendiri dan lebih mengarah ke dalam, mengarah ke pribadi diri sendiri.

4. *Shikou No Kuichigai* (しこうのくいちがい)

Shikou no kuichigai merupakan faktor malu yang muncul dari dalam diri sendiri. Faktor ini berkaitan dengan adanya perhatian khusus dari orang lain sehingga dapat menimbulkan rasa malu di dalam diri orang tersebut.

Max Scheler dalam Raphaela Dwianto (1991:16-17) mengemukakan pendapat sebagai berikut ini:

Manusia di klasifikasikan sebagai eksistensi *universal* dan eksistensi *partikular*. Ketika anda berharap dilihat sebagai manusia *universal*, meskipun orang lain memperhatikan anda sebagai eksistensi tersebut, anda tidak akan merasa malu (dalam kasus pragawati). Di lain pihak pada saat anda mengharapkan dilihat sebagai individu dan anda diperhatikan seperti yang anda harapkan maka akan sama hal nya (dalam kasus sepasang kekasih).

Dapat kita ambil kesimpulannya dari pendapat yang di kemukakan oleh Max Scheler bahwa eksistensi seseorang dapat dilihat sebagai eksistensi yang *universal* dan *partikular*. Ketika seseorang berada pada eksistensi *universal* maka orang lain akan menilainya sebagai sesuatu yang bersifat umum, namun ketika seseorang berada pada eksistensi *partikular* orang lain akan menilainya sebagai sesuatu yang bersifat khusus. Ketika seseorang berada didua golongan eksistensi tersebut, seseorang akan menjadi individu dan orang lain dalam dua posisi

berbeda. Seseorang tidak akan merasa malu selama tidak terjadi kesalahpahaman dalam menilai eksistensi tersebut. Sebuah kesalahpahaman akan menimbulkan rasa malu.

Faktor ini juga berkaitan dengan konsep *shichi* (malu khusus) karena rasa malu yang muncul dari dalam diri sendiri.

5. Masyarakat Jepang Memiliki Tingkat Disiplin yang Tinggi dan Bekerja Keras

Masyarakat Jepang sangat disiplin dalam hal apapun terutama waktu jika mereka telat bekerja mereka merasa malu kepada yang lainnya dan mereka akan mendapatkan kritikan, gosip dari orang sekitarnya. Orang Jepang juga pekerja keras karena mereka tidak ingin dianggap malas, jika mereka bermalas-malasan orang sekitar akan mengkritik dan bergosip dibelakang mereka bahkan keluarganya sendiri juga mengkritik.

2.4 Dampak Budaya Malu Jepang

Budaya malu Jepang membawa banyak dampak positif dan juga membawa dampak negatif, dapat dilihat sebagai berikut tabel dan penjelasan dari dampak budaya malu Jepang.

Dampak Positif Budaya Malu Jepang	Dampak Negatif Budaya Malu Jepang
Rasa Tanggung Jawab.	Melakukan Tindakan Bunuh Diri
Menghormati dan Menghargai orang lain.	Mengundurkan Diri
Berhati-hati dalam Melakukan Suatu Tindakan.	Menyakiti Diri

1. Rasa Tanggung Jawab

Rasa tanggung jawab merupakan salah satu dampak positif dari budaya malu Jepang. Orang Jepang memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi ketika membuat kesalahan orang Jepang akan bertanggung jawab. Dan dalam dunia kerja orang Jepang memiliki rasa tanggung jawab yang tinggi atas pekerjaan yang dilakukannya jika membuat kesalahan fatal mereka tidak segan untuk mengundurkan diri.

2. Menghormati dan Menghargai Orang Lain.

Menghormati dan menghargai orang lain merupakan dampak positif budaya malu Jepang. Masyarakat Jepang sangat menjaga kehormatannya oleh karena itu mereka saling menghormati dan menghargai kepada orang lain. Untuk menjaga kehormatannya orang Jepang akan menghindari perbuatan-perbuatan yang dapat membuat malu, orang Jepang akan menjaga reputasinya.

3. Berhati-hati Dalam Melakukan Suatu Tindakan

Orang Jepang sangat berhati-hati dalam melakukan tindakan karena orang Jepang sangat mengutamakan penilaian dan pandangan dari orang lain atas dirinya. Orang Jepang akan berusaha untuk melakukan tindakan-tindakan yang baik agar tidak membuat orang lain tersinggung.

Budaya malu membawa banyak energi positif yang mampu mendorong perubahan ke arah kesempurnaan. Namun tidak hanya membawa dampak positif dan energi positif, budaya malu juga memiliki dampak negatif seperti:

1. Melakukan Tindakan Bunuh Diri (*Jisatsu* 自殺)

Jisatsu 自殺 (bunuh diri) dilakukan karena tidak mampu menanggung beban rasa malu atas kesalahan yang mereka lakukan dan kegagalan yang mereka alami. *Jisatsu* 自殺 juga dilakukan oleh sebagian orang karena merasa dirinya tidak mampu bekerja keras seperti orang-orang di sekitarnya dan menganggap dirinya sudah tidak berguna. Banyak tindakan bunuh diri di Jepang yang penyebabnya adalah rasa malu.

Tindakan bunuh diri telah dilakukan sejak era dahulu ketika kalah dalam perang mereka lebih baik bunuh diri dibanding menjadi tawanan selain itu bunuh diri dilakukan sebagai bentuk hukuman terhadap para samurai yang melakukan pelanggaran. Dalam konteks yang berbeda *jisatsu* 自殺 masih sangat kental sampai saat ini. Bunuh diri terjadi atas kegagalan dan ketidakberhasilan dalam melaksanakan pemerintahan atau keputusan yang tidak diinginkan oleh masyarakat. Kritikan dan penilaian terhadap diri seseorang juga dapat berdampak melakukan bunuh diri.

2. Mengundurkan Diri

Seperti yang sudah dijelaskan pada faktor penyebab timbulnya budaya malu, bahwa para pejabat tinggi yang terbukti melakukan kesalahan seperti korupsi, tidak menepati janji kepada masyarakat atau sebuah keputusannya tidak diinginkan oleh masyarakat mereka akan mengundurkan diri sebagai bentuk penyesalan dan menebus kesalahan. Mereka mengundurkan diri dikarenakan tidak sanggup menahan rasa malu. sama halnya dalam dunia kerja perkantoran ketika membuat kesalahan, merasa hasil kerja tidak maksimal, di marahi oleh atasan, mereka akan mengundurkan diri dari pekerjaan tersebut.

3. Menyakiti Diri

Menyakiti diri terjadi ketika membuat suatu kesalahan dan mendapatkan kritikan, cemoohan. Mereka akan menyakiti diri dalam bentuk memukul diri sendiri bahkan mereka akan melukai diri dengan benda tajam seperti silet, cutter, pisau dan dapat berakhir seperti bunuh diri.

Mereka melakukan tindakan-tindakan tersebut karena tidak mampu menahan rasa malu dan membuat mereka merasa tertekan.

2.5 *Taijin Kyofusho*

Istilah *taijin kyofusho* secara harfiah berarti *sho* しょ yang artinya gangguan, *kyofu* きよふ yang artinya ketakutan dan *taijin* たいじん yang artinya hubungan interpersonal jika dilihat dari istilah secara harfiah *taijin kyofusho* artinya takut hubungan interpersonal (対人恐怖症とは、対人関係への恐れを意味します). Didalam *taijin kyofusho*, individu merasa takut bahwa sikap, perilaku, dan karakteristik fisiknya menyebabkan pelanggaran dalam situasi sosial. Individu *taijin kyofusho* mengalami reaksi emosional seperti malu, cemas, takut dan tegang dalam situasi sosial dan mungkin akan merasa tidak diterima, dihina dan ditolak oleh orang lain sehingga mereka akan berusaha menghindar.

Mengingat budaya rasa malu merupakan latar belakang sejarah bangsa Jepang, orang Jepang teridentifikasi penyakit aneh yang disebut *taijin kyofusho* “obsesi terhadap rasa malu dan kecemasan” (Maeda dan Nathan, 1999:526).

Kecemasan sosial merupakan rasa takut dalam diri seseorang takut akan dipermalukan, dievaluasi negatif, dinilai oleh orang lain. kecemasan sosial dapat mengganggu perkembangan seseorang dalam berinteraksi dan bersosialisasi. Individu dengan *taijin kyofusho*

menderita rasa takut berlebihan takut untuk mempermalukan, menyinggung orang lain dan berbuat kesalahan.

Taijin kyofusho merupakan ketakutan akan hubungan interpersonal, *taijin kyofusho* dianggap sebagai sindrom terikat budaya yang endemik di Jepang. dijelaskan oleh seorang psikiater Jepang Shoma Morita, *taijin kyofusho* diklaim mirip dengan fobia sosial namun memiliki perbedaan dalam orientasi gejala dan tetap terlihat unik di Jepang. Dinnel et.al (2002:82) menyatakan perbedaan *taijin kyofusho* dan fobia sosial, gejala *taijin kyofusho* di ekspresikan paling kuat di antara individu-individu dari Jepang dan individu-individu yang mendapat skor tinggi pada saling ketergantungan dan rendah dalam kemandirian. Gejala fobia sosial di ekspresikan paling kuat, terlepas dari budaya diantara individu yang mendapat skor tinggi dalam saling ketergantungan dan rendah dalam kemandirian. sebagian para peneliti menyimpulkan bahwa *taijin kyofusho* memiliki ekspresi kecemasan sosial yang ditentukan secara budaya sementara fobia sosial mungkin mewakili ekspresi kecemasan sosial yang lebih umum secara budaya dan dari pernyataan tersebut memberikan dukungan lebih lanjut untuk pernyataan bahwa *taijin kyofusho* merupakan terikat budaya.

Taijin kyofusho terbagi menjadi empat jenis yaitu:

1. *Sekimen-Kyofu* (せきめんきよふ)

Taijin kyofusho jenis ini mengacu pada ketidaknyamanan di depan publik atau di depan orang lain, dengan ketidaknyamanan ini dapat membuat wajah terlihat menjadi merah. *Sekimen-kyofu* tampaknya paling terkait erat dengan DSM (*diagnostic and statistical manual of mental disorders*).

2. *Shubo-Kyofu* (しゅぼきよふ)

Dalam jenis ini terkait dengan persepsi tubuh seseorang, seperti cacat, ketidakpuasan atas bentuk tubuhnya. Individu

dengan *taijin kyofusho* akan merasa tidak nyaman atas apa yang dilihat dari tubuhnya.

3. *Jikoshisen-Kyofu* (じこしせんきよふ)

Dalam jenis ini mengacu kepada kontak mata terhadap seseorang atau tatapan kepada seseorang.

4. *Jikoshu-Kyofu* (じこしゅきよふ)

Dalam jenis ini mengacu kepada bau badan dalam hal ini menimbulkan ketidaknyamanan. Individu dengan *jikoshu-kyofu* merasa takut jika tubuh mereka mengeluarkan bau sehingga dapat menyinggung perasaan orang lain dan membuat tidak nyaman, reaksi yang ditimbulkan seperti rasa penyesalan, tidak mandi, tidak menggosok gigi, tidak berganti pakaian, dan tidak menggunakan deodoran, ini merupakan contoh dari *jikoshu-kyofu*.

Dalam empat jenis *taijin kyofusho* ini mengacu kepada fisik seseorang. Individu dengan *taijin kyofusho* akan sering menarik diri dari situasi sosial karena takut terlihat merendahkan, menyinggung perasaan orang lain atau membuat orang lain merasa tidak nyaman dan terganggu. Gejala utama *taijin kyofusho* seperti ketakutan akan keburukan yang dibayangkan dan ketakutan akan memancarkan bau badan yang menyengat hal ini dapat dimasukkan kedalam kategori gangguan dismorfik tubuh dan sindrom referensi penciuman. Ketakutan bertindak sesuatu dalam situasi sosial, menghindari situasi sosial dapat membuat ketakutan dan kecemasan yang berlebihan.

Seperti yang didefinisikan sebelumnya, individu dengan diagnosis *taijin kyofusho* mengalami hipersensitivitas terhadap hubungan interpersonal dan rasa takut yang berlebihan untuk diperhatikan oleh seseorang, memalukan, menyinggung orang lain dengan kontak mata, wajah memerah, membayangkan keburukan dan bau badan yang menyengat.

Menurut Iwase et.al (2000:68) *Taijin Kyofusho* diklasifikasikan menjadi tiga subtype :

1. Tipe Klasik (Tipe Morita)

Individu pada tipe morita takut dipandang rendah sebagai akibat dari memanasikan pada gejala fisik dari rasa malu atau kecemasan. Selain itu juga mereka merasa malu karena mengalami kecemasan dan ketakutan dalam menghindari situasi sosial.

2. Tipe Ofensif

Pada tipe ini dianggap sebagai bentuk paling parah dari *taijin kyofusho* karena berkaitan dengan rasa takut menyinggung orang lain. menyinggung dalam bentuk fisik seperti bau badan, kontak mata. Namun karena individu memiliki kesadaran, rasa takut yang berlebihan dan tidak masuk akal ini hanya ketakutan sebatas konteks interpersonal itu hanya dianggap delusi semu.

3. Tipe Penghindar

Tipe penghindar telah teridentifikasi sebagai subtype baru dari *taijin kyofusho*. pada tipe penghindar ini perasaan tidak mampu dan harga diri rendah telah mengakar.

Taijin kyofusho dapat terjadi dalam bentuk fisik dan juga dalam bentuk perilaku seseorang. Ono et.al (2001:510) menyatakan bahwa hasil dari penelitian tersebut menawarkan kepercayaan untuk penelitian sebelumnya yang telah mengemukakan bahwa *taijin kyofusho* adalah gangguan terikat budaya, untuk memperluas pemahaman tentang *taijin kyofusho*. pertama, hasil menunjukkan rasa takut mengeluarkan bau tak sedap sebagai gejala dari *taijin kyofusho* yang sering dilaporkan. Sebagian para peneliti mengusulkan bahwa hasil ini mencerminkan pada konteks sosial

budaya dan skema interpersonal individu karena mayoritas individu tampak lebih peduli dengan kesadaran diri mereka sendiri tentang bau badan mereka daripada dengan persepsi yang sebenarnya oleh orang lain, ini menunjukkan bahwa ada perhatian yang lebih kuat untuk citra internal representasi hubungan interpersonal mereka daripada pengalaman eksternal aktual mereka.

Kasus *taijin kyofusho* pada awalnya hanya ditemukan di Jepang tetapi beberapa tahun kemudian *taijin kyofusho* terjadi di Korea. Kasus *taijin kyofusho* jarang ditemukan pada negara lain namun beberapa tahun belakangan ini *taijin kyofusho* ditemukan pada negara selain Asia Timur seperti di Amerika dan Switzerland. Meski demikian gejala yang muncul dalam *taijin kyofusho* di Jepang sangat khas dan tidak sama seperti pada orang Barat. Gejala *taijin kyofusho* hanya dialami oleh orang yang hidup dengan kebudayaan Jepang atau beberapa kebudayaan lain di Asia Timur. *Taijin kyofusho* lebih banyak dialami oleh negara Jepang.

Belum ditemukan data pasti mengenai prevalensi *taijin kyofusho* pada populasi umum yang lebih luas di negara asalnya Jepang. Namun dalam setting klinis di Jepang berkisar 38% dari pasien-pasien klinis yang telah didiagnosa mengalami *taijin kyofusho* (Matsunaga, Kiirike, Matsui, Iwasaki, Nagata & Stein, 2001, dalam Essau et.al., 2010). Prevalensi kemunculan gejala *taijin kyofusho* di Jepang berada dalam kisaran 7,8%-45,5% .

2.6 Faktor-Faktor Penyebab *Taijin Kyofusho*

Faktor penyebab *taijin kyofusho* yang dikemukakan oleh La Greca dan Lopez adalah:

1. Ketakutan evaluasi negatif.

Ketakutan akan evaluasi negatif seperti khawatir untuk melakukan atau mengatakan sesuatu yang memalukan atau membuat dirinya merasa hina.

2. Penghindaran sosial dan rasa tertekan dalam situasi baru (berhubungan dengan orang asing).

Individu merasa malu dan gugup kepada orang yang baru dikenal. Individu akan menghindari kontak mata dan situasi sosial.

3. Penghindaran sosial dan rasa tertekan yang dialami secara umum atau dengan orang yang dikenal.

Individu merasa takut terhadap penolakan dari orang lain. Penyebab terjadinya *taijin kyofusho* tidak diketahui secara pasti, namun ada beberapa faktor berbeda yang mungkin berperan seperti gangguan kecemasan sosial dan hambatan perilaku. Beberapa peneliti percaya bahwa kondisi tersebut terikat secara budaya.

Seperti yang dikemukakan oleh Tarumi, Ichimaya, Yamada, Umesue dan Kuroki, (2004:534) *taijin kyofusho* diartikan dengan takut akan hubungan interpersonal dan gangguan terikat budaya (gangguan yang terkait dengan faktor budaya tertentu dimana perilaku dapat menjadi penyebabnya).

Jika dilihat dari penjelasan yang dikemukakan oleh Tarumi, Ichimaya, Yamada, Umesue, dan Kuroki *taijin kyofusho* diartikan takut akan hubungan interpersonal dan gangguan terikat budaya, mengingat latar belakang sejarah budaya rasa malu di Jepang lebih tepatnya budaya malu dan melihat arti dari gangguan terikat budaya adalah gangguan yang terkait dengan faktor budaya tertentu dimana perilaku dapat menjadi penyebabnya.

Kurangnya atau keterbatasan peluang untuk interaksi sosial normatif hal ini juga terkait dengan kepribadian yang pemalu dan terhambat atau terkontrol sendiri. Sebuah alasan *taijin kyofusho* sering terjadi di Jepang, Korea yang pada kenyataannya menjadikannya sindrom yang bergantung pada

budaya adalah karena jenis pemikiran dan mentalitas dari budaya-budaya tersebut.

Dapat terlihat bahwa *taijin kyofusho* memiliki sedikit keterkaitan dengan budaya malu Jepang.

Berdasarkan uraian bab II yang telah dipaparkan, penulis menyimpulkan bahwa budaya malu telah melekat pada masyarakat Jepang sejak zaman dahulu sampai sekarang selain itu budaya malu memiliki ciri, faktor, dampak positif ataupun negatif yang berpengaruh didalam kehidupan masyarakat Jepang. Terdapat empat jenis *taijin kyofusho*, *taijin kyofusho* yang disebut sebagai penyakit unik orang Jepang yang penyebabnya tidak diketahui secara pasti namun menurut ahli, penyebabnya adalah gangguan terikat budaya (gangguan yang terkait dengan faktor budaya tertentu dimana perilaku dapat menjadi penyebabnya) memiliki sedikit keterkaitan dengan budaya malu Jepang.

