



---

## URGENSI MAKNA CINTA PERSPEKTIF ERICH FROMM SEBAGAI KONSEP DASAR SIKAP EMPATI KONSELOR

Ayu Rahmawati✉

*Bimbingan dan Konseling Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta*

email : [ayurahmawati956@gmail.com](mailto:ayurahmawati956@gmail.com)

---

### Abstrak

Pondok Pesantren sebagai Lembaga Pendidikan Islam tentunya memiliki upaya dalam membina santri agar berperilaku sesuai dengan nilai-nilai agama islam. Pondok Pesantren Sabilun Najah Simo perlu meningkatkan peraturan yang harus dilaksanakan dan di taati oleh para santri agar dapat meningkatkan kedisiplinan santri. Salah satunya dengan upaya ta'zir yang diterapkan di pesantren. Tujuan utama dari pemberian ta'zir kepada santri adalah agar santri merasa jera dan tidak akan mengulangi perbuatannya yang salah. Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Pengumpulan data dilakukan melalui metode wawancara, observasi dan dokumentasi, Informan yang peneliti teliti adalah ketua pondok pesantren, Pengurus saksi keamanan, Santri yang pernah diberi ta'ziran dan Santri Pondok Pesantren Sabilunnajah. Informan yang terlibat berjumlah 8 orang yang terdiri dari 1 Ibu Nyai 5 pengurus dan 2 santri. Hasil penelitian mengenai upaya ta'zir dalam meningkatkan kedisiplinan santri putri di pondok pesantren sabilunnajah simo, ditemukan bahwa upaya ta'zir yaitu dengan memberikan hukuman kepada santri yang melanggar ,jenis- jenis ta'zir bentuknya bermacam-macam, pengurus membagi ta'zir menjadi 3 kategori yaitu ringan, sedang dan berat, yang diterapkan ada 2 macam yaitu tertulis dan bersifat fisik.

**Kata Kunci:** *Makna Cinta, Empati, Konselor*

### Abstract

*This research tries to examine the meaning of love from several important figures, such as Fahrudin Faiz who is a philosophical figure and Erich Fromm from the humanistic psychology figure and tries to relate to the concept of love in Abraham Maslow's hierarchy of needs and construct the value of love into the skills or empathy of an Islamic counselor. This research uses a qualitative approach with a library research method. The purpose of this study is that to achieve Abraham Maslow's third level of hierarchy of needs, it needs to be reviewed, namely by integrating several perspectives owned by important figures, in order to minimize the wildness of human desires in fulfilling needs and also to create human sincerity in accepting himself as a whole, taking responsibility for himself and also the object of love. So that the result of this research is the creation of a personality or high empathy attitude of a counselor by reflecting on the figure of Erich Fromm, the expert on love.*

**Keywords :** *Meaning of Love, Emphaty, Counselor*

---

## PENDAHULUAN

Manusia dalam kehidupannya selalu memiliki kebutuhan untuk dipenuhi terhadap dirinya. Kebutuhan manusia yang dijelaskan oleh Maslow dengan teorinya yang menjelaskan tentang jenjang kebutuhan dasar manusia secara umum dalam dua kelompok utama, yaitu fisik dan psikologis. Karena menurutnya hirarki kebutuhan dasar manusia dimulai dari kebutuhan fisik dan psikologis (Anggreni and Wardini 2013). Kebutuhan dasar ini lebih bersifat biologis seperti oksigen, makanan, air dan sebagainya. Pemikiran Maslow akan kebutuhan fisik ini sangat dipengaruhi oleh kondisi pasca Perang Dunia II (Nurpita 2021). Kebutuhan fisiologis telah dipenuhi, maka manusia termotivasi untuk memenuhi kebutuhan psikologis selanjutnya, yakni keamanan, cinta/dibutuhkan, penghargaan, dan terakhir aktualisasi diri. Faktor yang mendorong motivasi tersebut diantaranya *escape*, relaksasi, *prestige*, kebersamaan dengan keluarga dan teman, pengetahuan, olahraga, petualangan, menikmati alam, dan sebagainya (Anggreni and Wardini 2013).

Dari banyak faktor dorongan tersebut, jika diamati orientasi manusia memang selalu dalam pola pemenuhan kebutuhan. Hal tersebut bukan merupakan suatu masalah, karena dilandasi dengan adanya dorongan/hasrat pada manusia yang bersifat alamiah. Akan tetapi, yang menjadi permasalahan adalah bagaimana manusia dalam berperilaku terhadap beberapa kebutuhan tersebut. Seperti contoh ketika manusia mengalami perasaan jatuh cinta dan cinta tidak dibalaskan, maka kemungkinan hal tersebut akan berimplikasi pada psikis seseorang tersebut, atau misalkan ketika seseorang mencalonkan diri sebagai pemimpin organisasi dan ternyata gagal. Hal tersebut merupakan sebuah masalah, ketika manusia tersebut tidak mampu menerima realita yang ada, dan luka psikis tersebut juga dapat menimbulkan depresi. Seperti yang dipaparkan dalam penelitian terdahulu bahwa seseorang yang merasa hatinya terluka tidak mampu mengatasi perasaannya, akan berujung pada rasa depresi (Widiasari 2020).

Dari hal tersebut, pemenuhan kebutuhan manusia sangat penting dilakukan untuk menunjang kesehatan psikis dan fisik pada manusia. Yang dimulai dari kebutuhan sandang pangan papan, keamanan, cinta, penghargaan dan aktualisasi diri. Dari hirarki kebutuhan tersebut, penulis berfokus pada kebutuhan cinta manusia. Karena manusia merupakan makhluk sosial yang akan selalu membutuhkan orang lain dalam hidupnya, sehingga cinta merupakan hal yang penting dalam kehidupan.

Cinta adalah perasaan yang timbul dalam bentuk emosi yang dialami oleh setiap individu (Kamila and Casmini 2020). Menurut Al-Ghazali, cinta adalah inti keberagamaan yang menjadi awal dan akhir dari perjalanan manusia (Loka and Yulianti 2019). Imam AL Ghazali juga menyebut bahwa "*mahabbah*" atau cinta adalah benih yang bisa tumbuh subur. Seorang pecinta akan selalu khawatir kehilangan apa yang mereka cinta (Ghazali 2013). Hal ini selaras dengan banyaknya permasalahan yang terjadi akibat tidak mampunya seseorang dalam kehilangan. Dari penelitian terdahulu juga menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kehilangan dengan depresi. Sehingga, kehilangan seseorang maupun sesuatu/objek bisa membuat seseorang mengalami depresi (Gelar et al. 2014). Imam Al Ghazali juga menjadikan ayat-ayat Alquran sebagai landasan cinta yakni Allah berfirman, "Allah akan mendatangkan suatu umat yang dicintai-Nya dan yang mencintai-Nya" (QS. al-Ma'idah: 54) (Ghazali 2013).

Menurut Erich Fromm cinta sejati adalah ungkapan sikap yang produktif yang menunjukkan kepedulian, rasa hormat, tanggung jawab, dan pengetahuan (Apriantika 2021). Mencintai adalah keterampilan yang harus dipelajari dan dipraktikkan dalam kebiasaan sehari-hari secara aktif. Erich Fromm menegaskan, cinta memerlukan ikhtiar lebih banyak dari pada sekadar kepasifan. Oleh karena itu, implikasinya adalah bahwa, jika berharap untuk menerima cinta, maka kita sendiri harus terlebih dahulu memberikan cinta. Cinta bukanlah “jalan satu arah” (Tjondronimpuno Grace 2019). Seseorang yang memiliki cinta maka harus memiliki rasa hormat, tanggung jawab dan pengetahuan terhadap objek yang dicintai yang diartikan sebagai usaha. Dan objek cinta yang abadi manusia adalah Tuhannya.

Ibnu Qayyim mengatakan dalam kitab *Madārijus Sālikīn* bahwa cinta adalah kehidupan, sehingga orang yang tidak memilikinya seperti orang mati (Loka and Yulianti 2019). Sedangkan perspektif Bapak Fahrudin Faiz menyatakan bahwa dalam pandangan Gibran : cinta merupakan esensi eksistensi yang sesungguhnya. Menurutnya, cinta yang melahirkan, memproduksi bahkan kadang merusak kehidupan. Kata Gibran “*hidup tanpa cinta ibarat pohon tanpa bunga, bunga tanpa wangi, atau buah tanpa isi*” (Faiz 2015).

Pembahasan tentang cinta selalu menarik untuk dijadikan sebagai objek penelitian. Pasalanya, persoalan cinta selalu rumit. Bahkan menimbulkan kerusakan psikis maupun fisik. Bahkan kasus bunuh diri pada siswi SMK di Kupang yang bunuh diri karena memiliki permasalahan cinta (Kompas.com n.d.). Juga permasalahan cinta pemuda di Banyuwangi yang mengakibatkan bunuh diri pada 16 November 2023 (Moh. Hasbi n.d.). Dan masih ada beberapa kasus yang lainnya. Hal ini tentu menyita perhatian, pasalnya cinta seperti segalanya dalam kehidupan pecinta. Akan tetapi konsep dan esensi cinta sesungguhnya bukan perihal diperbudakan dan kebutaan cinta. Cinta manusia yang sesungguhnya adalah pada hal yang abadi yakni kepada Tuhannya yang abadi.

Sehingga penulis tertarik untuk mengupas pemaknaan atau konsep cinta menurut beberapa tokoh filsafat dan juga relevansinya dengan tokoh psikologi. Penulis ingin memaparkan bagaimana konsep cinta menurut Fahrudin Faiz tokoh Filsafat, Erich Fromm yang menapat gelar sang maestro cinta, dan bagaimana nilai dari konsep cinta tersebut digunakan seorang konselor islam dalam menangani konseli terkait dengan kode etik dan profesionalisme seorang konselor Islam.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan rancangan pendekatan kualitatif dengan metode *library research* dimana disebut dengan penelitian kepustakaan karena data-data atau bahan-bahan yang diperlukan dalam menyelesaikan penelitian berasal dari perpustakaan baik berupa buku, ensiklopedia, kamus, jurnal, dokumen, majalah, dan lain sebagainya (Nursapia Harahap 2014). penelitian kualitatif bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai masalah-masalah manusia dan sosial, bukan mendeskripsikan bagian permukaan dari sebuah realitas (Fadli 2021). Analisis data yang digunakan dalam penelitian kualitatif dilakukan pada saat pengumpulan data berlangsung, dan setelah selesai mengumpulkan data dalam periode tertentu (Wanto 2018). Sumber dari penelitian ini adalah liataratur yang mendukung seperti artikel, jurnal, dan buku yang berkaitan dengan topik besar penelitian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Memaknai Cinta dari Kacamata Filsafat

Cinta merupakan dasar segala sesuatu. Melalui cinta, manusia dapat menjerumuskan ataupun meninggikan dirinya, dan hal ini tergantung kepada wert atau nilai yang dicintainya (Wariati 2020). Cinta adalah kenyataan universal, cinta adalah relasi yang tidak diwarnai dengan permusuhan, relasi yang tidak diwarnai kebencian, tidak diwarnai penghancuran, relasi antarsesama manusia (Gunawan 2019). Dalam menjabarkan hakikat dari cinta, Plato bersandar pada apa yang gurunya (Socrates) sampaikan kepadanya, yang berbunyi:

*“Cinta dipahami ketika dirimu belum menikmati dan menemukannya, sehingga dirimu akan terus berjalan dan mencari dengan melihat dan terus membandingkan satu dengan yang lainnya hingga pada titik akhir ruang hampalah yang dirimu dapatkan. Cinta tak akan pergi jadi cukup berjalan, lihat dengan baik sekelilingmu siapa tau dia berada tepat tidak jauh darimu.”*

Kemudian Plato memberikan pengakuan bahwa manusia yang nyaris sempurna adalah manusia yang memiliki cinta pada dirinya (Laksono 2022). Sedangkan menurut Aristoteles, apabila lubuk hati mendalam pecinta meningkat dalam kegembiraan, ketekunan, keinginan, dan harapan maka hal tersebut akan mengarahkannya pada keinginan besar dan mendorongnya atas tuntutan-tuntutan, hingga menyebabkannya mengalami kesedihan yang menggelisahkan, tidak bisa tidur terus-menerus, gairah putus asa, kesedihan, dan kehancuran pikiran (Rahayu 2019). Sehingga cinta memiliki makna yang dalam dan rumit. Akan tetapi cinta adalah sesuatu hal yang selain alamiah tumbuh ia juga merupakan sebuah kata kerja dalam bahasa dan merupakan kata sifat dalam filsafat.

### 2. Cinta dalam Perspektif Fahrudin Faiz

Biografi singkat Bapak Fahrudin Faiz, Dr. Fahrudin Faiz atau sering disebut Ustad Fahrudin Faiz. Beliau dilahirkan di Desa Ngrame kecamatan Pungging Kabupaten Mojekerto, Jawa Timur pada tanggal 16 Agustus Tahun 1975. Beliau adalah seorang filsuf, akademisi, dan juga merupakan pakar dalam Filsafat Islam (Bloom and Reenen 2013). Beliau sering mengaji secara offline maupun online, sehingga banyak dijumpai dalam media sosial seperti tiktok, Instagram, facebook dan lain sebagainya.

Misalnya dalam media tiktok jalansunyi.qs *“cirinya orang benar-benar jauh cinta adalah mereka yang bisa melenyapkan ego, yang ada dipikirannya, di hatinya selalu tentang yang dicintainya”*. Dalam akun Logikafilosof beliau juga mengatakan *“cinta yang paling murni adalah cinta yang tanpa syarat yang unconditional tidak ada pamrih yang lain kalau kata Kahlil Gibran cinta ya hanya untuk cinta saja”*.

Dalam buku yang disusun beliau dalam judul "Dunia Cinta Filosofis Kahlil Gibran" dijelaskan bahwa terdapat empat karakter cinta : cinta dan kebebasan, cinta dan keindahan, cinta dan ketulusan, dan cinta dan penyucian. 1) cinta dan kebebasan : dalam tulisan beliau, beliau menjelaskan bahwa cinta adalah wujud nyata dari sebuah kebebasan. Dalam istilah psikologis, pelarangan dan penghalangan terhadap cinta merupakan suatu hal yang sia-sia. Apabila ada ancaman terhadap kebebasannya, maka kemungkinan besar akan menentang sumber ancaman tersebut. 2) Cinta dan Keindahan : dijelaskan juga bahwa Plato dalam *Symposium* menyatakan bahwa esensi dari cinta adalah keindahan. Cinta yang berawal dari keindahan akan menghadirkan keindahan pula saat berada dalam keindahan atau cinta tersebut. Sehingga merasakan cinta adalah mereka yang sedang mengalami keindahan dalam hidupnya. 3) Cinta dan ketulusan : inti utama dari cinta adalah sebuah ketulusan. Ketulusan cinta berarti tanpa pamrih dan tidak memiliki tendensi/maksud tertentu dalam mencintai. Karena terkadang orang mencintai harus dibalas dengan cinta. Egoisme tersebut menurut Fahrudin Faiz adalah sebuah penyakit dalam cinta. 4) Cinta dan penyucian : cinta yang berlandaskan atas kemerdekaan, ketulusan, dan keindahan merupakan hal yang akan sampai kepada kemurnian dan kesejatan cinta itu sendiri (Fahrudin Faiz 2019).

### 3. Makna Cinta Perspektif Erich Fromm

Erich Fromm lahir pada tanggal 23 Maret 1900 di Frankfurt, Jerman. Ia merupakan anak tunggal dari orang tua Yahudi Ortodoks kelas menengah. Ayahnya, Naphtali Fromm, adalah anak seorang Rabi dan cucu dari dua Rabi. Ibunya Rose Krause Fromm, adalah keponakan dari Ludwig Kraus, seorang ahli Talmud yang terpandang (Syarifah Mardhatillah, Cut Novisa Marzalia 2021). Menurut Fromm cinta adalah sebuah seni, sehingga siapapun yang ingin mencintai maka haruslah belajar seni tersebut (Nyimas Safirna Salsabila Wiharaja 2016). Seni yang dimaksudkan adalah sama ketika dianalogikan dengan ketika manusia belajar seni tari, seni menggambar, seni lukis, dan seni musik. Apapun yang kita lakukan terhadap seni, pasti didalamnya mengandung cinta. Menurutnya, cinta adalah sebuah sikap yang harus diimplementasikan ke dalam cinta itu sendiri. Menurut Fromm hakikat mencintai tindakan/kegiatan yang melibatkan jiwa. Sebuah tindakan aktif dalam individu, dan selalu mengimplikasikan unsur-unsur dasar perhatian, tanggung jawab, pengetahuan, dan rasa hormat (Nyimas Safirna Salsabila Wiharaja 2016).

Fromm mengatakan bahwa objek cinta ada lima : Pertama, cinta sesama : adalah cinta yang paling mendasar. Kedua, cinta ibu : cinta yang katanya paling sulit untuk dicapai. Ketiga, cinta erotis : cinta yang hanya ditujukan kepada satu orang, misalkan cinta seseorang kepada kekasihnya. Keempat, cinta diri : yang mendasari seluruh objek dari cinta. Menurutnya untuk dapat mencintai maka harus dimulai dengan mencintai diri sendiri dahulu sebelum ke yang lainnya. Kelima, cinta

Tuhan : tidak dapat diartikan, kecuali pada cinta itu sendiri (Nyimas Safirna Salsabila Wiharaja 2016).

#### 4. Posisi Cinta dalam Hirarki Kebutuhan Abraham Maslow

Abraham Maslow memiliki tingkatan kebutuhan manusia yang biasa disebut dengan Hirarki kebutuhan (Hierarchy of Needs) manusia. Hirarki tersebut menggambarkan kebutuhan manusia yang dipeuhi dalam kehidupannya. Seperti pada gambar berikut :



Dari gambar diatas, letak cinta berada dalam posisi tingkatan ketiga setelah kebutuhan rasa aman. Berikut pemaparan lengkap terkait hirarki kebutuhan Abraham Maslow.

##### 1) Kebutuhan Fisiologis

Kebutuhan fisiologis bersifat homeostatik (usaha menjaga keseimbangan unsur-unsur fisik) seperti makan, minum, gula, garam, protein, serta kebutuhan istirahat dan seks. Kebutuhan ini merupakan kebutuhan mendasar manusia dari beberapa banyak kebutuhan manusia. Kebutuhan fisiologis merupakan kebutuhan yang amat sangat penting, tanpa adanya kebutuhan fisiologis kebutuhan lainnya tentu akan terkesampingkan jauh. Tetapi terkadang pemenuhan fisiologis ini dipakai untuk memenuhi kebutuhan yang lain yang lebih tinggi tingkatannya, seperti misalkan seseorang yang putus cinta atau sedang sakit hati, maka orang tersebut memilih untuk makan sebagai pemuas atau sebagai mekanisme pertahanan dirinya.

##### 2) Kebutuhan Rasa Aman

Seperti halnya berupa tersedianya jaminan lapangan kerja, keamanan dari ancaman, keamanan dari keluarga, stabilitas, perlindungan, bebas dari rasa takut dan seterusnya. Sehingga timbulnya rasa aman dan nyaman seseorang dalam kehidupannya.

3) Kebutuhan Percaya dan Cinta Kasih

Jika kebutuhan fisiologis dan kebutuhan rasa aman terpenuhi dengan baik, akan muncul kebutuhan cinta dan kasih sayang dan rasa memiliki, dan seluruh siklus yang telah dijelaskan akan terulang kembali dengan pusat yang baru ini. Kebutuhan akan rasa memiliki, dan oleh kebutuhan untuk mengatasi perasaan keterasingan, kesendirian, keanehan, dan kesepian (Maslow 1954).

4) Tahap kebutuhan akan penghargaan

Hal ini berupa kebutuhan untuk mendapatkan penghargaan, keyakinan, pencapaian, menghormati orang lain, dan dihormati orang lain. Pada tahap ini seseorang memerlukan bentuk penghargaan tertentu untuk dapat diakui oleh sosial dan anggota yang membedakan dirinya dengan orang lain (Anggreni and Wardini 2013).

5) Kebutuhan Aktualisasi Diri

Kebutuhan ini merupakan kebutuhan yang berada pada tingkatan paling akhir dan paling tinggi. Kebutuhan ini berupa segala upaya manusia dalam menjadi dirinya sendiri dan menjadi apa yang mereka mau (Putra 2021).

Jika dilihat dari hirarki kebutuhan Abraham Maslow, kebutuhan cinta dan kasih berada pada tingkat ke tiga. Yang berarti ada kebutuhan yang dipenuhi sebelumnya. Maslow menyatakan bahwa orang mencari cara untuk mengatasi perasaan kesepian. Manusia membutuhkan cinta, kasih sayang, dan rasa memiliki. Tidak hanya dicintai, tetapi juga mencintai, yaitu memberikan kebutuhan yang sama kepada orang lain akan tetapi orang lain juga akan memenuhi kebutuhan dasar mereka sendiri (Maharani 2020).

## **5. Urgensi Konsep Cinta Erich Fromm sebagai Konsep Dasar Empati Konselor**

Cinta dalam perspektif Fahrudin Faiz adalah sebuah ketulusan, yang tidak membutuhkan pamrih, atau tidak terdapat egoisme didalamnya. Ketulusan jika diperdalam lagi akan menjadi sebuah keikhlasan. Kata Ikhlas dalam kamus besar bahasa Indonesia diartikan sebagai: hati yang bersih (kejujuran); tulus hati (ketulusan hati) dan kerelaan (Volume 2019). Sehingga makna cinta yang sesungguhnya adalah bukan tentang apa yang harus didapatkan sampai berlomba-lomba dan tidak memikirkan bagaimana proses yang ditempuh. Sedangkan, dalam teori Psikoanalisa tentang kepribadian manusia bahwa manusia memiliki di, ego, dan superego juga merupakan sebuah hal yang selalu ada dalam diri manusia (Hamali 2018). Sehingga jika dikaitkan antara ketulusan dengan dorongan pemenuhan kebutuhan manusia akan cinta, maka yang harus dilakukan adalah melatih diri pada suatu penerimaan diri dan merelakan apapun, sehingga tertanam dalam diri manusia bahwa apa yang dimiliki tentu akan kembali pada Tuhannya. Karena jiwa yang tulus, menerima segala sesuatu dengan lapang akan meminimalisir terjadinya kerusakan pada mental

manusia. Seperti dalam penelitian terdahulu yang menyatakan ” Hubungan yang didasari ikhlas dalam konseling Islami akan dapat menciptakan kesejukan dihati para klien” (Siregar 2022). Hal tersebut dipertegas dengan penelitian yang lain yang mengatakan ikhlas dapat meningkatkan kompetensi diri dan sebab dari kebahagiaan serta ketenangan hati (Dhaisani Sutra and Rahmania 2022).

Sedangkan cinta perspektif Erich Fromm adalah sebuah seni yang memiliki makna dalam dan indah. Selain itu cinta juga melibatkan jiwa, dimana disana terdapat tanggungjawab dan penghormatan. Sehingga bagi seseorang yang cinta terhadap segala objek yang dicinta, maka harus memiliki tanggungjawab terhadap apa yang dicinta, menghormati dan juga tentunya menjaga. Seperti misalkan seseorang yang mencintai Tuhannya, maka ia akan selalu bertanggungjawab antara dirinya dengan Tuhannya seperti beribadah, dan menghormati Tuhannya dengan cara menghormati manusia sesama. Jika dihubungkan dengan hirarki kebutuhan Abraham Maslow, maka konsep cinta menurut Fahrudin Faiz dan Erich Fromm memiliki implikasi yang baik, agar dorongan terhadap pemenuhan kebutuhan manusia dapat dikendalikan dengan baik, dan tidak hanya jatuh pada sebuah hasrat saja. Karena, jika sebatas pemenuhan kebutuhan tanpa diintegrasikan dengan pemahaman akan cinta itu sendiri terkadang manusia abai dengan bagaimana proses mereka meraih pemenuhan kebutuhan tersebut, bahkan meskipun kepada hal yang negatif. Sedangkan cinta yang positif selalu ada perasaan dekat dan memiliki empati yang tinggi terhadap objek yang dicinta.

Empati sendiri merupakan arti dari kata “*einführung*” yang digunakan oleh para psikolog Jerman. Sedangkan secara harfiah diartikan sebagai “merasakan ke dalam”. Empati berasal dari kata Yunani “*Pathos*”, yang berarti perasaan yang mendalam dan kuat yang mendekati penderitaan (Haerati dan Casmini 2022). Kata kunci dari kata empati dikemukakan oleh Rogers yang diberi kata kunci ”as if” atau ”andai kata”, ketika sedang berempati kita diminta untuk mengandaikan diri kita terhadap seseorang selain kita, yang harus ikut merasakan kesenangan atau penderitaan yang dialami oleh orang lain tanpa menghilangkan jati diri siapa kita sebenarnya (Zuchdi 2003). Empati merupakan sebuah pondasi dari hubungan antar manusia (Slamet 2019). Empati selain penting digunakan dalam hal yang berkaitan dengan interaksi sesama, ia juga sangat penting digunakan dalam dunia konseling, karena dalam sesi konseling tentu dibutuhkan banyak ketrampilan untuk menjaga interaksi antara konselor dan konseli. Dalam konseling pula, empati dimanfaatkan untuk memasuki dunia terdalam dari seorang konseli, sehingga ketrampilan dan sikap empati harus dilatih seorang konselor.

Senada dengan pemaparan cinta menurut Erich Fromm yang didalamnya terdapat tanggungjawab dan penghormatan yang melibatkan jiwa, empati juga demikian. Empati

mebutuhkan jiwa yang berani dan lantang sebagai bentuk penghormatan antara konselor dan konseli, tanpa cinta, seseorang akan sulit untuk berempati. Akan tetapi cinta yang dimaksudkan bukan cinta yang saling mencintai dan harus memiliki, akan tetapi cinta yang diberikan dengan ketulusan dan melibatkan keprofesionalitasan seorang konselor yang dimana mereka akan selalu mencintai siapapun klien mereka yang datang tanpa syarat dan tanpa membedakan. Seperti halnya Tuhan yang memandang manusia itu sama, konselor pun harus memandang semua klien/konseli yang datang itu sama, sama-sama membutuhkan bantuan atau pertolongan tanpa harus memandang latar belakangnya. Karena konseli datang selalu dengan kata "butuh" dan konselor hadir dengan berbagai obat atau media untuk membantu konseli.

Dari berbagai pemaparan konsep/makna cinta dari beberapa tokoh seperti Fahrudin Faiz dan Erich Fromm yang memaknai bahwa cinta itu membutuhkan ketulusan dan juga membutuhkan tanggungjawab terhadap objek yang dicinta. Pemaknaan cinta harus selalu dihubungkan dengan cinta pada diri sendiri, kepada Tuhannya, baru terhadap objek yang lain. Seseorang yang mampu memaknai cinta dengan ketulusan sama halnya memaknai cinta dengan keikhlasan atau penerimaan diri, dimana hal tersebut telah banyak diteliti bahwa bersyukur atau ikhlas memiliki implikasi yang baik terhadap kesehatan mental manusia. Pemenuhan kebutuhan manusia dalam tingkatan ketiga yakni cinta nampaknya perlu diimbangi dengan pemaknaan cinta dari perspektif tokoh yang lain, agar pemenuhan kebutuhan tidak hanya sebatas pada hasrat atau dorongan. Begitupula dengan empati, empati membutuhkan cinta agar seseorang mampu mengarahkan jiwanya untuk bertanggungjawab dan menghormati terhadap objek yang dicinta.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anggreni, Dhonna;, and Sri Wardini. 2013. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Vol. 12.
- Apriantika, Sasiana Gilar. 2021. "Konsep Cinta Menurut Erich Fromm; Upaya Menghindari Tindak Kekerasan Dalam Pacaran." *DIMENSIA: Jurnal Kajian Sosiologi* 10(1):44–60. doi: 10.21831/dimensia.v10i1.41050.
- Bloom, Nicholas, and John Van Reenen. 2013. "Geografi Fahrudin Faiz." *NBER Working Papers* 89.
- Dhaisani Sutra, Shafira, and Farra Anisa Rahmania. 2022. "Peran Ikhlas Sebagai Salah Satu Faktor Pendukung Kesehatan Mental." *Jurnal Psikologi Islam* 9(1):1–8. doi: 10.47399/jpi.v9i1.127.
- Fadli, Muhammad Rijal. 2021. "Memahami Desain Metode Penelitian Kualitatif." *Humanika* 21(1):33–54. doi: 10.21831/hum.v21i1.38075.
- Fahrudin Faiz. 2019. "Dunia Cinta Filosofis Kahlil Gibran.Pdf." Yogyakarta: MJS Press.
- Faiz, Fahrudin. 2015. "Gibranisme: Antaraeksistensialisme Dan Romantisisme." *Refleksi Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam* 15(2):183–201.
- Gelar, Mendapatkan, Sarjana Keperawatan, Pada Program, Pendidikan Ners-program Studi, and Ilmu Keperawatan. 2014. "Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah."

- Ghazali, Abd. Moqsith. 2013. "CORAK TASAWUF AL-GHAZALI DAN RELEVANSINYA DALAM KONTEKS SEKARANG." *Al-Tahrir* 12.
- Gunawan, Leo Agung Srie. 2019. "PROBLEMATIKA JATUH CINTA : Sebuah Tinjauan Filosofis." *Logos* 15(2):1–30. doi: 10.54367/logos.v15i2.319.
- Haerati dan Casmini. 2022. "Attitude Islamic Counselor: Sebuah Nilai Hijrah Rasul Dalam Membangun Sikap Empati Pada Konselor." *Cons-Iedu* 2(2):60–69. doi: 10.51192/cons.v2i2.403.
- Hamali, Syaiful. 2018. "Kepribadian Dalam Teori Sigmound Freud Dan Nafsiologi Dalam Islam." *Al-Adyan: Jurnal Studi Lintas Agama* 13(2):285–302. doi: 10.24042/ajsla.v13i2.3844.
- Kamila, Aisyatin, and Casmini Casmini. 2020. "Dinamika Cinta Pada Pasangan Lesbian." *Insight : Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi* 16(2):280–94. doi: 10.32528/ins.v16i2.3014.
- Kompas.com. n.d. "Diduga Gara-Gara Putus Cinta, Siswa SMK Di Kupang Bunuh Diri." Retrieved (<https://regional.kompas.com/read/2023/11/27/132718578/diduga-gara-gara-putus-cinta-siswa-smk-di-kupang-bunuh-diri>).
- Laksono, Alfian Tri. 2022. "MEMAHAMI HAKIKAT CINTA PADA HUBUNGAN MANUSIA: Berdasarkan Perbandingan Sudut Pandang Filsafat Cinta Dan Psikologi Robert Sternberg." *JAQFI: Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam* 7(1):104–16.
- Loka, Melati Puspita, and Erba Rozalina Yulianti. 2019. "KONSEP CINTA (STUDI BANDING PEMIKIRAN IBNU QAYYIM AL-JAUZIYYAH DAN ERICH FROMM) Melati Puspita Loka Erba Rozalina Yulianti." *Syifa Al-Qulub* 3, 1(Januari):72–84.
- Maharani, Mey Kartika. 2020. "Love and Belonging Needs of the Main Character in John Green' "The Fault In Our Stars" Novel: Psychological Approach."
- Maslow, Abraham H. 1954. "Motivation Amd Personality." *Harper & Row* 369.
- Moh. Hasbi. n.d. "Karena Putus Cinta, Seorang Pemuda Di Banyuwangi Gantung Diri." *VIVA.Co.Id*. Retrieved (<https://banyuwangi.viva.co.id/peristiwa/2019-karena-putus-cinta-seorang-pemuda-di-banyuwangi-gantung-diri>).
- Nurpita, S. 2021. "Teori Kebutuhan Abraham Maslow Menurut Perspektif Tasawuf." 115.
- Nursapia Harahap. 2014. "Penelitian Kepustakaan." *Iqra'* 08.
- Nyimas Safirna Salsabila Wiharaja. 2016. "Konsep Cinta Diri Menurut Erich Fromm." 1–23.
- Putra, Muhammad Daffa. 2021. "Kebutuhan Manusia Dalam Pemikiran Abrahamam Maslow." 91–94.
- Rahayu, Anisa Rizkia. 2019. "Pemikiran Cinta Ibn Miskawayh." *Pendidikan Islam* 2(Pemikir Pendidikan Islam):1–14.
- Siregar, Risdawati. 2022. "Pendekatan-Pendekatan Islam Untuk Mencapai Kesehatan Mental." *AL-IRSYAD: Jurnal Bimbingan Konseling Islam* 4:63–76.
- Slamet, Agung. 2019. "Empati Sebagai Sarana Untuk Memperkokoh Sikap Pro-Sosial Pelajar." *Statistical Field Theor* 53(9):1689–99.
- Syarifah Mardhatillah, Cut Novisa Marzalia, Daffa Khairi. 2021. "Makalah Psikoanalisis Humanistik ( Fromm)."
- Tjondronimpuno Grace. 2019. "Visual Art Exhibition : Love Talk." P. 1 in *Katalog*. Surabaya: Taman

Sampoerna.

Volume, Eduprof. 2019. "319706-Ikhlas-Dalam-Perspektif-Alquran-2D054a62." 1(02).

Wanto, Alfi Haris. 2018. "Strategi Pemerintah Kota Malang Dalam Meningkatkan Kualitas Pelayanan Publik Berbasis Konsep Smart City." *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)* 2(1):39. doi: 10.26740/jpsi.v2n1.p39-43.

Wariati, Ni Luh Gede. 2020. "Cinta Dalam Bingkai Filsafat." *Sanjiwani: Jurnal Filsafat* 10(2):112. doi: 10.25078/sjf.v10i2.1506.

Widiasari, Eka. 2020. "Intervensi Penurunan Tingkat Depresi Melalui Empathic Love Therapy." *Hisbah: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Dakwah Islam* 17(1):129–44. doi: 10.14421/hisbah.2020.171-09.

Zuchdi, Darmiyati. 2003. "Empati Dan Keterampilan Sosial." *Jurnal Cakrawala Pendidikan* 1(1):49–64.