



**GAMBARAN POST TRAUMATIC GROWTH PADA KORBAN
PERSELINGKUHAN YANG MEMUTUSKAN UNTUK
BERCERAI**



SKRIPSI

MUTHIA RAISSA SALSABILA

46119010099

**UNIVERSITAS
MERCU BUANA**

PROGRAM STUDI PSIKOLOGI

FAKULTAS PSIKOLOGI

UNIVERSITAS MERCU BUANA

JAKARTA

2025

HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muthia Raissa Salsabila

NIM : 46119010099

Program Studi : Psikologi

Judul Skripsi : Gambaran *Post Traumatic Growth* pada Korban
Perselingkuhan yang Memutuskan untuk Bercerai

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan bukan plagiat, serta semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila ternyata ditemukan di dalam Skripsi saya terdapat unsur plagiat, maka saya siap mendapatkan sanksi akademis yang berlaku di Universitas Mercu Buana.

Jakarta, 19 September 2025

UNIVERSITAS
MERCU BUANA



Muthia Raissa Salsabila

HALAMAN PENGESAHAN

Laporan Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Muthia Raissa Salsabila
NIM : 46119010099
Program Studi : Psikologi
Judul Laporan Skripsi : Gambaran Post Traumatic Growth pada Korban Perselingkuhan yang Memutuskan untuk Bercerai

Telah berhasil dipertahankan pada sidang di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Strata 1 pada Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Disahkan oleh:

Pembimbing
NIDN : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog
: 0308098204

()

Ketua Penguji
NIDN : Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc.
: 0308018301

()

Penguji 1
NIDN : Agustini, M.Psi., Psikolog
: 0308087008

()

Jakarta, 10 September 2025

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi


Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D.

Ketua Program Studi Psikologi


Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa, atas segala rahmat dan karunia-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Gambaran *Post Traumatic Growth* pada Korban Perselingkuhan yang Memutuskan untuk Bercerai”**. Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, saya menyadari bahwa tidak mungkin dapat menyelesaikannya tanpa bantuan, dukungan, doa, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati, saya mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Allah SWT, atas segala nikmat, kekuatan, dan kemudahan yang telah diberikan selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Bapak Prof. Dr. Ir. Andi Adriansyah, M. Eng selaku Rektor Universitas Mercu Buana Jakarta.
3. Ibu Laila Meiliyandrie Indah Wardani, Ph.D selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
4. Ibu Karisma Riskinanti, M.Psi., Psikolog selaku Ketua Program Studi Psikologi Universitas Mercu Buana Jakarta.
5. Ibu Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing Skripsi yang luar biasa dan sabar yang telah membimbing, memberikan arahan, masukan, dan dukungan selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Bapak Dhani Irmawan, S.Psi., M.Sc dan Ibu Agustini, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Penguji yang telah memberikan koreksi, arahan, serta saran untuk perbaikan Skripsi.
7. Cinta pertama dan panutanku, Papa dan Pintu Surgaku, Mama, yang Allah titipkan sebagai anugerah dalam hidupku, yang selalu memberikan doa, dukungan, semangat, dan kasih sayang yang tidak pernah putus yang menjadi cahaya dalam setiap langkah perjuangan ini.
8. Adik-adik saya yang selalu memberikan doa dan menyayangi saya dengan tulus.

9. Sahabat-sahabat saya yang telah memberikan semangat, tawa, dan dukungan di tengah lelah dan perjuangan ini.
10. Teman-teman seperjuangan yang telah menjadi tempat berbagi cerita, saling menyemangati, dan menemani selama proses pengerjaan skripsi ini.
11. Pihak lainnya yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu yang turut mendukung dan memberikan semangat.
12. Untuk seseorang yang belum bisa saya tulis dengan jelas namanya di sini, namun sudah tertulis jelas di Lauhul Mahfudz untuk saya. Terima kasih sudah menjadi salah satu sumber motivasi saya dalam menyelesaikan skripsi ini. Meskipun saat ini saya tidak tahu keberadaanmu entah di bumi bagian mana, seperti kata B.J. Habibie “Kalau memang dia dilahirkan untuk saya, kamu jungkir balik pun saya yang dapat”.
13. *Last but not least*, untuk Muthia Raissa Salsabila, diri saya sendiri yang telah bekerja keras dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai keadaan dan tak pernah memutuskan menyerah sesulit apa pun proses penyusunan skripsi ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin, ini merupakan pencapaian yang patut dibanggakan untuk diri sendiri.

Akhir kata, saya berharap skripsi ini dapat membawa manfaat bagi pembaca dan dapat membantu dalam pengembangan ilmu. Saya sampaikan rasa terima kasih yang tulus kepada semua pihak yang telah membantu. Semoga setiap kebaikan yang kalian berikan mendapat balasan yang berlipat dari Allah SWT.

Jakarta, 8 September 2025

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Mercu Buana, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muthia Raissa Salsabila
NIM : 46119010099
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Gambaran *Post Traumatic Growth* pada Korban
Perselingkuhan yang Memutuskan untuk Bercerai

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, dengan ini memberikan izin dan menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Mercu Buana **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul di atas beserta perangkat yang ada (jika diperlukan).

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini, Universitas Mercu Buana berhak menyimpan, mengalihmedia/format-kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 19 September 2025

Yang Menyatakan,



Muthia Raissa Salsabila

ABSTRAK

Nama Mahasiswa : Muthia Raissa Salsabila
NIM : 46119010099
Program Studi : Psikologi
Judul Tugas Akhir : Gambaran *Post Traumatic Growth* pada Korban
Perselingkuhan yang Memutuskan untuk Bercerai
Dosen Pembimbing : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Fenomena perselingkuhan kini menjadi hal umum yang sering dijumpai dalam kehidupan masyarakat dan memicu berbagai permasalahan. Keterlibatan pihak ketiga sering kali menjadi pemicu munculnya konflik dan keretakan dalam pernikahan yang berujung pada perceraian. Penelitian ini bertujuan untuk melihat terkait gambaran *post traumatic growth* yang dicapai oleh korban perselingkuhan yang memutuskan bercerai menggunakan metode kualitatif. Studi pendekatan yang digunakan adalah fenomenologi dengan tiga subjek korban perselingkuhan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa aspek yang paling menonjol adalah kekuatan dalam diri pada masing-masing subjek, yang diperkuat oleh faktor dukungan sosial dari sahabat, keluarga, maupun anak.

Kata Kunci: perselingkuhan, perceraian, *post traumatic growth*

ABSTRACT

Name : Muthia Raissa Salsabila
NIM : 46119010099
Study Program : Psychology
Title Thesis : *A Description of Post-Traumatic Growth in Infidelity Victims Who Decide to Divorce*
Counsellor : Rizki Dawanti, M.Psi., Psikolog

Infidelity has become commonplace in society and has triggered various problems. The involvement of a third party often triggers conflict and marital breakdown, ultimately leading to divorce. This study aims to examine the post-traumatic growth experienced by victims of infidelity who decide to divorce using qualitative methods. This study employed a phenomenological approach, with three subjects who were victims of infidelity. The results showed that the most prominent aspect was the individual's inner strength, which was strengthened by social support from friends, family, and children.

Keywords: *infidelity, divorce, post traumatic growth*

U N I V E R S I T A S
M E R C U B U A N A

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KARYA SENDIRI	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1. Latar Belakang Penelitian.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	9
1.3 Tujuan Penelitian	9
1.4 Manfaat Penelitian	9
BAB II	10
TINJAUAN PUSTAKA.....	10
2.1 <i>Post Traumatic Growth</i>	10
2.1.1 Pengertian <i>Post Traumatic Growth</i>	10
2.1.2 Aspek-Aspek <i>Post Traumatic Growth</i>	11
2.1.3 Faktor-Faktor <i>Post Traumatic Growth</i>	12
2.2 Perselingkuhan	14
2.2.1 Pengertian Perselingkuhan	14
2.2.2 Penyebab Perselingkuhan.....	15
2.2.3 Dampak Perselingkuhan.....	16
2.3 Perceraian.....	17
2.3.1 Pengertian Perceraian.....	17
2.3.2 Penyebab Perceraian	17
2.4 Penelitian Terdahulu	18
BAB III.....	23

METODE PENELITIAN	23
3.1 Metode Penelitian.....	23
3.2 Subjek Penelitian	23
3.3 Teknik dan Panduan Pengumpulan Data	23
3.4 Triangulasi Data	27
3.5 Prosedur Penelitian.....	27
3.6 Teknik Analisis Data.....	29
BAB IV	30
HASIL DAN PEMBAHASAN	30
4.1 Gambaran Partisipan Penelitian	30
4.1.1 Deskripsi Subjek Penelitian	30
4.2 Analisis Intra Subjek AMS	31
4.2.1 Gambaran Umum Subjek AMS	31
4.2.2 Pengalaman Perselingkuhan yang Dialami Subjek AMS	37
4.2.3 Gambaran <i>Post Traumatic Growth</i> Subjek AMS	44
4.3 Analisis Intra Subjek Z.....	50
4.3.1 Gambaran Umum Subjek Z	50
4.3.2 Pengalaman Perselingkuhan yang Dialami Subjek Z	53
4.3.3 Gambaran <i>Post Traumatic Growth</i> Subjek Z	60
4.4 Analisis Intra Subjek BZH	64
4.4.1 Gambaran Umum Subjek BZH.....	64
4.4.2 Pengalaman Perselingkuhan yang Dialami Subjek BZH.....	68
4.4.3 Gambaran <i>Post Traumatic Growth</i> Subjek BZH.....	76
4.5 Analisis Inter Subjek.....	82
4.6 Pembahasan.....	98
4.6.1 Reaksi Ketika Mengetahui Perselingkuhan	98
4.6.2 Dampak Perselingkuhan.....	99
4.6.3 Trauma Pengkhianatan.....	100
4.6.4 Proses Pengambilan Keputusan untuk Bercerai.....	102
4.6.5 Perasaan Subjek Setelah Bercerai	103
4.6.6 Pengehargaan Terhadap Hidup	104
4.6.7 Hubungan Dengan Orang Lain	105

4.6.8	Kekuatan Dalam Diri	106
4.6.9	Kemungkinan Baru	107
4.6.10	Perkembangan Spiritualitas.....	108
4.6.11	Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Post Traumatic Growth</i>	109
4.7	Temuan Dalam Penelitian	110
BAB V.....		112
KESIMPULAN DAN SARAN		112
5.1	Kesimpulan	112
5.2	Keterbatasan Penelitian.....	113
5.3	Saran.....	113
DAFTAR PUSTAKA.....		115
LAMPIRAN.....		117



DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1. Penelitian Terdahulu	18
Tabel 3. 1. Jadwal Pelaksanaan Wawancara dengan Subjek	29
Tabel 4. 1. Gambaran Umum Subjek.....	30
Tabel 4. 2. Data Demografis Subjek AMS	31
Tabel 4. 3. Data Demografis Subjek Z.....	50
Tabel 4. 4. Data Demografis Subjek BZH	64
Tabel 4. 5. Analisis Inter Subjek.....	82

