

MEMAHAMI HAKIKAT CINTA PADA HUBUNGAN MANUSIA: Berdasarkan Perbandingan Sudut Pandang Filsafat Cinta Dan Psikologi Robert Sternberg

Alfian Tri Laksono
UIN Sunan Gunung Djati Bandung
Email: alfiantrilaksono378@gmail.com

Abstrak

Cinta menjadi instrumen kehidupan yang sangat penting untuk selalu dimaknai kehadirannya. Bahkan cinta merupakan hal yang identik dengan eksistensi sejak penciptaan umat manusia, Adam dan Hawa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tinjauan ilmu psikologi dan filsafat terhadap paradigma cinta yang umumnya terjadi pada manusia. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan sumber data yang didapatkan dari laporan tertulis yang bersifat ilmiah dan sumber-sumber pustaka yang berkaitan dengan penelitian ini. Pada penelitian ini didapati bahwa secara psikologi, cinta diartikan sebagai bentuk tanggung jawab seseorang yang telah memasuki masa dewasa awal untuk dapat menentukan calon pendamping hidupnya. Baik yang berkenaan dengan hubungan nikah maupun pranikah atau biasa disebut sebagai bentuk perkenalan secara lebih mendalam dengan sang pasangan. Selain itu, psikologi mazhab psikoanalisis menjelaskan bahwa kemungkinan kecil bahwa cinta pada dasarnya bisa dipahami secara ilmiah dengan melakukan riset-riset yang objektif. Akan tetapi, aliran psikologi tersebut mampu memberikan kiat-kiat dalam menciptakan cinta yang mapan dan ideal. Sementara itu, Plato mewakili bagian filsafat menjelaskan bahwa cinta merupakan sebuah entitas maha dahsyat yang darinya sumber kekuatan dan energi tercipta. Sifat cinta adalah mulia dan cinta pada dasarnya merupakan sebuah penghapus alami dari sebuah kebencian dan kejahatan. Plato pun mengungkapkan penjelasan mengenai hakikat cinta yang diterimanya dari Socrates, bahwasannya cinta akan sangat indah ketika cinta tersebut belum ditemukan dan didapatkan beriringan dengannya proses pencarian dan penilaian akan terus berlangsung hingga pada titik akhir dimana ruang hampalah yang didapatkan. Oleh karena itu, Plato dan Paul Tillich bersatu pandangan bahwa cinta sejatinya akan menyatukan manusia yang telah bersatu secara alami, sehingga tak mungkin apabila cinta menyatukan suatu hal yang pada dasarnya sudah menunjukkan keterpisahan.

Kata Kunci: *Cinta, Filsafat, Psikologi*

Abstract

Love is an instrument of life that is very important to always be interpreted in its presence. Even love is synonymous with existence since the creation of mankind, Adam and Eve. This study aims to determine the review of psychology and philosophy on the paradigm of love that generally occurs in humans. This study uses a qualitative method with data sources obtained from written reports of a scientific nature and library sources related to this research. In this study, it was found that psychologically, love is defined as a form of responsibility for someone who has entered early adulthood to be able to determine a candidate for his life partner. Both with regard to marital and premarital relationships or commonly referred to as a form of deeper acquaintance with the partner. In addition, the psychology of the psychoanalytic school explains that is unlikely that love can basically be understood scientifically by conducting objective research. However, the flow of psychology is able to provide tips for creating an established and ideal love. Meanwhile, Plato represents the philosophy section by explaining that love is an all-powerful entity from which the source of power and energy is created. The nature of love is noble and love is basically a natural eraser of hatred and evil. Plato also revealed an explanation of the nature of love he received from Socrates, that love will be very beautiful when love has not been found, and found along with it the process of searching and evaluating will continue until the endpoint where empty space is obtained. Therefore, groups of philosophers such as Plato and Paul Tillich are united in the view that true love will unite humans who have been united by nature so that it is impossible for love to unite something that has basically shown separation.

Keywords: Love, Philosophy, Psychology

A. PENDAHULUAN

Sejarah perjalanan umat manusia telah banyak memberikan nilai-nilai penting sebagai sandaran untuk memulai kehidupan yang lebih baik dari sebelumnya. Lebih dalam dari itu, jika mencermati struktur paling dasar dari perjalanan umat manusia tentunya terdapat satu instrumen paling penting di dalamnya. Diketahui bahwa bila tidak ada hal tersebut nampaknya hidup hanya akan terasa hambar, bagai hitam tanpa putih, bagai lagit tanpa warna dan ibarat hal yang tidak menarik lainnya. Bahkan, instrumen tersebut sangat melekat dari awal penciptaan umat manusia yakni Adam dan Hawa sebagai pemersatu diantara keduanya. Instrumen yang dimaksud adalah kepastian mengenai cinta (*love*).

Cinta menjadi aspek dari kehidupan yang sulit dan bahkan mustahil untuk dihilangkan. Bahkan, dalam rangka memahami dan mengerti cinta, tidak ada satupun panduan paling efektif selain mencoba merasakannya dan menjadi

aktor dari instrumen hebat tersebut. Dengan cinta membuat dunia lebih berwarna, cinta membuat hari-hari terasa lebih berharga dan tak jarang dengan cinta kadang senyuman akan muncul dengan sendirinya tanpa ada alasan yang harus melatarbelakanginya. Merupakan suatu hal yang tidak terhitung lagu yang menyenandungkan syair tentang cinta, juga tidak dapat dipungkiri berapa banyak jumlah puisi yang berangkat dari sedih dan bahagianya cinta, serta akan mustahil rasanya menghitung jumlah buku dan tulisan yang mengangkat topik mengenai cinta ini. Begitulah cinta, sederhana tetapi sebenarnya sulit untuk dicerna. Akan tetapi, perlu menjadi catatan bahwa hakikat cinta pada dasarnya tidak akan pernah berubah sejak awal diciptakannya manusia sampai akhir dari dunia, setidaknya sampai masa masyarakat modern saat ini.

Penelitian mengenai hakikat cinta ini pada umumnya telah banyak dilakukan pada cakupan bidang psikologi tetapi dalam tinjauan filsafat penelitiannya masih belum banyak dilakukan. Pada pendekatan psikologi, salah satunya adalah yang dilakukan oleh Risky Ananda Ariyati & Fathul Lubabin Nuqul (2016), “Gaya Cinta (*Love Style*) Mahasiswa”, *Psikoislamika: Jurnal Psikologi Islam*. Pada penelitian ini dibahas mengenai berbagai macam hal tentang gaya percintaan yang secara khusus merujuk pada konteks antara laki-laki dan perempuan yang sedang menjalani hubungan cinta, baik yang telah menikah maupun pranikah atau dalam bahasa lain disebut pacaran. Terdapat ada 6 macam gaya cinta, yakni *eros* yang artinya cinta dengan kecenderungan melakukan pendekatan dengan sikap yang romantis, kemudian *strong* yang dicirikan dengan hubungan yang dijalani bernuansa seperti sebuah persahabatan, selanjutnya *mania* yang ditunjukkan dengan sikap posesif terhadap pasangan, kemudian *pragma* dengan ciri hubungan yang menekankan hal-hal yang realistis, *agape* artinya rela berkorban tanpa pamrih untuk cintanya, dan yang terakhir *ludos* gaya cinta dengan suasana pembawaan yang humoris dan lucu tetapi cenderung tidak terlalu memperhatikan komitmen dari cinta itu sendiri (Ariyati & Nuqul, 2016). Adapun penelitian mengenai cinta dalam perspektif filsafat dilakukan oleh Leo Agung (2018), “Problematika Jatuh Cinta: Tinjauan Filosofis”, *Logos: Jurnal Filsafat-Teologi*. Cinta pertama-tama diyakini sebagai sebuah kekuasaan yang menggerakkan kehidupan. Pada penelitian ini didapati bahwa cinta merupakan bahan bakar yang sangat penting dalam menggerakkan roda kehidupan manusia. Oleh karena itu, jalannya kehidupan tanpa campur tangan cinta di dalamnya merupakan kemustahilan yang hakiki. Interaksi dan komunikasi serta perasaan hati yang menjadi bagian tak terpisahkan dari kelompok (*community*) manusia, tentunya hadir dilandasi oleh cinta dengan daya tariknya berhasil untuk membuat pihak-pihak tertentu bersatu untuk berkumpul. Lebih dari itu, manusia bisa meyakini eksistensi

dirinya ada (*being*) dan beraktivitas, dalam penelitian ini disebutkan bahwa ada cinta yang mengiringinya (Agung, 2018).

Dalam penelitian ini, hasil yang diraih tentunya tidak luput dari jasa besar penelitian sebelumnya yang telah dilakukan dan secara tidak langsung telah memberikan jalan sehingga terbangunnya kerangka pemikiran yang relevan terhadap penulisan ini. Kiergegaard dalam Leo Agung (2018), menjelaskan mengenai konsep cinta dan hukum alamiahnya yang mudah membuat seorang “buta” dalam keadaan melihat ketika sedang dilanda perasaan cinta yang hebat pada seseorang. Selain itu, Shelley E. Taylor (2009) memberikan kontruksi logis dan penjabaran ilmiah mengenai cinta yang pada dasarnya sangat sulit untuk diterjemahkan tetapi dengan pendekatan psikologi sosialnya setidaknya mampu memberikan kisi-kisi mengenai aspek yang berkaitan dengan cinta berdasarkan uji pengalaman empiris yang telah banyak dilakukan (Taylor, 2009). Walaupun demikian, tetap saja kecenderungan konsep cinta dalam tinjauan filosofis yang dikemukakan Gabriel Marcel mengungkapkan bahwa mustahil bila cinta dapat dimengerti dengan melakukan sebuah penelitian objektif (riset ilmiah). Karena cinta hanya dapat dimengerti oleh orang-orang yang sedang menikmati keindahan dari cinta itu sendiri dan cinta merupakan perjalanan yang membekas serta menciptakan suatu pengalaman yang sangat subjektif. Artinya hanya mereka yang sedang mencintai yang dapat mendefinisikan dan menggambarkan apa itu cinta secara personal (Kurniawan, 2021).

Oleh karena itu, telah dikumpulkan beberapa formula penelitian yang disusun dalam bentuk pertanyaan untuk memberikan rambu-rambu pembatas dalam penelitian ini, yaitu apakah cinta dalam kajian psikologi dapat dipahami sebagai suatu hal yang naluriah dan bagaimana pandangan Robert Sternberg dalam menjelaskan cinta melalui sudut pandang ilmu psikologinya. Serta mampukan filsafat sebagai “induk” dari pengetahuan, memberikan pandangan radikalnya terhadap kasus ini dalam konteks latar belakang hadirnya cinta sebagai landasan penting dalam mengarungi sebuah kehidupan.

B. METODE PENELITIAN

Dalam melakukan penelitian ini, metode yang digunakan adalah kualitatif dengan data yang didapatkan melalui laporan-laporan tertulis dan hasil kajian dari sumber-sumber pustaka yang berkaitan dengan penelitian. Penulisan dalam penelitian ini menggunakan teknik studi kepustakaan yang dimaksudkan untuk menghimpun berbagai macam jenis data serta informasi dengan memaksimalkan buku, naskah, artikel ilmiah, serta jurnal sebagai sumbernya. Dalam penelitian ini, menggunakan sifat penelitian deskriptif kualitatif, yang

merupakan bentuk pemahaman logis dalam menjelaskan makna-makna terkait yang didapat saat proses penelitian. Serta dalam penarikan kesimpulan mengenai topik utama dalam pembahasan dilakukan analisis terhadap isi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Cinta dalam Kacamata Psikologi Robert Sternberg

Menemukan dan menentukan calon pendamping hidup adalah salah satu tanggung jawab seseorang yang telah masuk dalam periode perkembangan dewasa awal. Baik berhubungan dengan status resmi menikah maupun sebatas menjalin hubungan pranikah, hal tersebut merupakan hal yang wajar dan pada jalannya sudah menjadi tuntutan perkembangan diri (Ariyati & Nuqul, 2016). Hal ini pun senada dengan apa yang disampaikan oleh Antonucci seorang psikolog dan peneliti asal Amerika yang menyatakan bahwa satu dari banyak bagian kelompok manusia yang tidak bisa lepas dari dimensi cinta adalah seorang yang sedang berjalan dalam fase tumbuh dan berkembang dewasa awal (Irmawati & Saragih, 2005).

Definisi dari cinta itu sendiri memiliki berbagai macam versi penjelasannya masing-masing. Bahkan di antara psikolog satu dengan yang lainnya pun tak jarang sering ditemukan perbedaan. Salah satunya Sternberg (1988) dalam bukunya yang berjudul “*The Psychology of Love*”, menjelaskan bahwa cinta merupakan kandungan perasaan dalam hati seseorang yang mengandung komposisi keintiman (*intimacy*), komitmen (*commitment*), dan gairah (*passion*) dan ketiga hal tersebut merupakan bagian penting dalam terciptanya hubungan jalinan cinta yang ideal dan mapan. Cinta ideal tidak mesti mengenai tentang kebahagiaan yang selalu membingkainya, dikarenakan kadar cinta setiap individu sangatlah kompleks dan nyaris tak ada yang serupa. Oleh karena itu, sangatlah wajar apabila terdapat konflik ataupun polemik yang terjadi dalam jalannya hubungan cinta tersebut, karena hal itu merupakan bagian dari keintiman dan gairah dengan versi yang berbeda (Hartman, 2004). Akan tetapi, tidak jarang ditemukan beberapa kasus konflik yang terjadi dalam sebuah hubungan cinta yang menghasilkan korban sebagai subjek dari kekerasan dari sang pasangan, bahkan tak jarang kekerasan tersebut sampai menyebabkan kematian.

Dalam Psikologi dibahas bahwa pada umumnya kekerasan dalam kasus percintaan terjadi karena terdapat rasa penasaran yang sangat besar mengenai segala hal yang berkaitan dengan hidup sang pasangan. Selain itu, terindikasi bahwa kekerasan yang terjadi dalam suatu hubungan, mayoritas disebabkan oleh perasaan takut yang luar biasa akan kehilangan pasangannya yang pada akhirnya menyebabkan terbatasnya “ruang gerak” pasangan tersebut sehingga gagasan

kesempurnaan mengenai cinta hanya dapat diperoleh di angan-angan saja atau dalam isitilah populer saat ini disebut sebagai *toxic relationship*. Pola-pola inilah yang banyak menjadikan hubungan cinta gagal dan pada akhirnya harus memutuskan untuk berpisah demi menjaga kestabilan emosi dan psikis dari satu ataupun keduanya (pasangan). Ilmu psikologi pun menjelaskan bahwa pasangan yang sangat memiliki ketakutan besar akan kehilangan yang pada akhirnya direalisasikan dalam bentuk tindakan terhadap pasangannya, disebut sebagai posesif (*mania*) dan orang yang rela melakukan segala hal demi pasangannya (biasanya korban) dalam teori gaya cinta dikenal sebagai altruistik (*agape*). *Agape* dan *mania* ini merupakan bagian dari kajian topik gaya cinta yang memang dalam psikologi dinilai sebagai gaya cinta yang sangat menguras emosi dan memberikan tekanan yang cukup besar pada kondisi psikis suatu pasangan, sehingga tak banyak yang berhasil untuk melanjutkan hubungan dengan penerapan kedua gaya ini (Marasabessy, 2007).

Sternberg (1988) menjelaskan bahwa sejatinya cinta merupakan cerita kehidupan yang telah tertulis berdasarkan sumber pengalaman pribadi setiap manusia yang darinya dapat mencerminkan sifat kepribadian, minat, serta perasaannya dalam menjalani satu hubungan cinta. Artinya, pengalaman pribadi kehidupan berkenaan dengan cinta, baik yang diraih dari kisah orang tua maupun dari cerita-cerita fiksi tanpa disadari hal tersebut memberikan pengaruhnya dalam pemahaman seseorang terhadap arti dari cinta itu sendiri. Oleh karena itu, Sternberg memformulasikan sebuah konsep yang dikenal dengan *Triangular Theory of Love* (teori segitiga cinta). Teori tersebut menyatakan bahwa pengalaman cinta seseorang yang telah diraihnya tersebut semestinya mengandung tiga konsep inti yang dapat menciptakan cinta yang ideal, yaitu keintiman, gairah, dan komitmen.

Pada penjelasannya, gairah diartikan sebagai sebuah dorongan emosional diri yang erat kaitannya dengan perilaku seksual. Sementara itu, keintiman adalah bagian dalam diri yang memberikan suasana kehangatan, dan rasa percaya diri untuk menjalani sebuah hubungan ke tahap yang lebih serius. Biasanya karakteristiknya adalah menaruh perhatian besar terhadap komunikasi satu sama lain bahkan tak segan untuk saling berbicara dengan waktu yang cukup panjang. Selain itu, terdapat perasaan rindu yang mendalam apabila tidak melakukan hubungan selama beberapa waktu baik fisik maupun secara verbal. Terakhir, komitmen merupakan instrumen dalam diri seseorang yang bertanggung jawab pada keputusan untuk tetap menjaga hubungan tetap bersatu. Sternberg (1988) juga memaparkan bahwa ketiga komponen tersebut memiliki derajat yang berbeda-beda pada setiap orangnya. Terdapat orang yang memiliki gairah yang tinggi tetapi tidak diiringi dengan memiliki kualitas

komitmen yang baik ataupun sebaliknya. Hal tersebut dalam pandangan psikologi cinta Sternberg bukanlah suatu masalah yang besar, dikarenakan setiap manusia menurutnya akan menjumpai titik dimana memerlukan ketiga konsep tersebut berada dalam derajat atau proporsi yang sama di suatu waktu.

2. Gaya Cinta

Berdasarkan teori segitiga cinta yang dikemukakan oleh Sternberg di atas, banyak ahli psikologi terutama yang bermazhab Psikoanalisis mencoba untuk memproyeksikan ketiga konsep tersebut kedalam beberapa kombinasi gaya cinta. Dalam pembagiannya gaya cinta sendiri menurut John Lee selain *agape* dan mania terdapat 4 jenis gaya lain, yaitu romantis (*eros*), main-main (*ludos*), cinta kawan baik (*stronge*), dan pragmatik (*pragma*) (Taylor, 2009). Pada umumnya, setiap individu memiliki *interest* terhadap dua sampai tiga gaya cinta dalam menjalin relasi hubungannya. Pada keenam gaya tersebut kecenderungan gaya cinta positif disematkan pada gaya *eros* (romantis) dan gaya *stronge* (cinta kawan baik). Sementara keempat lainnya dinilai cenderung lebih memberikan dampak negatif karena diyakini sangat mempengaruhi tekanan mental yang cukup signifikan (Taylor, 2009).

Cannary (1997) mengklasifikasikan gaya cinta ke dalam aspek kecenderungan maskulinitas dan feminitas. Menurutnya, gaya cinta main-main (*ludos*) dan romantis (*eros*) lebih identik dengan karakter maskulinitas. Sementara itu, gaya cinta posesif (*mania*) dan pragmatik identik dengan feminitas tetapi secara keseluruhan keenam gaya cinta memiliki keterkaitan yang cukup erat bersama dengan karakteristik feminitas dibandingkan dengan maskulinitas yang hanya cenderung menerapkan gaya cinta main-main (*ludos*) dalam menjalani relasi cinta (Cannary, 1997). Dengan demikian, dapat diambil sebuah keterangan bahwasannya perempuan lebih tertarik menjalani hubungan cinta dengan memaknainya sebagai kedekatan emosional atau dalam artian lain perempuan menjalani cinta didasarkan pada keakraban yang menyenangkan dengan diwakilkan oleh gaya cinta yaitu ada *pragma*, *mania*, *stronge*, dan *agape*. Di sisi lain laki-laki lebih cenderung menerapkan pola-pola hubungan gaya cinta dengan didasari ketertarikan pada fisik jasmaniah atau dalam bahasa gaya cintanya adalah gaya *eros* (cinta romantis) dan gaya *ludos* (cinta permainan) (Dayakisni & Hurdaniah, 2009).

Perlu ditekankan pula bahwa pada fase perkembangan masa dewasa awal, setiap individu sejatinya mengalami sebuah transformasi yang cukup signifikan dalam hal keterjalinan relasi personal dengan individu lainnya, terutama hal-hal yang berkaitan dengan keterjalinan dan pembangunan ikatan yang didasarkan oleh jiwa pertemanan, rasa cinta, dan hasrat seksualitas

(Papalia, 2008). Oleh karena itu, pada masa perkembangan dewasa awal setiap individu akan senantiasa saling mengevaluasi dirinya untuk dapat menemukan pasangan hidup yang baik dan dinilai tepat untuk mendampingi dan hal itu pun juga mempengaruhi dari sisi *psychosocialnya* yang menerangkan bahwa tahapan tersebut sangatlah penting untuk memahami *intimacy versus isolation*. Artinya, jika dalam tahap fase perkembangan dewasa awal tersebut individu tidak bisa menjalankan sebuah komitmen yang kuat secara pribadi dengan seseorang yang diinginkannya maka ketika masuk pada perkembangan tahap selanjutnya individu tersebut akan mengalami kecenderungan untuk memisahkan dan mengisolasi dirinya dalam artian sulit untuk “berbaur” dan menyatakan apa yang sebenarnya diinginkannya. Dengan demikian, bahwa sudah menjadi tugas penting pada masa perkembangan dewasa awal setiap individu untuk memiliki komitmen dengan pasangan ataupun menisbahkan diri untuk menjalani apa yang sebenarnya dapat dilakukan untuk dapat membina hubungan di masa yang akan datang (Ariyati & Nuqul, 2016).

Berkaitan dengan penemuan pasangan, menurut Myers (2012) menunjukkan terdapat beberapa faktor penting yang cukup signifikan dalam mempengaruhi perasaan suka dan cinta terhadap satu individu dengan individu lainnya, yaitu persamaan-perbedaan, fisik yang menarik (subjektif), dan imbalan pada hubungan yang dapat berarti hal moral maupun yang berbentuk materi. Keseluruhan hal tersebut merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari daya tarik pribadi. Daya tarik pribadi merupakan karakter yang membentuk atau memunculkan perasaan suka pada seseorang. Ketertarikan secara personal memiliki artian yang menunjukkan bahwa individu memiliki perasaan khusus kepada orang lain, biasanya orang secara tidak sadar akan langsung meninjau dan memperhatikan seseorang mengenai apa daya tarik yang dimiliki orang tersebut.

Pada Umumnya daya tarik pribadi berbicara mengenai daya tarik fisik, kecerdasan, interaksi terhadap sosial, prestasi yang dimiliki, dan terutama kepribadian. Dalam keterangan ilmiah diketahui bahwasannya secara umum orang lebih memperhitungkan daya psikis manusia, seperti *morality*, kecerdasan, kepribadian, dan keberhasilan dalam kehidupan daripada hanya sekedar fisik semata seperti paras wajah yang tampan rupawan dan cantik mempesona untuk wanita.

Selain fisik, daya tarik mengenai persamaan-perbedaan pun tak luput untuk diperhatikan. Sarwono (2009) mengungkapkan bahwa sungguh hal yang menyenangkan dan membahagiakan apabila seseorang dapat menemukan pasangan yang sangat mirip dengannya (tidak mesti dalam hal fisik) dan mampu berbagi mengenai pengalaman hidupnya mengenai apa yang disukanya, cerita

keberasalannya, dan hal lainnya. Semakin banyak hal-hal yang berkaitan atau memiliki persamaan di dalamnya, pasangan tersebut akan merasa saling memiliki secara utuh. Seorang individu akan cenderung memiliki perasaan ketertarikan yang kuat kepada orang yang memiliki kemiripan dengannya seperti nilai moralitas, sikap kepribadian, bahkan latar belakangnya (Sarwono, 2009).

Akan tetapi, perbedaan *personality* yang dimiliki oleh pasangan pun dapat menjadi daya tarik yang lebih ekspresif dalam terjalinnya sebuah hubungan. Pada bahasan sebelumnya diketahui bahwa individu akan memiliki tingkat kesenangan yang luar biasa ketika menjumpai hal yang identik dengan dirinya, namun ternyata akan sangat lebih menyenangkan ketika seseorang menemukan pasangan yang memiliki kecenderungan yang berbeda baik dari hal pribadi, latar belakang dan hal-hal yang berkaitan dengan daya tarik pribadi yang dimilikinya (Sarwono, 2009). Hal tersebut terjadi karena diakibatkan oleh adanya pandangan positif dimana perbedaan tidak dianggap lagi satu hal yang salah ataupun aneh melainkan sebaliknya, yaitu perbedaan adalah bentuk ungkapan spontan apa adanya dari seseorang yang artinya hal tersebut murni dari pribadinya tanpa ada paksaan. Sehingga individu dengan individu lainnya yang memiliki karakteristik yang berbeda dapat saling belajar dan memahami satu sama lain terhadap hal-hal baru mengenai apa yang sebenarnya tidak ada dalam dirinya dan hal tersebut menjadi bahan dasar yang kokoh untuk saling menyempurnakan dan melengkapi dalam hubungan cinta yang dijalankan.

Daya Tarik berikutnya adalah fisik, meskipun daya tarik secara fisik ini merupakan kecenderungan yang bersifat sangat subjektif tetapi dalam psikologi hal tersebut dapat diterjemahkan walaupun sudah pasti kebenarannya tidak berwujud mutlak. Seseorang yang memiliki fisik menarik akan lebih diperhatikan dan dilirik oleh lawan pasangannya karena orang yang memiliki tampilan yang menarik memiliki sifat karakteristik yang lebih positif dan dari segi fisik pula dapat dilihat bagaimana cara dia memperlakukan tubuhnya itu sehingga mampu memberikan tampilan yang menawan bagi lawan jenisnya (Sarwono, 2009).

Jika meninjau pernyataan di atas sudah pasti akan menimbulkan banyak perdebatan yang memperlumahkan fisik sebagai daya tarik. Tentunya dalam menyikapi persoalan tersebut nampaknya tidak bisa jika menggunakan pandangan yang total objektif. Sebagaimana telah ditegaskan diawal bahwasannya daya tarik yang menyangkut fisik merupakan ranah subjektif yang sulit untuk diterka. Anggapan cantik dan tampannya seseorang hanya berlabuh pada orientasi relatif seseorang dalam menilai lawan jenisnya (Harari, 2018). Hal

tersebut berkesesuaian dengan prinsip dari aliran psikologi psikoanalisis yang menegaskan bahwa setiap perbuatan ataupun keputusan yang diambil seseorang senantiasa dikuasai oleh sisi personalitasnya atau kepribadiannya.

Dalam teori struktur kepribadian yang dicetuskan oleh Freud yang merupakan pelopor dari aliran psikoanalisis ini, dia membaginya menjadi tiga bagian utama, yaitu Id (*da es*), Ego (*das ich*), dan Super Ego (*ueber ich*). Dimana dalam penjelasannya Id merupakan instrumen dasar dari kepribadian yang menghimpun daya manusia untuk memperoleh kebutuhan dasarnya, seperti makan, minum, cinta, istirahat dan lainnya. Ego sendiri adalah instrumen dalam kepribadian yang mengontrol segala upaya yang dimaksudkan untuk menindaklanjuti apa yang terdapat pada Id tersebut. Terakhir, Super Ego adalah instrumen penahan agar Ego tetap berada dalam kontrol yang baik berlandaskan pada etika dan moral (Husna, 2018). Tentunya ketiga struktur ini tumbuh dan hadir dalam kepribadian seseorang merupakan sebuah proses panjang dari pengalaman-pengalaman yang telah dilalui. Sehingga tingkat semua orang memiliki struktur yang sama tetapi dengan bahannya masing-masing yang menandakan bahwa tingkat subjektivitas akan hal ini merupakan sebuah keniscayaan.

3. Memaknai Cinta dalam Kacamata Filsafat

Pada sebuah anekdot klasik terdapat pertanyaan “*nyeleneh*” mengenai siapakah yang lebih dahulu diciptakan apakah bayi atau orang tua. Akan tetapi, cukup sederhana jawaban yang diberikannya, yaitu baik bayi maupun orang tua keduanya lahir diawali dengan cinta. Oleh sebuah cinta yang agunglah bayi lahir dan oleh karena cintalah orang tua disatukan dalam ikatan suci suami dan istri. Jika dirasa hal tersebut tidak dapat menjawab pertanyaan di awal maka tentulah hakikat cinta pada akhirnya bergantung pada Sang Pecinta yang karenanya semua lahir dan berawal dari Nya.

Pembahasan akan dahsyatnya cinta pun tak luput dari analisis intelektual yang Plato dan juga Socrates lakukan yang merupakan mentor hidupnya. Plato mendefinisikan cinta sebagai satu entitas yang merupakan sumber kekuatan dan energi yang luar biasa dengan tujuan akhir adalah menuju dan mengarah kepada Sang Idea. Artinya, cinta merupakan elemen kehidupan yang di dalamnya terkandung sesuatu hal yang mulia dan jauh dari segi negatif serta berbahaya (Riyanto, 2013). Plato mengintroduksi bahwa jiwa yang terdapat dalam diri manusia merupakan kesatuan yang asali dan hal tersebutlah yang menyebabkan sepasang manusia yang sedang jatuh dalam indahnya relasi cinta, bersatu untuk mengarah pada penyatuan suci dalam perjalanan hubungan

mulia mereka. 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 pun melegitimasi bahwa manusia dengan kualitas yang dinilai nyaris mendekati sempurna adalah dia yang memiliki cinta pada dirinya. Dikarenakan, cinta senantiasa menggerakkan manusia untuk terus mencari segala hal yang terbaik untuk dirinya dan hal tersebut membawanya kepada hal terbaik untuk kehidupan kedepannya (Wibowo, 2010).

Selain hakikat cinta, misteri cinta pun dibahas dalam kajian filsafat cinta yang dilakukan Gabriel Marcel. Gabriel dalam Mathias (1994) menjelaskan bahwa cinta hadir ibarat tanda peringatan, dia hadir layaknya sebuah panggilan jiwa dari *Aku* menuju *Aku* yang lain. Bukan karena banyak hal menarik tentangnya yang membuat jatuh cinta, tetapi justru karena *Dia* adalah *Dia* yang membuat diri tersebut jatuh cinta. Memahami cinta adalah satu hal yang sangat mustahil demikianlah Gabriel Marcel menjelaskan misteri dari cinta. Tentunya sebuah ketidakmungkinan manusia dapat memahami cinta karena cinta bukanlah objek yang mudah untuk diteliti. Misteri cinta hanya dapat dimengerti oleh individu-individu yang sedang merasakan bagaimana indahnya jatuh cinta. Cinta merupakan sebuah perjalanan hati yang sangat kuat dan kaya kaitanya dengan hal personal yang dijalani dan dirasakan oleh setiap manusia yang saling mencintai (Hariyadi, 1994).

Oleh karena itu, penyederhanaan mengenai persoalan cinta (*to love*) merupakan sebuah tindakan yang tidak bijaksana terutama pada peradaban masyarakat saat ini. Dimana cinta selalu dihubungkan dengan hal yang berkaitan atas pernikahan saja. Saat ini cinta hanya menjadi sebuah soal yang diperbincangkan untuk sebuah prasyarat sebelum menapaki jenjang pernikahan. Dengan demikian, pernikahan itu sendiri mengalami penyempitan makna menjadi hanya sebuah kontrak sosial dimana cinta yang menjadi syarat utamanya dan oleh karena itu cakupan cinta menjadi menyempit pula serta sekedar berputar pada dunia pernikahan (Fromm, 2000). Seharusnya, cinta dimaknai lebih eksklusif, artinya mesti diketahui bahwa hadirnya cinta adalah sebagai selendang suci yang darinya kebencian, kekurangan, dan kejahatan dapat ditutupi dan dihentikan (Kurniawan, 2020).

Bahkan Paul Tillich menganggap cinta sebagai hal utama yang menguasai dan menggerakkan kehidupan. Adanya kehidupan menurut Paul Tillich adalah didorong oleh adanya aura cinta dan menjadikan semacam yang “tidak pernah ada” menjadi “ada”. Manusia dapat menjadikan segala sesuatu hal ada dan berfungsi tentunya karena ada cinta yang melatarbelakanginya. Selain itu, Paul pun memberikan definisi mengenai cinta, bahwasannya cinta adalah sebuah proses dalam menyatukan apa yang pada dasarnya sudah bersatu, cinta tidak akan mungkin mempersatukan apa yang pada awalnya terpisah. Artinya, cinta hanya akan mempersatukan apa yang sejak awal telah bersatu secara asali (Tillich, 2004). Mengenai beberapa teori cinta yang dilontarkan ilmu psikologi, seperti *eros*, *agape*, *strong*, *mania*, *pragma*, dan *ludos* menurut Paul (2004) hal tersebut hanyalah sifat imajinatif yang dilihat dari sudut pandang subjektif setiap individu. Sehingga agaknya tidak relevan jika hal tersebut menjadi sumber kunci dalam memahami luasnya paradigma cinta yang dialami oleh setiap manusia.

D. SIMPULAN

Pada akhirnya cinta tidak hanya sekedar tentang “jatuh cinta” saja. Melainkan banyak hal misterius yang mesti dipahami mengenai cinta tersebut. Pada waktu cinta hadir dan mulai menunjukkan cara kerjanya, menikmati setiap bagian darinya adalah suatu hal yang indah dan layak untuk direnungkan sebagai salah satu jalan kebahagiaan. Karena dengan cintalah terkadang manusia baru menyadari bahwa dirinya adalah manusia. Serta, ketika dua insan jatuh dalam keindahan cinta hanya kesatuan sebagai manusialah yang senantiasa diharapkannya dan bukan tentang keterpisahan.

Sternberg dalam kajian psikologinya telah memberikan penjelasan tentang cinta pada dasarnya erat kaitannya dengan pengalaman-pengalaman pribadi yang pernah didapat seseorang selama hidupnya dan tentu hal tersebut melahirkan pandangan cinta yang variatif di setiap manusia. Oleh karena itu, Sternberg telah memformulasikan tiga konsep yang dinilainya dapat menjadi pegangan ilmiah dalam menciptakan cinta yang ideal, ketiga hal tersebut adalah keintiman (*intimacy*), komitmen (*commitment*), dan gairah (*passion*). Di sisi lain, filsafat melalui para pemikirnya (filosof) berdiri pada satu pernyataan yang menyatakan bahwa mustahil cinta dapat disederhanakan. Plato menerangkan bahwasannya satu hal yang setidaknya dapat dipahami bahwa sejatinya cinta akan menyatukan sesuatu yang pada dasarnya sudah bersatu secara asali. Sehingga mustahil apabila cinta menyatukan suatu hal yang pada dasarnya sudah menunjukkan keterpisahan.

Daftar Pustaka

- Agung, L. (2018). Problematika Jatuh Cinta Sebuah Tinjauan Filosofis. *Logos: Jurnal Filsafat-Teologi*.
- Ariyati, R. A., & Nuqul, F. L. (2016). Gaya Cinta (Love Style) Mahasiswa. *Psikoislamika*.
- Cannavary, D. J. (1997). *Sex and Gender Differences in Personal Relationship*. New York: The Guilford Press.
- Dayakisni, I., & Hurdaniah. (2009). *Psikologi Sosial*. Malang: UMM Press.
- Fromm, E. (2000). *The Art of Loving*. London: Continuum.
- Harari, Y. N. (2018). *Homo Deus*. Tangerang: PT Pustaka Alvabet.
- Hariyadi, M. (1994). *Membina Hubungan Antar Pribadi Berdasarkan Prinsip Partisipasi, Persekutuan, dan Cinta Menurut Gabriel Marcel*. Yogyakarta: Kanisius.
- Hartman, I. (2004). *The Color Code*. Batam: Interaksara.
- Husna, F. (2018). Aliran Psikoanalisis Dalam Perspektif Islam. *Salam: Jurnal Sosial & Budaya Syar-I*, 99-112.
- Irmawati, & Saragih. (2005). Fenomena Jatuh Cinta Pada Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara, I*.
- Kurniawan, T. (2020). Filsafat Cinta. *Batang Filsafat*.
- Marasabessy, R. (2007). Perbedaan Cinta Berdasarkan Teori Segitiga Cinta Sternberg antara Perempuan dengan Laki-Laki Masa Dewasa Awal. *Jurnal Universitas Gunadarma*.
- Myers, D. (2012). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Papalia, D. (2008). *Human Development: Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Riyanto, A. (2013). *Katolisitas Dialogal*. Yogyakarta: Kanisius.
- Sarwono, S. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Sternberg, R. J. (1988). *The Triangle of Love*. New York: Basic Books.
- Taylor, E. S. (2009). *Psikologi Sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Tillich, P. (2004). *Cinta Kekuasaan & Keadilan: Makna Dasar dan Implikasi Etis*. (M. Hardani, Trans.) Surabaya: Pustaka Eureka.
- Wibowo, S. A. (2010). *Arete: Hidup Sukses Menurut Platon*. Yogyakarta: Kanisius.