BAB II
BUDAYA MANDI JEPANG

A. Mandi Sebagai Suatu Kebutuhan

Mandi bagi setiap makhluk hidup khususnya manusia, adalah salah satu hal yang paling penting, karena bagi siapapun mandi adalah suatu kebutuhan. Mandi menurut kamus besar Bahasa Indonesia (1990), adalah kegiatan membersihkan badan atau tubuh dengan air. Kegiatan mandi dilakukan dengan cara menyiram, berendam, atau dengan cara lainnya (p. 382). Orang melakukan mandi agar tubuh menjadi bersih, namun demikian, di Jepang tujuan mandi bukan sekedar membersihkan tubuh dari debu atau kotoran dan memelihara kesehatan saja, tetapi dapat menciptakan kebersamaan dan terdapat pengertian untuk mensucikan diri, misalnya wanita yang sedang menstruasi, orang yang pulang dari upacara kematian, orang yang telah berbuat kejahatan, dan hal buruk lainnya (Maraini, 1971,p. 186)

Hal ini diperkuat dengan adanya sebuah ritual purifikasi yang terdapat pada ajaran Shinto. Hal tersebut berguna untuk membersihkan diri dari segala kotoran. Ritual ini sangat penting dilakukan, sebagaimana tertera dalam buku karya Scott Clark (1994) "*Japan, A View From The Bath*", yaitu:

> *Purification is the fundamental practice of Shinto. Perhaps it would not be too extreme to call (Shinto) a religion of purification. Not only is it important for Shinto rites, but it also essential in daily life, because life itself must be supported by purification to maintain the true state. Life which loses its pureness is not pleasing to the KAMI (Gods), and becomes an anti-Shintoistic lifull of sin, pollution and disaster.*(p. 123)

> *Penyucian diri merupakan bagian penting dari Shinto. Mungkin tidak berlebihan kiranya jika menyebut Shinto sebagai agama purifikasi, karena kegiatan ini tidak hanya penting untuk ritual Shinto, melainkan juga dalam kehidupan sehari-hari, sebab kehidupan itu sendiri harus disokong purifikasi untuk tetap menjaga kondisi yang sebenarnya. Adanya kesucian yang hilang dari kehidupan akan membuat Kami tidak senang. Hidup juga akan penuh dengan dosa, hal-hal kotor, dan marabahaya apabila seseorang menjadi anti-Shinto.*

Ada beberapa jenis purifikasi dalam agama Shinto. Antara lain adalah *harai* dan *misogi*. *Harai* yaitu purifikasi untuk membersihkan dan mengusir roh jahat. *Misogi* adalah purifikasi yang dilakukan sebelum seseorang memasuki kuil, caranya ialah mencuci tangan dan berkumur pada saat akan masuk ke kuil. hal tersebut dilakukan karena mulut merupakan pintu masuk ucapan-ucapan kotor, sedangkan tangan memungkinkan seseorang untuk menyentuh kuman atau sesuatu yang kotor (Clark, 1994,p. 120).

Kesucian apabila diartikan secara harfiah adalah tidak tercemar atau terhindar dari hal-hal kotor yang mengelilingi kehidupan manusia di dunia, baik secara jasmani maupun rohani. Bagi orang Jepang, konsep dan nilai-nilai kebersihan merupakan bagian yang penting dalam kehidupan. Oleh sebab itu masyarakat Jepang memberikan perhatian yang sangat besar terhadap hal-hal yang berhubungan dengan kebersihan dan kesehatan, dan tentu saja seiring dengan berjalannya waktu dan pembelajaran masyarakat Jepang tentang kehidupan sehari-hari, dalam masyarakat Jepang dikenal budaya mandi yang dikenal luas hingga penjuru dunia, yakni mandi berendam dalam *ofuro, sentō,* dan *onsen.*

B. Budaya Mandi di Jepang

Mandi di Jepang dapat dikatakan sebagai suatu kebudayaan. Sedangkan arti dari kebudayaan adalah hasil kegiatan dan penciptaan batin manusia seperti kepercayaan, kesenian, adat isitadat dan tingkah laku (Prasetya,1998,p. 29). Seperti halnya kegiatan mandi bagi orang Jepang yang telah menjadi suatu ciri khas dalam kehidupan bermasyarakat orang Jepang.

Kegiatan budaya mandi di Jepang kapan pertama kali dilakukan, sulit dicari bukti sejarahnya. Ada yang mengatakan bahwa kegiatan mandi di Jepang dimulai pada jaman Nara, tetapi adapula yang mengatakan bahwa hal tersebut dimulai sejak jaman Kofun 300-552 SM(Grilli & Levy, 1995,p. 44), oleh sebab itu, tidak ada yang dapat mengatakan dengan pasti kapan dan dimana orang Jepang terdahulu pertama kali melakukan rutinitas budaya mandinya. Mengapa dia mandi adalah sesuatu yang jauh lebih mudah untuk dipikirkan. Kegiatan

mandi dapat dikatakan wujud dari kepedulian mereka terhadap nilai-nilai kebersihan.

Kegiatan mandi orang Jepang sebagai mana telah dipaparkan di atas tidak hanya dapat dilakukan di rumah pribadi, tapi juga dapat dilakukan di tempat pemandian umum (*sento*), atau di sumber-sumber air panas mineral yaitu *onsen*.

1. Jenis Budaya Mandi di Jepang

a. *Ofuro*

Cara mandi dengan menggunakan *ofuro* merupakan cara yang paling mudah. Cara mandi ini menggunakan bak mandi yang terdapat di dalam rumah sebagai tempat untuk berendam, maka satu persatu anggota keluarga dapat menikmati hangatnya berendam di *ofuro*. Anggota keluarga yang memiliki hak prioritas pertama adalah sang ayah yang merupakan kepala *uchi*. Sesudah itu anak laki-laki yang sulung (*chonan*) dan adiknya yang laki-laki, baru kemudian ibu dan anak-anak perempuan. Pada waktu masih kecil, memang anak-anak biasa diajak mandi bersama oleh ayahnya. Barangkali pada waktu itulah hubungan antara ayah dan anak terbina (Rosidi, 2003,p. 143).

Makna *ofuro* bagi orang Jepang selain untuk membasuh dan membersihkan tubuh serta memelihara kesehatan dengan cara berendam dalam air panas sehingga dapat menghangatkan tubuh dan memperlancar sirkulasi di tubuh, juga dapat menciptakan kebersamaan antara keluarga. Bagi orang Jepang mandi berendam dalam air hangat (*ofuro*) merupakan kegiatan yang memberikan kenikmatan tersendiri. Pada musim panas pun mereka tetap mandi (*ofuro*) dengan air hangat. Hangat bagi mereka adalah 40°C (Rosidi, 2003,p. 145).

Sejarah *ofuro* juga berkaitan erat dengan Shinto. Di dalam tradisi Shinto, setan dan ketidakkekalan hampir selalu diasosiasikan dengan kekotoran dan ketidakmurnian, sedangkan kebajikan diasosiasikan dengan kebersihan. Prinsip dasar itu tercermin dari sejarah kebudayaan Jepang serta mewarnai seluruh aspek dalam kehidupan masyarakat Jepang (Grilli & Levy, 1995,p. 24).

Biasanya orang Jepang lebih mengutamakan mandi pada malam hari dibandingkan mandi pagi hari, karena pagi hari mereka biasanya merasa tidak perlu mandi dengan alasan pagi hari badan masih bersih karena belum kemana-kemana, sedangkan pada malam hari mereka menganggap badan kotor karena habis bekerja dan bepergian sehingga banyak mengeluarkan keringat dan perlu membersihkannya dengan *ofuro*. Pada malam hari, mandi dilakukan sebelum tidur, sehabis mandi badan menjadi segar sehingga bisa tidur dengan nyenyak. Pada umumnya orang Jepang memerlukan waktu sekitar seperempat jam dalam *ofuro*, karena mereka betul-betul menikmati seni mandi dengan air panas.

Menurut *Kodansha Encyclopedia of Japan* (1983), pengertian *ofuro* disebutkan sebagai beikut:

> *"Ofuro: The typical Japanese bath consist of a tub deep enough for the bather to immers the body up to the neck by sitting or squatting"* (p. 146).
>
> *Ofuro: Suatu tipe pemandian Jepang yang cukup untuk pemandi berendam sampai sebatas leher dengan duduk atau jongkok.*

Pengertian *ofuro* menurut pendapat Scoot Clark (1994) sebagai berikut:

> "*Ofuro*" *today means a hot water bath. Although the term can indicate the tub itself, there are more specific terms for the bathtub. "Ofuro" may refer to the act of taking bath* (p. 118)*."*
>
> *"Ofuro" sekarang ini berarti mandi air panas. Walaupun istilah tersebut bisa diartikan sebagai bak mandinya itu sendiri, ada banyak istilah yang lebih khusus untuk bak mandi. "Ofuro" lebih menunjukkan pada kegiatan mandinya.*

Biasanya air panas yang digunakan tidak hanya berfungsi untuk membersihkan tubuh, tetapi kehangatannya sekaligus memberikan rasa ketenangan dan kenyamanan bagi tubuh. Dalam tradisi di Jepang, ketika membersihkan daki dan kotoran tubuh biasanya dilakukan di luar bak tempat berendam. Hal tersebut dilakukan agar tetap menjaga kebersihan air di dalam bak sehingga dapat digunakan anggota keluarga lainnya tanpa harus mengisi air yang baru untuk berendam. Apabila air di dalam bak terdapat sisa sabun, tentu saja

sangatlah merepotkan, karena harus membersihkan dan mengisinya dengan air yang baru. Hal tersebut sangatlah jelas telah membuang waktu yang banyak.

Selain *ofuro*, istilah lain untuk mandi adalah *yu* (湯), yang berarti air panas, atau mandi. Simbol *yu* ini hingga kini menjadi tanda konvensional di tempat pemandian umum dan *onsen*. Dalam konteks mandi, *yu* juga mengandung makna uap, relaksasi, dan berendam.

b. *Sentō*

Orang Jepang lebih menyukai aktifitas mandi dilakukan bersama-sama, dimana setiap individu dapat bersosialisasi atau berhubungan erat dengan keluarga, dengan cara berbagi satu bak mandi atau dengan menggosokkan punggung satu dengan yang lainnya. Meskipun kebanyakan rumah di Jepang sekarang mempunyai kamar mandi sendiri, tetapi mayoritas dari orang Jepang lebih menyukai pergi ke pemandian umum, atau *sentō*. Istilah *sentō* sendiri menunjukkan pada arti tempat pemandian umum. Pemandian ini berkembang pada masa Edo dan digunakan secara luas oleh masyarakat di Jepang (Clark, 1994,p. 25).

Sento adalah pemandian umum yang merupakan gabungan dari dua kata yang berbeda, "*sen*" yang berarti uang dan "*to*" yang berarti air panas. Biasanya penghuni apartemen sempit memilih mandi di *sentō* (Clark, 1994,p. 25), hal itu karena ukuran kamar apartemen yang sempit sehingga tidak terdapat kamar mandi di dalamnya, walaupun umumnya apartemen yang baru selalu menyediakan kamar mandi, kebiasaaan mandi di *sentō* tetap digemari.

Kegiatan mandi di *sentō* biasanya berlangsung sejak sore hari karena *sento* dibuka mulai pukul empat sore dan tutup pukul sebelas malam. Tidak ada batas waktu penggunaan bak mandi, dimana pengunjung dapat menggunakannya sesuka hati (Clark, 1994,p. 26). Kebanyakan *sento* terdapat di dalam kompleks perumahan atau apartemen sehingga pengunjung yang datang berasal dari satu daerah yang sama.

c. *Onsen*

Onsen adalah pemandian air panas dengan menggunakan sumber mata air yang mengandung mineral. Mandi di *onsen* juga membutuhkan tempat untuk berendam, yaitu bak mandi. Biasanya *onsen* berada di dekat sumber air panas di pegunungan. Sebagai negara vulkanik aktif, Jepang memiliki ribuan *onsen* yang tersebar di seluruh Jepang. *Onsen* secara tradisional digunakan sebagai tempat mandi umum dan saat ini memainkan peran sentral dalam mengarahkan pariwisata domestik Jepang.

2. Tata Cara Mandi di Jepang

a. Tata Cara Mandi di Ofuro

Tata cara dalam menggunakan *ofuro* adalah sebagai berikut: sebelum memulai kegiatan berendam seseorang diwajibkan untuk membersihkan tubuh terlebih dahulu dari segala kotoran daki dengan cara meyabuni tubuh dan menyikat kotoran-kotoran tersebut kemudian membilasnya hingga benar-benar bersih (Rosidi, 2003,p. 139). Hal itu dilakukan untuk menjaga air bak tetap bersih tanpa ada sedikitpun sisa-sisa kotoran tubuh apalagi sisa sabun dan shampo. Apabila terdapat campuran sabun dalam bak berendam tentu saja sangatlah merepotkan, karena seharusnya air tersebut masih bisa digunakan oleh anggota keluarga yang lain, sehingga untuk membersihkan bak tersebut memerlukan waktu yang cukup lama dimulai dari menguras, mengisi kembali air yang baru sampai proses memanaskan suhu air. Hal tersebut sangatlah jelas menyita waktu yang sangat banyak dan melakukan pemborosan energi.

b. Tata Cara Mandi di Sentō

Tata cara dalam menggunakan *sentō* adalah sebagai berikut:

1. Pada saat pengunjung memasuki *sentō*, pengunjung harus melepaskan alas kaki terlebih dahulu dan menyimpannya di loker yang telah disediakan pengelola.
2. Setelah melepaskan alas kaki. Pengunjung harus membayar uang masuk kepada pelayan yang duduk di *Bandai* (kursi pengawas) sebelum memasuki

ruang ganti pakaian. Ongkos masuk yang dibayarkan tidak terlalu mahal sekitar ¥330-¥400. Apabila ada pengunjung yang lupa membawa perlengkapan mandinya seperti: shampoo,sabun, dan lain-lain, dapat membelinya di *Bandai-san.*

3. Kemudian pengunjung berjalan menuju ruang ganti pakaian dengan melewati dua pintu yang memisahkan jenis kelamin mereka. Pintu untuk pria biasanya berwarna biru dan bertuliskan kanji (*otoko/*男), dan pintu masuk untuk wanita berwarna merah bertuliskan huruf kanji wanita (*onna/*女).
4. Pengunjung melepaskan pakaian yang dilakukan di dalam ruangan kamar ganti. Ini merupakan bagian tersulit bagi pengunjung yang baru pertama kali melakukan hal seperti ini. Kemudian setelah melepaskan seluruh pakaian, pakaian tersebut diletakkan di dalam sebuah keranjang. Ketelanjangan di depan orang yang tidak dikenal, sekalipun dengan sesama jenis kelamin, merupakan suatu tantangan.
5. Sebelum memasuki bak berendam pengunjung harus melakukan proses pembersihan tubuh terlebih dahulu, karena pengunjung tidak diperkenankan menyabuni tubuh dalam bak berendam. Bak berendam semata-mata hanya digunakan untuk berendam.
6. Setelah proses pembersihan tubuh sudah selesai, barulah pengunjung dapat beramai-ramai berendam di dalam bak yang cukup luas dan berlama-lama dalam bak air panas, meskipun airnya bisa sangat panas sekali pengunjung sangat menikmati mandi air panas tersebut dengan santai (Rosidi, 2003,p. 143).

Seorang *Bandai* dapat melihat keseluruhan ruangan untuk berganti pakaian sampai ke dalam *sentō*. Hal ini membuat banyak tamu merasa kan ketidaknyamanan, apalagi pada saat mereka sedang dalam keadaan telanjang, oleh sebab itu keberadaan petugas *Bandai* kemudian diganti menjadi *Furonto*, yaitu sejenis resepsionis hotel yang hanya berdiri di depan pintu masuk saja tanpa dapat melihat ke *sentō*, akan tetapi sebagian besar pengunjung menikmati percakapan yang mereka lakukan dengan *Bandai*, bahkan tidak merasa risih meskipun sedang tidak berpakaian. Bagi mereka hilangnya keberadaan petugas *Bandai* dirasakan

sebagai berkurangnya suatu ciri khas dalam tradisi Jepang. Rasa kebersamaan serta ciri dalam *sentō* itu sendiri (Clark, 1994,p. 33).

Hingga saat ini kata *sentō* masih digunakan untuk menyatakan tempat-tempat pemandian umum yang meminta bayaran kepada yang memakainya. Di *sentō* pengunjung membersihkan diri sambil mengobrol, tertawa-tawa di tengah uap air panas yang mengepul.

c. Tata Cara Mandi di Onsen

Pada saat akan berendam di *onsen,* setiap pengunjung harus mematuhi aturan mandi di dalam *onsen.* Aturan mandi di dalam *onsen* sama dengan aturan yang berlaku pada *ofuro* dan *sentō.* Tata cara mandi di *onsen* yang harus dipatuhi, yaitu sebagai berikut:

1. Ketika akan memasuki *onsen* hal yang pertama kali harus dilakukan adalah membayar tiket untuk masuk .
2. Ketika memasuki ruangan pemandian harus melepaskan sandal di *genkan,* lalu meletakkan sandal tersebut di dalama lemari yang telah disediakan pihak pengelola.
3. Pengunjung harus melepaskan pakaian di dalam kamar ganti yang di dalamnya bukan hanya sendiri tetapi harus melepaskan pakaian bersama-sama dengan orang lain yang sama sekali tidak di kenal. Ini merupakan bagian tersulit bagi pengunjung yang baru pertama kali melakukan hal seperti ini.
4. Sebelum masuk ke dalam bak berendam, terlebih dahulu membilas tubuh dengan air dari kran atau pipa-pipa pancuran yang telah disediakan di dalam kamar mandi. Di bawah kran tersebut telah tersedia bangku kecil dari plastik atau kayu, ember dan gayung.
5. Membersihkan seluruh badan dengan pipa pancuran atau dengan metode tradisional yaitu dengan mengisi ember dan mengambil airnya dengan menggunakan gayung berulang-ulang. Perlu diperhatikan jangan sampai meninggalkan bekas sabun di badan, karena membawa bekas sabun dalam bak berendam adalah suatu pelanggaran yang paling serius.

6. Setelah membersihkan badan, kemudian masuk ke dalam bak berendam dengan hati-hati sekali, karena kadang-kadang airnya bisa sangat panas, suhunya berkisar lebih dari 104°F atau sekitar 38° dan 42°. Bak berendam cukup dalam, dimana orang dewasa dapat duduk tegak dengan leher di atas permukaan.
7. Ketika berendam di dalam *onsen* tidak diijinkan mandi dengan mengenakan baju renang dan sama sekali tidak boleh menggunakan sabun dan shampoo pada saat berendam di *onsen*. *Onsen* lebih enak dinikmati dengan telanjang, tetapi apabila ingin menutupi daerah pribadi jika keluar bak boleh mengenakan handuk. Namun jika masuk ke dalam bak lagi, tinggalkan handuknya di luar kolam.
8. Setelah keluar dari bak berendam, duduk di atas tempat duduk kecil/rendah, bisa juga duduk di atas tumit dengan kata lain dengan pantat langsung menempel di lantai, kemudian membersihkan seluruh badan dan mencuci rambut.
9. Langkah terakhir adalah apabila selesai berendam, jangan membilas badan dengan air pancuran. Hal tersebut dilakukan agar mineral dan unsur-unsur lain yang terkandung di dalamnya dapat berpengaruh terhadap tubuh (http://www.japaneseguesthouses.com/hotsprings/paget.htm).

Selain aturan yang dipaparkan di atas yang terpenting untuk diperhatikan adalah sebaiknya mandi dilakukan setelah makan malam, karena akan terhindar dari penyakit seperti masuk angin dan lemas karena tidak tahan dengan air bersuhu panas, kemudian hal terpenting yang harus dilakukan setelah berendam di *onsen* adalah meminum air putih. Hal tersebut dilakukan karena ketika berendam dalam *onsen* tubuh akan mengalamai dehidrasi yang disebabkan oleh panasnya suhu air dalam *onsen*.

Kandungan mineral yang terdapat dalam *onsen* telah diteliti bahwa sangat bermanfaat bagi tubuh, meskipun demikian terdapat larangan untuk mandi di *onsen* bagi beberapa orang yang memiliki penyakit seperti, jantung dan darah tinggi. Hal tersebut juga berlaku bagi perempuan yang sedang hamil.

C. Perbedaan Onsen dan Sento

Onsen dan *sentō* merupakan tempat pemandian umum yang ada di Jepang, meskipun keduanya sama-sama tempat pemandian umum, kedua tempat tersebut juga mempunyai perbedaan yang sangat membedakan ciri khas keduanya.

Perbedaan yang paling penting antara *onsen* dengan *sentō* adalah bahwa air panas yang terdapat di *onsen* adalah asli mata air vulkanis, sedangkan *sentō* menggunakan air biasa yang di panaskan dengan mesin pemanas air. Selain itu karena air *onsen* merupakan mata air asli vulkanis, *onsen* dipercaya mempunyai khasiat untuk penyembuhan berdasarkan kekayaan kandungan mineral dan unsur-unsur lainnya yang terdapat dalam air *onsen*.

Perbedaan lainnya adalah harga tiket masuk. Harga tiket masuk antara *onsen* dan *sentō* berbeda. Hal itu karena fasilitas *onsen* dan *sento* berebeda. *Onsen* bukan hanya semata-mata sebuah tempat pemandian umum, tetapi sudah termasuk dengan menginap di sebuah resort, ada akomodasi, makanan yang berlimpah, dan berbagai macam hiburan seperti pemijatan, aromaterapi, ruangan relaksasi, dan suasana sekeliling yang sangat nyaman. Oleh sebab itu, tiket untuk masuk ke sebuah *onsen* jauh lebih mahal dibandingkan masuk ke *sentō*. Biaya untuk masuk ke sebuah *onsen* mulai dari ¥1000 (US$ 10) bagi yang berendam dengan singkat, dan bagi yang ingin tinggal satu malam, harus membayar sekitar ¥20.000 (US$ 200) (www.fastriver.com/onsen/onsen.fag.htm). Sedangkan biaya masuk ke *sento* sangat jauh dibawah biaya ke *onsen*, yaitu sekitar ¥300 (Condon, 1975,p. 64).

Akan tetapi, sekarang beberapa pengelola *sento* telah mengembangkan usaha pemandian umum menjadi lebih modern yang disebut *super sento*. *Super sento* merupakan tipe terbaru dari rumah pemandian umum dimana pengelola menambahkan macam-macam bak mandi dengan berbagai pilihan untuk berelaksasi, termasuk tempat untuk memijat tubuh dan kaki. *Super sento* seperti resort spa kecil yang menawarkan beberapa pilihan untuk mandi, terdiri dari mandi di luar ruangan dan mandi di dalam ruangan, bahkan rumah makan. Ongkos masuknya pun sama seperti *sento* tradisional sekitar ¥400 sampai ¥500. Bisnis *super sento* mengalami perkembangan yang sangat pesat, karena

masyarakat Jepang mencoba menemukan hiburan yang lengkap dan murah (www.flakmag.com/misc/sento.html) .