

Beranda > Opini

Anomali Rasa Malu: Ketika Jalan Pintas Dianggap Pantas

 Martinus Joko Lelono

15 September 2026 07:00 • 6 menit membaca



Ilustrasi tentang dilema antara meraih keberhasilan dengan cara yang benar dan mengejar validasi melalui jalan pintas.

Salah satu puncak dari peradaban manusia adalah ketika seseorang dapat merasa puas karena telah melakukan sesuatu yang benar, baik di hadapan sesama maupun di hadapan dirinya sendiri. Di sanalah tumbuh rasa bangga atas pencapaian diri, bukan semata-mata karena berhasil memperoleh sesuatu, tetapi karena ia tahu bahwa pencapaian tersebut diperoleh melalui perjuangan yang benar dan pantas.

Dalam pengertian ini, manusia bukan hanya makhluk yang ingin mencapai sesuatu, tetapi juga manusia pejuang. Ia memiliki dorongan untuk meraih tujuan, tetapi pada saat yang sama memiliki kesadaran bahwa tidak setiap cara dapat dibenarkan.

Manusia dapat merasa malu ketika tidak memiliki pencapaian, tetapi pada situasi yang sama ia juga semestinya merasa malu apabila pencapaian tersebut diperoleh dengan cara yang salah. Ada kebanggaan ketika seseorang berhasil, tetapi ada pula kebanggaan yang lebih tinggi ketika keberhasilan itu diraih tanpa mengorbankan kebenaran.

Ideal tentang manusia semacam ini salah satunya terpatir dalam lagu *Halo-Halo Bandung*: "Maju tak gentar membela yang benar. Maju serentak tentu kita menang." Semangat tersebut bukan sekadar ajakan untuk mencapai kemenangan, melainkan juga penegasan bahwa keberanian memperoleh maknanya ketika digunakan untuk membela sesuatu yang benar. Dari sinilah manusia yang berdedikasi dibentuk, berani berjuang sekaligus memiliki batas moral dalam perjuangannya.

Sayangnya, semangat semacam ini tidak selalu mudah untuk dipertahankan. Di banyak tempat, rasa puas karena memperjuangkan sesuatu yang benar tidak lagi menjadi sumber kebanggaan utama. Ukuran keberhasilan perlahan bergeser; yang lebih penting bukan lagi bagaimana seseorang mencapai sesuatu, melainkan apakah ia berhasil mendapatkannya dan terlihat berhasil di hadapan orang lain. Dalam situasi semacam ini, batas antara yang benar dan

Jadwal Sholat

Please be advised that LiteSpeed

Jakarta Pusat

Adzan

Qibla

Fiqh

Shubuh	04:31
Dzuhur	11:50
Ashr	15:05
Maghrib	17:52
Isya	19:01

Perbulan & Cetak

Terpopuler

- 1 PBAK di Era AI: Mengajarkan Cara Berpikir, Bukan Sekadar...
- 2 Ketimpangan Ekonomi dan Kekerasan yang Salah Alamat
- 3 Menyongsong Muktamar NU: Catatan Seorang Aktivis Muhammadiyah
- 4 Salat, Panopticon, dan Kesadaran bahwa Allah Selalu Mengawasi
- 5 Setelah Muktamar, ke Mana Agenda Ekologi NU?

...dengan orang lain. Dalam keadaan semacam ini, batas antara yang benar dan yang salah menjadi semakin kabur.

Dalam hal ini, orang tidak lagi sepenuhnya berpandangan, "Berani karena benar", tetapi lebih memilih semangat, "Maju tak gentar membela yang bayar!" Ungkapan ini tentu bukan sekadar permainan kata. Ia menggambarkan sebuah perubahan cara pandang: ketika hasil lebih dihargai daripada cara, keberhasilan dapat menjadi sesuatu yang dibanggakan meskipun diperoleh melalui jalan yang tidak pantas.

Kegelisahan ini kemudian memunculkan rentetan pertanyaan di benak penulis; Apa yang sebenarnya terjadi dengan rasa malu kita? Mengapa seseorang dapat merasa malu karena tidak memiliki pencapaian, tetapi tidak lagi merasa malu ketika mencapai pencapaian tersebut dengan cara yang salah? Dan bagaimana perubahan cara manusia memandang dirinya di hadapan orang lain ikut memengaruhi perubahan tersebut?

Untuk melihat persoalan itu, kita dapat memulainya dari cara manusia menampilkan dirinya dalam kehidupan sosial.

Anomali Rasa Malu

Dalam buku *The Presentation of Everyday Life*, Erving Goffman melihat hidup sosial sebagai dramaturgi. Dalam berinteraksi dengan orang lain, manusia tidak sekadar *menjadi diri sendiri*, tetapi *menampilkan diri* agar memberi kesan tertentu dari orang lain. Goffman menawarkan ide tentang latar depan, latar belakang, dan penonton.

Latar depan adalah cara orang menampilkan diri di hadapan orang lain termasuk dengan mengatur cara berbahasa, dan berekspresi. Seseorang dapat menghadirkan diri sebagai sosok yang ideal untuk mendapatkan simpati dari orang lain.

Sebaliknya, latar belakang lebih mengarah pada bagaimana orang melepaskan diri dari sebuah peran. Dalam hal ini, orang tidak perlu terus menerus mempertahankan citra yang sama. Seseorang dapat mengakui bahwa ia bisa mengalami kelelahan, kebingungan. Dalam latar belakang ini, tuntutan akan kesempurnaan diabaikan.

Sedangkan, konsep penonton (*audience*) adalah orang-orang yang berinteraksi dengan kita. Sayangnya, dengan berkembangnya media sosial, setiap kali orang harus menampilkan diri di hadapan orang lain. Citra hidup ideal menjadi hal yang harus ditampilkan terus menerus.

Dalam hal itulah, orang melakukan *impression management*, menjadikan dirinya tampak hebat di hadapan orang lain. Sampai pada tahap ini, orang begitu terpengaruh oleh apa kata orang tentang dirinya, lebih dari apa katanya tentang dirinya sendiri.

Byung Chul-Han, seorang filsuf dari Korea Selatan, menyebut situasi ini sebagai masyarakat yang kelelahan (Burnout Society), sebuah masyarakat yang mengalami perubahan dari masyarakat disiplin menuju masyarakat prestasi.

Sementara dalam konteks masyarakat disiplin, orang melakukan pekerjaan karena paksaan dari luar (agama, negara, suku, perusahaan), masyarakat prestasi, seperti saat ini, cenderung memaksa dirinya untuk mencapai hasil. Mereka memaksa dirinya untuk berkembang, meningkatkan kapasitas dan mencapai lebih banyak lagi (Han, 2015, 9-11).

Situasi ini membuat orang tidak pernah merasa puas atas apa yang dimilikinya. Mereka cenderung mementingkan latar depan yang secara perlahan menggiringnya masuk ke dalam lingkaran setan kebutuhan baru yang disebut validasi.

Sayangnya, dalam ruang validasi ini hiduplah peribahasa yang mengatakan, 'di atas langit masih ada langit.' Perasaan puas akan validasi tidak pernah langgeng karena mudah sekali hilang karena pencapaian orang lain yang lebih baik, atau karena bentuk validasi yang cepat sekali berlalu. Situasi ini bisa digambarkan sebagai anomali rasa malu.

Perasaan malu saat ini bertumpu pada apa kata orang tentang diri kita; bukan apa kata kita tentang diri kita. Lebih parah lagi, jarak antara diri sendiri dan orang lain sekarang menjadi semakin kabur. Akibatnya, orang tidak mau menerima kenyataan bahwa dirinya lemah, dan boleh mengalami lelah meskipun faktanya, sebagai manusia, mereka tentu punya kelemahan dan mengalami kelelahan.

Jarak yang terlalu lebar antara latar depan dan latar belakang menjadikan manusia terasing dari dirinya sendiri, bahkan tidak jarang orang menyakiti dirinya sendiri (latar belakang) demi bisa tampil sehebat mungkin di hadapan orang lain (latar depan).

Dari sini menjadi jelaslah alasan di balik berbagai macam kejadian yang tidak masuk akal di negeri ini: fenomena *flexing* dengan dana pinjol; korupsi oleh pejabat yang sudah berkecukupan; kecurangan di dunia pendidikan; dan judi online. Mereka ini cenderung menganut prinsip "Ketika jalan pintas dianggap pantas."

Hilangnya latar belakang sebagai wilayah aman bagi manusia menjadikannya kehilangan rasa malu karena tidak malu untuk meraih suatu pencapaian dengan cara yang salah. Di sana, rasa bangga, dan kagum pada diri sebagai puncak pencapaian manusia hancur berkeping dan seakan tidak punya makna.

Pentingnya Mengakui diri Berarti

Situasi ini disebut Han sebagai keadaan di mana manusia yang bersaing dengan diri sendiri. Han berpendapat bahwa persoalan ini bukanlah persaingan individu itu sendiri, melainkan sifatnya yang berpusat pada diri sendiri yang kemudian berkembang menjadi persaingan yang absolut (Han, 46).

Dalam hal ini, seseorang seakan dituntut terus menerus untuk menghasilkan sesuatu agar dianggap berarti, berorientasi pada pencapaian, dan bersaing dengan dirinya sendiri. Latar belakang, tempat di mana seseorang menerima diri sebagai pribadi yang lemah, tidak sempurna dan punya kekurangan, perlahan menghilang, digantikan tuntutan untuk terus menerus menjadi kuat.

Krisis perasaan berarti yang dimiliki oleh masyarakat kita bisa berbahaya. Rasa malu yang sebenarnya berimbang antara malu karena tidak mencapai suatu tahap dan rasa malu karena tidak mencapainya secara pantas, sekarang semata berfokus kepada tahap yang pertama.

Di sanalah kiranya kita membutuhkan etika, kebanggaan karena mencapai sesuatu dengan cara yang pantas. Kiranya krisis rasa malu yang kian pudar ini perlu ditanggapi, baik sebagai pribadi maupun sebagai sebuah bangsa. Tujuannya tentu agar peradaban yang sedang kita bangun hari ini nantinya dapat menjadi peradaban yang memperjuangkan kehebatan yang bermartabat, bukannya kehebatan yang memalukan.

Harapannya, semoga masyarakat Indonesia boleh berbangga karena bangsanya mencapai puncak-puncak kemajuan dengan cara yang pantas, bukan sekedar dengan cara yang pintas. [AA]



Bagikan:



Martinus Joko Lelono ✓

Pastor Katolik dan Pengajar Kajian Agama dan Dialog di
Fakultas Teologi Universitas Sanata Dharma

Post Lainnya



Mungkinkah Tuhan
Ditemukan oleh
Seseorang yang Tidak...



Islam ala Awam:
Beragama Apa Adanya
di Era Algoritma



Tradisi Debat Intelektual
Islam Yang Terlupakan



Setelah Muktamar, ke
Mana Agenda Ekologi
NU?



Menyongsong
Muktamar NU: Catatan
Seorang Aktivis...



Alasan Ungkapan "Islam
Mengatakan" atau
"Menurut Islam"...



Arrahim.id merupakan portal keislaman yang dihadirkan untuk mendiseminasikan ide, gagasan dan informasi keislaman
untuk menyemai moderasi berislam dan beragama.

