

## ***Self-Confidence* Perempuan yang Memilih Menjadi Pihak Ketiga dalam Hubungan Asmara**

Ira Mutianing Sari<sup>1\*</sup>, Zuyyin Choiriyyatun Felasuf<sup>2</sup>, Mochamad Widjanarko<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Universitas Muria Kudus, Jl. Lkr. Utara, Kayuapu Kulon, Gondangmanis, Kec. Bae, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah  
muria@umk.ac.id

### ***Abstract***

This study aims to explore self-confidence among women who choose to become a third party in romantic relationships. Self-confidence is understood as an individual's belief in their abilities and self-worth, which is reflected in cognitive, affective, and behavioral aspects. This study employed a qualitative approach using in-depth interviews and observation with female informants involved as third parties in romantic relationships. The findings indicate that self-confidence is reflected in positive self-perceptions, a belief in one's value within the relationship, and the courage to express feelings and make decisions despite social risks. From an affective perspective, the informants experienced feelings of being valued, desired, and having a meaningful role in their partner's life. Meanwhile, the behavioral aspect was demonstrated through the informants' consistency in maintaining the relationship and their willingness to face the social consequences associated with being a third party. This study concludes that self-confidence is shaped not only by internal factors but also by interpersonal relationship dynamics and the fulfillment of emotional needs, providing a more comprehensive understanding of the psychological dynamics of women in complex romantic relationships.

**Keywords:** Self-Confidence, Women, Third Party, Romantic Relationships.

### ***Abstrak***

Penelitian ini bertujuan untuk memahami self-confidence pada perempuan yang memilih menjadi pihak ketiga dalam hubungan asmara. Self-confidence dipahami sebagai keyakinan individu terhadap kemampuan dan nilai dirinya yang tercermin dalam aspek kognitif, afektif, dan perilaku. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode wawancara mendalam dan observasi terhadap informan perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan romantis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa self-confidence pada informan tercermin melalui cara pandang positif terhadap diri sendiri, keyakinan bahwa dirinya memiliki nilai dalam hubungan, serta keberanian dalam mengekspresikan perasaan dan mengambil keputusan meskipun dihadapkan pada risiko sosial. Dari aspek afektif, informan menunjukkan perasaan dihargai, diinginkan, dan merasa memiliki peran penting dalam kehidupan pasangan. Sementara itu, aspek perilaku terlihat dari konsistensi informan dalam mempertahankan hubungan serta kesediaan menghadapi konsekuensi sosial yang menyertai peran sebagai pihak ketiga. Penelitian ini menyimpulkan bahwa self-confidence tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga terbentuk melalui dinamika relasi interpersonal dan pemenuhan kebutuhan afeksi, sehingga memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai dinamika psikologis perempuan dalam hubungan asmara yang kompleks.

**Kata Kunci:** Self-Confidence, Perempuan, Pihak Ketiga, Hubungan Asmara.

Copyright (c) 2025 Ira Mutianing Sari, Zuyyin Choiriyyatun Felasuf, Mochamad Widjanarko

✉Corresponding author: Ira Mutianing Sari

Email Address: muria@umk.ac.id (Jl. Lkr. Utara, Kayuapu Kulon, Kec. Bae, Kabupaten Kudus, Jawa Tengah)

Received 26 December 2025, Accepted 29 December 2025, Published 29 December 2025

## **PENDAHULUAN**

Fenomena keterlibatan perempuan sebagai pihak ketiga dalam hubungan asmara merupakan isu sosial yang kerap muncul dalam berbagai konteks, khususnya di lingkungan kerja. Intensitas interaksi yang tinggi, frekuensi pertemuan yang berulang, serta tuntutan kerja sama emosional antarindividu dapat membentuk kedekatan psikologis yang berkembang secara perlahan (Amanda & Mustika, 2023). Kedekatan ini sering disertai dengan persepsi positif terhadap rekan kerja, seperti anggapan sebagai sosok yang suportif, memahami, dan mampu memberikan kenyamanan emosional, sehingga memicu

munculnya ketertarikan romantis meskipun salah satu pihak telah memiliki pasangan atau keluarga (Sukmahaningtyas & Syaebani, 2024).

Lingkungan kerja menjadi ruang sosial yang rentan terhadap pergeseran relasi dari profesional ke personal, terutama ketika frekuensi interaksi tinggi disertai kualitas komunikasi yang intens dan berkelanjutan. Dalam kondisi tersebut, hubungan interpersonal dapat berkembang melampaui batas formal dan membentuk kedekatan emosional yang mendalam (Tunnissa et al., 2020). Hubungan romantis di tempat kerja memiliki dua sisi, karena di satu sisi dapat memberikan dukungan emosional dan rasa kedekatan, namun di sisi lain berpotensi menimbulkan konflik peran, gangguan kinerja, serta risiko sosial apabila tidak diatur secara jelas melalui norma dan kebijakan organisasi (Saputra et al., 2024).

Data dari American Association for Marriage and Family Therapy (AAMFT) pada tahun 2016 menunjukkan bahwa sekitar 40% perselingkuhan berawal dari lingkungan kerja, terutama ketika individu menghabiskan lebih banyak waktu bersama rekan kerja dibandingkan dengan pasangan di rumah. Kondisi ini menyebabkan batas emosional menjadi kabur dan meningkatkan peluang terbentuknya keterlibatan romantis. Dalam konteks tersebut, perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga tidak hanya terdorong oleh ketertarikan emosional semata, tetapi juga oleh faktor psikologis internal, terutama cara individu memandang dan menilai dirinya sendiri.

Self-confidence atau kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis yang berperan penting dalam dinamika keterlibatan perempuan sebagai pihak ketiga. Annisa & Abadi (2023) menjelaskan bahwa self-confidence adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk menghadapi situasi, menyelesaikan masalah, serta mencapai tujuan. Individu dengan kepercayaan diri yang baik cenderung mampu berpikir positif terhadap dirinya dan lingkungannya.

Dalam konteks hubungan asmara yang berisiko secara sosial, self-confidence dapat berperan ganda. Di satu sisi, kepercayaan diri mendukung keberanian individu dalam mengekspresikan diri dan mengambil keputusan. Namun, di sisi lain, self-confidence yang tinggi, terutama ketika disertai kebutuhan akan pengakuan, dapat mendorong individu berani terlibat dalam hubungan yang secara normatif bermasalah (Brummelman & Sedikides, 2020). Sabhapondit & Chhabra (2022) juga menemukan bahwa perempuan dengan kepercayaan diri tinggi cenderung lebih berani mengambil inisiatif untuk mendapatkan hal yang diinginkan, termasuk dalam relasi interpersonal.

Perempuan yang meyakini bahwa dirinya memiliki daya tarik interpersonal serta kemampuan untuk menarik perhatian laki-laki yang telah berkeluarga menunjukkan bagaimana self-confidence membentuk perilaku relasional. Kepercayaan diri interpersonal yang tinggi mendorong individu mengekspresikan ketertarikan secara langsung, berani bersaing, serta menggunakan berbagai strategi untuk mempertahankan relasi (Kardum et al., 2023). Bale & Archer (2013) menjelaskan bahwa individu dengan keyakinan tinggi terhadap daya tarik dirinya cenderung menafsirkan perhatian orang lain sebagai sinyal ketertarikan emosional, meskipun dalam konteks awal bersifat profesional.

Fenomena ini diperkuat oleh temuan Mckelvie et al. (2023) yang menunjukkan bahwa lebih dari 60% perempuan dewasa pernah terlibat dalam upaya menjalin hubungan dengan individu yang telah memiliki pasangan, dengan motivasi utama berupa keyakinan diri akan keunggulan personal dibandingkan pasangan sah. Hal ini menggambarkan bahwa keterlibatan sebagai pihak ketiga bukan hanya dipicu oleh emosi sesaat, melainkan juga oleh konstruksi psikologis mengenai nilai diri dan posisi dalam relasi.

Muslimah & Marizal (2022) mendefinisikan pihak ketiga dalam hubungan romantis sebagai individu yang terlibat secara emosional, romantis, atau seksual dengan seseorang yang telah memiliki pasangan sah, baik dalam ikatan pernikahan maupun hubungan komitmen lainnya. Keterlibatan ini umumnya berkembang secara bertahap dalam situasi dengan intensitas interaksi tinggi, seperti lingkungan kerja.

Berdasarkan wawancara awal yang dilakukan pada tanggal 8 November 2025, diketahui bahwa keterlibatan subjek dalam hubungan sebagai pihak ketiga berawal dari intensitas interaksi di lingkungan kerja yang menuntut kerja sama dan kedekatan. Ketertarikan muncul secara bertahap melalui rasa nyaman dan kekaguman terhadap cara kerja serta komunikasi pasangan. Meskipun menyadari posisinya sebagai pihak ketiga, subjek tetap mempertahankan hubungan karena adanya perasaan cinta, takut kehilangan, serta keyakinan bahwa dirinya pantas memperoleh perhatian dan kasih sayang, meskipun disertai kesadaran akan risiko sosial dan emosional yang menyertainya.

Dinamika tersebut menunjukkan bahwa self-confidence memiliki peran penting dalam membentuk cara perempuan memaknai diri, hubungan, dan posisinya dalam relasi asmara. Oleh karena itu, penelitian ini memfokuskan kajian pada dinamika self-confidence perempuan yang memilih terlibat sebagai pihak ketiga dengan menggunakan aspek kognitif, afektif, dan konatif sebagaimana dikemukakan oleh Damaruci dan Wiyanto (2025), guna memperoleh pemahaman yang komprehensif mengenai bagaimana kepercayaan diri memengaruhi proses berpikir, perasaan, dan perilaku dalam hubungan asmara yang berisiko secara sosial.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dirumuskan dengan judul “Self-Confidence Perempuan yang Memilih Menjadi Pihak Ketiga dalam Hubungan Asmara.”

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Sugiyono (2020), penelitian kualitatif merupakan metode penelitian yang digunakan untuk meneliti kondisi objek yang alamiah, di mana peneliti berperan sebagai instrumen kunci dalam proses pengumpulan dan pengolahan data. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk memahami fenomena secara mendalam berdasarkan pengalaman, pemaknaan, serta perspektif subjek dalam konteks kehidupannya. Fenomena yang diteliti dalam penelitian ini adalah *self-confidence* pada perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan asmara, yang merupakan pengalaman personal dan sensitif sehingga hanya dapat dipahami secara komprehensif melalui pendekatan yang memberi ruang bagi narasi subjektif

informan. Penelitian ini bersifat deskriptif karena data yang dikumpulkan berupa kata-kata, cerita pengalaman, ekspresi emosional, serta makna yang dipahami subjek. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, serta dokumen pendukung berupa rekaman dan catatan lapangan.

Penelitian kualitatif memiliki sejumlah karakteristik yang mendukung tujuan penelitian ini. Menurut Ultavia et al., (2023) penelitian kualitatif dilakukan dalam lingkungan alamiah sebagai sumber data utama, di mana peristiwa dan interaksi sosial yang terjadi secara natural menjadi fokus kajian. Dalam penelitian ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang secara langsung melakukan observasi, wawancara, pencatatan, serta interpretasi data. Penggunaan instrumen tambahan seperti kuesioner atau tes tidak menjadi fokus utama, melainkan alat bantu yang relevan dengan objek penelitian, seperti alat perekam dan catatan lapangan. Penelitian kualitatif juga bersifat deskriptif-analitik, di mana hasil analisis data disajikan dalam bentuk uraian naratif yang menjelaskan bagaimana dan mengapa suatu fenomena terjadi. Selain itu, penelitian ini menekankan pada proses daripada hasil, dengan tujuan menggali dinamika psikologis yang dialami subjek selama menjalani hubungan, bukan sekadar hasil akhir dari pengalaman tersebut. Pendekatan yang digunakan bersifat induktif, yakni berangkat dari data empiris di lapangan untuk kemudian dianalisis, ditafsirkan, dan disimpulkan. Penelitian ini juga mengutamakan makna, khususnya persepsi dan pemaknaan subjek terhadap pengalaman yang dialaminya.

Subjek dalam penelitian ini adalah seorang perempuan yang memiliki pengalaman terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan asmara dengan laki-laki yang sudah berkeluarga. Pemilihan subjek didasarkan pada beberapa kriteria, yaitu berjenis kelamin perempuan, memiliki pengalaman terlibat dalam hubungan romantis dengan laki-laki yang telah berkeluarga, serta bersedia menceritakan pengalaman secara terbuka melalui wawancara. Jumlah informan dalam penelitian ini hanya satu orang, karena penelitian kualitatif menitikberatkan pada kedalaman data dibandingkan dengan jumlah subjek. Dengan satu informan, peneliti dapat menggali pengalaman personal secara lebih mendalam dan komprehensif, khususnya terkait perubahan emosi, pola pikir, serta keyakinan diri yang terbentuk selama hubungan dijalani.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa teknik. Teknik utama yang digunakan adalah wawancara. Menurut Sugiyono (2020), wawancara merupakan proses tanya jawab yang dilakukan untuk membangun makna mengenai suatu topik tertentu. Penelitian ini menggunakan wawancara semi-terstruktur dengan pedoman wawancara yang disusun berdasarkan aspek-aspek *self-confidence* menurut Damaruci dan Wiyanto (2025), yaitu aspek kognitif, afektif, dan konatif atau perilaku. Pendekatan semi-terstruktur dipilih karena bersifat fleksibel dan memungkinkan peneliti mengembangkan pertanyaan sesuai dengan alur pembicaraan (Ridwan & Tungka, 2024). Wawancara dilakukan secara langsung, direkam menggunakan perangkat audio, dan dilaksanakan sebanyak tiga kali pertemuan untuk memperoleh pemahaman yang mendalam. Selain wawancara, pengumpulan data juga dilakukan melalui observasi non-partisipatif. Menurut Sugiyono (2020), observasi merupakan teknik pengumpulan data melalui pengamatan langsung terhadap objek penelitian. Observasi dilakukan

untuk mengamati respons emosional dan ekspresi non-verbal informan, seperti perubahan nada suara, gestur tubuh, kontak mata, serta cara dalam berbicara. Hasil observasi dicatat sebagai data pendukung yang membantu memperkuat interpretasi peneliti. Seluruh proses wawancara direkam dan ditranskrip secara verbatim, yaitu dengan menyalin seluruh ucapan informan secara apa adanya, termasuk jeda, tawa kecil, maupun ungkapan emosional lainnya. Transkripsi verbatim digunakan sebagai dasar analisis agar penafsiran data tetap akurat dan sesuai dengan konteks pengalaman informan.

Analisis data dalam penelitian ini mengikuti tahapan analisis data kualitatif. Tahap pertama adalah reduksi data, yaitu proses pemilihan, pemilahan, dan penyederhanaan data sesuai dengan fokus penelitian, yakni dinamika *self-confidence* pada perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan asmara. Tahap selanjutnya adalah penyajian data, di mana data yang telah direduksi disajikan dalam bentuk uraian naratif dan tematik sehingga pola-pola serta makna yang muncul dapat terlihat dengan jelas. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan, yang dilakukan melalui interpretasi mendalam terhadap data dan dikaitkan dengan teori-teori yang relevan dalam konteks pengalaman informan. Proses analisis ini berlangsung hingga diperoleh temuan yang stabil dan konsisten.

Untuk memastikan kredibilitas hasil penelitian, digunakan beberapa strategi uji keabsahan data. Strategi tersebut meliputi perbandingan hasil wawancara untuk melihat konsistensi cerita informan, pelaksanaan member check dengan meminta informan memeriksa kembali hasil interpretasi peneliti agar sesuai dengan maksud dan pengalaman sebenarnya, serta pengamatan berkelanjutan melalui observasi selama pertemuan. Upaya-upaya tersebut dilakukan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh bersifat stabil, akurat, dan mencerminkan pengalaman subjek secara mendalam.

## **HASIL DAN DISKUSI**

Penelitian ini diawali dengan tahap persiapan yang dilakukan secara sistematis. Tahap persiapan penelitian dimulai dengan penentuan fokus penelitian, yaitu dinamika *self-confidence* pada perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan asmara. Setelah fokus penelitian ditetapkan, peneliti menyusun pedoman wawancara yang mengacu pada aspek-aspek *self-confidence*, meliputi aspek kognitif, afektif, dan konatif atau perilaku. Selanjutnya, peneliti menentukan informan penelitian berdasarkan kriteria perempuan yang pernah atau sedang terlibat sebagai pihak ketiga dalam hubungan dengan pasangan yang telah memiliki komitmen. Pada tahap awal, peneliti melakukan wawancara pendahuluan guna memahami konteks pengalaman, mengidentifikasi permasalahan yang dihadapi, serta membangun hubungan dan kepercayaan sebagai dasar pelaksanaan penelitian secara mendalam.

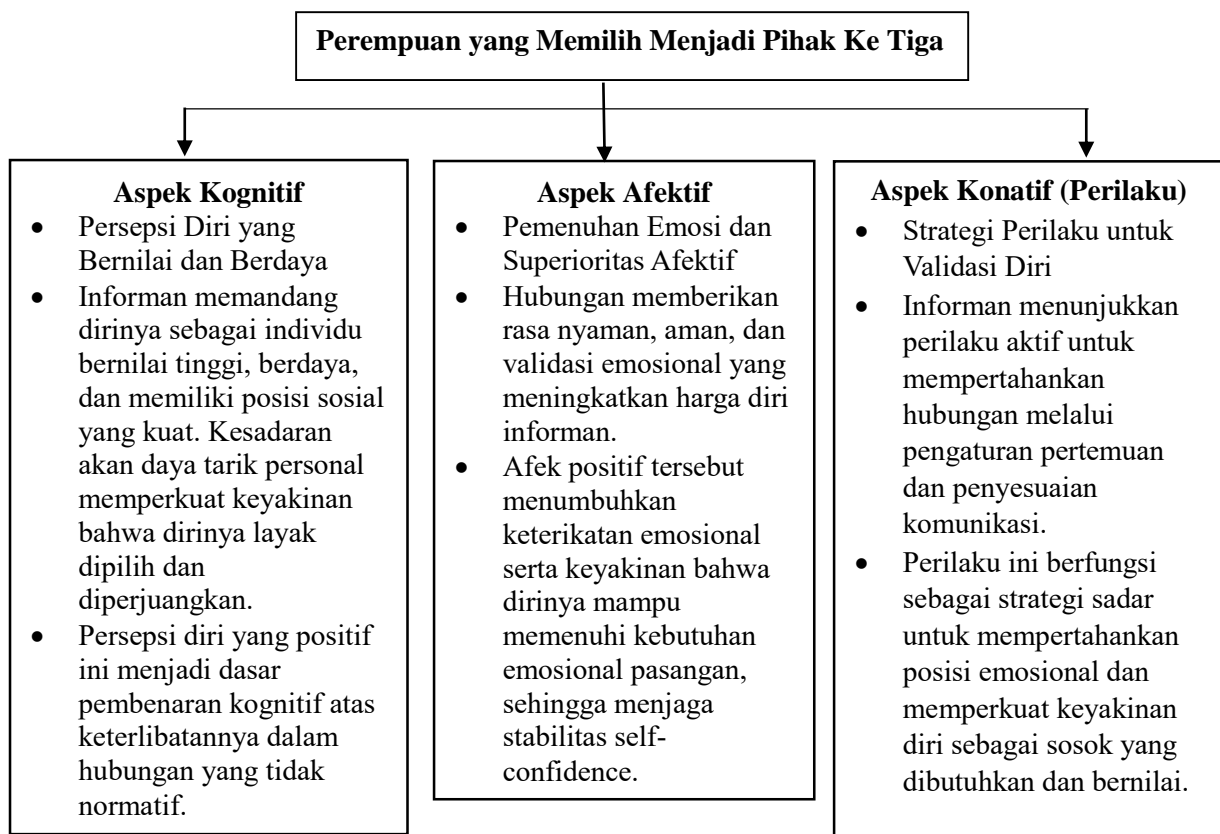
Hasil penelitian diperoleh melalui wawancara dan observasi terhadap subjek. Pada aspek kognitif, subjek menunjukkan keyakinan yang kuat terhadap nilai dan kemampuan dirinya. Subjek memandang dirinya sebagai individu yang berdaya, memiliki posisi sosial yang kuat, serta mampu menarik dan mempertahankan perhatian pasangan. Keyakinan tersebut membentuk cara subjek menafsirkan keterlibatannya dalam hubungan, yang dipahami bukan sebagai posisi lemah, melainkan

sebagai hasil dari keunggulan personal dan kemampuan interpersonal yang dimilikinya. Subjek menyadari bahwa hubungan yang dijalani tidak sesuai dengan norma sosial, namun tetap menilai dirinya memiliki kontrol dan peran penting dalam dinamika hubungan tersebut.

Pada aspek afektif, subjek merasakan kenyamanan emosional, kebahagiaan, dan perasaan dihargai selama menjalani hubungan. Hubungan tersebut dipersepsikan sebagai sumber pemenuhan kebutuhan afeksi, terutama dalam kondisi kesepian dan kekosongan emosional akibat pengalaman kehilangan figur signifikan sebelumnya. Perasaan dicintai dan diperhatikan memperkuat keterikatan emosional subjek terhadap hubungan, meskipun disertai kesadaran akan risiko sosial dan moral yang menyertainya.

Pada aspek konatif atau perilaku, subjek menunjukkan tindakan nyata untuk mempertahankan hubungan. Subjek secara aktif mengatur waktu pertemuan, menjaga kerahasiaan hubungan dari lingkungan sosial, serta menyesuaikan sikap dan cara berkomunikasi dengan pasangan. Perilaku tersebut mencerminkan keberanian mengambil keputusan, inisiatif personal, serta upaya mempertahankan posisi dalam hubungan yang dijalani.

#### **Skema Interpretasi**



#### **Diskusi**

Self-confidence merupakan keyakinan seseorang terhadap kemampuan dirinya sendiri dalam melakukan tindakan yang dianggap tepat, tanpa merasa cemas terhadap pandangan orang lain Husna et al., (2022). Rahman et al. (2025) menyatakan bahwa keterlibatan perempuan sebagai pihak ketiga

dipengaruhi oleh faktor internal seperti kepercayaan diri interpersonal, kebutuhan akan afeksi, dan keyakinan terhadap kemampuan diri dalam menarik serta mempertahankan perhatian pasangan. Dinamika *self-confidence* pada perempuan yang terlibat sebagai pihak ketiga menjadi fenomena psikologis yang kompleks karena melibatkan aspek kognitif, afektif, dan perilaku secara simultan.

Menurut Damaruci dan Wiyanto (2025), *self-confidence* terdiri atas tiga aspek utama, yaitu aspek kognitif, afektif, dan konatif atau perilaku. Aspek kognitif berkaitan dengan cara individu memandang, menilai, dan mempercayai kemampuan dirinya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek memiliki keyakinan kognitif yang kuat terhadap nilai diri, status sosial, dan kemampuan interpersonalnya. Individu memandang dirinya sebagai pribadi yang berdaya, memiliki pengaruh, serta mampu menarik dan mempertahankan perhatian pasangan. Cara pandang tersebut membentuk interpretasi bahwa keterlibatan dalam hubungan tidak dipersepsikan sebagai posisi subordinat, melainkan sebagai konsekuensi dari keunggulan personal yang diyakini dimiliki.

Temuan ini sejalan dengan konsep *self-schema* yang dijelaskan Markus dalam Cyranowski & Andersen (2010) bahwa individu membangun struktur kognitif tentang dirinya berdasarkan pengalaman dan penguatan sosial. *Self-schema* yang positif membuat individu menafsirkan situasi hubungan secara selektif, sehingga informasi yang menguatkan nilai diri menjadi lebih dominan dibandingkan pertimbangan terhadap konsekuensi negatif. Selain itu, Bandura dalam Aulia & Nurdibyanandaru (2020) menjelaskan bahwa *self-efficacy* merupakan keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengelola situasi dan menghadapi tantangan. Dalam konteks penelitian ini, keyakinan kognitif tersebut memperkuat persepsi bahwa individu mampu mengendalikan hubungan dan situasi yang dihadapi, meskipun berada dalam kondisi yang berisiko secara sosial.

Pada aspek afektif, *self-confidence* tercermin melalui perasaan nyaman, bahagia, dan berharga yang dirasakan informan dalam hubungan yang dijalani. Hasil wawancara menunjukkan bahwa hubungan tersebut dipersepsikan sebagai sumber pemenuhan kebutuhan afeksi, terutama setelah pengalaman kehilangan pasangan sebelumnya. Perasaan dicintai, diperhatikan, dan diakui menjadi penguatan emosional yang mempererat keterikatan individu terhadap hubungan tersebut. Temuan ini dapat dijelaskan melalui teori kebutuhan afiliasi. Baumeister dan Leary dalam Putri & Utami (2023) menjelaskan bahwa manusia memiliki kebutuhan dasar untuk merasa diterima dan memiliki ikatan emosional yang bermakna. Ketika kebutuhan ini terpenuhi, individu cenderung mempertahankan hubungan meskipun menyadari adanya risiko sosial. Selain itu, teori *attachment* dari Bowlby & Ainsworth (1969) menjelaskan bahwa kehilangan figur signifikan dapat meningkatkan kebutuhan akan kedekatan emosional, sehingga individu lebih rentan mencari hubungan yang memberikan rasa aman dan validasi emosional. Dalam penelitian ini, pemenuhan afeksi berperan dalam memperkuat *self-confidence* sekaligus mempertahankan keterlibatan dalam hubungan sebagai pihak ketiga.

Pada aspek konatif atau perilaku, *self-confidence* tercermin melalui keberanian individu dalam mengambil keputusan, menyesuaikan perilaku, serta menerapkan strategi tertentu untuk mempertahankan hubungan. Individu secara sadar mengatur pertemuan, menjaga intensitas

komunikasi, dan menampilkan sikap yang membuat pasangan merasa nyaman dan dihargai. Perilaku ini menunjukkan adanya inisiatif, kontrol diri, serta keyakinan dalam menghadapi situasi yang berisiko secara sosial. Temuan ini sejalan dengan teori *planned behavior* dari Ajzen (1991) yang menyatakan bahwa perilaku individu dipengaruhi oleh sikap, norma subjektif, dan persepsi kontrol perilaku. *Self-confidence* yang tinggi meningkatkan persepsi kontrol diri, sehingga individu merasa mampu menghadapi konsekuensi dari pilihan yang diambil. Selain itu, teori *impression management* dari Goffman (1959) menjelaskan bahwa individu cenderung mengatur perilaku dan citra diri dalam interaksi sosial untuk mempertahankan peran yang diinginkan. Dalam konteks penelitian ini, perilaku yang ditampilkan dapat dipahami sebagai upaya mempertahankan posisi dan peran dalam hubungan asmara yang dijalani.

## KESIMPULAN

Self-confidence memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan bertindak dalam menghadapi hubungan asmara yang kompleks dan berisiko secara sosial. Pada aspek kognitif, self-confidence berkaitan dengan keyakinan individu terhadap nilai dan kemampuan dirinya dalam memaknai posisi serta perannya dalam hubungan. Pada aspek afektif, self-confidence tercermin melalui perasaan nyaman, dihargai, dan diterima secara emosional. Sementara itu, pada aspek perilaku, self-confidence mendorong keberanian individu dalam mengambil keputusan serta mempertahankan pilihan yang telah dibuat. Namun, self-confidence tidak selalu berdampak adaptif, karena dalam konteks relasi tertentu dapat berkontribusi pada pembenaran terhadap hubungan yang bermasalah secara sosial. Oleh karena itu, self-confidence perlu dipahami secara komprehensif agar dapat berperan dalam pembentukan hubungan interpersonal yang lebih sehat dan bertanggung jawab.

Berdasarkan hasil penelitian, penelitian ini memiliki keterbatasan, terutama pada jumlah informan yang minim serta rentang waktu observasi dan wawancara yang relatif singkat, sehingga temuan yang diperoleh masih bersifat umum dan menggambarkan dinamika *self-confidence* secara garis besar. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan jumlah informan yang lebih beragam, memperpanjang waktu pengumpulan data, serta menggunakan variasi teori pendukung agar dapat menghasilkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai *self-confidence* dalam hubungan asmara.

## REFERENSI

- American Association for Marriage and Family Therapy. (2016). Infidelity. [https://www.aamft.org/Consumer\\_Updates/Infidelity.aspx](https://www.aamft.org/Consumer_Updates/Infidelity.aspx)
- Ajzen, I. (1991). Theory of planned behavior. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 50(2), 179–211.
- Amanda, H. J. B. L., & Mustika, M. D. (2023). Workplace Romance : Examining Romance Motives And Organization Policies In Indonesia. *Humaniora*, 14(2), 147–155.



<https://doi.org/10.21512/humaniora.v14i2.8419>

- Annisa, S., & Abadi, A. P. (2023). Level-Level Kepercayaan Diri (Self Confidence) Peserta Didik Dalam Pembelajaran Matematika. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 5, 4103–4108.
- Aulia, R., & Nurdibyanandaru, D. (2020). Proses Pencapaian Self Efficacy pada Mahasiswa Tunanetra. *Jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI HUMANIORA*, 5(4), 210–219.
- Bale, C., & Archer, J. (2013). Self-Perceived Attractiveness, Romantic Desirability and Self-Esteem: A Mating Sociometer Perspective. *Evolutionary Psychology*, 11(1), 68–84.
- Bowlby, J., & Ainsworth, M. (1969). *Attachment theory*.
- Brummelman, E., & Sedikides, C. (2020). Raising children with high self-esteem (but not narcissism). *Child Development Perspectives*, 14(2), 83–89. <https://doi.org/10.1111/cdep.12362>
- Cyranowski, J. M., & Andersen, B. L. (2010). Evidence Of Self-Schematic Cognitive Processing In Women With Differing Sexual Self-Views. *NIH Public Access*, 19(4), 519–543.
- Damaruci, & Wiyanto. (2025). Teori-teori pengembangan kepercayaan diri: Self confidence: The foundation of life skill intelligence.
- Goffman, E. (1959). The presentation of self in everyday life. *New York: Anchor Books*.
- Husna, H. Al, Ardimen, Sisrazeni, & Rahayu Z, S. P. (2022). Hubungan Antara Self Esteem Dan Self Confidence. *Jurnal Consulenza: Jurnal Bimbingan Konseling Dan Psikologi*, 5(1), 12–22.
- Kardum, I., Hudek-knezevic, J., Marijanović, K., & Shackelford, T. K. (2023). Predicting Mate Poaching Experiences from Personality Traits Using a Dyadic Analysis. *The Journal of Sex Research*, 60(3), 384–398. <https://doi.org/10.1080/00224499.2022.2092586>
- Mckelvie, L., Locke, A., & Albert, G. (2023). Perceived Mate Scarcity Leads to Increased Willingness to Mate Poach. *The Journal of Sex Research*, 60(3), 409–417. <https://doi.org/10.1080/00224499.2021.2005762>
- Muslimah, K., & Marizal, M. (2022). Pengaruh Interaksi Rekan Kerja Pria Dan Wanita Di Lingkungan Kantor Berujung Pada Perselingkuhan. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 3(3), 164–174.
- Putri, N. H., & Utami, R. H. (2023). Pengaruh Need To Belong Terhadap Fear Of Missing Out Pada Remaja Akhir. *CAUSALITA: Journal Of Psychology*, 1(2), 94–101.
- Rahman, I. N., Fakhri, N., & Sulastri, T. (2025). Analisis Relasi Antara Keyakinan Romantis Dan Gaya Kelekatan Dalam Konteks Ketidaksadaran Status Hubungan Pada Perselingkuhan. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 9(3), 1557–1570. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7220>
- Ridwan, R., & Tunga, N. F. (2024). Metode penelitian. *Penerbit Yayasan Sahabat Alam Rafflesia*.
- Sabhaponit, B., & Chhabra, D. (2022). Dark Triad and Mate Poaching : Is the Relationship Moderated by Self- Perceived Mate Value and Sociosexuality ? *Indian Journal of Psychological Science*, 15(2).
- Saputra, V. A., Seputro, D. N. D., Kurniasari, I., Citalada, M. B. D. A., Maghfiroh, R. D., Utomo, S. S., & Majid, N. (2024). The Impact of Workplace Romance and Sexual Harassment towards Organizational Performance and Stability : A Literature Review. *PROSENAMA 2024*, 4, 37–47.

- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. PT Alfabeta.
- Sukmahaningtyas, R. A., & Syaebani, M. I. (2024). Love Affair at Workplace : How Motif and Type Linked to Employee Work Behaviour in Male Employee Experience. *Quantitative Economics and Management Studies (QEMS)*, 5(4), 741–751 2.2.
- Tunnissa, F. S., Nugraha, Y., & Kadiyono, A. L. (2020). Workplace romance dan peranannya terhadap kepuasan pernikahan karyawan workplace romance and its role for employee marital satisfaction. *PSYCHO IDEA*, 1076(2), 135–146.
- Ultavia B, A., Jannati, P., Malahati, F., Qathrunnada, & Shaleh. (2023). Kualitatif: Memahami Karakteristik Penelitian Sebagai Metodologi. *Jurnal Pendidikan Dasar*, 11(2), 341–348.