

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perasaan memang memperkaya kehidupan seseorang dan menolong orang tersebut dalam melakukan hubungan dengan orang lain. Sukar sekali untuk menghindari perasaan kalau orang tersebut tidak mau mengakuinya, perasaan itu akan keluar dalam bentuk yang lain dan yang mengherankan lagi banyak orang begitu takut akan perasaan mereka dan pengaruhnya, sehingga mereka hidup tanpa perasaan seperti semestinya dan tidak mengerti tentang perasaan yang hebat yang dialami oleh orang lain. Perasaan tersebut dapat berupa rasa malu dan rasa bersalah.

Disini Tomkins (1987), menjelaskan bahwa rasa bersalah (*guilt*) termasuk dalam rasa malu (*shame*). Rasa malu, meskipun termasuk bawaan namun bukan emosi primer melainkan satu emosi yang timbul setelah afeksi *interest* atau *joy* muncul, perasaan ini terjadi karena pemenuhan yang tidak lengkap dari afeksi pendahulunya.

Dalam hidup ini ternyata ada orang tertentu yang dapat menimbulkan rasa yang tidak menyenangkan bagi diri seseorang, orang tersebut menimbulkan rasa malu dan rasa bersalah dalam diri seseorang tersebut. Setiap individu sebaiknya sadar bahwa apapun yang telah dilakukan tidak akan pernah cukup baik itu untuk diri sendiri maupun orang lain yang berada disekitar. Orang-orang yang berada

disekitarnya akan tetap mencoba mempersalahkan, bagaimanapun juga seseorang tersebut bekerja dan berusaha. Dalam keadaan semacam itu rasa bersalah dan rasa malu timbul, jika individu berfikir secara sehat maka rasa bersalah dan malu itu akan berkurang.

Rasa malu dan rasa bersalah bila tidak disadari dapat berperan sebagai racun bagi kesehatan kehidupan emosi karena kedua perasaan tersebut biasanya berkembang berdasarkan pada kesimpulan menyakitkan yang bisa saja merupakan kesimpulan palsu tentang diri sendiri atau tentang orang lain disekitarnya. Sebenarnya seseorang tidak pernah diajarkan dan diharapkan mampu mengidentifikasi atau menyadari perasaannya, tetapi tanpa disadari kehadiran rasa malu dan rasa bersalah yang tidak dikenali dan tidak dikelola dengan baik dapat membuat kehidupan seseorang menjadi terganggu (www.wikipedia.com).

Albin (1986), menyatakan bahwa rasa malu dan rasa salah merupakan emosi yang tidak enak. Seseorang merasa malu ketika tidak menemukan dan tidak dapat memenuhi harapan diri sendiri ataupun orang lain. Mungkin juga seseorang merasa salah karena tidak cukup mencintai orang tuanya, atau karena tidak cukup memperhatikan anak-anaknya menurut kebutuhan mereka atau karena tidak cukup menghormati, mencintai dan mengabdikan kepada Tuhan.

Rasa malu berasal dari harapan-harapan yang tidak terpenuhi ketika seseorang masih muda, harapan seseorang sering ditentukan oleh orang tua. Tindakan yang bisa dilakukan oleh orang yang sudah bersalah dan malu yaitu berusaha menutup-nutupi apa yang telah mereka lakukan (telaga@indo.net.id, 2007).