

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Ditengah dinamika kehidupan modern yang bergerak begitu cepat, manusia semakin dihadapkan pada berbagai tekanan sosial, emosional, maupun psikologis yang memengaruhi kesehatan mental dan kesejahteraan batin. Dalam kondisi tersebut, cinta idealnya hadir sebagai tempat perlindungan terakhir yang mampu memberikan rasa aman, nyaman, serta ketenangan emosional bagi seseorang.

Cinta tidak hanya dipahami sebagai sekadar ungkapan perasaan atau kata sifat semata, melainkan sebagai bentuk nyata dari emosi positif yang dapat memberikan kekuatan, harapan, dan semangat hidup. Kehadiran cinta dalam kehidupan seseorang sering kali menjadi alasan yang membuat individu mampu bertahan menghadapi berbagai persoalan hidup dan terus melangkah maju di tengah kompleksitas kehidupan modern.

Dalam sebuah hubungan, rasa kasih sayang seharusnya menjadi landasan utama yang mengarahkan individu pada hubungan yang sehat, harmonis, dan penuh penghargaan. Hubungan yang dibangun atas dasar cinta idealnya mampu menciptakan kedamaian, rasa saling memahami, serta mendukung pertumbuhan karakter masing-masing individu. Melalui hubungan yang sehat, seseorang dapat merasa diterima, dihargai, dan didukung secara emosional.

Cinta semestinya menjadi ruang yang menghadirkan kenyamanan psikologis dan membantu individu berkembang menjadi pribadi yang lebih baik dalam menjalani kehidupan sosial maupun emosionalnya. Penderitaan ini sejalan dengan konsep "lovesickness" dalam psikologi, di mana cinta yang tidak terbalas atau terhalang dapat menyebabkan gejala fisik dan emosional (N. P. Pratiwi et al., 2025). Namun, realitas yang terjadi di masyarakat sering kali menunjukkan kondisi yang bertolak belakang dengan harapan tersebut. Tidak semua hubungan dibangun di atas komunikasi yang sehat dan rasa saling menghargai.

Hubungan yang pada awalnya dipenuhi kasih sayang perlahan berubah menjadi hubungan yang penuh konflik akibat rapuhnya komunikasi antar pasangan.

Kesalahpahaman kecil yang seharusnya dapat diselesaikan secara dewasa justru sering berkembang menjadi pertengkaran yang berkepanjangan. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan interpersonal tidak selalu berjalan harmonis, terutama ketika masing-masing individu lebih mengedepankan ego dibandingkan empati dan pengertian terhadap pasangan. Ketika ego mulai mendominasi sebuah hubungan, relasi yang awalnya menjadi tempat berlindung dan sumber ketenangan dapat berubah menjadi ruang yang menekan dan menakutkan.

Pada fase remaja beberapa orang seringkali tidak menyadari bahwa hubungannya sudah tergolong toxic dan beberapa yang mengetahui memilih untuk bersikap denial dibandingkan mengakui bahwa hubungan dengan pasangannya sudah tidak sehat sehingga remaja tersebut dapat merasa tertekan, minder, depresi, dan lain sebagainya (Keny et al., 2023). Dalam situasi tersebut, cinta tidak lagi dimaknai sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang, melainkan berubah menjadi kontrol, tekanan emosional, bahkan tindakan agresif yang merugikan salah satu pihak.

Fenomena ini memperlihatkan bahwa batas antara kasih sayang dan agresif menjadi sangat tipis dalam hubungan yang tidak sehat. Akibatnya, hubungan yang seharusnya memberikan dukungan emosional justru menimbulkan luka psikologis, rasa takut, kecemasan, hingga menurunkan kualitas kesehatan mental individu yang terlibat di dalamnya

Sering kali manusia mengalami kekeliruan dalam memaknai arti cinta dalam sebuah hubungan. Cinta yang seharusnya hadir sebagai bentuk kasih sayang, perhatian, dan rasa saling memahami justru kerap berubah menjadi hubungan yang dipenuhi dominasi ego. Banyak individu menganggap bahwa rasa memiliki secara berlebihan, mengontrol pasangan, atau menuntut perhatian tanpa batas merupakan bentuk cinta yang tulus. Padahal, cinta yang sehat semestinya dibangun atas dasar saling menghargai, memberi ruang, serta menerima pasangan sebagai individu yang memiliki kebebasan dan perasaannya sendiri. Ketika ego lebih diutamakan daripada kasih sayang, hubungan perlahan kehilangan makna ketulusan dan berubah menjadi relasi yang melelahkan secara emosional.

Dalam kehidupan sehari-hari, tidak sedikit hubungan yang pada awalnya dipenuhi rasa cinta akhirnya berubah menjadi hubungan yang penuh tekanan karena masing-

masing individu lebih mementingkan keinginan pribadi dibandingkan perasaan pasangannya. Sikap egois sering kali muncul dalam bentuk keinginan untuk selalu dituruti, merasa paling benar, hingga sulit memahami sudut pandang orang lain. Kondisi ini membuat cinta tidak lagi menjadi ruang yang menghadirkan ketenangan, melainkan menjadi tempat munculnya rasa takut, cemas, dan ketidaknyamanan. Pada akhirnya, hubungan yang dibangun bukan lagi tentang bagaimana saling mencintai dengan sehat, tetapi tentang siapa yang lebih mendominasi dan mengendalikan satu sama lain.

Pandangan mengenai cinta sebagai sarana untuk memenuhi kepentingan diri sendiri sesungguhnya bertentangan dengan konsep *mahabbah* yang dikembangkan oleh Jalaluddin Rumi. Dalam pemikiran Rumi, cinta bukanlah hasrat untuk memiliki, menguasai, atau menuntut orang lain agar memenuhi kebutuhan emosional seseorang, melainkan sebuah kekuatan transformatif yang mampu mengantarkan manusia keluar dari belenggu ego menuju kesadaran yang lebih tinggi tentang makna kemanusiaan (Octafany, 2020)

Rumi memandang bahwa akar dari berbagai konflik dalam hubungan antarmanusia terletak pada dominasi ego yang membuat seseorang lebih sibuk mencintai dirinya sendiri daripada memahami orang yang dicintainya. Ketika cinta dikuasai oleh ego, seseorang cenderung memandang pasangannya sebagai objek kepemilikan yang harus selalu mengikuti keinginannya. Dari kondisi inilah lahir sikap posesif, kecemburuan yang berlebihan, keinginan untuk mengontrol kehidupan pasangan, hingga tindakan manipulatif yang sering kali dibenarkan atas nama cinta. Padahal menurut Rumi, cinta yang sejati justru mengajarkan manusia untuk melepaskan dorongan-dorongan egoistik tersebut dan menggantinya dengan sikap menerima, memahami, serta menghargai keberadaan orang lain sebagaimana adanya.

Banyak individu yang sebenarnya telah berada dalam hubungan yang tidak sehat, tetapi belum mampu menyadari kondisi tersebut secara utuh. Tidak sedikit orang tetap memilih bertahan meskipun hubungan yang dijalani menghadirkan rasa takut, tekanan, kecemasan, dan ketidaknyamanan emosional dalam kehidupan sehari-hari. Toxic Relationship dalam berpacaran merupakan hubungan yang berpengaruh buruk,

Bisa dikatakan seperti parasit dalam tubuh yang lama kelamaan membuat seseorang menjadi sakit baik secara fisik maupun mental (Daeli, 2024).

Perasaan cinta, ketakutan akan kehilangan, serta harapan bahwa pasangan akan berubah sering kali membuat seseorang menormalisasi perlakuan yang sebenarnya menyakitkan. Dalam kondisi tertentu, individu bahkan mulai menganggap sikap posesif, kontrol berlebihan, maupun manipulasi emosional sebagai bentuk perhatian dan kasih sayang. Situasi inilah yang membuat hubungan toxic sering kali sulit dikenali oleh orang yang menjalaninya sendiri.

Sebagaimana dijelaskan bahwa tak jarang hubungan sudah terdapat indikasi toxic tetapi belum menyadari bahkan masih bertahan dalam hubungan beracun tersebut (Kanda, 2024). Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa pemahaman masyarakat mengenai hubungan yang sehat masih sangat terbatas. Banyak individu belum mampu membedakan antara cinta yang tulus dengan hubungan yang sebenarnya merusak kesehatan emosional dan batin mereka sendiri.

Kondisi tersebut memperlihatkan pentingnya pemahaman yang lebih mendalam mengenai makna cinta dan hubungan interpersonal, tidak hanya dari sisi psikologis tetapi juga dari sisi spiritual, agar individu mampu membangun relasi yang sehat, penuh kesadaran, dan saling menghargai (N. P. Pratiwi et al., 2025).

Media sosial telah menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, khususnya generasi muda. Kehadiran media sosial tidak hanya berfungsi sebagai sarana komunikasi dan hiburan, tetapi juga turut memengaruhi cara individu membangun hubungan interpersonal. Banyak orang menjadikan media sosial sebagai ruang untuk mengekspresikan perasaan, mencari perhatian, hingga membentuk validasi terhadap dirinya melalui hubungan dengan orang lain.

Namun, di balik kemudahan tersebut, media sosial juga secara perlahan membentuk pola relasi yang tidak sehat. Intensitas komunikasi yang berlebihan, rasa cemburu akibat aktivitas daring pasangan, hingga kebiasaan saling mengontrol melalui media sosial sering kali menjadi pemicu munculnya konflik dalam hubungan. Tidak sedikit individu yang akhirnya mengukur kualitas hubungan berdasarkan respons di media sosial, seperti perhatian melalui pesan, unggahan, maupun interaksi virtual lainnya.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa media sosial memiliki pengaruh besar terhadap perubahan perilaku sosial masyarakat. Hubungan yang seharusnya dibangun atas dasar kepercayaan dan komunikasi secara langsung perlahan bergeser menjadi hubungan yang dipenuhi kecemasan, tuntutan validasi, dan ketergantungan emosional di ruang digital. Hal ini sejalan dengan pendapat bahwa lahirnya media sosial menjadikan pola perilaku masyarakat mengalami pergeseran baik budaya, etika dan norma yang ada (Cahyono, 2016).

Dalam konteks tersebut, pemikiran Erich Fromm menjadi relevan untuk digunakan sebagai pisau analisis penelitian. Dalam buku *The Art of Loving*, Fromm menjelaskan bahwa cinta bukan sekadar perasaan atau ketertarikan emosional, melainkan sebuah tindakan moral dan kemampuan manusia untuk menghargai orang lain secara utuh.

Menurut Fromm, cinta yang sehat harus memiliki empat unsur utama, yaitu *care* (perhatian), *responsibility* (tanggung jawab), *respect* (penghormatan), dan *knowledge* (pemahaman). Dengan demikian, hubungan yang dipenuhi kontrol, manipulasi, dan dominasi tidak dapat disebut sebagai cinta yang matang, melainkan bentuk cinta yang tidak sehat dan tidak dewasa. Pemikiran ini menunjukkan bahwa relasi manusia yang sehat harus dibangun atas dasar kebebasan dan penghormatan terhadap individu lain sebagai manusia yang utuh.

Dalam pemikiran Rumi Konsep “*Mahabbah*” yang menempatkan cinta sebagai jalan penyempurnaan moral dan spiritual manusia. Cinta tidak dipahami sekadar sebagai perasaan romantis yang bersifat sementara, melainkan sebagai proses pembentukan karakter yang menumbuhkan kasih sayang, empati, kerendahan hati, dan penghormatan terhadap sesama. Melalui cinta, manusia belajar untuk keluar dari kecenderungan mementingkan diri sendiri dan mulai melihat kebutuhan, perasaan, serta kebahagiaan orang lain sebagai sesuatu yang bernilai.

Oleh karena itu, relasi yang dibangun atas dasar *mahabbah* tidak akan melahirkan dominasi maupun penindasan, sebab cinta yang sejati selalu memberikan ruang bagi kebebasan dan pertumbuhan kedua belah pihak. Dalam perspektif ini, keberadaan pasangan bukan dipandang sebagai alat pemuas kebutuhan emosional, melainkan

sebagai sesama manusia yang memiliki martabat, hak, dan kebebasan yang harus dihormati.

Dari sudut pandang filsafat moral, toxic relationship mencerminkan kegagalan manusia dalam membangun relasi yang etis dan humanis. Manusia modern cenderung menjadikan pasangan sebagai objek pemuas kebutuhan emosional pribadi, bukan sebagai subjek yang harus dihormati kebebasannya. Akibatnya, hubungan berubah menjadi ruang dominasi dan ketergantungan yang merusak perkembangan emosional individu. Dalam pandangan Fromm, kondisi tersebut lahir karena manusia modern mengalami alienasi dan kehilangan makna cinta yang sesungguhnya. Oleh sebab itu, konsep cinta dalam pemikiran Fromm tidak hanya berbicara tentang hubungan romantis, tetapi juga menyangkut tanggung jawab moral manusia dalam memperlakukan sesama secara manusiawi.

Dampak dari Toxic relationship bukan hanya pada relasi sosial saja tetapi juga memberikan dampak serius terhadap kondisi psikologis Generasi Z. menunjukkan bahwa toxic relationship memiliki hubungan positif yang signifikan terhadap tingkat stres pada Generasi Z dengan kontribusi sebesar 69,9% terhadap munculnya stres psikologis (Puspitasari, 2026). Penelitian lain juga menjelaskan bahwa korban toxic relationship mengalami trauma emosional, rasa takut membangun hubungan baru, kecemasan sosial, dan penurunan rasa percaya diri (Prayogo, 2022). Fakta tersebut menunjukkan bahwa toxic relationship bukan persoalan sederhana, tetapi menjadi ancaman serius bagi kesehatan mental dan kualitas relasi sosial Generasi Z.

Meskipun penelitian mengenai toxic relationship telah banyak dilakukan, sebagian besar penelitian sebelumnya lebih fokus pada aspek psikologi, komunikasi interpersonal, dan kesehatan mental. Penelitian terdahulu umumnya membahas dampak trauma, pola komunikasi toxic, attachment style, maupun pengaruh media sosial terhadap hubungan interpersonal (Pebriani, 2015). Sementara itu, penelitian yang mengkaji toxic relationship melalui perspektif filsafat moral erich fromm dan konsep mahabbah jalaludin rumi masih relatif sedikit ditemukan. Dengan demikian, penelitian ini memiliki nilai kebaruan karena mencoba melihat toxic relationship sebagai bentuk krisis moral manusia modern dalam memahami cinta, kebebasan, dan penghormatan terhadap sesama.

Dalam konteks penelitian ini, fenomena *toxic relationship* tidak hanya dipahami sebagai persoalan yang terjadi pada masyarakat secara umum, tetapi juga menjadi realitas yang berpotensi dialami oleh mahasiswa sebagai bagian dari Generasi Z. Mahasiswa berada pada fase perkembangan dewasa awal yang ditandai dengan proses pencarian identitas diri, pembentukan relasi interpersonal yang lebih intens, serta meningkatnya kebutuhan akan penerimaan sosial. Pada fase ini, hubungan romantis sering kali menjadi bagian penting dalam kehidupan mahasiswa sehingga tidak sedikit di antara mereka yang rentan mengalami hubungan yang tidak sehat. Padatnya aktivitas akademik, tuntutan organisasi, tekanan sosial, serta penggunaan media sosial yang intensif semakin memperbesar kemungkinan munculnya konflik interpersonal yang dapat berkembang menjadi *toxic relationship*. Oleh karena itu, lingkungan mahasiswa menjadi salah satu ruang yang relevan untuk mengkaji fenomena tersebut secara lebih mendalam.

Salah satu organisasi mahasiswa yang menarik untuk dikaji adalah “Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP)”, yaitu organisasi kedaerahan yang menghimpun mahasiswa asal Kabupaten Purwakarta yang sedang menempuh pendidikan di berbagai perguruan tinggi di Kota Bandung. Sebagai organisasi yang berorientasi pada pengembangan karakter, solidaritas, dan kekeluargaan, KMP menjadi ruang interaksi sosial yang mempertemukan mahasiswa dengan latar belakang, pengalaman, dan dinamika hubungan yang beragam. Intensitas komunikasi yang tinggi dalam kegiatan organisasi memungkinkan terbentuknya relasi pertemanan maupun hubungan romantis di antara anggotanya. Di sisi lain, kedekatan tersebut juga berpotensi memunculkan konflik interpersonal, perilaku posesif, manipulasi emosional, maupun bentuk-bentuk relasi yang mengarah pada *toxic relationship*. Fenomena tersebut menjadikan KMP sebagai konteks yang relevan untuk memahami bagaimana Generasi Z memaknai cinta, hubungan interpersonal, dan penyelesaian konflik dalam kehidupan sehari-hari.

Pemilihan Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP) sebagai subjek penelitian bukan dimaksudkan untuk memberikan stigma bahwa organisasi tersebut merupakan lingkungan yang identik dengan *toxic relationship*. Sebaliknya, organisasi ini dipilih karena merepresentasikan komunitas mahasiswa Generasi Z yang memiliki interaksi

sosial yang intens, sehingga dapat menjadi ruang yang tepat untuk mengkaji bagaimana fenomena *toxic relationship* dipahami, dialami, dan dimaknai oleh anggotanya. Selain itu, hingga saat ini belum banyak penelitian yang mengkaji fenomena *toxic relationship* pada organisasi mahasiswa kedaerahan melalui pendekatan filsafat moral, khususnya dengan menggunakan perspektif Erich Fromm dan konsep *mahabbah* Jalaluddin Rumi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai relasi interpersonal mahasiswa sekaligus memperkaya kajian filsafat moral dalam memahami persoalan hubungan antar manusia di lingkungan organisasi kemahasiswaan

Berdasarkan konteks tersebut, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai *fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z dalam perspektif filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah jalaludin rumi (studi terhadap organisasi daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP))*. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi akademik dalam pengembangan kajian filsafat manusia dan filsafat moral, khususnya terkait relasi antarmanusia di era modern. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi refleksi kritis bagi Generasi Z agar mampu membangun hubungan yang lebih sehat dan dewasa berdasarkan nilai perhatian, tanggung jawab, penghormatan, dan pemahaman terhadap sesama manusia.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, dapat dipahami bahwa fenomena *toxic relationship* di kalangan Generasi Z bukan lagi persoalan yang sederhana. Hubungan yang seharusnya menjadi ruang untuk saling mendukung dan memberikan rasa aman justru dalam banyak kondisi berubah menjadi hubungan yang dipenuhi tekanan emosional, manipulasi, dan dominasi. Perkembangan media sosial, kebutuhan akan validasi, serta rendahnya pemahaman mengenai makna cinta yang sehat turut memengaruhi cara Generasi Z membangun hubungan interpersonal.

Akibatnya, banyak individu terjebak dalam hubungan yang merugikan dirinya sendiri tanpa benar-benar menyadari bahwa hubungan tersebut telah melewati batas relasi yang sehat. Dalam konteks tersebut, penelitian ini berupaya melihat fenomena

toxic relationship tidak hanya dari sisi psikologis, tetapi juga dari sudut pandang filsafat moral.

Pemikiran Erich Fromm dan Jalaludin Rumi dipilih karena memiliki relevansi yang kuat dalam menjelaskan makna cinta, kebebasan, tanggung jawab, dan penghormatan terhadap sesama manusia. Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini disusun untuk memfokuskan arah pembahasan agar penelitian dapat berjalan secara sistematis dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Oleh karena itu, penelitian ini disusun menjadi beberapa pertanyaan penelitian berikut :

1. Bagaimana fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z Pada Organisasi Daerah Keluarga Mahasiswa purwakarta (KMP) UIN Bandung?
2. Bagaimana analisis komparatif antara filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaludin Rumi terhadap fenomena toxic relationship di kalangan Generasi – Z pada organisasi daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP) UIN Bandung?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan yang ingin tercapai dalam penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui bagaimana fenomena toxic relationship di kalangan Generasi – Z pada organisasi daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP) UIN Bandung
2. Untuk mengetahui Bagaimana analisis komparatif antara filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaludin Rumi terhadap fenomena toxic relationship di kalangan Generasi – Z pada organisasi daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta (KMP) UIN Bandung

### **D. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan kajian filsafat moral, filsafat manusia, dan studi tasawuf kontemporer, khususnya yang berkaitan dengan tema cinta, relasi interpersonal, dan kesehatan relasi manusia dalam kehidupan modern.

Penelitian ini berupaya memperluas diskursus akademik mengenai fenomena *toxic relationship* yang selama ini lebih banyak dibahas melalui perspektif psikologi, dengan menghadirkan pendekatan filosofis dan spiritual sebagai sudut pandang alternatif dalam memahami akar persoalan hubungan yang tidak sehat.

Kehadiran perspektif filsafat Moral Erich Fromm dan konsep *mahabbah* Jalaluddin Rumi diharapkan dapat memperkaya kajian ilmiah mengenai hubungan antarmanusia dengan menempatkan cinta bukan sekadar sebagai emosi atau kebutuhan afektif, melainkan sebagai nilai moral dan spiritual yang memerlukan kesadaran, tanggung jawab, penghormatan, serta pengendalian diri.

Lebih lanjut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi konseptual dalam menjelaskan keterkaitan antara krisis relasi yang dialami Generasi Z dengan krisis pemaknaan cinta dalam kehidupan modern. Erich Fromm menjelaskan bahwa cinta yang sehat merupakan suatu kemampuan yang harus dipelajari dan dikembangkan melalui perhatian (*care*), tanggung jawab (*responsibility*), penghormatan (*respect*), dan pengetahuan (*knowledge*).

Sementara itu, Jalaluddin Rumi memandang *mahabbah* sebagai jalan spiritual yang mampu membebaskan manusia dari dominasi ego dan mengarahkan individu pada kesadaran diri yang lebih tinggi. Dengan mempertemukan kedua perspektif tersebut, penelitian ini diharapkan mampu menghasilkan sintesis pemikiran yang dapat digunakan sebagai kerangka teoritis baru dalam memahami fenomena hubungan tidak sehat yang berkembang di kalangan generasi muda.

Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian akademik di lingkungan Program Studi Aqidah dan Filsafat Islam, khususnya pada bidang kajian filsafat moral, etika sosial, dan tasawuf. Hasil penelitian dapat menjadi referensi ilmiah bagi peneliti selanjutnya yang tertarik mengembangkan kajian mengenai cinta, relasi manusia, spiritualitas, dan persoalan sosial kontemporer. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi terhadap pengembangan teori, tetapi juga membuka ruang dialog antara pemikiran filsafat Barat modern yang diwakili Erich Fromm dengan tradisi tasawuf Islam yang diwakili Jalaluddin Rumi dalam membaca realitas sosial masyarakat modern.

## **2. Manfaat Praktis**

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa, khususnya Generasi Z, dalam membangun pemahaman yang lebih mendalam mengenai hakikat hubungan interpersonal yang sehat. Melalui analisis fenomena toxic relationship berdasarkan perspektif filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaluddin Rumi, mahasiswa diharapkan mampu mengenali karakteristik hubungan yang bersifat destruktif, memahami faktor-faktor yang melatarbelakanginya, serta mengembangkan kesadaran moral dan spiritual dalam menjalin relasi dengan orang lain. Dengan demikian, penelitian ini dapat menjadi salah satu sumber refleksi bagi mahasiswa untuk membangun hubungan yang didasarkan pada rasa tanggung jawab, penghormatan, kepedulian, serta kasih sayang yang berorientasi pada kematangan pribadi dan nilai-nilai kemanusiaan.

penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi masyarakat secara umum, khususnya Generasi Z sebagai kelompok yang menjadi fokus kajian penelitian. Fenomena toxic relationship yang semakin banyak ditemukan dalam kehidupan generasi muda menunjukkan bahwa masih banyak individu yang belum mampu membedakan antara cinta yang sehat dan hubungan yang merugikan secara emosional maupun psikologis.

Bagi Organisasi Daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan evaluasi sekaligus referensi dalam membangun lingkungan organisasi yang kondusif, harmonis, dan berlandaskan nilai-nilai etika. Temuan penelitian mengenai bentuk, penyebab, serta dampak toxic relationship di lingkungan organisasi diharapkan dapat membantu pengurus dalam merancang langkah-langkah preventif maupun edukatif untuk meminimalkan potensi munculnya hubungan yang tidak sehat di antara anggota. Selain itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong terciptanya budaya organisasi yang menjunjung tinggi sikap saling menghargai, komunikasi yang terbuka, empati, serta penyelesaian konflik secara konstruktif, sehingga organisasi mampu menjadi ruang pengembangan karakter dan pembentukan relasi sosial yang positif bagi anggotanya.

Bagi kalangan akademisi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan rujukan dalam pengembangan kajian mengenai relasi interpersonal, filsafat moral, dan tasawuf kontemporer. Sementara itu, bagi praktisi pendidikan, konselor, maupun pendamping remaja, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan edukasi dalam membangun pemahaman yang lebih komprehensif mengenai pentingnya hubungan interpersonal yang sehat (Asyraf, 2025). Di tengah meningkatnya penggunaan media sosial dan perubahan pola interaksi sosial pada Generasi Z, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam upaya pencegahan berbagai bentuk hubungan yang merugikan dengan menumbuhkan kesadaran mengenai pentingnya cinta yang didasarkan pada penghargaan, empati, tanggung jawab, dan kematangan emosional.

Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan awal dalam mengembangkan kajian mengenai toxic relationship, Generasi Z, filsafat moral, maupun tasawuf dengan pendekatan dan objek penelitian yang lebih luas. Penelitian ini juga diharapkan dapat membuka peluang bagi penelitian lanjutan yang mengkaji fenomena serupa melalui perspektif filsafat, psikologi, sosiologi, ataupun studi keislaman lainnya sehingga menghasilkan pemahaman yang lebih komprehensif. Selain itu, keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan bagi peneliti berikutnya untuk menyempurnakan desain penelitian, memperluas cakupan informan, maupun menggunakan pendekatan metodologis yang berbeda guna memperoleh temuan yang lebih mendalam dan beragam mengenai dinamika hubungan interpersonal di kalangan Generasi Z.

Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber refleksi moral dan spiritual bagi individu yang sedang atau pernah mengalami hubungan tidak sehat. Melalui pemikiran Erich Fromm, individu diajak memahami bahwa cinta sejati tidak dapat dibangun melalui dominasi, kepemilikan, atau ketergantungan emosional, melainkan melalui kemampuan untuk menghargai dan mendukung pertumbuhan orang lain. Sementara itu, konsep mahabbah Jalaluddin Rumi memberikan pemahaman bahwa cinta yang autentik harus mampu membebaskan manusia dari egoisme dan mengarahkan hubungan pada nilai-

nilai kemanusiaan yang lebih luhur. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat membantu masyarakat membangun kesadaran bahwa hubungan yang sehat tidak hanya penting bagi kesejahteraan psikologis, tetapi juga bagi perkembangan moral dan spiritual seseorang.

Pada akhirnya, manfaat praktis yang paling mendasar dari penelitian ini adalah menghadirkan perspektif baru dalam memahami hubungan manusia di era modern. Penelitian ini berupaya menunjukkan bahwa penyelesaian persoalan toxic relationship tidak cukup dilakukan melalui pendekatan psikologis semata, tetapi juga memerlukan pendekatan moral dan spiritual yang mampu menyentuh dimensi terdalam kehidupan manusia. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam membangun budaya relasi yang lebih sehat, humanis, dan bermakna di kalangan Generasi Z maupun masyarakat luas

#### **E. Batasan Masalah**

Penelitian ini difokuskan agar pembahasan tidak terlalu luas serta tetap sesuai dengan tujuan penelitian yang telah dirumuskan. Oleh karena itu, terdapat beberapa batasan yang menjadi ruang lingkup penelitian.

Pertama, penelitian ini hanya membahas fenomena toxic relationship dalam konteks hubungan berpacaran (romantic relationship), bukan hubungan yang terjadi dalam lingkungan keluarga, persahabatan, maupun hubungan kerja. Toxic relationship yang dimaksud dalam penelitian ini mencakup berbagai bentuk perilaku yang merusak kualitas hubungan romantis, seperti manipulasi emosional, gaslighting, perilaku posesif, controlling behavior, kekerasan verbal, silent treatment, serta bentuk-bentuk relasi lain yang mengakibatkan salah satu pihak mengalami tekanan emosional maupun psikologis.

Kedua, subjek penelitian dibatasi pada Generasi Z yang ada pada Organisasi Daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta. Pemilihan subjek tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa organisasi kemahasiswaan merupakan ruang interaksi sosial yang memungkinkan terjadinya hubungan interpersonal, termasuk hubungan berpacaran, sehingga relevan untuk mengkaji bagaimana fenomena toxic relationship dipahami dan dialami oleh anggotanya. Penelitian ini tidak bermaksud

menggeneralisasikan bahwa seluruh anggota organisasi mengalami toxic relationship, melainkan menjadikan organisasi tersebut sebagai konteks penelitian untuk memperoleh data empiris mengenai pengalaman, pemahaman, serta pandangan informan terhadap fenomena tersebut.

## **F. Penelitian terdahulu**

Fenomena toxic relationship dalam beberapa tahun terakhir menjadi salah satu persoalan sosial yang banyak mendapat perhatian, terutama di kalangan Generasi Z. Perubahan pola hubungan interpersonal di era digital menyebabkan relasi antarmanusia semakin rentan dipengaruhi oleh ketergantungan emosional, kebutuhan validasi sosial, serta pola komunikasi yang tidak sehat.

Generasi Z yang tumbuh di tengah perkembangan media sosial cenderung membangun hubungan yang sangat bergantung pada interaksi virtual, sehingga konflik dalam hubungan sering kali berkembang menjadi tekanan emosional, manipulasi psikologis, bahkan kekerasan verbal. Berbagai penelitian sebelumnya umumnya membahas toxic relationship dari sudut pandang psikologi, komunikasi interpersonal, maupun kesehatan mental.

Sementara itu, penelitian yang mengkaji toxic relationship melalui perspektif filsafat moral, khususnya menggunakan pemikiran Erich Fromm, masih relatif sedikit ditemukan. Oleh sebab itu, penelitian ini mencoba menghadirkan analisis yang berbeda dengan melihat toxic relationship sebagai bentuk krisis moral manusia modern dalam memahami cinta dan relasi kemanusiaan.

1. Artikel jurnal yang disusun oleh Ivo Nandayarni dkk. Yang berjudul *“Penerapan Etika Komunikasi Interpersonal dalam Menghadapi Hubungan Toxic di Kalangan Gen Z”* yang diterbitkan dalam *Jurnal Nomosleca* tahun 2024. Penelitian ini menjelaskan bahwa hubungan toxic menyebabkan trauma emosional dan ketakutan untuk membangun hubungan baru. Fokus penelitian tersebut berada pada pentingnya etika komunikasi interpersonal dalam membangun hubungan yang sehat (Nandayarni & Rahma, 2024).

Penelitian tersebut memiliki relevansi dengan penelitian ini karena sama-sama membahas hubungan interpersonal pada Gen-Z, tetapi penelitian ini

memiliki fokus yang berbeda karena menggunakan pendekatan sufistik dan filosofis dalam memahami akar persoalan hubungan toxic.

Selain itu, penelitian tersebut memperlihatkan bahwa perkembangan media sosial turut memperburuk pola komunikasi dalam hubungan generasi Z. Intensitas komunikasi digital yang tinggi sering kali memunculkan kesalahpahaman, rasa cemburu, kebutuhan validasi emosional, hingga pengawasan berlebihan terhadap aktivitas pasangan di media sosial. Akibatnya, hubungan menjadi lebih mudah dipenuhi konflik emosional meskipun persoalan yang muncul sebenarnya bersifat sederhana.

Penelitian ini memberikan pemahaman bahwa banyak hubungan modern kehilangan makna komunikasi yang sehat karena lebih dipenuhi ego, tuntutan emosional, dan keinginan untuk mengontrol pasangan. Namun demikian, penelitian tersebut lebih banyak membahas fenomena toxic relationship dari sudut pandang komunikasi interpersonal dan psikologi sosial.

2. Artikel jurnal yang berjudul *“Analisis Hubungan Toxic Relationships pada Relawan dengan Kesehatan Mental Yayasan Ranah Berkah Kita Bersama.”* Penelitian ini berfokus pada hubungan antara toxic relationship dengan kondisi kesehatan mental individu, khususnya para relawan sosial yang aktif dalam kegiatan kemanusiaan.

Penelitian tersebut menjelaskan bahwa toxic relationship merupakan bentuk relasi interpersonal yang dipenuhi perilaku manipulatif, dominatif, posesif, merendahkan, serta memberikan tekanan emosional secara terus-menerus terhadap individu yang terlibat di dalamnya (Diva, 2025). Relasi yang tidak sehat tersebut berdampak besar terhadap kondisi psikologis korban, seperti meningkatnya kecemasan, stres emosional berkepanjangan, kelelahan mental (mental exhaustion), hilangnya rasa percaya diri, hingga munculnya kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial.

Penelitian ini juga menemukan bahwa korban toxic relationship sering kali mengalami ketergantungan emosional sehingga kesulitan melepaskan diri dari hubungan yang sebenarnya merusak kondisi mentalnya. Individu tetap bertahan dalam hubungan tersebut karena adanya rasa takut kehilangan,

ketakutan terhadap kesendirian, serta harapan bahwa pasangan akan berubah menjadi lebih baik.

Kondisi ini menunjukkan bahwa toxic relationship bukan hanya persoalan konflik interpersonal biasa, melainkan bentuk relasi destruktif yang mampu menghilangkan kestabilan emosional dan kebebasan psikologis individu secara perlahan.

3. Artikel jurnal yang disusun oleh Very Julianto, Dkk berjudul "*Hubungan antara Harapan dan Harga Diri terhadap Kebahagiaan pada Orang yang Mengalami Toxic Relationship dengan Kesehatan Psikologis*". Penelitian ini berkonsentrasi pada kondisi psikologis orang yang terlibat dalam hubungan yang tidak sehat, khususnya tentang bagaimana harapan dan harga diri memengaruhi tingkat kebahagiaan seseorang dalam hubungan yang tidak sehat.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan metode korelasional untuk melihat hubungan antara variabel harapan, harga diri, dan kebahagiaan psikologis pada individu yang mengalami hubungan berbahaya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan berbahaya berdampak besar pada kesehatan psikologis individu, terutama dengan menurunkan rasa percaya diri, menyebabkan tekanan emosional, kecemasan, ketidakstabilan mental, dan menurunkan rasa percaya diri (Julianto et al., 2020).

Selain itu, penelitian ini menemukan bahwa harga diri individu sangat erat dengan kemampuan mereka untuk menjaga kesehatan psikologis mereka. Seseorang yang memiliki harga diri yang lebih rendah cenderung lebih bertahan dalam hubungan yang merusak dirinya sendiri. Sebaliknya, orang-orang yang memiliki harga diri dan harapan hidup yang tinggi cenderung lebih mampu keluar dari hubungan yang merusak dirinya sendiri dan membangun kehidupan yang lebih sehat secara emosional.

Dalam situasi ini, "toxic relationship" dipahami sebagai lebih dari hanya konflik interpersonal biasa; itu adalah kondisi yang dapat menghancurkan kestabilan psikologis dan identitas individu. Penelitian menunjukkan bahwa banyak orang yang kehilangan hubungan berbahaya tetap hidup karena rasa

takut kehilangan, ketergantungan emosional, dan keyakinan bahwa pasangan mereka akan berubah di kemudian hari. Akibatnya, hubungan yang seharusnya menjadi tempat untuk mendapatkan kenyamanan dan kasih sayang justru menjadi sumber penderitaan psikologis yang berlangsung lama.

Penelitian ini sangat relevan jika dikaitkan dengan penelitian "Fenomena Hubungan Toxic Relationship di Kalangan Generasi-Z dalam Perspektif Filsafat Moral Erich Fromm" karena keduanya membahas bagaimana hubungan berbahaya memengaruhi kesehatan batin manusia.

Erich Fromm berpendapat bahwa dasar hubungan cinta yang sehat adalah perhatian, tanggung jawab, penghormatan, dan pemahaman sesama manusia.

4. Artikel jurnal yang disusun oleh Sasiana Gilar Apriantika berjudul "*Konsep Cinta Menurut Erich Fromm; Upaya Menghindari Tindak Kekerasan dalam Pacaran*" pada dasarnya berangkat dari kritik terhadap cara generasi modern memahami cinta yang cenderung dangkal, posesif, dan berorientasi pada pemenuhan kebutuhan emosional semata (Apriantika, 2017).

Penelitian tersebut menempatkan pemikiran Erich Fromm sebagai landasan utama untuk menjelaskan bahwa cinta sejatinya bukan sekadar perasaan spontan atau ketertarikan emosional, melainkan sebuah kemampuan moral yang harus dipelajari, dilatih, dan dipertanggungjawabkan secara etis.

Penelitian tersebut juga menyoroti bahwa kekerasan dalam pacaran tidak selalu muncul dalam bentuk fisik, tetapi dapat hadir melalui kekerasan verbal, tekanan psikologis, pembatasan kebebasan pasangan, hingga tindakan manipulatif yang sering kali justru dianggap wajar dalam hubungan romantis. Dalam konteks ini, pemikiran Fromm digunakan untuk mengkritik budaya relasi modern yang cenderung menjadikan pasangan sebagai objek pemuas kebutuhan emosional, bukan sebagai pribadi yang harus dihargai martabat dan kebebasannya.

Penelitian tersebut memperlihatkan bahwa cinta yang tidak disertai kedewasaan moral akan mudah berubah menjadi relasi yang destruktif. Seseorang dapat mengatasnamakan cinta untuk membenarkan kecemburuan berlebihan, pengawasan terhadap pasangan, bahkan tindakan agresif yang

sebenarnya merupakan bentuk ketidakmatangan emosional dan ketakutan akan kehilangan. Oleh karena itu, artikel ini menegaskan bahwa pemahaman cinta menurut Fromm memiliki relevansi penting sebagai upaya preventif dalam menghindari tindak kekerasan dalam pacarana. Meskipun demikian, penelitian tersebut masih memiliki keterbatasan apabila dikaitkan dengan penelitian yang akan penulis lakukan.

5. Artikel yang ditulis oleh Sasiana Gilar Apriantika berjudul "*Konsep Cinta Menurut Erich Fromm; Upaya Menghindari Tindak Kekerasan dalam Pacaran*" lebih berfokus pada konsep cinta sebagai solusi normatif untuk mencegah kekerasan dalam hubungan pacaran secara umum. Pembahasannya cenderung menitikberatkan pada pemaknaan cinta ideal menurut Fromm dan kaitannya dengan perilaku kekerasan interpersonal.

Sementara itu, penelitian yang penulis lakukan berjudul "Fenomena Toxic Relationship di Kalangan Generasi-Z dalam Perspektif Filsafat Moral Erich Fromm" memiliki fokus yang lebih spesifik dan kontekstual, yakni mengkaji fenomena toxic relationship yang berkembang di kalangan Generasi Z sebagai realitas sosial kontemporer yang dipengaruhi oleh dinamika budaya digital, ketergantungan emosional, validasi media sosial, serta perubahan pola komunikasi modern .

Penelitian ini tidak hanya membahas kekerasan dalam pacaran sebagai tindakan individual, tetapi juga menelaah bagaimana krisis cinta, alienasi manusia modern, kebutuhan akan pengakuan sosial, dan lemahnya kesadaran moral dalam relasi Generasi Z dapat dianalisis melalui perspektif filsafat moral Fromm. Dengan demikian, letak kebaruan penelitian ini terletak pada upaya menghubungkan konsep moralitas dan cinta menurut Fromm dengan fenomena toxic relationship sebagai gejala sosial yang lebih luas, kompleks, dan relevan dengan kehidupan generasi muda masa kini.

6. Artikel yang di tulis oleh Sonia Visita Here berjudul "*Hakikat Cinta dan Perannya bagi Etika Humanistik Erich Fromm*". Penelitian tersebut mengkaji pemikiran Erich Fromm mengenai hakikat cinta yang tertuang dalam *The Art of Loving* (1956), yang lahir sebagai respons terhadap perubahan sosial pasca

Perang Dunia II dan awal revolusi industri ketiga. Penelitian ini menjelaskan bahwa menurut Fromm, krisis hubungan antarmanusia pada masyarakat modern berakar pada kesalahan dalam memaknai cinta. Cinta tidak lagi dipahami sebagai kemampuan manusia untuk membangun relasi yang didasarkan pada perhatian (*care*), tanggung jawab (*responsibility*), penghormatan (*respect*), dan pemahaman (*knowledge*), melainkan direduksi menjadi hubungan transaksional yang berorientasi pada keuntungan dan pemenuhan kepentingan pribadi (Sarjana et al., 2021). Dalam kondisi tersebut, manusia cenderung memandang dirinya maupun orang lain sebagai objek yang memiliki nilai tukar, sehingga relasi sosial kehilangan dimensi kemanusiaan dan etika yang seharusnya menjadi fondasi utama dalam kehidupan bersama.

Lebih lanjut, penelitian tersebut menunjukkan bahwa etika humanistik Erich Fromm menempatkan cinta sebagai suatu kemampuan moral yang harus dipelajari, dilatih, dan diwujudkan melalui penghargaan terhadap martabat manusia. Fromm mengkritik kecenderungan masyarakat modern yang lebih berusaha menjadi individu yang "layak dicintai" daripada belajar "bagaimana mencintai" secara benar. Akibatnya, hubungan antarmanusia dibangun atas dasar kepemilikan, penguasaan, dan kepentingan pribadi, bukan atas dasar kebebasan, kepedulian, dan penghormatan terhadap keberadaan orang lain sebagai subjek yang utuh. Pemikiran tersebut menegaskan bahwa kegagalan manusia memahami hakikat cinta akan melahirkan berbagai bentuk alienasi, keterasingan, serta hubungan interpersonal yang rapuh dan tidak autentik.

Penelitian ini memiliki relevansi yang kuat dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama menggunakan pemikiran Erich Fromm sebagai landasan analisis mengenai makna cinta dan relasi antarmanusia. Namun demikian, terdapat perbedaan yang mendasar. Penelitian terdahulu lebih berfokus pada pembahasan konseptual mengenai hakikat cinta dalam kerangka etika humanistik Erich Fromm tanpa mengaitkannya dengan fenomena sosial tertentu. Sementara itu, penelitian ini mengembangkan kajian tersebut dengan menjadikan fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z sebagai objek analisis serta mengomparasikan perspektif filsafat moral Erich Fromm dengan

konsep mahabbah Jalaluddin Rumi. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya mengkaji hakikat cinta sebagai konsep filosofis, tetapi juga mengaktualisasikannya dalam memahami krisis relasi interpersonal masyarakat kontemporer serta menawarkan perspektif humanistik dan spiritual sebagai landasan membangun hubungan yang sehat, etis, dan bermartabat.

7. Artikel yang ditulis oleh Muhammad Arif Fur'qon, Arya Bagus Nur Ajiyanto berjudul "Krisis Makna Cinta Peradaban Modern: Telaah Humanisme Erich Fromm dalam Buku *The Art of Loving*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis konsep cinta dari sudut pandang humanisme Erich Fromm, mengevaluasi kritiknya terhadap peradaban modern yang telah menurunkan makna cinta, dan menjelaskan bagaimana pemikirannya berpengaruh pada kehidupan sosial zaman sekarang.

Penelitian ini menunjukkan bahwa Fromm melihat cinta sebagai sebuah seni (*the art of loving*) yang harus dipelajari, dilatih, dan diwujudkan dalam tindakan moral dengan menggunakan metode penelitian kepustakaan (*library research*) dan pendekatan kualitatif-deskriptif. Menurut Fromm, cinta yang matang terdiri dari empat komponen utama: perhatian (*perhatian*), tanggung jawab (*tanggung jawab*), penghormatan (*penghormatan*), dan pengetahuan (*pemahaman*) (Bagus & Ajiyanto, 2026). Keempat komponen ini berfungsi sebagai dasar untuk membangun relasi antarmanusia yang sehat, asli, dan humanis.

Penelitian tersebut memiliki relevansi yang erat dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama menjadikan pemikiran Erich Fromm sebagai kerangka analisis dalam memahami makna cinta di tengah krisis relasi manusia modern. Akan tetapi, penelitian terdahulu lebih menitikberatkan pada analisis filosofis mengenai krisis makna cinta dalam konteks peradaban modern secara umum serta menghubungkannya dengan nilai rahmah dalam Islam.

Sementara itu, penelitian ini mengembangkan kajian tersebut dengan memfokuskan analisis pada fenomena *toxic relationship* di kalangan Generasi Z, khususnya dalam lingkungan Organisasi Daerah Keluarga Mahasiswa Purwakarta, melalui studi komparatif antara filsafat moral Erich Fromm dan

konsep mahabbah Jalaluddin Rumi. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan perspektif yang lebih kontekstual dalam menjelaskan krisis relasi interpersonal generasi muda sekaligus memperkaya kajian filsafat moral dan filsafat Islam mengenai makna cinta sebagai landasan hubungan yang etis, humanis, dan transformatif.

8. Skripsi yang ditulis oleh Ayub Kumalla di UIN Raden Intan Lampung berjudul *“Konsep Mahabbah (Cinta) dalam ‘Rubaiyat’ Karya Rumi dan Relevansinya dalam Pendidikan Agama Islam”* Penelitian tersebut bertujuan untuk mengkaji konsep mahabbah dalam karya Rubaiyat Jalaluddin Rumi serta menjelaskan relevansinya dalam pendidikan agama Islam. Dengan menggunakan metode library research dan pendekatan kualitatif-deskriptif, penelitian ini menunjukkan bahwa cinta menurut Jalaluddin Rumi merupakan kekuatan spiritual yang mampu membentuk karakter manusia, menumbuhkan kasih sayang, memperbaiki akhlak, serta membantu manusia keluar dari berbagai persoalan batin dan moral (Kumalla, 2019). Konsep mahabbah dipandang sebagai jalan penyucian jiwa yang mengarahkan manusia kepada kedekatan dengan Allah sekaligus menumbuhkan kepedulian terhadap sesama.

Hasil penelitian tersebut menegaskan bahwa ajaran cinta Jalaluddin Rumi memiliki relevansi penting dalam membangun pendidikan yang humanis dan berorientasi pada pembentukan akhlak. Penelitian ini memiliki keterkaitan dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama membahas konsep mahabbah Jalaluddin Rumi sebagai landasan dalam memahami relasi antarmanusia. Namun demikian, penelitian terdahulu lebih berfokus pada relevansi konsep mahabbah dalam konteks pendidikan agama Islam, sedangkan penelitian ini mengembangkan kajian tersebut dengan menganalisis fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z melalui perspektif filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaluddin Rumi. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan fokus yang lebih kontekstual terhadap problem relasi interpersonal generasi muda serta memperluas penerapan konsep mahabbah dalam kajian filsafat moral dan hubungan sosial kontemporer.

9. Artikel yang ditulis oleh Dewi Masitoh, Khoirotun Nisa berjudul "*Orientasi Tasawuf Jalaluddin Rumi dalam Konsep Mahabbah Ilallah*", yang mengkaji pemikiran tasawuf Jalaluddin Rumi mengenai *mahabbah ilallah* sebagai orientasi utama dalam perjalanan spiritual manusia menuju Allah Swt. Penelitian tersebut menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode kepustakaan (*library research*) untuk menganalisis konsep cinta dalam perspektif tasawuf Rumi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *mahabbah ilallah* merupakan bentuk cinta yang tidak hanya berorientasi pada hubungan vertikal antara manusia dengan Tuhan, tetapi juga tercermin dalam sikap kasih sayang, ketulusan, kerendahan hati, pengendalian ego, serta penghormatan terhadap sesama manusia sebagai manifestasi dari cinta kepada Allah (Masitoh, 2024). Bagi Rumi, cinta menjadi kekuatan transformatif yang mampu menyucikan jiwa dari sifat-sifat negatif, mengantarkan manusia pada kesempurnaan akhlak, serta membangun relasi yang harmonis dengan seluruh makhluk.

Penelitian tersebut memiliki relevansi dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama menjadikan konsep mahabbah Jalaluddin Rumi sebagai landasan filosofis dalam memahami hakikat cinta. Namun demikian, penelitian terdahulu lebih menitikberatkan pada dimensi tasawuf dan cinta Ilahi (*mahabbah ilallah*), sedangkan penelitian ini mengembangkan kajian tersebut dengan mengkontekstualisasikan konsep mahabbah dalam menganalisis fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z melalui studi komparatif dengan filsafat moral Erich Fromm. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan perspektif yang lebih aplikatif dalam menjelaskan persoalan relasi interpersonal kontemporer melalui integrasi antara pemikiran filsafat Barat dan khazanah tasawuf Islam.

10. Skripsi yang ditulis oleh Meilinda Nurul Inayah berjudul "*Konsep Mahabbah dalam Maqamat Tasawuf: Komparasi Rabi'ah al-Adawiyah, Jalaluddin Rumi, dan Buya Hamka*", yang mengkaji konsep *mahabbah* sebagai salah satu maqamat dalam tasawuf melalui analisis komparatif terhadap pemikiran tiga tokoh tersebut. Penelitian ini menggunakan metode kepustakaan (*library*

*research*) dengan pendekatan kualitatif-komparatif untuk mengidentifikasi persamaan dan perbedaan konsep cinta yang dikemukakan oleh masing-masing tokoh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiganya memandang *mahabbah* sebagai puncak perjalanan spiritual yang mengantarkan manusia kepada kedekatan dengan Allah, namun memiliki penekanan yang berbeda. Rabi'ah al-Adawiyah menitikberatkan *mahabbah* sebagai cinta yang murni kepada Allah tanpa didasari harapan akan pahala maupun rasa takut terhadap siksa. Jalaluddin Rumi memandang *mahabbah* sebagai kekuatan transformatif yang mampu menyucikan jiwa, menghilangkan dominasi ego, serta membimbing manusia menuju kesempurnaan diri melalui cinta Ilahi (Inayah, 2022). Sementara itu, Buya Hamka memaknai *mahabbah* sebagai perpaduan antara dimensi spiritual dan sosial yang tercermin dalam akhlak mulia, kasih sayang, serta tanggung jawab terhadap sesama.

Penelitian tersebut memiliki relevansi dengan penelitian yang akan dilakukan karena sama-sama mengkaji konsep *mahabbah*, khususnya pemikiran Jalaluddin Rumi. Akan tetapi, penelitian terdahulu berfokus pada perbandingan konsep *mahabbah* dalam perspektif tasawuf tiga tokoh, sedangkan penelitian ini mengembangkan kajian tersebut dengan mengimplementasikan konsep *mahabbah* Jalaluddin Rumi sebagai salah satu perspektif dalam menganalisis fenomena toxic relationship di kalangan Generasi Z melalui studi komparatif dengan filsafat moral Erich Fromm. Dengan demikian, penelitian ini menawarkan kebaruan melalui penerapan konsep *mahabbah* pada persoalan relasi interpersonal kontemporer yang dikaji dalam perspektif filsafat moral dan filsafat Islam.

Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu yang telah di paparkan di atas dapat dipahami bahwa kajian mengenai toxic relationship pada Gen-Z sebagian besar masih berfokus pada pendekatan psikologi, komunikasi interpersonal, dan kesehatan mental. Penelitian-penelitian sebelumnya lebih banyak membahas dampak emosional, pola komunikasi yang buruk, trauma psikologis, serta pengaruh media sosial terhadap hubungan interpersonal generasi muda. Sementara itu, kajian yang menghubungkan fenomena toxic

relationship dengan pendekatan spiritual dan pemikiran sufistik masih sangat terbatas. Disinilah letak perbedaan sekaligus kebaruan (novelty) penelitian ini. Penelitian ini memiliki fokus yang berbeda karena berupaya menganalisis fenomena toxic relationship pada Gen-Z melalui perspektif filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaludin Rumi

#### **G. Kerangka Berpikir**

Penelitian ini dimulai dengan fenomena hubungan berbahaya yang meningkat di kalangan Generasi Z, yang menunjukkan penurunan pemaknaan cinta, penghormatan terhadap sesama, dan tanggung jawab moral dalam hubungan interpersonal. Hubungan berbahaya tidak hanya didefinisikan sebagai hubungan yang menyebabkan tekanan psikologis, manipulasi emosional, perilaku posesif, kontrol berlebihan, dan kekerasan verbal dan fisik, tetapi juga merupakan bentuk kegagalan manusia untuk membangun hubungan yang sehat dan humanis.

Fenomena ini semakin banyak ditemukan oleh Generasi Z, yang hidup di tengah perkembangan teknologi digital, media sosial, dan perubahan pola interaksi sosial yang sangat cepat. Media sosial telah mengubah cara orang berkomunikasi, membangun hubungan, dan memperoleh validasi sosial.

Hubungan interpersonal biasanya tidak lagi didasarkan pada penghargaan dan kepercayaan; sebaliknya, mereka dipenuhi dengan tuntutan pengakuan, ketergantungan emosional, kecemburuan digital, dan kecenderungan untuk mengontrol pasangan di internet. Kondisi ini menunjukkan bahwa hubungan berbahaya bukan hanya masalah psikologis tetapi juga masalah moral dan spiritual manusia modern.

Studi ini berpendapat bahwa kesalahan dalam memaknai cinta adalah salah satu alasan mengapa hubungan berbahaya muncul. Cinta dilihat oleh banyak orang sebagai cara untuk mengendalikan, mengontrol, dan memenuhi kebutuhan emosional mereka.

Karena itu, hubungan yang seharusnya menjadi tempat untuk pertumbuhan bersama berubah menjadi tempat untuk dominasi dan ketergantungan. Seseorang sering menganggap perilaku posesif, kecemburuan berlebihan, dan kontrol terhadap pasangan sebagai bukti perhatian dan kasih sayang dalam keadaan seperti ini.

Namun, hubungan seperti itu dapat menyebabkan stres psikologis, kehilangan kebebasan, dan kehilangan kualitas relasi interpersonal.

Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang hakikat cinta dan hubungan manusia dengan memeriksa fenomena tersebut dari sudut pandang filsafat moral Erich Fromm serta ide-ide mahabbah Jalaluddin Rumi.

Konsep cinta ditawarkan oleh pemikiran Erich Fromm sebagai tindakan moral yang perlu dipelajari dan dikembangkan secara sadar. Cinta, menurut Fromm, bukan sekadar perasaan alami atau emosional; itu adalah kemampuan manusia untuk membangun hubungan yang sehat berdasarkan empat unsur utama: perhatian (perhatian), tanggung jawab (tanggung jawab), penghormatan (penghormatan), dan pengetahuan (pemahaman). Menurut Fromm, relasi yang didominasi oleh kontrol, manipulasi, ketergantungan, dan dominasi tidak dapat dikategorikan sebagai cinta yang matang (mature love). Sebaliknya, itu adalah jenis cinta yang tidak sehat yang berasal dari kebutuhan egoistik individu.

Oleh karena itu, fenomena hubungan yang berbahaya dapat dipahami sebagai bentuk kegagalan individu untuk mengadopsi nilai cinta yang sebenarnya, seperti yang dinyatakan oleh Fromm. Semakin dominan unsur kepemilikan dan penguasaan dalam hubungan, semakin jauh hubungan tersebut dari nilai-nilai cinta yang sehat dan manusiawi.

Studi ini juga menggunakan mahabbah Jalaluddin Rumi sebagai sudut pandang spiritual untuk memahami hubungan interpersonal. Cinta, menurut Rumi, adalah kekuatan transformasional yang dapat membawa manusia ke kesadaran spiritual dan penyucian jiwa. Cinta tidak bertujuan untuk menguasai atau memiliki orang lain. Sebaliknya, cinta membantu orang mengendalikan ego mereka, menjadi lebih empatik, dan lebih memahami keberadaan sesama. Menurut Rumi, sumber konflik antarmanusia adalah dominasi nafs, juga dikenal sebagai ego, yang mendorong seseorang untuk berfokus pada kepentingan dirinya sendiri.

Ketika nafs mendominasi hubungan, lahirlah sikap posesif, kecemburuan berlebihan, tuntutan emosional yang tidak sehat, hingga kecenderungan memanipulasi pasangan. Sebaliknya, ketika mahabbah menjadi landasan hubungan,

manusia akan mampu membangun relasi yang dilandasi kasih sayang, penghormatan, kerendahan hati, dan kesadaran akan martabat sesama manusia.

Kerangka berpikir penelitian ini dibangun atas asumsi bahwa toxic relationship merupakan manifestasi dari dominasi ego, lemahnya kesadaran moral, serta hilangnya pemahaman yang benar mengenai cinta. Fenomena tersebut kemudian dianalisis melalui dua perspektif yang saling melengkapi.

Perspektif pertama adalah filsafat moral Erich Fromm yang menjelaskan pentingnya perhatian, tanggung jawab, penghormatan, dan pemahaman dalam membangun hubungan yang sehat.

Perspektif kedua adalah konsep mahabbah Jalaluddin Rumi yang menekankan pentingnya pengendalian ego, penyucian diri, dan cinta sebagai jalan transformasi spiritual.

Kedua perspektif tersebut digunakan sebagai pisau analisis untuk memahami bagaimana toxic relationship terbentuk, faktor-faktor yang melatarbelakanginya, serta nilai-nilai yang dapat digunakan sebagai alternatif dalam membangun hubungan interpersonal yang lebih sehat.

Dengan demikian, kerangka berpikir penelitian ini menempatkan fenomena toxic relationship sebagai variabel utama yang dianalisis melalui dua landasan teoritis, yaitu filsafat moral Erich Fromm dan konsep mahabbah Jalaluddin Rumi. Kedua perspektif tersebut digunakan untuk menjelaskan hubungan antara krisis cinta modern, dominasi ego, lemahnya kesadaran moral, dan munculnya hubungan yang tidak sehat di kalangan Generasi Z. Hasil analisis diharapkan mampu menghasilkan pemahaman yang lebih utuh mengenai relasi manusia sekaligus memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian filsafat moral, filsafat manusia, dan spiritualitas Islam dalam konteks kehidupan modern.