

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Pastoral konseling keluarga merupakan salah satu bentuk pelayanan Gereja yang memiliki peranan penting dalam mendampingi kehidupan keluarga secara menyeluruh. Pendampingan ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah yang telah terjadi, tetapi juga mencakup upaya pencegahan serta pengembangan kualitas relasi dalam keluarga. Melalui pendekatan yang lebih menekankan pada nilai kasih, kesetiaan, keterbukaan dan tanggung jawab, pasangan suami istri dibantu untuk meningkatkan relasi yang lebih sehat, dewasa dan berkelanjutan.

Perkembangan media sosial telah membawa dinamika baru dalam kehidupan keluarga yang tidak dapat diabaikan. Di satu sisi media sosial memudahkan komunikasi serta memberikan informasi yang transformatif, namun di sisi lain media sosial juga membuka peluang terjadinya relasi yang kurang sehat, salah satunya adalah perselingkuhan digital. Situasi seperti ini seringkali terjadi dari komunikasi yang tidak terjaga, keterlibatan emosional dengan pihak lain di luar pernikahan yang sah, serta kurangnya keterbukaan antara suami dan istri. Karena itu perselingkuhan yang terjadi di media sosial tidak hanya dapat dipahami sebagai persoalan moral pribadi, tetapi juga sebagai persoalan relasi yang berkaitan dengan kualitas komunikasi dan komitmen dalam kehidupan perkawinan.

Menghadapi fenomena perselingkuhan digital tersebut, pastoral konseling keluarga tampil sebagai pendamping yang menjalankan perannya melalui tiga fungsi utama, yaitu membimbing, mendamaikan dan memelihara. Melalui fungsi membimbing pasangan suami istri diarahkan untuk semakin memahami dan menghayati makna kesetiaan serta tanggung jawab dalam kehidupan perkawinan. Selain itu, dalam fungsi membimbing, pasangan diharapkan dapat mengimplementasikan janji suci yang telah diikrarkan dalam perkawinan, termasuk dalam penggunaan media sosial. Melalui fungsi mendamaikan, pasangan suami istri dibantu untuk mengatasi konflik dan diharapkan agar persoalan dalam rumah tangga tidak berujung pada perceraian serta diharapkan untuk bisa menanamkan sikap saling mengampuni agar dapat memulikan relasi yang mengalami

ketegangan. Sementara itu, melalui fungsi memelihara, pasangan suami istri diharapkan untuk terus membangun relasi yang sehat dan menjaga keutuhan keluarga agar tetap harmonis dan mampu menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan berumah tangga.

Pendampingan ini dapat diwujudkan melalui katekese keluarga, kursus persiapan perkawinan (KPP), serta pembinaan dalam komunitas gerejani. Pendampingan ini mendorong pasangan untuk membangun komunikasi yang terbuka, memperkuat kepercayaan, mengasah kemampuan emosional serta mengolah penggunaan media sosial secara bijaksana dan bertanggung jawab. Dengan demikian pastoral konseling keluarga tidak hanya bersifat reaktif dalam menangani persoalan, tetapi juga memiliki sikap yang proaktif dalam membangun ketahanan keluarga di tengah tantangan kehidupan digital.

Pada akhirnya, pastoral konseling keluarga memiliki kontribusi yang nyata dalam menangani kasus perselingkuhan yang terjadi di media sosial sekaligus berperan dalam mencegah perselingkuhan yang akan terjadi lagi di kemudian hari. pendampingan ini turut menjaga keutuhan keluarga dan kesakralan sakramen perkawinan, melalui fungsi membimbing, mendamaikan dan memelihara. Upaya tersebut dilakukan untuk menciptakan kehidupan keluarga yang harmonis serta membantu pasangan suami istri agar tidak kembali terjerumus pada perselingkuhan yang sama. Di lain sisi, Gereja hadir secara nyata dalam membantu keluarga kristiani untuk tetap hidup dalam kesetiaan, kedamaian dan tanggung jawab di tengah perkembangan zaman. Tidak hanya bagi pasangan yang telah menikah, pastoral konseling keluarga juga memberikan bimbingan dan pembinaan kepada pasangan yang belum menikah, atau yang sedang mempersiapkan diri menuju perkawinan, sehingga mereka memiliki kesiapan moral, emosional, dan spiritual sebagai upaya preventif terhadap kemungkinan terjadinya perselingkuhan serta membangun relasi yang sehat yang berlandaskan pada kesetiaan.

5.2 Saran

5.2.1 Untuk Keluarga

Keluarga, khususnya pasangan suami dan istri, diharapkan mampu mengembangkan sikap saling membimbing dalam kehidupan bersama, terutama dalam membangun komunikasi yang terbuka dan jujur. Selain itu, pasangan perlu memiliki kesadaran untuk berdamai ketika terjadi konflik, serta tidak membiarkan permasalahan berlarut-larut. Di samping itu, penting bagi pasangan untuk terus memelihara relasi melalui sikap saling percaya, setia, dan tanggung jawab, termasuk dalam penggunaan media sosial agar tidak merusak keharmonisan keluarga.

5.2.2 Untuk Gereja

Gereja diharapkan semakin mengembangkan pelayanan pastoral yang mampu membimbing umat, khususnya dalam memberikan pemahaman yang benar tentang kehidupan perkawinan di tengah perkembangan digital. Selain itu, Gereja perlu menghadirkan pendampingan yang mampu mendamaikan pasangan yang mengalami konflik, dengan pendekatan yang penuh empati dan tidak menghakimi. Di sisi lain, Gereja juga diharapkan terus memelihara kehidupan keluarga melalui program-program pastoral yang berkelanjutan, seperti katekese keluarga, pembinaan pasangan, dan penguatan komunitas basis.

5.2.3 Untuk Lembaga Pemerintah

Lembaga pemerintah diharapkan dapat berperan dalam membimbing masyarakat melalui edukasi mengenai penggunaan media digital yang sehat dan bertanggung jawab. Selain itu, pemerintah juga dapat mengambil bagian dalam upaya mendamaikan berbagai dampak negatif teknologi melalui kebijakan yang melindungi kehidupan keluarga. Lebih lanjut, dukungan program yang berorientasi pada kesejahteraan keluarga menjadi penting sebagai bentuk upaya memelihara ketahanan keluarga di tengah perkembangan zaman.

5.2.4 Untuk Penulis Selanjutnya

Penulis selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan lebih mendalam, khususnya dalam mengkaji bagaimana pastoral konseling keluarga dapat membimbing, mendamaikan, dan memelihara kehidupan keluarga dalam konteks yang lebih luas. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat memperkaya kajian dengan pendekatan empiris yang berbasis data, sehingga memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai dinamika kehidupan keluarga di era digital.

DAFTAR PUSTAKA

DOKUMEN GEREJA

Gereja Katolik. *Kitab Hukum Kanonik*. terj. V. Kartosiswoyo et.al. Cet. XII. Jakarta: Obor, 2004.

------. *Kitab Hukum Kanonik*. Editor. Mgr. Robertus Rubiyatmoko et.al., cet. V. Bogor: Percetakan Grafika Mardi Yuana, November 2018.

Komisi Kepausan Untuk Keadilan dan Perdamaian. *Kompendium Ajaran Sosial Gereja*. Penerj. Yosef Maria Florisan, Paul Budi Kleden, Otto Gusti Madung. Maumere: Ledalero, 2009.

Konferensi Waligereja Indonesia. *Pedoman Pastoral Keluarga*. Jakarta: Konferensi Waligereja Indonesia, 2004.

Konsili Vatikan II. *Gaudium et Spes Konstitusi Pastoral tentang Gereja di Dunia Dewasa Ini*, dalam Dokumen Konsili Vatikan II, terj. R. Hardawiryana. Jakarta: Obor, 1993.

------. Konstitusi Dogmatis tentang Gereja. *Lumen Gentium (LG)*. Art. 17, dalam Dokumen Konsili Vatikan II, Terj. R. Hardawiryana. Jakarta: Dokpen KWI/Obor, 1993.

Laporan Akhir Sinode Para Uskup ke-XIV Kepada Bapa Suci, Paus Fransiskus 25 Oktober 2015. *Relatio Finalis: Panggilan dan Misi Keluarga, Seri Dokumen Gerejawi No. 103*. Penerj. Bernadeta Harini Tri Prasasti. Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan Konferensi Waligereja Indonesia, 2018.

Paus Fransiskus. *Seruan Apostolik tentang Sukacita Kasih (Amoris Laetitia)*. F. X. Adisusanto & B. H. T. Prasasti (Ed.); K. K. K. dan C. for C. Indonesia (Penerj.). Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 2017.

------. *Amoris Laetitia: Sukacita Kasih*. Terj. Komisi Keluarga KWI dan Couple for Christ Indonesia, Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan KWI, 2016.

Yohanes Paulus II. *Familiaris Consortio*. “Keluarga Kristiani dalam Dunia Modern” (Seri Dokumen Gerejawi No. 30). Penerj. R. Hardawiryana. Jakarta: Departemen Dokumentasi dan Penerangan Konferensi Waligereja Indonesia, 2011.

------. *Katekismus Gereja Katolik*. Penerj. P. Herman Embuiru SVD. Ende: Nusa Indah, 2007.

-----, *Seruan Apostolik Familiaris Consortio*. 22 November, 1981.
Art. 21 dan 65.

BUKU

Amir Piliang, Yasfar. *Dunia yang Dilipat, Tamasya Melampaui Batas-Batas Kebudayaan*. Bandung: Matahari, 2011.

Andi Setiawan, M. *Pendekatan-Pendekatan Konseling Teori dan Aplikasi*. CV Budi Utama: Yogyakarta, 2018.

Awaru, A. Octamaya Tenri. *Sosiologi Keluarga*. Kota Bandung: Media Sains Indonesia, 2020.

Bird, G. dan Keith Melville. *Families and Intimate Relationship*. New York: Mc. Graw Hill, Inc, 1994.

Borong, Roberth P. *Etika Lingkungan dan Gereja : Berakar di dalam Dia dan dibangun di atas Dia*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1998.

Calvin, Yohanes. *Institio: Pendidikan Agama Kristen*. Terj. Ny. Winarsih dan J.S. Aritonang. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 2006

Christi, Apin Militia. *Pengudusan orang Percaya, Pemikiran Teolog Gereja Bethel Indonesia Tentang Teologi Pentakosta*. Jakarta: STT Bethel Indonesia, 2012.

Collins, Garry R. *Konseling Kristen yang Efektif*. Malang: Literatur SAAT, 1989.

Eminyan, Maurice. *Teologi Keluarga*. Yogyakarta: Kanisius, 2001.

Fau, Eligius Anselmus. *Persiapan Perkawinan Katolik, Pendasaran Hukum Gereja*. Ende: Nusa Indah, 2000.

Gunarsa, Singgih D. dan Yulia Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*. Jakarta: Gunung Mulia, 1991.

Hardana, Timotius I Ketut Adi. *Kursus Persiapan Perkawinan*. Jakarta: Obor, 2012.

Hardawiryana. *Departemen Dokumentasi dan Penerangan Konferensi Waligereja Indonesia*. Jakarta: Obor, 2011.

Harley, W. F. dan J. H. Chalmers, *Surviving an Affair*. Grand Rapids, MI: Fleming H. Revell, 1998.

Hiltner, Seward. *The Christian Education of Adults: The History, Principles, and Practice of Teaching Adults*. Nashville: Abingdon Press, 1958.

Hutagalung, Stimson, dkk. *Konseling Pastoral*. Yayasan Kita Menulis 1, 2021.

- Kottler, Philip dan Kevin Lane Keller. *Handbook Of Research Of Effective Advertising Strategies In The Social Media Age*. Cambridge: IGI Global, 2016.
- Lina, Paskalis. *Moral Pribadi: Pribadi Manusia dan Seksualitasnya*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2017.
- Lon, Yohanes Servatius. *Hukum Perkawinan Sakramental dalam Gereja Katolik*. Yogyakarta: PT. Kanisius, 2019.
- Manu, Maximus. *Mendekap Yang Terhempas Masalah -masalah Sosial dan Strategi Pastoral Konseling Keluarga*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2023.
- Masdudi. *Bimbingan dan Konseling Prespektif Sekolah*. Nurjati Press: Cirebon, 2015.
- McMinn, Mark R. *Psychology, Theology, and Spirituality in Christian Counseling*. Wheaton, IL: Tyndale House, 1996.
- Nasrullah, Rulli. *Media Sosial : Perspektif Komunikasi, Budaya, dan Siosioteknologi*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017.
- Nurudin. *Perkembangan Teknologi dan Komunikasi*. Jakarta: Rajawali Press, 2017.
- Purwa Hardiwardoyo, Al. *Ajaran Gereja Katolik Tentang Pastoral Keluarga*. Kanisius, Yogyakarta: 2017.
- Raho, Bernard. *Pengantar Sosiologi*. Maumere: Penerbit Ledalero, 2014.
- Sarafino, E. P dan Timothy W. Smith. *Health Psychology- Biopsychological Intractions*. C. Johnson ed.; Seventh ed. Jay O'Callaghan., 2011.
- Satiadarma, Monty P. *Menyikapi Perselingkuhan*. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2001.
- Soekanto, Soerjono. *Sosiologi Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Simanjutak, Julianto. *Perlengkapan Seorang Konselor*. Jakarta: layanan Konseling Keluarga dan Karir (LK3), 2007.
- Subotnik, Rona B. dan Gloria G. Harris, *Surviving Infidelity: Making Decisions, Recovering From the Pain*. Avon: Adams Media, 2005.
- Taprial, Varinder dan Priya Kanwar. *Understanding Social Media*. London: Ventus Publishing ApS, 2012.
- Tibo, Paulinus dan Ona SatriLuban Tobing. *Konseling Pastoral Perkawinan*. Yogyakarta: Pt. Pustaka Limajari Indonesia, 2023.

Toding, Rina B. *Tindakan Pastoral-Konseling terhadap Perselingkuhan di Gereja Toraja*. Digilib IAKN Toraja. Makale: IAKN Toraja, 2017.

Van Beek, Aart. *Pendampingan Pastoral*. Jakarta: PT. BPK Gunung Mulia, 1999.

Yuwama, T. A. dan W. F. Maramis. *Dinamika Perkawinan Masa Kini*. Malang: Diamo, 1991.

PENULIS TIM ATAU LEMBAGA

Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia, edisi IV*. Jakarta: Gramedia, 2008.

Ditjen Bimas Kristen. *Buku Pedoman Keluarga Kristen Bahagia dan Sejahtera*. Jakarta: Kementerian Agama RI, 2021.

Pendidikan dan Kebudayaan. *Kamus Besar Bahasa Indonesia, edisi V*. Jakarta: Adiperkasa, 2018.

JURNAL

Asman, Philia Alci Angela, dkk. “Mengatasi Kecanduan Media Sosial dalam Pernikahan: Peran Konselor Pastoral dalam Memperkuat Komitmen Pasangan”. Atohema: *Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1:3 2024.

Banusu, Matias. “Era Disrupsi: Tantangan dan Peluang bagi keberadaan suatu kebudayaan, ”. *VOX Ledalero* 65, No 01 2020.

Fuaddin, Bun Hui. Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami dan Istri yang mengalami konflik yang berakar pada kemarahan dan stres dalam pernikahan”. *Te Deum: Jurnal Teologi dan Pengembangan Pelayanan*, 11:1 Sekolah Tinggi Teologi Cipana, 2021.

Ginanjari, Adriana Soekandar. “Proses Healing pada Istri yang Mengalami Perselingkuhan Suami”. *Jurnal Makara, Sosial Humaniora*, 13:1 Depok, Juli 2019.

Jannah, Devi Khairatul. “Faktor Penyebab dan Dampak Perselingkuhan dalam Pernikahan Jarak Jauh”. *Jurnal Fakultas Psikologi*, 2:1, Yogyakarta: Juli 2013.

Kadarsi, Naumi. “Konseling Krisis Pernikahan Kristen Studi Kasus Dampak Perselingkuhan Isteri”. *Filadelfia: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen*, 2:1 STT Imanuel Pacet, 2021.

- Karoba, Helbiana Al Maani'ul dan Maria Godeliva Dahu. "Dampak Media Sosial Terhadap Kualitas Hubungan Sosial dan Keluarga". *Triwikrama, Jurnal Ilmu Sosial* Vol.7, no.1, 2025.
- Laka, Laurensius. "Pastoral Keluarga dalam Upaya Membangun Family Resilience". *Jurnal Kateketik dan Pastoral*, 4:2 Malang: November 2019.
- Laksana, April dkk. "Peran Komunikasi Asertif Dalam Hubungan Kerja Yang Positif Dan Produktif". *Konsensus: Jurnal Ilmu Pertahanan, Hukum dan Ilmu Komunikasi*, 1:6 Universitas Bina Bangsa 2024.
- Muhajarah, Kurnia. "Perselingkuhan Suami Terhadap Istri dan Upaya Penanganannya". *Sawwa Jurnal Studi Gender*, 12:1, Universitas Islam Negeri (UIN) Walisongo, Semarang, 2017.
- Olson, Michael M, Candyce S. Russell, Mindi Higgins-Kessler, dan Richard B. Miller. "Emotional Processes Following Disclosure of An Extramarital Affair", *Journal of Marital and Family Therapy*, 28: 4, United States, Oktober, 2002.
- Parapat, Yohanes. "Peran Gembala Gereja Bethel Indonesia dalam Mencegah Perselingkuhan". *Jurnal: Harvester* 4:1 Semarang: Sekolah Tinggi Teologi Harvest, 2022.
- Purbohastuti, Arum Wahyuni. "Efektivitas Media Sosial Sebagai Media Promosi". *Jurnal Tirtayasa Ekonomika*, Vol. 12, No. 2, Oktober 2017.
- Riana Friska Siahaan, "Membangun Keluarga yang Sukses dan Harmonis,". *Jurnal Keluarga Sehat Sejahtera*, 14, no. 28 2016.
- Shaleha, Rinanda Rizky Amalia. "Ketidaksetiaan : Eksplorasi Ilmiah tentang Perselingkuhan". *Buletin Psikologi*, 2021.
- Sibarani, Yosua. "Konseling Pastoral Bagi Remaja Korban Kekerasa Fisik Pada Masa Pandemi Covid 19." *Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 2, 2022.
- Siregar, D. A, M. H. Harahap, dan N. Harahap. "Pengaruh Media Sosial terhadap Komunikasi Interpersonal Remaja dalam Keluarga". *Da'watuna: Journal of Communication and Islamic Broadcasting*, vol. 4, no. 2, 2024.
- Subekti, Gerardus Rahmat. "Pastoral Bagi Keluarga dalam Situasi Khusus Menurut Paus Fransiskus dalam Anjuran Apostolik Amoris Laetitia". *Jurnal Filsafat dan Teologi*, 2020.
- Tibo, Paulinus. "Konseling Pastoral Keluarga Sebagai Pendekatan Pastoral Praksis dalam mengatasi Problematik Keluarga Katolik di Paroki Kristus Raja Wolotolo Kevikepan Ende Keuskupan Agung Ende", *Jurnal Reinha*, 13:1. Larantuka, Januari-Juni 2018.

Turu, Don Wea S. "Sinode Para Uskup dan SAGKI tentang Keluarga dan Implikasinya bagi Pastoral Anulasi Perkawinan". *Jurnal Masalah Pastoral*, 4:2 Maumere, Oktober, 2016.

Wahyudi, Zaid Muchamad. "Jangan Libatkan Anak dalam Perselingkuhan Orangtua". *Kompas*, 14 Januari 2023.

Yuwita, Vitus dan Albert I Ketut Deni Wijaya. "Perjuangan Pasangan Suami Istri dalam Menghayati Janji Perkawinan Katolik di Tengah Tantangan Ekonomi". *Jurnal Pendidikan Agama*, 4:2 Jakarta, November 2022.

SKRIPSI

Lengga, Gregorius Adi. "Gereja dan Perselingkuhan: Menyelisik Upaya Gereja dalam Mengantisipasi dan Menyikapi Terjadinya Perselingkuhan dalam Hidup Perkawinan Katolik". *Skripsi*, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, Maumere, 2010.

Udit, Elisius. "Pastoral Keluarga Sebagai Usaha Mengatasi Persoalan Perselingkuhan dalam Keluarga Katolik". *Skripsi Sarjana*, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, Maumere, 2014.

MANUSKRIP

Manu, Maximus. "Bimbingan dan Konseling". *Manuskrip*, Sekolah Tinggi Filsafat Katolik Ledalero, Maumere, 2018.

Seran Klau, Amandus Benediktus. "Komunikasi Pastoral". *Manuskrip*, Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero: Maumere, 2022.

Tanga, Guidelbertus. "Teologi Pastoral". *Manuskrip*, Institut Filsafat dan Teknologi Kreatif Ledalero: Maumere, 2022.

INTERNET

Aqmalia, Rera dan M. Fakhurrozi, "Jurnal Kepuasan Pernikahan pada Pekerja Seks Komersial (PSK)" dalam *docplayer*, <https://docplayer.info/41100843-Jurnal-kepuasan-pernikahan-padapekerja-seks-komersial-psk-rera-aqmalia-m-fakhurrozi-mpsi-psi-abstrak.html>, diakses pada tanggal 1 September 2025.

10 Manfaat Sosial media di Berbagai Bidang dalam <https://manfaat.co.id/10-manfaat-sosial-media-di-berbagai-bidang> diakses pada tanggal 10 September 2025.

C. Ess, Digital Media Ethics, ed. ke-3 (Cambridge: Polity Press, 2020)
https://www.politybooks.com/bookdetail?book_slug=digital-media-ethics-3rd-edition-9781509533428.

<https://www.kompas.id/baca/humaniora/2024/01/11/paradoks-perselingkuhan?>
Diakses pada 9 Maret 2025.

<https://Www.Uinsyahada.Ac.Id/Mengenal-Masalah-Sosial-Dalam-Kehidupan-Keluarga-Dan-Masyarakat/2/> diakses pada tanggal Jumat, 10 Oktober 2025.

<https://Kbbi.Kemdikbud.Go.Id/> diakses pada 5 september 2025.

https://Pakarkomunikasi.Com/Ciri-Ciri_Media-Sosial, diakses pada tanggal 11 November 2025.

<https://Jurnal.Uindatokarama.Ac.Id/Index.Php/Kiies50/Index>.

Media Asosial, Sebuah Dikotomi: Koneksi atau Isolasi?" <https://buletin.k-pin.org/index.php/arsip-artikel/262-media-asosial-sebuah-dikotomi-koneksi-atau-isolasi>, diakses pada tanggal Minggu, 5 Oktober 2025.

Memahami Tujuan Keluarga, Panduan Lengkap Menuju Keluarga Harmonis, <https://www.liputan6.com/feeds/read/5904161/memahami-tujuan-keluarga-panduan-lengkap-menuju-keluarga-harmonis>, diakses pada tanggal Senin, 6 Oktober 2025.

Monita, Ratu “Bosan dalam Pernikahan? Ini Alasan Perempuan Menikah Berada di Titik Jenuh”, dalam *Parapuan*, https://www.parapuan.co/read/533219021/bosan-dalam-pernikahan-inialasan-perempuan-menikah-berada-di-titik-jenuh#google_vignette, diakses pada tanggal 7 Juli 2025.

Peran Media Sosial Sebagai Sumber Informasi - Universitas Airlangga Official Website" https://unair.ac.id/post_fetcher/fakultas-vokasi-peran-media-sosial-sebagai-sumber-informasi/ diakses pada Minggu, 5 Oktober 2025.

Rindi, 5 Tipe Selingkuh yang Paling Sering Terjadi dalam *Popmama.Com*, <https://www.popmama.com/life/relationship/rindi-1/tipe-selingkuh-yang-paling-sering-terjadi/5>, diakses pada tanggal 25 Mei 2025.

Tips Membangun Keluarga Harmonis yang Langgeng dan Bahagia Seumur Hidup <https://www.prudential.co.id/id/pulse/article/tips-membangun-keluarga-harmonis/> diakses pada tanggal Senin 13 Oktober 2025

