
ANALISIS FENOMENA HIKIKOMORI DALAM DORAMA *KAZOKU GAME*

Oleh

Intan Hapsari¹, Dina Dwi Astartia², Aldilah Alifany Darrienda³, Angga Jalaludin Sidiq⁴
^{1,2,3,4}Program Studi Bahasa Jepang, Politeknik Takumi, Indonesia

Email: ¹intan.ihp@takumi.ac.id, ²dina.dda@takumi.ac.id, ³aldilah.ala@takumi.ac.id,
⁴2314010026@takumi.ac.id

Article History:

Received: 11-01-2025

Revised: 22-01-2025

Accepted: 14-02-2025

Keywords:

Hikikomori, Causes, Psychoanalysis, Solutions

Abstract: This research is a cultural study that explores the causes and solutions for the issue of hikikomori as depicted in the drama Kazoku Gēmu. The aim of this study is to describe the causes and solutions for dealing with hikikomori issues. The method and technique used in this research are descriptive analysis with observation techniques. This study employs Freud's theories of anxiety and ego defense mechanisms. The findings indicate that the most common cause identified is neurotic anxiety, which includes the family's lack of genuine concern, betrayal by friends, comparison to siblings, feelings of being unwanted, and lack of communication within the family. Additionally, five types of ego defense mechanisms are found in the drama: projection, reaction formation, displacement, rationalization, and compensation. As a solution to hikikomori issues, compensation is predominantly observed in forms such as resisting oppression, not avoiding problems, diligent studying, seeking satisfaction, and establishing communication with the family. In conclusion, the primary cause of hikikomori phenomena in Kazoku Gēmu is largely attributed to family-related issues. Therefore, hikikomori problems can be addressed within the family environment.

PENDAHULUAN

Jepang adalah negara maju dengan karakter yang kuat, seperti semangat, pekerja keras, dan inovasi. Namun, di balik kemajuan tersebut, Jepang menghadapi masalah sosial yang signifikan, yaitu *hikikomori*. Fenomena *hikikomori*, ditandai dengan individu yang menarik diri dari masyarakat dan mengisolasi diri dalam rumah selama berbulan-bulan atau bertahun-tahun.

Menurut *Nihon Kokugo Daijiten* (2001: 184), *hikikomori* adalah fenomena dimana seseorang mengurung diri di rumah dan tidak keluar rumah dalam jangka waktu panjang. Sejak dekade 1990-an, Jepang mulai menyadari adanya kelompok pemuda, mayoritas pria, yang enggan berinteraksi dengan masyarakat. Isu ini pertama kali muncul saat ditemukan banyak siswa, terutama pria, yang menolak untuk bersekolah. Seiring waktu, jumlah mereka semakin meningkat, dan usia rata-rata mereka juga bertambah (Yazawa: 2018: 189). Kyodo (2019) mengemukakan hasil survei yang dilakukan oleh *Naikaku-fu* atau Cabinet of Japan pada tahun 2015 memperkirakan bahwa terdapat sekitar 541.000 orang berusia 15-39 tahun di Jepang yang mengalami *hikikomori*. Sementara itu, menurut Saito dalam Japan

Foreign Policy Forum (2019), jumlah individu yang mengalami kondisi ini kemungkinan akan meningkat hingga 2.000.000 kasus, mengingat permasalahan hikikomori terus berkembang dari tahun ke tahun.

Sindrom ini mempengaruhi banyak orang Jepang dan menjadi masalah yang sangat serius. Menurut para psikolog yang menelitinya, tekanan sosial yang besar pada remaja serta peralihan mereka ke dunia dewasa dianggap sebagai salah satu penyebabnya (Garcia, 2011: 236).

Syihabuddin (2022) mengungkapkan penyebab *hikikomori* terbagi menjadi faktor internal dan lingkungan. Faktor internal meliputi kesulitan berinteraksi, kegagalan sosial, stres, trauma, rasa tidak layak, kelelahan sosial, serta ketidakstabilan fisik dan mental. Sementara faktor lingkungan mencakup perundungan, sulit mendapat pekerjaan, kegagalan ujian, dan penyakit jangka panjang.

Takahiro, A & Kato, MD (2019) mengemukakan bahwa 'hikikomori adalah sindrom yang muncul dalam masyarakat modern.' Seiring dengan revolusi teknologi informasi, kebutuhan akan komunikasi tatap muka semakin berkurang, dan kemungkinan di masa depan akan tercipta masyarakat dimana lebih banyak orang menjadi hikikomori (menarik diri dari kehidupan sosial).

Fenomena ini sering digambarkan dalam drama televisi Jepang, atau dorama, yang memproduksi serial dengan berbagai tema termasuk psikologi dan masalah sosial. Salah satu dorama terkenal adalah *Kazoku Gēmu*, yang mengangkat tema psikologi dan hikikomori. Diadaptasi dari novel Honma Yohei tahun 1982, *Kazoku Gēmu* menggambarkan konflik dan solusi terhadap hikikomori, termasuk pentingnya komunikasi keluarga. Berbeda dari novel aslinya, dorama ini menawarkan solusi yang lebih konkret dan memenangkan penghargaan bergengsi seperti Television Drama Academy Awards ke-77 dan Nikkan Sports Drama Grand Prix ke-17.

Dorama ini menceritakan Yoshimoto, seorang guru les privat yang disewa untuk membantu Shigeyuki, remaja yang mengalami hikikomori akibat perundungan. Dengan metode yang tidak konvensional, Yoshimoto berusaha mengatasi masalah Shigeyuki dan membantu dia kembali bersekolah. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis akan menganalisis penyebab dan solusi menghadapi masalah *hikikomori* dengan menggunakan teori kecemasan dan mekanisme pertahanan *ego* dari psikoanalisis Freud (1917) dalam dorama *Kazoku Gēmu*.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif untuk memahami fenomena hikikomori melalui deskripsi holistik dalam bentuk kata-kata dan bahasa. Menurut Moleong (2010: 6) penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik, dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah.

Sumber data penelitian ini adalah *dorama Kazoku Gēmu* yang terdiri atas 10 episode kecuali episode 8 dan 9 karena tidak terdapat penyebab dan solusi menghadapi masalah hikikomori, dan disutradarai oleh Sato Yuichi yang ditayangkan dari tanggal 17 April-19 Juni 2013 di Fuji TV yang berdurasi 36 jam 5 menit 15 detik. Data pada penelitian ini berupa

dialog didukung oleh adegan yang berkaitan dengan penyebab dan solusi menghadapi masalah *hikikomori* dalam *dorama Kazoku Gēmu*. Data pada *dorama Kazoku Gēmu* berjumlah 40 data. Data yang berupa potongan percakapan diberikan kode untuk mempermudah penulis menganalisis data. Misalnya D4-26. 07'48"-08'03" memiliki arti data dari episode empat urutan ke 26 pada 07:48 sampai dengan 08:03. Kalimat yang mengandung data diberi garis bawah.

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah teknik simak dan catat. Menurut Mahsun (2011: 92) teknik simak adalah menyimak penggunaan bahasa pada objek yang akan diteliti. Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif analisis dan triangulasi data.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penyebab *hikikomori* dimasukkan ke dalam kecemasan Sigmund Freud sedangkan solusi menghadapi *hikikomori* dimasukkan ke dalam mekanisme pertahanan *ego* Sigmund Freud. Menurut Freud terdapat tiga jenis kecemasan, yaitu kecemasan realitas, kecemasan neurotis, dan kecemasan moral. Kecemasan realitas muncul akibat adanya bahaya atau ancaman dari luar, dan kecemasan ini menjadi lebih dominan dibandingkan dengan kedua jenis kecemasan lainnya. Kecemasan neurotis timbul karena kemungkinan tidak terpenuhinya dorongan insting, yang mendorong individu untuk melakukan tindakan agresif yang berpotensi membawa hukuman. Sementara itu, kecemasan moral berkaitan dengan perasaan bersalah atau kata hati, di mana seseorang merasa harus bertindak sesuai dengan norma sosial (sesuai tuntutan Superego) dan khawatir akan mendapat hukuman, seperti yang sering dialami anak-anak (Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, Juanda: 2022). Sedangkan mekanisme pertahanan *ego* yang diterapkan oleh tokoh utama meliputi sublimasi, regresi, rasionalisasi, dan represi (Rahmah, KA. & Darni, Darni, 2024). Mekanisme-mekanisme pertahanan *ego* ini muncul sebagai akibat dari permasalahan psikologis yang dialami. Penulis menemukan 22 data kecemasan dan 18 data mekanisme pertahanan *ego* pada *dorama* tersebut.

Kecemasan

Berdasarkan tabel 1, pada *dorama Kazoku Gēmu* penulis menemukan 8 data kecemasan realitas, 13 data kecemasan neurotik, dan 1 data kecemasan moral. Adapun contoh dari kecemasan realitas, kecemasan neurotik, dan kecemasan moral adalah sebagai berikut:

Kecemasan Realitas

Kecemasan realitas adalah kecemasan atau ketakutan terhadap bahaya nyata yang berasal dari dunia luar. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 8 data kecemasan realitas. Contoh kecemasan realitas yaitu sebagai berikut:

D1-5. 36'32"-36'41"



Gambar 1

Situasi:

Shigeyuki teringat kejadian saat ia dipaksa membuka celana oleh Yamao dan kawan-kawan di belakang sekolah.

Seito : *koi yo! Oi oi, hora morase yo, oi!*
Murid : 'sini kau! Woi woi, buka celanamu, woi!'

Sonoda : *sensei, kocchi desu.*
Sonoda : 'sensei, ke sini.'

Kyoushi : *kora omaera! Matsunda!*
Guru : 'hei kalian! Tunggu!'

D1-5 pada dialog Shigeyuki teringat masa lalu saat Yamao dan kawan-kawan memaksanya membuka celana, tiba-tiba Sonoda membawa guru mereka, Hyoudou ke tempat kejadian, lalu Yamao dan kawan-kawan melarikan diri dan gurunya mengejar mereka. Tindakan Yamao dan kawan-kawannya termasuk penindasan atau *ijime*. Hal itu menyebabkan Shigeyuki mengalami kecemasan realitas karena ketakutan terhadap bahaya nyata yang berasal dari dunia luar. Shigeyuki takut ke sekolah karena ia ditindas oleh teman-temannya di sekolah.

4.1.2 Kecemasan Neurotik

Kecemasan neurotik adalah ketakutan atas pikirannya sendiri. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 13 data kecemasan neurotik. Contoh kecemasan neurotik yaitu sebagai berikut:

D7-31. 51'06"-51'21"



Gambar 2

Situasi:

Yoshimoto marah kepada orang tua Shigeyuki di ruang tamu.

Yoshimoto : Shinichi ya Shigeyuki no koto datte souda. Zenbu antatachi ga waruindayo. Kesshite shakai ya jidai no sei janai. Oya ga kodomo ni mukiatte yaranai kara, shitsukete yaranai kara, kodomo ga otona ni narenainda yo. Iikagen kidzukeyo!

Yoshimoto : 'tentang Shinichi dan Shigeyuki juga begitu. Semuanya salah kalian. Bukan kesalahan masyarakat dan zaman. Karena orang tua tidak menghadapi anaknya, karena tidak mendidiknya, anak tidak bisa menjadi orang dewasa. Sadarlah!'

D7-31 pada dialog diceritakan ibu Shigeyuki ingin bunuh diri karena bermain saham di internet dan sahamnya bangkrut. Tiba-tiba orang tua dari ibu Shigeyuki datang dan ingin meminjamkan uang karena Yoshimoto memohon kepada mereka. Namun ayah Shigeyuki tidak ingin meminjam uang dari mereka karena harga dirinya yang tinggi. Orang tua Shigeyuki saling menyalahkan dan Yoshimoto marah terhadap mereka. Yoshimoto mengatakan bahwa karena orang tua Shigeyuki tidak mempedulikan anaknya dan tidak mendidiknya, Shigeyuki dan Shinichi tidak bisa menjadi dewasa. Ayahnya sibuk bekerja dan tidak memperhatikan anaknya. Ibunya takut dengan anaknya karena sudah bisa memberontak. Karena itu, selama di rumah, di antara keluarga Numata tidak pernah ada komunikasi. Jika terdapat masalah pun mereka tidak akan menceritakannya kepada siapa pun dan hanya akan dipendam sendiri. Hal ini menyebabkan Shigeyuki mengalami kecemasan neurotik karena kecemasan akan pikirannya sendiri. Di antara keluarganya tidak ada ikatan dan tidak ada komunikasi.

Kecemasan Moral

Kecemasan moral adalah kecemasan yang timbul akibat tekanan *superego* atas *ego* individu berhubung individu telah atau sedang melakukan tindakan yang melanggar moral. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 1 data kecemasan moral. Contoh kecemasan moral yaitu sebagai berikut:

D1-4. 36'20"-36'31"



Gambar 3

Situasi:

Shigeyuki teringat kejadian saat ia ketahuan BAB di celana oleh teman sekelasnya di kelas.

Mitsui : *oi, koitsu kuso morashiteru zo!*

Mitsui : 'hei, dia BAB di celana loh!'

Ichidou : *ee?*

Semua murid : 'hah?'

D1-4 pada dialog Shigeyuki teringat masa lalu saat Mitsui melihat Shigeyuki BAB di celana dan ia memberitahukan kepada seluruh teman sekelasnya sambil menunjuk ke arah Shigeyuki. Teman sekelas Shigeyuki kaget, lalu berbisik-bisik dan menjauh dari Shigeyuki. Di papan tulis kelas dan meja Shigeyuki terdapat tulisan クソシゲ参上 *kuso Shige sanjou* 'datang Shige kotoran', へんたいシゲくん *hentai Shige kun* 'Shige mesum', キモい *kimoi* 'menjijikan', うんこ *unko* 'kotoran', まじありえない *maji arienai* 'benar-benar tidak mungkin', くさいシゲ *kusai Shige* 'Shige bau', dan lain-lain. Semua temannya menunjukkan rasa jijik kepadanya. Setelah kejadian tersebut Shigeyuki merasa malu dengan teman sekelasnya. Ia merasa perbuatannya itu tidak patut dilakukan dan ia takut teman-temannya akan menghakiminya. Shigeyuki mengalami kecemasan moral karena telah melakukan tindakan yang melanggar moral. Ia merasa malu dengan teman-temannya di sekolah.

Mekanisme Pertahanan Ego

Berdasarkan tabel 2 pada *dorama Kazoku Gēmu* penulis menemukan 1 data proyeksi, 1 data pembentukan reaksi, 1 data pemindahan, 1 data rasionalisasi, dan 14 data kompensasi. Data represi dan regresi tidak ditemukan. Adapun contoh proyeksi, pembentukan reaksi, rasionalisasi, dan kompensasi adalah sebagai berikut:

Proyeksi

Proyeksi adalah melindungi diri dengan melemparkan kesalahan kepada orang lain. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 1 data proyeksi. Contoh proyeksi adalah sebagai berikut:

D2-18. 38'40"-39'04"



Gambar 4

Situasi:

Saat Yoshimoto membagikan pesan bunuh diri Shigeyuki kepada teman-teman sekelas Shigeyuki di kelas.

Yoshimoto : *ee ima, okubarishiteiru no wa isho desu.*

Yoshimoto : 'yang aku bagikan sekarang adalah pesan bunuh diri.'

Seito : *iraneeshi. Uchira yattenai jan? Imi nakune? Kore...*

Murid : 'gak butuh. Kita gak ngelakuin kan? Ini gak ada artinya kan?'

Yoshimoto : *moshi shigeyuki kun wo ijimetara, kono isho wo jitaku ni nokoshite shinimasu.*

Yoshimoto : 'jika kalian menindas Shigeyuki, dia akan meninggalkan pesan bunuh diri ini di rumah dan bunuh diri.'

Aikawa : *joudan janai. Bokutachi wa ijimetemasen.*

Aikawa : 'jangan bercanda! Kami tidak menindasnya.'

Yoshimoto : *demo sono ijime wo mokunin shitetandaro!*

Yoshimoto : 'tapi kalian membiarkan penindasan tersebut kan!'

D2-18 pada dialog Yoshimoto datang ke kelas Shigeyuki bersama Shigeyuki memberikan pesan bunuh diri dan mengancam seluruh teman sekelas Shigeyuki karena Yamao dan kawan-kawan sudah melewati batas menindas Shigeyuki. Jika ada yang berani menindas Shigeyuki maka Shigeyuki akan meninggalkan pesan bunuh diri itu dan bunuh diri. Di dalam pesan bunuh diri itu tertulis bahwa selama ini teman sekelasnya menindas Shigeyuki, jika surat wasiat itu diberikan kepada polisi, teman sekelas Shigeyuki akan menjadi kriminal. Teman sekelas Shigeyuki merasa tidak menindas Shigeyuki, namun Yoshimoto berkata bahwa mereka telah membiarkan penindasan tersebut. Yoshimoto

menyalahkan teman sekelas Shigeyuki karena perbuatan mereka telah membuat Shigeyuki tidak ingin pergi ke sekolah dan menjadi *hikikomori*. Walaupun Shigeyuki diam saja dan melihat Yoshimoto berbicara kepada teman sekelasnya, Shigeyuki tidak menyangkal ucapan Yoshimoto. Secara tidak langsung Shigeyuki ikut mengancam teman sekelasnya. Setelah kejadian itu Shigeyuki merasa aman ke sekolah karena tidak ada lagi yang berani menindasnya.

Mekanisme pertahanan yang dilakukan Shigeyuki adalah proyeksi dengan cara menyalahkan teman sekelas Shigeyuki karena telah menindas Shigeyuki. Yoshimoto dan Shigeyuki mengancam seluruh teman sekelasnya agar tidak ada yang berani mengganggu Shigeyuki lagi.

Pembentukan Reaksi

Pembentukan reaksi adalah bagaimana mengubah suatu impuls yang mengancam dan tidak sesuai serta tidak dapat diterima norma sosial diubah menjadi suatu bentuk yang lebih dapat diterima. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 1 data pembentukan reaksi. Contoh pembentukan reaksi yaitu sebagai berikut:

D10-33. 26'14"-29'05"



Gambar 5



Gambar 6

Situasi:

Saat teman-teman Shigeyuki menindas Sonoda di gedung tua, Shigeyuki menolong Yamao. Lalu Shigeyuki teringat ucapan Yoshimoto.

Seitotachi : *oi! Oi!*
Para murid : 'hei! Hei!'

Ichihara : *ii zo ii zo!*
Ichihara : 'bagus bagus!'

Seitotachi : *oo.*
Para murid : 'ooh.'

Mitsui : *hanase yo! Nanda yo!*
Mitsui : 'lepasin! Apaan sih!'

- Shigeyuki* : *mou yameyou?*
Shigeyuki : 'udahlah berhenti yuk?'
- Mitsui* : *haa? Oretachi omae no tame ni yattendazo!*
Mitsui : 'hah? Kita kan ngelakuin ini buat kamu!'
- Shigeyuki* : *tashikani, Yamao ni wa sanzan ijimeraretekita. Demo, dakaratte konna no machigatteru yo. Ore wa dare ka wo kizutsuketakute ijimekara kaihou saretakatta wakejanaindayo. Kore ijou Yamao wo naguru tte iundattara... ore wo nagutte yo! Nagure yo!*
Shigeyuki : 'emang bener Yamao menindasku dengan mengerikan. Tapi kalo menindasnya juga salah. Aku pengen bebas dari penindasan bukan karena aku pengen nyakitin orang lain. Kalo pengen mukul Yamao lebih dari ini, pukul aja aku! Ayo pukul!'
- Sonoda* : *mou ii. Owari ni shiyou. Nattoku dekinai nara, ore mo issyo ni nagure!*
Sonoda : 'udah cukup. Kita akhiri ini. Kalau kalian gak setuju, pukul aku juga!'
- Mitsui* : *wakattayo.*
Mitsui : 'iya ngerti.'
- Sonoda* : *ikou.*
Sonoda : 'ayo pergi.'
- Shigeyuki* : *yokattara isshoni dou?*
Shigeyuki : 'kalo mau, ayo bareng kita?'
- Ichihara* : *temee!*
Ichihara : 'sialan!'
- Yamao* : *nannanda yo omae?*
Yamao : 'kau kenapa sih?'
- Shigeyuki* : *aru hito ni iwaretanda.*
Shigeyuki : 'aku dikasih tau seseorang.'
- Yoshimoto* : *shi wo ishikishite, hajimete ikiteiru jikkan ga waku. Ikiteiru jikkan ga atte, hajimete hito ni yasashiku nareru.*
Yoshimoto : 'pertama kali sadar akan kematian, (kita) akan merasa benar-benar hidup. Jika merasa benar-benar hidup, untuk pertama kalinya bisa menjadi baik kepada orang lain.'

Shigeyuki : *ore mo, kimi mo, yasashiku nareru hazu desho? Sakkaa yarou yo!*

Shigeyuki : 'aku dan kamu juga seharusnya bisa menjadi baik kan? Main sepak bola yuk!'

D10-33 pada dialog awalnya Yamao dan kawan-kawan menindas Shigeyuki, sekarang Yamao sudah ditinggalkan teman-temannya dan mereka berteman dengan Shigeyuki. Yamao menjadi sendirian dan teman-teman Shigeyuki berbalik menindas Yamao. Shigeyuki mengikuti teman-temannya menindas Yamao karena takut ditindas kembali jika tidak melakukannya, lalu Yoshimoto menasihatinya dan ia sadar perbuatannya itu salah.

Setelah itu, saat teman-teman Shigeyuki ingin menindas Yamao, Shigeyuki menghentikan teman-temannya agar tidak menindas Yamao lagi, karena dia ingin terbebas dari penindasan bukan karena ia ingin menyakiti orang lain. Sonoda juga ikut membela Shigeyuki dan akhirnya teman-temannya berhenti menindas Yamao. Yamao heran mengapa Shigeyuki menolongnya, Shigeyuki teringat perkataan Yoshimoto bahwa pertama kali sadar akan kematian, akan merasa benar-benar hidup. Jika merasa benar-benar hidup, untuk pertama kalinya bisa menjadi baik kepada orang lain. Lalu Shigeyuki berkata kepada Yamao bahwa mereka juga bisa menjadi baik kepada orang lain.

Mekanisme pertahanan yang dilakukan Shigeyuki adalah pembentukan reaksi dengan cara mengubah sikapnya terhadap Yamao. Shigeyuki tadinya ikut melakukan penindasan kepada Yamao, namun akhirnya dia menghentikan penindasan tersebut dan mengajak Yamao untuk berteman dengannya. Shigeyuki berbuat baik kepada yang pernah menindasnya.

Pemindahan

Pemindahan adalah mekanisme pertahanan dengan cara memindahkan impuls terhadap objek lain karena objek yang dapat memuaskan *id* tidak tersedia. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 1 data pemindahan. Sebagai contoh pemindahan yaitu sebagai berikut:

D3-20. 39'09"-41'02"



Gambar 7



Gambar 8

Situasi:

Saat Shigeyuki melarikan diri ke halaman belakang dekat kuil, Yoshimoto sudah menunggunya di sana dan mereka berbicara. Setelah itu Shigeyuki teringat ucapan Yoshimoto saat Yoshimoto menyemangati Shigeyuki di depan gerbang sekolah.

Yoshimoto : *kantan ni tomodachi ga dekiru to omotta ka? Jibun de tsukihanashita kazoku ga kawaranu aijou wo sosoide kureru to omottaka? Tomodachi ga hitori mo inai. Kazoku kara mo mihanasareteiru. Sore ga omae no genjitsu da. Kuyashiika? Dattara, omae ga kawaru shika naindayo! Tate! Tateyo! Mou nakuna! Kyou wa damatte namida wo fuke.*

Yoshimoto : 'kau pikir mudah mempunyai teman? Kau pikir keluarga yang mengabaikanmu akan terus-menerus mencurahkan kasih sayangnya? Kau tidak mempunyai teman satu pun. Kau juga diabaikan keluarga. Itu adalah kenyataanmu. Kesal kan? Kalau begitu kau yang harus berubah! Berdiri! Ayo berdiri! Jangan menangis lagi! Hari ini diam dan hapus air matamu.'

Shigeyuki : *demo...*

Shigeyuki : 'tapi...'

Yoshimoto : *ashita ni nattemo namida ga deru nara, sono toki wa ore ga issho ni naite yaru. Mae ni ittaro? "Omae no mikatada" tte.*

Yoshimoto : 'walau berganti hari esok dan jika kau menangis, saat itu aku akan menangis bersamamu. Sudah kubilang kan? "Aku berada di pihakmu."'

(Yoshimoto : *nani ga attemo, ore wa omae no mikata da.*)

(Yoshimoto : 'jika terjadi sesuatu, aku akan berada di pihakmu.')

Yoshimoto : *ore ga iru. Ore ga... omae wo kaete miseru.*

Yoshimoto : 'aku ada di sini. Aku...pastikan akan membuatmu berubah.'

D3-20 pada dialog saat acara ulang tahun Shigeyuki, teman sekelasnya tidak ada satu pun yang datang ke pesta ulang tahun Shigeyuki padahal mereka semua berjanji akan datang. Setelah itu ia mengetahui bahwa orang tuanya tidak peduli padanya. Shigeyuki melarikan diri ke halaman belakang dekat kuil. Yoshimoto sudah menunggunya di sana. Lalu Yoshimoto memberitahu kenyataan bahwa Shigeyuki tidak memiliki teman dan orang tuanya mengabaikannya. Yoshimoto berkata dia berada di pihak Shigeyuki. Shigeyuki teringat akan perkataan Yoshimoto bahwa dia akan selalu berada di pihak Shigeyuki apapun yang akan terjadi. Lalu Yoshimoto berkata dia akan membuat Shigeyuki berubah sambil memeluk Shigeyuki dan mengelus-elus kepala Shigeyuki. Mendengar hal itu Shigeyuki senang, dia merasa ada seseorang yang dapat dipercaya. Dia sebenarnya ingin dipedulikan oleh keluarga dan temannya, namun selama ini tidak ada satu orang pun yang peduli kepadanya. Yoshimoto merupakan satu-satunya orang yang peduli padanya saat ini.

Mekanisme pertahanan yang dilakukan Shigeyuki adalah pemindahan dengan cara

memindahkan keinginannya. Keinginannya adalah agar dipedulikan oleh orang tua dan temannya, namun Shigeyuki menggantikan orang tua dan temannya menjadi Yoshimoto karena lebih peduli padanya. Shigeyuki mempunyai seseorang yang peduli padanya dan dapat dipercaya.

Rasionalisasi

Rasionalisasi adalah mekanisme pertahanan yang mencari alasan tertentu yang seakan-akan masuk akal, sehingga kenyataan tersebut tak lagi mengancam *ego* individu yang bersangkutan. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 1 data rasionalisasi. Contoh rasionalisasi yaitu sebagai berikut:

D5-27. 28'10"-30'05"



Gambar 8



Gambar 9

Situasi:

Setelah Shigeyuki menolak Mano di balkon tempat mereka les, Shigeyuki dan Sonoda berlari ke taman lalu Sonoda meminta maaf kepada Shigeyuki.

Mano : *sugoi. Numata kun ga katsu nante. Jaa Sonoda ni wa warui kedo Numata kun to...*

Mano : 'hebat. Numata yang menang. Walau gak enak sama Sonoda, aku mau (pacaran) sama Numata...'

Shigeyuki : *Ano...*

Shigeyuki : 'Mano...'

Mano : *emm?*

Mano : 'hmm?'

Shigeyuki : *ore...Mano san no koto suki janai kara.*

Shigeyuki : 'aku...gak suka sama Mano.'

Mano : *ee?*

Mano : 'hah?'

- Shigeyuki* : *asobi dayo, asobi. Kon kurai no yokyou ga naito benkyou nante dekinai desho? Dakara Mano san to wa tsukiaenai. Gomen.*
- Shigeyuki* : 'cuma main-main. Kalo gak ada hiburan kayak gini, gak akan bisa belajar kan? Makanya aku gak bisa pacaran sama Mano. Maaf.'
- Shigeyuki to Sonoda* : *hahaha...*
- Shigeyuki dan Sonoda* : 'hahaha...'
- Sonoda* : *mita kayo, ano kao.*
- Sonoda* : 'liat gak tadi, mukanya.'
- Shigeyuki* : *omoidashita dake demo waraeru yo.*
- Shigeyuki* : 'cuma diinget aja bikin ngakak.'
- Shigeyuki to Sonoda* : *hahaha...*
- Shigeyuki dan Sonoda* : 'hahaha...'
- Sonoda* : *sonna ni hekomu na yo!*
- Sonoda* : 'jangan terlalu tertekan gitu!'
- Shigeyuki* : *socchi datte.*
- Shigeyuki* : 'kau juga.'
- Sonoda* : *ore wa betsu ni... kore, gomen na.*
- Sonoda* : 'aku mah gak... Ini, maaf ya.'
- Shigeyuki* : *kyou, kore kara Maeshima Ami no ibento ga arundakedo.*
- Shigeyuki* : 'hari ini ada acaranya Maeshima Ami nih.'
- Sonoda* : *uso. Itsukara?*
- Sonoda* : 'masa? Mulai jam berapa?'
- Shigeyuki* : *5 ji.*
- Shigeyuki* : 'jam 5.'
- Sonoda* : *mousugujan.*
- Sonoda* : 'bentar lagi dong.'
- Shigeyuki* : *iku?*
- Shigeyuki* : 'mau pergi?'
- Sonoda* : *ou.*
- Sonoda* : 'ya.'

D5-27 pada dialog Shigeyuki dan Sonoda menunjukkan hasil ujian percobaan mereka kepada Mano. Nilai Shigeyuki lebih tinggi daripada Sonoda dan akhirnya Shigeyuki menolak Mano. Sebelumnya diceritakan bahwa Mano berkata kepada Shigeyuki dan Sonoda akan menjadi pacar salah satu di antara mereka yang nilainya lebih tinggi dalam ujian percobaan. Lalu dengan tidak sengaja Shigeyuki dan Sonoda mendengar percakapan Mano dengan temannya, dia berkata bahwa dia sebenarnya tidak ingin berkencan dengan siapapun, dia menantang mereka hanya untuk main-main. Setelah itu Shigeyuki pergi ke rumah Sonoda dan berkata jika dia mendapat nilai lebih tinggi dari Sonoda, dia akan menolak Mano duluan karena jika tidak, dia tidak akan bisa melangkah maju. Lalu Sonoda berkata bahwa Shigeyuki sudah berubah, tidak menjadi pengecut lagi dan dia juga akan menolak Mano jika menang.

Setelah Shigeyuki menolak Mano, Shigeyuki dan Sonoda berlari ke taman dan Sonoda meminta maaf atas perbuatannya selama ini dan mengembalikan album foto Maeshima Ami yang terdapat tanda tangan Maeshima Ami. Shigeyuki mengajak Sonoda untuk menonton acara Maeshima Ami dan mereka berteman kembali. Untuk pertama kalinya Shigeyuki mempunyai teman yang sesungguhnya.

Mekanisme pertahanan yang dilakukan Shigeyuki adalah rasionalisasi dengan cara menolak Mano dengan alasan hanya untuk bermain-main, padahal karena Shigeyuki tahu bahwa Mano tidak sungguh-sungguh ingin berpacaran dengan Shigeyuki. Shigeyuki mempunyai teman yang sesungguhnya.

Kompensasi

Kompensasi adalah mekanisme yang ditandai dengan seseorang yang mengabdikan dirinya pada mengejar suatu tujuan, dengan usaha yang lebih giat ke dalam usahanya itu untuk mengatasi rasa kekurangan yang sebenarnya atau yang hanya dirasakan saja. Berdasarkan hasil analisis terhadap *dorama Kazoku Gēmu* ditemukan 14 data kompensasi. Contoh kompensasi yaitu sebagai berikut:

D10-34. 34'49"-35'07"



Gambar 10

Situasi:

Saat Shigeyuki dan Shinichi bercerita di kamar Shigeyuki.

Shigeyuki : *honya ni ayamari ni ittandatte? Kaasan suggoi ureshisou ni*

- hanashi shiteta yo.*
- Shigeyuki : 'katanya tadi pergi ke toko buku untuk minta maaf? Ibu melihatannya seneng banget pas cerita.'
- Shinichi : *un. Danbooru ippai ni haitta hon mottettesa. Suggee okorareta. Maa, saigo ni nantoka yurushite moraeta kedo.*
- Shinichi : 'iya. Kan kita bawa banyak buku di dalam kardus. Bener-bener dimarahin. Yah, tapi akhirnya dimaafin juga.'
- Shigeyuki : *yokattajan.*
- Shigeyuki : 'bagus dong.'

D10-34 pada dialog Shigeyuki bertanya kepada Shinichi tentang Shinichi dan ibunya pergi ke toko buku untuk meminta maaf. Setelah itu Shinichi bercerita kepada Shigeyuki. Lalu dijelaskan juga bahwa ibunya bercerita kepada Shigeyuki dengan senang. Awalnya keluarga Numata tidak pernah ada komunikasi, apalagi mencurahkan isi hati kepada keluarganya. Sekarang mereka belajar untuk memiliki ikatan di antara anggota keluarga. Mekanisme pertahanan yang dilakukan Shigeyuki adalah kompensasi dengan cara berusaha berkomunikasi dengan keluarganya.

Rekapitulasi penyebab dan solusi untuk menghadapi *hikikomori* dapat dilihat pada tabel 1 dan 2.

Tabel 1. Penyebab Hikikomori Berdasarkan Kecemasan

No	Kecemasan	Penyebab <i>Hikikomori</i>	Jumlah	Total
1	Realitas	a. ditindas di sekolah	8	8
2	Neurotik	b. keluarganya tidak benar-benar peduli padanya	6	13
		c. temannya telah mengkhianatinya	2	
		d. selalu dibandingkan dengan kakaknya dan merasa bahwa dirinya tidak dibutuhkan	2	
		e. keluarganya tidak mempunyai ikatan dan tidak adanya komunikasi	2	
3	Moral	f. malu dengan teman-temannya di sekolah	1	1
Total				22

Tabel 2. Solusi Menghadapi Hikikomori Berdasarkan Mekanisme Pertahanan *Ego*

No	Mekanisme pertahanan <i>Ego</i>	Solusi Menghadapi <i>Hikikomori</i>	Jumlah	Total
1	Represi	-	-	-
2	Regresi	-	-	-

3	Proyeksi	a. mengancam seluruh teman sekelasnya	1	1
4	Pembentukan Reaksi	b. berbuat baik kepada yang pernah menindasnya	1	1
5	Pemindahan	c. mempunyai seseorang yang peduli padanya dan dapat dipercaya	1	1
6	Rasionalisasi	d. mempunyai teman yang sesungguhnya	1	1
7	Kompensasi	e. belajar melawan saat ditindas dan tidak menghindari dari masalah	5	14
		f. belajar dengan giat	3	
		g. berusaha mendapatkan pacar	2	
		h. berusaha berkomunikasi dengan keluarganya	4	
Total				18

KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa fenomena hikikomori umumnya disebabkan oleh kecemasan neurotik, yang sering berakar dari masalah keluarga seperti kurangnya perhatian, pengkhianatan, perbandingan yang tidak adil, dan komunikasi yang buruk. Kecemasan ini bersumber dari dalam diri individu. Solusi untuk mengatasi hikikomori melibatkan mekanisme kompensasi, seperti berusaha lebih keras untuk mencapai tujuan, menghadapi masalah melalui belajar, mencari kepuasan, dan memperbaiki komunikasi dengan keluarga. Masalah hikikomori umumnya bisa diatasi dalam lingkungan keluarga, yang menjadi faktor utama penyebabnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] 2001. Nihon Kokugo Daijiten: Dainihan. Tokyo: Shogakukan.
- [2] Ardiansyah, Sarinah, Susilawati, Juanda. (2022). Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud. Jurnal Kependidikan, Vol. 7 No. 1. 2022: 25-31 e-ISSN.2685-9254 p-ISSN.2302-111X <https://e-journalppmunsa.ac.id/index.php/kependidikan/article/view/912/885>.
- [3] Garcia, Hector. (2011). A Geek in Japan Discovering the Land of Manga, Anime, Zen, and the Tea Ceremony. Tokyo: Tuttle Publishing.
- [4] Kawanishi, Yuko. (2009). Mental Health Challenges Facing Contemporary Japanese Society The 'Lonely People'. Kent: BRILL/Global Oriental.
- [5] Mahsun. 2011. Metode Penelitian Bahasa. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- [6] Rahmah, KA. & Darni, Darni. (2024). Mekanisme Pertahanan Ego Tokoh Utama Dalam Novel Mendhung Angendanu Karya Budiono Santoso Setradjaja (Kajian Psikoanalisis Sigmund Freud). BLAZE: Jurnal Bahasa dan Sastra dalam Pendidikan Linguistik dan Pengembangan Vol.2, No. 3 Agustus 2024 e-ISSN: 3025-2423; p-ISSN: 3025-2415 <https://jurnal.stikes-ibnusina.ac.id/index.php/BLAZE/article/view/1379>.
- [7] Syihabbudin & Satriatama, E. P. (2022). Fenomena Faktor Lingkungan Yang

- Menyebabkan Hikikomori Pada Masyarakat Di Jepang. Kiryoku: Jurnal Studi Kejepangan, Volume 6 No 2 2022 e-ISSN:2581-0960 p-ISSN: 2599-0497 <http://ejournal.undip.ac.id/index.php/kiryoku>.
- [8] Takahiro, A & Kato, MD (2019). Hikikomori: Multidimensional understanding, assessment, and future international perspectives. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, Volume 73 Issue 8 2019 <https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/pcn.12895>.
- [9] Yazawa, Yutaka. (2018). *How to Live Japanese*. London: White Lion Publishing.
- [10] Kyodo. (2019, March 30). More than 600,000 Japanese aged 40-64 considered recluses: Survey. *The Jakarta Post*. <https://www.thejakartapost.com/life/2019/03/30/more-than-600000-japanese-aged-40-64-considered-recluses-survey.html> Diakses pada 13 Februari 2025 pukul 3:35.

HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN