

Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah tentang Perselingkuhan

Unfaithfulness: Scientific Exploration of Infidelity

Rinanda Rizky Amalia Shaleha^{*1}, Iis Kurniasih²

¹Program Studi Psikologi, Universitas Pendidikan Indonesia,²Program Studi Psikologi,
Universitas Teknologi Yogyakarta

Naskah masuk 6 April 2020 Naskah diterima 16 Juni 2020 Naskah diterbitkan 2 Desember 2021

Abstrak. Perselingkuhan telah menjadi salah satu faktor penyebab adanya keretakan dalam sebuah hubungan hingga tak sedikit yang berujung pada perceraian. Perselingkuhan merupakan sebuah pelanggaran yang dilakukan oleh seseorang yang sudah memiliki pasangan terhadap norma yang mengatur tingkat keintiman emosional atau fisik dengan orang-orang di luar hubungannya dengan pasangan. Perilaku ini bisa dilakukan oleh siapa saja termasuk wanita, meskipun prevalensinya menunjukkan bahwa pria lebih banyak menjadi pelaku perselingkuhan. Beberapa penelitian yang ada meninjau topik ini baik dari aspek sosial maupun psikologis. Dampak negatifnya bervariasi terhadap kesehatan mental individu diantaranya seperti depresi, kecemasan, penurunan kepercayaan diri serta penurunan self-esteem. Penelitian terkini mencoba untuk mengaitkan antara perselingkuhan dengan aspek-aspek biologis agar mendapatkan gambaran keterkaitan antara genetika, hormonal, dan proses otak dalam memengaruhi predisposisi seseorang untuk melakukan perselingkuhan.

Kata kunci: gender; hormon; perselingkuhan; kesehatan mental

Abstract. Infidelity becomes one of the causes in the breakage of a marital relationship that is not uncommon to lead to divorce. Infidelity is a violation by someone who already has a partner to the norm that regulates the level of emotional or physical intimacy with people outside of their relationship. This behavior can be done by anyone, including women. However, the prevalence shows that men cheat more often. Many studies reviewed this topic from both social and psychological aspects. The negative impact of infidelity on mental health varies such as depression, anxiety, decreased self-confidence, and decreased self-esteem. Recent research tries to link infidelity with biological aspects to get an explanation of the relationship between genetics, hormonal, and brain processes in influencing one's predisposition to have an affair.

Keywords: gender; hormones; mental health; infidelity

Pengantar

Perselingkuhan telah menjadi kajian dalam ilmu sosial dan psikologi. Peneliti seperti Moller dan Vossler (2015) mendefinisikan perselingkuhan sebagai sebuah pelanggaran yang dilakukan

*Address for correspondence: rinandarizkyas@upi.edu

oleh seseorang yang sudah memiliki pasangan terhadap norma yang mengatur tingkat keintiman emosional atau fisik dengan orang-orang di luar hubungannya dengan pasangan. Menurut Nagurney dan Thornton (2011) ada dua jenis perselingkuhan yaitu perselingkuhan yang melibatkan emosional dan perselingkuhan yang melibatkan aktivitas seksual. Perselingkuhan emosional terjadi ketika pasangan memiliki perasaan jatuh cinta dengan orang lain di luar hubungan (Whitty, 2008). Perselingkuhan emosional dianggap tidak disertai dengan komponen seksual. Awalnya, beberapa contoh perselingkuhan yang dimediasi komputer termasuk dalam kategori ini karena hubungan ini dapat berkembang tanpa kontak fisik dan tidak secara terbuka bertujuan untuk mencari pasangan seksual. Namun, ketika internet terus berkembang, seseorang bisa memenuhi kebutuhan seksual dan emosionalnya secara *online* atau yang saat ini sering disebut sebagai *cybersex* (of Commerce, 2002). Pelaku *cybersex* dapat mengarah pada adanya *cyberaffair* yang merupakan hubungan romantis dan/atau seksual yang dibangun secara *online* melalui beberapa bentuk kontak virtual (Cravens *et al.*, 2013; Cravens & Whiting, 2016).

Perselingkuhan menjadi alasan yang paling sering dilaporkan dan menjadi prediktor perceraian terkuat bagi orang-orang yang sudah menikah (Scott *et al.*, 2013). Selain menjadi faktor penyebab perceraian, perselingkuhan juga meningkatkan depresi dan berpengaruh terhadap kesehatan mental seseorang yang menjadi korban (Cano & Leary, 2014). Secara khusus, pasangan yang dicurangi dalam hubungan tersebut sering mengalami berbagai tekanan emosional dan psikologis setelah perselingkuhan, seperti depresi, kecemasan, penurunan kepercayaan diri dan seksual, serta penurunan harga diri (Bird *et al.*, 2007; Fife *et al.*, 2013). Perselingkuhan merupakan salah satu peristiwa yang dianggap menyedihkan dan memberikan efek merusak serta menjadi salah satu *problem* yang paling sulit untuk ditangani dalam proses terapi (Shrout & Weigel, 2018). Pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental tersebut membuat topik ini perlu untuk dikaji lebih detail berdasarkan jenis, penyebab, kaitannya dengan proses biologis, serta pengaruh dari gender.

Pembahasan

Jenis dan penyebab perselingkuhan

Perselingkuhan yang dilakukan oleh seseorang baik secara emosional maupun fisik tergolong sebagai pelanggaran kepercayaan dan menandakan kurangnya komitmen seseorang pada hubungan yang sedang dijalani (Nagurney & Thornton, 2011). Chuick (2009) menjelaskan perselingkuhan yang dilakukan oleh individu melibatkan beberapa tindakan seperti melakukan hubungan seksual yang meliputi seks oral, berciuman, dan bercumbu dengan orang lain yang bukan merupakan pasangan, menjalankan hubungan emosional di luar pertemanan, baik secara langsung maupun melalui internet yang diberikan dengan sentuhan pornografi atau *cybersex*. Hubungan yang dilakukan termasuk pada keterlibatan seseorang dalam hubungan romantis di luar hubungan komitmen yang sedang dijalani dengan pasangan.

Beberapa peneliti telah mengelompokkan perselingkuhan menjadi dua jenis, diantaranya perselingkuhan seksual dan perselingkuhan emosional yang mana individu berbagi ikatan emosional

yang mendalam dengan orang yang bukan merupakan pasangannya (Cann & Baucom, 2004; Nagurney & Thornton, 2011). Menurut Guitar *et al.* (2017) ketika seseorang berada dalam suatu hubungan atau perkawinan dan melakukan aktivitas seksual dengan individu lain yang bukan pasangannya, bisa dikatakan bahwa individu tersebut melakukan perselingkuhan secara seksual. Beberapa hal yang termasuk pada perselingkuhan ini yaitu memiliki niat untuk melakukan hubungan seksual dengan orang lain, melakukan perilaku semu seksual (menggoda), melakukan aktivitas seksual dan keintiman dengan orang lain, baik melakukan secara langsung atau pun melalui alat-alat elektronik dengan berbagi hal-hal yang bersifat erotis (Guitar *et al.*, 2017). Kemudian, seseorang dikatakan melakukan perselingkuhan secara emosional jika orang tersebut menciptakan jarak emosional dengan pasangan utama dan menghabiskan waktu terlalu banyak dengan atau berpikir tentang orang lain di luar hubungan, dengan kata lain pasangan utama menjadi terabaikan atau ditolak secara emosional. Menurut Guitar *et al.* (2017) yang termasuk dalam perselingkuhan jenis ini beberapa diantaranya, yaitu menipu pasangan tentang perasaan dirinya terhadap orang lain, mendedikasikan diri secara emosional pada orang lain, tidak memuaskan pasangan secara emosional dibandingkan pada orang lain, jatuh cinta dengan orang lain, berbohong terhadap pasangan, membahas hubungan dengan orang lain, dan memiliki perasaan romantis kepada orang lain di luar pasangan.

Berbagai penelitian mengungkap penyebab dari seseorang melakukan perselingkuhan. Watkins dan Boon (2016) menjelaskan bahwa wanita lebih cenderung melakukan perselingkuhan karena adanya ketidakpuasan secara emosional dalam pernikahan, sedangkan laki-laki lebih mengarah pada motivasi seksual. Menurut Brand *et al.* (2007) ketidakpuasan secara emosional yang dialami oleh wanita membuat individu tersebut melakukan perselingkuhan untuk menemukan pasangan yang lebih baik, lebih perhatian sehingga dari segi emosionalnya dapat terpuaskan. Jeanfreau *et al.* (2014) mengungkapkan ketidakpuasan dalam pernikahan yang berasal dari kurangnya waktu yang berkualitas, ketidakmampuan untuk menyelesaikan konflik, dan kurangnya perhatian dalam hubungan pernikahan merupakan faktor utama yang menyebabkan individu melakukan perselingkuhan. Kemudian, kurangnya *intimacy* juga menjadi salah satu faktor penting mengapa seseorang melakukan perselingkuhan intimacy (Karimi *et al.*, 2019; Pizarro & Gaspay-Fernandez, 2015). Jika derajat *intimacy* kurang maka individu akan berusaha memenuhinya dari pasangan di luar hubungannya. Selanjutnya, Brand *et al.* (2007) menjelaskan secara umum penyebab dari individu melakukan perselingkuhan diantaranya, memiliki kesempatan, bosan dan tidak bahagia dalam hubungan yang sedang dijalani, tidak tertarik dan tidak senang dengan pasangan, dan beberapa orang lainnya melakukan perselingkuhan tanpa ada alasan.

Lebih lanjut, laju perkembangan teknologi yang memengaruhi pola komunikasi manusia juga menjadi tantangan baru untuk sebuah hubungan romantis yang sedang dijalani seseorang. Salah satu bentuknya adalah penggunaan internet yang membuka peluang besar untuk membangun hubungan dengan orang lain, termasuk hubungan pribadi yang mengarah pada perselingkuhan dan ini menjadi hal yang mulai lumrah (Abbasi & Alghamdi, 2017; Dijkstra *et al.*, 2010; Henline *et al.*, 2007). Melakukan perselingkuhan secara *online* ini kemudian disebut dengan istilah *cyberaffair* adalah

hubungan romantis dan/atau seksual yang dibangun secara *online* dan dilakukan melalui beberapa bentuk kontak virtual (Cravens *et al.*, 2013; Cravens & Whiting, 2016; McDaniel *et al.*, 2017). Energi dan waktu ketika seseorang berselingkuh akan terbagi sehingga seringkali pelaku perselingkuhan mulai mengabaikan hubungannya dengan pasangan utamanya dan mengganggu stabilitas serta kualitas hubungan utama (Abbasi, 2019; Hertlein & Stevenson, 2010). Sebuah studi yang dilakukan oleh McDaniel *et al.* (2017) memperkirakan bahwa 5-12% dari pelaku *cyberaffair* memiliki tingkat kepuasan hubungan yang rendah, ambivalensi hubungan, dan kecemasan akan keterikatan dengan pasangan utama. Penulis menyoroti bahwa *cyberaffair* menjadi hal yang mengkhawatirkan mengingat meningkatnya penggunaan internet di Indonesia yang di dalamnya mencakup juga penggunaan media sosial.

Fenomena *cyberaffair* sangat terkait dengan konteks Indonesia yang merupakan salah satu negara dengan jumlah pengguna media sosial terbesar yaitu 150 juta pengguna pada Januari 2019 dan kemungkinan akan terus meningkat pada tahun 2020 (Social, 2019). Akan tetapi, penelitian tentang kaitan antara perselingkuhan yang dimediasi oleh penggunaan internet di Indonesia masih terbatas sehingga perlu adanya eksplorasi lebih lanjut.

Perselingkuhan dan Dampaknya terhadap Kesehatan Mental

Perselingkuhan yang terjadi bisa menimbulkan berbagai macam dampak negatif pada korban atau pun pelaku. Perselingkuhan merupakan pelanggaran yang dapat menyebabkan kerusakan pada sebuah hubungan. Ketika hal tersebut terlanjur terjadi maka hubungan yang diwarnai dengan perselingkuhan tidak mudah untuk diperbaiki kembali, hingga kebanyakan berujung pada perceraian (Scott *et al.*, 2013). Dampak perselingkuhan yang menyebabkan hubungan berakhir pada perceraian juga dirasakan pada orang Indonesia (Julianto & Cahyani, 2017; Muhajarah, 2016).

Menurut Nagurney dan Thornton (2011) individu yang diselingkuhi oleh pasangannya bisa mengalami trauma dalam hidupnya karena telah merasakan pengkhianatan. Pasangan yang terluka karena merasa terkhiatati sering mengalami emosi marah, kecewa, ragu, bahkan dikaitkan dengan beberapa gejala depresi dan gejala pasca trauma (Azhar *et al.*, 2018; Robustelli *et al.*, 2015). Lebih lanjut, Cano dan Leary (2014) menjelaskan bahwa perselingkuhan dapat memicu gejala depresi serta gangguan kecemasan pada individu yang menjadi korban perselingkuhan. Individu yang menjadi korban perselingkuhan, terutama wanita, memiliki perasaan pengkhianatan, penghinaan, dan rasa malu sehingga membutuhkan intervensi klinis. Selain dampak yang terjadi pada korban perselingkuhan, beberapa penelitian juga mengungkapkan dampak perselingkuhan terhadap pelaku. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hall dan Fincham (2009) dan Wilkinson *et al.* (2012) individu yang tidak setia terhadap pasangannya lebih banyak mengalami tekanan psikologis. Pelaku perselingkuhan melaporkan gejala depresi dan kesejahteraan yang lebih rendah daripada orang lain yang tidak melakukan perselingkuhan. Hal ini ditunjukkan dengan adanya rasa malu, rasa bersalah terhadap pasangan yang setia, dan ketakutan tidak akan mendapatkan pengampunan dari pasangan yang telah ia khianati. Berdasarkan beberapa pemaparan di atas, perselingkuhan merupakan sebuah peristiwa yang menimbulkan dampak negatif dan traumatis terhadap psikologis seseorang, baik

korban maupun pelaku perselingkuhan.

Perselingkuhan dan Gender

Para peneliti telah menemukan bahwa pria lebih cenderung tidak setia daripada wanita (Labrecque & Whisman, 2017; Peterson, 2005). Kemudian, temuan tersebut dijelaskan dengan menggunakan berbagai perspektif, salah satunya teori evolusi yang menyatakan bahwa pria dan wanita menggunakan strategi yang berbeda untuk menyebarkan gen mereka dalam proses memiliki keturunan (Buss & Schmitt, 1993; Carpenter, 2012; Kenrick & Keefe, 1992; Tagler & Jeffers, 2013; Thompson & O'Sullivan, 2015). Secara khusus, laki-laki dianggap termotivasi untuk mencari banyak pasangan sebagai upaya memaksimalkan umur genetis mereka, sedangkan wanita dianggap lebih berorientasi pada hubungan dengan pasangan tunggal karena investasi mereka yang lebih besar dalam proses berkembang biak yaitu dimulai dari pembuahan internal, kehamilan 9 bulan, dan laktasi sehingga wanita tidak perlu meningkatkan potensi reproduksinya (Albrecht *et al.*, 2006; Li *et al.*, 2002). Singkatnya, mungkin tidak ada keuntungan evolusi yang jelas bagi wanita untuk berselingkuh.

Jika dilihat dari konteks sosial budaya, beberapa peneliti mengusulkan bahwa perbedaan gender ini juga merupakan cerminan dari perbedaan struktural dalam posisi sosial ekonomi pria dan wanita. Dalam konteks budaya tradisional, wanita memiliki lebih sedikit peluang dibandingkan pria untuk mendapatkan status, sumber daya, dan keamanan dalam mengejar karier. Pilihan terbaik untuk seorang wanita guna mendapatkan posisi sosial ekonomi yang diinginkan adalah dengan menarik pria yang memiliki kekuatan dan status sosial yang tinggi untuk membentuk hubungan yang stabil (Buller, 2005; Wood & Eagly, 2007). Oleh karena itu, ketika wanita menjadi korban perselingkuhan beberapa akan memaafkan pasangannya dan tetap mempertahankan hubungannya karena alasan ekonomi.

Selanjutnya, beberapa penelitian menyebutkan bahwa perselingkuhan yang dilakukan oleh wanita akan terjadi apabila wanita mendapatkan sumber daya dan kekuatan secara independen, karena dengan begitu mereka tidak lagi bergantung pada pasangannya untuk mendapatkan kekayaan dan status. Temuan Lammers *et al.* (2011) memperkuat temuan tersebut dan menunjukkan bahwa wanita dalam posisi yang memiliki kekuatan dan status yang tinggi cenderung terlibat dalam perselingkuhan seperti halnya laki-laki dalam posisi yang sama. Lebih jauh, faktor sosial ekonomi dapat dimoderasi dengan gender sebagai salah satu faktor risiko seseorang terlibat dalam perselingkuhan (Munsch, 2012). Cara merespons perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangan juga berbeda antara laki-laki dan wanita. Pria dan wanita akan menampilkan respons yang berbeda ketika diminta untuk merefleksikan sebuah hubungan yang berkomitmen dan kemudian diminta untuk membayangkan sebuah skenario perselingkuhan yang terjadi kepadanya. Pria lebih tertekan oleh perselingkuhan seksual pasangan mereka daripada perselingkuhan emosional (Brase *et al.*, 2014; Edlund *et al.*, 2006; Tagler & Jeffers, 2013). Sebaliknya, wanita lebih kesal dengan perselingkuhan emosional pasangan (Edlund *et al.*, 2006; Kruger *et al.*, 2015).

Kemudian dalam konteks perasaan bersalah setelah melakukan perselingkuhan, pria cenderung memiliki rasa bersalah yang lebih rendah daripada wanita. Jika dilihat dalam perspektif dikotomi antara perselingkuhan seksual versus emosional, pria jauh lebih banyak terlibat dan memilih

perselingkuhan seksual tetapi lebih merasa bersalah ketika melakukan perselingkuhan emosional sedangkan wanita lebih mudah terlibat dalam perselingkuhan emosional namun lebih merasa bersalah ketika melakukan perselingkuhan yang melibatkan aktivitas seksual (Edlund *et al.*, 2006; Frederick & Fales, 2016; Schutzwahl, 2004). Alasannya, jika seorang wanita telah melakukan hubungan seksual dengan pria selain pasangannya, kemungkinan besar ia juga sudah memiliki perasaan emosional yang kuat terhadap pria tersebut. Di sisi lain, wanita cenderung menganggap bahwa pria yang melakukan perselingkuhan seksual tanpa terlibat secara emosional lebih bisa dimaafkan daripada pria yang memilih perselingkuhan secara emosional (Tagler & Jeffers, 2013; Thompson & O'Sullivan, 2015). Wanita cenderung beranggapan bahwa ketika seorang pria secara emosional terikat pada seorang wanita berarti menandakan bahwa hubungan perselingkuhan tersebut jauh lebih serius dan telah melampaui aktivitas seksual. Perselingkuhan dan Kaitannya dengan Proses Biologis yang Terkait.

Seseorang melakukan perselingkuhan pada dasarnya juga terkait dengan proses biologis di dalam tubuh dan juga otak. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Garcia *et al.* (2010) menunjukkan bahwa mereka yang memiliki versi alel yang panjang pada reseptor dopamin D4 cenderung melaporkan bahwa mereka pernah berselingkuh dari pasangan mereka di masa lalu, baik pada pria maupun wanita. Variasi genetik khusus yang terjadi pada reseptor D4 ini berpotensi lebih mungkin terjadi pada mereka yang sering berperilaku curang. Dopamin merupakan neurotransmiter yang terkait dengan kesenangan. Berselingkuh bisa sangat menyenangkan karena melibatkan peningkatan level pencarian sensasi atau sensation seeking perilaku yang mengaktifkan *reward circuit* otak (Peterson, 2005; Young & Wang, 2004). Perilaku tersebut memicu pelepasan dopamin dari sirkuit ini, yang tidak hanya menyampaikan rasa senang tetapi juga memberi tahu otak bahwa perilaku tersebut adalah suatu pengalaman penting yang perlu diingat dan diulang. Oleh karena itu, beberapa orang yang sering berselingkuh dalam hubungannya di masa lalu cenderung untuk berselingkuh dalam hubungannya di masa depan. Selain itu, level hormon testosteron juga berperan dalam perilaku berselingkuh ini. Seseorang yang berselingkuh dari pasangannya cenderung memiliki kadar testosteron yang lebih tinggi daripada mereka yang tetap monogami atau setia pada satu pasangan (Klimas *et al.*, 2019; van Anders *et al.*, 2007). Namun, ini bukan berarti bahwa semua orang yang memiliki kadar testosteron yang tinggi sudah pasti berselingkuh karena ini bersifat korelasional bukan kausal.

Kemudian, jika ditinjau dari segi aktivasi otak, ditemukan bahwa pria dan wanita menunjukkan pola aktivasi otak yang berbeda baik dalam perselingkuhan seksual maupun perselingkuhan emosional. Pada umumnya, otak pria dan wanita cenderung aktif pada bagian korteks visual ketika menanggapi perselingkuhan seksual sedangkan korteks visual dan thalamus akan aktif ketika pria dan wanita merespons perselingkuhan emosional (Takahashi *et al.*, 2006). Hal ini terjadi karena stimulus yang menonjol secara emosional menjadi modulator pemrosesan sensoris pada korteks visual. Korteks visual menerima proyeksi umpan balik dari struktur limbik otak (Emery & Amaral, 2000) dan *pathway* atau jalur tersebut dapat meningkatkan pemrosesan visual (Vuilleumier *et al.*, 2001).

Secara spesifik, analisis berdasarkan perbedaan jenis kelamin diperoleh hasil bahwa laki-laki menunjukkan aktivasi lebih besar daripada wanita pada bagian amigdala dalam menanggapi

perselingkuhan seksual. Kemudian, pria juga menunjukkan aktivasi yang lebih besar di area insula, hipokampus, dan hipotalamus dalam menanggapi perselingkuhan emosional. Amigdala dan insula adalah simpul sentral dalam pemrosesan emosi negatif, ketakutan, dan jijik (Calder *et al.*, 2001; Craig & Craig, 2003). Aktivasi otak tersebut sebenarnya berkaitan dengan sistem hormon seperti testosteron. Reseptor testosteron di otak tersebut (terutama di daerah amigdala dan hipotalamus) terlibat dalam perilaku seksual manusia (Giammanco *et al.*, 2005; Sisk & Foster, 2004). Testosteron kemudian terkait juga dengan reseptor vasopresin di area amigdala dan hipotalamus. Vasopresin tersebut selanjutnya memediasi preferensi dalam memilih pasangan (Young & Wang, 2004; Zietsch *et al.*, 2015).

Selanjutnya, wanita cenderung menunjukkan adanya aktivasi di area kortikal dan thalamus baik dalam merespons perselingkuhan seksual maupun perselingkuhan emosional. Analisis perbedaan jenis kelamin mengungkapkan bahwa wanita menunjukkan aktivasi yang lebih besar daripada laki-laki di area posterior superior temporal sulcus (pSTS) dalam menanggapi perselingkuhan emosional. Posterior superior temporal sulcus (pSTS) ini terlibat dalam pendeteksian intensi, kecurangan, kepercayaan terhadap orang lain (Calarge *et al.*, 2003; Winston *et al.*, 2002) dan pelanggaran terhadap norma sosial (Heekeren *et al.*, 2003; Moll *et al.*, 2005; Takahashi *et al.*, 2006). Hal ini menguatkan hasil penelitian yang dijelaskan sebelumnya bahwa pria cenderung menunjukkan emosi negatif yang lebih besar dan sulit untuk memaafkan pasangannya yang berselingkuh secara seksual sedangkan wanita memiliki emosi negatif dan rasa jijik yang lebih tinggi dalam merespon perselingkuhan emosional.

Penutup

Perselingkuhan merupakan pelanggaran yang dilakukan oleh individu baik secara fisik maupun emosional terhadap komitmen yang telah dijalani dengan pasangan. Berdasarkan data, kasus-kasus perselingkuhan di Indonesia menyebabkan sebuah hubungan berakhir pada perceraian. Angkanya pun bertambah dari tahun ke tahun dan tidak hanya terjadi pada pernikahan yang sudah berlangsung lama namun juga terjadi pada pasangan baru. Perselingkuhan yang terjadi kini juga dimediasi oleh adanya perkembangan teknologi internet, terlebih di Indonesia yang perkembangannya begitu masif dan beragam. Perkembangan teknologi saat ini jelas memberikan sumbangsih dan menjadi salah satu faktor penunjang mudahnya melakukan perselingkuhan yang tidak terbatas oleh waktu, tempat, dan juga ruang. Permasalahan ini sebenarnya bukanlah hal baru bagi masyarakat Indonesia, namun literatur ilmiah terkait pembahasan ini masih terbatas pada pembahasan dalam artikel populer dan kurang memaparkan penjelasan ilmiah mengenai perilaku ini.

Perselingkuhan memberikan beragam dampak negatif terhadap korban dan juga pelaku terlepas dari perbedaan gender dan jenis perselingkuhannya. Apabila perselingkuhan sudah terjadi, proses *healing* seseorang pun juga tidak semudah dan sesingkat yang dibayangkan. Hal ini menjadi salah satu masalah yang sulit ditangani pada saat proses terapi. Implikasi lebih lanjut, jika perselingkuhan terjadi dalam sebuah keluarga yang sudah memiliki anak, maka akan berpengaruh juga terhadap kondisi mental anak. Beberapa penelitian dalam konteks Indonesia menyebutkan

bahwa perselingkuhan yang dilakukan oleh orang tua juga menjadi salah satu penyebab awal seorang anak melakukan kenakalan. Hal-hal tersebut menunjukkan bahwa urgensi penguatan sebuah keluarga yang dimanifestasikan melalui berbagai bentuk program atau pelatihan perlu dilakukan baik sebelum maupun sesudah pernikahan. Mengingat besarnya dampak perselingkuhan terhadap psikologis seseorang, maka mempertimbangkan akibat dari sebuah perselingkuhan merupakan sikap yang bijak. Penelitian lebih lanjut diharapkan mampu untuk mengeksplorasi isu perselingkuhan dengan menjelaskan mekanisme yang terjadi baik secara psikologis maupun neurobiologis agar mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif, terlebih penelitian di Indonesia cenderung membahasnya secara kualitatif terkait isu ini.

Pernyataan

Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada pihak yang telah mendukung terbitnya tulisan ini.

Pendanaan

Penelitian ini didanai oleh dana mandiri penulis sendiri.

Kontribusi Penulis

RRAS merancang konsep, menulis artikel, melakukan reviu, dan revisi draft akhir. IK menulis artikel dan melakukan reviu.

Pernyataan Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan selama penyusunan manuskrip ini.

Orcid ID

Rinanda Rizky Amalia Shaleha <https://orcid.org/0000-0001-6448-8461>

Daftar Pustaka

- Abbasi, I. S., & Alghamdi, N. (2017). When flirting turns into infidelity: The facebook dilemma. *The American Journal of Family Therapy*, 45, 1–14. <https://doi.org/10.1080/01926187.2016.1277804>
- Abbasi, I. S. (2019). The link between romantic disengagement and facebook addiction: Where does relationship commitment fit in? *The American Journal of Family Therapy*, 46, 375–389. <https://doi.org/10.1080/01926187.2018.1540283>
- Albrecht, T., Kreisinger, J., & Pialek, J. (2006). The strength of direct selection against female promiscuity is associated with rates of extrapair fertilizations in socially monogamous songbirds. *American Naturalist*, 167, 739–744. <https://doi.org/10.1086/502633>

- Azhar, A., Abbas, J., Wenhong, Z., Akhtar, T., & Aqeel, M. (2018). Linking infidelity stress, anxiety and depression: Evidence from Pakistan married couples and divorced individuals. *International Journal of Human Rights in Healthcare*, 11(3), 214–228. <https://doi.org/10.1108/IJHRH-11-2017-0069>
- Bird, M. H., Butler, M. H., & Fife, S. T. (2007). The process of couple healing following infidelity. *Journal of Couple & Relationship Therapy: Innovations in Clinical and Educational Interventions*, 64, 1–25. https://doi.org/10.1300/J398v06n04_01
- Brand, R. J., Markey, C. M., Mills, A., & Hodges, S. D. (2007). Sex differences in self-reported infidelity and its correlates. *Sex Roles*, 57, 101–109. <https://doi.org/10.1007/s11199-007-9221-5>
- Brase, G. L., Adair, L., & Monk, K. (2014). Explaining sex differences in reactions to relationship infidelities: Comparisons of the roles of sex, gender, beliefs, attachment, and sociosexual orientation. *Evolutionary Psychology*, 12(1), 73–96. <https://doi.org/10.1177/147470491401200106>
- Buller, D. J. (2005). *Adapting minds: Evolutionary psychology and the persistent quest for human nature*. MIT Press.
- Buss, D. M., & Schmitt, D. P. (1993). Sexual strategies theory: An evolutionary perspective on human mating. *Psychological Review*, 100, 204–232. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.100.2.204>
- Calarge, C., Andreasen, N., & O’Leary, D. (2003). Visualizing how one brain understands another: A pet study of theory of mind. *Am. J. Psychiatry*, 160, 1954–1964. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.11.1954>
- Calder, A. J., Lawrence, A. D., & Young, A. W. (2001). Neuropsychology of fear and loathing. *Nature Reviews Neuroscience*, 2, 352–363. <https://doi.org/10.1038/35072584>
- Cann, A., & Baucom, T. R. (2004). Former partners and new rivals as threats to a relationship : Infidelity type , gender , and commitment as factors related to distress and forgiveness. *Personal Relationships*, 11, 305–318. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2004.00084.x>
- Cano, A., & Leary, K. D. O. (2014). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 774–781. <https://doi.org/10.1037//0022-006X.68.5.774>
- Carpenter, C. J. (2012). Meta-analyses of sex differences in responses to sexual versus emotional infidelity: Men and women are more similar than different. *Psychology of Women Quarterly*, 36(1), 25–37. <https://doi.org/10.1177/0361684311414537>
- Chuick, C. D. (2009). *Gender and infidelity : A study of the relationship between conformity to masculine norm and extrarelational involvement* (Doctoral dissertation). The University of Iowa.
- Craig, A., & Craig, A. (2003). Interoception: The sense of the physiological condition of the body. *Curr. Opin. Neurobiol*, 13, 500–505. [https://doi.org/10.1016/s0959-4388\(03\)00090-4](https://doi.org/10.1016/s0959-4388(03)00090-4)
- Cravens, J. D., Leckie, K. R., & Whiting, J. B. (2013). Facebook infidelity: When poking becomes problematic. *Contemporary Family Therapy: An International Journal*, 35(1), 74–90. <https://doi.org/10.1007/s10591-012-9231-5>

- Cravens, J. D., & Whiting, J. B. (2016). Fooling around on facebook: The perceptions of infidelity behavior on social networking sites. *Journal of Couple & Relationship Therapy*, 15(3), 213–231. <https://doi.org/10.1080/15332691.2014.1003670>
- Dijkstra, P., Barelds, D. P. H., & Groothof, H. A. K. (2010). Jealousy in response to online and offline infidelity: The role of sex and sexual orientation. *Scandinavian Journal of Psychology*, 54, 328–336. <https://doi.org/10.1111/sjop.12055>
- Edlund, J., Heider, J., Scherer, C., Farc, M., & Sagarin, B. (2006). Sex differences in jealousy in response to actual infidelity. *Evolutionary Psychology*, 4, 462–470. <https://doi.org/10.1037/a0019378>
- Emery, N., & Amaral, D. G. (2000). The role of the amygdala in primate social cognition. In *Cognitive neuroscience of emotion*. New York, Oxford Univ. Press.
- 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. <https://doi.org/10.1111/j.1467-6427.2011.00561.x>
- Frederick, D. A., & Fales, M. R. (2016). Upset over sexual versus emotional infidelity among gay, lesbian, bisexual, and heterosexual adults. *Archives of Sexual Behavior*, 45(1), 175–191. <https://doi.org/10.1007/s10508-014-0409-9>
- Garcia, J. R., Mackillop, J., Aller, E. L., Merriwether, A. M., Wilson, D. S., & Lum, J. K. (2010). Associations between dopamine d4 receptor gene variation with both infidelity and sexual promiscuity. *PLoS ONE*, 5(11). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0014162>
- Giammanco, M., Tabacchi, G., Giammanco, S., Di Majo, D., & La Guardia, M. (2005). Testosterone and aggressiveness. *Med. Sci. Monit*, 11, 136–145. <https://doi.org/10.15795710>
- Guitar, A. E., Geher, G., Kruger, D. J., Garcia, J. R., Fisher, M. L., & Fitzgerald, C. J. (2017). Defining and distinguishing sexual and emotional infidelity. *Current Psychology*, 36(3), 434–446. <https://doi.org/10.1007/s12144-016-9432-4>
- Hall, J. H., & Fincham, F. D. (2009). Psychological distress: Precursor or consequence of dating infidelity? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(2), 143–159. <https://doi.org/10.1177/0146167208327189>
- Heekeren, H., Wartenburger, I., Schmidt, H., Schwintowski, H., & Villringer, A. (2003). An fmri study of simple ethical decision-making. *NeuroReport*, 14, 1215–1219. <https://doi.org/10.1097/00001756-200307010-00005>
- Henline, B. H., Lamke, L. K., & Howard, M. D. (2007). Exploring perceptions of online infidelity. *Personal Relationships*, 14, 113–128. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.2006.00144.x>
- Hertlein, K. M., & Stevenson, A. (2010). The seven “as” contributing to internet-related intimacy problems: A literature review. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 4(1), 1–8.
- Jeanfreau, M. M., Jurich, A. P., & Mong, M. D. (2014). Risk factors associated with women’s marital infidelity. *Contemporary Family Therapy*, 36(3), 327–332. <https://doi.org/10.1007/s10591-014-9309-3>

- Julianto, V., & Cahyani, N. D. (2017). Jalan terbaikku adalah bercerai denganmu [my best path is divorcing you]. *Jurnal Psikologi Integratif*, 5(2), 175–189.
- Karimi, R., Bakhtiyari, M., & Masjedi, A. (2019). Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: A systematic review. *Epidemiology and health*, 41. <https://doi.org/10.4178/epih.e2019023>
- Kenrick, D. T., & Keefe, R. C. (1992). Age preferences in mates reflect sex differences in reproductive strategies. *Behavioral and Brain Sciences*, 15, 75–133. <https://doi.org/10.1017/S0140525X00067595>
- Klimas, C., Ehlert, U., Lacker, T. J., Waldvogel, P., & Walther, A. (2019). Higher testosterone levels are associated with unfaithful behavior in men. *Biological Psychology*, 146. <https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2019.107730>
- Kruger, D. J., Fisher, M. L., Fitzgerald, C. J., Garcia, J. R., & Geher, A. E., G andGuitar. (2015). Sexual and emotional aspects are distinct components of infidelity and unique predictors of anticipated distress. *Evolutionary Psychological Science*, 1, 44–51. <https://doi.org/10.1007/s40806-015-0010-z>
- Labrecque, L. T., & Whisman, M. A. (2017). Attitudes toward and prevalence of extramarital sex and descriptions of extramarital partners in the 21st century. *Journal of Family Psychology*, 31, 952–957. <https://doi.org/10.1037/fam0000280>
- Lammers, J., Stoker, J. I., Jordan, J., Pollmann, M., & Stapel, D. A. (2011). Power increases infidelity among men and women. *Psychological Science*, 22(9), 1191–1197. <https://doi.org/10.1177/0956797611416252>
- Li, N. P., Bailey, J. M., Kenrick, D. T., & Linsenmeier, J. A. (2002). The necessities and luxuries of mate preferences: Testing the trade-offs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, 947–955. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.82.6.947>
- McDaniel, B. T., Drouin, M., & Cravens, J. (2017). Do you have anything to hide? infidelity-related behaviors on social media sites and marital satisfaction. *Computers in Human Behavior*, 66, 88–95. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2016.09.031>
- Moll, J., Zahn, R., de Oliveira-Souza, R., Krueger, F., & Grafman, J. (2005). Opinion: The neural basis of human moral cognition. *Nat. Rev., Neurosci*, 6, 799–809. <https://doi.org/10.1038/nrn1768>
- Moller, N. P., & Vossler, A. (2015). Defining infidelity in research and couple counseling: A qualitative study. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 41, 487–497. <https://doi.org/10.1080/0092623X.2014.931314>
- Muhajarah, K. (2016). Perselingkuhan suami terhadap istri dan penanganannya [husband's infidelity towards wife and the intervention]. *Jurnal Sawwa*, 12(1), 23–40. <https://doi.org/10.21580/sa.v12i1.1466>
- Munsch, C. L. (2012). The science of two-timing: The state of infidelity research. *Sociology Compass*, 6(1), 46–59. <https://doi.org/10.1111/j.17519020.2011.00434.x>

- Nagurney, A., & Thornton. (2011). What is infidelity? perceptions based on biological sex and personality. *Psychology Research and Behavior Management*, 4, 51–58. <https://doi.org/10.2147/PRBM.S16876>
- of Commerce, U. D. (2002). *A nation online: How americans are expanding their use of the internet* (tech. rep.). <http://www.ntia.doc.gov/ntiahome/dn/anationonline2.pdf>
- Peterson, R. L. (2005). The neuroscience of investing: Fmri of the reward system. *Brain Res Bull*, 67, 391–397. <https://doi.org/10.1016/j.brainresbull.2005.06.015>
- Pizarro, J. G., & Gaspay-Fernandez, R. (2015). Estranged wife, other man’s beloved: Perspectives of filipino women involved in extramarital relationships. *SAGE Open*, 1, 1–12. <https://doi.org/10.1177/2158244014565823>
- Robustelli, B. L., Trytko, A. C., Li, A., & Whisman, M. A. (2015). Marital discord and suicidal outcomes in a national sample of married individuals. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 45, 623–632. <https://doi.org/10.1111/sltb.12157>
- Schutzwohl, A. (2004). Which infidelity type makes you more jealous? decision strategies in a forced-choice between sexual and emotional infidelity. *Evolutionary Psychology*, 2(1). <https://doi.org/10.1177/147470490400200118>
- Scott, S. B., Rhoades, G. K., Stanley, S. M., Allen, E. S., & Markman, H. J. (2013). Reasons for divorce and recollections of premarital intervention: Implications for improving relationship education. *Couple and Family Psychology: Research and Practice*, 2(2), 131–145. <https://doi.org/10.1037/a0032025>
- Shrout, M. R., & Weigel, D. J. (2018). Infidelity’s aftermath: Appraisals, mental health, and health-compromising behaviors following a partner’s infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(8), 1067–1091. <https://doi.org/10.1177/0265407517704091>
- Sisk, C., & Foster, D. (2004). The neural basis of puberty and adolescence. *Nat. Neurosci*, 7, 1040–1047. <https://doi.org/doi.org/10.1038/nm1326>
- Social, W. A. (2019). *Digital in 2019: Indonesia* (tech. rep.).
- Tagler, M. J., & Jeffers, H. M. (2013). Sex differences in attitudes toward partner infidelity. *Evolutionary Psychology*, 11(4), 821–832. <https://doi.org/10.1177/147470491301100407>
- Takahashi, H., Matsuura, M., Yahata, N., Koeda, M., Suhara, T., & Okubo, Y. (2006). Men and women show distinct brain activations during imagery of sexual and emotional infidelity. *NeuroImage*, 32(3), 1299–1307. <https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2006.05.049>
- Thompson, A. E., & O’Sullivan, L. F. (2015). Drawing the line: The development of a comprehensive assessment of infidelity judgments. *The Journal of Sex Research*, 53, 910–926. <https://doi.org/10.1080/00224499.2015.1062840>
- van Anders, S. M., Hamilton, L. D., & Watson, N. V. (2007). Multiple partners are associated with higher testosterone in north american men and women. *Hormones and Behavior*, 51(3), 454–459. <https://doi.org/10.1016/j.yhbeh.2007.01.002>

- Vuilleumier, P., Armony, J. L., Driver, J., & Dolan, R. J. (2001). Effects of attention and emotion on face processing in the human brain: An event-related fmri study. *Neuron*, 30, 829–841. [https://doi.org/10.1016/s0896-6273\(01\)00328-2](https://doi.org/10.1016/s0896-6273(01)00328-2)
- Watkins, S. J., & Boon, S. D. (2016). Expectations regarding partner fidelity in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(2), 237–256. <https://doi.org/10.1177/0265407515574463>
- Whitty, L. L., & Tand Quigley. (2008). Emotional and sexual infidelity offline and in cyberspace. *Journal of Marital and Family Therapy*, 34(4), 461–468. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2008.00088.x>
- Wilkinson, R. T., Littlebear, S., & Reed, S. (2012). A review of treatment with couples postaffair: An emphasis on the use of disclosure. *The Family Journal*, 20(2), 140–146. <https://doi.org/10.1177/1066480712442051>
- Winston, J., Strange, B., O'Doherty, J., & Dolan, R. (2002). Automatic and intentional brain responses during evaluation of trustworthiness of faces. *Nature Neuroscience*, 5, 277–283. <https://doi.org/10.1038/nn816>
- Wood, W., & Eagly, A. H. (2007). *Social structural origins of sex differences in human mating* (In S. W. G). New York, Guilford Press.
- Young, L., & Wang, Z. (2004). The neurobiology of pair bonding. *Nat. Neurosci*, 7, 1048–1054. <https://doi.org/10.1038/nn1327>
- Zietsch, B. P., Westberg, L., Santtila, P., & Jern, P. (2015). Genetic analysis of human extrapair mating: Heritability, between-sex correlation, and receptor genes for vasopressin and oxytocin. *Evolution and Human Behavior*, 36(2), 130–136. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2014.10.001>