

Bab 1 Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Perselingkuhan merupakan salah satu bentuk konflik interpersonal dalam relasi romantis yang mencerminkan ketidaksetiaan terhadap kesepakatan atau komitmen dalam hubungan yang sah. Menurut kamus *American Psychological Association*, selingkuh adalah situasi di mana salah satu pasangan dalam pernikahan atau hubungan intim terlibat secara seksual atau emosional dengan orang lain selain pasangan sah. Perselingkuhan seksual merujuk pada keterlibatan dalam aktivitas seksual fisik dengan individu di luar relasi yang berkomitmen (Blow & Hartnett, 2005), sedangkan perselingkuhan emosional melibatkan pembentukan ikatan emosional yang mendalam dengan pihak ketiga hingga merusak keintiman emosional dengan pasangan (Glass & Wright, 1985). Perselingkuhan dianggap sebagai bentuk penyimpangan dalam relasi pernikahan yang dilarang oleh norma sosial, moral, dan agama apa pun.

Data dari berbagai Pengadilan Agama di Indonesia menunjukkan bahwa perselingkuhan menjadi salah satu penyebab dominan perceraian di beberapa wilayah. Di Pengadilan Agama Jakarta Barat, pada periode Januari-Maret 2025 tercatat 800-900 kasus perceraian, dengan mayoritas kasus dipicu oleh perselingkuhan dan masalah ekonomi (Antara, 2025; Republika, 2025). Di Kabupaten Lingga, Kepulauan Riau, Pengadilan Agama Dabo Singkep mencatat 80 perkara perceraian pada Januari-Mei 2023, di mana 80-90% disebabkan oleh perselingkuhan baik dari kalangan sipil maupun ASN (SIPPN KemenPAN-RB, 2023). Sementara itu, menurut Pengadilan Agama Bojonegoro, pada Januari-Februari 2025 terdapat 568 perkara perceraian, dengan 48% di antaranya dipicu oleh perselingkuhan melalui media sosial. Data ini mengindikasikan bahwa perselingkuhan, termasuk yang dimediasi teknologi digital, menjadi faktor signifikan perceraian di beberapa di Indonesia.

Dalam hukum di Indonesia, perselingkuhan memiliki dimensi yang berbeda dalam hukum pidana dan perdata. Secara pidana, perselingkuhan dikategorikan sebagai perzinaan sebagaimana diatur dalam Pasal 284 KUHP lama dan diperbarui dalam Pasal 411 KUHP baru, yaitu UU No. 1 Tahun 2023, yang menyatakan bahwa persetubuhan dengan orang yang bukan pasangan sah dapat dipidana penjara paling lama satu tahun atau dikenai denda. Perzinaan merupakan delik aduan yang hanya dapat diproses jika dilaporkan oleh pasangan yang sah. Sementara itu, dalam hukum perdata, khususnya dalam perkara perceraian, tindakan yang

dianggap sebagai pelanggaran terhadap kesetiaan, termasuk hubungan emosional intens dengan pihak ketiga, komunikasi mesra, atau keterlibatan dalam aktivitas seksual *online*, dapat dijadikan alasan yang sah untuk mengakhiri pernikahan, sebagaimana diatur dalam Pasal 39 UU Perkawinan No. 1 Tahun 1974, PP No. 9 Tahun 1975 pasal 19 yang berbunyi, "*perceraian dapat terjadi karena alasan atau alasan-alasan: a. Salah satu pihak berbuat zina atau menjadi pemabuk, pematik, penjudi, dan lain sebagainya yang sukar disembuhkan...*".

Lebih lanjut, dengan perkembangan teknologi digital yang memfasilitasi bentuk-bentuk perselingkuhan nonfisik yang juga dapat dikenai sanksi hukum, yaitu melalui UU ITE. Tindakan seperti mengajak *video call sex* (VCS), mengirimkan foto tubuh dengan muatan seksual, hingga membuat unggahan publik yang bermuatan ajakan hubungan seksual *online*, dapat dianggap melanggar Pasal 27 ayat (1) UU ITE karena mengandung muatan yang melanggar kesusilaan, dengan ancaman pidana penjara maksimal enam tahun dan/atau denda maksimal satu miliar rupiah. Oleh karena itu, aktivitas seksual *online* yang dilakukan di luar relasi pernikahan, baik secara tertutup maupun terbuka di media sosial, dapat dikualifikasikan sebagai bentuk perselingkuhan secara hukum dan etika relasional, serta berimplikasi hukum jika memenuhi unsur pelanggaran kesusilaan atau disertai aduan dari pihak yang dirugikan.

Berdampingan dengan aturan moralis, islam menganggap aktivitas seperti VCS, percakapan erotis, maupun pertukaran gambar bermuatan seksual antar individu yang bukan pasangan sah dikategorikan sebagai *muqaddimât az-zinâ* atau perbuatan yang mendekati zina, yang secara syariat dilarang meskipun dilakukan atas dasar kesepakatan. Larangan ini didasarkan pada firman Allah dalam Surah Al-Isra ayat 32: "*Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah perbuatan keji dan jalan yang buruk.*". Imam Al-Ghazali dalam *Ihya' Ulumuddin* menjelaskan bahwa pandangan, perkataan, dan khayalan seksual adalah pintu awal menuju perzinaan, dan menjaga pandangan adalah bentuk penjagaan diri dari kerusakan moral (Al-Ghazali, 2008). Hal ini diperkuat oleh Ibnu Hajar al-Haytami dalam *Tuhfatul Muhtaj fi Syarhil Minhaj*, yang menyatakan bahwa menikmati rangsangan seksual melalui surat, gambar, atau percakapan dengan non-mahram termasuk dalam bentuk pelanggaran terhadap kehormatan diri dan berdosa (Ibnu Hajar, 1997, Juz 9, hlm. 142). Dar al-Ifta' al-Misriyyah menyatakan bahwa hubungan seksual secara *online* yang dilakukan di luar ikatan pernikahan tetap dianggap melanggar syariat Islam karena tergolong aktivitas tidak senonoh yang merusak nilai moral (Dar al-Ifta', 2020). Majelis Ulama Indonesia (MUI) juga menyatakan bahwa konten dan aktivitas seksual digital yang melibatkan non-mahram,

meskipun dilakukan secara pribadi, tetap haram karena bertentangan dengan maqashid syariah, khususnya prinsip *hifzh al-'irdh* atau penjagaan kehormatan (Fatwa MUI No. 287 Tahun 2023).

Perselingkuhan pada umumnya terjadi langsung melalui kontak fisik, pertemuan tatap muka, interaksi di lingkungan kerja atau sosial, kini mengalami pergeseran seiring dengan kemajuan teknologi digital. Kemunculan internet dan media sosial memudahkan individu untuk menjalin relasi di luar pasangan resminya, melalui akses yang cepat, dan fleksibel. Hal ini mendorong munculnya bentuk perselingkuhan baru, seperti hubungan seksual *online* yang mencakup percakapan erotis, *video call sex* (VCS), *call sex*, *sexting*, pertukaran gambar eksplisit, hingga masturbasi. Meskipun tidak melibatkan kontak fisik, interaksi semacam ini tetap mengandung muatan emosional dan moral yang signifikan serta berpotensi merusak kualitas relasi pernikahan.

Dengan demikian, perselingkuhan menjadi tidak hanya lebih tersembunyi, tetapi juga semakin terfasilitasi oleh berbagai aplikasi dan platform digital, termasuk komunitas *online* yang secara terbuka mewadahi perilaku perselingkuhan. Fenomena ini mencerminkan bentuk perselingkuhan *online*, yakni interaksi sugestif secara seksual atau emosional melalui media digital seperti *sexting* dan percakapan romantis *online* (Whitty, 2003). Selain itu, muncul pula konsep perselingkuhan mikro yang menggambarkan perilaku yang seakan halus namun melanggar batas kesetiaan, seperti menggoda secara rahasia atau mengirim pesan tersembunyi (Rachman, 2018). Dengan demikian, perkembangan teknologi turut memperluas spektrum bentuk ketidaksetiaan dalam hubungan romantis, serta menantang ulang batas-batas kesetiaan dalam lanskap relasi modern. Salah satu manifestasi dari dinamika baru yang muncul akibat pergeseran ini adalah kemunculan komunitas-komunitas yang menjadi wadah bagi individu untuk membentuk koloni, membagikan unggahan bermuatan seksual, serta mencari pasangan untuk melakukan aktivitas seksual *online* maupun menjalin hubungan perselingkuhan. Fenomena ini dapat ditemukan pada Komunitas Selingkuh yang berkembang di aplikasi X (dahulu Twitter).

Aplikasi X dikenal memiliki berbagai fitur seperti *tweet*, *retweet*, *reply*, serta mendukung penggunaannya dalam mengirim gambar dan video yang memungkinkan komunikasi interaktif dan ekspresif. Transformasi Twitter menjadi X pada tahun 2023 membawa inovasi fitur baru bernama *Communities* yang dirilis pada September 2023. Namun, tidak seperti platform lain seperti Instagram, Facebook, Whatsapp yang menerapkan sistem moderasi ketat dan *enkripsi end-to-end* secara menyeluruh, X hanya memiliki perlindungan privasi terbatas

dan tidak aktif dalam mengawasi konten sensitif. Ditambah lagi, ketiadaan kantor perwakilan X di Indonesia membuat regulasi lokal sulit diterapkan. Moderasi konten di X bersifat pasif, di mana komunitas atau unggahan tidak akan dihapus jika tidak dilaporkan secara manual oleh pengguna, dibandingkan dengan platform lain seperti Instagram atau TikTok yang memiliki sistem pelaporan dan moderasi konten berbasis kecerdasan buatan secara *real-time*. Celah tersebut memungkinkan tumbuhnya komunitas dengan muatan seksual dan penyimpangan moral, yang tetap eksis karena bersifat privat dan tidak langsung terdeteksi. Akibatnya, fitur yang pada dasarnya dirancang untuk interaksi positif justru rentan disalahgunakan untuk aktivitas seperti mengakses dan menyebarkan konten pornografi, melakukan interaksi dengan orang asing atau sudah dikenal untuk tujuan seksual, sebagaimana ditemukan dalam Komunitas Selingkuh. Fenomena ini berpotensi melanggar ketentuan UU ITE Pasal 27 ayat (1) tentang distribusi konten bermuatan kesusilaan secara elektronik. Berdasar pada hal ini, peneliti menyoroti bagaimana fitur yang seharusnya mendorong interaksi positif justru membuka peluang bagi perilaku seksual di era digital.

Komunitas ini berkembang seiring ketertarikan individu-individu yang memiliki tujuan serupa, yaitu mencari pasangan seksual secara *online*, sehingga keterlibatan dalam komunitas didorong oleh motivasi personal dan kebutuhan seksual yang sama. Interaksi dalam komunitas ini dilakukan melalui unggahan *tweet* yang bersifat terbuka maupun ajakan untuk berpindah ke ruang obrolan privat melalui *direct message* (DM). Unggahan yang ditemukan dalam komunitas tersebut secara eksplisit menunjukkan narasi ajakan pada individu lain untuk melakukan aktivitas seksual, misalnya: “Mau lihat k***** suami orang please kirim di DM”, “Selingkuh yu udah lama dianggurin, suami juga udah bosan”, “Pengen selingkuh tapi janda anak 2 masih mau nggak ya? Jawab jujur!!!”, “Suami orang yuk kita selingkuh di DM-ku hihi”, “Bini atau pacar orang yang sok alim dan sok merasa setia sini cobain aku dulu. Mau lihat habis ku pakai m***** masih bisa ngomong setia atau malah ketagihan sama k*****. Come!” (lihat pada lampiran 2)

Unggahan tersebut menunjukkan bahwa komunitas ini menjadi wadah bagi anggotanya untuk secara terbuka membagikan ajakan seksual yang vulgar dan provokatif, bahkan terhadap individu yang memiliki pasangan, serta melegitimasi perilaku perselingkuhan. Menurut Hertlein & Ancheta (2014), dampak media sosial terhadap hubungan romantis sangat

bergantung pada cara penggunaannya. Jika digunakan secara terbuka, media sosial dapat memperlambat hubungan pasangan sah, tetapi jika digunakan secara tertutup dan manipulatif untuk kepuasan seksual, dapat menimbulkan konflik serius dalam hubungan. Penelitian Satici *et al* (2023) menunjukkan bahwa semakin tinggi penggunaan internet yang bermasalah, semakin rendah kepuasan dalam hubungan. Temuan Weinstein *et al* (2015) menunjukkan bahwa frekuensi penggunaan media sosial dan keinginan kuat terhadap konsumsi pornografi berkorelasi positif dengan kesulitan menjalin hubungan intim, khususnya pada laki-laki.

Penggunaan media sosial sebagai sarana menjalin hubungan seksual *online* di luar komitmen resmi telah ditemukan dalam beberapa komunitas ini yang secara eksplisit mengidentifikasi diri sebagai komunitas perselingkuhan. Internet berperan tidak hanya sebagai akses untuk berkomunikasi jarak jauh, tetapi juga sebagai media potensial untuk membangun kedekatan emosional atau seksual, terlebih lagi ketika individu mengalami ketidakpuasan dalam hubungan pernikahan, sebagaimana ditunjukkan oleh berbagai temuan penelitian sebelumnya. Penelitian Satici *et al* (2023) terhadap 604 partisipan yang sedang menjalin hubungan romantis menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat *problematic internet use*, semakin rendah *relationship satisfaction*. Grubbs *et al* (2018) menemukan bahwa penggunaan konten seksual *online*, termasuk pornografi internet, berkorelasi negatif dengan kepuasan dalam hubungan romantis, terutama pada individu dengan pola keterikatan emosional yang cemas atau *anxious attachment*. Korelasi tersebut dimediasi oleh rendahnya kepuasan seksual, yang memperkuat asumsi bahwa aktivitas seksual *online* berpengaruh terhadap kualitas relasi interpersonal.

Interaksi seksual yang dilakukan secara *online* dikenal dengan istilah *cybersex*. Menurut Cooper *et al* (2000), *cybersex* merupakan aktivitas seksual yang dilakukan melalui komunikasi berbasis teknologi untuk memperoleh kepuasan seksual tanpa adanya kontak fisik langsung. Grov *et al* (2011) menemukan bahwa sebagian besar individu dewasa muda terlibat dalam setidaknya satu bentuk *cybersex*. Doring (2017) kemudian mengklasifikasikan *cybersex* ke dalam enam kategori utama, yaitu: (1) informasi seksual, seperti pencarian edukasi seks; (2) hiburan seksual, seperti menonton pornografi; (3) kontak seksual *online*, termasuk interaksi melalui obrolan atau video seks; (4) komunitas seksual minoritas; (5) produk seksual, seperti alat bantu seks; dan (6) kerja seks online.

Keterlibatan individu dalam aktivitas *cybersex* memiliki dampak serius pada kehidupan sosial, relasi, dan kesehatan mental. *Cybersex* sering kali menyebabkan penurunan dalam

hubungan intim dengan pasangan sah, termasuk penurunan kepuasan seksual, serta menjadi salah satu faktor utama penyebab perpisahan dan perceraian. Studi oleh TanimoonwoFasugba-Idowu & Hassan (2013) menunjukkan bahwa 22,3% individu memilih bercerai akibat aktivitas *cybersex* pasangannya, sementara yang lain mengalami rasa sakit emosional seperti penghinaan, penolakan, keterasingan, hingga kehilangan kepercayaan diri. Selain itu, sekitar 68% subjek mengaku kehilangan minat seksual, baik pada diri sendiri maupun pasangannya, karena membandingkan diri mereka dengan tokoh di dunia maya. Aktivitas ini dianggap sama menyakitkannya dengan perselingkuhan secara langsung. Anak-anak yang berada dalam lingkungan ini juga terdampak melalui paparan konten pornografi, konflik orang tua, hingga gangguan perkembangan sosial dan seksual akibat eksposur yang berlebihan. Penggunaan media sosial dan internet sebagai sarana membangun kedekatan seksual di luar relasi resmi semakin menguat.

Berdasarkan hasil studi Juditha (2020), ditemukan bahwa mayoritas generasi milenial responden terlibat dalam *cybersex* dan aktivitas seksual *offline* di luar pernikahan. *Cybersex* dilakukan 1-2 kali per minggu di rumah, umumnya menggunakan gawai, dengan motivasi berupa rasa ingin tahu, hiburan, dan mencari kepuasan seksual. Aktivitas paling umum mencakup penelusuran situs pornografi dan percakapan seks melalui media digital. *Anonymity*, *accessibility*, dan *affordability* disebut sebagai tiga faktor yang mendukung keterlibatan dalam perilaku ini. Sharma *et al* (2020) melalui studi laporan kasus menunjukkan bahwa keterlibatan dalam *cybersex* tidak hanya dipicu oleh rasa ingin tahu dan kesepian, tetapi juga berkembang menjadi mekanisme *stress coping* yang berdampak negatif terhadap fungsi sosial dan psikologis individu. Meski mengalami konsekuensi seperti kecemasan, rasa bersalah, dan gangguan relasi, subjek dalam penelitian tersebut tetap menunjukkan kesulitan untuk menghentikan perilaku karena diperkuat oleh kemudahan akses serta anonimitas platform *online*.

Lebih lanjut, keterlibatan individu dalam komunitas *online* seperti ini tidak semata-mata didorong oleh dorongan seksual, tetapi juga terkait dengan ketidakmampuan dalam memenuhi tugas perkembangan untuk membangun keintiman yang sehat (Weinstein *et al.*, 2015). Kecenderungan individu untuk mencari kedekatan emosional atau seksual melalui dunia maya juga dapat dijelaskan melalui perspektif perkembangan psikososial. Erikson (2006) menyatakan bahwa individu dewasa awal dihadapkan pada krisis perkembangan antara keintiman versus isolasi, yang menuntut kemampuan untuk membangun relasi emosional yang

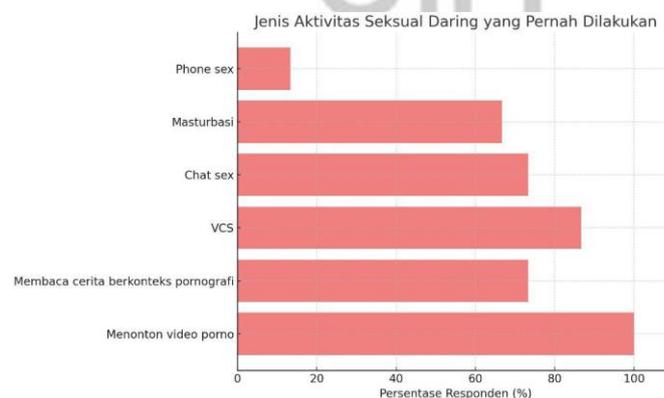
dekat. Ketika kebutuhan tersebut tidak terpenuhi melalui hubungan resmi, individu cenderung mencari alternatif relasional yang lebih mudah diakses. Salah satunya melalui komunitas *online* yang memfasilitasi interaksi seksual secara virtual. Hal ini didukung oleh penelitian Smith *et al* (2023) yang menyatakan bahwa tingkat kejadian *cybersex* meningkat signifikan pada kelompok dewasa awal.

Beragamnya bentuk *cybersex* menunjukkan bahwa internet memberikan kemudahan akses untuk mengeksplorasi dan memenuhi kebutuhan seksual, yang berpotensi memengaruhi perilaku serta kualitas hubungan interpersonal. Aktivitas ini didorong oleh tiga faktor utama yang disebut *Triple-A Engine*. Faktor ini meliputi anonimitas, aksesibilitas, dan keterjangkauan (Cooper, 1998). Anonimitas memungkinkan individu mengekspresikan fantasi seksual secara bebas tanpa takut dampak sosial, sering kali melalui akun anonim sebagaimana ditemukan dalam Komunitas Selingkuh. Aksesibilitas menjadikan konten seksual mudah diakses kapan saja, sementara keterjangkauan memungkinkan partisipasi tanpa hambatan finansial seperti pada aktivitas seksual konvensional. Studi Kaspersky (2020) menunjukkan bahwa fitur anonim memungkinkan pengguna mengekspresikan diri tanpa takut dampak terhadap reputasi. Jati (2021) menegaskan bahwa akun anonim kerap digunakan sebagai sarana pemenuhan kebutuhan seksual yang tidak terpenuhi dalam pernikahan. Meskipun kerap dianggap sebagai sarana eksplorasi seksual yang aman, studi Tynan (2022) menunjukkan bahwa keterlibatan berulang dalam aktivitas ini dapat menimbulkan dampak psikologis negatif, seperti disfungsi hubungan, depresi, dan penurunan kualitas hidup.

Fenomena *cybersex* penting untuk dikaji karena dampaknya tidak hanya dialami secara personal, tetapi juga berdampak pada lingkungan sosial. Salah satu temuan penting ditunjukkan oleh Engel *et al* (2019), yang menemukan bahwa individu dengan gejala *hypersexual disorder* (HD) yang tinggi memiliki kecenderungan lebih besar untuk terlibat dalam fantasi dan tindakan seksual koersif. Perilaku *cybersex* bermasalah terbukti berhubungan signifikan dengan peningkatan fantasi pemaksaan seksual dan tindakan pemaksaan. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi materi seksual *online* yang berlebihan dan intens dapat memicu desensitisasi serta peningkatan risiko pelanggaran batas konsensual dalam relasi seksual. Penelitian Krahe *et al* (2021) terhadap 1.181 mahasiswa Jerman menemukan bahwa semakin seseorang memandang pornografi sebagai hal yang realistis, semakin besar kecenderungannya untuk menginternalisasi “script seksual berisiko” dan menjustifikasi paksaan seksual. Hal ini membuat individu lebih permisif terhadap kekerasan, baik sebagai pelaku maupun sebagai

korban secara tidak sadar. Berlandaskan penelitian-penelitian sebelumnya, studi pendahuluan dilakukan untuk menelusuri keterlibatan perilaku seksual *online* pada anggota Komunitas Selingkuh.

Studi pendahuluan dilakukan dengan tujuan mengidentifikasi karakteristik keterlibatan dalam aktivitas seksual *online*. 15 anggota Komunitas Selingkuh menunjukkan bahwa mayoritas responden (60%) bergabung untuk mencari teman yang memiliki kebutuhan serupa, 26,7% untuk mencari *partner* seksual *online*, dan 13,3% tanpa alasan spesifik atau karena ajakan. Aktivitas yang dilakukan mencakup ajakan *video call sex* (VCS), unggahan foto vulgar, permintaan penilaian tubuh, serta curahan terkait hubungan pribadi. Seluruh responden (100%) mengaku pernah terlibat dalam perilaku seksual *online* dengan bentuk yang terlihat pada gambar 1. Faktor pemicu perilaku ini meliputi dorongan seksual tinggi (53,3%), kebosanan (46,7%), stres emosional (40%), suasana mendukung seperti malam hari atau rumah yang sepi (33,3%), dan konflik dalam hubungan romantis (13,3%). Dari segi frekuensi, 26,7% melakukannya 3-4 kali seminggu, 13,3% secara harian, 20% 2-3 kali seminggu, 20% dua kali per bulan, 13,3% hanya beberapa kali dalam setahun, dan sisanya tidak menentu tergantung situasi. Temuan ini menunjukkan bahwa perilaku seksual *online* pada dewasa awal berkaitan tidak hanya dengan kebutuhan seksual, tetapi juga dengan kondisi emosional dan dinamika hubungan pribadi, serta dipengaruhi oleh faktor situasional yang memperkuat pola perilaku tersebut.



Gambar 1.1 Jenis Aktivitas Seksual Responden

Penelitian Brahim *et al* (2019) menunjukkan bahwa penggunaan *cybersex* secara kompulsif dipengaruhi oleh hasrat seksual pada pria dan motif *coping* dan sosial pada wanita. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya intervensi berbasis regulasi emosi, mengingat banyak individu menggunakan *cybersex* bukan semata karena dorongan seksual, melainkan

sebagai bentuk pelarian dari stres dan emosi negatif akibat rendahnya kemampuan mengelola emosi. Lew-Starowicz *et al* (2019) menyimpulkan bahwa disregulasi emosi merupakan gejala inti dari *compulsive sexual behavior disorder* (CSBD) sekaligus faktor predisposisi utama dalam perkembangannya; hal ini menunjukkan bahwa banyak individu menggunakan perilaku *cybersex*, sebagai bentuk pelarian dari emosi negatif yang tidak terkelola dengan baik, sehingga intervensi yang menargetkan peningkatan kemampuan regulasi emosi menjadi sangat penting dalam upaya pencegahan dan penanganan gangguan ini secara efektif.

Berdasarkan pada hasil studi awal di atas, terdapat dua aspek psikologis yang dapat digarisbawahi dan relevan untuk diteliti lebih lanjut, yaitu *self-regulation* dan *relationship satisfaction*. *Self-regulation* menjadi fokus peneliti dengan melihat intensitas responden melakukan aktivitas seksual *online* di Komunitas Selingkuh. *Self-regulation* memainkan peran penting dalam membantu individu mengelola dorongan dan emosi, terutama dalam situasi yang melibatkan stres atau kebutuhan sosial yang tidak terpenuhi. Ketidakmampuan dalam mengatur diri dapat mendorong individu untuk mencari pelampiasan melalui aktivitas *online* seperti yang ditemukan dalam studi ini. *Self-regulation* menjadi kunci dalam membantu individu mengontrol dorongan seksual, membuat keputusan yang bijaksana, serta menjaga keseimbangan antara kebutuhan pribadi dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis maupun hubungan sosial. Menurut Baumeister & Vohs (2007), *self-regulation* adalah kemampuan individu untuk mengontrol emosi, pikiran, dan perilaku agar sesuai dengan nilai-nilai sosial dan tujuan jangka panjang. Tanpa *self-regulation* yang memadai, interaksi seksual secara *online* dapat berisiko berkembang menjadi perilaku impulsif atau kompulsif, yang berpotensi merugikan diri sendiri maupun orang lain. *Self-regulation* adalah kemampuan individu untuk mengontrol pikiran, emosi, dan perilaku demi mencapai tujuan tertentu. Baumeister & Vohs (2007) menyatakan bahwa individu yang memiliki *self-regulation* rendah cenderung menunjukkan perilaku seksual yang impulsif.

Berdasarkan temuan berbagai literatur sebelumnya, *cybersex* dipengaruhi oleh berbagai aspek psikologis, baik bersifat internal maupun eksternal. Salah satu faktor internal yang sering dikaitkan dengan perilaku ini adalah *self-regulation*. Baumeister dan Vohs (2007) mendefinisikan *self-regulation* sebagai kemampuan individu dalam mengontrol pikiran, emosi, dan perilaku agar sesuai dengan tujuan jangka panjang dan nilai sosial. Individu dengan *self-regulation* yang rendah cenderung menunjukkan perilaku impulsif, salah satunya pada impulsivitas aktivitas seksual secara *online*. Green *et al* (2020) mengidentifikasi bahwa

rendahnya *self-regulation* berkontribusi terhadap pengambilan keputusan seksual yang impulsif secara *online*. Penelitian Dasan *et al* (2020) juga menunjukkan bahwa *self-regulation* memiliki hubungan signifikan dengan perilaku seksual *online* pada mahasiswa, dan hasil ini diperkuat oleh temuan Krauss *et al* (2015) yang menemukan bahwa *self-regulation* berhubungan erat dengan frekuensi akses terhadap konten seksual *online* seperti pornografi.

Selain faktor internal, aspek eksternal seperti kepuasan dalam hubungan romantis (*relationship satisfaction*) berpengaruh terhadap kecenderungan individu untuk terlibat dalam perilaku seksual *online*. Hendrick (1988) menyatakan bahwa *relationship satisfaction* mengacu pada evaluasi menyeluruh yang dibuat seseorang terhadap hubungannya. *Relationship satisfaction* mencakup dimensi cinta, masalah, dan harapan dalam relasi, dan ketika aspek-aspek tersebut tidak terpenuhi secara seimbang, individu dapat mencari kompensasi di luar hubungan. Grubbs *et al* (2018) menemukan adanya korelasi negatif antara *relationship satisfaction* dan penggunaan konten seksual *online*, terutama pada individu dengan *anxious attachment*, di mana rendahnya kepuasan seksual menjadi mediator dari perilaku tersebut. Namun, pada penelitian Ballester-Arnal *et al* (2014) terhadap 1.239 orang dewasa muda di Spanyol, menemukan bahwa individu yang tidak memiliki pasangan justru cenderung lebih sering terlibat dalam aktivitas seksual daring. Namun demikian, status hubungan dan frekuensi aktivitas seksual tidak terbukti secara signifikan memprediksi perilaku adiktif terhadap *cybersex*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa keberadaan pasangan atau tingkat aktivitas seksual saja tidak cukup menjelaskan keterlibatan seseorang dalam perilaku *cybersex*, atau menunjukkan bahwa aspek relasi romantis tidak selalu memiliki efek signifikan terhadap *cybersex*.

Temuan-temuan tersebut menggambarkan bahwa *cybersex* tidak hanya dipengaruhi oleh dorongan seksual semata, tetapi juga berkaitan dengan kemampuan individu mengelola emosi serta dinamika dalam hubungan pribadi. Temuan awal dalam studi ini turut menguatkan keterkaitan tersebut, di mana responden mengungkapkan bahwa dorongan seksual tinggi (53,3%), kebosanan (46,7%), serta stres emosional (40%) menjadi pemicu utama keterlibatan dalam aktivitas seksual *online* seperti *video call sex* (VCS), menyebarkan foto vulgar, dan curahan terkait hubungan pribadi. Faktor-faktor tersebut mencerminkan lemahnya kontrol terhadap impuls dan *coping strategy* yang kurang adaptif dalam menghadapi tekanan emosional. Di sisi lain, faktor eksternal seperti kualitas hubungan interpersonal, khususnya *relationship satisfaction* juga berperan signifikan. Ketidakpuasan dalam hubungan dengan

pasangan dapat mendorong individu mencari alternatif pemenuhan emosional dan seksual di luar hubungan tersebut, termasuk melalui aktivitas *cybersex*. Ballester-Arnal *et al* (2024) menunjukkan bahwa individu yang mengalami emosi negatif dan *relationship satisfaction* yang rendah lebih rentan mencari gratifikasi seksual secara *online*. Data studi awal ini juga menunjukkan bahwa 13,3% responden menyebut konflik dalam hubungan romantis sebagai pemicu perilaku seksual *online* yang mereka lakukan, mengindikasikan peran dinamika hubungan pribadi dalam mendorong keterlibatan dalam perilaku tersebut. Dengan demikian, aspek internal seperti *self-regulation* dan aspek eksternal seperti *relationship satisfaction* saling terkait dalam membentuk kerentanan individu terhadap perilaku *cybersex*. Temuan awal dalam studi ini menguatkan bahwa dua aspek tersebut merupakan faktor dominan yang perlu ditelusuri lebih lanjut dalam menjelaskan keterlibatan seseorang dalam perilaku *cybersex*.

Berlandaskan pada literatur sebelumnya, kecenderungan individu untuk mencari pemenuhan seksual melalui media *online* perlu dianalisis dari aspek psikologis yang lebih mendalam. Dua variabel yang memiliki relevansi kuat namun masih minim diteliti secara simultan pada perilaku seksual *online* adalah *self-regulation* dan *relationship satisfaction*. Penelitian sebelumnya cenderung menempatkan *self-regulation* sebagai variabel mediasi (Finkenauer *et al.*, 2005; Busse *et al.*, 2010; Traen *et al.*, 2014; Khan *et al.*, 2015), bukan sebagai prediktor langsung yang berdiri sendiri. Padahal, *self-regulation* memegang peran penting dalam mengendalikan impuls seksual dan pengambilan keputusan yang melibatkan risiko moral dan sosial. Di sisi lain, penelitian yang mengkaji aspek *relationship satisfaction* dalam aktivitas seksual *online* yang bersifat interaktif masih terbatas. Sebagian besar studi lebih berfokus pada bentuk pasif *cybersex*, seperti hanya pada konsumsi pornografi saja (Grubbs *et al.*, 2019), dan belum menyentuh secara komprehensif bentuk aktif *cybersex* seperti *video call sex*, *sexting*, *phone sex*, atau *roleplay* yang melibatkan interaksi timbal balik antara pelaku.

Penelitian ini mengeksplorasi peran *self-regulation* dan *relationship satisfaction* sebagai prediktor langsung terhadap keterlibatan pada perilaku *cybersex* interaktif, seperti *video call sex* (VCS), *sexting*, *phone sex* dengan kajian yang berbeda dari penelitian sebelumnya yang umumnya menggunakan *self-regulation* sebagai variabel mediator. Penelitian ini juga menawarkan kebaruan yang terletak pada fokus penelitian terhadap orang dewasa pada usia 20-40 tahun yang sudah menikah, namun tetap terlibat dalam perilaku seksual berbasis *online* yang bersifat menyimpang secara moral, seperti membangun relasi seksual dengan orang lain melalui Komunitas Selingkuh.

Penelitian ini berfokus pada anggota komunitas fase dewasa awal (usia 20-40 tahun) yang telah menikah, namun tetap terlibat dalam interaksi seksual *online* dengan pihak lain di Komunitas Selingkuh. Kelompok ini berada pada tahap penting dalam pembentukan keintiman dan stabilitas hubungan, sehingga studi ini memberikan gambaran yang lebih spesifik dan mendalam mengenai dinamika perilaku seksual *online* pada individu yang sudah menikah yang teramati pada Komunitas Selingkuh di aplikasi X, yang menyediakan ruang interaksi anonim dan privat untuk aktivitas seksual *online*. Dengan demikian, penelitian ini secara khusus mengkaji pengaruh *self-regulation* dan *relationship satisfaction* terhadap perilaku *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di aplikasi X.

Rumusan Masalah

1. Apakah *self-regulation* dan *relationship satisfaction* berpengaruh terhadap perilaku *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X?
2. Apakah *self-regulation* berpengaruh terhadap perilaku *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X?
3. Apakah *relationship satisfaction* berpengaruh terhadap perilaku *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui apakah *self-regulation* dan *relationship satisfaction* berpengaruh secara simultan terhadap *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X.
2. Untuk mengetahui apakah *self-regulation* berpengaruh terhadap *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X.
3. Untuk mengetahui apakah *relationship satisfaction* berpengaruh terhadap *cybersex* pada anggota Komunitas Selingkuh di X.

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoritis

Penelitian ini memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan di bidang psikologi sosial, psikologi klinis, psikologi siber, dan psikologi keluarga. Dengan menitikberatkan pada fenomena *cybersex*, *self-regulation*, dan *relationship satisfaction*. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai dampak perkembangan teknologi terhadap perubahan perilaku seksual individu dalam relasi interpersonal di era digital.

Kegunaan Praktis

1. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan pemahaman mengenai peran *self-regulation* dan *relationship satisfaction* terhadap kecenderungan perilaku *cybersex*, khususnya dalam penyalahgunaan internet untuk aktivitas seksual bagi individu dewasa yang telah menikah. Temuan ini dapat dimanfaatkan dalam pengembangan intervensi pada ranah psikologi sosial dan psikologi keluarga, terutama melalui edukasi dan literasi digital yang berkaitan dengan perilaku seksual *online*.
2. Penelitian ini bertujuan memberikan gambaran mengenai dampak aktivitas seksual *online*, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan mendorong upaya pencegahan terhadap dampak negatif, seperti kecanduan, gangguan relasi interpersonal dengan pasangan sah, dan isolasi sosial. Upaya pencegahan tersebut diharapkan dapat dilakukan melalui peningkatan *self-regulation* dan *relationship satisfaction*.

