P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3

Mengapa Mereka Berselingkuh? Eksplorasi Motif Perselingkuhan pada Laki-Laki dan Perempuan

[1]Rini, [2]Mori Vurqaniati
[1]Psikologi, Universitas Persada Indonesia YAI, Jakarta
[2]Psikologi, Universitas Persada Indonesia YAI, Jakarta

E-mail: [1]Rini@upi-yai.ac.id, [2]mori.vurqaniati@upi-yai.ac.id

ABSTRAK

Perselingkuhan dapat mengikis kepercayaan serta kestabilan relasi, dengan latar belakang yang tidak selalu sama pada laki-laki dan perempuan. Penelitian ini mengkaji motif yang mendorong perselingkuhan dan menelaah persamaan maupun perbedaannya menurut gender. Pendekatan yang digunakan ialah kualitatif komparatif, dengan data diperoleh melalui wawancara mendalam. Partisipan terdiri atas 20 orang, yaitu 10 laki-laki dan 10 perempuan berusia minimal 25 tahun yang pernah atau sedang berselingkuh. Partisipan dipilih dengan purposive sampling. Hasil penelitian memperlihatkan adanya motif yang sama pada kedua kelompok, yakni ketidakpuasan dalam hubungan, kebutuhan pribadi yang belum terpenuhi, serta rasa nyaman dan kedekatan dengan pihak ketiga. Pada laki-laki, motif yang terungkap mencakup ketidakpuasan seksual, pencarian variasi seksual, ketidakpuasan relasi, kebutuhan akan pengakuan, validasi diri dan ego, serta kesempatan dan impulsivitas. Pada perempuan, motifnya meliputi berkurangnya kedekatan emosional, ketidakpuasan hubungan, kebutuhan emosional yang belum terpenuhi, ketertarikan kepada pihak ketiga, dan keinginan untuk memperoleh penghargaan. Temuan ini menunjukkan perbedaan penekanan motif pada ranah seksual, emosional, relasional, dan personal.

Kata kunci : ***Perselingkuhan, Motif Perselingkuhan, Gender***

ABSTRACT

Infidelity can weaken trust and stability within a relationship, and its underlying reasons may differ between men and women. This study examines motives associated with infidelity and compares their similarities and differences by gender. A comparative qualitative approach was adopted, with data collected through in-depth interviews. The participants were 20 individuals—10 men and 10 women—aged at least 25 who had engaged in infidelity or were currently doing so. Purposive sampling was used to recruit participants. The findings indicate shared motives across both groups: dissatisfaction with the relationship, unmet personal needs, and comfort and closeness with a third party. Men described sexual dissatisfaction, a desire for sexual variety, relationship dissatisfaction, a need for recognition, self-validation and ego, as well as opportunity and impulsivity. Women described reduced emotional closeness, relationship dissatisfaction, unmet emotional needs, attraction to a third party, and a desire to feel appreciated. Overall, the findings suggest that the emphasis placed on infidelity motives varies across sexual, emotional, relational, and personal dimensions.

Keyword : ***Infidelity, Infidelity Motives, Gender***

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

1. PENDAHULUAN

Data JustDating yang dikutip oleh Valencia menempatkan Indonesia pada urutan kedua di Asia Tenggara dalam kasus perselingkuhan, dengan persentase 40%. Berdasarkan kelompok umur, proporsi terbesar berasal dari individu berusia 30–39 tahun (32%), kemudian usia 19–29 tahun (28%), dan usia 40–49 tahun (24%) (Valencia, 2023, dalam Yulita & Panan, 2024).

Besarnya angka tersebut menandakan bahwa perselingkuhan merupakan persoalan yang perlu dicermati. Perilaku ini dapat mengurangi kepercayaan, merusak keharmonisan, dan mengancam keberlanjutan relasi, termasuk hubungan perkawinan.

Perselingkuhan terjadi ketika seseorang menjalin relasi romantis dengan individu di luar pasangan yang sedang dijalaninya. Relasi semacam ini tidak selalu melibatkan aktivitas seksual; bentuknya juga dapat berupa keterikatan emosional, komunikasi yang intens, atau hubungan romantis.

Ramadhani dkk (2026) menguraikan bahwa perselingkuhan berkaitan dengan perpaduan aspek internal individu dan pengaruh dari luar. Aspek internal mencakup pola kelekatan yang tidak aman, karakteristik kepribadian tertentu, kepuasan perkawinan yang rendah, serta ketidakpuasan emosional dan seksual. Dari sisi eksternal, faktor yang berperan antara lain akses terhadap partner perselingkuhan melalui media sosial atau aplikasi kencan, interaksi intens dengan lawan jenis di tempat kerja, pengaruh lingkungan pergaulan, dan kemudahan komunikasi digital yang memungkinkan relasi dirahasiakan. Dengan demikian, perselingkuhan dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara kerentanan pribadi dan peluang yang muncul dari lingkungan, bukan sebagai akibat satu penyebab tunggal.

Beragam kondisi dapat berkaitan dengan terjadinya perselingkuhan, termasuk kebutuhan emosional atau seksual yang tidak terpenuhi, persoalan dalam perkawinan, karakteristik kepribadian, dinamika psikologis, dan ketertarikan pada individu lain.

Laki-laki dan perempuan sama-sama mungkin terlibat dalam perselingkuhan, tetapi alasan yang mendasarinya belum tentu memiliki penekanan serupa. Aspek seksual, emosional, kualitas relasi, kesempatan, karakter personal, dan lingkungan sosial dapat berperan dengan bobot berbeda. Pada laki-laki, perselingkuhan kerap dikaitkan dengan keinginan mencoba pengalaman seksual yang beragam, memanfaatkan peluang, serta menikmati perhatian atau godaan dari orang lain. Pada perempuan, motif yang sering dibahas mencakup kesepian, kebutuhan akan kasih sayang dan perhatian, keinginan untuk memperoleh kedekatan emosional, serta peningkatan rasa percaya diri. Namun, sebagian perempuan juga menyampaikan keinginan untuk mengalami variasi seksual (Staheli, 1997).

Sejumlah penelitian telah mengkaji berbagai faktor yang berhubungan dengan perselingkuhan. Meski demikian, kajian terdahulu cenderung menyoroti penyebab secara umum atau dampaknya terhadap perkawinan. Penjelasan mengenai motif yang mendorong seseorang memutuskan untuk berselingkuh, terutama melalui perbandingan pengalaman laki-laki dan perempuan, masih perlu dikembangkan.

Dengan mempertimbangkan uraian di atas, penelitian ini berupaya menggali motif yang melatarbelakangi perselingkuhan pada laki-laki dan perempuan serta mengidentifikasi aspek yang sama dan berbeda berdasarkan gender.

2. LANDASAN TEORI

a. Definisi Perselingkuhan

Kamus Besar Bahasa Indonesia mendefiniskan selingkuh sebagai perilaku

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3

menyembunyikan sesuatu untuk kepentingan pribadi, yang berkaitan dengan sikap tidak terbuka, tidak jujur, dan tidak adil (KBBI, 2024).

Perselingkuhan dapat dipandang sebagai hubungan personal yang berlangsung di luar atau dalam konteks perkawinan dan melibatkan setidaknya dua orang. Dalam hubungan tersebut, salah satu pihak saja atau kedua pihak dapat berstatus menikah (Waruwu & Wiryadinata, dalam Lase et al., 2021).

b. Faktor yang Mempengaruhi Perselingkuhan

Temuan Nugraha dan Barinong (2020) menunjukkan bahwa perselingkuhan dapat dipengaruhi oleh faktor yang berasal dari dalam hubungan perkawinan maupun dari lingkungan di luarnya.

Faktor dari dalam hubungan mencakup konflik perkawinan yang tidak terselesaikan, rasa kecewa terhadap pasangan, komunikasi yang kurang efektif, ketidakpuasan seksual, persoalan keuangan, serta lemahnya pertimbangan moral.

Faktor dari luar hubungan antara lain peluang menjalin kedekatan dengan orang lain, lingkungan pergaulan yang memberi ruang bagi perselingkuhan, interaksi dengan lawan jenis di tempat kerja, penggunaan media sosial, pertemuan dengan mantan pasangan dalam reuni, dan jarak dengan pasangan karena pekerjaan.

Di samping itu, perselingkuhan berhubungan dengan kondisi relasi dan ciri individu. Faktor yang mungkin terlibat meliputi masalah perkawinan, ketidakpuasan emosional maupun seksual, lamanya pernikahan, keberadaan anak, tujuan perselingkuhan, dinamika psikologis, kepribadian, sikap terhadap seksualitas (sexual attitude), serta keberadaan pasangan idaman lain (PIL). Gender, usia, pendidikan, pekerjaan, keadaan ekonomi, pandangan agama, budaya, dan faktor lain juga dapat memengaruhi atau memoderasi terjadinya perselingkuhan (Syamsuri & Yitnamurti, 2017).

c. Faktor Perselingkuhan Berdasarkan Perbedaan Gender

Staheli (1997) menguraikan sejumlah perbedaan alasan perselingkuhan pada laki-laki dan perempuan sebagai berikut.

Pada laki-laki, motif perselingkuhan dapat mencakup keinginan mencoba variasi seksual, memperluas pengalaman maupun frekuensi hubungan seksual, dan memanfaatkan kesempatan untuk menjalin relasi dengan orang lain. Sebagian laki-laki juga menyebut perhatian dan godaan dari pihak lain sebagai sesuatu yang menyenangkan, serta tertarik pada pengalaman romantis yang menyertainya. Keterbatasan interaksi dengan istri—misalnya karena istri sering berada di luar rumah, bekerja hingga larut, atau adanya keadaan yang menghambat aktivitas seksual—juga disebut sebagai alasan yang berkaitan dengan perselingkuhan.

Pada perempuan, perselingkuhan kerap dihubungkan dengan kebutuhan emosional, seperti kesepian dalam hubungan dengan suami, keinginan memperoleh kasih sayang dan kedekatan, serta kebutuhan akan perhatian dan penghargaan. Sejumlah perempuan juga menyampaikan bahwa perhatian terhadap penampilan, kecantikan, kondisi tubuh, dan kemampuan diri dapat meningkatkan kepercayaan diri. Pengalaman bersama pasangan selingkuh dapat membuat mereka merasa lebih muda, menarik, dan bebas. Meski demikian, keinginan mendapatkan pengalaman seksual yang lebih beragam juga muncul sebagai salah satu alasan pada sebagian perempuan.

Dalam sampel yang mereka teliti, Barta dan Kiene (2005) menemukan bahwa motif seksual lebih menonjol pada laki-laki, sedangkan ketidakpuasan lebih berkaitan dengan perempuan. Penelitian tersebut juga mencatat motif pengabaian dan kemarahan yang berhubungan dengan karakteristik kepribadian tertentu.

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

3. METODOLOGI

Penelitian ini menerapkan desain kualitatif komparatif. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam untuk menggali motif perselingkuhan dan membandingkan pengalaman partisipan.

Partisipan penelitian berjumlah 20 orang, terdiri atas 10 laki-laki dan 10 perempuan. Mereka dipilih dengan teknik purposive sampling (Sugiyono, 2023) berdasarkan kriteria berikut:

1. Berusia minimal 25 tahun
2. Pernah atau sedang menjalani pernikahan minimal 1 tahun.
3. Pernah melakukan perselingkuhan selama menjalani hubungan tersebut**.**
4. Perselingkuhan dapat berupa emosional, seksual, atau kombinasi keduanya

Tabel 1 Data Subjek Penelitian

Kode Subjek	Jenis Kelamin	Usia	Lama Pernikahan
S1	Laki-laki	35	8 tahun
S2	Laki-laki	27	2 tahun
S3	Laki-laki	45	10 tahun
S4	Laki-laki	28	5 tahun
S5	Laki-laki	33	3 tahun
S6	Laki-laki	37	8 tahun
S7	Laki-laki	41	15 tahun
S8	Laki-laki	50	20 tahun
S9	Laki-laki	38	5 tahun
S10	Laki-laki	25	2 tahun
S11	Perempuan	33	8 tahun
S12	Perempuan	43	10 tahun
S13	Perempuan	45	18 tahun
S14	Perempuan	26	4 tahun
S15	Perempuan	37	5 tahun
S16	Perempuan	29	4 tahun
S17	Perempuan	33	8 tahun
S18	Perempuan	51	30 tahun
S19	Perempuan	38	15 tahun
S20	Perempuan	30	5 tahun

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Wawancara dengan 20 partisipan—10 laki-laki dan 10 perempuan yang pernah atau sedang berselingkuh—menghasilkan sejumlah tema yang diuraikan berikut ini:

a. Motif Laki-laki Berselingkuh

Analisis wawancara terhadap 10 partisipan laki-laki menghasilkan tema-tema berikut:

1) Kepuasan seksual

Bagi sebagian laki-laki, pengalaman seksual yang dirasakan kurang memuaskan bersama pasangan dapat menimbulkan dorongan untuk mencari pemenuhan kebutuhan tersebut di luar hubungan.

"Awalnya sebenarnya nggak ada niat untuk selingkuh. Tapi, dalam hubungan sama istri, hubungan seksual kami sudah jarang. Saya merasa kebutuhan saya kurang terpenuhi, sementara saya juga merasa masih membutuhkan hal itu." (S5, 33 tahun).

Keinginan untuk mencoba pengalaman seksual yang berbeda dari kebiasaan dalam hubungan dengan istri juga muncul dalam wawancara. Ketika variasi yang diinginkan tidak terwujud, sebagian individu dapat terdorong untuk mencarinya melalui relasi dengan orang lain.

"*Isteri gak mau diajak variasi seks, gaya-gaya yang beda, dia bilang takut dosa, gak pantaslah, merasa saya melecehkan dialah. Padahal saya pengen banget ngelakuin* (berhubungan seksual) *pake gaya itu. Jadi saya bosen*." (S9, 38 tahun).

2) Ketidakpuasan Hubungan

Pada bagian ini, ketidakpuasan terhadap hubungan dibahas melalui tiga tema: konflik, kebutuhan pribadi yang tidak terpenuhi, dan kejenuhan.

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3

Ketidakpuasan Karena Konflik

Konflik yang berulang, baik berupa pertengkaran maupun kekerasan, dapat membuat seseorang merasa tidak aman dan tidak nyaman bersama pasangan. Keadaan tersebut berpotensi menurunkan kepuasan terhadap hubungan yang dijalani.

"Sebenarnya hubungan aku sama isteri udah sering bermasalah. Hal-hal kecil bisa jadi bertengkar besar. Lama-lama aku merasa capek karena setiap kali coba ngomongin masalah, ujung-ujungnya malah berantem lagi. Aku jadi malas pulang ke rumah karena takut ada masalah lagi." (S1, 35 tahun)

Ketika hubungan utama dipenuhi pertengkaran berulang, kehadiran orang lain yang dirasakan lebih menenangkan dapat menjadi daya tarik. Percakapan yang lebih nyaman dan minim konflik dengan pihak ketiga bisa memperkuat ketidakpuasan terhadap hubungan yang sedang dijalani.

"...terus, waktu aku dekat dengan perempuan lain, aku ngerasa bisa ngobrol dengan lebih santai tanpa harus berdebat." (S1, 35 tahun)

Ketidakpuasan Karena Kebutuhan Pribadi Tidak Terpenuhi

Merasa didengarkan, mendapatkan tanggapan atas kebutuhan pribadi, dan memperoleh penghargaan atas pendapat merupakan hal yang dapat mendukung kepuasan dalam hubungan. Jika aspek-aspek tersebut tidak terpenuhi, seseorang mungkin mulai memandang hubungannya secara negatif.

"Saya merasa hubungan pernikahan saya sudah nggak nyaman seperti dulu. Saya ngerasa selama ini saya banyak ngalah. Kalau ngambil keputusan, saya sering mengikuti kemauan isteri. Saya juga ngerasa pendapat saya kurang didenger." (S2, 27 tahun).

Ketika kebutuhan yang tidak terpenuhi bersama pasangan justru dipenuhi oleh orang lain, kedekatan dengan pihak ketiga dapat meningkat. Perhatian, kesediaan mendengarkan, dan sikap menghargai dari orang tersebut dapat menimbulkan rasa nyaman dan keterhubungan.

"Iya, saya ngerasa lebih nyaman dengan dia. Awalnya saya cuma ingin punya temen cerita, tetapi akhirnya hubungan itu menjadi lebih dari sekadar teman. Dia ngargain pendapat saya, dia nurut." (S2, 27 tahun).

Ketidakpuasan Karena Kejenuhan

Rasa jenuh dapat muncul ketika relasi terasa berulang, minim pengalaman baru, atau tidak lagi menghadirkan gairah seperti sebelumnya. Kondisi ini dapat menjadi salah satu hal yang berkaitan dengan munculnya perselingkuhan.

"Mungkin karena aku merasa hubungan aku sudah monoton, kak. Setiap hari kegiatannya begitu-begitu saja. Kami jarang melakukan sesuatu yang baru bersama. Rasanya berbeda dengan waktu awal pacaran dulu. Aku merasa bosan, tetapi sebenarnya bukan berarti aku benci isteri aku, ya. Aku cuma menikmati perasaan baru yang aku rasain ketika dekat dengan cewek lain." (S6, 37 tahun)

3) Kebutuhan Akan Pengakuan

Keinginan memperoleh pengakuan dapat berperan ketika laki-laki menikmati perhatian, ketertarikan, atau pujian dari perempuan lain.

"Awalnya karena dia sering memberikan perhatian sama saya. Dia sering menghubungi saya duluan, nanyain kegiatan saya, dan memuji saya. Saya merasa senang karena ada perempuan yang memberikan perhatian seperti itu" (S4, 28 tahun)

Perhatian dari pihak ketiga dapat memperkuat perasaan bahwa dirinya

DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3
P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062

masih menarik dan diinginkan, sehingga individu terdorong untuk menjaga kedekatan tersebut.

"*Saya merasa senang aja. Rasanya seneng ketika ada orang yang perhatiin saya, apalagi kalau dia bilang kangen atau ingin bertemu. Saya jadi menunggu-nunggu pesan dari dia karena saya suka diperlakukan seperti itu. Saya merasa dia ingin saya"* (S10, 25 tahun)

"... sebenernya saya ingin dia tetap memberikan perhatian seperti itu sih. Saya senang kalau dia nunjukin dia suka sama saya dan ingin dekat dengan saya. Awalnya saya hanya senang diperhatikan, tetapi lama-lama hubungannya jadi makin dekat dan kita pacaran." (S4, 28 tahun)

4) Validasi Diri Dan Ego

Motif validasi diri dan ego berkaitan dengan upaya sebagian laki-laki untuk memastikan bahwa mereka masih memiliki daya tarik dan mampu menarik perhatian perempuan lain.

"Awalnya aku penasaran aku masih bisa menarik perhatian perempuan lain gak ya? Aku kan nikah udah lama, jadi aku ingin tahu apa aku masih semenarik dulu. Aku ingin buktiin kalau aku masih menarik dan masih bisa membuat perempuan lain suka. Saat hubungan kami makin dekat, aku merasa pembuktian itu berhasil. Akhirnya aku terus melanjutkan hubungan itu meskipun udah punya bini." (S8, 50 tahun).

Ketertarikan yang diterima dari orang lain dapat menguatkan penilaian positif terhadap diri sendiri, terutama terkait daya tarik dan nilai personal.

"Jadi yang aku rasain, aku ngerasa puas karena ternyata aku masih bisa mendapatkan perhatian perempuan lain. Ada rasa bangga gitu karena aku berhasil membuat dia tertarik. Rasanya seperti aku berhasil ngebuktiin sesuatu gitu." (S8, 50 tahun)

5) Kesempatan Dan Impulsivitas

Kesempatan Situasional

Kesempatan dan keadaan tertentu dapat membuka ruang bagi berkembangnya kedekatan dengan pihak ketiga. Interaksi yang sering, termasuk menghabiskan waktu bersama, dapat meningkatkan kemungkinan hubungan menjadi lebih intim.

"Kami temen kerja. Karena sering mengerjakan tugas bersama, kami jadi sering ngobrol, kadang makan siang bareng juga. Awalnya biasa aja, nggak ada niat untuk menjalin hubungan. Waktu itu kami ada tugas ke luar kota. Kebetulan kami pergi berdua dan setelah pekerjaan selesai, kami masih bareng. Dari situ kami jadi lebih dekat. Kami ngobrol banyak hal, kemudian sampe malam." (S7, 41 tahun)

Kedekatan yang terbentuk melalui interaksi rutin dapat melampaui batas hubungan ketika komitmen dan batas interpersonal tidak dipertahankan.

"...Enggak, saya nggak pernah merencanakan itu sebelumnya. Tapi karena kami sering bersama dan saat itu situasinya memungkinkan, akhirnya jadi lebih jauh. Kalau kami tidak sering bersama atau nggak mengalami situasi seperti itu, mungkin hubungan kami tidak akan sampai sejauh itu."(S7, 41 tahun)

Impulsivitas

Sebagian perselingkuhan berlangsung spontan, tanpa rencana awal untuk membangun hubungan dengan pihak ketiga.

"Waktu itu saya sedang berkumpul dengan beberapa temen, dan cewek itu ada di sana. Kami ngobrol seperti biasa. Setelah temen-temen yang lain pulang, kami masih berdua, lanjut ngobrol. Sampe akhirnya jadi ciuman dan yahhh... having sex. Sejujurnya, waktu itu nggak memikirkan panjang tentang akibatnya. Cuma ngikutin suasana saat itu saja." (S3, 45 tahun)

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3

Tindakan impulsif dapat berkaitan dengan dorongan yang muncul sesaat, ketertarikan dalam situasi tertentu, atau kesempatan yang tidak dipikirkan secara matang.

"... baru setelahnya saya sadar kalo saya sudah melakukan sesuatu yang seharusnya nggak dilakuin. Saat itu saya lebih mengikuti nafsu, emosi. Saya nggak bener-bener memikirkan dampaknya sampai semuanya sudah terjadi." (S3, 45 tahun)

b. Motif Perempuan Berselingkuh

Dari wawancara dengan 10 partisipan perempuan, ditemukan beberapa tema motif perselingkuhan sebagai berikut:

1) Kehilangan Kedekatan

Berkurangnya kedekatan emosional dapat berkaitan dengan perselingkuhan, terutama ketika komunikasi, keintiman, dan kebiasaan berbagi dengan pasangan semakin jarang dilakukan.

"Sebenarnya hubungan kami sudah berubah. Dulu kami sering cerita tentang kegiatan sehari-hari, saling bertanya tentang keadaan masing-masing, dan ngelakukan banyak hal bersama. Tapi lama-lama, kami jadi sibuk sendiri-sendiri. Kalau di rumah, dia sibuk dengan dirinya, saya juga dengan kegiatan saya." (S15, 37 tahun)

"Aku ngerasa seperti punya pasangan, tetapi menjalanin semuanya sendiri. Kita emang masih tinggal bareng dan berkomunikasi, tetapi lebih banyak membicarakan hal-hal praktis aja. Sudah jarang ngobrol dari hati ke hati seperti dulu. Aku ngerasa kehilangan kedekatan yang dulu kami punya." (S17, 33 tahun)

Saat hubungan emosional dengan pasangan melemah, sebagian individu dapat mencari relasi lain yang dirasakan mampu menghadirkan kembali rasa dekat dan keterhubungan.

"Saya kenal dia dari club olahraga bareng. Kami sering ngobrol, dan lama-lama saya mulai cerita tentang kehidupan saya. Dia juga bercerita tentang dia. Saya ngerasa bisa terhubung dengan dia, bisa membicarakan hal-hal yang sudah jarang saya bicarakan dengan suami." (S15, 37 tahun)

"Aku ngerasanya nyaman karena ada orang yang bisa diajak berbicara dan paham apa yang aku rasain. Awalnya aku nggak berniat menjalin hubungan dengan dia. Tapi semakin lama, aku ngerasa dekat secara emosional, sampai ya, kami pacaran." (S17, 33 tahun)

2) Ketidakpuasan Hubungan

Ketidakpuasan relasi dapat muncul ketika konflik terus berulang atau ketika seseorang merasa hubungan yang dijalani tidak lagi memenuhi harapannya.

"Waktu itu hubungan kami emang sedang tidak baik. Kami sering bertengkar, bahkan untuk masalah kecil aja bisa menjadi panjang. Kalau sudah bertengkar, biasanya kami saling menyalahkan dan tidak ada yang mau mengalah." (S13, 45 tahun)

"Saya capek, karena masalah yang sama terus berulang. Saya berharap setiap kali kami ngomongin masalah, ada perubahan. Tapi kenyataannya, setelah beberapa hari baik-baik saja, nanti bertengkar lagi. Saya merasa hubungan ini sudah gak membuat saya bahagia seperti yang saya harapin." (S20, 30 tahun).

Ketidakpuasan dalam hubungan dapat membuat sebagian orang mencari rasa nyaman atau pemenuhan kebutuhan melalui kedekatan dengan pihak lain.

"Saya kenal cowok ini. Kami mulai sering ngobrol, lalu saya pernah cerita tentang masalah hubungan saya. Dari situ kami semakin dekat. Saya merasa nyaman bicara sama dia, apalagi ketika hubungan

saya dengan pasangan sedang bermasalah." (S13, 45 tahun).

"Saya sudah merasa gak bahagia dengan hubungan saya dan merasa masalah saya dan suami gak pernah selesai. Ketika dekat sama selingkuhan saya, saya ngerasa ini hubungannya beda. Akhirnya saya biarin kami dekat selingkuh." (S20, 30 tahun).

3) Kebutuhan Emosional

Kebutuhan emosional dapat dirasakan belum terpenuhi ketika seseorang kurang memperoleh perhatian, pemahaman, atau dukungan dari pasangan.

"Sebenarnya aku sering ngerasa ada yang kurang dalam hubungan kami. Kalau aku sedang punya masalah or sedang sedih, aku harap dia mau mendengarin. Tapi biasanya dia hanya jawab seadanya atau malah sibuk sendiri. Aku nggak selalu membutuhkan solusi. Kadang cuma ingin didengarkan dan ngerasa bahwa tidak menghadapi semuanya sendirian." (S11, 33 tahun)

"Pernah saya sudah bilang kalau saya ingin dia lebih perhatian, terutama ketika saya sedang punya masalah. Tapi menurut saya, dia tidak bisa paham apa yang saya butuhkan. Akhirnya saya lebih sering menyimpan masalah sendiri." (S12, 43 tahun).

Dalam keadaan seperti itu, sebagian individu mungkin beralih mencari perhatian dan dukungan emosional dari orang lain; interaksi tersebut dapat berkembang menjadi kedekatan di luar hubungan utama.

"Suatu kali aku sedang punya masalah dan dia tanya kenapa aku sedih. Aku akhirnya cerita, dan dia denger sampai selesai. Dia juga menanggapi ceritaku dengan serius dan mencoba memahami perasaanku. Aku ngerasa lega karena akhirnya ada orang yang mau denger aku. Setelah itu, aku jadi semakin sering cerita ke dia, nyaman aja." (S11, 33 tahun)

"Saya merasa mendapatkan perhatian dan pengertian yang selama ini saya harapkan dari paksu. Awalnya saya hanya merasa nyaman cerita, tapi lama-lama saya semakin bergantung ngomong sama dia, sampai akhirnya yah jadi lebih dari temen deh." (S12, 43 tahun).

4) Ketertarikan

Pada perempuan, ketertarikan kepada orang lain dapat berkembang dari rasa cocok, nyaman, atau terhubung secara emosional.

"Dia tuh tadinya cuma temen ngobrol. Tapi setelah sering ngobrol aku ngerasa kami punya banyak kesamaan. Kalau ngobrol, rasanya nyambung dan tidak kehabisan bahan pembicaraan. Aku juga tertarik dengan cara dia berpikir dan bagaimana dia melihat sesuatu. Awalnya aku tidak berpikir akan punya hubungan khusus dengannya, tetapi lama-lama aku merasa ada ketertarikan. Sampe akhirnya aku yang nembak dia malah. Saat aku tertarik sama dia, perasaan aku ke suami jadi mati." (S14, 26 tahun)

Jika interaksi semakin dekat dan melewati batas komitmen terhadap pasangan, hubungan tersebut berpotensi berkembang menjadi perselingkuhan emosional ataupun seksual.

"Mbak tahu seharusnya mbak menjaga batas karena udah nikah. Tapi semakin sering ketemu, semakin besar tertarik sama dia. Kayak keren banget ini orang. Mbak ngerasa hubungan ini beda, dan akhirnya makin jauh, makin jauh. Sampai akhirnya melakukan hubungan suami isteri. Sejujurnya susah lepas sama dia." (S18, 51 tahun)

5) Kebutuhan Akan Penghargaan

Keinginan untuk dihargai dan memperoleh kasih sayang juga dapat berkaitan dengan motif perselingkuhan pada perempuan.

P-ISSN : 2597-5064
E-ISSN : 2654-8062
DOI 10.37817/ikraith-humaniora.v10i3

"Aku merasa selama ini aku udah banyak melakukan sesuatu untuk hubungan kami. Aku berusaha mengurus rumah, mendukung kerjaan dia, dan berusaha memahami kesibukan dia. Tapi lama-lama aku ngerasa itu loh, semua seperti dianggap biasa aja. Seolah-olah memang sudah menjadi kewajiban aku dan tidak perlu dihargai." (S16, 29 tahun)

"Aku tuh tidak ngarep harus selalu diberi hadiah atau sesuatu yang mahal. Aku hanya ingin dia ngakuin apa yang udah aku lakukan, mengucapkan terima kasih, atau menunjukkan bahwa keberadaan aku berarti buat dia." (S19, 38 tahun).

Perempuan yang merasa upaya dan keberadaannya kurang dihargai oleh pasangan mungkin berusaha mendapatkan pengakuan tersebut melalui hubungan dengan orang lain. Perhatian dan apresiasi dari pihak ketiga dapat membuat mereka merasa dipandang penting.

"Suatu kali kami ngerjain proyek bareng, dan setelah selesai dia secara khusus nyamperin aku dan bilang terima kasih. Dia bilang pekerjaan aku sangat membantu dan dia menghargai usaha aku. Hal sederhana seperti itu ternyata membuat aku senang…. Dia juga menghargai pendapat dan usaha aku. Aku merasa keberadaan aku berarti." (S16, 29 tahun)

"… aku seneng ketika dia membuat aku penting buat dia. Lama-lama hubungan aku sama dia jadi lebih dari temen dan akhirnya selingkuh." (S19, 38 tahun).

Wawancara terhadap 10 partisipan laki-laki dan 10 partisipan perempuan yang pernah atau sedang berselingkuh menunjukkan beberapa kesamaan motif, yaitu ketidakpuasan relasi, kebutuhan pribadi yang belum terpenuhi, serta kenyamanan dan kedekatan dengan pihak ketiga.

Meski terdapat kesamaan, kedua kelompok menunjukkan penekanan motif yang berbeda. Laki-laki lebih banyak menuturkan ketidakpuasan dan variasi seksual, kebutuhan akan pengakuan, validasi diri dan ego, kejenuhan, serta kesempatan dan impulsivitas. Sementara itu, perempuan lebih menekankan hilangnya kedekatan emosional, kebutuhan emosional yang belum terpenuhi, ketertarikan terhadap pihak ketiga, dan kebutuhan untuk dihargai.



Gambar 1. Konklusi Komparasi Motif Perselingkuhan pada Laki-Laki dan Perempuan

5. KESIMPULAN

Secara umum, hasil penelitian dapat dirangkum dalam beberapa poin berikut:

a. Persamaan motif perselingkuhan: Laki-laki dan perempuan sama-sama menunjukkan motif ketidakpuasan dalam hubungan, kebutuhan pribadi yang tidak terpenuhi, serta kenyamanan dan kedekatan dengan pihak ketiga.
b. Motif perselingkuhan pada laki-laki: Motif yang ditemukan meliputi ketidakpuasan seksual dan keinginan memperoleh variasi seksual, kebutuhan akan pengakuan, validasi diri dan ego, kejenuhan serta kesempatan dan impulsivitas.

c. Motif perselingkuhan pada Perempuan: Motif yang ditemukan meliputi kehilangan kedekatan emosional, kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi, ketertarikan terhadap pihak ketiga, serta kebutuhan akan penghargaan.
d. Perbedaan penekanan motif: Laki-laki lebih banyak menonjolkan aspek seksual, pengakuan diri, dan kesempatan, sedangkan perempuan lebih banyak menonjolkan aspek kedekatan emosional, pemenuhan kebutuhan emosional, dan penghargaan dalam hubungan.
e. Perselingkuhan melibatkan berbagai aspek kebutuhan individu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perselingkuhan dapat berkaitan dengan aspek seksual, emosional, relasional, dan personal. Motif-motif tersebut dapat saling berkaitan dan tidak selalu berdiri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

Barta, W. D., & Kiene, S. M. (2005). Motivations for infidelity in heterosexual dating couples: The roles of gender, personality differences, and sociosexual orientation. *Journal of Social and Personal Relationships*, *22*(3), 339-360. https://doi.org/10.1177/0265407505052440

Lase, E., Tinggi, S., & Excelsius, T. (2021). *Peranan Konselor Mengatasi Perselingkuhan Dalam Hubungan Pernikahan Kristen Di Desa Sibaibai Sikakap Mentawai The Role Of The Counselor Overcoming Affairs In Christian Marriage Relationships In Sibaibai Village Mentawai Attitude* (Vol. 5, Number 1). Http://S3.Amazonaws.Com/Churchplantmedia-

KBBI VI Daring." Diakses 30 September 2026. https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/selingkuh

Nugraha, A., & Barinong, A. (2020). Faktor Penyebab Terjadinya Perceraian Rumah Tangga Akibat Perselingkuhan. *Kalabbirang Law Journal*, *2*(1). http://jurnal.ahmar.id/index.php/kalabbirang53

Ramadhani, Z. T., Maimunah, U., Fahrani, U. N., Annisa, S., Siswanti, D. N., & Jafar, E. S. (2026). Perselingkuhan dalam keluarga: Faktor penyebab, dampak psikologis dan strategi pemaafan dalam hubungan. *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan, 3*(1), 221–226. https://jurnal.ittc.web.id/index.php/jipk

Staheli, L. (1997). *Triangles: Facts you need to know about affairs : plus, how to "affair-proof" your marriage.* New York: HarperCollins Publishers.

Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta

Syamsuri, M. V., & Yitnamurti, S. (2017). Perselingkuhan dalam sudut pandang psikiatri. *Infidelity From Psychiatric Perception. Vol. 6 No. 1 2017: Juni. https://doi.org/10.20473/jps.v6i1.19101. https://ejournal.unair.ac.id/JPS/article/view/19101*

Yulita, S., & Panani, P. (2024). Telaah Etika Seksual Terhadap Fenomena Perselingkuhan dalam Hubungan Monogami. *Jurnal Filsafat Indonesia*, *7*.