

Studi Fenomenologi Tentang Pengalaman Anak dalam Menyaksikan Perselingkuhan Orang Tua

Indah Dwi Lestari¹, Effy Wardati Maryam²

Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Email: Indahdwilestari042@gmail.com, effywardati@umsida.ac.id

Abstrak

Perselingkuhan orang tua merupakan bentuk pelanggaran kepercayaan yang meninggalkan dampak emosional dan psikologis mendalam bagi anak yang menyaksikannya. Penelitian ini bertujuan memahami makna pengalaman anak dalam menghadapi perselingkuhan orang tua. Pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi digunakan untuk menggali pengalaman subjektif empat partisipan perempuan berusia 18–21 tahun yang pernah menyaksikan perselingkuhan salah satu atau kedua orang tuanya. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur dan dianalisis menggunakan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Hasil menunjukkan bahwa anak menyadari perselingkuhan melalui proses bertahap atau penemuan langsung yang memicu reaksi emosional seperti marah, kecewa, dan sedih. Setelah peristiwa tersebut, hubungan dengan orang tua pelaku menjadi berjarak dan dingin, sementara anak cenderung menarik diri dari konflik keluarga serta mencari dukungan emosional di luar rumah. Pengalaman ini menandai hilangnya kelekatan dan kepercayaan terhadap figur orang tua, sekaligus membentuk cara anak menafsirkan relasi dan rasa aman di masa depan.

Kata Kunci: Perselingkuhan Orang Tua; Pengalaman Anak; Kelekatan; Dukungan Sosial.

Abstract

Parental infidelity constitutes a breach of trust that leaves profound emotional and psychological effects on children who witness it. This study aims to explore the meaning of children's experiences in facing parental infidelity. A qualitative phenomenological approach was employed to examine the subjective experiences of four female participants aged 18–21 who had witnessed one or both parents' infidelity. Data were collected through semi-structured interviews and analyzed using Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The findings indicate that children became aware of the infidelity either gradually or through direct discovery, leading to emotional reactions such as anger, disappointment, and sadness. Following the event, their relationships with the unfaithful parent became distant and emotionally detached. Most participants withdrew from family conflicts and sought emotional support outside the home. These experiences reflect a loss of attachment and trust toward parental figures and influence how children perceive relationships and emotional safety in later life.

Keywords: Parental Infidelity; Children's Experience; Attachment; Social Support.

PENDAHULUAN

Keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama dalam pembentukan perkembangan psikologis dan sosial anak (Dwistia et al., 2025). Relasi antara orang tua memiliki peranan penting dalam menciptakan rasa aman, kestabilan emosi, dan pembentukan identitas diri anak (Imtinan et al., 2023; O'hara et al., 2025). Namun demikian, dinamika dalam keluarga tidak selalu berjalan harmonis. Salah satu bentuk konflik yang sering kali muncul adalah perselingkuhan, yaitu pelanggaran terhadap komitmen pernikahan yang dilakukan oleh salah satu pasangan (Rokach & Chan, 2023).

Perselingkuhan adalah perilaku yang dinilai tidak setia terhadap pasangan romantis yang mencakup lebih dari sekadar hubungan seksual di luar pasangan, meliputi berbagai bentuk interaksi fisik maupun non-fisik dengan orang lain, yang secara keseluruhan dipersepsikan sebagai tindakan tidak setia terhadap komitmen pasangan (Bozoyan & Schmiedeberg, 2023). Berdasarkan bentuk dan karakteristik perilakunya, perselingkuhan dapat diklasifikasikan ke

dalam beberapa tipe, yaitu perselingkuhan emosional, perselingkuhan seksual, perselingkuhan komposit, dan perselingkuhan daring. Perselingkuhan emosional ditandai dengan berkembangnya perasaan yang mendalam dan intim terhadap pasangan di luar hubungan utama. Perselingkuhan seksual merujuk pada keterlibatan dalam perilaku seksual dengan orang lain di luar pasangan sah. Sementara itu, perselingkuhan komposit mencakup keterlibatan baik secara emosional maupun seksual secara bersamaan. Adapun perselingkuhan daring dilakukan melalui media virtual atau online, setidaknya pada tahap awal interaksi, seperti percakapan intim atau pertukaran konten erotis (Bozoyan & Schmiedeberg, 2022). Lebih lanjut, Nkurunziza & Munganyinka (2024) menjelaskan bahwa pria cenderung melakukan sexual infidelity, sedangkan wanita lebih sering terlibat dalam emotional infidelity untuk memenuhi kebutuhan afeksi.

Anak-anak yang tumbuh dalam keluarga dengan konflik akibat perselingkuhan orang tua berada dalam posisi yang rentan (Ariani, 2019; Sari et al., 2025). Mereka dapat menjadi saksi langsung maupun tidak langsung dari perselingkuhan tersebut, yang berpotensi menimbulkan berbagai dampak emosional seperti kebingungan, kemarahan, kecemasan, hingga krisis kepercayaan terhadap figur orang tua. Maçkali et al. (2025) menjelaskan bahwa gangguan dalam kelekatan emosional antara anak dan orang tua dapat menimbulkan kelekatan tidak aman (insecure attachment), yang berdampak pada kesulitan anak dalam membangun relasi interpersonal yang sehat di masa depan.

Fenomena perselingkuhan tidak hanya menjadi persoalan pribadi, tetapi juga persoalan sosial yang signifikan. Berdasarkan data dari survei yang dilansir Komnas Perempuan (2020), perselingkuhan menjadi salah satu faktor pemicu meningkatnya angka kekerasan psikis dalam rumah tangga. Selain itu, laporan menyebutkan bahwa Indonesia berada pada peringkat kedua tertinggi di Asia dalam kasus perselingkuhan, dengan sekitar 40% pasangan mengaku pernah berselingkuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prevalensi perselingkuhan lebih tinggi pada laki-laki dibandingkan perempuan, dengan persentase sebesar 34,9% pada laki-laki dan 14,9% pada perempuan. Temuan ini mengindikasikan bahwa laki-laki lebih dominan terlibat dalam perilaku perselingkuhan dibandingkan perempuan. Data ini menunjukkan bahwa konflik akibat perselingkuhan merupakan permasalahan yang cukup masif dan memerlukan perhatian lebih lanjut, khususnya dalam kaitannya dengan dampak terhadap anak.

Penelitian sebelumnya banyak menyoroti dampak konflik keluarga terhadap perkembangan anak. Penelitian kontemporer menunjukkan bahwa konflik keluarga merupakan faktor risiko kuat bagi munculnya perilaku bunuh diri pada remaja. Studi longitudinal menemukan bahwa konflik keluarga berkaitan dengan peningkatan suicidal behaviours pada remaja, dan masalah internalisasi serta eksternalisasi memainkan peran mediasi yang penting dalam hubungan ini (Zhang et al., 2023). Selain itu, fungsi keluarga yang rendah telah dikaitkan dengan risiko tinggi perilaku melukai diri sendiri (non-suicidal self-injury) dan percobaan bunuh diri, menunjukkan bahwa dinamika keluarga yang tidak stabil berkontribusi pada perkembangan masalah emosional dan perilaku berisiko tinggi pada remaja (Li et al., 2025). Lebih lanjut lagi penelitian yang dilakukan oleh Huang et al., (2025) menunjukkan bahwa fungsi keluarga yang buruk berhubungan dengan tingkat resiliensi psikologis yang lebih rendah dan kompetensi emosional yang lebih rendah pada anak dan remaja.

Beberapa pendekatan teoritik juga mendukung pemahaman mengenai dampak perselingkuhan terhadap anak. *Family Systems Theory* memandang keluarga sebagai suatu

sistem yang holistik dan saling terhubung, di mana setiap anggota keluarga saling memengaruhi satu sama lain dalam dinamika relasional, termasuk dalam konteks modern seperti interaksi melalui media digital. Pendekatan ini menekankan pentingnya memahami keluarga secara sistemik, bukan individual, sehingga gangguan dalam hubungan orang tua dapat berdampak pada keseluruhan sistem keluarga serta perkembangan psikologis anak (Browne et al., 2024). Sementara itu, kajian terkini mengenai *Bowen Family Systems Theory* menunjukkan bahwa keluarga berfungsi sebagai unit emosional yang saling bergantung, di mana perubahan atau disfungsi pada satu anggota keluarga berpotensi mengganggu keseimbangan emosional seluruh anggota keluarga (Brown & Errington, 2024). Selain itu, penelitian terbaru mengembangkan konsep *betrayal trauma* dengan menekankan bahwa persepsi terhadap pengkhianatan oleh figur terpercaya berperan penting dalam dampak psikologis jangka panjang, termasuk gangguan kepercayaan interpersonal dan kesulitan regulasi emosi (Emrich et al., 2025).

Meskipun sejumlah penelitian telah mengungkapkan berbagai dampak psikologis dari perselingkuhan orang tua terhadap anak, sebagian besar masih berfokus pada pendekatan kuantitatif atau pada populasi dewasa. Studi-studi tersebut cenderung mengkaji dampak secara statistik, seperti tingkat depresi, kecemasan, atau perilaku bermasalah, tanpa menggali secara mendalam pengalaman subjektif anak dalam menyaksikan peristiwa tersebut. Misalnya, (Santelices et al., 2024) meninjau dampak keluarga disfungsional secara umum terhadap keterikatan emosional anak, sedangkan (Sanghvi et al., 2023) lebih berfokus pada konsep penerimaan diri sebagai mekanisme penyembuhan setelah trauma keluarga.

Di Indonesia sendiri, penelitian tentang pengalaman subjektif anak yang menyaksikan perselingkuhan orang tua masih sangat terbatas. Penelitian (Wulandri & Fauziah, 2019) menemukan bahwa remaja dari keluarga broken home mengalami kesedihan, kemarahan, dan kebingungan, namun tetap mampu bertahan melalui dukungan sosial, religiusitas, dan resiliensi. Seiring waktu, mereka belajar menerima keadaan dan berkomitmen untuk tidak mengulangi kesalahan yang sama dalam keluarganya kelak. (Wulandri & Fauziah, 2019). Penelitian (Ramdhani, 2019) juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden (57,9%) mengetahui perselingkuhan yang dilakukan ayah, 12,3% mengetahui perselingkuhan ibu, dan 15,8% menyadari adanya perselingkuhan dari kedua orang tua sekaligus. Padahal, dalam konteks budaya Indonesia yang menjunjung tinggi keharmonisan keluarga, pengalaman ini dapat menimbulkan dinamika psikologis yang unik dan berbeda dibandingkan dengan konteks budaya Barat.

Penelitian ini menjadi penting untuk dilakukan mengingat masih terbatasnya kajian yang secara khusus mengeksplorasi pengalaman subjektif anak yang menyaksikan perselingkuhan orang tua, terutama dalam konteks budaya Indonesia. Sebagai negara yang menjunjung tinggi nilai-nilai keharmonisan keluarga, peristiwa semacam ini kerap dianggap aib dan jarang dibicarakan secara terbuka, sehingga pengalaman emosional anak sering terabaikan. Padahal, makna yang dibentuk anak dari peristiwa tersebut dapat mempengaruhi cara mereka memandang relasi, kelekatan, serta identitas diri di masa depan.

Melihat kesenjangan penelitian tersebut, studi ini menawarkan kebaruan ilmiah untuk memahami pengalaman subjektif anak dalam menghadapi perselingkuhan orang tua. Penelitian ini berupaya mengungkap makna yang diberikan anak terhadap peristiwa traumatis tersebut, termasuk bagaimana mereka memaknai hubungan dengan orang tua, perubahan kepercayaan,

serta adaptasi emosional dan sosial yang mereka kembangkan. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberi kontribusi teoritis terhadap kajian psikologi keluarga dan perkembangan anak, serta memberi landasan empiris bagi intervensi psikologis berbasis pengalaman.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi fenomenologi untuk memahami pengalaman remaja yang menyaksikan perselingkuhan orang tua. Penelitian dilaksanakan di Sidoarjo, Jawa Timur, dengan pengumpulan data melalui wawancara semi-terstruktur tatap muka terhadap partisipan berusia 18–21 tahun yang dipilih secara purposive. Kriteria partisipan mencakup remaja yang pernah menyaksikan secara langsung perselingkuhan salah satu atau kedua orang tuanya. Wawancara direkam dan ditranskrip verbatim.

Analisis data dilakukan dengan teknik Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), melalui tahapan pembacaan transkrip, pengkodean, dan pengembangan tema. Validitas data dijaga melalui member checking, diskusi dengan rekan sejawat, dan penerapan reflektivitas. Penelitian ini telah memenuhi prinsip etika penelitian, ditandai dengan pemberian informed consent kepada partisipan, penjaminan kerahasiaan identitas menggunakan nama samaran, serta penghormatan terhadap hak partisipan untuk menghentikan keikutsertaan kapan saja mengingat topik penelitian bersifat sensitif.

Tabel 1. Data Demografis Partisipan

Partisipan	Partisipan S	Partisipan Y	Partisipan C	Partisipan D
Usia	20	18	19	19
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Pendidikan Terakhir	SMA	SMA	SMA	SMA
Domisili	Sidoarjo	Sidoarjo	Sidoarjo	Sidoarjo
Orang Tua Yang Berselingkuh	Ayah	Ayah	Ibu	Ayah

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil wawancara dalam penelitian ini dianalisis menggunakan pendekatan Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). Proses analisis ini melibatkan beberapa tahapan yang sistematis, yaitu: (1) melakukan pembacaan berulang terhadap transkrip wawancara untuk memahami keseluruhan isi; (2) mencatat hal-hal penting dan kesan awal yang muncul (initial noting); (3) mengidentifikasi tema-tema awal yang muncul dari pengalaman subjek; (4) merumuskan tema superordinat sebagai struktur tematik utama; (5) menelaah kesamaan pola antarpartisipan terkait pengalaman yang serupa; (6) mengorganisasi dan menyusun keseluruhan tema superordinat secara terpadu; serta (7) menyusun laporan hasil analisis sebagai bentuk akhir dari interpretasi data.

Tabel 2. Tema Induk dan Tema Superordinat Antarpartisipan

Tema Induk	Tema Superordinat
Menyadari Perselingkuhan Orang Tua	1. Perubahan perilaku mencurigakan 2. Penemuan bukti langsung
Respons Emosional Anak	1. Keterkejutan dan kekecewaan emosional

Tema Induk	Tema Superordinat
	2. Ekspresi Kesedihan melalui Menangis dan Penarikan Diri 3. Penolakan terhadap orang tua yang berselingkuh
Perubahan Relasi dengan Orang Tua	1. Menjaga jarak secara emosional/fisik 2. Hilangnya kelekatan 3. Memihak orang tua yang disakiti
Respons terhadap Konflik dalam Keluarga	1. Menyaksikan pertengkaran 2. Menarik diri dari konflik 3. Tidak ingin terlibat
Dukungan Sosial dan Ruang Emosional Anak	1. Dukungan dari teman/keluarga 2. Tidak ada ruang bicara dalam keluarga

1. Menyadari Perselingkuhan Orang Tua

Menyadari adanya perselingkuhan orang tua menjadi pengalaman awal yang paling berkesan bagi partisipan. Proses ini muncul melalui tanda-tanda perubahan sikap, cerita dari pihak lain, hingga penemuan bukti langsung. Bagi anak, pengalaman ini menjadi titik balik yang mengubah cara pandang mereka terhadap orang tua dan keluarga.

Perubahan Perilaku Mencurigakan

Partisipan D menyampaikan adanya perubahan sikap ayah yang semakin tertutup dan jarang pulang ke rumah, sehingga menimbulkan kecurigaan.

“aku wes kroso nek sikap bapakku bedo mulai aneh bapakku Dadi menyendiri nek hp-an yo singit-singit Ibuku yo gelek gampang nesu Murung ae {...} bapakku jarang banget ono Omah malah koyok gak peduli maneh karo aku.”

Partisipan mencurigai jika ayahnya berselingkuh karena orang tuanya sering bertengkar, melihat perlakuan ayahnya kepada selingkuhannya, sikap ayahnya terhadap ibunya juga berubah menjadi cuek.

“aku iku ngerti bapakku selingkuh teko ibukku langsung soale op wong 2 iki gwelek banget tukaran bendino {...} aku ngerti nek bapakku ngewedok aku tau bien dijak ketemu selingkuhan e dadi aku ro langsung awale aku dijak dolen tp jebule dadak mbek selingkuh ane soale bapakku memperlakukan wong wedok iku mau kek bedo ngunuloh op maneh ben HP an wong e senget² sikap e nak ibukku yo cuek pol”

Melalui pengalaman ini, partisipan D tidak hanya memperoleh informasi secara verbal dari ibunya, tetapi juga menyaksikan sendiri interaksi yang menunjukkan perbedaan sikap ayahnya terhadap perempuan lain. Hal ini membentuk keyakinannya bahwa ayahnya memang benar terlibat dalam hubungan di luar pernikahan.

Sementara itu, partisipan Y mulai menyadari adanya perubahan sikap pada ayahnya sejak berusia sekitar 16 tahun. Y mencurigai bahwa ayahnya sedang menyembunyikan sesuatu, yang ditandai dengan frekuensi keluar rumah yang meningkat dan kecenderungan menjauh saat menerima telepon.

“yo seng tak rasakno iku sering metu ambek koncoe, terus iku pamitane nang omahe koncoe {...} Terus iku telfon ngunu ya kan biasane nek telfon biasa kan yowes onok ibu, aku, mbak iku ngadoh.”

Kecurigaan tersebut akhirnya mendapatkan konfirmasi saat ibunya menceritakan tentang masa lalu ayahnya, termasuk kebiasaan dengan perempuan lain sejak lama dan berulang. Penjelasan ini membuat partisipan Y menyadari bahwa perselingkuhan ayah kemungkinan telah terjadi sejak masa kanak-kanak.

“ancen ket cilik ibuk nyeritakno ng aku se pas cilik e ayahmu kelakuan kyk ngene padahal ayah figure bener-bener gak ngetokno wedokan ngunu loh. Terus iku emang teko lahir , terus kandungan mbakku ancen wes wedokan ngene ngene ngene. Wes sampek onok paling 15 thn lebih wes genti” cewek ancen supir kan wajar.”

Salah satu pengalaman yang membekas dalam ingatan partisipan Y terjadi saat momen Idul Fitri saat masih duduk di bangku kelas 3. Setelah selesai melaksanakan salat bersama keluarga, sebuah panggilan masuk ke ponsel ayah memicu perilaku ayah yang tidak biasa, ditandai dengan kegelisahan dan keputusan tiba-tiba membawa partisipan Y keluar rumah.

“Sebenerne aku jek onok ingetan tar, ee idul fitri pas aku kelas 3 nek g salah iku tepak riyoyo der iku mari sembayangan iku onok telfon teko hp e ayah diangkat padahal jenenge lanang yo, aku jek cilik moro-moro aku dijak metu koyok kate opo ayah iku kate diusir tapi ayah meneng ae terus aku seng digowok metu.”

Proses kesadaran partisipan Y atas perselingkuhan ayahnya tidak terjadi secara tiba-tiba, tetapi merupakan akumulasi dari pengalaman masa kecil, perubahan perilaku ayah, dan konfirmasi dari ibunya. Hal ini memperkuat gagasan incremental discovery, dimana anak mengetahui kebenaran melalui proses bertahap dan pemaknaan ulang atas peristiwa masa lalu.

Penemuan Bukti Langsung

Berbeda dengan itu, partisipan C mengetahui perselingkuhan ibu melalui bukti langsung berupa mesra dan kontak fisik dengan pria lain, sehingga pengalaman tersebut terasa sangat mengguncang.

“Nek perselingkuhan sebener e aku gatau kan nek wong iku selingkuh mbek mamaku, tapi aku ngecek HP e yowes kek ngunu iku, chat-chaten mbahas sayang-sayangan. Aku dewe yo kaget pas ngirone oh yo selingkuh. Pas posisi aku ambek koncoku metu ketemu mbek mamaku mbek wong iki mau, nak suatu tempat wong iku gecolan tangan ngunu iku”

Penemuan yang lebih emosional dan mengguncang dialami oleh partisipan S, yang mengetahui perselingkuhan ayah melalui bukti visual berupa paket berisi buket bunga dan foto ayah bersama seorang perempuan tak dikenal.

“bengi, dikirim paket, sing bucket bunga ambek foto, fotoe bapakku fotbar ambek cewek e, iku dikirim.”

Tidak hanya sampai di situ, partisipan S juga secara tidak sengaja melihat ayah sedang makan bersama dengan perempuan tersebut beserta keluarganya di sebuah pusat perbelanjaan, dan upaya ayah untuk menyangkal hubungan tersebut justru memperkuat luka emosional yang dirasakan.

“iyo tak parani, tapi bapakku ga belo aku malah ngejak aku ndek tempat lain maringunu diomongi nek missal e iku gaono hubungan opo-opo, nah tapi ndek kunu iku ga mungkin lah ya soale dijak iku bener-bener selingkuhane, anak e, adik e, dan ibuk e selingkuhane.”

Dari penuturannya, diketahui bahwa partisipan S telah mengetahui dan menyadari perilaku perselingkuhan ayahnya sejak duduk di bangku sekolah dasar hingga SMA. Fakta

bahwa selingkuhan ayahnya berganti-ganti menambah beban emosional yang dirasakan, dan membuat pengalaman ini terasa seperti sebuah pengkhianatan yang berulang dalam hidupnya.

2. Respons Emosional Anak

Perselingkuhan orang tua menimbulkan reaksi emosional yang mendalam bagi anak. Setiap partisipan mengalami dinamika emosional yang khas, mulai dari keterkejutan, kesedihan, kemarahan, hingga hilangnya rasa percaya terhadap orang tua. Perasaan ini tidak hanya berlangsung sesaat, tetapi juga berpengaruh pada cara anak memandang dirinya, keluarganya, dan relasi dengan orang tua di kemudian hari.

Keterkejutan dan Kekecewaan Emosional

Partisipan D menunjukkan respon emosional yang intens setelah mengetahui perselingkuhan ayah. Perasaan marah, bingung, dan kecewa muncul bersamaan, hingga memicu ketidakstabilan emosional dan rasa kehilangan pegangan.

“pas ero kebenaran e yo aku y bingung yo nesu campurlah rasane sg tak anggep peduli malah selingkuh wku stress pol nuwanges nak kamar bengong kek dunyo iku rasane ambrol keluarga sg tak kiro apik ternyata jebule buyar.”

Tangis yang diluapkan sendirian di kamar menjadi ekspresi dari kepedihan yang tidak sanggup disampaikan secara terbuka. Keluarga yang selama ini dianggap harmonis dipahami sebagai ilusi, dan pengkhianatan ayah membuat rasa aman yang selama ini diyakini runtuh seketika.

Bagi partisipan C, Perselingkuhan ibunya menimbulkan rasa syok dan kecewa. partisipan C mengambil jarak emosional sebagai bentuk respons atas luka yang dirasakan.

“Pertama kali aku mikir kok mamaku ngene yo, padahal papaku apik nak mamaku kek aku iku dewe yo syok dewe.”

Perasaan bingung yang dialami bercampur dengan kekecewaan yang mendalam, namun di saat yang sama muncul rasa iba, yang menggambarkan ambivalensi dalam menyikapi situasi keluarga tersebut.

“Yo kecewa, padahal yo wedok sempet aku mikir mamaku iki matre, tapi yo nelongso see yo arek wedok. Aku dewe yo sakno mbek bapakku.”

Bagi partisipan Y, pengkhianatan ayahnya dirasakan sangat mengguncang karena ayah merupakan figur cinta pertama dan sumber utama kasih sayang. Kedekatan emosional tersebut membuat perselingkuhan tidak hanya dimaknai sebagai pelanggaran kepercayaan, tetapi juga sebagai runtuhnya makna cinta dan rasa aman relasi keluarga.

“Terus yo pandanganku nang iku bedo wesan tar, koyok anjir ayahku rek koyok ngene padahal wonge cinta pertamaku, aku gak tau gendakan yoan emang wes cukup kasih sayange ayah nang aku {...}. Tapi kok koyok ngene terus aku percoyo nang ndi maneh. Ayah ae cinta pertamaku, dadi mulai nang kunu mulai bedo pandanganku ambek ayah.”

Partisipan S menunjukkan respons dengan menyimpan kemarahan secara internal dan menghindari konfrontasi langsung. Pada fase awal, partisipan S mengalami kepanikan dan luapan emosi yang kuat, ditandai dengan tangisan serta kebutuhan segera untuk mencari dukungan. Kakak dan teman menjadi pihak pertama yang dihubungi sebagai tempat aman untuk menyalurkan perasaan dan memperoleh ketenangan emosional.

"pertamae iku panik pokok e, panik teros aku telfon masku nek bapak iku ngene-ngene-ngene, dan aku nangis yo, cerito ndek koncoku koyok iki bapakku selingkuh, ambek nangis."

Ekspresi Kesedihan Melalui Menangis dan Penarikan Diri

Partisipan S menyatakan bahwa kemarahan yang terpendam kerap diluapkan melalui tangisan seorang diri. Menangis menjadi cara untuk menyalurkan rasa marah, muak, dan kecewa yang tidak dapat diungkapkan secara langsung, hingga menimbulkan kelelahan emosional

"koyok mangkel ws mangkel tok ngunu nek muangkwe mangkel banget sampek sampek nanges kadang nelongso."

Pengalaman ini menunjukkan bahwa menangis berfungsi sebagai mekanisme bertahan untuk meredakan tekanan batin dan menjaga kestabilan emosi, meskipun tidak sepenuhnya menghilangkan rasa sakit yang dialami.

Partisipan Y merasa kebingungan dan beban emosional yang berat setelah mengetahui perselingkuhan ayahnya. Situasi yang membuatnya seolah harus menjauh dari rumah menimbulkan perasaan tidak memiliki tempat aman, sehingga meluapkan emosinya dengan menangis seorang diri di jalan.

"yooo perasaanku wes gak karu" an iku aku dikongkon metu tok ... Aku nang dalam iku nangis, aku tolek pelarian ng ndi maneh, wes bengi."

Menangis bagi Y menjadi cara untuk meluapkan tekanan emosional. Tangisan yang dilakukan dalam kesendirian mencerminkan upayanya memproses luka secara mandiri, sekaligus menunjukkan keterbatasan dukungan emosional yang dirasakan dalam keluarga.

Penolakan Terhadap Orang Tua Yang Berselingkuh

Partisipan Y menunjukkan penolakan yang tegas terhadap ayah setelah mengetahui perselingkuhan. Komunikasi diputus dengan memblokir dan menghapus kontak ayah dari telepon genggam, sebagai bentuk perlindungan diri agar tidak semakin terluka oleh interaksi dengan figur yang sebelumnya sangat dipercayai..

"aku wes mblokir ayah wes ngehapus wa e ayah pisan. Yo bayangno iku tar iku pertama kali ket ero."

Bagi Y, pemutusan hubungan ini menjadi simbol penolakan terhadap ayah yang telah meruntuhkan kepercayaan, sekaligus menandai perubahan relasi dari figur yang diandalkan menjadi sosok yang dijauhkan.

Partisipan S menunjukkan penolakan kuat terhadap ayahnya yang diwujudkan melalui rasa jijik, muak dan kecewa atas pola perselingkuhan yang berulang dan bertentangan dengan nilai moral yang diyakini.

"yo ilfeel ae koyk wedi koyo wis ambek ibukku tapi sik golek lain dan wes ambek lain iku sik ono maneh koyok nggilani ae ndelok e ganta Ganti koyok opo ae."

Meskipun diliputi emosi negatif yang kuat, S memilih bersikap diam dan tidak mengonfrontasi ayahnya, dengan pertimbangan bahwa konflik tidak perlu diperpanjang selama kebutuhan hidup tetap terpenuhi.

“iyo males tapi koyok kan sing penting kebutuhan tetep tercukupi ga lari teko tanggung jawab.”

Sikap diam ini menunjukkan adanya kontradiksi: di satu sisi partisipan S menolak perilaku ayahnya dengan rasa muak dan kecewa, namun di sisi lain tetap bertahan dalam relasi fungsional karena faktor tanggung jawab ekonomi.

3. Perubahan Relasi dengan Orang Tua Yang Berselingkuh

Setelah mengetahui adanya perselingkuhan, subjek dalam penelitian ini menunjukkan perubahan yang nyata dalam hubungan mereka dengan orang tua pelaku. Relasi yang sebelumnya hangat dan penuh kedekatan menjadi renggang, penuh jarak, dan sering kali bersifat fungsional semata. Anak memilih menjaga jarak emosional, mengurangi intensitas komunikasi, hingga kehilangan rasa hormat terhadap orang tua yang berselingkuh. Perubahan ini menunjukkan bahwa pengkhianatan dalam keluarga bukan hanya menggeser dinamika relasi, tetapi juga meruntuhkan kelekatan dan rasa aman yang selama ini dibangun.

Menjaga jarak secara emosional/fisik

Partisipan D memilih menjaga jarak dari ayahnya sebagai bentuk perlindungan emosional setelah mengetahui perselingkuhan dan perceraian orang tuanya, sehingga hubungan yang sebelumnya dekat berubah menjadi renggang dan canggung.

“aku lek ambek ayah ku bien tok sakdurung e cerai iku sek rodok cedek trs pas ayah ku cerai trs rabi neh iku ws ga cedek maneh komunikasi ku kro bapak ku ws ga sepiroo cedek kyk bien. dadi kek aku ngeroso rodok canggung nang bapak ku.”

Partisipan D menggambarkan bahwa meskipun ayahnya masih sesekali hadir, hubungan mereka kini bersifat terbatas dan fungsional, ditandai oleh minimnya interaksi serta hilangnya kedekatan emosional.

“{...}bapak ku marani lek aku onk seng tak jaluk dan iku jarang biasa e bapak ku nang omh ngarep iku pun ga ngandani aku”.

Jarak emosional ini tidak hanya menunjukkan adanya luka batin, tetapi juga refleksi dari kekecewaan mendalam yang dialami partisipan D. Dalam perspektif kelekatan, reaksi partisipan D memperlihatkan bentuk *avoidant response*, di mana jarak emosional dipilih karena relasi tersebut sudah tidak lagi aman untuk dipertahankan.

Partisipan S merasa aman saat ayah tidak di rumah, karena kehadirannya sering memicu pertengkaran dan ancaman kekerasan, sehingga figur ayah yang seharusnya pelindung justru menjadi sumber ketakutan.

“nek ibukku se pas tepak bapakku ambek ibukku kan sering banget tukaran nah aku iku lebih seneng nek gak ono bapakku ning omah, soale bapakku iki nek kadung ngamuk iku bener gaiso dikendalikno sampek kate mateni ibukku tau kan, terus ibukku tau kate ditembak sampek segitunya mangkane aku lebih seneng bapakku gak moleh.”

Dalam situasi seperti ini, sosok ayah yang seharusnya menjadi pelindung justru pemicu ketidakstabilan psikologis. S merasakan kontradiksi batin, sehingga mengembangkan jarak emosional dan fisik sebagai bentuk perlindungan diri.

“nek jaga jarak iyo, soale aku wedi kan iki ngene loh, wes buka-bukaan ae, soale kan bapakku ambek penyanyi-penyanyi yo ngunu lah terus ambek sinden e iku pas aku ndelok

wa ne yowis ngunu iku, koyo lebih ke wedi secara kan wedok ya, tapi bapakku ga mungkin lah koyo ngunu ndek aku.”

Pengalaman partisipan S menunjukkan bahwa anak dapat membangun hubungan “dingin tapi fungsional” sebagai bentuk *emotional cutoff*, memutus hubungan emosional tetapi tetap menjaga interaksi sosial atau ekonomi karena keterpaksaan.

Hilangnya Kelekatan

Partisipan C menjaga jarak emosional dengan ibunya tanpa memutus hubungan, sehingga kedekatan berkurang namun hubungan fungsional tetap terjaga sebagai bentuk ketidaksetujuan terhadap tindakannya.

“Mamaku sek ngapik i aku, tapi akune rodok menjauh ngunu, kek ngasih tau kalo ini itu salah. Sakwis e keruan iku yo gak menjauh yopo yopo, alhamdulillah hubunganku mbek mamaku baik baik saja sampe saiki.”

Jarak yang dibangun adalah bentuk perlindungan diri. Partisipan C tidak ingin terlalu terlibat dalam urusan pribadi ibunya, karena pengalaman tersebut mengubah pandangannya secara mendalam.

“Aku lebih ke menjaga diri, gamau kepoi mamaku lagi, ya merubah banget pandanganku nak mamaku. Bien mamaku baik rekk, aku gamau jd mamaku {...}.”

Setelah mengetahui perselingkuhan ayahnya, partisipan Y kesulitan menunjukkan kasih sayang, bahkan untuk hal sederhana seperti memberi salam atau menatap wajah, sehingga kontak visual dihindari sebagai bentuk jarak emosional.

“heem yo iku aku opo isin gae nunjukno rasa sayangku nang ayah.”

” yo metu yo gak ndelok raine ayah blas g ndelok tok ndelok nang ndisor, iyo gak gelem blas koyok jijik tapi aku sayang.”

Selain jarak emosional, Y juga mengungkapkan munculnya ketidakpercayaan meskipun ayahnya tetap menunjukkan sikap baik. Ketulusan sikap tersebut dipertanyakan, disertai kecemasan bahwa perselingkuhan bisa terulang kembali. Rasa tidak aman ini membuatnya semakin sulit menjalin kelekatan dengan ayah.

“menghargai se iyo tapi yo sek gak percoyo, ayah opo kok ngelakoni iki nang aku, koyok sifat baike nang aku iki beneran nggak, terus mben iki dilakoani maneh nggak atau ndek belakang iki iku dibaleni maneh nggak embo iku ambek wedok lio.”

Pengalaman Y menunjukkan bahwa hilangnya kelekatan disebabkan bukan hanya kekecewaan, tetapi juga rasa tidak percaya yang mendalam, sehingga keintiman emosional tergantikan oleh curiga, jarak, dan ketidakpastian terhadap ayah.

Memihak Orang Tua Yang Disakiti

Partisipan Y mengalami dilema emosional yang kuat terhadap ayah setelah mengetahui perselingkuhan. Marah, kecewa, dan jijik muncul, namun rasa sayang dan ketergantungan ekonomi mencegah kebencian sepenuhnya. Konflik antara kedekatan emosional masa lalu dan pengkhianatan menciptakan kebingungan, apalagi Y sejak lama berharap orang tuanya berpisah karena tidak tahan menyaksikan perlakuan ayah terhadap ibunya.

“bengong aku kudu benci iku iki ayahku dewe, terus aku yoan dek ekonomi iku ayah, ayah tok seng kerjo. Terus aku nek opo, ancen aku mulai bien iku pengen ngunu loh koyok cerai ayah ambek ibuk. Yo soale ayah koyok ngunu, Ibu sakno.”

Keberpihakan ini menunjukkan bahwa dalam konflik keluarga akibat perselingkuhan, anak cenderung membangun afiliasi emosional dengan pihak yang mereka pandang sebagai korban, dalam hal ini ibu.

4. Respons Anak terhadap Konflik dalam Keluarga

Konflik yang muncul setelah perselingkuhan orang tua menciptakan tekanan emosional yang besar bagi anak. Keempat partisipan cenderung merespons dengan cara menjauh, diam, atau menghindari keterlibatan langsung dalam pertengkaran orang tua. Sikap ini menunjukkan strategi perlindungan diri, dimana anak memilih menjaga jarak agar tidak semakin terseret ke dalam konflik yang dianggap berada di luar kendali mereka.

Menyaksikan Pertengkaran

Partisipan Y menggambarkan bahwa konflik orang tuanya tidak berakhir meski perselingkuhan ayah terungkap. Suasana rumah tetap tegang karena kecurigaan ibunya yang intens, termasuk melacak keberadaan ayah secara detail, sehingga memicu ketegangan baru dalam keluarga.

"{...} curigae iku nemen ngunu loh sampek opo kan tak lacak se iki eee buk ayah nang kene. Terus iku ayah nang tempat iki terus iku jare ibu ngene, loh maeng pamitan gak ng knu ngunu, iku ket winginane terjadi{...}. Terus iku moleh e ditakoni, teko ndi mas, ditakoni sampek aku pegel dewe ngunu loh, wes menengo wes buk.

Y berada di tengah situasi rumit, memahami rasa sakit dan ketidakpercayaan ibunya, namun sekaligus merasa lelah menghadapi konflik berulang. Pertengkaran dan interogasi terus-menerus ibunya terhadap ayah membuat Y ikut kelelahan secara emosional.

Menarik Diri Dari Konflik

Partisipan C merespons konflik keluarga, terutama perselingkuhan ibunya, dengan cara diam. Konfrontasi atau pengungkapan perasaan dianggap tidak perlu; sikap ini dipilih untuk menghindari ketegangan dan menjaga suasana rumah tetap terkendali.

"Gak omongan langsung, aku dewe lebih diam."

Partisipan S cenderung menghindar dari konflik orang tua, menghindari keterlibatan dalam masalah di luar kendali dan tanggung jawabnya sebagai anak. Alih-alih bereaksi emosional, S fokus pada hal yang lebih realistis, yakni memastikan kebutuhan hidup tetap terpenuhi.

"iyo males tapi koyok kan sing penting kebutuhan tetep tercukupi ga lari teko tanggung jawab."

Sikap diam dan menarik diri yang ditunjukkan partisipan S maupun C bukanlah ketidakpedulian, melainkan strategi bertahan untuk menjaga kestabilan emosional. Konflik orang tua dianggap di luar kendali, sehingga keterlibatan yang terlalu dalam hanya akan menambah kelelahan. Strategi ini termasuk emotion-focused coping (Lazarus & Folkman, 1984), yaitu upaya mengatur respons emosional terhadap situasi tanpa mencoba mengubah konflik, melalui menjauh, menghindar, atau bersikap diam.

Tidak Ingin Terlibat

Partisipan D menunjukkan sikap terbuka dan berani menghadapi konflik keluarga setelah mengetahui perselingkuhan ayahnya. Awalnya muncul kebingungan dan syok, disertai kebutuhan untuk memastikan kebenaran fakta. Setelah menelaah perasaan, D memberanikan diri menyampaikan apa yang diketahui dan dirasakan kepada orang tua, menunjukkan keberanian emosional sekaligus upaya mendapatkan klarifikasi langsung.

“dadi intine awal e pas ero iku kan aku yo syok se sebagai anak, nah trs aku sek nyoba nyerna to kek iki tmnan opo ga nah trs aku akhir e nyoba lah speak up nang bapak kro ibu ku ttg masalah iku adano bapak ku ws kate rabi kro selingkuhan e, dadi ws gaiso diperbaiki.”

Namun, setelah menyampaikan perasaannya, D mendapati bahwa situasinya tidak bisa diperbaiki. Ayahnya ternyata sudah merencanakan untuk menikah dengan selingkuhannya. Fakta ini menjadi pukulan tambahan bagi D, karena harapan akan pemulihan keluarga pupus begitu saja. Momen speak up tersebut justru menjadi titik balik dimana D menerima bahwa keluarganya sudah tidak akan kembali seperti semula.

5. Dukungan Sosial dan Ruang Emosional Anak

Dukungan sosial menjadi faktor penting yang membantu anak bertahan dalam tekanan akibat perselingkuhan orang tua. Bagi para partisipan, keberadaan orang-orang terdekat seperti teman, saudara kandung, maupun pasangan memberikan ruang aman untuk mengekspresikan emosi yang tidak bisa disampaikan di dalam keluarga. Dukungan ini berfungsi sebagai penyaluran beban emosional, memberikan validasi terhadap perasaan mereka, sekaligus menjadi sumber kekuatan untuk menghadapi realitas keluarga yang penuh konflik.

Dukungan Dari Teman/Keluarga

Partisipan D menemukan ketenangan emosional melalui pasangannya, yang memberikan penerimaan dan kenyamanan tanpa penghakiman. Aktivitas sederhana bersama, seperti makan, mendengarkan lagu, atau berjalan-jalan, menjadi pelarian dari tekanan emosional, sementara pelukan pasangan menyimbolkan rasa aman yang hilang dari keluarga.

“Nek aku iling maneh yo biasae aku ngerungokno lagu terus metu mbek cowokku mangan bareng mek sekedhar dulin iso ngurangi bebaku masih aku kuliah yo gak aktif Tapi seenggaknya aku duwe cowokku gawe ngerangkul aku.”

Partisipan S merasa lebih tenang dan mampu mengelola emosi setelah mencurahkan perasaan kepada orang-orang terdekat. Teman dekat menjadi tempat utama bercerita, karena meluapkan isi hati kepada yang tidak menghakimi membuat perasaan lega dan diterima.

“soale nek dipendem dewe iku gak enak mending dilapno ndek temen dekat ngunu.”

Selain teman, partisipan S juga mendapat dukungan emosional dari saudara, yang meski tidak selalu mampu menyelesaikan masalah, sering memberi nasihat kepada ayah. Kehadiran mereka membuat S merasa tidak sendirian menghadapi situasi ini.

“eee saudara se, nek missal ada bapakku sing yopoypo ngunu mesti ngomogn ndek saudara e bapakku ddi engkk iso lah gae nuturi bapakku gae ngomongi maksut e ada yang mendukung ngunu kan.”

Figur kakak laki-laki, menjadi sosok penting dalam proses emosional partisipan S. Kehadiran kakak menghadirkan rasa tenang karena memberikan pemahaman, baik dari ikatan keluarga maupun perspektif laki-laki yang lebih dekat dengan ayah mereka.

“masku paling yo, menurutku masku she soale koyok ngeroso misal bapakku ngene ngene lebih tenang nek ono masku soale de’e yo laki.”

Partisipan Y menjelaskan bahwa ibunya berperan penting dalam membentuk sikapnya terhadap ayah setelah perselingkuhan. Meski menjadi pihak yang dikhianati, ibu mendorong Y untuk tetap menghormati ayah, tidak menanamkan kebencian, dan tetap menghargai peran ayah dalam memenuhi kebutuhan hidup keluarga.

“teko ibuk se pertama, koyok ibuk iku ngunu ojok benci nang ayah , ojok opo maksud e gembulen ayah ngunu loh, ojk diasingno seng mbiyai pean mben sopo , wes gpp ibuk maafno . yowes nek g teko ibuk yo yowes wani , wong aku arek e wani yo ngeplak ayah{...}.”

Nasihat ibu menimbulkan konflik emosional bagi partisipan Y. Di satu sisi, muncul marah dan kecewa atas pengkhianatan ayah, namun di sisi lain ada tuntutan untuk tetap berbakti dan menghormati ayah karena dorongan moral dari ibu. Ketika ibu memaafkan, Y berada dalam dilema antara mengikuti perasaan terluka atau menyesuaikan diri dengan nilai pengampunan yang ditunjukkan ibu.

Tidak Ada Ruang Bicara Dalam Keluarga

Partisipan C tidak membicarakan masalah perselingkuhan ibunya secara terbuka di lingkungan keluarga karena merasa tidak nyaman. Sebagai gantinya, emosi diluapkan melalui teman dekat.

“Aku tau cerito hal iki nak koncoku bien konco idek seh.”

Partisipan C menyampaikan bahwa dukungan emosional dari orang tua sejak awal tidak dirasakan. Meskipun harapan terbatas, tetap ada keinginan agar orang tua menyadari dampak luka batin yang dialami. Pada momen itu, teman hadir sebagai sumber dukungan dan motivasi.

“Bien aku gak dapet dukungan dari mereka-mereka (ortu), cuma aku pengen mereka tau nek mamaku ngunu. Ayo semangat, ya gaboleh nyerah ngunu se.”

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa proses anak dalam mengetahui perselingkuhan orang tua tidak terjadi secara seragam. Setiap subjek penelitian mengalami pengalaman yang khas, bergantung pada konteks hubungan dan pola komunikasi dalam keluarga. Temuan ini sejalan dengan (Thorson, 2013), yang mengidentifikasi lima cara utama anak dapat mengetahui perselingkuhan orang tuanya, yaitu melalui anggota keluarga lain, secara eksplisit, dari orang tua pelaku, secara bertahap (incremental), dan dari pihak ketiga. Variasi ini juga tercermin dalam penelitian ini, dimana sebagian subjek penelitian mengetahui adanya perselingkuhan melalui pengamatan terhadap perubahan perilaku orang tua, sementara yang lain mengetahuinya setelah mendengar percakapan atau menerima penjelasan langsung. Proses yang beragam ini memperlihatkan bahwa penemuan perselingkuhan bukanlah peristiwa tunggal, melainkan hasil dari interaksi kompleks antara perilaku orang tua, dinamika komunikasi keluarga, serta sensitivitas emosional anak terhadap perubahan situasi di rumah.

Pada subjek penelitian yang mengetahui perselingkuhan secara bertahap, pengalaman tersebut diwarnai oleh kecurigaan dan observasi berulang sebelum akhirnya memperoleh konfirmasi. Pola ini sesuai dengan kategori incremental discovery yang dijelaskan oleh (Thorson, 2013), dimana anak tidak langsung menyadari adanya pengkhianatan, melainkan melalui proses akumulatif dari tanda-tanda kecil yang perlahan membentuk kesadaran. Sebaliknya, anak yang mendapatkan informasi secara langsung dari orang tua atau pihak lain cenderung menunjukkan reaksi emosional yang lebih intens, seperti keterkejutan dan kekecewaan mendalam, karena informasi tersebut diterima secara tiba-tiba tanpa kesempatan untuk menyiapkan diri. Dengan demikian, cara penemuan perselingkuhan memiliki implikasi emosional yang berbeda bagi setiap individu dan menjadi titik awal dalam pembentukan makna serta cara anak menafsirkan ulang hubungan dengan orang tuanya setelah pengkhianatan terungkap.

Perselingkuhan orang tua juga menimbulkan guncangan emosional yang kuat. Subjek penelitian menggambarkan munculnya perasaan marah, kecewa, sedih, bingung, hingga kehilangan arah setelah mengetahui perilaku salah satu orang tua. Temuan ini mendukung pernyataan (Amparo & Saluna, 2023) bahwa anak-anak yang menyaksikan atau mengetahui perselingkuhan orang tuanya sering mengalami rentetan emosi negatif seperti kemarahan, kesedihan, kekecewaan, rasa malu, dan kebingungan. Dalam konteks penelitian ini, emosi tersebut muncul karena anak merasa dikhianati oleh figur yang selama ini menjadi sumber kepercayaan dan rasa aman. Temuan ini sejalan dengan (Imtinan et al., 2023), yang menunjukkan bahwa anak yang menjadi korban perselingkuhan orang tua mengalami tekanan psikologis (*psychological distress*) yang dapat menimbulkan trauma serta mempengaruhi berbagai aspek fungsi dan kehidupan sosial mereka.

Sebagian subjek penelitian juga memperlihatkan konflik batin yang menandakan perasaan terjebak di antara dua sisi: keinginan untuk tetap menghormati orang tua dan kebutuhan untuk menolak perilaku yang dianggap salah. Fenomena ini sejalan dengan gagasan (Thorson, 2017) mengenai perasaan *feeling caught*, yaitu kondisi ketika anak mengalami ketegangan emosional akibat berada di tengah konflik atau ketidakharmonisan orang tua. Dalam konteks penelitian ini, anak merasa sulit menentukan posisi emosionalnya; mereka marah kepada orang tua pelaku, tetapi juga diliputi rasa bersalah ketika menunjukkan penolakan. Situasi ini menggambarkan bahwa perselingkuhan tidak hanya merusak hubungan pasangan suami istri, tetapi juga menciptakan ketidakseimbangan emosional dalam diri anak sebagai bagian dari sistem keluarga.

Selain tekanan emosional, hasil penelitian ini juga mengindikasikan adanya dampak psikologis jangka panjang. Beberapa subjek penelitian mengaku menjadi lebih berhati-hati dalam mempercayai orang lain, menahan emosi, dan merasa sulit untuk dekat secara emosional dengan orang tua pelaku. Hal ini memperkuat pendapat (Amato, 2000) bahwa perselingkuhan orang tua dapat memicu stres, kecemasan, bahkan depresi akibat hilangnya rasa aman terhadap struktur keluarga. Ketika komunikasi keluarga menjadi tertutup dan tidak ada ruang untuk memproses emosi, anak kehilangan dukungan yang dibutuhkan untuk memulihkan diri. Akibatnya, pengalaman ini berpotensi mempengaruhi cara anak memandang hubungan interpersonal di masa depan, seperti menjadi lebih curiga, takut berkomitmen, atau menormalisasi perilaku tidak setia dalam hubungan romantis (Amparo & Saluna, 2023).

Dengan demikian, perselingkuhan bukan hanya menciptakan luka emosional sementara, melainkan dapat membentuk pola relasi dan kepercayaan anak di kemudian hari.

Temuan lain memperlihatkan bahwa terungkapnya perselingkuhan membawa perubahan besar terhadap kualitas hubungan antara anak dan orang tua. Sebagian subjek penelitian mengetahui perselingkuhan secara langsung, sementara lainnya mengetahui dari orang tua korban atau anggota keluarga lain. Perbedaan cara mengetahui ini turut mempengaruhi bagaimana anak membangun kembali relasi dengan orang tua setelah kebenaran terungkap. Anak yang menyaksikan langsung cenderung mengalami luka emosional yang lebih mendalam, sedangkan yang mengetahui dari pihak lain menunjukkan kebingungan dan rasa tidak percaya. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman penemuan perselingkuhan berdampak langsung pada dinamika kedekatan emosional dalam hubungan orang tua-anak.

Temuan tersebut sejalan dengan pandangan Miller (2015, dalam Amparo & Saluna, 2023) bahwa perselingkuhan orang tua memiliki pengaruh besar terhadap perkembangan anak, terutama bila diketahui pada usia muda. Subjek dalam penelitian ini menggambarkan kehilangan figur teladan dan menurunnya rasa hormat terhadap orang tua pelaku. Perubahan persepsi ini berdampak pada menurunnya keterhubungan emosional, dimana anak lebih memilih menjaga jarak, membatasi komunikasi, bahkan menolak kehadiran orang tua pelaku dalam situasi tertentu. Sejalan dengan (Thorson, 2014), peristiwa perselingkuhan juga memunculkan tekanan psikologis yang mengganggu ikatan emosional antara anak dan orang tua. Subjek penelitian menunjukkan tanda-tanda stres seperti menarik diri, merasa canggung, dan kehilangan rasa aman di rumah. Hubungan yang semula hangat menjadi kaku dan fungsional akibat hilangnya rasa percaya. Meskipun komunikasi masih berjalan, kedekatan afektif tidak lagi sama seperti sebelum peristiwa perselingkuhan.

Selanjutnya, hasil penelitian ini menegaskan pentingnya peran dukungan sosial dalam proses pemulihan anak setelah mengetahui perselingkuhan orang tua. Sebagian besar subjek penelitian merasa lebih tenang dan mampu mengelola emosi negatif ketika mendapatkan dukungan dari orang-orang terdekat seperti teman, pasangan, saudara kandung, atau anggota keluarga besar yang dipercaya. Kehadiran dukungan tersebut memberikan rasa diterima dan dipahami di tengah ketidakstabilan keluarga. Hal ini sejalan dengan (Widyastuti, 2017) yang menekankan bahwa dukungan sosial merupakan faktor pelindung (protective factor) bagi anak dari keluarga disfungsional untuk tetap resilien. Dalam konteks penelitian ini, subjek penelitian yang memperoleh dukungan sosial menunjukkan kemampuan lebih baik dalam mengatur emosi dan beradaptasi terhadap perubahan keluarga dibandingkan mereka yang tidak memiliki sistem dukungan.

Sebagaimana dijelaskan oleh (Kumpfer, 2002), lingkungan sosial yang suportif berperan sebagai buffer terhadap dampak negatif stresor keluarga. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa figur signifikan di luar keluarga inti, seperti teman atau kerabat yang empatik, membantu anak mengekspresikan perasaan secara aman dan membangun kembali rasa percaya yang sempat hilang. Sebaliknya, kurangnya dukungan sosial membuat anak lebih lama terjebak dalam perasaan marah dan sedih. Komunikasi yang terbuka dengan orang tua yang tidak berselingkuh juga menjadi sumber kekuatan penting. Subjek dengan hubungan hangat dan jujur dengan salah satu orang tua cenderung lebih mudah memaknai ulang peristiwa perselingkuhan tanpa kehilangan kasih sayang terhadap kedua pihak. Kondisi ini sesuai dengan pernyataan (Greeff & Van Der Merwe, 2004) bahwa komunikasi positif dan dukungan emosional dalam

keluarga memegang peranan penting dalam adaptasi pascakonflik. Dengan demikian, social support berfungsi tidak hanya sebagai pelindung dari dampak psikologis negatif, tetapi juga sebagai fondasi bagi resiliensi dan pemulihan kelekatan anak dalam jangka panjang.

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman anak dalam menyaksikan perselingkuhan orang tua mencerminkan dinamika psikologis yang melibatkan tiga lapisan utama. Pertama, *disruption of trust*, yaitu runtuhnya kepercayaan terhadap figur orang tua (Amparo & Saluna, 2023). Kedua, *restructuring of attachment*, yakni perubahan pola kedekatan menjadi dingin dan fungsional (Mikulincer et al., 2015). Ketiga, *adaptive coping*, berupa pencarian dukungan sosial dan pembentukan makna baru di luar keluarga (Widyastuti, 2017). Ketiga proses ini menunjukkan bahwa anak bukanlah korban pasif, melainkan individu yang aktif menegosiasikan kembali rasa aman, cinta, dan makna keluarga dalam konteks trauma pengkhianatan. Kebaruan utama penelitian ini terletak pada penegasan bahwa cara anak mengetahui perselingkuhan, baik secara bertahap maupun melalui pengungkapan langsung menjadi faktor kunci yang membentuk intensitas respons emosional, konflik loyalitas, serta arah perubahan hubungan orang tua-anak.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pandangan bahwa perselingkuhan bukan hanya pelanggaran terhadap komitmen pernikahan, tetapi juga bentuk kekerasan emosional terselubung bagi anak. Luka yang ditimbulkan tidak berhenti pada momen terungkapnya perselingkuhan, melainkan dapat mempengaruhi pola kelekatan dan hubungan interpersonal di masa depan. Oleh karena itu, intervensi psikologis terhadap keluarga dengan kasus perselingkuhan perlu menaruh perhatian khusus pada pemulihan anak, bukan hanya rekonsiliasi pasangan, agar luka emosional yang bersifat transgenerasional tidak berlanjut pada generasi berikutnya.

Meskipun penelitian ini memberikan pemahaman mendalam tentang pengalaman anak yang mengetahui perselingkuhan orang tua, beberapa keterbatasan perlu dicermati. Jumlah subjek yang terbatas membuat temuan belum dapat digeneralisasikan secara luas oleh latar belakang keluarga, usia saat peristiwa terjadi, serta kualitas relasi anak dengan orang tua. Selain itu, penggunaan pendekatan retrospektif berpotensi menimbulkan bias memori dan subjektivitas emosional, mengingat pengalaman direfleksikan kembali setelah melalui jarak waktu dan perubahan kondisi psikologis. Penelitian ini juga belum menggali secara mendalam faktor budaya, religiusitas, dan nilai sosial yang dapat membentuk cara anak memaknai serta merespons perselingkuhan, khususnya dalam konteks norma sosial dan stigma sosial. Di samping itu, fokus penelitian yang hanya menyoroti perspektif anak belum mengakomodasi pandangan orang tua, padahal perspektif tersebut berperan penting dalam membentuk dinamika hubungan pascakejadian.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman anak dalam mengetahui perselingkuhan orang tua bersifat unik dan dipengaruhi oleh konteks komunikasi serta dinamika emosional dalam keluarga. Cara anak mengetahui peristiwa tersebut, baik secara bertahap maupun melalui pengungkapan langsung, menentukan intensitas reaksi emosional dan cara mereka memaknai pengkhianatan tersebut. Perselingkuhan orang tua memunculkan guncangan emosional seperti marah, kecewa, dan bingung, sekaligus menimbulkan konflik loyalitas yang menggoyahkan kepercayaan terhadap figur orang tua.

Selain dampak emosional, terungkapnya perselingkuhan turut mengubah kualitas hubungan orang tua-anak. Hubungan menjadi lebih berjarak dan penuh kehati-hatian akibat hilangnya rasa percaya, meski dalam beberapa kasus anak masih berusaha mempertahankan komunikasi. Dukungan sosial terbukti berperan penting dalam membantu anak memproses emosi, memulihkan kelekatan, dan membangun resiliensi di tengah ketidakstabilan keluarga.

Berdasarkan temuan penelitian ini, peneliti selanjutnya disarankan untuk mengkaji fenomena perselingkuhan orang tua dengan melibatkan jumlah partisipan yang lebih banyak serta latar belakang yang lebih beragam. Perluasan karakteristik subjek diharapkan mampu memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai variasi pengalaman dan respon anak dalam menghadapi perselingkuhan orang tua. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi dasar pertimbangan bagi pengembangan program pendampingan keluarga dan kebijakan perlindungan anak yang berorientasi pada pemulihan kesejahteraan psikologis anak dalam konteks konflik keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

- Amato, P. R. (2000). The consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and Family*, 62(4), 1269–1287.
- Amparo, A., Saluna, S. M., & Rungduin, T. (2023). After the affair: The lived experiences of young adult children involved in parental infidelity in a romantic relationship. *International Journal of Education and Psychology in the Community*, 13(1–2), 225–242.
- Ariani, A. I. (2019). Dampak perceraian orang tua dalam kehidupan sosial anak. *Phinisi Integration Review*, 2(2), 257–270.
- Bozoyan, C., & Schmiedeberg, C. (2023). What is infidelity? A vignette study on norms and attitudes toward infidelity. *The Journal of Sex Research*, 60(8), 1090–1099.
- Brown, J., & Errington, L. (2024). Bowen family systems theory and practice: Illustration and critique revisited. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 45(2), 135–155.
- Browne, D. T., Király, O., Lukavska, K., Madigan, S., & Demetrovics, Z. (2024). Family systems theory in the digital age: Reifying the digital level of analysis. In *Handbook of children and screens: Digital media, development, and well-being from birth through adolescence* (pp. 419–425). Springer Nature Switzerland.
- Dwistia, H., Sindika, S., Iqtianti, H., & Ningsih, D. (2025). Peran lingkungan keluarga dalam perkembangan emosional anak. *Jurnal Parenting dan Anak*, 2(2). <https://doi.org/10.47134/jpa.v2i1.1164>
- Emrich, M., Garnsey, C. L., Osherow, E. K., & Park, C. L. (2025). Moving towards a subjective conceptualization of betrayal: Examining associations between perceived betrayal, emotion dysregulation, and PTSD symptoms in sexual trauma survivors. *Journal of Anxiety Disorders*, 103023.
- Greeff, A. P., & Van der Merwe, S. (2004). Variables associated with resilience in divorced families. *Social Indicators Research*, 68(1), 59–75.
- Huang, X., Zhang, X., Chen, Q., Hu, Y., Zhao, X., & Zhao, L. (2025). Associations between family functioning, psychological resilience, and emotional competence among primary and secondary school students in Chengdu, Sichuan Province: An exploratory study using structural equation modeling. *BMC Public Health*, 25(1), 3278.
- Imtinan, G., Anindya, S., & Malin, A. (2023). The impact of infidelity on children's psychological development. *World Psychology*, 2(2), 117–133.
- Kumpfer, K. L. (2002). Factors and processes contributing to resilience: The resilience

- framework. In M. D. Glantz & J. L. Johnson (Eds.), *Resilience and development: Positive life adaptation* (pp. xx–xx). Kluwer Academic Publishers.
- Li, X., Liu, J., Hu, Y., Huang, X., Li, Y., Li, Y., ... Peng, W. (2025). The association of family functioning and suicide in children and adolescents: Positive behavior recognition and non-suicidal self-injury as sequential mediators. *Frontiers in Public Health*, 13, 1505960.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Solomon, Z. (2015). An attachment perspective on traumatic and posttraumatic reactions. In *Future directions in post-traumatic stress disorder: Prevention, diagnosis, and treatment* (pp. 79–96). Springer US.
- Miller, L. D. (2015). Seeking the hiding: Working through parental infidelity. *Clinical Social Work Journal*, 44(3), 252–264.
- Nkurunziza, A., & Munganyinka, C. (2024). Gender differences in extramarital behaviors among couples in long-distance marriages in the digital age: A study in Kigali, Rwanda. *Psymphatic: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 11(2), 107–114.
- O'Hara, K. L., Cummings, E. M., & Davies, P. T. (2024). Interparental conflict and adolescent emotional security across family structures. *Family Process*, 63(1), 265–283.
- Ramdhani, L. P. (2019). *Regulasi emosi pada individu yang memiliki orang tua dengan riwayat perselingkuhan* (Disertasi doktoral, Universitas Airlangga).
- Rokach, A., & Chan, S. H. (2023). Love and infidelity: Causes and consequences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3904.
- Santelices, M. P., Cristóbal, P. S., & Diez, M. (2024). How does maternal childhood trauma, adult attachment, depression, and parental reflective functioning affect preschool children's socio-emotional development? *Trends in Psychology*, 1–19.
- Sari, I. P., Hati, M., Ramadhani, N., & Riani, S. (2025). Analisis implikasi kasus perceraian akibat perselingkuhan. *Jurnal Cendikia ISNU SU*, 2(1), 58–66.
- Thorson, A. R. (2013). Adult children's discovery of their parents' infidelity. *Qualitative Communication Research*, 2(1), 61–80.
- Thorson, A. R. (2014). Feeling caught: Adult children's experiences with parental infidelity. *Qualitative Research Reports in Communication*, 15(1), 75–83.
- Thorson, A. R. (2017). Communication and parental infidelity: A qualitative analysis of how adult children cope in a topic-avoidant environment. *Journal of Divorce & Remarriage*, 58(3), 175–193.
- Widyastuti, T. (2017). Resilience of a child from broken-home family: A phenomenology study. *International E-Journal of Advances in Social Sciences*, 3(9), 1024–1034.
- Zhang, Y. Y., Yang, X. F., Liu, X., & Jia, C. X. (2023). Longitudinal association of family conflict and suicidal behaviors among Chinese adolescents: The mediation effect of internalizing and externalizing problems. *Journal of Affective Disorders*, 321, 96–101.

Copyright holder:

Indah Dwi Lestari¹, Effy Wardati Maryam²(2026)

First publication right:

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

This article is licensed under:

