


Pengaruh Kepuasan Pernikahan dan *Self-Esteem* pada Sikap terhadap Perselingkuhan Dewasa Awal yang Bekerja

Izdihar Afra^{1*}, Raras Sutatminingsih², Rodiatul Hasanah Siregar³

^{1,2,3} Program Studi Magister Psikologi Profesi, Universitas Sumatera Utara, Jl. Dr. Mansyur No.7, Padang Bulan, Kec. Medan Baru, Kota Medan, Sumatera Utara.

E-mail: izdiharaфра19@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.4012>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 06 Dec 2025

Revised: 12 Dec 2025

Accepted: 18 Dec 2025

Kata Kunci:

Kepuasan Pernikahan, Self-Esteem, Dewasa Awal, Bekerja, Sikap Terhadap Perselingkuhan.

Keywords:

Marital Satisfaction, Self-Esteem, Early Adulthood, Work, Attitudes Toward Infidelity.

ABSTRACT

Perselingkuhan merupakan fenomena umum dalam pernikahan yang saat ini banyak sekali terjadi di lingkungan kerja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kepuasan pernikahan dan self-esteem pada sikap terhadap perselingkuhan dewasa awal yang bekerja. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif kausal. Responden berjumlah 350 dewasa awal berusia 20–40 tahun. Instrumen penelitian terdiri dari adaptasi Attitude towards Infidelity Scale (ATIS), ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMSS), dan Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Analisis data menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara simultan, kepuasan pernikahan dan self-esteem berpengaruh signifikan pada sikap terhadap pernikahan ($p = 0.000$) dengan kontribusi sebesar 19,7%. Secara parsial, kepuasan pernikahan berpengaruh negatif signifikan ($t = -0.239$, $p = 0.000$) dan self-esteem juga berpengaruh negatif signifikan ($t = -0.330$, $p = 0.000$). Temuan ini menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan dan self-esteem yang bersifat positif berperan sebagai faktor protektif pada sikap terhadap pernikahan.

Infidelity is a common phenomenon in marriage and is now occurring frequently in workplace settings. This study aims to examine the effect of marital satisfaction and self-esteem on attitudes toward infidelity among working early adults. A quantitative approach with a causal associative research design was used. The respondents were 350 early adults aged 20–40 years. Data collection instruments included adapted versions of the Attitude towards Infidelity Scale (ATIS), the ENRICH Marital Satisfaction Scale (EMSS), and the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES). Data were analyzed using multiple linear regression. The results showed that marital satisfaction and self-esteem simultaneously had a significant effect on attitudes toward infidelity ($p = 0.001$) with a 19.7% contribution. Partially, marital satisfaction had a significant negative effect on attitudes toward infidelity ($t = -0.239$, $p = 0.000$), and self-esteem also had a significant negative effect ($t = -0.330$, $p = 0.000$). These findings indicate that both marital satisfaction and self-esteem serve as protective factors for attitudes toward infidelity.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Izdihar Afra, et al (2025). Pengaruh Kepuasan Pernikahan dan Self-Esteem pada Sikap terhadap Perselingkuhan Dewasa Awal yang Bekerja, 4(2). <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i2.4012>

PENDAHULUAN

Perselingkuhan merupakan fenomena umum dalam pernikahan, tetapi kurang dapat dipahami (Atkins, Baucom, & Jacobson, 2001). Perselingkuhan juga dianggap oleh banyak ahli sebagai salah satu peristiwa yang paling merusak hubungan kedua, setelah kekerasan fisik (Whisman, Dixon, & Johnson dalam Fife, Weeks, & Stellberg-Filbert, 2013).

BPS (Badan Pusat Statistik) mengungkapkan bahwa Indonesia menduduki peringkat pertama kasus perceraian di Asia Pasifik. BPS menyatakan bahwa data tersebut berbanding lurus dengan banyaknya kasus perselingkuhan yang terjadi di Indonesia. Hal tersebut dapat dilihat dari data yang menunjukkan bahwa sebanyak 83% (1862 kasus dari 2231 kasus) disebabkan oleh perselingkuhan. Banyaknya kasus perceraian yang disebabkan oleh perselingkuhan menunjukkan bahwa masalah perselingkuhan bukan lagi hanya menjadi masalah keluarga, tetapi sudah menjadi masalah sosial (Iswahyudi dalam Mutaqy, et al., 2018).

Saat ini, banyak sekali kasus perselingkuhan di lingkungan kerja yang melibatkan pegawai yang telah berkeluarga. Bahkan, hal ini sudah dianggap sebagai hal lumrah di beberapa tempat, seolah sudah menjadi rahasia umum. Tak jarang, karyawan yang menjalin hubungan terlarang menunjukkan kedekatan mereka secara terang-terangan di depan umum, seakan hubungan tersebut sesuatu yang wajar (Cendani, Pratiwi, & Virgonita, 2025).

Beberapa alasan terjadi perselingkuhan di tempat kerja adalah kemudahan bertemu dengan lawan jenis di tempat kerja, kebutuhan seks yang tidak terpenuhi dalam pernikahan, ketidakhadiran pasangan baik secara fisik maupun emosional, misalnya pada pasangan bekerja di kota yang berbeda, pasangan yang terlalu sibuk berkarir, dan pasangan yang sering bepergian dalam jangka waktu yang lama. Harapan yang tidak terwujud dalam pernikahan yang bisa didapatkan dalam perselingkuhan juga membuat peluang untuk melakukan perselingkuhan menjadi semakin besar (Ginanjar dalam Karima & Nawangsari, 2022). Hasil survei yang dilakukan oleh Victoria Milan, situs kencan perselingkuhan, terhadap 5.650 pengguna juga menemukan bahwa terdapat 65% wanita yang mengaku pernah tidur dengan rekan kerjanya (Thurrott, 2018).

Perilaku selingkuh ditemukan sangat berkaitan dengan sikap terhadap perselingkuhan itu sendiri secara nyata (Larson dalam Isma & Turnip, 2019). Sikap merupakan hasil dari berbagai interaksi sosial, yang kemudian dipelajari oleh individu dan akhirnya membentuk pandangannya mengenai suatu hal yang serupa (Garg & Ruhela, 2015). Penelitian yang dilakukan oleh Watkins dan Boon (dalam Isma & Turnip, 2019) menemukan bahwa individu yang memiliki sikap yang lebih menerima perselingkuhan memiliki kecenderungan yang lebih tinggi untuk berselingkuh dari pasangan mereka.

Sama halnya dengan faktor yang memengaruhi perilaku selingkuh, Larson (dalam Isma & Turnip, 2019) menemukan bahwa sikap positif terhadap perselingkuhan sangat berhubungan dengan kepuasan pernikahan yang rendah. Hal tersebut mendukung pernyataan bahwa salah satu faktor yang dapat memengaruhi sikap terhadap perselingkuhan adalah kepuasan pernikahan.

Selain itu, Ratson (2024), seorang psikoterapis di New York City mengatakan bahwa salah satu hal yang dapat menjadi faktor yang memicu terjadinya perselingkuhan pada pernikahan yang bahagia adalah *self-esteem* yang rendah. Bagi sebagian orang, cinta dan dukungan dari pasangan terasa tidak cukup. Mereka mungkin merasa validasi eksternal diperlukan untuk meningkatkan *self-esteem* mereka. Perselingkuhan dapat memberikan rasa diinginkan dan penting tersebut. Hal ini sejalan dengan penelitian Hidayasha dan Surjaningrum (2022) yang menunjukkan hasil serupa, yaitu terdapat hubungan negatif yang kuat antara *self-esteem* dengan kecenderungan untuk berselingkuh pada responden laki-laki. Sementara pada responden perempuan ditemukan hubungan positif dengan kategori lemah antara *self-esteem* dengan intensi berselingkuh.

Hal ini mungkin dipengaruhi oleh budaya patriarki yang membuat laki-laki dianggap harus memiliki kekuatan yang lebih dan mendominasi, serta menjadi pusat dari suatu hubungan dibanding perempuan (Jufanny & Girsang, 2020). Namun, seiring dengan perkembangan zaman, pandangan patriarki mulai tergantikan dengan pandangan-pandangan yang mengarah pada kesetaraan gender (*gender equality*) terutama pada pasangan *dual-earner*, yaitu kondisi suami maupun istri sama-sama mengambil peran sebagai pencari nafkah dalam keluarga (Ginanjar et al. dalam Desmawati, Lusiani, & Rahma, 2024).

Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji pengaruh kepuasan pernikahan dan *self-esteem* pada sikap terhadap perselingkuhan dewasa awal yang bekerja..

METODE

Desain dan Partisipan

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian asosiatif kausal. Sampel diambil dengan teknik *accidental sampling* dari populasi seluruh dewasa awal di Indonesia yang sudah

menikah (tidak bercerai hidup atau meninggal) dan tinggal bersama pasangan dalam satu rumah, berusia 18-40 tahun, bekerja, serta berdomisili dan bekerja di Indonesia, menghasilkan 350 responden valid. Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (53,4%) dan berada pada rentang usia 20–40 tahun.

Instrumen

1. Sikap Terhadap Perselingkuhan: diukur menggunakan adaptasi *Attitude towards Infidelity Scale* (ATIS) (Isma & Turnip, 2019)
2. Kepuasan Pernikahan: diukur dengan adaptasi *ENRICH Marital Satisfaction Scale* (EMSS)
3. *Self-Esteem*: diukur dengan adaptasi *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) (Maroqi, 2018)

Analisis Data

Analisis menggunakan regresi linear berganda. Uji asumsi klasik (normalitas, linearitas, multikolinearitas, heteroskedastisitas, dan autokorelasi) seluruhnya terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Rata-rata skor sikap terhadap pernikahan sebesar 19,59 (SD = 4,4), kepuasan pernikahan 45,67 (SD = 5,6), dan *self-esteem* 37,5 (SD = 7,5).

Tabel 1. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Variabel	Koefisien (B)	t	Sig. (p)
(Constant)	40.653	17.430	0.000
Kepuasan Pernikahan	-0.239	-6.071	0.000
Self-Esteem	-0.330	-4.863	0.000
R Square	0.197		

Persamaan regresi:

$$Y = 40,653 - 0,239X_1 - 0,330X_2$$

Pembahasan

Temuan menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan berpengaruh negatif signifikan pada sikap terhadap perselingkuhan. Evaluasi positif terhadap pernikahan yang dimiliki dapat menurunkan sikap positif terhadap perselingkuhan.

Selanjutnya, *self-esteem* juga berpengaruh negatif signifikan pada sikap terhadap pernikahan. Evaluasi positif terhadap diri sendiri juga dapat menurunkan sikap positif terhadap perselingkuhan.

SIMPULAN

Kepuasan pernikahan dan *self-esteem* merupakan prediktor signifikan pada sikap terhadap perselingkuhan dewasa awal yang bekerja. Baik kepuasan pernikahan maupun *self-esteem* berperan sebagai faktor protektif pada sikap terhadap perselingkuhan.

Dewasa awal, lembaga psikologi dan konseling pernikahan, serta lembaga agama yang mengurus pernikahan disarankan memperkuat kepuasan pernikahan dan *self-esteem* positif pada pasangan yang hendak menikah maupun yang sudah menikah untuk meminimalkan sikap permisif terhadap perselingkuhan

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada pihak yang sudah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian dan penyusunan artikel ini.

REFERENSI

- Atkins, D. C., Baucom, D. H., & Jacobson, N. S. (2001). Understanding infidelity: Correlates in a national random sample. *Journal of Family Psychology*, 15(4), 735–749. DOI: 10.1037/0893-3200.15.4.735
- Cendani, S. I., Pratiwi, M. M. S., & Virgonita, M. I. W. (2025). Prespektif karyawan dengan perilaku menyimpang selingkuh di lingkup kerja menggunakan pendekatan psikoanalisis. *Ramah*

Research: Journal of Multidisciplinary Research and Development, 7(6), 4285-4292. DOI: 10.38035/rj.v7i6.1775

- Desmawati, L., Lusiani, S., & Rahma, S. A. (2024). Interaksionisme simbolik pasangan dual-earner dalam pembagian pekerjaan rumah tangga Kecamatan Bawen Kabupaten Semarang. *Jurnal Kajian Ilmiah Interdisipliner*, 8(5), 578-589.
- Fife, S. T., Weeks, G. R., & Stellberg-Filbert, J. (2013). Facilitating forgiveness in the treatment of infidelity: An interpersonal model. *Journal of Family Therapy*, 35, 343-367. DOI: 10.1111/j.1467-6427.2011.00561.x
- Garg A. & Ruhela S. (2015). Investigation of attitude of college youth toward infidelity. *International Journal of Education and Psychological Research*, 4, 72-75.
- Hidayasha, S. S., & Surjaningrum, E. R. (2022). Hubungan antara self-esteem dengan intensi berselingkuh pada individu yang terikat dalam pernikahan. *BRPKM: Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*. Diakses dari https://repository.unair.ac.id/118263/3/Jurnal_Sarifa%20Saraswati%20Hidayasha_111711133070.pdf
- Isma, M. N. P. & Turnip, S. S. (2019). Personality Traits and Marital Satisfaction in Predicting Couples' Attitudes Toward Infidelity. *Journal of Relationships Research*, 10(13), 1-5. DOI: 10.1017/jrr.2019.10
- Jufanny, D. & Girsang, L. R. M. (2020). Toxic masculinity dalam sistem patriarki. *Jurnal Semiotika*, 14(1), 8-23.
- Karima, A. & Nawangsari, N. A. F. (2022). Intensi berselingkuh pada pria commuter marriage ditinjau dari usia, pendidikan, penghasilan dan usia perkawinan. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 10, 1-9.
- Maroqi, N. (2019). Uji validitas konstruk pada instrumen rosenberg self esteem scale dengan metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7, 92-96. DOI: 10.15408/jp3i.v7i2.12101.
- Mutaqy, R. M., Sarmini, Sukartiningsih, S., Rahmayanti, R., & Kurnia, B. (2018). Rural women cheating strategy. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 226, 1511-1516.
- Ratson, M. (2024, May 9). Why People in Happy Relationships Still Cheat: A good marriage is no guarantee against infidelity. *Psychology Today*. Diakses dari <https://www.psychologytoday.com/intl/blog/the-wisdom-of-anger/202405/why-people-in-happy-relationships-have-affairs>
- Thurrott, K. (2018, Oktober 2). The profession most likely to cheat might surprise you. *Yahoo! Style Canada*. Diakses dari <https://ca.style.yahoo.com/profession-likely-cheat-might-surprise-154559014.html>