

# COPING REMAJA AKHIR TERHADAP PERILAKU SELINGKUH AYAH

Alfan Nahareko

Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta

**Abstrack.** *Cheating in a family is one of the reasons of unharmony in a family. Teenagers who become the victims of father's cheating have many psychological problems in their life. The way to solve the problems is choosing the right of coping strategy. The aim of this research is to find out psychological dynamics and coping strategy that choosen. The sample of this research is ten teenagers who have cheating father and live in West Jakarta, consist of four main informans, two men and two women, based on this criterias: a) age between 18 to 24 years old; b) have not married yet; c). live in West Jakarta; four support informans and two teenagers, one man and one woman age between 12 to 15 years old. The collecting data methods are interview, observation, and documentation, then data analysed by inductive-descriptive analization. The results show the psychological dynamics of the teenagers who have cheating father are angry and sad with their father behaviour. The coping strategy that used are Problem Focused Coping for the last-age teenagers that tell to their friends and Emotional Focused Coping for the early-age teenagers that just cry and muse.*

**Keywords :** *cheating, last-age teenagers, psychological dynamics, coping strategy*

**Abstrak.** *Perselingkuhan merupakan salah satu penyebab ketidak harmonisan dalam keluarga. Remaja yang menjadi korban perilaku selingkuh ayah banyak sekali mengalami masalah psikologis dalam dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Pemilihan strategi Coping yang tepat dapat menyelesaikan masalah yang dihadapi remaja akhir terhadap perilaku selingkuh ayah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika psikologis dan starategi Coping yang dilakukan remaja akhir dalam menghadapi perilaku selingkuh ayah. Adapun sampel penelitian ini adalah remaja akhir yang memiliki ayah dengan perilaku selingkuh dan bertempat tinggal di Jakarta Barat. Jumlah informan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang, yaitu terdiri dari 4 orang informan utama dua pria dan dua wanita dengan berdasarkan karakteristik sebagai berikut; a) remaja akhir berusia antara 18 sampai 24 tahun; b). belum menikah; c). berdomisili di Jakarta Barat; 4 orang informan pendukung dan 2 orang remaja awal satu pria dan satu wanita berusia antara 12 sampai 15 tahun. Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi dan dokumentasi sedangkan analisis data yang digunakan adalah analisis induktif deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika psikologis remaja terhadap perilaku selingkuh ayah adalah marah dan sedih dengan perilaku selingkuh ayah. Strategi Coping yang digunakan remaja akhir dalam menghadapi perilaku selingkuh ayah adalah Problem Focused Coping, dimana remaja akhir bercerita dengan orang-orang terdekat, sedangkan pada remaja awal melakukan Emotional Focused Coping, dimana remaja awal hanya menangis dan merenung dalam menghadapi masalah.*

**Kata kunci :** *perselingkuhan, remaja akhir, dinamika psikologis, strategi coping*

**P**erselingkuhan merupakan fenomena yang banyak terjadi saat ini. Menurut Departemen Agama Republik Indonesia (2005), dari tahun ke tahun angka perceraian terus meningkat sedangkan jumlah pernikahan terus mengalami penurunan, dengan presentase kasus perceraian yang disebabkan perselingkuhan pada tahun 2005 mencapai 9,16% atau 13.779 kasus. Jumlah ini jauh lebih banyak dibanding perceraian yang diakibatkan poligami bahkan kekerasan dalam rumah tangga.

Anak yang hidup dalam sebuah keluarga yang bermasalah rata-rata memiliki perilaku yang negatif. Anak-anak tersebut lebih menentang, agresif, kehilangan kontrol diri, mengganggu, banyak menuntut dan mencari perhatian, sangat bergantung, menunjukkan sikap anti sosial, tertekan, bermasalah dalam perilaku yang hiperaktif, banyak masalah di sekolah, dan tidak patuh di rumah dan di sekolah (Rodiguez & Arnold, 1998). Perselingkuhan yang dilakukan oleh ayah sangat mempengaruhi remaja laki-laki. Ayah merupakan figur bagi setiap perilaku remaja laki-laki, sehingga apa yang terjadi pada ayahnya akan sangat mempengaruhi dalam perkembangan moral dan mental remaja termasuk kehidupan seksualnya. Remaja laki-laki cenderung melakukan seks dengan siapa saja tanpa memilih. Padahal remaja laki-laki sangat membutuhkan arahan dari sang ayah, sedangkan dengan perselingkuhan ayah ini anak akan terbawa oleh kemampuan untuk membentuk suatu pemahaman moral yang salah tentang seksual. Sedangkan untuk remaja wanita resiko yang didapat adalah hilangnya kepercayaan dalam membina suatu hubungan dengan lawan jenis, karena ayah merupakan model dalam hubungan cintanya di masa depan (Katch dalam Medved, 1998).

Usaha yang dilakukan untuk menyelesaikan masalah terhadap stresnya, setiap remaja melakukan cara yang berbeda, bisa positif atau negatif, aktif atau menghindar, langsung atau tidak langsung (Zeidner,

1996). Lazarus (dalam Zeidner, 1996) menjelaskan bahwa seseorang seringkali menekan atau mengingkari emosi-emosi negatif yang dirasakannya sebagai perilaku *coping* dengan tujuan memberi rasa aman bagi dirinya sendiri. Melainkan usaha yang dilakukan lebih dirasakan pada mengurangi perasaan yang tidak menyenangkan dan bukan pada mengatasi kesulitan secara langsung.

**Pengertian Perilaku Selingkuh.** Menurut Morgan (dalam Bramantyo, 2002), perilaku merupakan segala sesuatu yang dapat dilakukan individu dan yang dapat diobservasi baik secara langsung maupun tidak langsung. Perilaku tersebut dapat diukur dengan melihat apa yang dilakukan seorang individu dan mendengarkan apa yang dikatakannya, sehingga dapat dibuat suatu kesimpulan mengenai perasaan, sikap, pemikiran dan proses mental yang melatarbelakangi dan yang sedang terjadi.

**Jenis-Jenis Perselingkuhan.** Brown (1997) mengemukakan ada lima jenis perselingkuhan, yaitu:

1. *Conflict avoidance affair* (perselingkuhan karena menghindari konflik)
2. *Intimacy avoidance affair* (perselingkuhan karena menghindari keakraban)
3. *Sexual addiction affair* (perselingkuhan karena kecanduan berhubungan seksual)
4. *Split self affair* (perselingkuhan karena kepribadian yang terpecah)
5. *Exit affair* (perselingkuhan karena meninggalkan pernikahan)

**Faktor-Faktor Penyebab Selingkuh.** Penelitian yang dilakukan oleh Layton- Tholl (2000) menemukan bahwa banyak faktor yang menyebabkan seseorang melakukan perselingkuhan seperti ketidakpuasan hubungan dalam pernikahan, kekosongan emosional, kebutuhan akan variasi seksual, ketidakmampuan menghadapi kesempatan hubungan seksual yang baru, marah kepada pasangan, sudah lama tidak

merasa jatuh cinta, kecanduan alkohol atau obat-obatan, perpisahan keinginan untuk membuat pasangan cemburu dan sebagainya.

**Pengertian Coping.** Pramudi dan Lasmono, (2003) perilaku *coping* juga diartikan sebagai respon yang bersifat perilaku psikologis untuk mengurangi tekanan dan sifat dinamis.

**Bentuk-Bentuk Perilaku Coping.** Lazarus dan Folkman (1984) membagi *coping* menjadi 2 bentuk, yaitu:

a. Problem Focused Coping (PFC)

*Problem Focused Coping* adalah perilaku yang digunakan untuk mengurangi stressor, dengan mempelajari cara-cara atau ketrampilan yang baru. Individu akan cenderung menggunakan strategi ini bila dirinya yakin akan mampu merubah situasi.

b. Emotion Focused Coping (EFC)

*Emotion Focused Coping* adalah perilaku *coping* yang digunakan untuk mengatur respon emosional individu terhadap stres. Bila individu tidak mampu mengubah kondisi stressful, individu akan cenderung mengatur emosinya.

Berdasarkan hal-hal di atas, maka penulis mengajukan pertanyaan penelitian:

1. Bagaimana dinamika psikologis strategi *coping* remaja akhir terhadap masalah di dalam keluarganya yaitu perselingkuhan ayah ?
2. Bagaimana bentuk-bentuk strategi *coping* remaja akhir terhadap masalah di dalam keluarganya yaitu perselingkuhan ayah ?

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui dinamika psikologis strategi *coping* yang digunakan seorang remaja terhadap perilaku selingkuh ayah dan untuk mengetahui jenis-jenis dan bentuk strategi *coping* yang digunakan seorang remaja terhadap perilaku selingkuh ayah.

Manfaat penelitian ini adalah

1. bagi subjek penelitian, khususnya remaja yang melakukan strategi *coping* karena perilaku selingkuh ayah. Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi dan masukan mengenai dinamika perilaku remaja ketika menghadapi peristiwa perselingkuhan yang dilakukan oleh ayah.
2. Bagi orang tua, sebagai informasi dan gambaran mengenai kondisi remaja akhir terhadap dampak perilaku selingkuh orang tua.
3. Bagi peneliti lain. hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat juga bagi para psikolog, dalam melakukan suatu proses konseling dalam keluarga.

Secara teoritis manfaat penelitian ini adalah memberikan tambahan ilmu dan pengetahuan kepada peneliti mengenai kenyataan yang terjadi pada tahap perkembangan remaja yang berhubungan dengan psikologi perkembangan dan psikologi klinis.

## METODE PENELITIAN

Informan utama dalam penelitian ini diambil secara *purposive sampling* yaitu, informan diambil bertalian dengan ciri-ciri atau karakter tertentu (Nasution, 1998). Jumlah informan dalam penelitian ini berjumlah 10 orang, yaitu terdiri dari 4 orang informan utama dua (2) pria dan dua (2) wanita dengan berdasarkan karakteristik sebagai berikut; a) remaja akhir berusia antara 18 sampai 24 tahun b). belum menikah c). berdomisili di Jakarta Barat. 4 orang informan pendukung dan 2 orang remaja awal satu (1) pria dan satu (1) wanita berusia antara 12 sampai 15 tahun.

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian ini maka digunakan metode wawancara sebagai metode utama dan observasi serta

dokumentasi sebagai metode pelengkap. Sedangkan analisis data yang digunakan adalah analisis induktif deskriptif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan dari data yang diperoleh dalam penelitian ini, dapat diketahui bahwa perselingkuhan yang dilakukan ayah menyebabkan perubahan perilaku pada remaja, baik remaja awal maupun remaja akhir. Seperti mabuk-mabukkan, memakai narkoba sampai menurunnya konsentrasi belajar. Selain itu, perilaku selingkuh yang dilakukan ayah menyebabkan perasaan remaja sangat marah, benci dan sedih.

Minum-minuman keras, memakai narkoba dan mudah marah, merupakan perubahan yang terjadi dalam diri informan. perubahan informan sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Rodriguez dan Arnold (1998) dimana dalam menghadapi kekecewaannya terhadap ayahnya adalah dengan menekan perasaan tersebut melalui perilaku negatif di luar rumah, seperti minum-minuman keras, menggunakan narkoba, atau melakukan perilaku positif seperti melakukan kegiatan olah raga, menjadi seorang pacar yang baik dengan menemani sang pacar dalam melakukan kegiatan sehari-hari

Jarang di rumah dan sering pergi ke club malam, merupakan penyebab perilaku selingkuh ayahnya. Ini tidak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Darmokusumo (dalam Tiara, 1993) dimana perilaku selingkuh disebabkan oleh adanya suatu kelainan fisik dalam diri individu, sisi traumatis dalam diri individu, dan faktor mode, dianggap seperti nilai atau norma modern

Informan memandang perselingkuhan adalah tindakan tidak benar, karena telah membohongi perasaan istri. Pandangan informan tidak sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Melly (dalam Tiara, 1993) dimana perselingkuhan dalam perkawinan berarti suami atau istri memiliki hubungan di luar perkawinannya, di

mana hubungan ini bukan sekedar hubungan seksual semata tetapi juga hubungan emosi yang serius sampai ke adegan yang cukup panas

Informan bercerita dengan keluarga dan pacar dalam mengatasi masalah. Usaha informan dalam mengatasi masalahnya sesuai dengan teori yang di kemukakan oleh Aldeum dan Revenson (dalam Nugrahini, 2006) menyebutkan bahwa Tingkah laku *coping* yang berorientasi pada masalah, meliputi : Kehati-hatian dimana individu memikirkan dan mempertimbangkan secara matang beberapa alternatif pemecahan, meminta pendapat dan pandangan tentang masalah yang individu hadapi sekarang.

Remaja akhir adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dimana remaja akhir semakin mantap terhadap fungsi-fungsi inteleknya, dan dalam tahap ini terjadi perubahan kecenderungan memikirkan diri sendiri kepada kecenderungan memperhatikan kepentingan orang lain, sehingga nforman remaja akhir melakukan proses *Problem Focused Coping*, yaitu dimana remaja akhir bercerita kepada keluarga, dan teman dekatnya dalam menyelesaikan masalahnya serta informan berusaha menyelidiki untuk mengetahui perilaku selingkuh ayahnya. Informan memerlukan bantuan orang lain dan keyakinan dengan cara yang diambil dalam menghadapi masalah yang diperoleh, *Coping* ini dirasakan informan sangat membantu dalam mengatasi masalah yang dihadapi informan dan merupakan faktor yang mempengaruhi strategi *Coping* remaja, hal ini sesuai dengan pendapat Mu'tadin (2002) yang mengemukakan strategi *Coping* yang dilakukan oleh remaja untuk menangani situasi yang mengandung tekanan, ditentukan oleh keyakinan atau pandangan positif dan dukungan sosial.

Remaja awal belum mampu mengontrol emosi sehingga informan remaja awal melakukan proses *Emotion Focused Coping*, yaitu dimana remaja awal menangis dikamar dan merenung di tepi jalan *Coping* ini merupakan cara yang dilakukan remaja awal dalam mengatasi perilaku selingkuh yang dilakukan ayah.

Menangis dan merenung dilakukan remaja awal merupakan bentuk *Coping* emosi, dimana sesuai dengan teori Moos (dalam Atkinson, 1997) menambahkan bahwa orang yang menggunakan *Emotion Focused Coping* ini biasanya mencegah emosi negatif yang menguasai dirinya caranya dengan perilaku atau strategi kognitif.

Berdasarkan dari data hasil penelitian ini, dinamika psikologis remaja akhir terhadap perilaku selingkuh ayah adalah marah dan benci dengan ayahnya, karena informan merasa kecewa dengan sosok ayahnya yang dianggap informan sebagai ayah yang tidak bertanggung jawab dengan masa depan anak-anaknya, dan membuat informan merasa tidak percaya diri di hadapan teman-temannya. Perilaku pada diri informan sebelum mengetahui perilaku selingkuh ayahnya yaitu, tidak suka minum-minuman keras, tidak suka memakai narkoba, tidak suka berantem, tidak tatoan, nurut dengan ayah, tidak mudah putus asa, konsen belajar, percaya diri dan perubahan perilaku pada diri informan sesudah mengetahui perilaku selingkuh ayahnya yaitu, minum-minuman keras, memakai narkoba, mudah putus asa, tidak percaya diri, tidak konsen belajar, suka berantem, tatoan, berani melawan ayah, benci dan timbul rasa dendam pada ayah.

### SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dari penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa *coping* remaja akhir terhadap perilaku selingkuh ayah adalah sebagai berikut :

1. Informan remaja akhir melakukan proses *Problem Focused Coping*, yaitu dimana remaja akhir bercerita kepada keluarga, dan teman dekatnya dalam menyelesaikan masalahnya serta informan berusaha menyelidiki untuk mengetahui perilaku selingkuh ayahnya. Informan memerlukan bantuan orang lain dan keyakinan dengan cara yang diambil dalam menghadapi masalah yang diperoleh, *Coping* ini dirasakan

informan sangat membantu dalam mengatasi masalah yang dihadapi informan.

2. Informan remaja awal melakukan proses *Emotion Focused Coping*, yaitu dimana remaja awal merenung di tepi jalan dan menangis yang dilakukan remaja awal. *Coping* ini dirasakan informan dapat membuat diri informan menjadi tenang.
3. Dinamika psikologis remaja akhir terhadap perilaku selingkuh ayah adalah marah dan benci dengan ayahnya, karena informan merasa kecewa dengan sosok ayahnya yang dianggap informan sebagai ayah yang tidak bertanggung jawab dengan masa depan anak-anaknya, dan membuat informan merasa tidak percaya diri di hadapan teman-temannya. Perilaku pada diri informan sebelum mengetahui perilaku selingkuh ayahnya yaitu, tidak suka minum-minuman keras, tidak suka memakai narkoba, tidak suka berantem, tidak tatoan, nurut dengan ayah, tidak mudah putus asa, konsen belajar, percaya diri dan perubahan perilaku pada diri informan sesudah mengetahui perilaku selingkuh ayahnya yaitu, minum-minuman keras, memakai narkoba, mudah putus asa, tidak percaya diri, tidak konsen belajar, suka berantem, tatoan, berani melawan ayah, benci dan timbul rasa dendam pada ayah.

### SARAN

1. bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat menyempurnakan penelitian ini karena penelitian ini jauh dari sempurna yang disebabkan oleh terbatasnya waktu.
2. Bagi informan diharapkan hendaknya lebih berpikir positif dalam memaknai setiap masalah yang datang dalam dirinya setiap masalah pasti ada jalan keluarnya.
3. Bagi Orang Tua diharapkan untuk lebih menyayangi anak-anaknya dari pada menikmati kesenangan pribadi. Yang dibutuhkan anak dalam pertumbuhan menjadi pribadi yang baik adalah kasih sayang keluarga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Atkinson, R, Smith, E, & Bem, D. (1997). *Pengantar Psikologi*. Diterjemahkan oleh Dr. Widjaya Kusuma. Batam : Interaksara.
- Bramantyo. (2002). *Hubungan Antara Pendidikan Seks dari Orang Tua dengan Pengendalian Perilaku Seksual Remaja*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta: Fakultas Psikologi. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Brown, E. (1997). *Types of affairs*. [http:// www. Affairs-help.com/ 1 five types. Html/](http://www.Affairs-help.com/1five/types.html/).
- Departemen Agama RI (2005). *Fenomena yang terjadi dalam kasus perselingkuhan*. <http://www.google.com/search?hl=id&lr=&q=pdf>  
Diakses pada tanggal 10 Januari 2009.
- Layton-Tholl, D. (2000). extramarital affairs : what is the allure? Article :posted in the america online extramarital affairs forum.  
[http : //members. Ad. com/ affairlady/ affair. Html.](http://members.ad.com/affairlady/affair.html)
- Medved, D. (1998). *Do kids ever reciver completely from a parent's Affair*. Denver : Crystalinks.
- Mu'tadin. (2002). *Strategi Coping (on-line)*. Diperoleh dari [http //: www.e.psikologi.com](http://www.e.psikologi.com). Diakses 27 Oktober 2008.
- Pramudi, A dan Lasmono, H. (2003). *Coping Stress pada Etnik Bali, Jawa, dan Sunda*. *Journal Anima Indonesia Psikological*. Vol 18, No 4, 326-340.
- Nasution. (1992). *Metode Penelitian Naturalistik Kualitatif*. Bandung : Tarsim.
- Nugrahini, Ethika. (2006). *Strategi Coping Menghadapi Pidana Mati pada Terpidana Mati*. Skripsi (tidak diterbitkan). Surakarta : Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Rodriguez, H & Arnold, C. (1998). *A Snapshot Children & Divorce*. New York : Center For Law and Social Policy.
- Tiara, S. (1993). *Hubungan Stres Kerja Dengan Perilaku Selingkuh Pada Suami*. [www. Google.com.http://www.skripsisite.com.Pdf-Doc.Htm](http://www.google.com/http://www.skripsisite.com/Pdf-Doc.Htm).  
Diakses 5 November 2008.
- Zeidner, M & Endler, S. (1996). *Handbook of coping: Theory, research, application*. New York : John Wiley & Sons.