

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

PSYCHOLOGICAL WELL-BEING PADA *EMERGING ADULTHOOD* PASCA PERSELINGKUHAN: PERAN *SELF-ESTEEM* DAN *INTERPERSONAL TRUST*

Sheila Maya Septya[1], Nuram Mubina[2], Saadatul Maulidia[3]
Fakultas Psikologi, Universitas Buana Perjuangan Karawang[1,2,3]
e-mail: Ps22.sheilaseptia@mhs.ubpkarawang.ac.id, nuramubina@ubpkarawang.ac.id, ananda.saadatul@ubpkarawang.ac.id

Diterima: *12/08/2026*; Direvisi: *11/10/2026*; Diterbitkan: *24/11/2026*

ABSTRAK

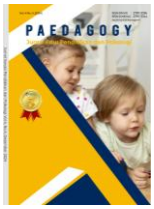
Penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan *self-esteem* dan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being* pada individu fase *emerging adulthood* di Kabupaten Karawang yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, baik secara parsial maupun simultan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional *cross-sectional*. Sebanyak 387 responden berusia 18–25 tahun dipilih menggunakan teknik *convenience sampling*. Data dikumpulkan menggunakan *Ryff Psychological Well-Being Scale*, *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES), dan *Trust in Close Relationships Scale*, kemudian dianalisis menggunakan regresi linear berganda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *interpersonal trust* masing-masing memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being*. Secara simultan, kedua variabel tersebut juga memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa faktor intrapersonal berupa penghargaan terhadap diri dan faktor interpersonal berupa kepercayaan terhadap orang lain berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Secara praktis, hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pengembangan pendampingan psikologis yang menekankan penguatan penghargaan diri dan kemampuan membangun kepercayaan interpersonal.

Kata Kunci: *Self-esteem, Interpersonal trust, Psychological well-being, Emerging adulthood, Perselingkuhan.*

ABSTRACT

This study aimed to examine the relationships of *self-esteem* and *interpersonal trust* with *psychological well-being* among individuals in the emerging adulthood phase in Karawang Regency who had experienced a breakup due to infidelity, both partially and simultaneously. This study employed a quantitative approach with a cross-sectional correlational design. A total of 387 participants aged 18–25 years were selected using convenience sampling. Data were collected using the Ryff Psychological Well-Being Scale, the Rosenberg Self-Esteem Scale (RSES), and the Trust in Close Relationships Scale, and were subsequently analyzed using multiple linear regression. The findings revealed that both *self-esteem* and *interpersonal trust* individually had positive and significant relationships with *psychological well-being*. Furthermore, both variables simultaneously demonstrated a positive and significant relationship with psychological well-being. These findings indicate that intrapersonal factors, represented by self-worth, and interpersonal factors, represented by trust in others, are associated with individuals' psychological well-being following a breakup caused by infidelity. Practically, these findings may serve as a consideration in developing psychological support programs that emphasize strengthening self-worth and the ability to build interpersonal trust.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106



PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Keywords: *Self-esteem, Interpersonal trust, Psychological well-being, Emerging adulthood, Infidelity.*

PENDAHULUAN

Setiap individu akan melalui masa transisi menuju dewasa yang berada pada rentang usia 18–25 tahun, yang dikenal sebagai *emerging adulthood*, yaitu periode perkembangan di antara masa remaja dan dewasa (Wijaya & Saprowi, 2022). Pada fase ini, individu mulai mengambil keputusan secara mandiri terkait pendidikan, pekerjaan, hingga hubungan interpersonal. Emerging adulthood merupakan periode eksplorasi identitas yang memberikan kesempatan bagi individu untuk mengembangkan kualitas diri, belajar bertanggung jawab atas keputusan yang diambil, serta membangun hubungan interpersonal yang lebih intim (Wibowo, 2025). Salah satu aspek penting dalam proses eksplorasi tersebut adalah hubungan romantis, karena pengalaman dalam hubungan dapat berkaitan dengan pembentukan identitas, penilaian terhadap diri sendiri, dan kemampuan individu dalam membangun hubungan dengan orang lain. Oleh karena itu, pengalaman negatif dalam hubungan romantis, termasuk pengkhianatan dan berakhirnya hubungan akibat perselingkuhan, menjadi konteks yang relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis pada fase perkembangan ini.

Fenomena putus cinta pada dewasa awal merupakan pengalaman yang dapat menimbulkan berbagai respons psikologis. Pramudianti (2020) menemukan bahwa individu yang mengalami putus cinta berulang dapat merasakan sakit hati dan kekecewaan, bahkan menunjukkan kecenderungan untuk menutup diri dari hubungan romantis berikutnya. Salah satu pengalaman yang dapat melatarbelakangi berakhirnya hubungan romantis adalah perselingkuhan, yang melibatkan pelanggaran terhadap komitmen dan kepercayaan dalam hubungan. Berdasarkan pemberitaan Radio Republik Indonesia, survei JustDating melaporkan bahwa Indonesia menempati peringkat kedua di Asia dengan persentase responden yang mengaku pernah berselingkuh sebesar 40% (Khasanah, 2024). Pemberitaan tersebut juga menyebutkan bahwa 28% responden yang mengaku berselingkuh berada pada rentang usia 19–29 tahun. Perselingkuhan dapat dipahami sebagai bentuk pengkhianatan terhadap kepercayaan dalam hubungan romantis (Veyanti, 2016). Penelitian Zuroida et al. (2024) juga menunjukkan bahwa pengalaman menjadi korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran dapat berkaitan dengan evaluasi diri negatif dan penurunan *self-esteem*. Dengan demikian, perselingkuhan tidak hanya berkaitan dengan berakhirnya hubungan romantis, tetapi juga berpotensi berkaitan dengan penilaian individu terhadap dirinya dan kepercayaannya terhadap orang lain. Kedua aspek tersebut relevan untuk memahami kondisi psikologis individu setelah hubungan romantis berakhir. Dalam penelitian ini, pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan diposisikan sebagai konteks atau latar situasional yang melekat pada partisipan penelitian, bukan sebagai variabel yang diuji pengaruhnya. Fokus penelitian diarahkan pada hubungan *self-esteem* dan interpersonal trust dengan psychological well-being dalam konteks pengalaman tersebut.

Pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan tidak hanya menimbulkan tekanan emosional, tetapi juga berpotensi berkaitan dengan kondisi *psychological well-being* individu (Kurnia et al., 2023). Dampak pengalaman tersebut dapat berkaitan dengan berbagai aspek keberfungsian psikologis, seperti kemampuan menerima diri, mempertahankan hubungan positif dengan orang lain, mengelola tuntutan kehidupan sehari-hari, serta mempertahankan tujuan hidup setelah berakhirnya hubungan romantis. Menurut Humaidah dan Mulyono (2025), *psychological well-being* merupakan kondisi ketika individu mampu berfungsi secara optimal

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

dalam kehidupannya yang mencakup enam dimensi, yaitu *self-acceptance, positive relations with others, personal growth, purpose in life, environmental mastery,* dan *autonomy*. Keenam dimensi tersebut menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya berkaitan dengan kondisi emosional, tetapi juga mencakup kemampuan individu dalam menerima dirinya, menjalin hubungan yang positif, dan menghadapi berbagai tuntutan kehidupan. Oleh karena itu, psychological well-being menjadi aspek penting untuk dikaji pada individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, khususnya dalam proses penyesuaian diri setelah berakhirnya hubungan romantis.

Berdasarkan hasil survei pra-penelitian yang dilakukan pada 2 Desember 2025 melalui Google Form terhadap 40 individu pada fase *emerging adulthood* di Kabupaten Karawang yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, ditemukan bahwa dari enam dimensi *psychological well-being* yang diukur, indikator kemampuan menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari tanpa merasa tertekan, yang termasuk ke dalam dimensi *environmental mastery*, memperoleh persentase terendah, yaitu sebesar 45,00%. Temuan tersebut memberikan gambaran awal mengenai adanya kesulitan sebagian responden dalam mengelola tuntutan dan tanggung jawab keseharian setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Kondisi ini tercermin dari kecenderungan responden untuk mudah merasa kewalahan menghadapi rutinitas, menunda penyelesaian tugas dan tanggung jawab, serta lebih memilih menghindar daripada menghadapi situasi yang menuntut penyesuaian diri. Selain itu, sejumlah responden juga menunjukkan kecenderungan untuk membatasi keterlibatan dalam hubungan sosial yang baru, bersikap waspada secara berlebihan, serta enggan membuka diri secara emosional kepada orang lain sebagai bentuk perlindungan diri terhadap kemungkinan terulangnya pengalaman dikhianati. Kondisi tersebut memperlihatkan bahwa permasalahan yang muncul tidak hanya berkaitan dengan kemampuan mengelola tuntutan kehidupan sehari-hari, tetapi juga dengan kemampuan membangun hubungan interpersonal yang positif. Kedua kondisi ini berkaitan dengan dimensi environmental mastery dan positive relations with others dalam psychological well-being. Dengan demikian, hasil pra-penelitian memberikan indikasi awal bahwa pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan perlu dikaji lebih lanjut dalam kaitannya dengan berbagai aspek kesejahteraan psikologis individu.

Temuan tersebut diperkuat oleh hasil wawancara yang dilakukan pada 5 Januari 2026 terhadap responden yang berada pada fase *emerging adulthood* di Kabupaten Karawang dan pernah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Responden mengungkapkan kesulitan untuk kembali mempercayai orang lain, menjadi lebih berhati-hati dalam menjalin hubungan baru, cenderung menutup diri secara emosional, serta membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri setelah hubungan romantis berakhir. Selain itu, sebagian responden mengungkapkan merasa mudah lelah dan tertekan dalam menjalani rutinitas serta tanggung jawab sehari-hari, sehingga cenderung menunda atau menghindari tugas-tugas yang harus diselesaikan. Kesulitan mempercayai orang lain dan membangun hubungan kembali menunjukkan adanya persoalan yang berkaitan dengan dimensi positive relations with others. Sementara itu, kecenderungan merasa terbebani dan menghindari tuntutan keseharian berkaitan dengan dimensi environmental mastery. Temuan tersebut memperkuat indikasi adanya permasalahan pada beberapa aspek *psychological well-being* dalam kelompok yang menjadi konteks penelitian. Berdasarkan kondisi tersebut, diperlukan kajian mengenai faktor psikologis yang secara konseptual berkaitan dengan kemampuan individu mempertahankan keberhargaan dirinya dan membangun hubungan interpersonal yang dilandasi kepercayaan. Dalam penelitian ini, kedua faktor tersebut dikaji melalui variabel *self-esteem* dan interpersonal trust.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Salah satu faktor yang dikaji dalam penelitian ini adalah *self-esteem*. Menurut Monteiro et al. (2022), *self-esteem* merupakan perasaan individu mengenai keberhargaan dan penghargaan terhadap dirinya sendiri (*sense of self-worth and self-respect*). Penilaian tersebut berkaitan dengan cara individu memandang dirinya, memaknai pengalaman hidup, dan menghadapi tekanan psikologis (Tjatura & Kurniawan, 2025). Dalam konteks individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, pengalaman pengkhianatan dapat berkaitan dengan perubahan cara individu mengevaluasi dan memandang keberhargaan dirinya. Oleh karena itu, kemampuan individu dalam mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya menjadi aspek yang relevan untuk dikaji dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis.

Keterkaitan *self-esteem* dengan *psychological well-being* dapat dijelaskan melalui konsep *self-acceptance*. Menurut Humaidah dan Mulyono (2025), *self-acceptance* menggambarkan kemampuan individu untuk memiliki sikap positif terhadap dirinya, termasuk mengakui dan menerima berbagai aspek diri, baik yang positif maupun negatif. *Self-esteem* yang berkaitan dengan evaluasi individu terhadap keberhargaan dirinya memiliki kedekatan konseptual dengan kemampuan menerima dan menghargai diri sendiri. Individu yang mampu mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya dapat memiliki dasar yang lebih baik untuk menerima berbagai pengalaman kehidupan, termasuk pengalaman hubungan romantis yang tidak menyenangkan. Selain itu, *psychological well-being* juga mencakup dimensi *environmental mastery*, yaitu kemampuan individu mengelola lingkungan serta menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari secara efektif (Humaidah & Mulyono, 2025). Dengan demikian, *self-esteem* secara konseptual berkaitan dengan *psychological well-being*, terutama dalam aspek penerimaan diri dan kemampuan individu menghadapi tuntutan kehidupan.

Keterkaitan tersebut relevan dengan hasil pra-penelitian yang menunjukkan rendahnya kemampuan sebagian responden dalam menghadapi tuntutan kehidupan sehari-hari tanpa merasa tertekan. Penelitian Ahzani dan Satwika (2025) menunjukkan bahwa individu dengan *self-esteem* rendah setelah mengalami perselingkuhan cenderung menilai dirinya secara negatif, merasa tidak berharga, serta mengalami kesulitan menerima pengalaman yang telah terjadi. Sejalan dengan hal tersebut, Suryani (2021) menunjukkan adanya pengaruh *self-esteem* terhadap psychological well-being. Temuan serupa juga ditunjukkan oleh Reo et al. (2024) yang menemukan bahwa *self-esteem* berkontribusi secara signifikan terhadap psychological well-being pada mahasiswa Generasi Z, serta Setianingsih et al. (2025) yang menemukan hubungan antara *self-esteem* dan psychological well-being pada karyawan. Temuan penelitian terdahulu tersebut memperkuat pemahaman bahwa penghargaan terhadap diri merupakan salah satu aspek psikologis yang berkaitan dengan kesejahteraan psikologis individu. Namun, keterkaitan tersebut masih perlu dikaji lebih lanjut pada individu emerging adulthood yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan, mengingat pengalaman pengkhianatan dapat berkaitan dengan cara individu memandang dan menilai keberhargaan dirinya. Berdasarkan uraian tersebut, *self-esteem* dalam penelitian ini diduga memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being* pada individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

Selain *self-esteem*, penelitian ini mengkaji *interpersonal trust* sebagai faktor psikologis lainnya. Dalam hubungan dekat, *interpersonal trust* merupakan keyakinan individu bahwa orang lain akan menunjukkan perilaku yang konsisten, dapat diandalkan, serta tetap memberikan perhatian dan komitmen dalam hubungan (Rempel et al, 1985). *Interpersonal trust* mencakup tiga dimensi, yaitu *predictability, dependability,* dan *faith,* yang dalam adaptasi bahasa Indonesia disebut sebagai prediktabilitas, keandalan, dan keyakinan (Claresta & Djaja, 2025). Ketiga dimensi tersebut menggambarkan keyakinan individu terhadap konsistensi

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

perilaku orang lain, kemampuan orang lain untuk diandalkan, serta keyakinan bahwa orang tersebut akan tetap peduli dan berkomitmen dalam hubungan. Dalam konteks pengalaman perselingkuhan, pelanggaran kepercayaan dapat berkaitan dengan perubahan keyakinan individu terhadap konsistensi, keandalan, dan komitmen orang lain. Oleh karena itu, kemampuan individu dalam mempertahankan atau membangun kembali kepercayaan interpersonal menjadi aspek yang relevan untuk dikaji setelah berakhirnya hubungan romantis.

Interpersonal trust memiliki keterkaitan dengan dimensi *positive relations with others* dalam *psychological well-being*. Menurut Humaidah dan Mulyono (2025), *positive relations with others* menggambarkan kemampuan individu membangun hubungan yang hangat, saling percaya, terbuka, serta mampu berempati dan menjalin kedekatan dengan orang lain. Kemampuan mempercayai orang lain merupakan salah satu aspek yang mendukung terbentuknya hubungan interpersonal yang positif. Individu yang memiliki keyakinan terhadap konsistensi dan keandalan orang lain secara konseptual memiliki dasar untuk membangun hubungan yang lebih terbuka dan saling percaya. Dengan demikian, konsep *interpersonal trust* yang mencakup keyakinan terhadap konsistensi, keandalan, dan komitmen orang lain memiliki keterkaitan konseptual dengan *psychological well-being*, khususnya pada dimensi *positive relations with others*.

Keterkaitan tersebut sesuai dengan temuan pra-penelitian dan wawancara yang menunjukkan kesulitan responden untuk kembali mempercayai orang lain serta kecenderungan bersikap waspada dan menutup diri secara emosional. Buntaran dan Helmi (2020) menjelaskan bahwa pengalaman pengkhianatan dalam hubungan romantis berkaitan dengan keraguan dan kehati-hatian individu dalam memberikan kepercayaan kembali. Temuan tersebut relevan dengan kondisi responden yang mengalami kesulitan dalam membangun kembali kepercayaan interpersonal setelah hubungan romantis berakhir akibat perselingkuhan. Meskipun demikian, kehati-hatian dalam membangun hubungan baru tidak selalu menunjukkan ketidakmampuan individu dalam menjalin hubungan, tetapi perlu dipahami dalam konteks pengalaman pengkhianatan yang pernah dialami. Berdasarkan uraian tersebut, *interpersonal trust* dalam penelitian ini diduga memiliki hubungan positif dengan *psychological well-being* pada individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

Self-esteem dan *interpersonal trust* dalam penelitian ini ditempatkan sebagai dua variabel independen yang memiliki fokus konseptual berbeda. *Self-esteem* merepresentasikan penilaian individu terhadap keberhargaan dirinya, sedangkan interpersonal trust merepresentasikan keyakinan individu terhadap konsistensi, keandalan, dan komitmen orang lain dalam hubungan dekat. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa kedua variabel merepresentasikan dua ranah psikologis, yaitu intrapersonal dan interpersonal. Dalam kaitannya dengan *psychological well-being*, *self-esteem* memiliki keterkaitan konseptual dengan penerimaan diri dan kemampuan menghadapi tuntutan kehidupan, sedangkan *interpersonal trust* memiliki keterkaitan dengan kemampuan membangun hubungan positif dengan orang lain. Dengan demikian, pengujian kedua variabel secara bersama-sama diperlukan untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai keterkaitan faktor intrapersonal dan interpersonal dengan *psychological well-being* pada individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Penelitian ini tidak menguji hubungan kausal antara *self-esteem* dan *interpersonal trust*, melainkan menguji hubungan masing-masing variabel dengan *psychological well-being* serta hubungan keduanya secara simultan.

Kesenjangan penelitian dalam penelitian ini tidak semata-mata terletak pada terbatasnya penelitian di Kabupaten Karawang, tetapi pada perlunya menguji kedua faktor psikologis

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

tersebut secara simultan dalam konteks hubungan romantis yang berakhir akibat perselingkuhan. Penelitian terdahulu yang dirujuk dalam naskah telah menunjukkan keterkaitan *self-esteem* dengan *psychological well-being* serta relevansi *interpersonal trust* dalam membangun hubungan yang saling percaya. Namun, kedua aspek tersebut masih perlu dipahami secara bersamaan dalam konteks individu emerging adulthood yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Konteks ini penting karena pengalaman perselingkuhan berkaitan dengan dua persoalan psikologis yang berbeda, yaitu bagaimana individu mengevaluasi keberhargaan dirinya dan bagaimana individu membangun kepercayaan terhadap orang lain setelah mengalami pengkhianatan. Oleh karena itu, pengujian *self-esteem* dan interpersonal trust dalam satu model penelitian dapat memberikan pemahaman mengenai keterkaitan kedua ranah psikologis tersebut dengan psychological well-being.

Berdasarkan kesenjangan tersebut, kebaruan penelitian ini terletak pada pengujian secara simultan *self-esteem* sebagai faktor intrapersonal dan interpersonal trust sebagai faktor interpersonal dalam kaitannya dengan psychological well-being pada individu fase emerging adulthood yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Penelitian ini tidak hanya menguji hubungan masing-masing variabel independen dengan *psychological well-being*, tetapi juga menguji hubungan keduanya secara simultan dalam satu model penelitian. Dengan menempatkan pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan sebagai konteks penelitian, kajian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman mengenai keterkaitan penghargaan diri dan kepercayaan interpersonal dengan kesejahteraan psikologis setelah pengalaman negatif dalam hubungan romantis. Kabupaten Karawang menjadi konteks empiris penelitian, bukan satu-satunya dasar kebaruan penelitian.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menguji hubungan *self-esteem* dan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being*, baik secara parsial maupun simultan, pada individu dalam fase *emerging adulthood* di Kabupaten Karawang yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: (H1) terdapat hubungan positif antara *self-esteem* dan psychological well-being; (H2) terdapat hubungan positif antara interpersonal trust dan psychological well-being; dan (H3) *self-esteem* dan interpersonal trust secara simultan berhubungan positif dan signifikan dengan psychological well-being.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional dan metode pengambilan data secara *cross-sectional*. Desain ini digunakan untuk menguji hubungan antara *self-esteem* dan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being* pada individu *fase emerging adulthood* yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Dalam penelitian ini, *self-esteem* dan *interpersonal trust* ditempatkan sebagai variabel independen, sedangkan *psychological well-being* sebagai variabel dependen. Pengujian hipotesis dilakukan menggunakan analisis regresi linear berganda untuk mengetahui hubungan masing-masing variabel independen dengan variabel dependen serta hubungan kedua variabel independen secara simultan dengan *psychological well-being*.

Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 387 individu berusia 18–25 tahun (*emerging adulthood*) yang berdomisili di Kabupaten Karawang dan pernah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan dalam hubungan romantis. Pemilihan partisipan dilakukan berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan dengan menggunakan teknik *non-probability sampling* melalui metode *convenience sampling*, yaitu pemilihan responden berdasarkan kemudahan akses, ketersediaan,

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

dan kesediaan untuk berpartisipasi (Sugiyono, 2022). Penentuan jumlah sampel dalam rancangan penelitian mengacu pada rumus Cochran karena jumlah populasi yang memiliki karakteristik sesuai dengan kriteria penelitian tidak diketahui secara pasti. Namun, karena parameter perhitungan Cochran tidak tersedia dalam dokumentasi penelitian, jumlah 387 responden dilaporkan sebagai jumlah partisipan yang berhasil diperoleh dan memenuhi kriteria penelitian. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala psikologis yang telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh peneliti sebelumnya untuk mengukur tiga variabel, yaitu *psychological well-being*, *self-esteem*, dan *interpersonal trust*.

Pengukuran *psychological well-being* dilakukan menggunakan *Ryff Psychological Well-Being Scale* yang telah diadaptasi oleh Humaidah dan Mulyono (2025) berdasarkan teori Ryff. Instrumen ini terdiri atas 18 butir pernyataan yang mencakup enam dimensi, yaitu *self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life,* dan *personal growth*, dengan masing-masing dimensi terdiri atas tiga butir. Pengukuran menggunakan skala Likert empat poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (setuju), hingga 4 (sangat setuju), yang terdiri atas butir *favorable* dan *unfavorable*. Contoh pernyataan dalam instrumen ini adalah "Saya menyukai kepribadian yang ada pada diri sendiri" dan "Saya merasa kecewa dengan pencapaian dalam hidup." Berdasarkan hasil pengujian validitas konstruk menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) pada penelitian adaptasi, nilai *factor loading* seluruh butir berkisar antara 0,218–0,853, sedangkan nilai t berkisar antara 3,627–14,732. Seluruh 18 butir dinyatakan valid karena memiliki nilai t lebih besar dari 1,96, termasuk item 16 yang memiliki *factor loading* terendah sebesar 0,218 dan nilai t sebesar 3,627. Sementara itu, pengujian reliabilitas terhadap 387 responden dalam penelitian ini menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,854.

Pengukuran *self-esteem* dilakukan menggunakan *Rosenberg Self-Esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg dan telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Maroqi (2019). Instrumen ini pada awalnya terdiri atas 10 butir pernyataan dengan format skala Likert empat poin, yaitu 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (setuju), dan 4 (sangat setuju), yang mencakup butir *favorable* dan *unfavorable*. Contoh pernyataan dalam instrumen ini adalah "Secara keseluruhan, saya puas dengan diri saya" dan "Saya merasa sebagai orang yang sama sekali tidak baik". Berdasarkan hasil pengujian validitas konstruk menggunakan *Confirmatory Factor Analysis* (CFA) oleh Maroqi (2019), dari 10 butir pernyataan terdapat tujuh butir yang dinyatakan valid, yaitu item 1, 3, 4, 6, 7, 9, dan 10. Ketujuh butir tersebut memiliki nilai *t-value* lebih besar dari 1,96 dan koefisien muatan faktor positif, sehingga digunakan dalam penelitian ini untuk mengukur *self-esteem*. Selanjutnya, pengujian reliabilitas terhadap 387 responden dalam penelitian ini menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,778.

Pengukuran *interpersonal trust* dilakukan menggunakan *Trust in Close Relationships Scale* yang dikembangkan oleh Rempel et al. (1985) serta telah diadaptasi ke dalam bahasa Indonesia oleh Claresta dan Djaja (2025). Instrumen ini terdiri atas 16 butir pernyataan yang mencakup tiga dimensi berdasarkan struktur adaptasi, yaitu keyakinan (*belief*), prediktabilitas (*predictability*), dan keandalan (*reliability*). Pengukuran menggunakan skala Likert tujuh poin, mulai dari 1 (sangat tidak setuju), 2 (tidak setuju), 3 (agak tidak setuju), 4 (netral), 5 (agak setuju), 6 (setuju), hingga 7 (sangat setuju), yang terdiri atas butir *favorable* dan *unfavorable*. Contoh pernyataan dalam instrumen ini adalah "Saya membiarkannya terlibat dalam aktivitas yang dianggap terlalu berbahaya oleh pasangan lain" dan "Saya bersedia membiarkan pasangan saya mengambil keputusan untuk saya". Dalam penelitian ini, *interpersonal trust* dioperasionalkan sebagai kepercayaan responden terhadap mantan pasangan yang melakukan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

perselingkuhan, sehingga penilaian diberikan berdasarkan pengalaman dan persepsi responden terhadap mantan pasangan tersebut. Pengujian validitas instrumen menunjukkan adanya variasi nilai koefisien validitas antarbutir, sedangkan hasil pengujian reliabilitas terhadap 387 responden menghasilkan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,910.

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan statistik deskriptif dan inferensial. Sebelum pengujian hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi yang meliputi uji normalitas untuk mengetahui distribusi residual model regresi dan uji linearitas untuk memastikan adanya hubungan linear antara masing-masing variabel independen dan variabel dependen. Kedua pengujian tersebut dilakukan menggunakan perangkat lunak *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS). Selanjutnya, pengujian hipotesis dilakukan menggunakan perangkat lunak *Jeffreys's Amazing Statistics Program* (JASP) melalui analisis regresi linear berganda untuk menguji hubungan *self-esteem* dan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being*, baik secara parsial maupun simultan, serta analisis koefisien determinasi untuk mengetahui proporsi variasi *psychological well-being* yang dapat dijelaskan oleh kedua variabel independen dalam model penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan 387 individu berusia 18–25 tahun yang berdomisili di Kabupaten Karawang dan pernah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Hasil penelitian disajikan melalui karakteristik demografis responden, pengujian asumsi analisis regresi, pengujian hipotesis, serta kategorisasi masing-masing variabel penelitian.

Tabel 1 Demograsi Responden

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis kelamin	Perempuan	229	59,2
	Laki-laki	158	40,8
	Total	387	100
Usia	18 tahun	55	14,2
	19 tahun	43	11,1
	20 tahun	74	19,1
	21 tahun	77	19,9
	22 tahun	69	17,8
	23 tahun	18	4,7
	24 tahun	27	7,0
	25 tahun	24	6,2
	Total	387	100

Berdasarkan Tabel 1, karakteristik responden menunjukkan bahwa partisipan penelitian lebih banyak berasal dari kelompok perempuan, dengan konsentrasi usia terbesar pada awal usia 20-an. Komposisi tersebut menggambarkan bahwa pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan dalam penelitian ini terutama terwakili oleh individu pada fase emerging adulthood yang sedang menjalani proses eksplorasi identitas dan pembentukan hubungan interpersonal. Karakteristik ini memberikan konteks demografis dalam memahami hasil penelitian, tetapi tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan adanya perbedaan kerentanan psikologis berdasarkan jenis kelamin maupun usia.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tabel 2 Hasil Uji Normalitas Kolmogorov Smirnov

Data yang diuji	*Asymp. Sig. (2 tailed)*	Interpretasi
Unstandardized Residual	0,080	Berdistribusi Normal

Berdasarkan Tabel 2, distribusi residual model regresi memenuhi asumsi normalitas. Dengan demikian, tidak ditemukan penyimpangan distribusi residual yang signifikan berdasarkan pengujian yang dilakukan, sehingga analisis regresi linear berganda dapat dilanjutkan dengan memperhatikan asumsi lainnya. Dengan demikian, residual pada model regresi berdistribusi normal sehingga asumsi normalitas telah terpenuhi. Tahap berikutnya, dilaksanakan uji linearitas sebagaimana dipaparkan pada Tabel 3

Tabel 3 Hasil Uji Linearitas

Hubungan Variabel	F Linearity	Sig. Linearity	F Deviation from Linearity	Sig. Deviation from Linearity
Self-Esteem (X1) → *Psychological Well-Being* (Y)	316,257	0,000	1,239	0,275
Interpersonal Trust (X2) → *Psychological Well-Being* (Y)	527,727	0,000	0,539	0,949

Berdasarkan Tabel 3, hubungan antara masing-masing variabel independen dan variabel dependen menunjukkan pola hubungan linier tanpa penyimpangan linieritas yang signifikan. Temuan ini mengindikasikan bahwa hubungan *self-esteem* maupun interpersonal trust dengan *psychological well-being* dapat dianalisis menggunakan pendekatan regresi linier**.** Selanjutnya, teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini untuk menguji hipotesis adalah uji regresi berganda, dengan hasil analisis yang disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Uji Analisis Regresi Berganda – Parsial

Model	B	SE	β	T	P
Self-esteem	3,383	0,182	0,599	18,540	< ,001
Interpersonal trust	1,133	0,074	0,494	15,280	<.001

Berdasarkan Tabel 4, kedua variabel independen menunjukkan arah hubungan yang positif dengan *psychological well-being*. Temuan ini mengindikasikan bahwa individu yang memiliki penghargaan diri lebih positif cenderung menunjukkan kesejahteraan psikologis yang lebih baik. Demikian pula, kepercayaan terhadap mantan pasangan yang menjadi konteks pengukuran *interpersonal trust* menunjukkan hubungan positif dengan kesejahteraan psikologis. Di antara kedua prediktor, *self-esteem* memperlihatkan kekuatan hubungan relatif lebih besar dalam model penelitian.

Tabel 5. Uji Analisis Regresi Berganda– Simultan

Model	*Sum of Squares*	df	*Mean Square*	F	P
Regression	15.330	2	7.664	287,5	< ,001
Residual	10.230	384	26,65		
Total	25.560	386			

Berdasarkan Tabel 5, hasil pengujian menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *interpersonal trust* secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

psychological well-being. Temuan ini memperlihatkan bahwa kesejahteraan psikologis responden berkaitan dengan dua aspek psikologis yang berbeda, yaitu evaluasi individu terhadap keberhargaan dirinya dan kepercayaan interpersonal. Dengan demikian, pengujian kedua variabel secara simultan memberikan gambaran yang lebih menyeluruh dibandingkan pengujian masing-masing variabel secara terpisah.

Tabel 6. Uji Koefisiensi Determinasi -Simultan

Model	R	*R Square*	*Adjusted R Square*	RMSE
M_0	0.000	0.000	0.000	8.138
M_1	0.774	0.600	0.598	5.163

Berdasarkan Tabel 6, model penelitian memiliki kemampuan penjelasan yang cukup besar terhadap variasi *psychological well-being*. Meskipun demikian, masih terdapat bagian variasi kesejahteraan psikologis yang belum dapat dijelaskan oleh kedua prediktor tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* merupakan kondisi multidimensional yang kemungkinan juga berkaitan dengan faktor psikologis dan sosial lainnya di luar model penelitian.

Tabel 7. Koefisien Determinasi – Parsial

Model	R	*R Square*	*Adjusted R Square*	RMSE
Self-esteem terhadap *psychological well-being*	0.597	0.356	0.354	6.538
Interpersonal trust terhadap *Psychological well-being*	0.491	0.241	0.239	7.098

Berdasarkan Tabel 7, ketika dianalisis secara terpisah, *self-esteem* memiliki kemampuan penjelasan yang lebih besar terhadap variasi *psychological well-being* dibandingkan dengan *interpersonal trust*. Temuan ini menunjukkan bahwa evaluasi individu terhadap keberhargaan dirinya memiliki keterkaitan yang cukup kuat dengan kesejahteraan psikologis dalam sampel penelitian. Namun, hasil regresi sederhana tersebut tidak dapat diartikan sebagai kontribusi unik masing-masing prediktor dalam model simultan karena kemungkinan terdapat variasi *psychological well-being* yang dijelaskan secara bersama-sama oleh kedua variabel.

Tabel 8 Uji Kategorisasi *Self-esteem*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	186	48,1 %
Rendah	201	51, 9 %
Total	387	100 %

Berdasarkan Tabel 8, distribusi kategori *self-esteem* menunjukkan kecenderungan bahwa lebih banyak responden memiliki penghargaan diri yang rendah dibandingkan dengan yang tinggi. Meskipun demikian, perbedaan proporsi kedua kategori relatif kecil, sehingga kondisi ini tidak menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki penilaian diri yang negatif. Sebaliknya, hasil tersebut menggambarkan adanya variasi dalam cara responden menilai keberhargaan dirinya setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Tabel 9 Uji Kategorisasi *Interpersonal trust*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	187	48,3%
Rendah	200	51,7%
Total	387	100 %

Berdasarkan Tabel 9, kecenderungan kategori *interpersonal trust* menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kepercayaan yang relatif rendah terhadap mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan. Temuan ini memberikan gambaran mengenai kondisi kepercayaan interpersonal dalam konteks hubungan romantis yang telah berakhir akibat pengkhianatan. Namun, hasil tersebut perlu dipahami secara kontekstual dan tidak dapat langsung digeneralisasikan sebagai rendahnya kemampuan responden untuk mempercayai orang lain secara umum.

Tabel 10 Uji Kategorisasi *Psychological well-being*

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tinggi	181	46,8 %
Rendah	206	53,2 %
Total	387	100 %

Berdasarkan Tabel 10, distribusi kategori *psychological well-being* menunjukkan kecenderungan kondisi kesejahteraan psikologis yang relatif rendah pada sebagian besar responden. Temuan ini memberikan gambaran bahwa pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan merupakan konteks yang relevan untuk memahami kondisi keberfungsian psikologis individu, khususnya dalam proses menerima diri, membangun hubungan interpersonal, dan menyesuaikan diri terhadap tuntutan kehidupan. Namun, hasil kategorisasi ini tidak membuktikan bahwa perselingkuhan merupakan penyebab langsung rendahnya kesejahteraan psikologis responden.

Pembahasan

Penelitian ini melibatkan 387 individu berusia 18–25 tahun yang pernah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan di Kabupaten Karawang. Komposisi partisipan didominasi oleh perempuan, sedangkan berdasarkan usia, sebagian besar berada pada rentang 20–22 tahun. Karakteristik tersebut menempatkan responden pada fase *emerging adulthood*, yaitu periode perkembangan yang ditandai oleh eksplorasi identitas, termasuk dalam hubungan romantis (Arnett, 2000). Pada fase ini, individu mulai mengeksplorasi hubungan yang lebih dekat dan serius sekaligus membangun pemahaman mengenai diri, pasangan, dan hubungan interpersonal yang diinginkan. Pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan dalam fase ini menjadi konteks yang relevan karena dapat berkaitan dengan proses individu mengevaluasi dirinya dan memaknai kepercayaan dalam hubungan romantis. Dominasi responden perempuan dalam penelitian ini merupakan karakteristik sampel dan tidak dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan bahwa perempuan lebih rentan mengalami perselingkuhan atau memiliki dampak psikologis yang lebih berat dibandingkan laki-laki. Dengan demikian, hasil penelitian perlu dipahami berdasarkan karakteristik responden yang terlibat dan tidak secara langsung digeneralisasikan kepada seluruh individu dalam fase emerging adulthood.

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

Sebelum hubungan antarvariabel dianalisis lebih lanjut, model penelitian terlebih dahulu diuji melalui asumsi normalitas dan linearitas. Hasil pengujian menunjukkan bahwa residual model memenuhi asumsi normalitas, sedangkan hubungan antara masing-masing variabel independen dan variabel dependen memenuhi asumsi linearitas. Terpenuhinya kedua asumsi tersebut memberikan dasar untuk melanjutkan analisis regresi linear berganda. Meskipun demikian, pemenuhan asumsi normalitas dan linearitas tidak secara otomatis menunjukkan bahwa seluruh asumsi regresi telah terpenuhi, sehingga interpretasi hasil tetap perlu mempertimbangkan pemeriksaan asumsi lainnya.

Hubungan *Self-Esteem* dengan *Psychological Well-Being*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* pada individu fase *emerging adulthood* yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Temuan ini menunjukkan bahwa semakin positif individu menilai dan menghargai dirinya, semakin tinggi pula kecenderungan kesejahteraan psikologis yang dimilikinya. Hasil tersebut dapat dipahami melalui konsep *self-esteem* yang berkaitan dengan evaluasi individu terhadap keberhargaan dirinya. Sementara itu, *psychological well-being* mencakup dimensi *self-acceptance*, yaitu kemampuan individu untuk memiliki sikap positif terhadap dirinya serta menerima berbagai aspek dan pengalaman kehidupannya (Humaidah & Mulyono, 2025).

Keterkaitan kedua konstruk tersebut menunjukkan bahwa penilaian individu terhadap keberhargaan dirinya memiliki relevansi dengan kemampuan menerima diri dan pengalaman kehidupan. Dalam konteks putus cinta akibat perselingkuhan, pengalaman pengkhianatan dapat menjadi pengalaman negatif yang berkaitan dengan cara individu memandang dirinya. Individu yang merasa tidak berharga atau menyalahkan dirinya atas pengalaman tersebut berpotensi mengalami kesulitan dalam menerima keadaan yang telah terjadi. Sebaliknya, kemampuan mempertahankan penghargaan terhadap diri dapat membantu individu memandang pengalaman pengkhianatan sebagai bagian dari pengalaman hidup, bukan sebagai ukuran keseluruhan nilai dirinya. Penjelasan ini memberikan pemahaman mengenai relevansi *self-esteem* dengan kesejahteraan psikologis setelah berakhirnya hubungan romantis, meskipun mekanisme tersebut tidak diuji secara langsung dalam penelitian ini.

Temuan penelitian ini sejalan dengan Suryani (2021) yang menunjukkan adanya hubungan antara *self-esteem* dan *psychological well-being*. Reo et al. (2024) juga menemukan bahwa *self-esteem* berkontribusi secara signifikan terhadap *psychological well-being* pada mahasiswa Generasi Z. Selain itu, Setianingsih et al. (2025) menunjukkan adanya hubungan antara penghargaan diri dan kesejahteraan psikologis pada karyawan. Kesamaan temuan dari beberapa kelompok partisipan tersebut memperkuat bukti empiris bahwa *self-esteem* merupakan salah satu faktor psikologis yang relevan dengan *psychological well-being*. Namun, penelitian ini memberikan konteks tambahan dengan mengkaji keterkaitan kedua variabel tersebut pada individu emerging adulthood yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

Relevansi *self-esteem* semakin penting ketika ditempatkan dalam konteks pengalaman pengkhianatan dalam hubungan romantis. Penelitian Ahzani dan Satwika (2025) menggambarkan bahwa perempuan dewasa awal yang mengalami perselingkuhan dapat menghadapi permasalahan dalam penerimaan diri, termasuk perasaan tidak berharga dan kesulitan memaknai pengalaman yang dialami. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa pengalaman perselingkuhan tidak hanya berkaitan dengan berakhirnya hubungan, tetapi juga dapat menyentuh aspek evaluasi individu terhadap dirinya. Oleh karena itu, penghargaan diri

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

menjadi salah satu aspek yang relevan untuk diperhatikan dalam memahami kesejahteraan psikologis individu setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat pentingnya mempertimbangkan *self-esteem* sebagai faktor intrapersonal dalam memahami *psychological well-being* pada kelompok tersebut.

Hubungan *Interpersonal Trust* dengan *Psychological Well-Being*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *interpersonal trust* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being*. Temuan ini mengindikasikan bahwa tingkat kepercayaan interpersonal yang lebih tinggi berkaitan dengan kesejahteraan psikologis yang lebih baik pada responden. Secara konseptual, kepercayaan interpersonal merupakan keyakinan terhadap konsistensi, keandalan, dan komitmen orang lain dalam suatu hubungan dekat (Rempel et al., 1985). Konstruk ini memiliki keterkaitan dengan dimensi *positive relations with others* dalam *psychological well-being*, yang menggambarkan kemampuan individu membangun hubungan yang hangat, terbuka, saling percaya, dan dilandasi empati (Humaidah & Mulyono, 2025).

Keterkaitan tersebut dapat dipahami karena kepercayaan merupakan salah satu aspek yang mendukung terbentuknya hubungan interpersonal yang positif. Ketika individu memiliki keyakinan terhadap konsistensi dan keandalan orang lain, hubungan interpersonal dapat memberikan ruang bagi keterbukaan, kedekatan, dan interaksi yang lebih positif. Sebaliknya, ketidakpercayaan dapat berkaitan dengan keraguan dalam menjalin kedekatan dan kesulitan membangun hubungan yang dilandasi rasa aman. Dalam konteks penelitian ini, pengalaman perselingkuhan menjadi latar situasional yang relevan karena melibatkan pelanggaran kepercayaan dalam hubungan romantis.

Buntaran dan Helmi (2015) membahas peran kepercayaan interpersonal dalam hubungan sosial dan pengungkapan diri pada media jejaring sosial daring. Sementara itu, penelitian Pramudito dan Minza (2021) membahas dinamika pembentukan kembali kepercayaan setelah perselingkuhan dalam hubungan perkawinan. Kedua penelitian tersebut memberikan perspektif bahwa kepercayaan interpersonal berkaitan dengan dinamika hubungan sosial dan proses pemulihan hubungan setelah pengkhianatan. Namun, konteks penelitian tersebut berbeda dari penelitian ini, sehingga digunakan sebagai landasan pendukung untuk memahami relevansi kepercayaan interpersonal, bukan sebagai bukti langsung mengenai hubungan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being* pada individu pascaputus cinta.

Dukungan empiris yang lebih langsung mengenai hubungan *interpersonal trust* dengan *psychological well-being* ditemukan dalam penelitian Ma et al. (2019), yang menunjukkan bahwa kepercayaan interpersonal berkorelasi positif dengan kesejahteraan psikologis dan beberapa komponennya, seperti *personality growth*, *self-worth*, dan *life vitality*. Temuan tersebut memperkuat hasil penelitian ini bahwa kepercayaan interpersonal memiliki keterkaitan dengan keberfungsian psikologis individu. Dengan demikian, kemampuan mempercayai orang lain merupakan aspek yang relevan untuk dipertimbangkan dalam memahami kesejahteraan psikologis, khususnya pada individu yang memiliki pengalaman negatif dalam hubungan romantis. Namun, terdapat hal penting dalam menginterpretasikan hasil penelitian ini. *Interpersonal trust* dalam penelitian diukur berdasarkan kepercayaan responden terhadap mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan, bukan kepercayaan terhadap orang lain secara umum. Oleh karena itu, hubungan positif yang ditemukan perlu dimaknai sesuai dengan objek pengukuran tersebut. Hasil penelitian ini tidak secara langsung menunjukkan bahwa kemampuan responden untuk mempercayai orang lain secara umum berkaitan dengan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

psychological well-being. Selain itu, tingkat kepercayaan terhadap mantan pasangan perlu dipahami dalam konteks pengalaman hubungan yang telah berakhir dan tidak dapat langsung disamakan dengan kemampuan membangun kembali kepercayaan dalam hubungan baru.

Hubungan *Self-Esteem* dan *Interpersonal Trust* secara Simultan dengan *Psychological Well-Being*

Hasil analisis simultan menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *interpersonal trust* secara bersama-sama memiliki hubungan yang signifikan dengan *psychological well-being*. Temuan ini menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pada responden berkaitan dengan dua ranah psikologis yang berbeda, yaitu evaluasi individu terhadap keberhargaan dirinya dan keyakinannya terhadap orang lain dalam hubungan dekat. *Self-esteem* merepresentasikan aspek intrapersonal, sedangkan interpersonal trust merepresentasikan aspek interpersonal. Kedua aspek tersebut memberikan perspektif yang saling melengkapi dalam memahami kondisi psikologis individu setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

Dalam konteks pengalaman pengkhianatan, individu dapat menghadapi persoalan yang berkaitan dengan penilaian terhadap dirinya sekaligus kepercayaannya terhadap mantan pasangan. Pengalaman tersebut dapat berkaitan dengan bagaimana individu menerima dirinya, memaknai hubungan yang telah berakhir, dan menghadapi perubahan dalam kehidupan interpersonalnya. Oleh karena itu, pengujian kedua variabel secara simultan memberikan pemahaman yang lebih menyeluruh mengenai keterkaitan faktor intrapersonal dan interpersonal dengan *psychological well-being* dibandingkan dengan pengujian jika masing-masing variabel dikaji secara terpisah. Nilai koefisien determinasi menunjukkan bahwa kedua variabel secara bersama-sama mampu menjelaskan sebagian besar variasi *psychological well-being* dalam model penelitian. Meskipun demikian, masih terdapat variasi kesejahteraan psikologis yang belum dapat dijelaskan oleh kedua variabel tersebut. Kondisi ini menunjukkan bahwa *psychological well-being* tidak hanya berkaitan dengan penghargaan diri dan kepercayaan interpersonal, tetapi juga berpotensi berhubungan dengan faktor psikologis maupun sosial lainnya. Penelitian Mufidha mengenai dukungan sosial teman sebaya menunjukkan bahwa kualitas hubungan sosial juga merupakan aspek yang relevan dalam memahami *psychological well-being*. Dengan demikian, dukungan sosial dapat dipertimbangkan sebagai salah satu variabel dalam penelitian berikutnya.

Perbandingan Kekuatan Hubungan *Self-Esteem* dan *Interpersonal Trust*

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa *self-esteem* memiliki koefisien beta terstandardisasi yang lebih besar dibandingkan dengan *interpersonal trust*. Temuan ini mengindikasikan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan relatif lebih kuat dengan *psychological well-being* dibandingkan dengan *interpersonal trust* pada sampel penelitian ini. Perbedaan tersebut dapat dijelaskan berdasarkan karakteristik konseptual kedua variabel, yaitu *self-esteem* yang berkaitan dengan penilaian individu terhadap keberhargaan dirinya, sedangkan *interpersonal trust* berhubungan dengan keyakinan individu terhadap konsistensi, keandalan, dan komitmen orang lain dalam hubungan dekat. Dengan demikian, kedua variabel merepresentasikan aspek psikologis yang berbeda dalam kaitannya dengan kesejahteraan psikologis individu.

Secara teoretis, *self-esteem* memiliki keterkaitan dengan dimensi *self-acceptance* dalam *psychological well-being* karena keduanya berhubungan dengan kemampuan individu untuk memandang, menghargai, dan menerima dirinya sendiri. Sementara itu, *interpersonal trust*

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

memiliki keterkaitan yang lebih langsung dengan dimensi *positive relations with others*, karena mencerminkan keyakinan individu dalam membangun hubungan yang dilandasi kepercayaan. Perbedaan cakupan konseptual tersebut dapat menjadi salah satu penjelasan mengapa *self-esteem* menunjukkan hubungan relatif lebih kuat dalam penelitian ini. Namun, temuan tersebut perlu dipahami berdasarkan karakteristik sampel dan konteks penelitian, sehingga tidak dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan bahwa *self-esteem* selalu memiliki hubungan lebih kuat dibandingkan dengan *interpersonal trust* pada populasi lainnya.

Interpretasi tersebut juga perlu mempertimbangkan bahwa pengukuran *interpersonal trust* dalam penelitian ini secara khusus mengacu pada kepercayaan responden terhadap mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan. Oleh karena itu, kekuatan hubungan *interpersonal trust* terhadap *psychological well-being* perlu dipahami dalam konteks pengalaman hubungan romantis yang telah berakhir akibat pengkhianatan. Perbedaan kekuatan hubungan kedua variabel juga dapat berkaitan dengan karakteristik objek pengukuran yang digunakan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengkaji kepercayaan interpersonal dalam berbagai jenis hubungan dekat, baik terhadap mantan pasangan maupun orang lain, guna memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai keterkaitannya dengan *psychological well-being*.

Kategorisasi *Self-Esteem, Interpersonal Trust,* dan *Psychological Well-Being*

Hasil kategorisasi menunjukkan bahwa ketiga variabel penelitian memiliki kecenderungan jumlah responden pada kategori rendah yang sedikit lebih besar dibandingkan dengan kategori tinggi. Temuan ini menggambarkan bahwa sebagian responden menunjukkan tingkat penghargaan diri, kepercayaan terhadap mantan pasangan, dan kesejahteraan psikologis yang relatif rendah. Meskipun demikian, selisih antara kedua kategori tersebut tidak terlalu besar, sehingga kondisi ini tidak dapat diartikan bahwa seluruh individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan memiliki tingkat *self-esteem, interpersonal trust,* dan *psychological well-being* yang rendah. Hal ini sejalan dengan penelitian Stavrova et al. (2023) yang menunjukkan bahwa dinamika kesejahteraan psikologis dan hubungan setelah perselingkuhan dapat berbeda antarindividu. Selain itu, O'Sullivan et al. (2025) menemukan adanya variasi penyesuaian psikologis pada individu dewasa muda setelah mengalami putus cinta, yang berkaitan dengan karakteristik individual, termasuk *self-esteem*. Dengan demikian, pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan tidak selalu berkaitan dengan kondisi psikologis yang sama pada setiap individu.

Kecenderungan rendahnya *self-esteem* dapat dikaitkan dengan pengalaman pengkhianatan yang berpotensi memengaruhi cara individu menilai dan memandang keberhargaan dirinya. Hal ini sejalan dengan temuan Ahzani dan Satwika (2025), yang menggambarkan adanya perasaan tidak berharga dan permasalahan penerimaan diri pada perempuan dewasa awal yang mengalami perselingkuhan. Temuan tersebut juga memperoleh dukungan dari O'Sullivan et al. (2025), yang menunjukkan bahwa *self-esteem* berkaitan dengan tekanan emosional dalam proses penyesuaian diri setelah putus cinta. Sementara itu, kecenderungan rendahnya *interpersonal trust* perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan bahwa pengukuran dalam penelitian ini secara khusus mengacu pada kepercayaan responden terhadap mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan. Giacobbi dan Lalot (2025) melalui kajian sistematisnya menjelaskan bahwa pemulihan kepercayaan dalam hubungan intim setelah pengkhianatan merupakan proses kompleks yang berkaitan dengan berbagai aspek, seperti penyesalan, tanggung jawab, transparansi, komunikasi, dan

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
Vol. 6, No. 4, Oktober - Desember 2026
e-ISSN : 2797-3344 | p-ISSN : 2797-3336
Online Journal System : https://jurnalp4i.com/index.php/paedagogy

pembangunan kembali kedekatan**.** Oleh karena itu, hasil kategorisasi *interpersonal trust* dalam penelitian ini menggambarkan kondisi kepercayaan responden terhadap mantan pasangan dan tidak dapat digeneralisasikan sebagai gambaran kepercayaan terhadap orang lain secara umum. Pada variabel *psychological well-being*, perbedaan kategori menunjukkan adanya variasi kondisi kesejahteraan psikologis antarresponden dalam menghadapi pengalaman putus cinta akibat perselingkuhan. Dengan demikian, hasil kategorisasi berfungsi sebagai gambaran deskriptif yang melengkapi temuan analisis regresi dan tidak dapat dijadikan dasar untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat antarvariabel penelitian.

Implikasi dan Keterbatasan Penelitian

Secara teoretis, penelitian ini memberikan gambaran mengenai keterkaitan faktor *intrapersonal* dan *interpersonal* dengan *psychological well-being* pada individu emerging adulthood yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Hasil penelitian memperlihatkan bahwa *self-esteem* dan *interpersonal trust* merupakan dua aspek psikologis yang relevan untuk dikaji secara bersama-sama dalam memahami kesejahteraan psikologis pada konteks tersebut. Secara praktis, temuan ini dapat menjadi pertimbangan dalam pengembangan pendampingan psikologis bagi individu yang mengalami putus cinta akibat perselingkuhan. Pendampingan dapat memperhatikan aspek penghargaan diri, penerimaan terhadap pengalaman yang telah terjadi, serta kemampuan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Penguatan *self-esteem* dapat diarahkan pada upaya membantu individu mempertahankan penilaian positif terhadap dirinya, sedangkan aspek *interpersonal trust* dapat diperhatikan melalui proses memahami pengalaman pengkhianatan dan membangun batasan hubungan yang sehat. Namun, rekomendasi tersebut merupakan implikasi praktis berdasarkan temuan korelasional dan belum dapat dinyatakan sebagai intervensi yang efektivitasnya telah dibuktikan oleh penelitian ini.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penggunaan teknik convenience sampling membatasi generalisasi hasil karena responden tidak dipilih secara acak dari seluruh populasi sasaran. Kedua, desain *cross-sectional* hanya menggambarkan hubungan antarvariabel pada satu waktu pengukuran sehingga tidak dapat digunakan untuk menyimpulkan hubungan sebab-akibat. Ketiga, penggunaan kuesioner self-report berpotensi menimbulkan bias dalam memberikan penilaian terhadap kondisi psikologis dan pengalaman hubungan romantis. Keempat, pengukuran *interpersonal trust* yang mengacu pada mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan membatasi interpretasi hasil pada objek hubungan tersebut. Kelima, penelitian ini belum memasukkan faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan *psychological well-being*, seperti dukungan sosial, resiliensi, *coping stress*, dan regulasi emosi.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan cakupan sampel dan wilayah yang lebih beragam, mempertimbangkan desain longitudinal untuk memahami perubahan kesejahteraan psikologis dari waktu ke waktu, serta menguji faktor psikologis dan sosial lainnya. Selain itu, pengukuran *interpersonal trust* perlu mempertimbangkan secara lebih spesifik objek kepercayaan, baik terhadap mantan pasangan maupun orang lain dalam hubungan interpersonal yang berbeda.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *self-esteem* dan *interpersonal trust* memiliki hubungan positif dan signifikan dengan *psychological well-being* pada individu pada fase *emerging adulthood* di Kabupaten Karawang yang mengalami putus cinta akibat

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

perselingkuhan, baik secara parsial maupun simultan. Temuan ini menunjukkan bahwa penghargaan individu terhadap dirinya sebagai faktor intrapersonal dan kepercayaan interpersonal sebagai faktor yang berkaitan dengan hubungan dekat merupakan dua aspek psikologis yang relevan dalam memahami kesejahteraan psikologis setelah pengalaman negatif dalam hubungan romantis. Di antara kedua variabel tersebut, *self-esteem* menunjukkan hubungan relatif lebih kuat dengan *psychological well-being* dibandingkan interpersonal trust dalam model penelitian ini. Nilai *Adjusted R Square* menunjukkan bahwa kedua variabel mampu menjelaskan sebagian besar variasi *psychological well-being*, sedangkan sisanya berkaitan dengan faktor lain di luar model penelitian. Secara praktis, temuan ini dapat menjadi pertimbangan dalam pengembangan pendampingan psikologis yang memperhatikan penguatan penghargaan diri, penerimaan terhadap pengalaman yang telah terjadi, serta kemampuan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Namun, hasil penelitian perlu diinterpretasikan dengan mempertimbangkan desain cross-sectional yang tidak memungkinkan penarikan kesimpulan sebab-akibat serta pengukuran interpersonal trust yang secara khusus mengacu pada mantan pasangan yang melakukan perselingkuhan. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan partisipan dengan karakteristik dan cakupan wilayah yang lebih beragam serta mengkaji faktor lain yang berpotensi berkaitan dengan *psychological well-being*, seperti resiliensi, dukungan sosial, *coping stress*, dan regulasi emosi. Selain itu, penelitian mendatang dapat mempertimbangkan objek kepercayaan interpersonal yang lebih beragam untuk memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kesejahteraan psikologis individu setelah mengalami putus cinta akibat perselingkuhan.

DAFTAR PUSTAKA

Ahzani, S., & Satwika, Y. W. (2025). Psychological well-being pada wanita dewasa awal yang mengalami perselingkuhan dalam hubungan pacaran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, *12*(2), 636–646. https://doi.org/10.26740/cjpp.v12n02.p636-646

Buntaran, F. A., & Helmi, A. F. (2015). Peran kepercayaan interpersonal remaja yang kesepian dalam memoderasi pengungkapan diri pada media jejaring sosial online. *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)*, *1*(2). https://doi.org/10.22146/gamajop.7348

Claresta, F., & Djaja, N. (2025). Measuring trust in romantic relationships: Validation of the Trust in Close Relationship Scale in Indonesian. *Journal of Humanities and Social Studies*, *9*(2). https://doi.org/10.33751/jhss.v9i2..12269

Giacobbi, M., & Lalot, F. (2025). Unpacking trust repair in couples: A systematic literature review. *Journal of Family Therapy*, *47*(1), e12483. https://doi.org/10.1111/1467-6427.12483

Humaidah, A., & Mulyono, R. (2025). Adaptasi Psychological Well-Being Short Scale pada mahasiswa. *EDUKATIF: Jurnal Ilmu Pendidikan*, *7*(1), 141–149. https://doi.org/10.31004/edukatif.v7i1.7990

Khasanah, R. (2024, June 30). Ngeri! Indonesia menempati peringkat kedua selingkuh terbanyak di Asia. *Radio Republik Indonesia*. https://rri.co.id/serui/berita-lain/790969/ngeri-indonesia-menempati-peringkat-kedua-selingkuh-terbanyak-di-asia

Kurnia, A. A., Khumas, A., & Firdaus, F. (2023). Hubungan antara self compassion dan psychological well being pada dewasa awal pasca putus cinta. *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora*, *2*(4). https://al-haramjournal.co.id/PESHUM/article/view/1814

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106

Maroqi, N. (2018). Uji validitas konstruk pada instrumen Rosenberg Self Esteem Scale dengan metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi dan Pendidikan Indonesia (JP3I), 7*(2), 92–96. https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101

Monteiro, R. P., Coelho, G. L. de H., Hanel, P. H. P., de Medeiros, E. D., & Gomes da Silva, P. D. (2022). The efficient assessment of self-esteem: Proposing the brief Rosenberg Self-Esteem Scale. *Applied Research in Quality of Life, 17*(2), 931–947. https://doi.org/10.1007/s11482-021-09936-4

O'Sullivan, L. F., Belu, C. F., & Wasson, K. S. (2025). Breaking up and bouncing back: Distress and post-breakup adjustment of young adults. *Archives of Sexual Behavior, 54*(9), 3405–3421. https://doi.org/10.1007/s10508-025-03244-w

Pramudianti, R. (2020). Kebahagiaan pada remaja wanita yang berulang-ulang putus cinta. *Jurnal Ilmu Sosial dan Humaniora, 9*(2), 337–346. https://doi.org/10.23887/jish-undiksha.v9i2.22447

Rempel, J. K., Holmes, J. G., & Zanna, M. P. (1985). Trust in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 49*(1), 95–112. https://doi.org/10.1037/0022-3514.49.1.95

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). https://doi.org/10.51214/002024061036000

Stavrova, O., Pronk, T., & Denissen, J. (2023). Estranged and unhappy? Examining the dynamics of personal and relationship well-being surrounding infidelity. *Psychological Science, 34*(2), 143–169. https://doi.org/10.1177/09567976221116892

Setianingsih, T. W., Alevia, K. F., & Purwantini, L. (2025). Hubungan antara self-esteem dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Ilmiah Nusantara, 2*(2), 379–388. https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jinu/article/view/3733

Sugiyono. (2022). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D.

Suryani, I. (2021). Dampak self-esteem terhadap psychological well-being dimediasi oleh work-life balance. *Epigram, 18*(2), 160–169. https://doi.org/10.32722/epi.v18i2.4090

Tjatura, A. A., & Kurniawan, J. E. (2025). Pengaruh dukungan sosial dan self-esteem dengan psychological well-being pada karyawan. *Jurnal Ilmiah Edunomika, 9*(3). https://doi.org/10.29040/jie.v9i3.18126

Veyanti, T. (2016). *Pemaafan pada istri sebagai upaya mengembalikan keutuhan rumah tangga akibat perselingkuhan suami* [Skripsi, Universitas Medan Area]. Repositori Universitas Medan Area. https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/88

Wibowo, N. S. G. (2025). Studi fenemonologi: Pengambilan keputusan dalam memilih pasangan hidup pada wanita dewasa awal. *Jurnal Adijaya Multidisplin, 3*(4), 539–551. https://e-journal.naureendigition.com/index.php/jam/article/view/1850

Wijaya, D. A. P., & Saprowi, F. S. N. (2022). Analisis dimensi: Dukungan sosial dan krisis usia seperempat abad pada emerging adulthood. *Psycho Idea, 20*(1). https://doi.org/10.30595/psychoidea.v20i1.12413

Zuroida, A., Kusnadi, S. K., & Putri, F. O. M. (2024). Terapi forgiveness untuk meningkatkan self-esteem pada remaja korban perselingkuhan dalam hubungan berpacaran. *IDEA: Jurnal Psikologi, 8*(1), 1–8. https://doi.org/10.32492/idea.v8i1.8101

Copyright (c) 2026 PAEDAGOGY : Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi
https://doi.org/10.51878/paedagogy.v6i4.15106