

BAB II

KAJIAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORITIS

2.1 Penelitian Terdahulu

Dalam menyusun penelitian mengenai analisis proses komunikasi *self-disclosure* perempuan yang mengalami perselingkuhan dalam pernikahan, penting untuk memetakan terlebih dahulu penelitian-penelitian relevan yang telah ada. Tujuan dari tinjauan ini adalah untuk memahami apa yang telah dikaji, mengidentifikasi celah penelitian (*research gap*), dan memosisikan penelitian ini dalam konstelasi studi komunikasi keluarga dan psikologi. Dari sepuluh jurnal yang telah dikumpulkan, yang terdiri dari 6 jurnal internasional dan 4 jurnal nasional, terlihat adanya beberapa benang merah penelitian yang dapat dikelompokkan menjadi beberapa fokus utama.

Kelompok pertama berfokus pada pengalaman trauma dan hambatan *self-disclosure* pada perempuan korban pengkhianatan. (Kline et al., 2022) melalui pendekatan *Betrayal Trauma Theory* meneliti 70 perempuan *survivor betrayal trauma* dan menemukan bahwa kemampuan dan kenyamanan seseorang untuk melakukan *self-disclosure* sangat dipengaruhi oleh tiga faktor, di antaranya adalah tingkat kepercayaan kepada pendengar, kesamaan pengalaman, dan kapasitas empati. Pengalaman *secondary betrayal*, yaitu ketika orang yang dipercaya justru mengkhianati kepercayaan tersebut terbukti menjadi hambatan terbesar dalam keterbukaan diri. Sejalan dengan itu, (Lonergan et al., 2020) membuktikan melalui wawancara semi-terstruktur terhadap 13 partisipan bahwa pengkhianatan pasangan romantis dapat dikategorikan sebagai pengalaman traumatik yang sesungguhnya. Studi ini menemukan bahwa ketika korban diperkenalkan pada kerangka trauma melalui sumber eksternal seperti buku atau psikolog, mereka melaporkan rasa kejelasan, validasi, dan *relief* yang mengindikasikan pentingnya *self-disclosure* terapeutik sebagai mekanisme pemulihan.

Kelompok kedua mengkaji proses *healing* dan komunikasi pasca perselingkuhan dalam konteks pasangan. (Fife et al., 2023) mengembangkan model *grounded theory* dari 16 pasangan heteroseksual yang memilih bertahan setelah

mengalami perselingkuhan seksual, dan menemukan bahwa proses penyembuhan berlangsung dalam empat tahap yaitu revelasi, reaksi awal, stabilisasi, dan revitalisasi. Tahap kritis yang ditemukan adalah *communicating deeply* atau berkomunikasi secara mendalam, terbuka, dan terencana menjadi fondasi utama pemulihan relasional. (Mitchell et al., 2021) memperluas temuan ini dengan membandingkan perspektif *injured partner* dan *involved partner* melalui *thematic analysis* terhadap 18 individu. Penelitian ini menemukan bahwa kesamaan utama antara kedua pihak dalam proses pemulihan adalah komitmen dan komunikasi berkualitas, di mana *injured partner* secara khusus membutuhkan komunikasi yang sering, empatik, dan tidak menghakimi sebagai syarat pemulihan.

Kelompok ketiga memusatkan perhatian pada faktor psikologis perempuan dalam menghadapi perselingkuhan. (White et al., 2024) melalui survei kuantitatif terhadap 400 perempuan heteroseksual menemukan bahwa *attachment style* dan *self-esteem* secara signifikan memengaruhi reaksi perempuan terhadap perselingkuhan, baik yang nyata maupun yang diantisipasi. Perempuan dengan *insecure attachment* dan *self-esteem* rendah pasca perselingkuhan lebih rentan mengembangkan perilaku kompensasi berbasis penampilan fisik

Kelompok keempat terdiri dari penelitian nasional yang memberikan konteks lokal Indonesia. (Dariyo et al., 2019) meneliti gambaran *self-disclosure* pada wanita dewasa awal yang pernah diselingkuhi suaminya. Melalui observasi dan wawancara mendalam terhadap empat perempuan berusia 20 - 40 tahun, penelitian ini menemukan bahwa keterbukaan diri kepada orang yang dipercaya menjadi mekanisme koping utama, meski dengan variasi pada salah satu dimensi. Lingga et al. (2024) menganalisis peran lima dimensi komunikasi interpersonal yaitu keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, dan kesetaraan dalam membantu korban perselingkuhan merekonstruksi diri. Melalui studi kasus kualitatif, penelitian ini menemukan bahwa kelima dimensi tersebut terbukti berperan signifikan, namun proses rekonstruksi hanya dapat berjalan optimal ketika kelimanya hadir secara bersamaan dalam relasi tempat korban bercerita. Mustafa (2023) meneliti *self-disclosure* perempuan korban KDRT di Kabupaten Sikka, NTT. Melalui *purposive sampling* dan wawancara mendalam, penelitian ini

menemukan bahwa tekanan suami secara sistematis menurunkan *self-esteem* korban sehingga menghambat *self-disclosure*, norma budaya patriarki dan nilai-nilai agama mempersempit ruang keterbukaan diri, namun korban tetap mengelola batas privasi secara selektif dengan memilih pendengar berdasarkan siapa dan seberapa besar dampak yang mungkin ditimbulkan. Terakhir, SOSMANIORA (2025) menganalisis *self-disclosure* yang dilakukan tokoh-tokoh dalam film *Ipar Adalah Maut* melalui analisis isi narasi film. Penelitian ini menemukan bahwa perselingkuhan dalam film terbagi menjadi emosional, seksual, dan campuran dan pengungkapan publik (*public disclosure*) dimanfaatkan sebagai mekanisme kontrol sosial untuk mengalihkan stigma dari korban kepada pelaku, dan *self-disclosure* digunakan secara strategis untuk memengaruhi sikap orang lain.

Berdasarkan pemetaan terhadap sepuluh penelitian terdahulu, ditemukan belum ada yang secara simultan mengintegrasikan dimensi pengelolaan privasi dan proses *self-disclosure* dalam satu kerangka teori yang terpadu, serta tidak ada satu pun yang secara spesifik menggunakan *Communication Privacy Management Theory* (CPM) sebagai kerangka analitis untuk memahami bagaimana perempuan Indonesia mengelola batas privasi dan bernegosiasi tentang siapa yang diizinkan mengetahui pengalaman perselingkuhan mereka. Atas dasar itulah, kebaruan penelitian ini terletak pada upayanya mengintegrasikan *Communication Privacy Management Theory* dengan konsep *self-disclosure* untuk menganalisis secara mendalam bagaimana perempuan Indonesia yang mengalami perselingkuhan dalam pernikahan mengelola privasi dan menavigasi proses keterbukaan diri mereka di tengah tekanan budaya, nilai agama, dan pertimbangan relasional yang unik dalam konteks sosial Indonesia.

Tabel 2. 1 Penelitian Terdahulu

Nama Peneliti	(Kline et al., 2022)	(Lonergan et al., 2020)	(Fife et al., 2023)	(Mitchell et al., 2021)	(White et al., 2024)
Judul Artikel	<i>. Interpersonal Emotion Regulation in Betrayal Trauma Survivors: A Preliminary Qualitative Exploration</i>	<i>Romantic Partner Betrayal a Form of Traumatic Experience? A Qualitative Study</i>	<i>Couple Healing from Infidelity: A Grounded Theory Study</i>	<i>Affair Recovery: Exploring Similarities and Differences of Injured and Involved Partners</i>	<i>Finding Forgiveness: Links Between Personality, Self-Esteem, Attachment, and Commitment on Women's Actual and Anticipated Reactions to Infidelity</i>
Masalah dan Tujuan	Meneliti bagaimana survivor betrayal trauma mendeskripsikan pengalaman afektif mereka dan faktor-faktor yang mempengaruhi kemauan dan kenyamanan mereka untuk terbuka (<i>self-disclose</i>) kepada orang lain saat mengalami distress.	Menyelidiki apakah pengkhianatan pasangan romantis dapat dikategorikan sebagai pengalaman traumatik.	Mengembangkan model <i>grounded theory</i> tentang proses <i>healing</i> pasangan pasca perselingkuhan — yaitu memahami secara mendalam tahapan dan faktor-faktor yang dialami oleh 16 pasangan heteroseksual yang memilih tetap bersama setelah mengalami perselingkuhan seksual.	Mengeksplorasi perbedaan dan kesamaan antara <i>injured partner</i> (pihak yang diselingkuhi) dan <i>involved partner</i> dalam proses pemulihan.	Meneliti secara eksklusif reaksi perempuan terhadap perselingkuhan, baik pengalaman nyata maupun yang diantisipasi, dikaitkan dengan kepribadian, <i>self-esteem</i> , <i>adult attachment</i> , dan komitmen.
Teori/Konep	<i>Betrayal Trauma Theory</i> (Freyd)	<i>Trauma Theory</i>	<i>Constructivist Grounded Theory</i> ;	<i>Attachment Theory</i>	<i>Adult Attachment Theory</i>
Jenis Penelitian, Metode, Teknik Pengumpulan Data	Kualitatif - <i>Thematic analysis</i> pada N=70 perempuan survivor betrayal trauma dengan PTSD signifikan klinis	Kualitatif - Wawancara semi-terstruktur tatap muka dengan 13 partisipan	Kualitatif - 16 pasangan heteroseksual yang mengalami perselingkuhan seksual dan memilih tetap bersama	Kualitatif - <i>Thematic analysis</i> 18 individu (9 pasangan) yang memilih tetap bersama setelah perselingkuhan	Kuantitatif — Survei 400 perempuan heteroseksual (M = 22.27 tahun). 49% melaporkan pengalaman nyata perselingkuhan, 43% memilih tetap dalam hubungan.
Kesimpulan Penelitian	<i>Survivor betrayal trauma</i> secara selektif memilih pendengar berdasarkan tiga kriteria: tingkat kepercayaan, kesamaan pengalaman, dan kapasitas empati . Pengalaman pengkhianatan oleh <i>confidant</i> (<i>secondary betrayal</i>) menjadi hambatan terbesar dalam <i>self-disclosure</i> . Intensitas respons emosional awal memengaruhi kecepatan dan keterbukaan individu untuk mengungkapkan pengalamannya.	Menemukan bahwa ketika korban terpapar kerangka trauma melalui sumber eksternal (buku, psikolog), mereka melaporkan rasa kejelasan, validasi, dan relief yang terkait langsung dengan pentingnya <i>self-disclosure</i> terapeutik.	Proses penyembuhan pasca perselingkuhan terjadi dalam 4 tahap: (1) revelasi, (2) reaksi awal, (3) stabilisasi, (4) revitalisasi. Tahap kritis adalah <i>communicating deeply</i> - berkomunikasi secara mendalam, terbuka, dan terencana. <i>Disclosure</i> yang efektif bukan hanya soal apa yang diungkapkan, tetapi bagaimana dan kapan.	Kesamaan utama antara <i>injured</i> dan <i>involved partner</i> dalam proses pemulihan adalah komitmen dan komunikasi berkualitas. <i>Injured partner</i> membutuhkan komunikasi yang sering, terbuka, dan empatik serta pengampunan sebagai fondasi pemulihan.	Perempuan dengan <i>attachment style</i> yang <i>insecure</i> dan <i>self-esteem</i> rendah pasca perselingkuhan lebih rentan mengembangkan perilaku kompensasi berbasis penampilan fisik..

Nama Peneliti	(Brown et al., 2026)	(Dariyo et al., 2019)	(Lingga et al., 2024)	(Mustafa, 2023)	(Dewi et al., 2025)
Judul Artikel	<i>Staying Together After Infidelity: An Exploration of the Decision-Making Process of Recovery From the Perspective of the Injured Partner</i>	Gambaran <i>Self-Disclosure</i> Pada Wanita Dewasa Awal Yang Pernah Diselingkuhi	Peran Komunikasi Interpersonal Bagi Korban Perselingkuhan Dalam Upaya Rekonstruksi Diri	<i>Self Disclosure</i> Perempuan Korban KDRT di Kabupaten Sikka	<i>Self Disclosure</i> pada Tokoh dalam Film Ipar Adalah Maut
Masalah dan Tujuan	Mengeksplorasi proses pengambilan keputusan injured partner untuk tetap bersama setelah perselingkuhan.	Menggambarkan <i>self-disclosure</i> pada wanita dewasa awal yang pernah diselingkuhi.	Menganalisis peran lima dimensi komunikasi interpersonal (keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, kesetaraan) dalam membantu korban perselingkuhan merekonstruksi diri.	Meneliti <i>self-disclosure</i> perempuan korban KDRT, hambatan budaya patriarki (termasuk sistem 'belis'), dan faktor penghambat keterbukaan diri.	Menganalisis <i>self disclosure</i> yang dilakukan tokoh-tokoh dalam film yang mengangkat tema perselingkuhan dalam pernikahan.
Teori/Konsep	Teori pengambilan keputusan relasional	<i>Self-Disclosure</i>	Lima dimensi komunikasi interpersonal (DeVito): keterbukaan, empati, sikap mendukung, sikap positif, kesetaraan	Konsep <i>self-disclosure</i> ; teori budaya patriarki	<i>Self-disclosure</i> (DeVito); analisis isi (content analysis) narasi film
Jenis Penelitian, Metode, Teknik Pengumpulan Data	Kualitatif fenomenologi - Wawancara mendalam <i>injured partner</i> yang memilih bertahan setelah perselingkuhan	Kualitatif - Observasi dan wawancara mendalam 4 subjek: perempuan 20-40 tahun yang sudah menikah dan pernah diselingkuhi suaminya.	Kualitatif studi kasus — Wawancara tidak terstruktur, observasi, dan dokumentasi	Kualitatif - <i>Purpose sampling</i> ; wawancara mendalam perempuan korban KDRT di Kabupaten Sikka, NTT	Analisis teks/dokumen - Analisis isi narasi film 'Ipar Adalah Maut' (Netflix, 2024)
Kesimpulan Penelitian	Menemukan pentingnya komunikasi yang eksplisit tentang batasan hubungan, permintaan maaf yang disertai perubahan perilaku, dan kehadiran dukungan sosial.	Menemukan bahwa keempat subjek berhasil melakukan <i>self-disclosure</i> tentang masalah perselingkuhan, dengan variasi pada salah satu dimensi. Keterbukaan diri kepada orang terpercaya menjadi mekanisme koping utama.	Kelima dimensi komunikasi interpersonal terbukti berperan signifikan dalam membantu korban perselingkuhan merekonstruksi diri. Proses rekonstruksi diri hanya dapat berjalan optimal ketika kelima dimensi tersebut hadir secara bersamaan dalam relasi tempat korban bercerita. Keterbukaan diri kepada pihak yang tepat menjadi kunci pemulihan.	Tekanan suami secara sistematis menurunkan <i>self-esteem</i> korban sehingga menghambat <i>self-disclosure</i> . Norma budaya patriarki dan nilai-nilai agama mempersempit ruang keterbukaan diri perempuan korban. Korban mengelola batas privasi secara selektif dengan memilah informasi berdasarkan siapa pendengar dan seberapa besar dampak yang mungkin ditimbulkan.	Perselingkuhan dalam film terbagi menjadi emosional, seksual, dan campuran, dengan dampak pertengkaran, rasa curiga, kebohongan, dan perceraian. Pengungkapan publik (<i>public disclosure</i>) dimanfaatkan sebagai mekanisme kontrol sosial, mengalihkan stigma dari korban kepada pelaku. Ini mencerminkan pola di mana <i>self-disclosure</i> digunakan secara strategis untuk memengaruhi sikap orang lain.

2.2 Communication Privacy Management Theory

Disclosure atau pengungkapan biasanya berkaitan erat dengan teori penetrasi sosial oleh Altman dan Taylor yang berfokus pada penggunaan *self-disclosure* sebagai cara utama untuk membangun hubungan yang erat (Altman & Taylor, 1973 dalam Griffin, 2012, p. 168). Namun, Altman (1973, dalam Griffin, 2012, p. 168) kemudian menyimpulkan bahwa keterbukaan dalam teori tersebut hanya menampilkan sebagian sisi dari pengungkapan, karena dalam kehidupan nyata tindakan membuka diri selalu berjalan berdampingan dengan kebutuhan seseorang untuk menjaga privasi. Artinya, relasi interpersonal tidak hanya dibangun melalui keterbukaan, tetapi juga melalui kemampuan individu untuk menentukan batas tentang informasi mana yang boleh diketahui orang lain dan informasi mana yang tetap ingin disimpan sebagai wilayah pribadi.

Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.168) sebagai pencetus *Communication Privacy Management Theory* (CPM) setuju dengan pandangan Altman bahwa pengungkapan informasi pribadi tidak hanya ditujukan untuk memperkuat hubungan seseorang dengan orang-orang penting dalam hidupnya, tetapi juga dapat digunakan untuk memberikan kesempatan kepada orang lain untuk memberi kenyamanan, dukungan, validasi, dan bantuan dalam menemukan tindakan yang tepat ketika seseorang sedang menghadapi suatu masalah. Namun, Petronio juga menekankan bahwa setiap tindakan berbagi informasi rahasia selalu memiliki konsekuensi, karena ketika seseorang mengungkapkan informasi pribadi, privasinya otomatis berkurang dan kontrol atas informasi tersebut tidak lagi sepenuhnya berada di tangan dirinya sendiri.

Communication Privacy Management Theory memandang privasi bukan sebagai keadaan tertutup sepenuhnya, melainkan sebagai proses pengelolaan batas yang terus dinegosiasikan dalam relasi sosial. Dalam teori ini, manusia dipahami sebagai pihak yang aktif membuat keputusan mengenai kapan, kepada siapa, seberapa banyak, dan dalam kondisi apa informasi pribadi akan diungkapkan. Oleh sebab itu, CPM tidak memandang pengungkapan diri sebagai tindakan spontan semata, melainkan sebagai proses komunikasi yang dipengaruhi oleh pertimbangan personal, relasional, budaya, dan situasional. Teori ini menjadi penting dalam

memahami pengalaman individu yang berada dalam situasi sensitif, karena keputusan untuk berbicara atau diam sering kali tidak sederhana, melainkan melibatkan dilema antara kebutuhan untuk memperoleh dukungan dan kebutuhan untuk mempertahankan kendali atas informasi pribadi.

Batasan privasi merupakan metafora utama dalam CPM untuk menjelaskan bagaimana seseorang membedakan informasi pribadi dan informasi publik. Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.168) menggambarkan batasan privasi sebagai garis simbolik yang mengelilingi informasi pribadi seseorang. Selama informasi masih disimpan sendiri, batas tersebut bersifat personal dan individu memiliki kontrol penuh atasnya. Namun, setiap kali seseorang berbagi sebagian informasi pribadi kepada orang lain, batas tersebut berubah bentuk karena orang lain mulai ikut masuk ke dalam wilayah informasi tersebut. Dengan demikian, informasi pribadi yang semula hanya dimiliki oleh satu individu berubah menjadi informasi bersama yang membutuhkan aturan pengelolaan baru.

Batasan privasi ini dapat bersifat tipis maupun tebal. Batas yang tipis menunjukkan bahwa seseorang relatif mudah membuka informasi pribadi kepada orang lain, sedangkan batas yang tebal menunjukkan bahwa seseorang sangat berhati-hati, selektif, atau bahkan menutup rapat informasi tertentu. Ketebalan batas privasi tidak bersifat permanen, melainkan dapat berubah sesuai konteks, pengalaman, tingkat kepercayaan, dan risiko yang dirasakan. Dalam konteks pengalaman perselingkuhan, misalnya, seorang perempuan dapat memiliki batas privasi yang sangat tebal karena informasi tersebut berkaitan dengan rasa malu, luka emosional, stigma sosial, dan citra keluarga. Namun, batas tersebut dapat menjadi lebih terbuka ketika ia merasa membutuhkan dukungan emosional, validasi, atau bantuan praktis dari orang yang dipercaya.

Dalam teori ini, Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.169) lebih memilih menggunakan istilah *disclosure of private information* dibandingkan *self-disclosure*. Pilihan istilah ini didasari oleh beberapa alasan. Pertama, tidak semua informasi pribadi yang dibagikan selalu berkaitan langsung dengan diri individu, karena informasi tersebut dapat menyangkut orang lain, keluarga, pasangan, atau relasi sosial tertentu. Kedua, istilah *self-disclosure* sering diasosiasikan dengan

keintiman interpersonal, sedangkan pengungkapan informasi pribadi dapat didorong oleh motivasi lain seperti mencari dukungan, memperoleh perlindungan, melepaskan beban emosional, atau mengontrol situasi sosial. Ketiga, *disclosure of private information* dianggap lebih netral karena tidak selalu menghasilkan dampak positif. Dengan demikian, fokus CPM bukan hanya pada tindakan membuka diri, tetapi juga pada isi informasi yang diungkapkan, aturan yang mengatur pengungkapan tersebut, dan cara penerima informasi mengelolanya setelah informasi dibagikan.

Menurut Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.169), terdapat lima prinsip utama dalam *Communication Privacy Management Theory*. Pertama, individu percaya bahwa mereka memiliki dan berhak mengontrol informasi pribadi mereka. Kedua, kontrol terhadap informasi pribadi dilakukan melalui penerapan aturan privasi personal. Ketiga, ketika informasi pribadi dibagikan kepada orang lain, pihak penerima informasi menjadi *co-owner* atau pemilik bersama dari informasi tersebut. Keempat, para *co-owner* perlu menegosiasikan aturan privasi bersama mengenai bagaimana informasi tersebut boleh atau tidak boleh disebarkan kepada pihak lain. Kelima, ketika aturan bersama tidak dinegosiasikan dengan baik atau dilanggar, dapat terjadi *boundary turbulence*, yaitu gangguan, konflik, atau ketegangan dalam pengelolaan batas privasi.

Prinsip pertama CPM menekankan konsep *privacy ownership*, yaitu keyakinan bahwa individu memiliki hak kepemilikan atas informasi pribadinya. Petronio (Petronio, 2002, p.9) secara langsung menjelaskan bahwa privasi berkaitan erat dengan usaha mempertahankan martabat personal (*personal dignity*) dan otonomi diri (*autonomy*), serta upaya melindungi diri (*safeguarding the self*). Ketika kendali atas informasi pribadi diambil alih oleh pihak lain tanpa persetujuan, individu akan merasakan hal tersebut sebagai pelanggaran privasi (Petronio, 2002, p.9). Kepemilikan dan kendali menjadi dua hal yang saling terkait erat: karena informasi tersebut adalah milik seseorang, ia berhak menentukan siapa yang boleh mengetahuinya dan siapa yang tidak (Petronio, 2002, p.9 - 10). Kepemilikan informasi pribadi ini membuat seseorang merasa berhak menentukan apa yang ingin ia ungkapkan, kapan ia ingin mengungkapkannya, kepada siapa informasi

tersebut diberikan, dan bagian mana yang tetap ingin disembunyikan. Dalam konteks perempuan yang mengalami perselingkuhan, prinsip kepemilikan ini menjadi sangat penting karena pengalaman perselingkuhan bukan hanya peristiwa relasional, tetapi juga pengalaman personal yang menyangkut harga diri, trauma, identitas sebagai istri, serta posisi sosial di hadapan keluarga dan lingkungan.

Prinsip kedua CPM berkaitan dengan *privacy control*, yaitu cara individu mengontrol informasi pribadi melalui aturan privasi. Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.170) menyebut CPM sebagai teori berbasis aturan karena tindakan seseorang dalam mengungkapkan atau menyembunyikan informasi dapat dipahami melalui sistem aturan yang ia gunakan. Aturan privasi ini tidak selalu tertulis atau diucapkan secara eksplisit, tetapi dapat terbentuk dari pengalaman hidup, nilai keluarga, norma budaya, keyakinan agama, relasi dengan pendengar, serta pertimbangan risiko dan manfaat. Dengan kata lain, seseorang tidak membuka diri secara acak, melainkan menggunakan seperangkat pertimbangan yang membantunya menentukan apakah suatu informasi layak dibagikan atau tidak.

Petronio (2002) menjelaskan bahwa terdapat lima kriteria utama yang memengaruhi pembentukan aturan privasi, yaitu budaya, *gender*, motivasi, konteks, dan rasio risiko-keuntungan. Kriteria budaya memengaruhi bagaimana individu menilai kelayakan pengungkapan informasi. Petronio (Petronio, 2002, p.40) menjelaskan bahwa individu disosialisasikan ke dalam norma privasi tertentu sesuai budaya mereka, dan norma tersebut menjadi dasar utama bagi cara mereka memaknai privasi; budaya yang lebih individualistis, misalnya, cenderung menjunjung tinggi privasi dibandingkan budaya yang lebih kolektif. Dalam budaya yang menekankan keharmonisan keluarga, kepatuhan, dan penjagaan nama baik sebagaimana konteks masyarakat Indonesia, informasi mengenai konflik rumah tangga sering kali diposisikan sebagai aib yang tidak seharusnya dibuka kepada publik. Dalam konteks Indonesia, pengalaman perselingkuhan dalam pernikahan dapat menjadi informasi yang sangat sensitif karena berkaitan dengan kehormatan keluarga, penilaian sosial, dan tekanan untuk mempertahankan rumah tangga. Oleh karena itu, budaya dapat membentuk batas privasi yang lebih tebal dan membuat perempuan lebih selektif dalam menentukan kepada siapa mereka bercerita.

Kriteria *gender* juga berperan dalam pembentukan aturan privasi. Meskipun terdapat stereotip bahwa perempuan lebih terbuka dibandingkan laki-laki, pengungkapan informasi sensitif tidak hanya ditentukan oleh kecenderungan ekspresif, tetapi juga oleh posisi sosial dan risiko yang dihadapi (Petronio, 2002, p.42). Dalam masyarakat patriarkal, perempuan sering kali menanggung beban moral yang lebih besar ketika membicarakan masalah rumah tangga. Mereka dapat mengalami *victim blaming*, dianggap gagal menjaga suami, atau disalahkan karena membuka aib keluarga. Dengan demikian, *gender* tidak hanya memengaruhi kecenderungan seseorang untuk berbicara, tetapi juga memengaruhi konsekuensi sosial yang mungkin muncul setelah pengungkapan dilakukan.

Kriteria motivasi berkaitan dengan alasan individu membuka atau menutup informasi pribadi. Seseorang dapat mengungkapkan informasi pribadi karena ingin memperoleh dukungan emosional, mencari nasihat, meminta perlindungan, mendapatkan validasi, atau membangun kembali kendali atas situasi yang dialami (Petronio, 2002, p.49). Dalam konteks korban perselingkuhan, motivasi pengungkapan dapat muncul dari kebutuhan untuk tidak merasa sendirian, kebutuhan untuk membuktikan bahwa dirinya tidak bersalah, atau kebutuhan untuk mendapatkan bantuan dalam mengambil keputusan. Namun, motivasi untuk diam juga dapat sama kuatnya, misalnya karena ingin melindungi anak, menjaga perasaan orang tua, menghindari konflik keluarga, atau mencegah penyebaran informasi yang tidak terkendali.

Kriteria konteks menunjukkan bahwa situasi tertentu dapat mengubah aturan privasi seseorang (Petronio, 2002, p. 57). Peristiwa traumatis, krisis rumah tangga, tekanan emosional, atau terbongkarnya perselingkuhan dapat membuat individu menata ulang batas privasinya. Seseorang yang sebelumnya tertutup dapat menjadi lebih terbuka karena membutuhkan dukungan, sementara seseorang yang sebelumnya terbuka dapat menjadi lebih tertutup karena mengalami pengkhianatan atau respons negatif dari pendengar. Dalam CPM, aturan privasi bersifat dinamis karena selalu dipengaruhi oleh perubahan situasi. Oleh sebab itu, keputusan perempuan korban perselingkuhan untuk bercerita atau diam perlu dipahami

sebagai keputusan yang berkembang seiring perubahan emosi, relasi, dan kondisi sosial yang melingkupinya.

Kriteria terakhir adalah rasio risiko-keuntungan. Petronio (2002, p.65) menjelaskan bahwa karena kendali atas kepemilikan informasi menjadi elemen penting dalam pengelolaan batas privasi, aturan yang dikembangkan individu akan mempertimbangkan tingkat kerentanan (*vulnerability*) yang dirasakan serta manfaat yang diharapkan dari tindakan mengungkapkan maupun menyembunyikan informasi tersebut. Ketika seseorang memperkirakan lebih banyak manfaat daripada risiko dari pengungkapan, aturan yang dikembangkan akan cenderung mengarah pada keterbukaan; sebaliknya, ketika risiko dinilai tinggi, perlindungan privasi akan lebih diutamakan (Petronio, 2002, p.65). Manfaat pengungkapan dapat berupa berkurangnya beban emosional, munculnya rasa lega, diperolehnya dukungan sosial, validasi, atau bantuan konkret. Namun, risiko yang muncul juga tidak kecil, seperti rasa malu, penolakan, penghakiman, bocornya informasi kepada pihak lain, konflik keluarga, atau hilangnya kontrol atas narasi pribadi. Dalam pengalaman perselingkuhan, pertimbangan ini menjadi sangat kompleks karena informasi yang diungkapkan tidak hanya menyangkut diri korban, tetapi juga pasangan, anak, keluarga besar, dan pihak ketiga. Oleh sebab itu, perempuan korban perselingkuhan sering kali melakukan pengungkapan secara bertahap, selektif, dan berbeda kepada setiap pendengar.

Prinsip ketiga CPM membahas *privacy co-ownership*. Ketika seseorang membagikan informasi pribadi kepada orang lain, penerima informasi tidak lagi menjadi pendengar pasif, melainkan menjadi *co-owner* atau pemilik bersama informasi tersebut (Petronio, 2002, dalam Griffin, 2012, p.172). Status *co-owner* ini membawa tanggung jawab moral dan komunikatif, karena penerima informasi ikut memegang kendali atas apakah informasi tersebut akan tetap dijaga atau disebar. Dalam konteks ini, pengungkapan informasi pribadi selalu mengandung unsur kepercayaan. Seseorang yang bercerita tentang pengalaman perselingkuhan kepada sahabat, keluarga, atau orang terdekat sebenarnya sedang memberikan akses kepada mereka untuk memasuki batas privasi yang sangat sensitif.

Prinsip keempat CPM berkaitan dengan *privacy boundary coordination*, yaitu proses koordinasi batas privasi antara pemilik informasi dan penerima informasi. Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.173) menjelaskan bahwa para *co-owner* perlu menegosiasikan aturan bersama mengenai informasi yang telah dibagikan. Negosiasi ini dapat berlangsung secara eksplisit, misalnya dengan mengatakan jangan cerita ke siapa-siapa, atau secara implisit melalui pemahaman relasional bahwa informasi tersebut bersifat rahasia. Koordinasi batas privasi mencakup tiga aspek penting, yaitu *boundary linkage*, *boundary permeability*, dan *boundary ownership*. *Boundary linkage* berkaitan dengan siapa saja yang diizinkan masuk ke dalam batas informasi; *boundary permeability* berkaitan dengan seberapa banyak informasi boleh keluar; sedangkan *boundary ownership* berkaitan dengan sejauh mana masing-masing pihak merasa memiliki hak untuk mengontrol informasi tersebut.

Boundary linkage dalam konteks perempuan korban perselingkuhan dapat terlihat dari pilihan kepada siapa ia pertama kali bercerita, misalnya kepada sahabat, saudara kandung, orang tua, konselor, atau komunitas tertentu. Pemilihan ini biasanya tidak bersifat acak, melainkan didasarkan pada tingkat kepercayaan, kedekatan emosional, pengalaman serupa, dan perkiraan respons yang akan diberikan. *Boundary permeability* tampak dalam cara korban mengatur seberapa detail informasi yang diceritakan. Ia mungkin hanya mengatakan bahwa rumah tangganya sedang bermasalah kepada satu orang, tetapi menceritakan detail perselingkuhan kepada orang lain yang lebih dipercaya. Sementara itu, *boundary ownership* terlihat dari harapan korban agar pendengar menghormati bahwa informasi tersebut tetap milik korban dan tidak boleh disebarkan tanpa izin.

Prinsip kelima CPM adalah *boundary turbulence*, yaitu kondisi ketika koordinasi batas privasi mengalami gangguan. Petronio (2002, dalam Griffin, 2012, p.176) menggunakan istilah turbulensi batas untuk merujuk pada konflik atau ketegangan yang muncul ketika aturan privasi tidak dipahami, tidak dinegosiasikan, atau dilanggar oleh *co-owner*. *Boundary turbulence* dapat terjadi ketika seseorang yang dipercaya membocorkan informasi kepada orang lain, ketika informasi disalahartikan, ketika pendengar memberikan respons menghakimi, atau ketika

korban merasa kehilangan kendali atas cerita pribadinya. Turbulensi ini dapat merusak kepercayaan yang telah dibangun dan membuat individu semakin berhati-hati atau enggan melakukan pengungkapan di kemudian hari.

Petronio (Petronio, 2002, p.) menjelaskan bahwa *boundary turbulence* dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk pelanggaran aturan yang disengaja, kesalahan dalam menerapkan aturan privasi, batas yang kabur, maupun perbedaan orientasi antar *co-owner* mengenai bagaimana informasi seharusnya dikelola. Relevansi konsep ini dengan konteks perselingkuhan turut dikonfirmasi oleh penelitian Thorson (2015) yang secara spesifik menerapkan CPM Theory untuk meneliti pengalaman anak dewasa yang mengetahui perselingkuhan orang tuanya. Penelitian tersebut menemukan bahwa individu yang menjadi *confidant* atas rahasia perselingkuhan kerap mengalami *privacy dilemmas* yang kompleks, khususnya ketika pihak yang berselingkuh meminta agar informasi tersebut tidak disebarluaskan kepada anggota keluarga lain (Thorson, 2015). Temuan ini memperkuat relevansi *boundary turbulence* sebagai konsep yang tidak hanya berlaku pada pelaku dan korban perselingkuhan secara langsung, tetapi juga pada siapapun yang menjadi *co-owner* informasi tersebut, termasuk pihak ketiga yang dipercaya oleh perempuan korban perselingkuhan dalam penelitian ini.

2.3 Perselingkuhan dalam Pernikahan

Perselingkuhan secara konseptual merujuk pada pelanggaran terhadap komitmen eksklusivitas yang telah disepakati dalam sebuah hubungan romantis, baik secara eksplisit maupun implisit (Shrestha et al., 2023). Dalam konteks pernikahan, Nugraha et al. (2020) mendefinisikan perselingkuhan sebagai bentuk ketidaksetiaan atau pengkhianatan terhadap pasangan resmi yang mencakup keterlibatan emosional, seksual, atau keduanya dengan pihak ketiga di luar ikatan pernikahan. Definisi ini semakin meluas seiring perkembangan teknologi, di mana perselingkuhan kini tidak hanya dipahami sebagai perselingkuhan fisik, tetapi juga mencakup perselingkuhan emosional dan digital (Muhajarah, 2017). Glass dan Wright (1992, dalam Shrestha et al., 2023) membedakan tiga jenis utama

perselingkuhan, yaitu perselingkuhan seksual, perselingkuhan emosional, dan perselingkuhan gabungan yang melibatkan keduanya.

Perselingkuhan merupakan salah satu masalah paling kompleks dan melukai yang dapat terjadi dalam hubungan romantis, dan prevalensinya cukup mengkhawatirkan secara global (Shrestha et al., 2023). Berbagai studi di negara-negara Barat menunjukkan bahwa antara 20 hingga 25 persen dari populasi dewasa pernah terlibat dalam perselingkuhan selama pernikahan mereka (Fife et al., 2023). Angka ini cenderung meningkat seiring perkembangan teknologi digital yang mempermudah perselingkuhan emosional melalui platform media sosial dan aplikasi kencan (Muhajarah, 2017). Lonergan et al., (2020) menemukan bahwa pengkhianatan pasangan romantis dapat dikategorikan sebagai pengalaman traumatik yang sesungguhnya, dengan dampak psikologis yang setara dengan kategori trauma klinis.

Di Indonesia, perselingkuhan seksual menjadi salah satu pemicu utama perceraian yang terus meningkat dari tahun ke tahun. Data resmi Badan Pusat Statistik (BPS) mencatat kategori "zina" sebagai salah satu penyebab resmi perceraian di Indonesia, dengan 780 kasus pada 2023 yang meningkat 29 persen menjadi 1.005 kasus pada 2024 (Databoks, 2025). Meskipun demikian, angka ini kemungkinan besar tidak mencerminkan prevalensi perselingkuhan yang sesungguhnya, sebab pembuktian zina secara hukum di pengadilan agama mensyaratkan bukti yang sangat ketat, sehingga banyak kasus perceraian yang sebenarnya dipicu oleh perselingkuhan lebih sering diajukan dengan alasan "perselisihan dan pertengkaran terus-menerus", yang mana kategori dengan jumlah kasus tertinggi, yakni 251.828 kasus pada 2023 (Databoks, 2025). Kondisi ini menegaskan bahwa data resmi perselingkuhan di Indonesia masih sangat terbatas karena persoalan definisi hukum dan stigma sosial, sebagaimana juga ditemukan oleh berbagai penelitian lokal (Nugraha et al., 2020).

Dari perspektif ilmu komunikasi, kualitas komunikasi interpersonal antara pasangan merupakan faktor yang sangat menentukan dalam mencegah atau memicu terjadinya perselingkuhan. Muhajarah (2017) menemukan bahwa perselingkuhan yang terjadi di berbagai daerah perkotaan Indonesia umumnya berkaitan dengan

ketidakseimbangan kehidupan kerja dan pribadi serta kurangnya komunikasi yang bermakna antara pasangan. Nugraha et al. (2020) mengidentifikasi bahwa faktor-faktor yang melatarbelakangi perselingkuhan antara lain adalah kurangnya komunikasi, kurangnya waktu untuk keluarga, perbedaan usia, faktor ekonomi, dan pengaruh media sosial. Komunikasi satu arah yang sering menjadi penyebab konflik dalam pernikahan menciptakan kesenjangan emosional yang membuka peluang bagi salah satu pihak untuk mencari koneksi di luar pernikahan (Jamhur & Dwima, 2019).

Perkembangan teknologi *digital* dan media sosial secara signifikan telah mengubah lanskap perselingkuhan di era kontemporer. Kemudahan berkomunikasi dengan orang lain, termasuk mantan kekasih atau orang-orang baru yang ditemui secara daring, menciptakan celah baru yang tidak ada pada generasi sebelumnya (Muhajarah, 2017). Fenomena *cyber infidelity* atau perselingkuhan digital, yaitu keterlibatan emosional atau seksual yang terjadi melalui platform digital, menjadi semakin umum dan sulit dideteksi oleh pasangan (Shrestha et al., 2023). Di sisi lain, media sosial juga menjadi instrumen yang sering digunakan untuk mengungkap perselingkuhan, sebagaimana yang ditemukan dalam penelitian Fillimon (2025) yang menunjukkan bahwa jejak digital sering kali lebih mudah terdeteksi oleh pasangan yang curiga dibandingkan perselingkuhan fisik konvensional.

Dari sudut pandang psikologi sosial, perselingkuhan di Indonesia tidak dapat dilepaskan dari konteks budaya patriarki yang masih dominan di masyarakat. Sakina dan Siti (2017) menemukan bahwa budaya patriarki dapat ditemukan dalam berbagai aspek kehidupan sosial, termasuk dalam relasi pernikahan, di mana laki-laki sering kali memiliki posisi yang lebih dominan dan mendapat toleransi sosial yang lebih besar atas pelanggaran norma pernikahan. Norma maskulinitas yang permisif terhadap perselingkuhan laki-laki menciptakan konteks sosial yang secara tidak langsung mendorong atau memaklumi perselingkuhan (Apriliandra & Krisnani, 2021). Kondisi ini menjadikan perselingkuhan bukan sekadar masalah individual, melainkan juga produk dari struktur sosial-budaya yang lebih luas. Perselingkuhan memberikan dampak yang sangat serius terhadap institusi pernikahan dan keluarga di Indonesia. Laporan Badan Pusat Statistik mencatat

bahwa sepanjang tahun 2023, faktor perselisihan dan pertengkaran menempati posisi teratas penyebab perceraian di Indonesia dengan total 251.828 kasus (Badan Pusat Statistik, 2024). Faktor perceraian yang terjadi juga diikuti masalah ekonomi dan meninggalkan pasKondisi ini menunjukkan bahwa dampak perselingkuhan terhadap institusi pernikahan jauh lebih luas dari sekadar statistik yang tercatat, karena banyak kasus perselingkuhan berakhir dalam konflik berkepanjangan sebelum akhirnya berujung pada perceraian (Nugraha et al., 2020).

2.4 Perempuan sebagai Korban Perselingkuhan

Meskipun perselingkuhan dapat dilakukan oleh siapapun tanpa memandang *gender*, terdapat ketidaksetaraan yang signifikan dalam bagaimana perempuan dan laki-laki mengalami dan merespons perselingkuhan sebagai korban. White et al. (2024) dalam survei terhadap 400 perempuan heteroseksual menemukan bahwa perempuan cenderung mengalami dampak psikologis yang lebih dalam dan lebih lama dibandingkan laki-laki ketika menghadapi perselingkuhan pasangan. Lonergan et al. (2020) menegaskan bahwa pengkhianatan pasangan romantis bagi perempuan dapat dikategorikan sebagai pengalaman traumatik yang sesungguhnya, dengan gejala-gejala yang secara klinis signifikan. Ketidaksetaraan ini semakin diperparah oleh konteks budaya patriarki yang menempatkan perempuan dalam posisi yang lebih rentan secara sosial dan emosional dalam menghadapi krisis pernikahan (Sakina & Siti, 2017).

Salah satu dampak psikologis paling menonjol yang dialami perempuan korban perselingkuhan adalah penurunan harga diri (*self-esteem*) yang signifikan. Perselingkuhan menciptakan kebingungan, kemarahan, kecemasan, ketidakpercayaan, sakit hati, perasaan tidak berdaya, dan rasa *insecure* yang mendalam (Kline et al., 2022). Penurunan *self-esteem* ini terjadi karena individu korban perselingkuhan akan lebih sulit mengevaluasi dirinya secara positif karena merasa ditolak, dan cenderung mempertanyakan serta mencari validasi atas dirinya melalui orang lain (Siti Maftukha, 2023). White et al. (2024) menemukan bahwa perempuan dengan *attachment style* yang *insecure* pasca perselingkuhan lebih rentan mengembangkan perilaku kompensasi berbasis penampilan fisik sebagai

upaya mendapatkan kembali kontrol atas citra dirinya. Erosi kepercayaan diri ini tidak hanya tertuju pada konteks relasional, tetapi dapat meluas ke seluruh domain pengambilan keputusan dalam kehidupan korban.

Dampak trauma yang ditimbulkan perselingkuhan pada perempuan bahkan telah mendorong para ahli untuk menciptakan istilah khusus, yaitu *Post-Infidelity Stress Disorder* (PISD). Istilah ini dicetuskan oleh psikolog Dennis C. Ortman pada tahun 2005 untuk menggambarkan kondisi psikologis yang secara spesifik diakibatkan oleh perselingkuhan, dengan karakteristik yang memiliki kemiripan signifikan dengan *Post-Traumatic Stress Disorder* (PTSD) (Ortman, 2005). Penderita PISD akan terus-menerus teringat akan pengkhianatan yang dialami dari pasangannya, bahkan setelah memulai hubungan baru, dan mungkin sering berspekulasi bahwa pasangan saat ini tengah berselingkuh meskipun kenyataannya tidak demikian (Ortman, 2005). Lonergan et al. (2020) memperkuat temuan ini dengan membuktikan secara empiris bahwa ketika korban diperkenalkan pada kerangka trauma melalui sumber eksternal seperti buku atau psikolog, mereka melaporkan rasa kejelasan, validasi, dan *relief* yang mengindikasikan betapa dalamnya pengalaman traumatik yang selama ini belum terdefinisi.

Depresi dan gangguan kecemasan merupakan dampak psikologis lain yang sangat umum dialami perempuan korban perselingkuhan. Korban perselingkuhan yang mengalami depresi cenderung kehilangan minat terhadap aktivitas yang sebelumnya dianggap menyenangkan serta menarik diri dari lingkungan emosional (Cano & O'Leary, 2000). Lebih jauh, guncangan pengkhianatan ini memicu gejala kecemasan dan trauma jangka panjang yang bermanifestasi pada reaksi somatik, seperti rasa gugup, tubuh gemetar, hingga ketidakmampuan berpikir jernih (Gordon et al., 2004). *Trust issue* atau kesulitan memercayai orang lain juga menjadi dampak yang mengganggu seluruh jaringan relasi sosial korban, karena setelah mengalami pengkhianatan dari orang yang paling dipercaya dalam hidupnya, perempuan korban perselingkuhan seringkali mengalami kesulitan untuk kembali memercayai orang lain termasuk anggota keluarga dan sahabat (Kline et al., 2022). Kondisi ini sangat ironis karena justru pada saat itulah mereka paling membutuhkan dukungan dari orang-orang di sekitarnya.

Dalam konteks budaya Indonesia, perempuan korban perselingkuhan tidak hanya harus menghadapi dampak psikologis secara internal, tetapi juga menghadapi tekanan sosial berupa *victim blaming* yang sangat merugikan secara emosional. *Victim blaming* atau penyalahan korban terjadi ketika masyarakat cenderung mempertanyakan “apa yang kurang dari istrinya” atau “mengapa suaminya sampai mencari perempuan lain”, sehingga menempatkan korban seolah-olah bertanggung jawab atas perselingkuhan yang dilakukan oleh pasangannya (Apriliandra & Krisnani, 2021). Budaya patriarki yang masih kuat di Indonesia menempatkan perempuan dalam posisi yang subordinat, sehingga norma sosial yang kuat tentang keutuhan keluarga dan kesucian pernikahan sering kali membuat perempuan korban perselingkuhan merasa tertekan untuk tidak membuka diri atau bahkan untuk tetap mempertahankan pernikahan meskipun sudah mengalami pengkhianatan yang dalam (Sakina & Siti, 2017). Tekanan sosial ini tidak hanya memperburuk kondisi psikologis korban, tetapi juga secara langsung menghambat proses pemulihan mereka.

Dalam banyak konteks budaya di Indonesia, perempuan dianggap sebagai penjaga citra dan kehormatan keluarga, sehingga terungkapnya perselingkuhan pasangan dianggap sebagai “aib” yang akan mempermalukan keluarga di tengah masyarakat (Mustafa, 2023). Tekanan budaya ini membuat banyak perempuan korban perselingkuhan memilih untuk diam dan menanggung beban sendiri daripada mengungkapkan permasalahannya kepada orang lain. Apriliandra dan Krisnani (2021) menyimpulkan bahwa budaya patriarki menjadi salah satu faktor terbesar dari banyaknya perlakuan diskriminatif kepada perempuan, karena susunan kekuasaan pada berbagai aspek sosial didominasi oleh kaum laki-laki. Kondisi ini menciptakan hambatan struktural yang nyata bagi perempuan korban perselingkuhan untuk berbicara, mencari bantuan, dan mendapatkan keadilan, karena upaya untuk terbuka justru sering berujung pada penghakiman sosial yang menyudutkan korban.

Dampak perselingkuhan terhadap perempuan tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga bermanifestasi secara fisik yang sering kali terabaikan. Mitchell et al. (2021) menemukan bahwa *injured partner* atau pihak yang

diselingkuhi secara khusus membutuhkan komunikasi yang sering, empatik, dan tidak menghakimi sebagai syarat untuk dapat memulai proses pemulihan. Tanpa dukungan yang tepat, dampak jangka panjang perselingkuhan dapat memengaruhi seluruh aspek kehidupan korban, mulai dari kemampuan membentuk hubungan baru hingga produktivitas dalam kehidupan profesional.

Fitri & Wati (2024) mengungkapkan bahwa perempuan yang telah menikah mencapai puncak kematangan emosi pada usia 25 tahun. Di sisi lain, data lapangan dari Komnas Perempuan (2024) menunjukkan bahwa kasus kekerasan terhadap perempuan paling banyak dialami oleh perempuan pada kelompok usia 25 - 40 tahun, sehingga rentang usia ini menjadi sangat relevan untuk mengeksplorasi pengalaman perselingkuhan dalam pernikahan.

2.5 Penerapan *Self-Disclosure* dalam Menghadapi Perselingkuhan

Self-disclosure atau keterbukaan diri merupakan salah satu konstruk paling fundamental dalam kajian komunikasi interpersonal. Menurut Joseph A. DeVito (2016), *self-disclosure* adalah salah satu tipe komunikasi di mana informasi tentang diri yang biasa dirahasiakan diberitahukan kepada orang lain merupakan sebuah tindakan yang tidak hanya mentransfer informasi, tetapi juga membentuk dan memperkuat kualitas hubungan antarpribadi. *Self-disclosure* memberikan kesempatan untuk mengembangkan pemahaman mengenai individu, pengembangan sikap positif baik dari diri sendiri maupun orang lain, serta memberikan kesempatan untuk mengembangkan hubungan yang bermakna dengan orang lain (Septiani et al., 2019). Dalam konteks perempuan korban perselingkuhan, *self-disclosure* menjadi sangat relevan dan berlapis karena menyentuh wilayah informasi yang paling sensitif, yaitu pengalaman trauma dan pengkhianatan yang berkaitan langsung dengan identitas dan harga diri.

DeVito (2016) menguraikan lima dimensi utama *self-disclosure* yang menentukan cara dan kualitas pengungkapan diri seseorang. Dimensi pertama adalah *amount* atau ukuran, yaitu seberapa banyak informasi yang diungkapkan dalam waktu tertentu. Dimensi kedua adalah *valence* atau valensi, yang merujuk pada sifat positif atau negatif dari informasi yang diungkapkan, sehingga dalam

konteks perselingkuhan, pengungkapan cenderung bersifat negatif dan menyakitkan. Dimensi ketiga adalah *accuracy/honesty* atau akurasi dan kejujuran informasi yang disampaikan, di mana korban mungkin menyaring informasi tergantung kepada siapa mereka bercerita. Dimensi keempat adalah *intention* atau tujuan di balik pengungkapan, yang bisa berupa pencarian dukungan emosional, validasi, atau bantuan profesional. Dimensi kelima adalah *intimacy* atau tingkat kedalaman informasi yang disampaikan, di mana informasi tentang perselingkuhan termasuk kategori intim yang hanya disampaikan kepada orang terpercaya.

Kemampuan dan kemauan seseorang untuk melakukan *self-disclosure* dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berinteraksi secara kompleks. Kepercayaan (*trust*) merupakan faktor paling mendasar dalam *self-disclosure*, karena seseorang umumnya baru mulai terbuka kepada orang yang sudah lama dikenalnya dan yang memiliki rekam jejak respons yang mendukung (DeVito, 2016). Kline et al. (2022) menemukan bahwa *survivor betrayal trauma* secara selektif memilih pendengar berdasarkan tiga kriteria utama yang terdiri dari tingkat kepercayaan, kesamaan pengalaman, dan kapasitas empati pendengar. Faktor kepribadian juga turut berperan, di mana individu dengan tipe kepribadian ekstrovert cenderung lebih mudah melakukan *self-disclosure*, sementara individu introvert mungkin memerlukan pendekatan dan konteks tertentu untuk dapat membuka diri (DeVito, 2016). Di samping itu, norma sosial dan budaya patriarki di Indonesia seringkali menjadi hambatan bagi perempuan untuk mengungkapkan pengalaman perselingkuhan karena adanya tekanan untuk menjaga citra keluarga dan risiko *victim blaming* (Mustafa, 2023).

Perempuan korban perselingkuhan di Indonesia menghadapi hambatan berlapis dalam melakukan *self-disclosure* yang bersumber dari kombinasi faktor psikologis, sosial, dan budaya. Rasa malu dan ketakutan akan dihakimi oleh lingkungan sosial menjadi hambatan utama yang membuat banyak perempuan memilih untuk diam meskipun secara psikologis sangat membutuhkan ruang untuk berbicara (Dariyo et al., 2019). Mustafa (2023) dalam penelitiannya tentang *self-disclosure* perempuan korban di Kabupaten Sikka menemukan bahwa tekanan suami secara sistematis menurunkan *self-esteem* korban sehingga menghambat *self-*

disclosure, dan norma budaya patriarki serta nilai-nilai agama mempersempit ruang keterbukaan diri perempuan. Ketakutan untuk dianggap gagal mempertahankan rumah tangga merupakan hambatan spesifik yang sangat kuat dalam konteks budaya Indonesia yang menempatkan keutuhan keluarga sebagai nilai luhur (Apriliandra & Krisnani, 2021). Selain hambatan eksternal, hambatan internal seperti trust issue pasca pengkhianatan juga secara paradoksial mempersulit korban untuk terbuka kepada orang-orang yang justru dapat membantunya dalam proses pemulihan (Kline et al., 2022).

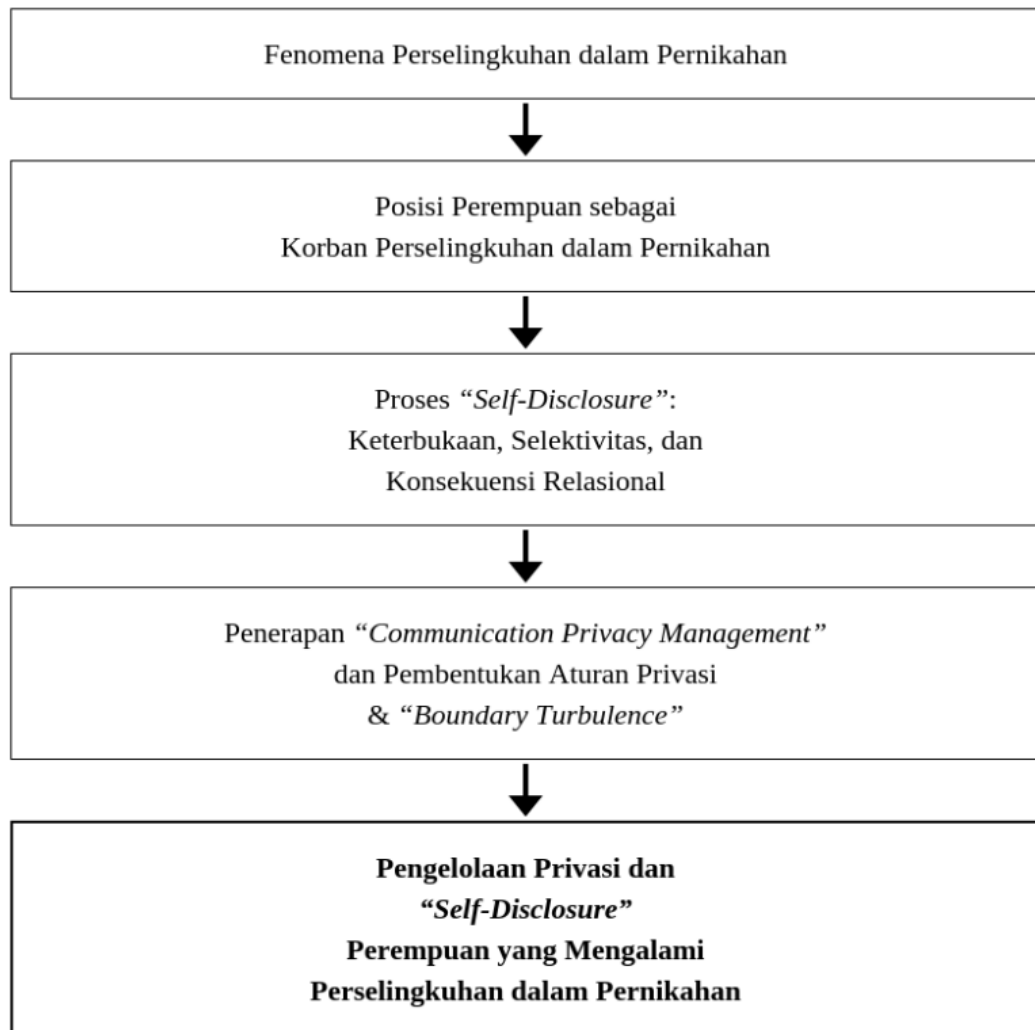
Self-disclosure yang dilakukan dengan tepat kepada pendengar yang tepat memberikan manfaat yang sangat signifikan bagi proses pemulihan perempuan korban perselingkuhan. DeVito (2016) mengidentifikasi berbagai *rewards* dari *self-disclosure*, di antaranya peningkatan *self-knowledge* melalui proses naratif yang membantu korban memahami pengalamannya sendiri, penguatan kemampuan mengatasi tekanan (*coping*) karena membagikan beban emosional mengurangi intensitas tekanan psikologis, serta terbentuknya relasi yang lebih dalam dan bermakna dengan pendengar yang merespons dengan empati. Lingga dan Wahyuning (2024) menegaskan bahwa komunikasi interpersonal berperan penting bagi korban perselingkuhan dalam upaya rekonstruksi diri, dan tanpa adanya proses komunikasi yang terbuka dan sehat, korban akan sangat kesulitan untuk membangun kembali identitas diri dan kepercayaan mereka pasca trauma. Utomo et al. (2025) juga menemukan bahwa pengungkapan diri memegang peranan penting dalam tahapan pemulihan dari hubungan toksik, dengan variasi respons korban yang mencakup upaya proaktif memperbaiki hubungan, fokus pada kesejahteraan diri, hingga mencari bantuan konselor.

Fenomena yang menarik dalam konteks *self-disclosure* perempuan korban perselingkuhan di era digital adalah meningkatnya penggunaan media sosial sebagai saluran pengungkapan diri secara publik. Fillimon (2025) menemukan bahwa di era *digital*, perempuan korban perselingkuhan semakin memanfaatkan *platform digital* sebagai sarana pengungkapan diri, dengan empat tema utama yang muncul yang terdiri dari aktivasi *attachment needs*, efek emosional berupa trauma, distorsi kognitif, serta perilaku *surveillance* dan *avoidance*. Penelitian

SOSMANIORA (2025) juga menemukan bahwa pengungkapan publik (*public disclosure*) seringkali dimanfaatkan sebagai mekanisme kontrol sosial untuk mengalihkan stigma dari korban kepada pelaku, yang di mana itu adalah sebuah strategi yang mencerminkan dimensi *power* dari *self-disclosure*. Di sisi lain, Petronio (2002) mengingatkan bahwa pengungkapan melalui media sosial membawa risiko tambahan berupa hilangnya kontrol atas informasi yang telah dibagikan, karena jangkauan dan persistensi informasi *digital* jauh melampaui batas-batas yang dapat dikontrol oleh individu.

Penelitian ini mengintegrasikan konsep *self-disclosure* dari DeVito (2016) dengan *Communication Privacy Management Theory* dari Petronio (2002) untuk membangun kerangka analitis yang komprehensif dalam memahami pengalaman perempuan korban perselingkuhan. Sementara CPM memberikan pemahaman tentang bagaimana individu mengelola batas privasi dan bernegosiasi tentang kepemilikan informasi, konsep *self-disclosure* dari DeVito melengkapinya dengan pemahaman tentang motivasi, dimensi, faktor penentu, serta manfaat dan risiko dari tindakan pengungkapan itu sendiri Dariyo et al. (2019). Perpaduan kedua kerangka ini memungkinkan penelitian ini untuk tidak hanya menjelaskan apakah dan kepada siapa perempuan korban perselingkuhan memilih untuk terbuka, tetapi juga mengapa, bagaimana, dalam kondisi apa, dan dengan konsekuensi apa pengungkapan tersebut berlangsung. Dalam konteks sosial-budaya Indonesia yang unik, pemahaman ini menjadi semakin penting karena perempuan Indonesia beroperasi dalam sistem nilai yang sering kali menempatkan kewajiban sosial di atas kebutuhan pemulihan diri, sehingga proses *self-disclosure* mereka tidak bisa dipahami semata dari perspektif teori komunikasi Barat tanpa mempertimbangkan dimensi lokal yang khas Mustafa (2023).

2.6 Kerangka Pemikiran



Gambar 2. 1 Kerangka Pemikiran Penelitian
Sumber: Data Olahan Peneliti (2025)

UNIVERSITAS
MULTIMEDIA
NUSANTARA