

## Kebersyukuran dan Intensi Berselingkuh di Usia Dewasa Madya

Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati<sup>1</sup>, Enjang Wahyuningrum<sup>2</sup>,  
Yemima Joy Christina<sup>3</sup>, Yessika Sola Gratia<sup>4</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,  
Indonesia<sup>1</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,  
Indonesia<sup>2</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,  
Indonesia<sup>3</sup>

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana,  
Indonesia<sup>4</sup>

E-mail: [ratriana.kusumiati@uksw.edu](mailto:ratriana.kusumiati@uksw.edu)<sup>1</sup>, [enjang.wahyuningrum@uksw.edu](mailto:enjang.wahyuningrum@uksw.edu)<sup>2</sup>,  
[802020239@student.uksw.edu](mailto:802020239@student.uksw.edu)<sup>3</sup>, [yessika.gratia@uksw.edu](mailto:yessika.gratia@uksw.edu)<sup>4</sup>

Correspondent Author: Ratriana Yuliasuti Endang Kusumiati,

[ratriana.kusumiati@uksw.edu](mailto:ratriana.kusumiati@uksw.edu)

Doi: [10.31316/g-couns.v9i2.6505](https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i2.6505)

### Abstrak

Perselingkuhan merupakan salah satu penyebab terkuat terjadinya perceraian. Intensi merupakan faktor motivasional yang berpengaruh besar terhadap perilaku dan dapat digunakan sebagai indikator untuk memprediksi perilaku. Kebersyukuran memiliki korelasi terhadap intensi melakukan perselingkuhan. Penelitian yang dilakukan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan intensi perselingkuhan dan uji beda untuk mengetahui perbedaan intensitas berselingkuh pada pria dan wanita. Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi diperoleh nilai sebesar  $-0,134$  dengan  $\text{sig.} = 0,007$  ( $p < 0,05$ ). Uji komparatif terhadap pria dan wanita tentang intensi berselingkuh menunjukkan ada perbedaan intensi berselingkuh antara pria dengan wanita dan dari kedua kelompok tersebut, intensi berselingkuh pria cenderung lebih tinggi dibanding wanita. Dengan demikian, diharapkan para pasangan dapat meningkatkan kebersyukurannya agar relasi dengan pasangan semakin baik dan kecenderungan berselingkuhnya rendah.

**Kata kunci:** perselingkuhan, kebersyukuran, dewasa madya

### Abstract

*Infidelity is one of the strongest causes of divorce. Intention is a motivational factor that has a major effect on behaviour and can be used as an indicator to predict behaviour. Gratitude has a correlation with the intention to commit infidelity. The research conducted used a type of quantitative research with a correlational design to determine the relationship between gratitude and the intention of infidelity and a t-test to determine the difference in the intensity of cheating on men and women. Based on the results of the correlation test calculation, the value is  $-0.134$  with  $\text{sig.} = 0,007$  ( $p < 0,05$ ). The comparative test of men and women about the intention of having an affair shows that there is a difference in the intention of having an affair between men and women and of the two groups, men's intention of having an affair tends to be higher than women. Thus, it is hoped that couples can increase their gratitude so that the relationship with their partner is getting better and the tendency to have an affair is low.*

**Keywords:** infidelity, gratitude, middle adulthood

### Info Artikel

Diterima Juni 2024, disetujui November 2024, diterbitkan April 2025

Dipublikasikan Oleh: Program Studi Bimbingan dan Konseling  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas PGRI Yogyakarta



## PENDAHULUAN

Perselingkuhan merupakan salah satu penyebab atau prediktor terjadinya perceraian. Hal ini juga diperkuat dari penelitian Hawkins, dkk (2012) yang menunjukkan hasil bahwa perselingkuhan merupakan salah satu penyebab terjadinya perceraian. Perselingkuhan didefinisikan sebagai perilaku seksual atau emosional di luar relasi utama (pernikahan), atau pelanggaran terhadap kepercayaan dan pernikahan (De Steno et al, 2019)

Berdasarkan data dari pengadilan Agama (PA) Kabupaten Bojonegoro mendapatkan sekitar 568 kasus perceraian, adapun 48% kasus merupakan perceraian yang disebabkan karena perselingkuhan yang dilakukan di media sosial. Usman, Humas Pengadilan Kota Bekasi dilansir dari Merdeka.com (2023) juga menyatakan bahwa kasus perselingkuhan masih meningkat hingga awal Januari 2023 dan telah meningkat dari 2022 lalu yang mana sebanyak 5.291 pasangan di Bekasi bercerai karena perselingkuhan.

Kasus perselingkuhan rata-rata dilakukan pada rentang usia di atas 40 tahun, hal tersebut juga antara lain dipengaruhi oleh kematangan individu di usia tersebut. Menurut Hurlock (2011) individu yang berada pada usia dewasa madya memiliki rentang usia 40-60 tahun, juga ditandai dengan menurunnya kemampuan fisik dan semakin besarnya tanggung jawab yang mereka miliki.

Penelitian Yu and Luo (2022) yang menyelidiki fenomena perselingkuhan seksual dalam hubungan pernikahan di China menunjukkan bahwa pada tahun 2020, tingkat perselingkuhan seksual dalam pernikahan di China telah meningkat menjadi 26% dari seluruh responden yang menikah, dengan perbedaan lebih tinggi pada pria yang menikah daripada pada wanita. Perselingkuhan dapat terjadi baik pada pria maupun wanita. (Mark et al, 2011).

Intensi merupakan faktor motivasional yang berpengaruh besar terhadap perilaku, sehingga intensi dapat digunakan sebagai indikator untuk memprediksi perilaku (Fisbein & Ajzen, 2010). Perselingkuhan sendiri digambarkan sebagai segala jenis rahasia emosional, seksual atau perilaku romantis yang melanggar eksklusivitas yang dimiliki hubungan romantis. (Rokach & Chan, 2023). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa intensi berselingkuh merupakan kemungkinan atau kecenderungan seseorang untuk melakukan perilaku selingkuh dengan orang lain selain pasangannya apabila terdapat kesempatan untuk melakukannya. Intensi berselingkuh menjadi sebuah prediksi untuk melihat seseorang berpotensi untuk berselingkuh atau tidak.

Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya perselingkuhan. Dari beberapa sumber dapat dikategorikan penyebab terjadinya perselingkuhan karena konflik yang berkelanjutan dan tidak terselesaikan (Hawkins et al, 2012; Karimi et al, 2019). Penelitian Nafisa dan Ratnasari (2022) juga menemukan bahwa kebersyukuran memiliki korelasi terhadap intensi melakukan perselingkuhan. Dijelaskan lebih lanjut oleh Kubacka et al (2011) bahwa individu yang bersyukur lebih bisa berkomitmen dibandingkan dengan individu yang tidak bersyukur, dalam hal ini tentunya diprediksi lebih berkomitmen pula terhadap pernikahan. Rasa syukur adalah tindakan mengenali dan mengakui hal-hal baik yang terjadi, sehingga menimbulkan keadaan penghargaan (Sansone & Sansone, 2010).

Rasa syukur dapat membantu membangun dan memelihara hubungan dengan orang lain, menghasilkan harapan, kepuasan hidup, dan perilaku yang lebih proaktif terhadap orang lain (Passmore & Oades, 2016). Kebersyukuran digambarkan sebagai pengalaman seseorang ketika menerima sesuatu yang berharga dan merupakan ungkapan perasaan seseorang yang menerima perlakuan baik dari orang lain. Dengan demikian ketika seseorang bersyukur, maka dia cenderung akan merasakan kepuasan termasuk dalam



pernikahan, seperti penelitian yang dilakukan Satriadi et al (2022). Ketika mereka merasakan kepuasan, maka, intensitas perselingkuhannya juga cenderung rendah (Campbell 2010). Penelitian Purnawan dan Kusumiati (2024) juga menemukan hasil yang sejalan. Dengan demikian kebersyukuran diasumsikan akan membuat individu cenderung fokus untuk melihat hal-hal yang positif termasuk dalam relasi dengan pasangannya dan melakukan hal-hal positif pula, dengan demikian, kecenderungannya untuk melakukan perselingkuhan cenderung rendah.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dan dijelaskan sebelumnya, nampak bahwa penelitian hubungan antara kebersyukuran dan intensi perselingkuhan ini belum banyak dibahas apalagi fokus pada individu di usia dewasa madya di mana pada usia ini mereka cenderung lebih mapan dalam karir dan rumah tangganya. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumbangsih baru bagi kajian ilmu psikologi khususnya dalam bidang psikologi keluarga. Adapun yang menjadi rumusan masalah dalam peneliti ini adalah apakah terdapat hubungan antara kebersyukuran dengan intensi berselingkuh di usia dewasa madya. Hipotesis yang diajukan adalah ada hubungan negatif antara kebersyukuran dengan kecenderungan berselingkuh pada individu dewasa madya

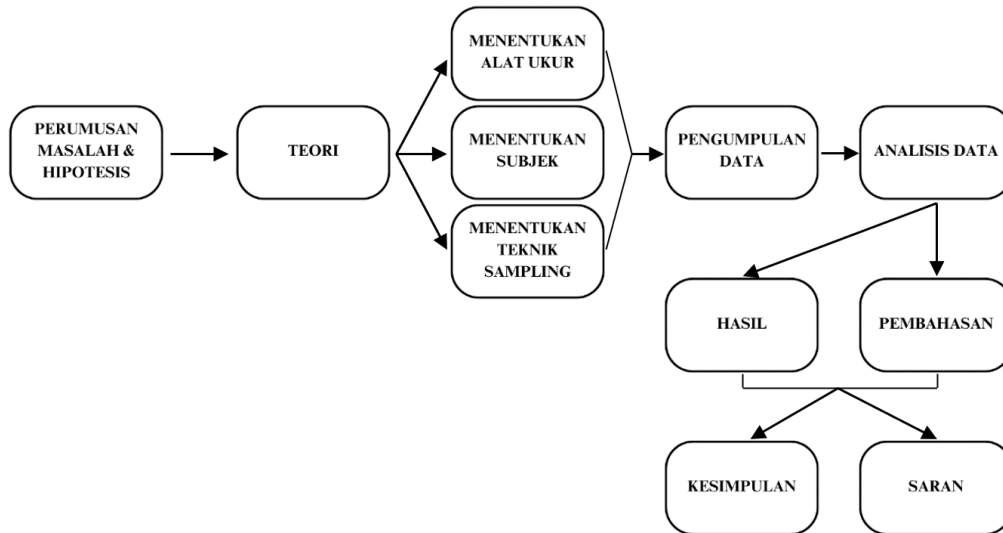
## **METODE PENELITIAN**

Penelitian yang dilakukan menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain korelasional untuk mengetahui hubungan antara kebersyukuran dengan intensi perselingkuhan dan uji beda untuk mengetahui perbedaan intensitas berselingkuh pada pria dan wanita. Skala bersyukur yang digunakan menggunakan skala yang dikembangkan dari teori Fitzgerald dan Watkins, dkk (dalam Nafisa dan Ratnasari 2022) untuk mengukur kebersyukuran. Skala intensi berselingkuh diukur dengan menggunakan *Intention Towards Infidelity Scale* atau *ITIS* oleh Jones et al (2011)

Sampel dari penelitian ini adalah 405 orang yang diperoleh melalui *snowball sampling tehcnique*. Adapun karakteristik partisipan ini adalah dewasa madya (40-60 tahun) dan sedang menjalin ikatan perkawinan. Data yang didapat selanjutnya diolah menggunakan korelasi *product moment* untuk mengukur hubungan antara kebersyukuran dengan intensi berselingkuh pada dewasa madya dan uji t untuk mengukur perbedaan intensi berselingkuh pada pria dan wanita. Langkah-langkah dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam grafik berikut ini,



Grafik 1.  
 Rancangan Penelitian



**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Uji Normalitas**

Pengujian uji normalitas dalam penelitian ini dilakukan dengan melihat hasil uji Kolmogrov-Smirnov. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 3.1 di bawah ini:

**One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		y	x
N		405	405
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	16.01	32.86
	Std. Deviation	5.241	4.153
Most Extreme Differences	Absolute	.131	.225
	Positive	.131	.225
	Negative	-.118	-.163
Kolmogorov-Smirnov Z		2.633	4.530
Asymp. Sig. (2-tailed)		.000	.000

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

**Gambar 1.** Hasil Uji Kolmogrov-Smirnov

Berdasarkan pengujian yang dilakukan terhadap variabel kebersyukuran dan intensi perselingkuhan, variabel intensi perselingkuhan memiliki nilai K-S-Z sebesar 2,633 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ). Variabel kebersyukuran memiliki nilai K-S-Z sebesar 4,530 dengan *probabilitas* (p) atau signifikansi sebesar 0,000 ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan kedua variabel berdistribusi normal.



### Uji Linearitas

Berdasarkan hasil uji linieritas, diperoleh nilai  $F_{hitung}$  sebesar 7,381 dengan signifikansi sebesar 0,007 ( $p < 0,05$ ) yang menunjukkan bahwa hubungan intensi perselingkuhan dan kebersyukuran adalah linier.

**ANOVA Table**

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
y * x	Between Groups	(Combined)	753.355	21	35.874	1.328	.152
		Linearity	199.319	1	199.319	7.381	.007
		Deviation from Linearity	554.036	20	27.702	1.026	.430
Within Groups			10342.606	383	27.004		
Total			11095.960	404			

**Gambar 2.** Hasil Uji Linearitas

### Hasil Uji Hipotesis

Berdasarkan hasil perhitungan uji korelasi diperoleh nilai *Pearson correlation* sebesar -0,134 dengan sig. = 0,007 ( $p < 0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negative yang signifikan antara kebersyukuran dengan intensi berselingkuh.

**Correlations**

		Intensi_Perse lingkuhan	Kebersukuran
Intensi_Perselingkuhan	Pearson Correlation	1	-.134**
	Sig. (2-tailed)		.007
	N	405	405
Kebersukuran	Pearson Correlation	-.134**	1
	Sig. (2-tailed)	.007	
	N	405	405

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

**Gambar 3.** Hasil Uji Hipotesis

### Uji Komparatif Intensitas Perselingkuhan

Dari uji komparasi, ditemukan ada perbedaan intensitas berselingkuh antara laki-laki dan perempuan, pada laki-laki insitas berselingkuhnya cenderung lebih tinggi.

**Group Statistics**

Jenis Kelamin		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Intensi_Berselingkuh	Laki-laki	161	16.53	5.563	.438
	Perempuan	244	15.66	4.998	.320

**Gambar 4.** Hasil Uji Komparatif Intensitas Perselingkuhan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada korelasi negatif antara kebersyukuran dengan intensitas berselingkuh. Dalam penelitian ini, ditemukan tingkat kebersyukuran responden rata-rata berada pada kategori tinggi dan intensitas berselingkuhnya rata-rata rendah. Hal ini sejalan dengan temuan penelitian Nafisa dan Ratnasari (2022) yang



menunjukkan ada korelasi negatif antara kebersyukuran dengan intensi berselingkuh. Semakin tinggi kebersyukuran individu maka intensitas berselingkuhnya semakin rendah, demikian sebaliknya.

Kebersyukuran diindikasikan sebagai sesuatu yang menyenangkan dan dihubungkan dengan emosi positif seperti kepuasan, kebanggaan, harapan dan juga kebahagiaan. Hal ini juga dibuktikan dengan penelitian Satriadi et al (2022) bahwa ada korelasi positif antara kebersyukuran dengan kepuasan pernikahan. Alleman & Hill (2010) menyatakan bahwa individu yang bersyukur menunjukkan suatu respon terima kasih dan sukacita terhadap sesuatu yang diterimanya. Dalam kaitannya dengan respon positif, bersyukur menunjukkan rasa puas atau kepuasan dan dalam penelitian terkait dengan intensitas berselingkuh, kepuasan pernikahan juga berkorelasi negatif dengan intensi berselingkuh. Menurunnya kepuasan pernikahan terkait dengan meningkatnya intensi perselingkuhan (Campbell 2010).

Dari aspek-aspek kebersyukuran yang diungkap dalam penelitian ini, kebersyukuran ditunjukkan dengan adanya apresiasi terhadap orang lain, perasaan positif terhadap situasi yang dihadapi serta kecenderungan untuk bertindak positif ekspresi dari perasaan positif dan apresiasi. Hal-hal tersebut membuat individu menjadi lebih menyadari kebaikan yang diterima atau dirasakan, sehingga hal tersebut juga akan membuat relasinya lebih baik dan *secure attachmennya* juga meningkat. Ketika kondisi tersebut terjadi, ia akan lebih mudah berada dalam relasi yang cenderung monogami dan menghindari perselingkuhan (Fye & Mims, 2019).

Tingginya tingkat kebersyukuran pada Subjek penelitian menunjukkan juga bahwa kecenderungannya untuk bertindak positif juga tinggi, dalam hal ini, intensi berselingkuhnya cenderung rendah. Ditegaskan juga dalam penelitian Kubacka et al (2011) bahwa individu yang bersyukur lebih bisa berkomitmen dibandingkan dengan individu yang tidak bersyukur. Selain komitmen, kebersyukuranpun juga berkontribusi dalam memelihara dan menjaga relasi romantis termasuk di dalamnya relasi pernikahan. (Gordon et al., 2011) Pada individu yang semakin bersyukur ternyata juga menjadi lebih memiliki *self control* yang baik (DeSteno et al., 2019), dimana hal ini juga membuatnya lebih bisa mengontrol perilakunya termasuk kecenderungan berselingkuh juga cenderung menjadi lebih rendah. Dengan demikian, individu yang bersyukur cenderung intensitas berselingkuhnya rendah karena mereka fokus pada terhadap pasangan dan menjaga relasi yang dimiliki (Zhang et al, 2020).

Uji komparatif terhadap pria dan wanita tentang intensi berselingkuh menunjukkan ada perbedaan intensi berselingkuh antara pria dan wanita dan dari kedua kelompok tersebut, intensi berselingkuh pada pria cenderung lebih tinggi dibandingkan pada wanita. Hal ini senada dengan penelitian sebelumnya yang cenderung menunjukkan hasil ada perbedaan intensi berselingkuh antara pria dan wanita (Abdolmaleki et al. 2016). Ia juga menjelaskan bahwa hasrat seksual pria yang cenderung tinggi membuatnya lebih permisif dengan relasi seksual di luar pernikahan.

## KESIMPULAN

Ada korelasi negatif antara kebersyukuran dengan intensitas berselingkuh pada individu dewasa madya. Rata-rata tingkat kebersyukuran berada pada kategori tinggi dan rata-rata intensi berselingkuhnya rendah. Ada perbedaan intensi berselingkuh antara pria dan wanita, pria cenderung lebih tinggi intensi berselingkuhnya dibanding wanita. Implikasinya, pasangan suami istri perlu meningkatkan kebersyukuran dengan berfokus



pada kebaikan pasangan dan mengusahakan pengalaman bersama yang dapat meningkatkan perasaan positif sehingga rasa bersyukurnya juga meningkat.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Abdolmaleki, M., Azadeh, A, M., Ghazinezhad, M. (2015) The Relationship of Global Media, Modern Reflexivity and Tendency to Extramarital Relationship among Married Couples of Qorveh City. *Journal of Family Research*, 11[3], 309 -323, 2016
- Alleman, M & Hill, P. (2014). Gratitude from early adulthood to old age. *Journal of Personality*, 84 (1), hlm. 21- 35
- DeSteno, D., Duong, F., Lim, D., & Kates, S. (2019). The grateful don't cheat: Gratitude as a fount of virtue, *APS: Association for Psychological Science*, 30(7), 979-988.
- Deviana, R, Yuliadi, Istar., & Agustin, S, S. (2021). Pemaafan pada Perempuan Korban Perselingkuhan dalam Hubungan. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa*, 6(2),104-114.
- Campbell. A.M (2010). How selected personality factors affect the relationships between marital satisfaction, sexual satisfaction and infidelity. *Dissertation Abstracts International: Section B : The Sciences and Engineering*.
- DeSteno., David., Duong, F., Lim, D, and Kates, S. (2019) "The Grateful Don't Cheat: Gratitude as a Fount of Virtue." *Psychological Science* 30, no. 7 979–88, July 2019: <https://doi.org/10.1177/0956797619848351>
- Fishbein, M, & Ajzen, I. (2010). *Belief, Attitude, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research*, Reading, MA: Addison-Wesley.
- Fye, M. A., & Mims, G. A. (2019) Preventing Infidelity: A Theory of Protective Factors. *The Family Journal*, 27(1), p. 22–30, 2019. <https://doi.org/10.1177/1066480718809428>
- Gordon., Cameron L., Robyn A.M. Arnette and Rachel E. Smith. (2011) "Have you thanked your spouse today? : Felt and expressed gratitude among married couples." *Personality and Individual Differences* 50 (2011): 339-343
- Hawkins, A.J, Willoughby, B.J & Doherty W.J (2012).Reasons for Divorce and Openness to Marital Reconciliation. *Journal of Divorce and Remarriage*, 53 (6),453-463, <http://doi.org/10.1080/10502556.2012.682898>
- Hendra, B. B., & Kusumiati, R. Y. (2020). Hubungan kesepian dan kecenderungan berselingkuh pada wanita yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh. *Psikologi Konseling : Jurnal Kajian Psikologi Dan Konseling*. <https://doi.org/10.24114/konseling.v16i1.19140>.
- Hurlock, E. (2011). *Psikologi perkembangan suatu kehidupan sepanjang rentang kehidupan (Edisi Kelima)*. Jakarta: Penerbit Erlangga
- Jones, D.N, S.G Olderbak, & A.J. Ueredo. (2011) The Intentions Towards Infidelity Scale. *Handbook of Sexuality-Related Measures*.
- Karimi, R., Bakhtiyari, M., & Masjedi, A. (2019). Protective factors of marital stability in long-term marriage globally: a systematic review. *Epidemiology and health*, 41, e2019023. <https://doi.org/10.4178/epih.e2019023>
- Kubacka, K. E., Finkenauer, C., Rusbult, C. E., & Keijsers, L. (2011) Maintaining close relationships: Gratitude as motivator and a detector of maintenance behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(10), 1362,
- Luo, W., & Yu, J (2022). Sexual infidelity among the married in China. *Chinese Journal of Sociology*, 8(3), 374-397



- Mark, K. P., Janssen, E., & Milhausen, R. R. (2011). Infidelity in heterosexual couples: Demographic, interpersonal, and personality-related predictors of extradyadic sex. *Archives of Sexual Behavior*, 40, 971–982. <https://doi.org/10.1007/s10508-011-9771z>
- Nafisa, H., & Ratnasari, Y. (2022). Prediction of Attitudes Towards Infidelity among Married Individuals Based on Marital Satisfaction and Grateful Disposition. *Proceedings of the 3rd Tarumanagara International Conference on the Applications of Social Sciences and Humanities (TICASH 2021)*, 655, 1593–1599.
- Novianty, S., & Aditya, Y. (2013). The contribution of gratitude to marital satisfaction. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 1(2), 177–188. <https://doi.org/10.24854/jpu10>.
- Passmore, J., & Oades, LG (2016). Teknik psikologi positif: rasa syukur. *Psikolog Coaching*, 12 (1). 34-35.
- Purnawan, P.O., & Kusumiati, R.Y. (2024). Hubungan Antara Kepuasan Pernikahan Dengan Intensi Berselingkuh Pada Pasangan Yang Menjalani Long Distance Relationship (LDR). *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 8 (3). Agustus 2024. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i3.6084>
- Rokach, A & Chan, S.H (2023). Love and Infidelity: Causes and Consequences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 20(5). <https://doi.org/10.3390/ijerph20053904>
- Sansone, RA, & Sansone, LA (2010). Rasa syukur dan kesejahteraan: manfaat dari apresiasi. *Psikiatri (Edgmont)*, 7(11), 18.
- Satriadi, H & Safitri (2022). Hubungan Antara Kebersyukuran dan Kepuasan Pernikahan pada Dewasa Awal. *COMSERVA. Jurnal Penelitian dan Pengabdian Masyarakat* 2(5) : 297-307. September 2022. 2(5): 297-307. <https://doi.org/10.59141/comserva.v2i5.323>
- Zhang, Y., Chen, Z, J & Ni, S. (2020) The security of being grateful: Gratitude promotes risk aversion in decision-making, *The Journal of Positive Psychology*, 15:3, 285-291, 2020. DOI: 10.1080/17439760.2019.1610483

