

# Program Intervensi dengan Strategi Integrative Forgiveness Untuk Mengurangi Tingkat Distress Pada Istri yang Diselingkuhi Oleh Suami = Intervention Program with Integrative Forgiveness Strategy To Decrease Level of Distress For Wives Whose Husband Commit Adultery

Stephani Martha Manik, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20313383&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

### <b>ABSTRAK</b><br>

Dalam perkawinan, salah satu pengalaman menyakitkan disertai muatan emosi negatif adalah perselingkuhan. Perselingkuhan adalah tindakan secara seksual ataupun emosional, dilakukan oleh seseorang yang terikat dalam suatu hubungan komitmen monogami maupun eksklusif, dimana tindakan tersebut dilakukan dengan orang lain selain pasangan dan merupakan pelanggaran perjanjian komitmen yang merusak kepercayaan (Blow & Harnet dalam Fish, 2010). Pengalaman individu yang mengetahui pasangannya selingkuh diasosiasikan dengan reaksi distress yang muncul dalam bentuk reaksi emosi rollercoaster yang intens, pikiran, perilaku dan fisik. Sebagai bentuk pelanggaran janji untuk setia dan komitmen eksklusif, perselingkuhan dapat merusak rasa percaya dan rasa aman emosional bagi pihak yang diselingkuhi. Hal ini dapat mempengaruhi kualitas hidup individu tersebut. Tujuan dari penelitian adalah melihat efektifitas pendekatan Integratif bagi individu yang mengalami distress setelah mengetahui pasangan eksklusifnya berselingkuh. Pada awalnya partisipan penelitian adalah dua orang istri. Penelitian ini menggunakan panduan wawancara oleh Vaughn (1996), Positive Affect Negative Affect Scale (PANAS), dan Subjective Unit of Distress Scale (SUDS) untuk mengumpulkan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan 1 mengalami penurunan skor afek negatif ? peningkatan skor afek positif dan perubahan positif pada aspek kognitif, perilaku dan fisik. Sedangkan partisipan 2 mengundurkan diri dari program intervensi. Lebih lanjut peneliti melihat bahwa setelah mengikuti intervensi, partisipan menunjukkan motivasi pemaafan terhadap suami yang berselingkuh, menyadari adanya masing-masing peran dari pikiran, perilaku dan perasaannya dalam menghadapi kasus perselingkuhan maupun kehidupan sehari-hari.

<hr>

### <b>ABSTRACT</b><br>

In marriage, one of the most painful experience filled with emotions are being cheated or having an affair. Having an affair is an sexual or emotional act caused by a person who is bonded by a monogamy or exclusive commitment, where said actions are done with another person besides from his or her partner and violates the marriage agreement which can cause ruin in one's trust (Blow and Harnet in Fish, 2010). The individual experience which acknowledges that his or her partner cheats on him or her

is associated with a distressful reaction which appear as an emotional rollercoaster reaction with intense, mind, behavior and physical symptoms. As an act which violates the agreement to be loyal and faithful, affairs could break the trust and hurt his or her emotional security in the cheated one's case. This can affect his or her quality of life. The purpose of the research is to see the effectiveness of integrative approach to the individuals who experienced distress after realizing that their exclusive partner has an affair. At first, the participant of the research are two wives. This research uses the interview guide by Vaughn (1996), Positive Affect Negative Affect Scale (PANAS), dan Subjective Unit of Distress Scale (SUDS) to collect data. The results showed that in participant 1 the negative affect score decreased and the positive affect score increase. Positive change in aspects such as cognitive, attitude and physical. Meanwhile participant 2 retires from the intervention program. Further, the researcher saw that after the intervention, participant 1 shows an increased motivation in forgiving the cheating husband, participant 1 realize the role of mind, attitude and feelings when facing affair problems or everyday life problems.