



CINTA EROTIS MENURUT ERICH FROMM DAN RELEVANSINYA BAGI KEHIDUPAN BERKELUARGA MASA KINI

Beato Adolph Kolping Teda¹, Dominikus M. Aja², Florianus Syukur³, Gualbertus A. Naibina⁴

beattoteda@gmail.com¹, dominicriptionsia@gmail.com², florianussyukur027@gmail.com³,
gibenaibina@gmail.com⁴

Universitas Jambi

Abstrak

Erich Fromm memandang cinta bukan sekadar emosi spontan, daya tarik hasrat yang menggebu-gebu, melainkan lebih dari itu cinta merupakan sutau seni yang menuntun pengetahuan, tanggung jawab, dan komitmen. Dalam kerangka pemikirannya, cinta erotis merupakan cinta yang intim dan penuh gairah antara dua pasangan dan mewakili naluri individu untuk bertahan hidup. Cinta Erotis yang otentik berakar pada kematangan pribadi di mana seseorang menempatkan hasrat untuk bersatu sepenuhnya dengan yang lain bukanlah hasrat seksual semata melainkan hasrat untuk bersatu dengan yang lain dengan berdasarkan pada perhatian, tanggung jawab, hormat dan pengenalan. Tanpa dimensi ini, cinta erotis mudah tereduksi menjadi nafsu sesaat, posesivitas, atau hubungan yang bersifat konsumtif. Berkaitan dengan cinta erotis, problematika ini sudah marak terjadi di dalam kehidupan keluarga zaman ini, karena pasangan suami istri salah mengartikan serta salah mengekspresikan cinta yang sesungguhnya. Akibatnya dalam dinamika hubungan suami dan istri, tidak terjadinya keseimbangan dan stabilitas antara kematangan emosional, gairah seksual, serta ikatan cinta yang matang yang mengakibatkan pasangan suami dan istri masuk dalam taraf destruktif dalam hubungan. Relevansi pemikiran Fromm bagi kehidupan keluarga terletak pada pemahamannya bahwa cinta erotis yang matang menjadi fondasi yang penting bagi relasi suami dan istri yang sehat dan berkelanjutan. Dalam konteks keluarga, cinta erotis tidak hanya meneguhkan ikatan emosional dan fisik pasangan, tetapi juga menciptakan ruang bagi pertumbuhan bersama, stabilitas relasi, serta pendidikan nilai cinta bagi anak-anak.

Kata Kunci: Kehidupan Keluarga; Cinta Erotis; Empat Unsur Mencintai.

Abstract

Erich Fromm views love not merely as a spontaneous emotion or a passionate surge of desire, but rather as an art that demands knowledge, responsibility, and commitment. Within his framework of thought, erotic love is an intimate and passionate form of love between two partners, representing the individual's instinct for survival. Authentic erotic love is rooted in personal maturity, where one's desire to unite completely with another is not solely sexual but stems from care, responsibility, respect, and recognition. Without these dimensions, erotic love is easily reduced to momentary lust, possessiveness, or a consumptive relationship. Regarding erotic love, this issue has become widespread in contemporary family life, as married couples misunderstand and misexpress true love. Consequently, in marital dynamics, there is a lack of balance and stability between emotional maturity, sexual passion, and a mature bond of love—leading couples into destructive patterns in their relationship. Fromm's ideas are relevant to family life in that mature erotic love serves as a crucial foundation for a healthy and sustainable marital relationship. In the family context, erotic love not only strengthens the couple's emotional and physical bond but also creates space for mutual growth, relationship stability, and the teaching of love values to children.

Keywords: *Family Life, Erotic Love, Four Elements Of Loving.*

PENDAHULUAN

Cinta sebagai realitas manusiawi merupakan salah satu tema sentral dalam kajian filsafat, psikologi, dan etika sosial. Sejak zaman Yunani kuno hingga zaman modern, cinta dipahami bukan sekedar perasaan yang spontan, melainkan dinamika eksistensial yang membentuk relasi manusia. Dalam tradisi filsafat Yunani kuno, Plato memahami cinta erotis (eros) sebagai dorongan menuju keindahan yang lebih tinggi, suatu gerak transenden dari ketertarikan fisik menuju kesempurnaan rohani. Hal ini ditegaskannya dalam symposium, ketika ia menggambarkan eros sebagai kekuatan yang mengangkat jiwa dari yang lahiriah menuju yang ilahi (Wibowo, 2006). Di sisi lain, Freud menafsirkan cinta dalam kerangka psikoanalisis sebagai ekspresi naluri kehidupan (eros) yang mendorong manusia untuk melestarikan diri dan mempertahankan keberlangsungan spesies (Freud, 2012). Sementara itu, Erich Fromm mengembangkan suatu pemahaman cinta yang lebih komprehensif. Dalam karyanya *The Art of Loving*, Erich Fromm menegaskan bahwa cinta erotis bukanlah gairah seksual semata, melainkan seni yang menuntut disiplin, tanggung jawab, perhatian, dan pengenalan mendalam terhadap pribadi yang dicintai (Lubis, 2007).

Pemikiran Fromm menjadi sangat relevan ketika dikaitkan dengan kehidupan keluarga masa kini. Perkembangan teknologi digital, perubahan struktur sosial, meningkatnya ekspektasi emosional dalam pernikahan, serta tekanan ekonomi dan psikologis telah mengubah lanskap kehidupan keluarga secara signifikan. Hubungan perkawinan dan kehidupan keluarga seringkali hanya dilihat sebagai sebuah kontrak (perjanjian) antara kedua pihak karena didasarkan pada keinginan yang kebetulan sama karena kondisi misalnya keinginan untuk memenuhi tuntutan sosial masyarakat bahwa setiap orang harus menikah dan membangun keluarga. Tuntutan sosial masyarakat tersebut sering membuat orang membuat keputusan untuk menikah dan kawin sebagai sebuah tindakan formalitas saja tanpa ada penghayatan yang lebih dalam mengenai hakikat perkawinan yang harus didasarkan cinta antara pasangan untuk saling mengasihi satu sama lain secara tulus, setia, hormat dan bertanggungjawab. Konsekuensinya banyak bahtera perkawinan dan kehidupan keluarga saat ini yang hancur karena banyak orang yang belum menyadari dasar sebenarnya dari kehidupan keluarga. Di tengah dinamika tersebut, relasi suami-istri sering mengalami kelelahan emosional, keterasingan afektif dan krisis makna dalam kebersamaan (Gidens, 2011). Keluarga modern tidak hanya membutuhkan keharmonisan, tetapi fondasi cinta yang matang dan mampu bertahan di tengah guncangan zaman.

Oleh karena itu, kajian mengenai cinta erotis menurut Erich Fromm menjadi penting untuk dibahas. Pemikiran Fromm menyediakan perspektif sosio-psikologis yang menuntun pasangan untuk membangun relasi yang dewasa, saling menghargai, dan berakar pada komitmen hidup bersama. Dengan menghubungkan konsep tersebut dalam konteks kehidupan keluarga masa kini, tulisan ini berupaya menawarkan refleksi teoritis sekaligus relevansi praktis bagi penguatan kehidupan pernikahan di tengah tantangan modernitas..

METODE

Dalam membuat kajian ini, penulis menggunakan metode penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang tidak menggunakan berupa angka untuk memahami fenomena dan realitas sosial, melainkan berfokus pada penyelidikan yang mendalam mengenai konteks, pengalaman dan konsep tertentu yang mempengaruhi cara hidup individu dan komunitas (Dr. Terang Siregar, p. 10). Kajian mengenai cinta erotis menurut Erich Fromm dan relevansinya bagi kehidupan berkeluarga dibuat dengan menggunakan metode penelitian kualitatif melalui eksplorasi yang mendalam mengenai

konteks dan pemahaman manusia saat ini mengenai cinta yang menjadi dasar untuk kehidupan perkawinan. Tujuan dari penelitian kualitatif ialah mendapatkan pemahaman mengenai makna yang diperoleh individu atau komunitas dari suatu konteks lingkungan atau budaya, fenomena, keyakinan atau idealism (konsep) tertentu (Eem Munoawaroh, p. 54). Melalui penelitian kualitatif, penulis mencoba memahami makna yang diperoleh individu mengenai cinta dan perkawinan dari budaya, masyarakat dan idealism tertentu. Metode yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian kualitatif ialah observasi, wawancara dan dokumen serta menggunakan pendekatan induksi dalam menganalisis data sampai mencapai kesimpulan (Nurman, pp. 33-41). Dalam membuat kajian ini penulis mengumpulkan data melalui metode dokumen. Melalui metode dokumen, penulis membuat kajian dan studi pustaka dari berbagai literature seperti buku dan jurnal yang berkaitan dengan cinta erotis menurut Erich Fromm dan berbagai perosalan mengenai kehidupan berkeluarga saat ini. Semua data dan informasi yang ditemukan disajikan secara deskriptif (Dominikus M. Aja, p. 469). Data-data yang ditemukan pun dianalisis dengan pendekatan induktif, yaitu dari hal-hal yang khusus menuju hal-hal yang umum untuk membuat kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kehidupan Keluarga Masa Kini dalam Perspektif Sosial-Psikologi

Menurut Kementrian Kesehatan Republik Indonesia keluarga merupakan unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah satu atap dalam keadaan saling ketergantungan (Wiratri, hal. 15). Sigmund Freud, seorang psikolog, melihat keluarga sebagai manifestasi dari pada dorongan seksual sehingga landasan keluarga itu adalah kehidupan seksual suami istri. Ia terbentuk karena adanya perkawinan pria dan wanita (Kansil, hal. 5). Selain itu, Zainal Ali mengutip apa yang ditulis Diva (1972) mendefinisikan keluarga sebagai sekumpulan orang yang dihubungkan dengan ikatan perkawinan, adaptasi dan kelahiran yang bertujuan menciptakan dan mempertahankan budaya yang umum, meningkatkan perkembangan fisik, mental, dan emosional, serta sosial individu yang ada di dalamnya, dilihat dari interaksi yang regular dan ditandai dengan adanya ketergantungan dan hubungan untuk mencapai tujuan umum (Kansil, hal. 5). Dari tiga pandangan ini, dapat dilihat bahwa keluarga merupakan sebuah komunitas kecil yang terdiri dari beberapa individu. Sebagai sebuah komunitas, kehidupan keluarga tentu tak luput dari berbagai persolan hidup.

Kehidupan keluarga pada era modern mengalami transformasi yang sangat cepat dan kompleks akibat pengaruh globalisasi, revolusi teknologi digital, urbanisasi, serta pergeseran nilai sosial dan budaya. Keluarga yang dahulu dipandang sebagai institusi stabil dengan struktur yang relatif tetap kini menghadapi beragam dinamika dan tekanan baru yang memengaruhi kualitas relasi suami-istri maupun pola pengasuhan anak (Wiratri, hal. 17). Di satu sisi, kemajuan teknologi dan meningkatnya kesadaran akan martabat pribadi membawa peluang besar bagi perkembangan keluarga, misalnya melalui pembagian peran yang lebih egaliter, peningkatan kesadaran akan kesehatan mental, serta penguatan hak anak dan perempuan. Namun di sisi lain, transformasi ini juga menghadirkan tantangan emosional, psikologis, dan moral yang seringkali memicu ketegangan dalam kehidupan pernikahan.

Salah satu fenomena yang paling dominan dalam keluarga masa kini adalah meningkatnya emosional fatigue atau kelelahan emosional dalam relasi intim. Kelelahan emosional dapat dipahami sebagai keadaan emosional yang berlebihan atau daya emosional seseorang telah habis karena kontak seseorang dengan orang lain. Kelelahan emosional ini mengacu pada tiga hal, yakni fisik, emosi, dan mental (Ahsyari, hal. 172). Faktor

penyebabnya bisa beban kerja, tekanan waktu, kurangnya dukungan sosial, dan stress peran (Putri, hal. 136). Pola kerja yang menuntut efisiensi tinggi, budaya serba cepat, serta tekanan ekonomi seringkali membuat pasangan kekurangan energi emosional untuk saling hadir dan mendengarkan satu sama lain. Situasi ini diperparah oleh budaya digital yang menciptakan konektivitas eksternal tetapi memiskinkan kehadiran afektif internal. Banyak pasangan, meski hidup dalam satu rumah, justru mengalami keterasingan emosional (emotional disconnection) karena kehadiran gawai menggantikan dialog personal. Kedekatan fisik tidak lagi otomatis berarti kedekatan emosional.

Selain itu, keluarga masa kini ditandai oleh meningkatnya standar ekspektasi terhadap relasi pernikahan. Menurut Juvva dan Bhatti sebagaimana dikutip oleh Azisyah Rannu, mengatakan bahwa ekspektasi pernikahan merupakan sebuah hal yang telah ditanamkan sebagai produk sosial-budaya, berdasarkan pengalaman kedua keluarga ipar pasangan, termasuk juga hal yang terdapat pada pasangan seperti seksual, persahabatan, dan konsep pasangan ideal (Rannu, hal. 190). Di era tradisional, pernikahan terutama dilihat sebagai institusi ekonomi-sosial; sementara pada era modern, pernikahan diharapkan mampu memenuhi kebutuhan emosional, psikologis, seksual, dan eksistensial secara bersamaan. Anthony Giddens menyebut fenomena ini sebagai *pure relationship*, yakni relasi intim yang dipertahankan sejauh memberikan kepuasan emosional bagi kedua belah pihak, namun dapat diputuskan ketika kepuasan itu menurun (Jameison, hal. 477). Pola ini menjelaskan mengapa perceraian, perselingkuhan emosional, dan ketidakpuasan dalam rumah tangga meningkat, bukan semata karena masalah ekonomi, tetapi karena relasi menjadi sangat berbasis perasaan.

Di samping itu, perubahan identitas gender juga membawa dampak signifikan pada kehidupan keluarga. Pembagian peran yang lebih setara dalam rumah tangga merupakan perkembangan positif, tetapi transisi ini tidak jarang memunculkan kebingungan peran (*role confusion*) dan konflik ekspektasi antara suami dan istri (Zahra, 2024). Masing-masing pihak berharap dirinya dipahami sepenuhnya oleh pasangan, sementara keduanya mengalami kesulitan untuk memahami satu sama lain pada tingkat emosional yang mendalam.

Pada saat yang sama, keluarga modern menghadapi masalah *intimacy paradox*, yaitu pasangan mendambakan kedekatan yang sangat intim, tetapi di sisi lain takut kehilangan otonomi pribadi. Banyak hubungan mengalami tarik-menarik antara keinginan untuk menyatu dan kebutuhan untuk bebas. Ketegangan ini mudah berubah menjadi sikap posesif, cemburu berlebihan, ambivalensi emosional, atau penarikan diri psikologis (Donald.S.Williamson, hal. 3-4). Dalam konteks ini, kehidupan seksual sering dipakai sebagai kompensasi untuk mengatasi rasa bosan, kehampaan relasi, atau pertengkaran emosional. Akibatnya, hubungan suami-istri terkadang bergantung pada gairah sebagai perekat utama, bukan pada kualitas cinta yang menyeluruh.

Di tingkat sosio-kultural, keluarga masa kini juga menghadapi tantangan berupa hilangnya ruang komunitas yang memberi dukungan moral dan emosional. Individualisme yang meningkat menyebabkan pasangan sulit mencari tempat untuk berbagi, memperoleh pemaknaan, maupun mendapat fondasi spiritual bagi relasi mereka. Banyak relasi pernikahan bertahan tanpa landasan transenden atau nilai cinta yang kuat, sehingga mereka lebih rentan ketika berhadapan dengan konflik (Istida, 2024).

Keseluruhan dinamika ini menunjukkan bahwa keluarga masa kini bukan terutama kekurangan hasrat untuk mencintai, tetapi kekurangan panduan untuk mencintai secara dewasa. Orang ingin bahagia dalam pernikahan, tetapi tidak selalu memiliki kapasitas afektif untuk membangun cinta yang matang dan bertanggung jawab. Di sinilah konsep cinta menurut Erich Fromm menjadi sangat signifikan. Ia memperkenalkan cinta bukan

sebagai pengalaman emosional spontan, melainkan sebagai seni dan praktik kehidupan yang menuntut kedewasaan spiritual, emosional, dan moral. Dengan demikian, ulasan tentang cinta erotis menurut Fromm tidak hanya mempunyai nilai teoretis, tetapi juga bernilai praksis sebagai fondasi untuk membangun keluarga yang tahan terhadap tekanan budaya modern dan kokoh terhadap tantangan psikologis relasi intim.

Cinta Erotis Menurut Erich Fromm

1. Biografi Erich Fromm

Erich Fromm, lahir di Frankfurt pada 23 Maret 1900. Ia adalah seorang psikoanalisis, ahli teori sosial, sekaligus filsuf. Ia dibesarkan dalam keluarga Yahudi ortodoks (Fromm, hal. 187). Ia adalah anak tunggal dari pasangan Naphthali Fromm dan Rosa Krause. Dari beberapa tesis, Fromm merupakan anak yang mengalami beberapa pengalaman traumatik yang mempengaruhi gagasan-gagasannya di kemudian hari. Ia cukup mendapat pengalaman problematik dan ambivalen. Sikap ayahnya yang paternal yang dipengaruhi oleh lingkungan kehidupan orang Yahudi yang bersifat patriarkat yang kemudian menyebabkan Fromm dikekang dan tidak bisa mengekspresikan dirinya sesuai dengan kehendaknya. Hal ini nyata ketika ayahnya menginginkan dirinya sebagai seorang sarjana Talmud. Selain ayahnya, ia juga mendapat pengalaman problematis dengan ibunya. ibunya yang menyandang nama "Krausae" seolah-olah mencintai Fromm sejauh ia merupakan anggota keluarga Krausae dan menolaknya sebagai Fromm. Agar mendapat dicintai oleh ibunya, maka Fromm secara terpaksa menolak sifat dan identitasnya sebagai "Fromm".

Pada umur 14 tahun, Fromm diguncangkan jejak perang dunia mengubah pandangannya tentang agama. Jerman pada saat itu diguncang oleh kegilaan kolektif dan histeris masa. Pengalaman perang menumbuhkan sejumlah pertanyaan tentang seputar perilaku manusia sehingga Fromm terjun pada ilmu sosiologi dan psikologi. Ia belajar di Universitas Heidelberg pada tahun 1919 hingga meraih gelar Ph.D pada tahun 1922 (Fromm, 2018). Fromm mendapat kehormatan menjadi bagian dari "Mazhab Frankfurt" dan mendirikan Institut Psikoanalisis Frankfurt. Selain itu, ia juga bergabung dengan Institut Sosial Frankfurt. Namun situasi Jerman di bawah Nazi memaksa tokoh-tokoh, yang kebanyakan Yahudi, untuk keluar dari Jerman, termasuk Fromm.

Sejak tahun 1934, Fromm menetap di Amerika Serikat dan mulai mengajar di Amerika Serikat dan mulai mengajar di Columbia University, selain itu ia juga memberi kuliah di Yale University dan Bennington College. Pada tahun 1942, buku Fromm terbit, yang berjudul "Escape From Freedom." Karya-karya Fromm selanjutnya sarat akan kritik tajam terhadap Freud yang membuatnya berseberangan dengan kolega-koleganya para Freudian (Fromm, 2018). Ia dengan tidak ragu-ragu menerbitkan serangkaian kritik terhadap teori psikoanalitik, seiring dengan munculnya ide-ide yang mewartakan terobosan signifikansi dari ortodoksi Freudian. (Iga Megler, 2015) Fromm meninggalkan kelompok Horkheimer pada tahun 1939 dan dicap sebagai "intelektual yang terlupakan" atau "less close".

Selain berkisar pada kritik atas teori Freud, sebagai seorang Mazhab Frankfurt, Fromm juga pengagum Marxisme. Kondisi antara kondisi kejiwaan manusia dengan lingkungan Sosial dan budaya adalah dasar dari teori Fromm. Ia menyalahkan Kapitalisme sebagai penyebab degradasi umat manusia, dan dengan demikian, penyebab perang.

2. Cinta Erotis

Dalam pandangan umum, cinta erotis berawal dari perasaan jatuh cinta yang menggebu-gebu dari dua orang asing untuk saling mengenal dan bersatu. Plato melihat cinta erotis sebagai tahap awal cinta yang ditandai oleh hasrat fisik dan sikap menggebu-gebu (Santas, hal. 13). Freud melihat cinta erotis sebagai cinta yang intim dan penuh gairah antara dua pasangan dan mewakili naluri individu untuk bertahan hidup (Linda Ayu Dramurtika, hal. 66). Eros mengacu pada keinginan yang kuat (tekad) individu untuk hidup dengan aktivitas

seksual sebagai keuatan utama. Pengenalan satu sama lain biasanya mencapai pengenalan yang paling intim melalui hubungan seksual. Setelah saling mengenal satu sama lain, semua tembok dan benteng penghalang antara dua orang manusia akhirnya hancur dan mereka bisa mengenali satu sama lain seperti dirinya sendiri. Anggapan mengenali pasangan secara penuh membawa orang pada kebosanan karena merasa tidak ada lagi hal baru dan asing yang perlu ditaklukkan dan diketahui. Kebosanan sering kali diatasi dengan penyatuan seksual untuk mencapai kenikmatan dan kepuasan seksual. Aktus seksual yang didasarkan pada motivasi untuk mencari kenikmatan dan kepuasan seksual adalah sebuah tindakan ogiastik (kepuasan semu) semata. Hubungan seksual yang dilihat sebagai solusi untuk mengatasi kebosanan dan sebagai solusi untuk mengatasi keterpisahan dengan pasangan karena hanya merasa bersatu di dalam penyatuan tubuh bukanlah cinta antara pasangan yang sebenarnya karena tidak didasarkan pada penyatuan cinta yang mendalam. Kebosanan terhadap pasangan akan membuat orang merasa lelah dalam hubungan yang biasa-biasa saja dengan pasangannya. Rasa bosan dan lelah dengan pasangan berakibat pada keigninan untuk mencari orang baru dengan pengalaman baru yang asing dengan tujuan untuk menaklukkan dan menemukan cintanya. Pencarian cinta pada orang baru karena perasaan kebosanan, keinginan untuk menaklukkan dan keinginan untuk menemukan pengalaman baru yang berbeda dari pasangan sebelumnya lagi-lagi akan berujung pada rasa bosan setelah orang melakukan hubungan seksual berulang-ulang.

Menurut Erich Fromm, cinta erotis adalah cinta yang berkaitan dengan hasrat dari seseorang untuk bersatu sepenuhnya dengan seseorang yang lain (Fromm, hal. 77). Hasrat untuk bersatu sepenuhnya dengan yang lain bukanlah hasrat seksual semata melainkan hasrat untuk bersatu dengan yang lain dengan berdasarkan pada perhatian, tanggung jawab, hormat dan pengenalan. Perhatian, tanggung jawab, hormat dan pengenalan adalah empat unsur dalam mencintai (Sutarno, hal. 4). Perhatian adalah unsur pertama dan yang paling nyata dalam cinta. Perhatian terhadap pasangan berkaitan dengan kepedulian aktif pada kehidupan dan pertumbuhan orang yang kita cintai. Perhatian bukan sekadar kepada pasangan bukanlah sekadar melihat dan memandangi, melainkan merawat, mengurus, menopang dan mendukung kehidupan orang yang dicintai. Oleh karena itu, perhatian dapat diartikan sebagai suatu kehadiran yang nyata dan bukan hanya secara emosional melalui kata-kata, tetapi peduli pada pertumbuhan pasangan, berusaha dan berkorban demi kebaikan pasangan. Tanggung jawab terhadap pasangan adalah panggilan dan kesediaan untuk menanggapi kebutuhan orang yang kita cintai baik secara fisik maupun emosional, baik yang yang terungkapkan dalam kata-kata maupun yang tidak terungkapkan. Tanggung jawab mendorong kita untuk menjaga kehidupan orang yang kita cintai sebagaimana kita mencintai dan menjaga kehidupan kita. Dalam cinta orang dewasa, tanggung jawab tidak lagi dilihat sebagai tindakan perawatan fisik, melainkan juga sebagai kemampuan untuk memahami kebutuhan emosional, seperti kebutuhan untuk didengar, dipahami, dipeluk, dihargai dan ditemani. Namun tanggung jawab tidak boleh menjadi alasan untuk membatasi dan mengendalikan kehidupan pasangan seturut kemauan pribadi yang sepihak tetapi harus tetap melihat pasangan sebagai persona yang unik, otonom dan bebas. Oleh karena itu, cinta yang bertanggungjawab harus dibarengi dengan rasa hormat terhadap pasangan. Rasa hormat terhadap pasangan adalah ungkapan bahwa orang yang kita cintai adalah pribadi yang bebas, otentik dan utuh dan bukan objek yang bisa dimanipulasi dan dieksploitasi. Pengenalan terhadap pasangan berkaitan dengan pemahaman yang mendalam mengenai batin, luka, harapan, kekuatan dan kerinduan mencintai dari orang yang kita cintai. Cinta terhadap terhadap seseorang atau pasangan yang didasarkan pada perhatian, tanggung jawab, hromat dan pengenalan adalah cinta yang sejati.

Fromm menegaskan bahwa tujuan hasrat seksual yang sebenarnya bukanlah untuk mencapai kepuasan seksual semata karena dorongan fisik, bukan untuk menaklukkan orang lain dengan maksud untuk mendapatkan pengalaman baru, melainkan untuk penyatuan jiwa raga antara dua orang yang saling mencintai secara mendalam (Fromm, 2018). Cinta yang mendalam terhadap pasangan akan membuat orang merasakan ketakterbatasan dalam diri pasangannya sehingga pengenalan terhadap pasangan untuk mengalami pengalaman-pengalaman baru dalam hidup terjadi dari waktu ke waktu. Cinta yang mendalam akan membuat dua manusia yang saling mencintai satu sama lain terhindar dari rasa bosan untuk mengenal satu sama lain dan rasa lelah untuk mencintai pasangan. Rasa cinta yang dalam terhadap pasangan bersumber dari cinta persaudaraan. Cinta persaudaraan akan membuat cinta erotis menjadi cinta yang mendalam antara dua orang manusia dan bukan hanya sekadar hasrat penyatuan seksual demi rasa orgiastic yang sesaat. Cinta persaudaraan membuat cinta erotis bukan lagi berasal dari hasrat seksual semata dan mengarah pada penaklukan. Cinta persaudaraan membuat cinta erotis berasal dari rasa cinta yang mendalam terhadap pasangan dan mengarah pada penyatuan hidup satu sama lain selamanya. Cinta yang mendalam dalam cinta erotis akan mengarah pada penyatuan hidup antara dua orang manusia jika didasarkan pada kerelaan dalam membuat keputusan, pertimbangan dan janji untuk setia satu sama lain dan bukan hanya didasarkan pada perasaan yang bisa hilang muncul.

Cinta erotis bersifat eksklusif. Eksklusif berarti seseorang hanya bisa menyatukan dirinya secara penuh melalui penyatuan erotis hanya dengan satu orang dan berkomitmen penuh dalam seluruh aspek kehidupan bersamanya (Fromm, hal. 81). Namun cinta erotis yang eksklusif tersebut tidak boleh meniadakan kasih terhadap sesama yang lain karena hal tersebut akan bertentangan dengan cinta persaudaraan dan akan mengarah pada sikap egoisme. Dalam Alkitab, cinta persaudaraan ditegaskan melalui kalimat, “cintailah sesamamu manusia seperti dirimu sendiri” (Matius 22: 39). Cinta persaudaraan tidak hanya terarah pada satu orang dan tertutup untuk orang lain. Cinta persaudaraan bukanlah cinta yang hanya diarahkan kepada orang-orang tertentu saja karena ada hubungan persaudaraan dalam tanda kutip, seperti hubungan darah, hubungan kerja, seasal, sebangsa dan kelompok tertentu. Sebaliknya cinta persaudaraan adalah cinta terhadap sesama manusia yang tidak terbatas pada hubungan dan ikatan tertentu melainkan melampaui batas-batas tersebut. Alasannya karena semua manusia memiliki kodrat yang mulia dalam dirinya yang harus dihargai, dihormati dan dikasihi sebagaimana diri kita sendiri yang secara eksistensial selalu ingin dicintai oleh yang lain.

Jadi, cinta menurut Fromm adalah sebuah seni karena menuntut sebuah niat dan usaha dari manusia untuk mencintai yang lain dan bukan hanya ingin dicintai. Pada akhirnya cinta adalah memberi atau berbagi kehidupan. Berbagi kehidupan berkaitan dengan mengalirkan kebahagiaan, humor, ketulusan, kesetiaan, pengertian, kesedihan dan seluruh isi hati. Dalam proses memberi ini kehidupan pun tercipta. Orang yang kita cintai pun ikut bertumbuh dan pertumbuhan tersebut pun memantul kembali kepada pemberinya. Inilah sebabnya cinta sejati selalu menghasilkan cinta dan bukan ketergantungan atau kekosongan.

Relevansi Cinta Erotis menurut Erich Fromm dengan Kehidupan Keluarga Masa Kini

Konsep cinta erotis menurut Erich Fromm memiliki relevansi yang sangat kuat dan signifikan ketika dikaitkan dengan dinamika kehidupan keluarga masa kini. Dalam pandangan Fromm, cinta erotis bukan sekadar ketertarikan seksual, bukan pula pelepasan hasrat instingtif semata, tetapi merupakan relasi interpersonal yang menuntut kedewasaan emosional dan tanggung jawab eksistensial. Cinta erotis, sebagaimana dirumuskan Fromm, adalah bentuk cinta yang berakar pada kapasitas seseorang untuk memberikan dirinya secara

utuh dan sadar kepada orang lain dengan cara yang saling memperkaya. Di dalamnya terdapat unsur “penyatuan” yang tidak meniadakan identitas personal, melainkan membentuk ikatan batin yang penuh kesadaran dan kebebasan (Fromm, 2018).

Relevansi konsep tersebut menjadi sangat menonjol ketika ditempatkan dalam konteks keluarga masa kini, yang ditandai oleh perubahan besar dalam struktur sosial, peran gender, konsep kebahagiaan, dan pola komunikasi. Keluarga modern berhadapan dengan berbagai tantangan seperti tekanan ekonomi, beban kerja yang tinggi, ritme hidup yang cepat, budaya instan, keterasingan digital, dan ekspektasi akan hubungan yang sempurna. Semua faktor ini berkontribusi pada meningkatnya ketegangan dan rapuhnya relasi intim, termasuk meningkatnya angka perceraian, relasi yang hambar secara emosional, dan hilangnya kedekatan spiritual antara suami dan istri.

Dalam konteks seperti ini, pemikiran Fromm menjadi sangat relevan. Fromm menegaskan bahwa cinta erotis tidak dapat bertahan hanya berdasarkan perasaan atau ketertarikan. Ketika kehidupan keluarga modern sangat diwarnai oleh dinamika emosional yang naik turun, konsep cinta erotis Fromm mengingatkan bahwa relasi suami-istri membutuhkan empat unsur dasar, yakni perhatian, tanggung jawab, rasa hormat, dan pengenalan mendalam (pengetahuan) (Fromm, 2018). Keempat unsur ini memberikan kerangka nilai yang dapat menuntun pasangan dalam menghadapi kompleksitas hidup berkeluarga.

Pertama, perhatian relevan ketika keluarga menghadapi kelelahan emosional dan tekanan hidup. Banyak pasangan kehilangan waktu untuk saling memperhatikan karena kesibukan dan tuntutan kerja. Fromm menegaskan bahwa perhatian bukan sekadar hadir secara fisik, tetapi hadir secara batin, menunjukkan minat tulus pada dunia emosional pasangan. Dalam argumentasinya, Fromm mengatakan bahwa cinta adalah kepedulian aktif pada kehidupan dan pertumbuhan yang kita cintai itu (Fromm, 2018). Perhatian demikian mampu memulihkan kehangatan relasi yang terkikis oleh rutinitas.

Kedua, tanggung jawab menjadi krusial dalam konteks keluarga masa kini yang sering terjebak dalam pola hubungan yang individualistik. Pasangan terkadang memaknai kebahagiaan sebagai kepuasan diri, bukan kebahagiaan bersama. Fromm menyatakan bahwa tanggung jawab bukanlah beban, tetapi kemampuan untuk merespons kebutuhan yang nyata dari orang yang dicintai (Fromm, 2018). Dalam kehidupan keluarga modern, tanggung jawab ini mencakup kemampuan untuk memahami beban mental pasangan, pembagian kerja yang adil, dan kehadiran emosional saat dibutuhkan.

Ketiga, rasa hormat menjadi landasan penting dalam menghadapi perubahan peran gender dan tuntutan kemandirian pribadi. Keluarga masa kini sering bergumul dengan konflik peran, misalnya harapan tradisional yang berbenturan dengan identitas modern laki-laki dan perempuan. Konsep Fromm mengenai hormat, yang berarti mengakui martabat pasangan sebagai pribadi yang bebas dan unik, memberikan kerangka etis agar pasangan tidak saling mengontrol, menghakimi, atau merendahkan (Fromm, 2018). Ini sangat relevan untuk mencegah bentuk-bentuk relasi yang toxic, manipulatif, atau posesif.

Keempat, pengenalan mendalam (intimate knowing) atau pengetahuan sangat penting bagi keluarga yang hidup di era digital. Budaya media sosial sering menciptakan ilusi kedekatan, padahal pasangan tidak benar-benar mengenal dunia batin satu sama lain. Fromm menekankan bahwa cinta erotis membutuhkan proses pengenalan yang terus-menerus; menyelami ketakutan, harapan, trauma, dan mimpi pasangan (Fromm, 2018). Pengenalan ini memungkinkan pasangan menciptakan keintiman emosional yang stabil dan kokoh, bukan sekadar kedekatan fisik atau rutinitas sehari-hari.

Selain empat unsur itu, relevansi cinta erotis dalam kehidupan keluarga masa kini juga terlihat dalam kritik Fromm terhadap cinta yang naif, konsumtif, dan emosional semata.

Banyak pasangan modern memasuki pernikahan dengan pandangan romantis yang tidak realistis, sehingga ketika kenyataan hidup muncul, hubungan menjadi rapuh. Fromm mengingatkan bahwa cinta yang matang menuntut kedewasaan, disiplin batin, dan komitmen jangka panjang. Ia menolak pandangan bahwa cinta adalah sesuatu yang “terjadi begitu saja”; cinta adalah suatu seni yang harus diusahakan, dipelajari dan dilatih. Pandangan ini sangat relevan ketika keluarga masa kini dihadapkan pada pola hubungan yang mudah menyerah, “culture of disposability”, serta tekanan emosional yang sering membuat pasangan memilih jalan singkat daripada memperjuangkan relasi.

Lebih jauh lagi, cinta erotis Fromm memberikan kerangka kritis terhadap relasi-relasi modern yang berorientasi pada kepuasan sesaat. Dalam keluarga masa kini, tantangan seperti perselingkuhan digital, godaan hubungan virtual, dan pelarian emosional melalui hiburan digital sangat nyata. Fromm menawarkan perspektif bahwa cinta erotis sejati tidak mencari sensasi baru, tetapi mencari kedalaman, bukan variasi; mencari keutuhan batin, bukan pelampiasan; mencari persatuan yang penuh kesadaran, bukan sekadar penggabungan fisik.

Dengan demikian, relevansi cinta erotis menurut Erich Fromm dalam konteks keluarga masa kini terletak pada kemampuannya memberikan orientasi moral, psikologis, dan relasional yang dapat memperkuat kehidupan pernikahan. Nilai-nilai Fromm dapat menjadi pedoman untuk membangun keluarga yang lebih stabil, penuh kasih, dan matang dalam menghadapi berbagai situasi hidup yang kompleks. Cinta erotis dalam pengertian Fromm bukan hanya fondasi keintiman suami istri, tetapi juga menjadi dasar terciptanya rumah tangga yang harmonis, sehat secara emosional, dan bermartabat—sebuah kebutuhan mendesak di tengah dunia modern yang sering kali membuat manusia kehilangan kedalaman dalam mencintai.

KESIMPULAN

Pembahasan mengenai cinta erotis menurut Erich Fromm dan relevansinya dengan kehidupan keluarga masa kini menunjukkan cinta bukanlah sekedar fenomena emosional, melainkan kemampuan yang harus dipelajari dan dihayati sebagai suatu seni. Fromm menegaskan bahwa cinta erotis yang dewasa harus berakar pada perhatian, tanggung jawab, dan rasa hormat, dan pengenalan mendalam terhadap pasangan. Dalam perspektif ini, cinta menjadi proses pertumbuhan bersama yang menuntut kedewasaan batin, kesungguhan komitmen, dan kesediaan untuk saling mengembangkan diri.

Dalam kaitang dengan kehidupan keluarga modern, prinsip-prinsip Fromm menjadi jawaban atas berbagai tantangan kontemporer: kelelahan emosional, keterasingan digital, ketidakstabilan hubungan, kebingungan peran gender, serta meningkatnya ekspektasi terhadap kebahagiaan pernikahan. Keluarga masa kini seringkali bukan kekurangan hasrat untuk mencintai, tetapi kekurangan kemampuan untuk mencintai secara matang. Dari sinilah pemikiran Fromm memberikan sumbangan penting, yaitu menegaskan kembali bahwa cinta sejati tidak hanya berbicara tentang penyatuan tubuh, tetapi penyatuan jiwa yang penuh kesadaran dan kebebasan.

Dengan demikian, relevansi cinta erotis menurut Fromm terletak pada fungsinya sebagai fondasi etis dan psikologis bagi kehidupan keluarga yang sehat dan stabil. Di dalam dunia modern yang ditandai oleh kecepatan, tekanan, dan instabilitas emosional, konsep cinta Fromm menjadi pedoman yang membantu pasangan membangun relasi yang tahan uji, manusiawi, dan penuh martabat. Melalui seni mencintai yang dewasa, keluarga dapat menjadi ruang pertumbuhan, kedamaian, dan keutuhan bagi setiap anggotanya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsyari, E. R. (2014). Kelelahan Emosional dan Strategi Coping pada Wanita Single Parent (Studi Kasus Single Parent di Kabupaten Paser). *Jurnal Psikoborneo*, 170-176.
- Dominikus M. Aja, E. D. (2024). Meneropong Relevansi Konsep Kebebasan Fichte Terhadap Pandangan Kebebasan dalam Etika Kontemporer. *Jurnal Filsafat Indonesia*, 467-475.
- Donald.S.Williamson. (1991). *The Intimacy Paradox: Personal Authority in The Family System*. New York: The Guilford Press.
- Dr. Terang Siregar, d. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Medan: Umsu Press.
- Eem Munoawaroh, E. A. (2024). *Buku Ajar Penelitian Kualitatif*. Yogyakarta: Deepublish Digital.
- Freud, S. (2012). *Pengantar Umum Psikoanalisis*. (H.M.Mochtar, Trans.) Jakarta: Pustaka Belajar.
- Fromm, E. (2018). Seni Mencintai. In A. K. Sari, *Seni Mencintai* (p. 187). Yogyakarta: BASABASI.
- Gidens, A. (2011). *The Transformation Of Intimacy: Sexuality, Love and Eroticism in Modern Societies*. (H. Sukardi, Ed.) Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Iga Megler, N. M. (2015). Fromm Erich. *International Encyclopedia of the Social and Behavior Sciences*, 458.
- Istida, A. (2024, September 24). Retrieved from Eating Reorder: <https://eatingreorder.com/blog/peran-komunitas>
- Jameison, L. (1999). Intimacy Transformed? A Critical Look At The Pure Relationship. *Journal Sociology*, 477-494.
- Kansil, R. (2017). Fenomena Keluarga Tradisional dan Keluarga Moderen dalam Membentuk Kepribadian Anak di Kelurahan Bahu. *Jurnal Arta Dairna*, 1-13.
- Linda Ayu Dramurtika, D. (2024). Teori Cinta Sigmund Freud dalam Kumpulan Cerpen Pertanyaan Untuk Cinta. *Jurnal JPPI*, 66.
- Lubis, M. (2007). *Seni Mencintai*. Jakarta: Pustaka Jaya.
- Nurman, D. A. (2024). *Metode Penelitian (Kualitatif, Kuantitatif, PTK dan R&D)*. Medan: Umsu Press.
- Putri, A. F. (2025). Emotional Exhaustion pada Ayah yang Memiliki Anak ABK: Studi Kasus di Rumah Terapi X. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 130-142.
- Rannu, A. R. (2020). Hubungan Antara Ekspektasi Terhadap Pernikahan dengan Kepuasan Pernikahan. *Jurnal Psikoborneo*, 187-194.
- Santas, G. (2002). *Plato And Freud: Dua Teori Tentang Cinta*. Maumere: LPBAJ.
- Sutarno. (2006). *Seni Mencintai Menurut Erich Fromm: Telaah atas Buku The Art of Loving Erich Fromm*. Skripsi Sarjana. Yogyakarta, Indonesia: Fakultas Filsafat Ushuludin Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga.
- Wibowo, A. (2006). *Simposium*. Yogyakarta: Kanisius.