

BAB V

PENUTUP

5.1 Bahasan

Hasil uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji hipotesis non-parametrik *Spearman's Rho*. Hasil uji hipotesis menunjukkan adanya arah hubungan positif dengan nilai koefisien relasi sebesar $r = 0.246$ dan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa adanya hubungan yang positif dan signifikan antara variabel *social support* dan *psychological well-being* yang berarti bahwa apabila individu memiliki Tingkat *social support* yang tinggi maka akan memiliki *psychological well-being* yang tinggi pula, dan begitu pula sebaliknya, apabila individu memiliki *social support* yang rendah maka akan memiliki *psychological well-being* yang rendah pula. Dalam konteks *psychological well-being*, *social support* yang dimiliki oleh individu *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam berpacaran dapat berfungsi sebagai sebuah faktor protektif pada individu pasca mengalami perselingkuhan yang dapat menyebabkan berbagai tekanan psikologis pada individu.

Secara umum, *social support* yang dimiliki oleh individu *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam berpacaran dapat memengaruhi *psychological well-being* individu. Hal ini dikarenakan *social support* dapat berfungsi sebagai *buffer* terhadap stres, yaitu mengurangi dampak negatif dari pengalaman menyakitkan yang dialami oleh individu, salah satunya dapat berupa perselingkuhan, sehingga *psychological well-being* individu tetap terjaga. Secara lebih lanjut, menurut Chu et al. (2010) menjelaskan bahwa individu dengan tingkat *social support tinggi* cenderung memiliki *psychological well-being* yang lebih baik karena adanya perasaan diterima, dihargai, dan tidak sendirian dalam menghadapi beban emosional yang dirasakan. Sebaliknya, individu dengan *social support rendah* lebih rentan terhadap gejala psikologis seperti sedih berkelanjutan, distress berkepanjangan, penurunan harga diri, hingga gangguan kepercayaan terhadap relasi di masa depan yang dapat memperburuk *psychological well-being*

mereka. Maka daripada itu, *social support* dapat berperan sebagai faktor protektif yang dapat membantu *emerging adulthood* korban perselingkuhan untuk bangkit dari pengalaman traumatis berupa pengkhianatan sehingga mereka dapat mempertahankan kesejahteraan psikologis mereka dengan baik. Tanpa adanya *social support*, individu mungkin akan lebih sulit untuk mengatasi dampak negatif yang dialami, terutama ketika mengalami pengkhianatan berupa perselingkuhan dalam hubungan berpacaran.

Hasil dari penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara *social support* dengan *psychological well-being*, seperti penelitian yang dilakukan oleh Mantara & Gita (2022) menjelaskan lebih lanjut bahwa *social support* dapat mengatasi berbagai tekanan psikologis yang dirasakan oleh *emerging adulthood* secara umum sehingga dapat menjaga kondisi *psychological well-being* individu, dalam konteks *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Dalam hal ini, dengan adanya *social support*, individu akan merasa bahwa dia diperhatikan oleh orang lain, *social support* ini sendiri dapat berperan untuk memperoleh pengaruh positif, stabilitas, dan pengakuan akan harga diri dalam hidup korban. Kemudian, adapun hasil meta analisis terkait *social support* dan *psychological well-being* yang dilakukan Chu et al. (2010) dari tahun 1985-2008, ditemukan hasil bahwa 60% dari total 121.432 partisipan merasakan dampak dari *social support* terhadap *psychological well-being* mereka. Dalam hal ini, *social support* dapat berfungsi sebagai proteksi terhadap dampak negatif stres sehingga individu dapat memiliki tingkat *psychological well-being* yang lebih tinggi, terutama ketika individu menghadapi tekanan atau pengalaman emosional yang menyakitkan berupa perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Tirone et al. (2021) menjelaskan bahwa *social support* dapat menjadi *buffer* atau penengah antara individu dengan stressor berupa pengkhianatan traumatis oleh pasangan. Dalam hal ini *social support* berperan melalui pengurangan *distress*, peningkatan regulasi emosi, hingga pemaknaan ulang terhadap pengalaman negative yang dialami oleh individu, sehingga *social support* dapat membantu melindungi dan memulihkan

psychological well-being individu yang mengalami pengkhianatan dalam hubungan berpacaran berupa perselingkuhan. Tidak hanya itu saja, adapun temuan Fife et al. (2022) yang menyatakan bahwa pentingnya kehadiran dari hubungan yang mendukung dari sekitar sehingga *social support* yang diterima oleh individu dapat membantu proses pemulihan pada *emerging adulthood* pasca perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Adapun hasil temuan lain yang dilakukan oleh Benight (2004, dalam Pariartha et al., 2022) yang menyatakan bahwa individu yang mendapatkan *social support* dari sekitarnya akan mengalami tekanan psikologis yang lebih sedikit setelah peristiwa traumatis dibandingkan dengan individu yang tidak mendapatkan *social support* dari sekitarnya.

Secara lebih lanjut, hipotesis penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara *social support* dan *psychological well-being*, seperti pada hasil meta-analisis yang dilakukan Chu et al. (2010) menjelaskan bahwa adanya asosiasi positif *small to modest* antara *social support* dan *psychological well-being*, meskipun efeknya tidak begitu besar, namun konsistensi antara kedua variabel di banyak studi yang ada mendukung bahwa *social support* adalah prediktor penting bagi *psychological well-being*. Tidak hanya itu saja, adapun hasil penelitian yang dilakukan oleh Anda et al. (2025) yang menunjukkan *coefficient value* dari variabel *social support* terhadap *psychological well-being* secara langsung adalah sebesar 0.545 atau setara dengan 54.5% dan nilai signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$), yang berarti bahwa ada hubungan yang signifikan antara *social support* dan *psychological well-being*, serta adanya hubungan yang positif antar variabel, dimana semakin tinggi tingkat *social support* maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* individu, dan begitupun sebaliknya.

Berdasarkan tabel tabulasi silang antara usia dan *psychological well-being*, dapat dilihat bagaimana keterkaitan antara usia *psychological well-being*. Mayoritas responden mulai dari usia 18 hingga 25 memiliki *psychological well-being* pada kategori sedang hingga ke tinggi, seperti pada kelompok usia 21 tahun terdapat 61 responden (52.1%) memiliki *psychological well-being* “Sedang” dan

51 responden (43.6%) berada pada kategori “Tinggi”. Akan tetapi, meski sebagian besar responden menunjukkan kondisi *psychological well-being* pada kategori sedang hingga ke tinggi, terdapat sebagian kecil individu yang memiliki *psychological well-being* rendah. Hal ini seperti 3.0% responden pada usia 20 tahun dan 3.4% responden pada usia 21 tahun yang memiliki *psychological well-being* “Rendah”. Bertambahnya usia individu dapat memberikan kesempatan individu untuk mengembangkan mekanisme coping yang lebih efektif dan *self-acceptance*, sehingga menyebabkan *psychological well-being* yang lebih optimal dibandingkan dengan tahapan usia sebelumnya (López et al., 2020).

Berdasarkan tabel tabulasi silang antara jenis kelamin dan *psychological well-being*, dapat dilihat perbedaan jumlah antara responden laki-laki (32 responden) dan perempuan (264 responden). Hal tersebut disebabkan karena perempuan memiliki kecenderungan untuk mengakui *distress* psikologis, mencari bantuan, dan berpartisipasi dalam penelitian terkait hubungan romantis (Nelson et al., 2025). Selain itu, adanya *toxic masculinity* yang menganggap bahwa laki-laki tidak boleh menunjukkan kelemahan dan harus selalu bersikap maskulin, sehingga laki-laki seringkali menghindari untuk menjadi partisipan penelitian dengan keterbukaan terhadap emosi negatif (Wagner & Reifegerste, 2024). Hal ini juga dipengaruhi bahwa mayoritas korban dari perselingkuhan adalah perempuan, dimana hasil penelitian Savoie et al. (2023) mendapatkan hasil bahwa perempuan lebih sering menjadi korban dari perselingkuhan dibandingkan laki-laki.

Berdasarkan tabel tabulasi silang antara *psychological well-being* dan *social support*, dapat dilihat bagaimana keterkaitan antara kedua variabel pada *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Sebagian besar responden yang memiliki *social support* tinggi akan memiliki *psychological well-being* yang tinggi pula, hal ini ditunjukkan oleh sebanyak 60 responden (20.3%) memiliki *social support* “Sangat Tinggi” dan *psychological well-being* “Tinggi”. Akan tetapi, meski sebagian besar responden menunjukkan hubungan yang positif antara *social support* dan *psychological well-being*, adapun individu yang memiliki *social support* tinggi tetapi *psychological well-being* yang rendah. Hal

ini seperti pada 0.3% responden pada *social support* “Sangat Tinggi” dan “Tinggi” yang memiliki *psychological well-being* “Rendah”.

Berdasarkan pada data tabulasi silang antara dukungan sosial dan *psychological well-being*, terdapat data yang menunjukkan bahwa terdapat dukungan sosial tinggi, akan tetapi *psychological well-being* rendah. Menurut (Wang & Gruenewald, 2019) individu dengan *social support* yang tinggi seringkali memiliki beban psikologis, ketika *social support* yang diterima terlalu banyak dan dirasa membebani, dimana individu tidak bisa memberikan *feedback* atau balasan terhadap dukungan tersebut, maka hal ini dapat memberikan beban tersendiri bagi individu tersebut. Dalam konteks *emerging adulthood* yang menjadi korban perselingkuhan, apabila dirinya mendapatkan banyak dukungan dari lingkungan sekitarnya, dan ketika saat individu masih belum bisa untuk pulih meski sudah mendapatkan banyak dukungan, maka hal tersebut akan membuat dirinya semakin merasakan adanya beban tambahan untuk dirinya agar segera pulih dari kondisi tersebut.

Hal tersebut juga dijelaskan oleh Shin & Park (2022) bahwa tingginya dukungan sosial tidak selalu berhubungan positif dengan *psychological well-being* individu. Apabila dukungan sosial yang diterima individu dari lingkungannya merupakan tipe dukungan yang bersifat mengatur atau membatasi individu, maka dapat menyebabkan hilangnya otonomi dan kenyamanan individu. Dalam konteks *emerging adulthood* yang menjadi korban perselingkuhan, apabila ruang gerak atau kebebasan yang dimiliki dibatasi oleh orang lain dengan melabelinya sebagai “dukungan” bagi korban agar semakin cepat pulih, maka hal tersebut dapat menyebabkan individu semakin stres dan menurunkan *psychological well-being* individu. Label yang mengekang individu dapat membuat individu menjadi tidak nyaman dengan dukungan tersebut, dimana dukungan yang seharusnya bersifat konstruktif menjadi destruktif bagi individu. Hal tersebut juga menjelaskan apabila semakin rendahnya *social support*, maka dapat meningkatkan *psychological well-being* individu. Dikarenakan apabila semakin sedikit *social support* yang membatasi individu, maka dapat menyebabkan individu semakin bebas dalam mengatasi masalahnya dan mengekspresikan dirinya.

Berdasarkan pada data tabulasi silang antara dukungan sosial dan *psychological well-being*, terdapat data yang menunjukkan tingkat *social support* rendah, akan tetapi memiliki *psychological well-being* tinggi. Menurut (Evans & Fisher, 2021) ketergantungan individu yang rendah terhadap dukungan eksternal menyebabkan *psychological well-being* individu berada dalam tingkat yang tinggi. Dalam konteks *emerging adulthood* korban perselingkuhan, ketika individu tidak bergantung pada dukungan eksternal maka individu akan cenderung membangun kebahagiaan atau kesejahteraan dari dalam dirinya sendiri, yang menyebabkan meski tidak adanya *social support* yang masif dari orang lain, individu dapat tetap bangkit dari permasalahan yang dialami.

Pada penelitian ini didapatkan bahwa *social support* memberikan sumbangan efektif sebesar 6.05% terhadap variabel *psychological well-being*, hal ini menunjukkan bahwa *social support* bukanlah satu-satunya variabel yang menjadi faktor penentu *psychological well-being* yang dimiliki oleh *emerging adulthood* yang pernah menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dan terdapat variabel lain yang mampu memengaruhi *psychological well-being* yang dimiliki.

Psychological well-being dapat dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal lainnya. Faktor internal yang mampu memengaruhi *psychological well-being* adalah jenis *emotional intelligence*, religiusitas, dan *self-esteem*, untuk faktor eksternal yang mampu memengaruhi *psychological well-being* adalah status sosial ekonomi, lama waktu hubungan, dan lingkungan keluarga.

Emotional intelligence yang dimiliki individu mampu memengaruhi tingkat *psychological well-being* karena *emotional intelligence* berfungsi sebagai kemampuan dalam mengenali, memahami, dan meregulasi emosi diri sendiri maupun orang lain. Individu dengan *emotional intelligence* yang baik akan lebih adaptif, yang memungkinkan individu mengembangkan strategi koping yang efektif saat menghadapi situasi sulit atau penuh tekanan. Sehingga, apabila individu memiliki *emotional intelligence* yang baik maka individu akan mampu untuk menjadi lebih adaptif apabila mengalami tekanan secara psikologis dan menyebabkan individu melakukan mekanisme koping yang lebih konstruktif, hal

tersebut juga menyebabkan individu memiliki hubungan sosial yang lebih baik (Pauletto et al., 2021). Dalam konteks *emerging adulthood* yang mengalami perselingkuhan, apabila individu memiliki *emotional intelligence* yang baik maka secara emosional individu tidak akan mengalami dampak yang terlalu besar akibat diselingkuhi oleh pasangannya.

Religiusitas adalah keyakinan individu untuk menginternalisasi keyakinan ajaran agama dan diimplementasikan dalam perilaku sehari-hari, hal ini mampu memengaruhi *psychological well-being* dikarenakan religiusitas dapat menyebabkan individu memiliki pemaknaan yang lebih positif terhadap pengalamannya, sehingga menumbuhkan optimisme dan menghindari gangguan psikologis. Ketika individu memiliki religiusitas yang tinggi, maka ketika mengalami permasalahan akan dimaknai secara lebih positif dan tidak rentan mengalami gangguan psikologis (Coelho-júnior et al., 2022). *Emerging adulthood* korban perselingkuhan yang memiliki religiusitas tinggi akan memaknai pengalaman tersebut sebagai pembelajaran dan wadah untuk mengembangkan diri menjadi lebih baik dari sebelumnya.

Self-esteem merupakan pandangan subjektif atau penilaian individu terhadap dirinya, hal ini mampu memengaruhi *psychological well-being* dikarenakan *self-esteem* memengaruhi bagaimana evaluasi individu secara menyeluruh terkait seberapa bernilai, kompeten, dan bergunanya individu dalam kehidupan sehari-hari. Ketika individu memiliki *self-esteem* yang positif, maka terdapat kecenderungan melihat masalah yang dialami sebagai tantangan, bukan sebagai tanda ketidakmampuan pribadi, hal ini melindungi individu dari masalah psikologis depresi dan mampu meningkatkan ketahanan mental (Manish & Ahirwar, 2025). *Emerging adulthood* korban perselingkuhan yang memiliki *self-esteem* yang positif akan menganggap kejadian diselingkuhi sebagai penanda kekurangan dirinya dan menyebabkannya berlarut dalam perasaan *insecure*, akan tetapi individu tersebut akan masalah ini sebagai cara meningkatkan *value* dirinya.

Faktor eksternal yang dapat memengaruhi *psychological well-being* individu yaitu kondisi sosial ekonomi. Kondisi sosial ekonomi dapat memengaruhi *psychological well-being* disebabkan karena status sosial ekonomi yang cukup

dapat memberikan akses terhadap pendidikan dan pelayanan kesehatan fisik maupun psikologis, sedangkan individu dengan status sosial ekonomi yang cenderung kurang akan sering menghadapi tekanan finansial, ketidakpastian pekerjaan, dan keterbatasan fasilitas kesehatan, yang meningkatkan stres kronis, kecemasan, dan risiko depresi (Egaña-Marcos et al., 2025). Dalam konteks *emerging adulthood* yang mengalami perselingkuhan, apabila memiliki sosial ekonomi yang kurang hal ini akan dipandang sebagai justifikasi dari pasangan yang melakukan selingkuh.

Lama hubungan dapat memengaruhi *psychological well-being* dikarenakan adanya keterikatan emosional terhadap pasangan, seringkali semakin lama hubungan maka akan menandakan semakin dalam keterikatan emosional individu dengan pasangannya (Grundström et al., 2021). Semakin dalam keterikatan emosional individu dengan pasangannya maka akan menyebabkan semakin besar dampak psikologis yang didapat apabila individu dikhianati oleh pasangan, hal ini terjadi dikarenakan individu telah membangun kedekatan secara mendalam dengan pasangannya tersebut. Selain itu, lingkungan keluarga yang memberikan rasa aman, cinta, dan penerimaan tanpa syarat pada individu akan menyebabkan individu memiliki stabilitas emosi dan juga *self-esteem* yang lebih baik. Sebaliknya lingkungan keluarga yang sering terjadi konflik, terdapat kekerasan, dan adanya pengabaian pada individu akan menyebabkan individu memiliki rasa tidak berdaya, tidak percaya diri, dan mengalami gejala depresi (An et al., 2024).

Secara lebih lanjut, adapun beberapa keterbatasan yang terdapat dalam penelitian ini, yakni sebagai berikut:

a. Waktu dan Variasi Data yang Terbatas

Pengambilan data dalam waktu yang singkat yakni kurang dari 1 bulan membuat data yang diperoleh kurang maksimal dan tidak dapat mencakup berbagai kalangan usia dan jenis kelamin yang dibutuhkan secara merata dan maksimal. Selain itu, penting juga untuk mengumpulkan data demografis subjek yang lebih beragam (seperti lama waktu pacaran, sudah berapa lama putus dengan pelaku, berapa lama korban mendapat pasangan setelah putus, dan lain sebagainya) untuk dapat dijadikan sebagai data pendukung tambahan

yang dapat digunakan untuk memperjelas konteks penelitian lebih lanjut secara deskriptif. Oleh karena itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat melakukan pengambilan data dengan waktu yang lebih lama sehingga dapat menjangkau responden yang bervariasi, mengumpulkan data terkait demografis subjek yang lebih bervariasi, dan disarankan juga untuk menambahkan pertanyaan terbuka yang relevan dengan variabel yang diteliti dalam kuesioner yang disebar dikarenakan pada bagian saran evaluasi kuesioner terdapat cukup banyak responden yang menyampaikan perasaannya terkait peristiwa perselingkuhan yang dialami dan juga terdapat responden yang menyampaikan bahwa perlunya ditambahkan beberapa pertanyaan terbuka agar responden dapat menjelaskan perasaannya secara lebih mendalam. Maka, penting untuk menambahkan pertanyaan terbuka yang relevan agar responden dapat merefleksikan perasaannya, sehingga dapat membuat hasil data yang diperoleh lebih autentik dan lengkap.

b. Validitas Item Alat Ukur

Dalam proses pengumpulan data terdapat 18 item dari alat ukur *Ryff's Scale of Psychological Well-Being* yang tidak memenuhi standar uji validitas yaitu > 0.3 pada putaran pertama. Namun, dari 18 item yang memiliki nilai < 0.3 , terdapat 17 item yang tidak digugurkan dikarenakan terdapat beberapa pertimbangan tertentu, kemudian 1 item lainnya digugurkan karena memiliki nilai validitas yang negatif. Kemudian, pada putaran kedua, terdapat 18 item yang memiliki nilai < 0.3 , namun dari 18 item yang ada tidak ada yang digugurkan dikarenakan terdapat beberapa pertimbangan tertentu. Berdasarkan saran evaluasi kuesioner yang ada, hal ini mengindikasikan bahwa terdapat kesulitan pada subjek dalam memahami maksud dari beberapa item yang ada serta adanya kejenuhan pada responden dikarenakan item pertanyaan yang ada dirasa terlalu banyak. Oleh karena itu, diharapkan penelitian selanjutnya dapat memperhatikan dengan lebih cermat mengenai translasi alat ukur yang ada atau mempertimbangkan penyusunan kalimat pada item-item yang ada serta menyusun *google form* dengan sebaik mungkin

sehingga para responden tidak merasa jenuh dikarenakan pada satu *section* yang sama terdapat begitu banyak pertanyaan.

c. Data yang Tidak Terdistribusi Secara Normal

Dalam penelitian ini, salah satu dari variabel tidak terdistribusi secara normal yaitu variabel *social support*, sedangkan variabel *psychological well-being* terdistribusi secara normal. Hal ini disebabkan karena alat ukur variabel *social support* hanya terdiri atas item *favorable* yang dapat meningkatkan kemungkinan individu menjawab pada skala agak setuju hingga sangat setuju. Sedangkan skala *psychological well-being* terdiri atas item *favorable* dan *unfavorable*, sehingga data yang didapatkan cenderung tersebar dalam berbagai pilihan skala dan seimbang. Selain itu, adanya budaya kolektif yang ada di Indonesia sehingga menyebabkan mayoritas responden akan mendapatkan dukungan sosial yang cukup dari lingkungan sekitarnya. Hal tersebut menyebabkan persebaran data dukungan sosial hanya terkonsentrasi pada pilihan jawaban tertentu dan menyebabkan data menjadi tidak normal.

5.2 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara *social support* dan *psychological well-being* pada individu *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dengan hasil uji statistik non-parametrik *Spearman's Rho* dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r = 0.246$ dan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$) yang berarti bahwa ada hubungan yang positif antar kedua variabel. Hal ini berarti apabila semakin tinggi *social support* yang dimiliki oleh *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam berpacaran, maka semakin tinggi pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah *social support* yang dimiliki oleh *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam berpacaran, maka semakin rendah pula tingkat *psychological well-being* yang dimiliki. Secara lebih lanjut, mayoritas responden pada penelitian ini berada pada tingkat *social support* sangat tinggi dan *psychological well-being* tinggi sebanyak 60 responden (20.3%). Kemudian, adapun sumbangan efektif dari

variabel *social support* terhadap *psychological well-being* sebesar 6.05% yang diperoleh melalui rumus $r^2 \times 100\%$ dan 93.95% lainnya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

5.3 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, terdapat beberapa saran yang dapat diajukan oleh peneliti, yakni sebagai berikut:

a. Bagi Partisipan

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa *social support* berhubungan dengan tingkat *psychological well-being* individu. Oleh karena itu, penting bagi partisipan memiliki *social support* yang cukup dari sekitarnya guna dapat menjaga tingkat *psychological well-being* yang dimiliki.

b. Bagi Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian ini, diketahui bahwa *social support* berhubungan dengan tingkat *psychological well-being* individu. *Emerging adulthood* merupakan individu yang masih berada dalam fase eksplorasi diri dan pembentukan identitas untuk menentukan jalan hidup seperti apa yang ingin ditempuh. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dari *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dapat memberikan serta menciptakan ruang yang aman untuk mereka dapat berbagi cerita dan perasaannya secara terbuka serta memberikan dukungan yang dibutuhkan agar *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dapat mencapai tingkat *psychological well-being* yang sehat.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih dalam mengenai keterkaitan antara variabel *social support* dan *psychological well-being* dengan melibatkan berbagai kelompok usia dan jenis kelamin untuk melihat apakah adanya perbedaan atau kesamaan dalam hubungan antara *social support* dan *psychological well-being*. Selain itu, peneliti selanjutnya dapat memperluas data demografis subjek (seperti sudah berapa lama putus dengan pelaku, berapa lama korban mendapat pasangan setelah putus, dan lain

sebagainya). Tidak hanya itu saja, peneliti selanjutnya juga diharapkan dapat menambahkan variabel lain; seperti *emotional intelligence*, religiusitas, *self-esteem*, status sosial ekonomi, lama waktu hubungan, dan lingkungan keluarga untuk melihat bagaimana faktor tersebut berinteraksi dengan *psychological well-being* pada *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. Kemudian, agar mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam, peneliti selanjutnya dapat mempertimbangkan penelitian dengan pendekatan kualitatif guna mengeksplorasi lebih jauh pengalaman subjektif *emerging adulthood* korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dalam mencapai tingkat *psychological well-being* yang sehat melalui *social support* yang ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianto, S., & Pudrianisa. S. L. G. (2023). Representasi perempuan dalam perselingkuhan (critical language pada judul rubrik "ambyar" radarsemarang.id). *Jurnal PIKMA: Publikasi Ilmi Komunikasi Media dan Cinema*, 6(1), 12-26. <https://doi.org/10.21107/ilkom.v18i2.26708>
- Akbar, Z., & Aisyawati, M. S. (2021). Coping strategy, social support, and psychological distress among University Students in Jakarta, Indonesia during the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Psychology*, 12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.694122>
- An, J., Zhu, X., Shi, Z., & An, J. (2024). A serial mediating effect of perceived family support on psychological well-being. *BMC Public Health*, 24(1), 940. <https://bmcpublichealth.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12889-024-18476-z>
- Anda, R., Nur'aini, N., & Surbakti, A. (2025). The role of social support in enhancing psychological well-being: the mediating effect of self-esteem in first-year University Students. *AL-ISHLAH: Jurnal Pendidikan*, 17(1), 693–706. <https://doi.org/10.35445/alishlah.v17i1.5824>
- Arnett, J. J. (2024). *Emerging adulthood: the winding road from the late teens through the twenties* (3rd ed.). Oxford University Press New York. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197695937.001.0001>
- Batson, C. D., Lishner, D. A., & Stocks, E. L. (2015). The empathy–altruism hypothesis. In *The Oxford Handbook of Prosocial Behavior*. Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780195399813.013.023>
- Benokraitis, N. V. (2015). *Marriages and families (2nd edition) change, choices and constraint*. Pearson.
- Blow, A. J., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in committed relationships II: a substantive review. *Journal of Marital and Family*, 31(2), 217–233. <https://doi.org/https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2005.tb01556.x>
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience. *American Psychologist*, 59(1), 20–28.
- Cano, A., & O'Leary, K. D. (2000). Infidelity and separations precipitate major depressive episodes and symptoms of nonspecific depression and anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(5), 774–781. <https://doi.org/10.1037/0022-006X.68.5.774>

- Clark-Carter, D. (2024). *Quantitative Psychological Research*. Routledge.
<https://doi.org/10.4324/9781003208419>
- Coelho-Júnior, H. J., Calvani, R., Panza, F., Allegri, R. F., Picca, A., Marzetti, E., & Alves, V. P. (2022). Religiosity/spirituality and mental health in older adults: a systematic review and meta-analysis of observational studies. *Frontiers in Medicine*, 9.
<https://doi.org/10.3389/fmed.2022.877213>
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 31.
- Degenova, M. K., & Rice, F. P. (2005). *Intimate relationships, marriages, and families*.
- Egaña-Marcos, E., Collantes, E., Diez-Solinska, A., & Azkona, G. (2025). The influence of loneliness, social support and income on mental well-being. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 15(5), 70. <https://doi.org/10.3390/ejihpe15050070>
- Evans, M., & Fisher, E. B. (2022). Social isolation and mental health: the role of nondirective and directive social support. *Community Mental Health Journal*, 58(1), 20–40. <https://doi.org/10.1007/s10597-021-00787-9>
- Febriyanto, A. D., & Palupi, L. S. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada pensiunan Pegawai Negeri Sipil Birokrasi Pemerintahan Persatuan Wredatama Republik Indonesia (Pwri) di Kabupaten Nganjuk. *Jurnal Psikologi Kepribadian & Sosial*, 6, 12–28.
- Fife, S. T., Theobald, A. C., Gossner, J. D., Yakum, B. N., & White, K. L. (2022). Individual healing from infidelity and breakup for emerging adults: a grounded theory. *Journal of Social and Personal Relationships*, 39(6), 1814–1838.
<https://doi.org/10.1177/02654075211067441>
- Freyd, J. J. (1996). *Betrayal trauma: the logic of forgetting childhood abuse*.
- Grundström, J., Kontinen, H., Berg, N., & Kiviruusu, O. (2021). Associations between relationship status and mental well-being in different life phases from young to middle adulthood. *SSM - Population Health*, 14, 100774. <https://doi.org/10.1016/j.ssmph.2021.100774>
- Heinzen, T., & Goodfriend, W. (2019). *Social psychology*.

- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: evidence regarding its causes and consequences†. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 1(2), 137–164. <https://doi.org/10.1111/j.1758-0854.2009.01008.x>
- Ikhsan, A. S. R. (2003). *Agenda cinta remaja Islam*. DIVA Press.
- Ismail, R. G., & Indrawati, E. S. (2013). Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada mahasiswa STIE Dharmaputera Program Studi Ekonomi Semarang. *Jurnal Empati*, 2(4), 1–9.
- Jabnabillah, F., & Margina, N. (2022). Analisis korelasi pearson dalam menentukan hubungan antara motivasi belajar dengan kemandirian belajar pada pembelajaran daring. In *Jurnal Sintak*, 1(1).
- Justice, A. (2025). *Understanding the psychological impacts of cheating in a relationship: infidelity & its impact on mental health*. BetterHelp. <https://www.betterhelp.com/advice/relations/understanding-the-psychological-impacts-of-cheating-in-a-relationship/>
- Leeker, O., & Carlozzi, A. (2014). Effects of sex, sexual orientation, infidelity expectations, and love on distress related to emotional and sexual infidelity. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40(1), 68–91. <https://doi.org/10.1111/j.1752-0606.2012.00331.x>
- Maharani, W., & Yundianto, D. (2024). Forgive, not forget: exploring the influence of perception of dating infidelity to forgiveness behaviour in women. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 12(1), 1–7. <https://doi.org/10.22219/jipt.v12i1.26094>
- Manish, & Ahirwar, G. (2025). A multidimensional study of psychological well-being in relation to intrapersonal and interpersonal factors. *Universal Research Reports*, 12(1), 578–585. <https://doi.org/10.36676/urr.v12.i1.1577>
- Mantara, A. Y., & Gita. (2022). Mediation of Social Support on The Effect of Self Disclosure on Psychological Well-being in Unmarried Early Adults in Malang City. *KnE Social Sciences*. <https://doi.org/10.18502/kss.v7i18.12381>
- Meinck, S. (2020). Reliability and validity of international large-scale assessment. In *IEA Research for Education*, 10.
- Mosley, T. L. (2022). *Forever imprinted: understanding the between trauma within intimate relationships and adult attachment*.

- Nelson, T., Gebretensay, S. B., Sellers, A. M., & Moreno, O. (2025). Contextualizing help-seeking attitudes and help-seeking intention: the role of superwoman schema among black college women. *Journal of Racial and Ethnic Health Disparities*, 12(4), 2623–2632. <https://doi.org/10.1007/s40615-024-02075-0>
- Norona, J. C., Olmstead, S. B., & Welsh, D. P. (2018). Betrayals in emerging adulthood: a developmental perspective of infidelity. *The Journal of Sex Research*, 55(1), 84–98. <https://doi.org/10.1080/00224499.2017.1342757>
- Olson, M. M., Russell, C. S., Higgins-Kessler, M., & Miller, R. B. (2002). Emotional processes following disclosure of an extramarital affair. *Journal of Marital and Family*, 28(4), 423–434.
- Pauletto, M., Grassi, M., Passolunghi, M. C., & Penolazzi, B. (2021). Psychological well-being in childhood: the role of trait emotional intelligence, regulatory emotional self-efficacy, coping and general intelligence. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 26(4), 1284–1297. <https://doi.org/10.1177/13591045211040681>
- Pradipta, P., & Shanti, T. I. (2023). Gambaran proses pengampunan pada istri beragama Katolik yang pernah mengalami perselingkuhan. *Jurnal Psikologi Ulayat: Indonesian Journal of Indigenous Psychology*, 10(2), 251–283. <https://doi.org/10.24854/jpu673>
- Rahmatih, A. N., Fauzi, A., & Ermiana, I. (2020). Hubungan motivasi dan kemandirian belajar mahasiswa calon guru sekolah dasar. *Wahana Sekolah Dasar*, 28(2), 76–83. <https://doi.org/10.17977/um035v28i22020p076>
- Reo, G., Soetjiningsih, C. H., & Wijono, S. (2024). Social support and self-esteem as predictors of psychological well-being of Generation Z students. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 6(2), 1–11. <https://doi.org/10.51214/002024061036000>
- Rokach, A., & Chan, S. H. (2023). Love and infidelity: causes and consequences. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(5), 3904. <https://doi.org/10.3390/ijerph20053904>
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719–727.

- Santrock, J. W. (2019). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill Education.
- Saputra, M. R., & Palupi, L. S. (2020). Relationship between social support and psychological well-being of the final year students. *E3S Web of Conferences*, 202, 12027. <https://doi.org/10.1051/e3sconf/202020212027>
- Savoie, J. M., Zinck, M., & Fisher M L. (2023). Between the lines of betrayal: an examination of a large-scale survey on sex differences in infidelity behaviors, motivations, and outcomes. *EvoS Journal: The Journal of the Evolutionary Studies Consortium*, 54–67.
- Setyawati, I., Fahiroh, S. A., & Poerwanto, A. (2022). Hubungan antara dukungan sosial dengan kesejahteraan psikologis pada remaja di UPT PRSMPS Surabaya. *ARCHETYPE: Jurnal Ilmiah Psikologi & Terapan*, 5(1), 1.
- Shaleha, R. R. A., & Kurniasih, I. (2021). Ketidaksetiaan : eksplorasi Ilmiah tentang perselingkuhan. *Buletin Psikologi*, 29(2), 218–230. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.55278>
- Shin, H., & Park, C. (2022). Social support and psychological well-being in younger and older adults: the mediating effects of basic psychological need satisfaction. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1051968>
- Slavin, R. E. (2018). *Educational psychology: theory and practice* (12th ed.). Pearson.
- Snyder, C. R., & Lopez, S. J. (2007). *The scientific and practical explorations of human strengths*. Sage Publications, Inc.
- Subotnik, R. H., & Harris, G. (2005). *Surviving infidelity: making decisions, recovering from the pain* (3rd ed.). Adams Media.
- Sulaeman, M. R., & Kustimah, D. (2024). Hubungan perceived social support dengan psychological well-being pada Ibu bekerja. *Jurnal Psikologi Sains*, 8(1), 52–65. <https://jurnal.unpad.ac.id/jpsp/>
- Syamsuri, M. V., & Yitnamurti, S. (2020). Infidelity from psychiatric perception. *Jurnal Psikiatri Surabaya*, 6(1), 1. <https://doi.org/10.20473/jps.v6i1.19101>
- Tang, Y., Hans, J. D., & Vowels, L. M. (2022). Comparison of indirect and direct approaches to identifying an unfaithful partner. *Journal of Sex*

and *Marital Therapy*, 49(3), 287–298.
<https://doi.org/10.1080/0092623X.2022.2102098>

Thompson, A. P. (1983). Extramarital sex: a review of the research literature. *The Journal of Sex Research*, 19(1), 1–22.
<https://doi.org/10.1080/00224498309551166>

Tirone, V., Orlowska, D., Lofgreen, A. M., Blais, R. K., Stevens, N. R., Klassen, B., Held, P., & Zalta, A. K. (2021). The association between social support and posttraumatic stress symptoms among survivors of betrayal trauma: a meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, 12(1).
<https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1883925>

Uchino, B. N. (2004). *Social support and physical health*. Yale University Press. <https://doi.org/10.12987/yale/9780300102185.001.0001>

Understanding the impact of infidelity on mental health. (n.d.). <https://msrcc.com.au/blog/understanding-impact-of-infidelity-on-mental-health/>. Retrieved 9 June 2025, from <https://msrcc.com.au/blog/understanding-impact-of-infidelity-on-mental-health/>

Wagner, A. J. M., & Reifegerste, D. (2024). Real men don't talk? Relationships among depressiveness, loneliness, conformity to masculine norms, and male non-disclosure of mental distress. *SSM - Mental Health*, 5, 100296.
<https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.2024.100296>

Wang, D., & Gruenewald, T. (2019). The psychological costs of social support imbalance: variation across relationship context and age. *Journal of Health Psychology*, 24(12), 1615–1625.
<https://doi.org/10.1177/1359105317692854>

Wdowiak, K., Maciocha, A., Wąż, J., Słomka, P., Drogoń, J., Chachaj, W., Remiszewski, P., & Konieczko, D. (2024). Cheating in relationships – literature review. *Polish Journal of Public Health*, 134, 104–108.
<https://doi.org/10.12923/2083-4829/2024-0023>

Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment*, 52(1), 30–41.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5201_2