

Refleksi atas Pandemi Covid-19 Berdasarkan Perspektif Teori Psikoanalisis Humanis Erich Fromm

Theguh Saumantri ¹, Anwar Sanusi ²

¹² Program Studi Sejarah Kebudayaan Islam, Fakultas Ushuluddin Adab dan Dakwah,
IAIN Syekh Nurjati Cirebon

saumantri.theguh@syekhnurjati.ac.id ¹

anwarsanusiasnaf@gmail.com ²

Abstrak

The world is currently shocked by a new virus, namely severe acute respiratory syndrome corona virus 2 (SARS-CoV-2) or what is known as covid-19. The virus, which was first discovered in Wuhan, China, has claimed thousands of human victims, including in Indonesia. Many things have happened in terms of humanity in this Covid-19 phenomenon. The occurrence of social distancing, solidarity to help each other even excessive concern for the victims of covid-19. Which in the end has an impact on the exclusion and rejection of these covid-19 victims, which should not have happened. According to a German philosopher, Erich Fromm. In his humanist psychoanalytic theory, Erich Fromm, basically humans under any circumstances have social attachments in the form of love and cooperation with others.

Keywords: Psychoanalysis; Erich Fromm; Covid-19.

PENDAHULUAN

Di awal tahun ditengah banyaknya peristiwa, ada yang memilukan dan ada juga yang memalukan termasuk adanya wabah pandemi covid-19 ini. Sudah banyak koran yang terkena wabah ini. Bahkan di negara asalnya yaitu cinta ribuan orang meninggal, disusul dengan Itali, Spanyol, kemudian Amerika. Banyaknya korban yang berjatuh menjadi momok bagi masyarakat. Di tanah air sendiri fenomena ini membuat manusia ada pada absurditas, dimana rasa ketakutan dan kekhawatiran yang berlebihan seakan sudah melekat pada sebagian masyarakat, yang pada akhirnya terjadi penolakan terhadap korban maupun suspect covid-19 ini (Buana, 2020). Di zona merah misalnya orang yang bekerja di rumah sakit yang menangani korban covid-19 di usir oleh warganya bahkan dikucilkan, kemudian koran yang meninggalpun di tolak untuk dimakamkan di tempat asalnya. Sungguh ini sangat ironis, manusia tidak lagi memiliki kepedulian terhadap sesama dan cinta yang ada dalam dirinyapun seakan sudah tiada.

Mestinya saat wabah covid-19 ini sudah meluas kita tonjolkan sisi kemanusiaan disini, harus di ingat bahwa apa yang terjadi pada orang lain, dapat terjadi pada kita. Sehingga kalau kita menginginkan sesuatu yang baik terhadap kita, maka tentu terhadap orang lain pun kita seharusnya berperilaku demikian. Jadi tidak ada alasan untuk tidak berbuat kebaikan, tidak ada alasan untuk tidak saling bantu-membantu karna kita sama yaitu manusia. Tetapi ada juga yang tidak berperilaku demikian, seperti yang terjadi di Cimahi bandung. Dimana masyarakat di lingkungan orang yang terjangkit covid-19 justru begitu semangat untuk saling menolong, mensupport, memberikan bantuan dan perhatian. Perilaku ini lah yang harusnya di bentuk. Karna bagaimanapun kita sebagai manusia memiliki kerikatan satu sama lain tanpa harus melihat sesuatu yang terjadi pada dirinya (Karyono, Rohadin, 2020).

Dalam buku *the art of loving* erick fromm memberikan pesan kepada setiap manusia bahwa sesungguhnya cinta yang tertanam dalam hati manusia adalah sikap, yaitu suatu orientasi karakter yang mencipkan jalinan seorang pribadi dengan dunia secara keseluruhan. Suatu perbuatan dan perhatian aktif pada kehidupan dan pertumbuhan manusia. Cinta ialah menifestasi dari kehidupan manusia itu sendiri (Sari, 2018). Menurut pemikiran Fichte prinsip manusia adalah makhluk yang memiliki sifat moral yang di dalamnya mengandung suatu usaha (Nadhiron, 2015). Disinilah manusia menjadi bagian dari dunia luarnya. Sikap seperti ini dapat menjadikan manusia menyadari dirinya sendiri dan usaha untuk men sendiri dari di bagian dari masyarakat luas. Karena itulah manusia disebut sebagai mahluk sosial, mahluk yang tidak dapat berdiri sendiri, selalu membutuhkan orang lain untuk melangsungkan kehidupannya.

Erick Fromm melihat manusia mempunyai karakter dualistik dikotomis yang disebut dengan dilema eksistensi yang merupakan kondisi dasar eksistensi manusia. Menurut erick fromm untuk dapat memahami manusia diperlukan pandangan yang dinamis (E. Fromm, 1995). Fenomena covid-19 ini menggambarkan bahwa manusia ada dalam keadaan dilema eksistensi dimana manusia ada dalam kesadarannya sendiri tetapi juga tidak mampu menerima kesendiriannya. Fromm menegaskan sesungguhnya pada diri manusia memiliki kesadaran yang membentuk kepribadian yang sejati. Bentuk kepribadian itu adalah aktivitas manusia dalam menjalankan kehidupan sendiri. Dia dapat menjadi pribadi yang sadar akan kesadarannya sendiri, tetapi juga dia dapat menjadi sadar saat manusia menjadi bagian dari manusia yang lain. Kehidupan manusia pada dasarnya selalu bergerak ke arah yang rasional, dalam segala situasi dan kondisi krna itu adalah esensi dari akal yang di miliki oleh manusia. Kita dapat melihat dalam peristiwa pandemi covid-19 yang sudah menjadi bagian fenomena kehidupan kehidupan kita sekarang ini. Manusia harus menjadi manusia yang memiliki Kesadaran Ideal, fromm menyebutnya dengan *Biophilous Character type* kesadaran yang mengutamakan kehidupan yang dibentuk atau dipengaruhi orang lain dengan cinta dan akal (Fromm, 2007).

Sangat penting sekali untuk memiliki kesadaran ideal ini, karna kita sudah melihat dampak dari covid-19 ini. Dari segi ekonomi misalnya sudah banyak ribuan orang yang

diberhentikan kerja sehingga tidak ada lagi pemasukan untuk kebutuhan konsumsi, kemudian tak sedikit pula orang yang menjadi ODP dan PDP yang sedang melakukan karantina mandiri (Buana, 2020). Semua itu harus menjadi bahan pembentukan diri menjadi kesadaran ideal dan landasi oleh cinta.

Namun disamping soal dilema tadi, manusia juga memiliki kebutuhan eksistensial diantaranya adalah tentang kebutuhan relasi (*need for relatedness*) (Fromm, 1995). Manusia harus menciptakan hubungan-hubungan mereka sendiri, yang paling memberikan kepuasan yaitu hubungan yang didasarkan cinta produktif. Cinta produktif mampu menciptakan kesadaran diri, perhatian, tanggung jawab, respek, dan pemahaman timbal balik. Menurut Fromm orang yang memiliki kesadaran ideal adalah orang yang mentalnya sehat sehingga manusia mampu bekerja produktif sesuai dengan tuntunan lingkungan keadaan sosialnya, sekaligus mampu berpartisipasi dalam kehidupan penuh rasa cinta (Sari, 2018). Dengan ini, jangan sampai ada orang diluar sana menjadi kesusahan bahkan lemaparan hanya krna merika tidak bisa mencari nafkah, tidak ada lagi manusia dikucilkan karena suspect Covid-19. Disinilah saatnya kita berperan aktif saling menolong, saling mengasahi. Karena ini bukan soal identitas tetapi kemanusiaan.

METODE PENELITIAN

Dalam penulisan artikel ini digunakan metode *library research* atau studi pustaka. Metode studi pustaka dipakai dalam artikel ini sebagai upaya untuk mengumpulkan data dan informasi dalam pengembangan suatu teori pemikiran dalam hal ini pemikiran Erich Fromm tentang psikoanalisis humanis untuk membaca sebuah fenomena yang terjadi pada diri manusia di masa pandemi Covid-19. Agar isi dalam artikel ini lebih komprehensif, penting sekali untuk membahas suatu pemikiran tokoh yang mempunyai andil besar dalam sudut pandang ilmu pengetahuan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Biografi Dan Latar Belakang Pemikiran Erick Fromm

Erich Fromm lahir di Frankfurt pada tanggal 23 Maret 1900, anaktunggal dari pasangan Yahudi ortodoks. Funk (1999) melaporkan bahwa Fromm mengatakan ciri ayahnya sebagai “*highly neurotic*” dan dirinya sebagai “*aprobably rather unberable, neurotic child*”. Menurut Boston (1991), masa muda Fromm terdidik dalam alam pendidikan agama Yahudi dengan guru-guru yang berlatar-belakang kosmopolitan, seperti: Hermann Cohen yang adalah seorang liberal dan pemikir neo-Kantian, Rabbi Nehemia Nobel yang seorang Talmudist yang juga akrab dengan literatur psikoanalisa, dan Rabbi Salman Baruch Rabinkow yang adalah seorang mistisme Yahudi dengan simpati yang kuat padasosialisme. Karena pengaruh-pengaruh ini, orientasi Erich Fromm pun kritis dalam hal agama, sekaligus empati dan terbuka (Fromm, 2007).

Fromm melanjutkan studi ke Universitas Frankfurt, disitu pada tahun 1920 Ia ikut mendirikan *the Freies Judisches Lerhaus* (yang dipimpin oleh Martin Buber dan Franz Rozenweig). Erich Fromm kemudian mengambil doktornya di Universitas Heidelberg pada

tahun 1919. Kemudian tahun 1924 Ia mulai mempelajari psikoanalisa, semula di Frankfurt, kemudian ke *Berlin Institute of Psychoanalysis*. Setelah menyelesaikan studinya Fromm mendapat kehormatan menjadi bagian dari Mazhab Frankfurt dan mendirikan Institut Psikoanalisis Frankfurt (*The Frankfurt Psychoanalytic Institute*). Fromm diundang bergabung dengan *Frankfurt Institute for Social Research* oleh Marx Horheimer, dengan demikian Fromm menjadi salah satu anggota ‘Sekolah Frankfurt’ (*The Frankfurt Institute*) (Fromm, 2007).

Pemikiran Fromm terpengaruh atas gagasan-gagasan dalam karya Karl Marx, terutama oleh pemikiran Karl Marx yang pertama yaitu *The Economic Philosophical Manuscripts*.¹⁴ Karya Karl Marx ini yang diterjemahkan dalam bahasa Inggris oleh T.B. Bottomore termuat dalam *Marx’s Concept of Man* karangan Fromm (1961) (Sari, 2018). Fromm adalah seorang psikoanalisis, ahli teori sosial, sekaligus filsuf. Karena dibesarkan dalam Keluarga Yahudi ortodoks, Fromm muda mengidolakan tokoh-tokoh Yahudi progresif. Namun jejak kekejaman perang dunia mengubah pandangannya. Setelah perang berakhir tahun 1918, Fromm sebagai orang muda remaja sangat terobsesi dengan pertanyaan-pertanyaan mengapa perang itu mungkin. Pengalaman perang menumbuhkan pertanyaannya tentang perilaku manusia, Fromm ingin mengerti irasionalitas perilaku masa manusia, dengan kerinduan yang besar akan perdamaian internasional. Perhatiannya yang kuat terhadap perilaku manusia mendorongnya untuk mempelajari psikologi dan sosiologi (Sari, 2018).

Humanistik Dalam Pandangan Erick Fromm

Manusia adalah makhluk yang relatif fleksibel, relatif lentur, siap dibentuk oleh berbagai macam keadaan. Ia bisa memakan jenis makanan apapun, bisa hidup sebagai siapapun (budak ataupun seorang yang merdeka), bisa hidup dalam keadaan apapun (kemiskinan yang sangat ataupun kemewahan), dan dalam lingkungan masyarakat bagaimanapun. Seluruh konsep tentang kemanusiaan dan humanisme didasarkan pada gagasan tentang suatu sifat umum yang dimiliki oleh semua manusia (Fromm, 2004). Akan tetapi, manusia tidak mutlak fleksibel, jika manusia mutlak lentur, amak tidak akan ada revolusi-revolusi, tidak akan ada kerinduan-kerinduan akan perubahan. Jadi, manusia selalu akan protes bila menjumpai kondisi yang tidak seimbang antara tatanan sosial dan kebutuhan manusiawinya yang tak terpikulkan.

Fromm berpendirian moderat mengenai motivasi sadar dan tidak sadar, yang memberi penekanan sedikit lebih besar pada motivasi sadar dan mengemukakan bahwa satu dari sifat-sifat manusia yang unik ialah kesadaran diri. Manusia ialah satu-satunya binatang yang dapat berpikir, mengkhayalkan masa depan, dan secara sadar berjuang ke arah tujuan-tujuan untuk membangun diri. Akan tetapi Fromm mempertahankan bahwa kesadaran diri merupakan berkat campuran dan banyak orang merepresikan karakter dasar mereka untuk menghindari kecemasan mereka yang semakin meningkat (Fromm, 2000).

Pada dimensi pengaruh sosial dan pengaruh biologis, Fromm menekankan pengaruh sejarah, kebudayaan, dan masyarakat. Meskipun dia mempertahankan bahwa kepribadian-

kepribadian manusia ditentukan oleh sejarah dan kebudayaan, tetapi tidak mengabaikan faktor-faktor biologis. Fromm memberikan sedikit penekanan pada persamaan-persamaan di antara orang-orang tetapi dia menyediakan ruang untuk individualitas. Dia berpendapat meskipun sejarah dan kebudayaan sangat berpengaruh pada kepribadian tetapi manusia dapat menyimpan suatu kadar keunikan. Manusia adalah satu spesies yang memiliki banyak kebutuhan manusiawi yang sama tetapi pengalaman-pengalaman antarpribadi sepanjang hidup memberikan manusia keunikan (E. penerjemah: T. B. M. Fromm, 2006).

Erick Fromm mendefinisikan humanisasi sebagai tujuan untuk menghidupkan kehidupan sosial, budaya dan ekonomi, sehingga mampu memajukan kesejahteraan masyarakat, yaitu melalui pengaktifan individu dan memanfaatkan teknologi untuk melayani kehidupan manusia (Fromm, 1995). Oleh karena itu agar masyarakat tidak kehilangan sisi kemanusiaannya, maka masyarakat juga harus dapat mewujudkan prinsip dasar humanis. Prinsipnya yaitu segala sesuatu dikerjakan atau diciptakan hanya untuk memenuhi kebutuhan manusia, dan dapat berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan masyarakat. Dalam pemikirannya Fromm sangat mengidealkan pembentukan Sosialisme Komunitarian Humanistik dalam lingkaran masyarakat yang bertujuan untuk mengaktualisasikan cinta dalam diri. Masyarakat yang aktif tersusun dari pribadi-pribadi yang produktif, yang menciptakan perubahan, menyalurkan kebaikan, saling berbagi dan memiliki rasa cinta. Kita harus mendapatkan kesempatan untuk ikut terlibat aktif dalam menghadapi masalah sosial, juga berkesempatan untuk bergabung dalam aktivitas sosial kemasyarakatan (E. penerjemah: T. B. M. Fromm, 2006).

Pembentukan ini tercipta dimana manusia berhubungan satu sama lain dengan penuh cinta, berakar dalam ikatan-ikatan persaudaraan dan solidaritas. Jika manusia diikat dengan cinta, persaudaraan dan solidaritas maka kenyamanan sosial ini akan tumbuh. Setiap orang mampu memberikan pengertian tentang diri dengan mengalami dirinya sebagai subjek dari potensi-potensi bukan dengan konformitas. Jadi ditengah sosial masyarakat pahamiilah dirimu, jalankan dirimu sesuai identitasmu dan kembangkan kemampuanmu. Masyarakat akan memiliki kesempatan yang sama untuk menjadi manusiawi sepenuhnya. Inilah yang menjadi ciri kemanusiaan kita sekarang ini. Menjadi manusia sepenuhnya adalah prinsip kehidupan sosial. Semua orang mampu bekerja produktif sesuai dengan tuntutan lingkungan sosialnya, sekaligus mampu berpartisipasi dalam kehidupan. Saat ini uluran tangan kita sangatlah berharga bagi mereka yang membutuhkan.

Orientasi produktif ini meliputi Cinta, Kebahagiaan, dan Pikiran (Sonia Visita Here, 2021) Hidup yang produktif itu dihiasi oleh cinta yang produktif. Cinta merupakan suatu hubungan manusia yang bebas dan sederajat dimana masing-masing orang dapat mempertahankan individualitas manusia. Adanya wabah penyakit Corona Virus (Covid-19) membuat segala aspek kehidupan terhenti. Melihat sudah banyak korban yang terkena dan meninggal oleh covid-19. Oleh karena itu Pemerintah memberikan himbauan sebagai bentuk tanggung jawab dan cinta terhadap kemanusiaan, untuk mempercepat, memberantas dan memutus rantai penularan covid-19 agar tidak ada lagi penambahan korban. Yaitu dengan melakukan *social distancing* dan *work from home*, menjadi sebuah peringatan untuk

sementara waktu bahwa semua bentuk kegiatan dilakukan diluar rumah harus diberhentikan. Namun ini semua menjadi hal yang positif bagi mereka yang biasa sibuk bekerja diluar rumah. Mengutip dari *Mirror.co.uk*, merilis data bahwa empat dari lima orangtua yakin jika dengan adanya karantina atau imbauan dari pemerintah untuk *stay at home* membuat keluarga mereka semakin dekat.

Hasil studi menyebutkan bahwa 2.000 orang dewasa dapat menikmati waktu ekstra di rumah, tanpa gangguan sekolah dan kegiatan ekstra kurikuler, intensitas bersama ibu, dan ayah, serta kebersamaan menemani dan memberikan pengetahuan kepada anak-anak lebih banyak peluang untuk terikat (Karyono & Rohadin, 2020). Kemunculan virus corona ini sebenarnya memberikan hawa segar yaitu membuat keluarga menjadi lebih bersyukur dengan apa yang telah mereka nikmati dalam hidup. Dengan *stay at home* kita sudah menciptakan cinta yang produktif, terutama dengan keluarga. Dengan ini perasaan relasional bisa tercapai tetapi identitas dan kemerdekaan seseorang terpelihara. Cinta yang produktif ini mempunyai empat sifat yaitu tanggung jawab, saling perhatian, saling menghormati dan berpengetahuan (Sonia Visita Here, 2021).

Kesadaran Humanis

Kajian tentang kepribadian manusia dalam pemikiran erich fromm banyak dipengaruhi oleh Freud seorang psikoanalisa. Erich Fromm menyebut Freud sebagai pemikir yang memberikan sumbangan terbesar pada berbagai pertanyaan yang berkaitan dengan kekuatan irasional manusia. Fromm menerapkan psikoalanisa Freud pada psikoalisisnya, namun seiring berjalannya waktu, Fromm menemukan kelemahan-kelemahan dalam teori Freud, dan kemudian ia mencoba mengembangkan psikoanalisa baru. Berikut akan menjelaskan mengenai psikoanalisa Freud yang mempengaruhi teori Erich Fromm. (Semium 2013)

Sadar (*conscious*) merupakan tingkat kesadaran yang berisisemua hal yang manusia cermati pada saat tertentu. Menurut Freud, hanya sebagian kecil saja dari kehidupan mental (pikiran, persepsi, perasaan, dan ingatan) yang masuk ke tingkat kesadaran. Isi daerahsadar tersebut merupakan hasil proses penyaringan yang diatur oleh stimulus. Isi-isi kesadaran itu hanya bertahan dalam waktu yang singkat di daerah sadar, dan segera tertekan ke daerah prasadar atau tak sadar.

Prasadar (*preconscious*) Tingkatan prasadar disebut juga ingatan siap (*available memory*), yakni tingkat kesadaran yang menjadijembatan antara sadar dan tak sadar. Isi prasadar berasal dari sadar dandari tak sadar. Pengalaman yang ditinggal oleh perhatian semula disadari tetapi kemudian tidak lagi dicermati, kemudian akan ditekan pindah ke daerah prasadar. Di sisi lain, isi materi daerah tak sadar dapat muncul ke daerah prasadar. Jika sensor sadar menangkap bahaya yang bisatimbul akibat kemunculan materi tak sadar, materi itu akan ditekan kembali ketidaksadaran. Materi tak sadar yang sudah berada di daerah prasadar bisa muncul ke kesadaran dalam bentuk simbolik, seperti mimpi, lamunan, salah ucap, dan mekanisme pertahanan diri.

Tidak Sadar (*unconscious*) Ketidaksadaran adalah bagian yang paling dalam dari struktur kesadaran dan menurut Freud tak sadar merupakan bagian terpenting dari jiwa

manusia. Secara khusus Freud membuktikan bahwa ketidaksadaran bukanlah hipotesis, akan tetapi kenyataan empirik. Ketidaksadaran itu berisi insting, impuls, dan pengendalian yang dibawa sejak lahir, dan pengalaman-pengalaman traumatik (biasanya pada anak-anak) yang ditekan oleh kesadaran dan dipindah ke daerah tak sadar. Isi atau materi ketidaksadaran itu memiliki kecenderungan kuat untuk bertahan terus dalam ketidaksadaran, pengaruhnya dalam mengatasi tingkah laku sangat kuat akan tetapi tetap tidak disadari (Semium, 2013).

Kesadaran menurut fromm, merupakan suatu bagian menyatu dan hasil kehidupan yang berkenaan dengan orientasi produktif. kesadaran bukan semata-mata suatu perasaan atau keadaan yang menyenangkan, melainkan juga suatu kondisi yang meningkat melalui perubahan pola hidup dan pemenuhan potensi seseorang (Wicoyo, 1994). Banyaknya pasien yang sembuh dari Covid-19 di Indonesia memberikan kabar bahagia meski perkembangannya jumlahnya melaju pelan. Menurut penjelasan para medis dan memberikan penjelasan bahwa ternyata kunci kesembuhan pasien terletak pada menguatnya emosional yang bahagia sehingga memperkuat imun tubuh. Peran imunitas tubuh memang memberikan peranan penting agar terhindar dari covid-19. Sistem imun tubuh yang terjaga baik, bisa menangkal penularan virus. Bahkan juga menangkal berbagai penyakit lain.

Kondisi mental saat ini sangatlah berpengaruh pada kesehatan tubuh individu. Kondisi mental seperti cemas, panik, stress, dan bahagia, dapat mempengaruhi imunitas tubuh. Kondisi mental yang “panik atau stress” akan berdampak negatif bahkan melemahkan dan merusak imunitas, sedangkan kondisi mental yang “bahagia” akan menciptakan dampak positif dan dapat meningkatkan imunitas tubuh. Dalam ilmu psikologi menjelaskan bahwa, frekuensi rasa senang lebih berperan untuk kebahagiaan daripada intensitas rasa senang itu sendiri (Alwisol, 2006). Oleh karena itu, melakukan hal kecil dan sangat sederhana yang membuat kita bisa merasa senang dengan frekuensi tinggi, jauh lebih baik daripada kita melakukan sesuatu yang besar dan bermakna untuk kebahagiaan.

Saat ini langkah yang diambil oleh pihak pemerintah untuk pencegahan covid-19 adalah dengan melakukan isolasi diri (karantina diri) *stay at home* supaya memutus penyebaran wabah Covid-19 yang dapat menular karena proses interaksi antar individu. Namun melakukan isolasi mandiri sangat variatif, ada yang melakukan karantina diri dengan perasaan senang-bahagia, namun juga ada yang merasakan beban psikis (stress) karena jenuh. Disinilah kata fromm peran produktif kebahagiaan harus diciptakan. Ketika sedang menjalankan isolasi mandiri (karantina diri) kita harus bisa tetap bahagia dengan cara melakukan pekerjaan sederhana yang kita senangi. Misalnya, jika Anda merasa senang ketika bermain game, saatnya ciptakan kebahagiaan dengan bermain bersama keluarga di rumah, jika senang nonton sepakbola, kita bisa nonton bareng bersama keluarga dengan sorak ceria. Apabila merasa senang sedang menulis, maka menulislah, dan jika senang membaca buku, maka membacalah.

Sedangkan pikiran yang produktif menurut fromm mampu berinovasi dan memiliki wawasan yang hebat serta melibatkan pikiran positif yang didorong oleh perhatian dan ketelitian untuk menilai secara objektif seluruh permasalahan yang ada (Fromm, 1995). Dampak yang amat terasa saat ini adalah melemahnya sektor ekonomi kelas bawah. Ribuan

pekerja di istirahatkan bahkan ada yang PHK. Kita tahu keadaan sulit seperti saat ini, namun situasi ini tidak seharusnya membuat kita menjadi kehilangan harapan masa depan. Justru Saat ini bisa menjadi bahan refleksi diri untuk peningkatan kapasitas, mencari inovasi baru supaya kita dapat beradaptasi dengan situasi baru pasca-pandemi. Dengan pikiran yang produktif ini lah kita mesti menjadikan diri kita berguna. Banyak hal yang bisa kita kerjakan selama isolasi mandiri yaitu dengan *Creative From Home and Productive For Home*.

Sekarang Banyak instansi yang menawarkan jasa kursus keterampilan online dengan harga murah bahkan gratis di masa pandemi ini. Tinggal kita bisa selektif mencari dan memantaunya di media sosial atau melalui penelusuran di internet. Kegiatan seperti ini bisa membantu, selain *tidak* bosan, kita juga jadi punya pengetahuan dan skill tambahan karena memanfaatkan waktu yang berguna selama masa karantina. Dengan kesadaran dan cinta inilah, semua yang terjadi di sekitar kita akan terselsaikan dan tetaplah optimis hadapi pandemi covid-19. Semuanya pasti akan teratasi dan pasti ada kemudahan sesudah kesulitan ini. Tetaplah hadapi dengan semangat, optimis, dan selalu berpikir positif.

Eksistensi Manusia

Eksistensi manusia dalam hal ini memang berbeda dengan eksistensi organisme lain, eksistensinya berada di tingkat ruang yang terus-menerus dan tak terelakkan. Pada hakekatnya, ada dua kontradiksi yang saling berintelerasi. Pertama, adalah berkurangnya determinisme instingtual begitu kita semakin jauh meninggalkan dunia hewan dalam proses evolusi, dan determinisme instingtual akan terus turun hingga titik nol. Kedua, adalah perkembangan otak manusia yang amat mengesankan baik dalam ukuran maupun kompleksitas. Dari situ, pusat kesadaran, imajinasi, dan semua pusat piranti syaraf untuk berbicara, mendengar, simbol-simbol dan apapun yang mencirikan manusia (Fromm, 1997).

Mengikuti aliran filsafat dualisme, semua gerak di dunia dilatarbelakangi oleh pertentangan dua kelompok ekstrim, tesa dan anti-tesa. Pertentangan itu akan menimbulkan sintesa, yang pada dasarnya dapat dipandang sebagai tesa baru yang akan memunculkan antitesa yang lain. Itulah dinamika yang tidak pernah berhenti bergerak (Fromm, 2000). Pemikiran mendasar tentang manusia menurut fromm adalah soal kepribadian. Menurutnya kepribadian manusia secara individu dapat dijelaskan melalui pemahaman tentang sejarah manusia. Perubahan kondisi dan zaman yang dilalui oleh manusia menjadi keyakinan bagi fromm bahwa sesungguhnya manusia tidak memiliki kepekaan yang kuat untuk mampu beradaptasi dengan suatu perubahan sosial yang terjadi dalam dirinya. Tetapi dengan kemampuan rasionya eksistensi dan kepribadian manusia dapat berkembang dalam suatu kondisi yang disebut fromm sebagai dilema manusia (Semium, 2013).

Fenomena pandemi covid 19 dengan gejala atas kemanusiaannya mampu menjadikan manusia terisolasi dari bentuk kesadarannya. *New normal* yang menjadi alternatif kebiasaan atas tatanan baru manusia menjadi mereka ada dalam dasar dilema. Nalar manusia yang memiliki kemampuan atas dasar manusia sebagai kepribadian yang eksis kini bagaikan dua sisi mata uang yang berbeda yaitu sebagai berkah sekaligus kutukan. Dalam satu sisi manusia harus mampu bertahan hidup dengan gaya tatanan baru dan di sisi satunya lagi

mereka dipaksa untuk membongkar dikotomi dasar yang beluk terpecahkan yang disebut dikotomi-dikotomi eksistensial.

Dilema eksistensial manusia yang fundamental adalah dilema eksistensi manusia di antara hidup dan mati. Kesadaran diri dan pikiran mengatakan kepada manusia bahwa dia akan mati, akan tetapi manusia berusaha meniadakan dikotomi tersebut dengan mendalilkan kehidupan sesudah mati, suatu usaha yang tidak mengubah fakta bahwa kehidupan kita berakhir dengan kematian (Fromm 2000). Manusia lahir sebagai perwujudan keajaiban alam, berada di dalam alam tetapi sekaligus mengatasi alam. Manusia harus menemukan prinsip-prinsip tindakan dan keputusan yang menggantikan prinsip-prinsip tindakan dan keputusan yang sebelumnya bersifat instingtual. Manusia harus melindungi dirinya dari kematian dan bahaya akan kehilangan akal sehatnya. Tidak ada kepastian dalam hidup manusia, maka dari itu ia terus berjuang untuk memperoleh hal-hal yang pasti (pekerjaan, rummah,dan sebagainya), dan yang membuatnya merasa aman hidup di dunia ini. Akan tetapi disaat yang bersamaan manusia juga menyadari bahwa satu-satunya yang pasti di masa depan adalah ia akan mati.

Psikoanalisis Humanis Dalam Pandemi Covid-19

Dalam pandangan teori Humanis Dialektik, manusia sebenarnya adalah suatu organisme (mahluk hidup) yang di dalam dirinya terjadi proses dari pada tenaga atau nafsu-nafsu yang mendorong mencapai kepuasan dalam dunia sekitarnya. Pada dasarnya manusia itu dirangsang oleh kebutuhan jasmaniahnya (fisiologis) dan kebutuhan tersebut merupakan dasar dari pada tingkah lakunya. Individu manusia yang telah matang usianya yang berpikir dan yang dapat menguasai proses tersebut memungkinkan baginya untuk menemukan cara-cara memenuhi kebutuhan jasmaniahnya dengan melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sekitar. Dengan demikian manusia dapat menduduki tempatnya yang wajar dalam masyarakat. Jika manusia telah mencapai kondisi demikian, maka barulah ia dapat kepuasan terhadap kebutuhan hidupnya (Nadhiron, 2015).

Pada hakekatnya, ada dua kontradiksi yang saling berintelerasi. Pertama, adalah berkurangnya determinisme instingtual begitu kita semakin jauh meninggalkan dunia hewan dalam proses evolusi, dan determinisme instingtual akan terus turun hingga titik nol. Kedua, adalah perkembangan otak manusia yang amat mengesankan baik dalam ukuran maupun kompleksitas. Dari situ, pusat kesadaran, imajinasi, dan semua pusat piranti syaraf untuk berbicara, mendengar, simbol-simbol dan apapun yang mencirikan manusia (Fromm, 2000). Pendapat tersebut jika diperhatikan maka dapat disimpulkan bahwa manusia memiliki seluk beluk kehidupan rohaniah yang sangat pelik yang meskipun sulit diketahui hakikatnya, tetapi sangat menarik untuk dipelajari. Barangsiapa dapat memahami seluk beluk hidup kejiwaan seseorang, berarti ia dengan mudah mengetahui hidup kejiwaannya sendiri. Dengan mengetahui hidup kejiwaan orang lain dan diri sendiri itulah maka ia akan dapat mengenal Tuhannya. Dengan demikian ia akan mampu menciptakan kehidupan yang harmonis antara hubungannya dengan Tuhan dan dengan masyarakatnya yaitu kehidupan secara vertikal dan horizontal.

Dalam situasi pandemi ini manusia berada dalam dilema eksistensial dengan mengalami kebingungan dan mencoba mencari cara untuk mengatasi masalah eksistensial tersebut. Kondisi rohaniah sangatlah diperlukan dan memiliki peran dalam permasalahan ini. Di saat manusia ada pada kegelisahan dan kebingungan dikarena pandemi covid 19, tuntunan-tuntunan rohaniah menjadi pembimbing dalam menjalankan kehidupan yang tentram. Menurut fromm sesungguhnya manusia diberikan keistimewaan dengan kemampuan berpikir untuk memahami alam semesta dan dirinya sendiri. Keistimewaan lain adalah manusia mempunyai kebebasan untuk mengembangkan dirinya ke arah yang sebaik-baiknya ataupun ke arah yang serendah-rendahnya. Karena itu kesadaran sebagai manusia memiliki potensi-potensi yang dapat ia gali dalam dirinya sebagai proses pencarian akan jati dirinya sebagai manusia. Selain keistimewaan, uniknya ia pun diberikan kelemahan-kelemahan yang menandakan bahwa ia tetaplah makhluk yang tak berdaya (Kuntoro, 1991).

Fromm dalam teori Humanis Dialektiknya berpendapat bahwa dilema eksistensial manusia yang pertama adalah manusia sebagai binatang dan manusia sebagai manusia. Tak dapat terelekkkan bahwa. manusia mempunyai sifat instingtif hewani yang muncul pada dirinya. Manusia sadar bahwa ia adalah bagian dari makhluk hidup lainnya, hidupnya tak dapat dihayati dengan pengulangan pola spesiesnya, ia harus hidup dan berkembang. Evolusi manusia didasarkan atas kenyataan bahwa ia kehilangan rumahnya yang asli, yaitu alam, dan bahwa manusia tidak dapat ke sifat instingtif alamiahnya; tak dapat hidup menjadi binatang lagi. Hanya ada satu jalan yang ia tempuh yaitu dengan meninggalkan rumah alamiahnya dan menjadikan dunia ini tempat kediaman yang manusiawi dan menjadikan dirinya sungguh manusiawi (Fromm, 1995).

Menurut pendapat Fromm bahwa hakikat manusia dilahirkan mempunyai instingtif, yaitu berupa kebutuhan biologis benar adanya, akan tetapi di sisi lain manusia memiliki potensi-potensi yang dapat digali, dalam hal ini manusia mencoba mengembangkan potensi dalam dirinya ke arah kebajikan. Dalam situasi pandemi ini hakikat manusia adalah terletak pada hidup kejiwaannya (rohaniah) dengan nafsu serta kecenderungan dan manifestasi emosionalnya. Akan tetapi hidup jasmaniah manusia bukan dianggap sebagai pelengkap, melainkan sebagai unsur yang mutlak harus ada. Keduanya perlu keseimbangan agar manusia dapat memperoleh kebahagiaan lahir dan batin (Fromm, 1995).

Dilema selanjutnya adalah konsep ketidaksempurnaan dan kesempurnaan. Dilema eksistensial ini ialah manusia dapat mengkonseptualisasikan realisasi diri yang sempurna tetapi karena kehidupan itu singkat maka manusia tidak pernah dapat mencapainya (Semium, 2013). Beberapa orang berusaha memecahkan dilema ini dengan mengasumsikan bahwa periode historis mereka sendiri adalah prestasi puncak manusia, sedangkan orang-orang lain mendalilkan kehidupan sesudah mati. Erich Fromm meyakini bahwa kemampuan manusia sempurna. Kemampuan memiliki arti mampu mencapai tujuannya, tetapi tidak berarti bahwa ia harus mencapainya. Hal ini terkait kesadaran manusia bahwa ia sebagai makhluk memiliki banyak kelemahan akan tetapi ia juga sekaligus menyadari bahwa ia dapat melakukan sesuatu untuk pencapaiannya sebagai manusia.

SIMPULAN

Covid-19 menjadi fenomena yang membuat manusia ada pada absurditas, dimana rasa ketakutan dan kekhawatiran yang berlebihan seakan sudah melekat pada sebagian masyarakat. Dalam sudut pandang kemanusiaan, erich fromm memberikan pesan dalam pemikirannya bahwa sesungguhnya cinta yang tertanam dalam hati manusia adalah sikap, yaitu suatu orientasi karakter yang mencipkan jalinan seorang pribadi dengan dunia secara keseluruhan. Erick Fromm mendefinisikan humanisasi sebagai tujuan untuk menghidupkan kehidupan sosial, budaya dan ekonomi, sehingga mampu memajukan kesejahteraan masyarakat, yaitu melalui pengaktifan individu dan memanfaatkan teknologi untuk melayani kehidupan manusia. Begitupun saat manusia ada pada situasi pandemi covid-19. Manusia harus memiliki orientasi produktif yang meliputi Cinta, Kebahagiaan, dan Pikiran. Dalam pandangan teori Humanis Dialektik, manusia sebenarnya adalah suatu organisme (mahluk hidup) yang di dalam dirinya terjadi proses dari pada tenaga atau nafsu-nafsu yang mendorong mencapai kepuasan dalam dunia sekitarnya. Pada hakekatnya, ada dua kontradiksi yang saling berintelerasi. Pertama, adalah berkurangnya determinisme instingtual begitu kita semakin jauh meninggalkan dunia hewan dalam proses evolusi, dan determinisme instingtual akan terus turun hingga titik nol. Kedua, adalah perkembangan otak manusia yang amat mengesankan baik dalam ukuran maupun kompleksitas. Dalam situasi pandemi ini manusia berada dalam dilema eksistensial dengan mengalami kebingungan dan mencoba mencari cara untuk mengatasi masalah eksistensial tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Alwisol. (2006). *Psikologi Kepribadian*,. Malang: UMM Press.
- Aquarina Kharisma Sari. (2018). *Seni Mencintai (Judul Asli: The Art of Loving, 1956)*. Yogyakarta: Basabasi.
- Buana, Dana Riksa. (2020). “Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia Dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) Dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa.” *Salam: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I* 7 (3). <https://doi.org/https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15082>.
- Fromm, Erich. (1995). *Masyarakat Yang Sehat*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia.
- . (1997). *Lari Dari Kebebasan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- . (2000). *Akar Kekerasan: Analisis Sosio-Psikologis Atas Watak Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- . (2004). *Konsep Manusia Menurut Marx*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- . (2007). *Revolusi Pengharapan: Menuju Masyarakat Teknologi Yang Semakin Manusiawi*. Jakarta: Pelangi Cendekia.
- Fromm, Erich penerjemah: Th Bambang Murtianto. (2006). *Dari Pembangkangan Menuju*

Sosialisme Humanistik. Jakarta: Pelangi Cendekia.

Fromm, Erich penerjemah: Yuli Winarno. (2007). *Beyond the Chains of Illusion*., Yogyakarta: Octopus.

Karyono Karyono, Rohadin Rohadin, Devia Indriyani. (2020). “Penanganan Dan Pencegahan Pandemi Wabah Virus Corona (Covid-19).” *Jurnal Kolaborasi Resolusi Konflik* 2 (2). <https://doi.org/https://doi.org/10.24198/jkrk.v2i2.29127>.

Nufi Ainun Nadhiron. (2015). “Alienasi Manusia Modern Kritik Modernitas Dalam Pemikiran Erich Fromm.” *Refleksi Jurnal Filsafat Dan Pemikiran Islam* 15 (1). <https://doi.org/https://doi.org/10.14421/ref.2015.%25x>.

Semium, Yustinus. (2013). *Teori-Teori Kepribadian: Psikoanalitik Kontemporer*. Yogyakarta: Kanisius.

Sodiq A. Kuntoro. (1991). “Tinjauan Buku Secara Kritis: ERICH FROMM: TO HAVE OR TO BE?” *Cakrawala Pendidikan, Jurnal Ilmiah Pendidikan* 2 (5). <https://doi.org/https://doi.org/10.21831/cp.v2i2.8777>.

Sonia Visita Here. (2021). “Hakekat Cinta Dan Perannya Bagi Etika Humanistik Erich Fromm.” *Jurnal Syntax Idea* 3 (5). <https://doi.org/https://doi.org/10.36418/syntax-idea.v3i5.1212>.

Wicoyo, Joko. (1994). “Konsep Manusia Menurut Erich Fromm (Studi Tentang Aktualisasi Perilaku).” *Jurnal Filsafat* 2 (1). <https://doi.org/https://doi.org/10.22146/jf.31758>.