

Prolite – Sering Salting Melihat Tingkah Konyol? Yuk Kupas Tuntas “*Secondhand Embarrassment*”

Siapa yang pernah merasa malu sendiri saat menonton film yang memalukan atau bahkan saat melihat tingkah unik orang lain di kehidupan nyata?

Pernahkah kamu merasa wajahmu memanas dan jantungmu berdebar kencang saat melihat karakter favoritmu melakukan hal yang sangat memalukan di layar?

Baca Juga: [3 Alasan Ilmiah Kenapa Gen Z Nggak Mau Kerja di Luar Jobdesk](#)

Atau mungkin kamu pernah merasa canggung saat temanmu menceritakan kisah memalukan yang pernah dialaminya?

Jika ya, maka kamu mengalami fenomena ini dikenal dengan istilah “*secondhand embarrassment*”.

## **Apa itu Secondhand Embarrassment?**

## Secondhand Embarrassment : Ketika Tingkah Konyol Orang Lain Bikin Kita Ikut Salting!



Baca Juga: [4 Fakta Ilmiah Tentang Ikatan Emosional Kucing dan Pemiliknya](#)

“*Secondhand embarrassment*” atau “rasa malu tidak langsung” adalah kondisi di mana seseorang merasakan emosi malu atau canggung ketika menyaksikan atau mendengar pengalaman memalukan yang dialami orang lain.

Meskipun kita tidak terlibat secara langsung dalam kejadian tersebut, namun kita seolah-olah ikut merasakan emosi yang sama seperti orang yang mengalaminya.

## Mengapa Kita Bisa Merasakan Secondhand Embarrassment?



Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami rasa malu secara tidak langsung, antara lain:

1. Empati: Kemampuan untuk merasakan dan memahami emosi orang lain merupakan salah satu faktor utama. Ketika kita memiliki empati yang tinggi, kita cenderung lebih mudah terbawa oleh perasaan orang lain.
2. Identifikasi: Kita cenderung lebih mudah merasakan malu secara tidak langsung jika kita dapat mengidentifikasi diri kita dengan orang yang sedang mengalami kejadian

memalukan tersebut. Misalnya, jika kita pernah mengalami kejadian serupa, maka kita akan lebih mudah merasakan empati.

3. Normaisasi sosial: Norma sosial dan budaya juga berperan dalam membentuk respons emosional kita. Dalam beberapa budaya, mengekspresikan rasa malu dianggap sebagai hal yang wajar, sementara di budaya lain mungkin dianggap sebagai kelemahan.

## Apakah Hal Ini Normal dan Mengapa Bisa Terjadi?



Ya, *secondhand embarrassment* adalah hal yang sangat normal dan dialami oleh banyak orang. Bahkan, ada penelitian yang menunjukkan bahwa kemampuan untuk merasakan *secondhand embarrassment* dapat menjadi indikator kecerdasan emosional yang tinggi. Hal ini bisa terjadi bila;

## Secondhand Embarrassment : Ketika Tingkah Konyol Orang Lain Bikin Kita Ikut Salting!

- **Koneksi Sosial:** Sebagai makhluk sosial, kita memiliki kecenderungan untuk terhubung dengan orang lain. Ketika kita melihat seseorang mengalami kesulitan atau rasa malu, secara alami kita ingin membantu atau setidaknya memahami apa yang mereka rasakan.
- **Perlindungan Diri:** Merasa malu atas kesalahan orang lain juga bisa menjadi mekanisme pertahanan diri. Dengan merasakan emosi tersebut, kita seolah-olah sedang mengingatkan diri sendiri untuk tidak melakukan kesalahan yang sama.
- **Hiburan:** Anehnya, *secondhand embarrassment* juga bisa menjadi sumber hiburan. Banyak orang yang menikmati menonton film atau acara televisi yang mengundang tawa karena tingkah laku memalukan karakternya.

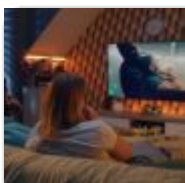


Secondhand embarrassment adalah fenomena psikologis yang menarik dan kompleks.

## Secondhand Embarrassment : Ketika Tingkah Konyol Orang Lain Bikin Kita Ikut Salting!

Meskipun terkadang membuat kita merasa tidak nyaman, namun kemampuan untuk merasakan emosi orang lain merupakan salah satu hal yang membuat kita menjadi manusia.

Punya pengalaman menarik tentang secondhand embarrassment? Yuk, share di kolom komentar!



Baca Selanjutnya  
Minggu Malam Penuh Aksi! Transporter 3 dan The Commuter Siap Temani Kamu di  
Bioskop Trans TV!