

## OPTIMISME DALAM PENGKHIANATAN: PENGARUH RELIGIUSITAS TERHADAP OPTIMISME PADA KORBAN PERSELINGKUHAN

Ulfi Diva Zahrona, Rizkiani Amalia, Nur Aprilia, Devie Yundianto, Chintia Viranda

Universitas Nahdlatul Ulama Indonesia  
Jl. Taman Amir Hamzah No.5, RT.8/RW.4, Pegangsaan, Kec. Menteng, Kota Jakarta Pusat,  
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10320

[ulfidz@gmail.com](mailto:ulfidz@gmail.com)

### Abstrak

Keyakinan yang dimiliki oleh seseorang dapat menimbulkan kepercayaan terhadap satu sama lain, khususnya dalam suatu hubungan. Sikap tersebut dilakukan sebagai upaya untuk mempertahankan suatu hubungan. Karena itu, penelitian ini dilakukan guna mengetahui apakah ada keterkaitan atau pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan convenience sampling dengan jumlah 141 sampel. Skala yang digunakan dalam penelitian ini ialah International Islamic University Malaysia Religiosity Scale (IIUMRelS) dengan 10 item dan The Indonesian version of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) dengan 6 item. Analisis regresi digunakan sebagai teknik analisis dalam penelitian ini. Hasil dari analisis adalah adanya pengaruh religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan, yang mana nilai konsisten optimisme sebesar 10,794 dan nilai koefisien regresi pada variabel religiusitas sebesar 0,323. Hal tersebut menunjukkan bahwa sebesar 26,8% religiusitas memiliki pengaruh terhadap optimisme dan sisanya dipengaruhi faktor lain. Kesimpulan dari penelitian ini ialah semakin tingginya tingkat religiusitas terhadap optimisme maka akan semakin tinggi juga tingkat optimisme pada korban perselingkuhan.

**Kata Kunci:** Optimisme; Perselingkuhan; Religiusitas

### Abstract

*Efficacy that someone owns can lead to trust in one another, especially in a relationship. This attitude is done as an effort to maintain a relationship. Therefore, this research was conducted to determine whether there is a relationship or influence between religiosity and optimism in infidelity victims. Sampling was carried out using convenience sampling with a total of 141 samples. The scale used in this study is the International Islamic University Malaysia Religiosity Scale (IIUMRelS) with 10 items and The Indonesian version of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) with 6 items. Regression analysis is used as an analytical technique in this study. The result of the analysis is that religiosity influences optimism in infidelity victims, where the consistent value of optimism is 10.794, and the value of the regression coefficient on the religiosity variable is 0.323. This shows that 26.8% of religiosity influences optimism, and other factors influence the rest. This study concludes that the higher the religiosity towards optimism, the higher the optimism for infidelity victims.*

**Keywords:** Infidelity; Optimism; Religiosity

## PENDAHULUAN

Dalam waktu yang singkat, berita mengenai kasus perselingkuhan kembali mengemuka. Tak hanya kalangan selebritis, namun masyarakat biasa pun banyak yang mengalami kejadian tak mengenakan tersebut. Dengan terus beredarnya berita di media sosial, kasus perselingkuhan ini seakan tidak pernah ada habisnya. Di antara pasangan yang sudah menikah, perselingkuhan adalah yang paling sering dilaporkan sebagai alasan karena merupakan salah satu prediktor perceraian yang paling kuat. Yang mengejutkan adalah perilaku menyimpang ini tidak hanya

terjadi masa sekarang, namun sudah ada sejak nenek moyang yang dibenarkan dengan fakta bahwa mereka telah melakukan cinta bebas atau hubungan laki-laki dan perempuan tanpa adanya sebuah ikatan.

Selaras dengan makna cinta bebas, perselingkuhan sendiri diartikan sebagai pelanggaran yang dilakukan oleh seseorang yang sudah memiliki pasangan, namun tetap berhubungan dengan orang lain di luar dengan pasangannya. Pada studi sosiologis dan psikologi, perselingkuhan diklasifikasikan menjadi tiga bagian, yaitu perselingkuhan secara emosional, seksual, dan online, yang dapat terjadi melalui dua sumber penyebab terjadinya perselingkuhan, seperti kurangnya kepercayaan dan adanya kebohongan dalam suatu hubungan (Shaleha & Kurniasih, 2021; Romania & Apostu, 2016).

Dalam kaitannya dengan suatu hubungan, optimisme memiliki peran yang cukup penting. Mengenai definisi optimisme itu sendiri, Goodwin & Williams (2023) menyatakan bahwa optimisme adalah tentang bagaimana kemampuan mengantisipasi seseorang terhadap masa depan yang positif dan memiliki keyakinan untuk mencapai hasil yang sesuai dengan yang diinginkan. Ketika seseorang memiliki tujuan tersebut, hal ini akan berkontribusi pada peningkatan optimisme dan motivasi yang lebih besar. Pengertian lain tentang optimisme bisa disebut dengan ekspektasi. Ekspektasi optimis akan kesetiaan pada pasangan adalah benar jika didasarkan pada bukti-bukti yang diakumulasikan bahwa mereka telah menahan atau menolak godaan untuk menyimpang. Seseorang yang optimis terhadap masa depan hubungannya akan secara aktif berusaha untuk mempertahankan hubungan mereka hingga akhirnya mencapai tujuan yang diinginkan. Terdapat dinamika yang terjadi bahwa semakin individu percaya (optimis) terhadap pasangannya, maka semakin rendah perkiraan perselingkuhan yang terjadi (Fitriana, 2013; Goodwin & Williams, 2023; Watkins & Boon, 2016).

Optimisme merupakan sebuah keyakinan yang selalu mengharapkan sesuatu yang baik dalam segala hal sehingga sikap ini kerap kali dihubungkan dengan religiusitas. Religiusitas berkaitan dengan suatu orientasi keagamaan seseorang, yang mana agama dipandang sebagai pembimbing, makna, atau pengembangan diri. Atau dapat dikatakan juga agama ini dipergunakan oleh dirinya sendiri maupun lingkungan sosial (Ysseldyk dkk., 2010). Religiusitas ini juga merujuk pada bermacam-macam aspek kegiatan keagamaan atau keyakinan dan dedikasi atau dapat disebut sebagai sosiologis komprehensif yang berfokus pada perilaku sosial dan doktrin yang melibatkan sistem ibadah dalam suatu golongan (Mahudin dkk., 2016; Pramintari dkk., 2022). Adapun maksud dari Agama yaitu suatu keyakinan yang telah diajarkan sejak kecil. Selain itu agama tersebut juga adalah faktor budaya dalam suatu kelompok yang dapat membentuk suatu perilaku-perilaku dalam diri individu. Yang berarti tindakan dan keputusan suatu individu dapat dipengaruhi oleh nilai-nilai keberagamaan individu itu sendiri (Shah Alam dkk., 2011).

Rasa tenang yang didapatkan oleh korban perselingkuhan adalah ketika mereka mendapatkan suatu spiritual-religiusitas. Dilaporkan juga bahwa terdapat rasa optimis atau ketenangan serta kestabilan psikologis yang didapatkan oleh korban perselingkuhan dari spiritualitasnya. Disebutkan juga bahwa korban perselingkuhan yang mulanya ingin membalaskan dendam dan memiliki kebencian, tetapi dengan prakteknya pada spiritual keagamaan dapat mengurangi rasa tersebut serta meningkatkan rasa cinta dan kasih sayang (Naimi, 2019). Sebagai pembaruan, penelitian yang dilakukan saat ini memiliki tujuan yaitu

untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan. Maka adapun hipotesis alternatif yang diajukan dalam penelitian ini adalah: “Terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan”.

Pada penelitian terdahulu yang dilakukan oleh John M. Salsman dan Tamara L. Brown mengungkapkan bahwa religiusitas dan optimisme dapat menjadi variabel yang saling berkaitan (Salsman dkk., 2005). Orang-orang yang memiliki tingkat religiusitas yang mendalam mewujudkan kesabaran sehingga timbulnya optimisme dalam diri dan dapat bersikap rasional dalam memecahkan masalah (Homaei dkk., 2016).

Penelitian lain menunjukkan optimisme menjadi mediasi dalam timbulnya religiusitas yang juga disertai oleh kesejahteraan dan juga religiusitas menjadi salah satu positive coping yang dimediasi oleh optimisme (Edara dkk., 2021; Fastame dkk., 2021). Akan tetapi, pada penelitian yang dilakukan oleh Harpan, optimisme tidak dapat memediasi religiusitas dengan kesejahteraan psikologis dan menurut Prasajo Chandra Buana, Ujang Rohman, dan Nur'aini Azizah tidak adanya pengaruh dalam religiusitas terhadap optimisme setelah dilakukan penelitian (Buana dkk., 2022; Harpan, 2021). Optimisme selalu memiliki hubungan positif dengan religiusitas (Yundianto dkk., 2022) sehingga peneliti bertujuan untuk membuktikan apakah optimisme memang terbukti memiliki hubungan positif atau bahkan tidak memiliki hubungan antar satu sama lain, khususnya dalam penelitian ini berfokus pada korban perselingkuhan sebagai kriteria utama sampel.

## METODE

Subjek penelitian ini berjumlah 141 responden dengan 35 orang laki-laki dan 106 orang perempuan. Prosedur pengambilan data menggunakan google form yang disertai informed consent sebagai pernyataan bahwa partisipan mengisi secara sukarela. Teknik pengambilan sampel ini menggunakan *convenience* sampling dengan karakteristik: Rentang usia 18-40 tahun dan mempunyai pengalaman diselingkuhi oleh pasangan.

Variabel religiusitas diukur menggunakan alat ukur yang bernama International Islamic University Malaysia Religiosity Scale (IIUMRelS) yang berjumlah 10 item dengan pengukuran skala Likert yang berisi 4 pilihan jawaban (1 = sangat tidak setuju hingga 4 = sangat setuju) dengan contoh item: “(Saya menghindari perilaku yang akan membuat saya dihukum di akhirat)” dan “(saya merasa cukup dengan apa yang saya punya)” (Mahudin dkk., 2016). Optimisme diukur dengan instrumen The Indonesian version of the Life Orientation Test-Revised (LOT-R) yang berjumlah 6 item dengan 5 pilihan jawaban pada skala Likert (sangat tidak setuju hingga sangat setuju). Contoh item: “(saya jarang sekali mengharapkan sesuatu terjadi sesuai keinginan saya)” dan “(saya selalu optimis tentang masa depan saya)” (Suryadi dkk., 2021). Teknik analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis regresi sederhana menggunakan aplikasi IBM SPSS 25.

## HASIL

Tabel 1.  
Uji Normalitas

Variabel	Sig	P	Bentuk
----------	-----	---	--------

Rel dan Opt	0,200	P > 0,05	Normal
-------------	-------	----------	--------

Berdasarkan hasil uji normalitas di atas, nilai signifikansi *Komogorov-Smirnov* yang diperoleh sebesar 0,200. Nilai sig. *Kolmogorov-Smirnov* tersebut menunjukkan bahwa data kedua variabel berdistribusi normal.

Tabel 2.  
Uji linearitas

Nilai F	Sig.	Probabilitas
50,878	0,000	< 0,05

Hasil uji linearitas menunjukkan nilai Deviation from linearity sig. sebesar 0,201. Maka data disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linear antara kedua variabel tersebut.

Tabel 3.  
Uji Hipotesis

Model	Koefisien tidak standar		Koefisien standar	t	Sig.
	B	Standar kesalahan	Beta		
Konstanta	10,794	1,533		7,040	0,000
Religiusitas	0,323	0,045	0,518	7,133	0,000

Pada tabel di atas, diketahui nilai constant (a) sebesar 10,794 dan nilai koefisien regresi (b) sebesar 0,323 sehingga persamaan garis regresi pada hubungan kedua variabel adalah :

$$Y = 10,794 + 0,323$$

Berdasarkan nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa nilai konsisten pada variabel optimisme adalah sebesar 10,794 dan nilai regresi pada variabel religiusitas sebesar 0,323. Koefisien regresi ini bernilai positif sehingga menunjukkan bahwa adanya pengaruh religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan. Berdasarkan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$  sehingga dapat dinyatakan bahwa hipotesis alternatif diterima. Hasil ini menyatakan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka semakin tinggi pula tingkat optimisme pada korban perselingkuhan.

Tabel 4.  
Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square	Std. error of the Estimate
0,518	0,268	0,263	2,86076

Berdasarkan tabel di atas, hasil koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,268. Hasil R Square tersebut menunjukkan bahwa religiusitas memiliki pengaruh terhadap optimisme sebesar 26,8% dan sisanya dipengaruhi oleh faktor- faktor lain.

## DISKUSI

Perselingkuhan menjadi pembahasan yang tidak berkesudahan. Banyaknya kasus perselingkuhan yang beredar di sosial media membuat topik ini selalu hangat untuk diperbincangkan. Permasalahan yang menjadi salah satu faktor terkuat yang menyebabkan perceraian dalam rumah tangga ini semakin marak terjadi (Shaleha & Kurniasih, 2021). Pada penelitian ini diajukan dua hipotesis, hipotesis alternatif menduga bahwa terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan dan hipotesis nol yang menduga bahwa tidak terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan.

Pada hipotesis alternatif, yaitu terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme didukung oleh beberapa penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh John M. Salsman mengungkapkan bahwa religiusitas dan optimisme dapat menjadi variabel yang saling berkaitan (Salsman dkk., 2005). Orang dengan tingkat religiusitas yang tinggi memiliki kesabaran yang menghasilkan optimisme sehingga dapat berpikir rasional dalam memecahkan masalah (Homaei dkk., 2016). Optimisme dapat memediasi timbulnya religiusitas yang disertai oleh kesejahteraan dan religiusitas menjadi salah satu positive coping yang dimediasi oleh optimisme (Edara dkk., 2021). Penelitian-penelitian tersebut memperkuat hipotesis alternatif pada penelitian ini.

Untuk hipotesis nol yang diajukan dalam penelitian ini, yaitu tidak terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme juga didukung oleh penelitian terdahulu. Pada penelitian yang dilakukan oleh Harpan, optimisme tidak dapat memediasi religiusitas dengan kesejahteraan psikologis (Harpan, 2021). Religiusitas terbukti tidak memiliki pengaruh terhadap optimisme pada penelitian yang dilakukan oleh Prasajo Chandra Buana (Buana dkk., 2022). Dengan penelitian terdahulu yang dilampirkan maka peneliti mengajukan hipotesis nol sebagai perbandingan dengan hipotesis alternatif.

Setelah dilakukan analisis, hipotesis alternatif dapat diterima dan hipotesis nol ditolak. Maka dapat dinyatakan bahwa terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme pada korban perselingkuhan. Pada penelitian ini dibuktikan bahwa seseorang yang pernah diselingkuhi oleh pasangannya, ketika memiliki tingkat religiusitas yang tinggi maka tingkat optimisme yang dimiliki juga semakin tinggi sehingga korban perselingkuhan dapat memiliki optimisme dalam melanjutkan hidupnya setelah diselingkuhi dengan faktor religiusitas yang dimiliki. Adapun keterbatasan dalam penelitian ini adalah kurangnya sampel dan kriteria sampel yang kurang spesifik sehingga dapat diperhatikan untuk penelitian yang akan datang.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara religiusitas terhadap optimisme, sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat religiusitas maka akan semakin tinggi juga tingkat optimisme pada korban perselingkuhan. Penelitian ini memiliki keterbatasan sampel yang menjadi kekurangan dari penelitian. Oleh karena itu, untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menambah jumlah sampel dan memberikan kriteria sampel yang lebih spesifik agar mendapatkan hasil yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Buana, P. C., Rohman, U., & Azizah, N. (2022). Pengaruh Religious Fundamentalism Terhadap Kepuasan Hidup Dengan Optimisme Sebagai Variabel Mediator Pada Mahasiswa. *Proyeksi*, 17(2), 72. <https://doi.org/10.30659/jp.17.2.72-83>
- Edara, I. R., Del Castillo, F., Ching, G. S., & Del Castillo, C. D. (2021). Religiosity and Contentment among Teachers in the Philippines during COVID-19 Pandemic: Mediating Effects of Resilience, Optimism, and Well-Being. *Religions*, 12(10), 879. <https://doi.org/10.3390/rel12100879>
- Fastame, M. C., Ruiu, M., & Mulas, I. (2021). Mental Health and Religiosity in the Sardinian Blue Zone: Life Satisfaction and Optimism for Aging Well. *Journal of Religion and Health*, 60(4), 2450–2462. <https://doi.org/10.1007/s10943-021-01261-2>
- Fitriana, T. S. (2013). Intervensi Dengan Pendekatan Eklektik Yang Berfokus Pada Solusi Untuk Meningkatkan Kualitas Hubungan Romantis Pada Dewasa Muda Dari Keluarga Dengan Orangtua Bercerai. 2(1).
- Goodwin, T. C., & Williams, G. A. (2023). Testing the Roles of Perceived Control, Optimism, and Gratitude in the Relationship between General/Personal Belief in a Just World and WellBeing/Depression. *Social Justice Research*, 36(1), 40–74. <https://doi.org/10.1007/s11211-023-00405-x>
- Harpan, A. (2021). Peran Religiusitas dan Optimisme terhadap Kesejahteraan Psikologis pada Remaja. *Empathy : Jurnal Fakultas Psikologi*, 3(1). <https://doi.org/10.12928/empathy.v3i1.3198>
- Homaiei, R., Bozorgi, Z. D., Ghahfarokhi, M. S. M., & Hosseinpour, S. (2016). Relationship between Optimism, Religiosity and Self-Esteem with Marital Satisfaction and Life Satisfaction. *International Education Studies*, 9(6), 53. <https://doi.org/10.5539/ies.v9n6p53>
- Mahudin, N. D. M., Noor, N. M., Dzulkifli, M. A., & Janon, N. S. (2016). Religiosity among Muslims: A Scale Development and Validation Study. *Makara Human Behavior Studies in Asia*, 20(2), 109. <https://doi.org/10.7454/mssh.v20i2.3492>
- Naimi, L. & Department of counseling, Islamic Azad University, Science and Research Branch, Tehran, Iran. (2019). Effect of Spiritual-Religious Interventions on Increasing the Sense of Calmness and Forgiveness in Women Who Have Experienced Marital. *Health, Spirituality and Medical Ethics*, 6(4), 16–22. <https://doi.org/10.29252/jhsme.6.4.16>
- Pramintari, R. D., Amalia, H., & Nurhidayah, S. (2022). Hubungan Religiusitas dan Regulasi Emosi terhadap Resiliensi pada Dewasa Awal Korban Ghosting. *Psychopedia Jurnal Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*.

- Salsman, J. M., Brown, T. L., Brechting, E. H., & Carlson, C. R. (2005). The Link Between Religion and Spirituality and Psychological Adjustment: The Mediating Role of Optimism and Social Support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(4), 522–535. <https://doi.org/10.1177/0146167204271563>
- Shah Alam, S., Mohd, R., & Hisham, B. (2011). Is religiosity an important determinant on Muslim consumer behaviour in Malaysia? *Journal of Islamic Marketing*, 2(1), 83–96. <https://doi.org/10.1108/17590831111115268>
- Shaleha, R. R. A., & Kurniasih, I. (2021). Ketidaksetiaan: Eksplorasi Ilmiah tentang Perselingkuhan. *Buletin Psikologi*, 29(2), 218. <https://doi.org/10.22146/buletinpsikologi.55278>
- Suryadi, B., Hayat, B., & Putra, M. D. K. (2021). The Indonesian version of the Life Orientation Test-Revised (LOT- R): Psychometric properties based on the Rasch model. *Cogent Psychology*, 8(1), 1869375. <https://doi.org/10.1080/23311908.2020.1869375>
- University of Bucharest, Romania, & Apostu, I. (2016). The Two Dimensions of Infidelity. *Postmodern Openings*, VII(2), 167–178. <https://doi.org/10.18662/po/2016.0702.11>
- Watkins, S. J., & Boon, S. D. (2016). Expectations regarding partner fidelity in dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 33(2), 237–256. <https://doi.org/10.1177/0265407515574463>
- Ysseldyk, R., Matheson, K., & Anisman, H. (2010). Religiosity as Identity: Toward an Understanding of Religion From a Social Identity Perspective. *Personality and Social Psychology Review*, 14(1), 60–71. <https://doi.org/10.1177/1088868309349693>
- Yundianto, D., Zahrona, U. D., Amalia, R., & Anindita, S. M. (2022). Does Religiosity Affect Forgiveness When Moderated By Optimism In Infidelity Victim.