

# KESEJAHTERAAN PSIKOLOGI ISTRI PERTAMA DALAM PERNIKAHAN POLIGAMI

**Mutia Mawardah<sup>1</sup>, Siti Rohma Rostanti<sup>2</sup>**  
**Dosen Universitas Bina Darma<sup>1</sup>, Mahasiswa Universitas Bina Darma<sup>2</sup>**  
**Jalan Jendral Ahmad Yani No. 3 Palembang**  
**Sur-el: mutia\_mawardah@binadarma.ac.id<sup>1</sup>, sitrom122@gmail.com<sup>2</sup>**

---

***Abstract:** This study aims to know the welfare of the psychology of the first wife in polygamy marriage. What factors affect the psychological welfare of a first wife in polygamy, as well as what causes a wife in polygamy. This research uses qualitative research design as well as using and using a case study approach to be able to know the welfare of the psychology of the first wife in polygamy marriage. In this study, researchers used 7 people sources, 2 people as the subject of research, 4 people as informant know of each subject and 1 person as the informant of the perpetrator. The results of this study found that the cause of both subjects in polygamy were among men's riches, consideration of the nobility, and religious considerations. The subjects in this study also had different psychological welfare. The first subject has six-dimensional welfare psychology, while the second subject has only four of the six dimensions of psychological wellbeing. Every dimension that belongs to the subject is also influenced by factors such as religious and social support factors.*

*Keywords: welfare psychology, marriage polygamy, wife*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kesejahteraan psikologi istri pertama dalam pernikahan poligami. Faktor apa saja yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi seorang istri pertama yang di poligami, serta apa penyebab seorang istri di poligami. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif serta menggunakan pendekatan studi kasus untuk dapat mengetahui kesejahteraan psikologi istri pertama dalam pernikahan poligami. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 7 orang sumber, 2 orang sebagai subjek penelitian, 4 orang sebagai informan tahu dari masing-masing subjek dan 1 orang sebagai informan pelaku. Hasil penelitian ini menemukan bahwa adanya penyebab kedua subjek di poligami diantaranya ialah kekayaan laki-laki, pertimbangan ketampanan, dan pertimbangan keagamaan. Subjek dalam penelitian ini juga memiliki kesejahteraan psikologi yang berbeda. Subjek pertama memiliki enam dimensi kesejahteraan psikologi, sementara subjek kedua hanya memiliki empat dari enam dimensi kesejahteraan psikologi. Setiap dimensi yang dimiliki oleh subjek juga di pengaruhi oleh faktor yaitu faktor religiusitas dan dukungan sosial.

**Kata Kunci :** kesejahteraan psikologi, pernikahan poligami, istri

---

## 1. PENDAHULUAN

Jalil (2010) mengutarakan bahwa poligami adalah salah satu sistem perkawinan dari berbagai macam sistem perkawinan yang telah dikenal oleh manusia. Poligami juga diartikan sebagai suatu perkawinan yang banyak atau perkawinan

seorang laki-laki dengan perempuan yang lebih dari satu orang istri dalam waktu bersamaan.

Irfan (2017) membagikan jumlah negara yang ikut serta melegalkan pernikahan poligami, sampai saat ini 58 dari 200 negara yang tergabung dalam PBB

(Perserikatan Bangsa-Bangsa) melegalkan poligami dengan penduduk mayoritas muslim di Afrika dan Asia termasuk Indonesia. Di Negara Indonesia angka pernikahan poligami tidak terlalu *update* setiap tahunnya. Hal ini didukung oleh laporan Rifka Annisa pada tahun 2001 terdapat 5,1 % pernikahan poligami secara rahasia dan 2,5 % pernikahan poligami secara resmi (Kusniawati, 2013).

Poligami menurut wanita Indonesia dianggap sebagai perkawinan dengan dua sisi mata uang yang tidak bisa dipisahkan, banyak pihak mengalami pro dan kontra dimana hal tersebut banyak dikeluhkan oleh para istri yang dipoligami. Tidak semua istri pro dan tidak semua istri juga kontra dengan pernikahan poligami. Sejalan dengan itu pernyataan diatas juga di dukung oleh hasil survey Femina (Munti, 2005) menunjukkan bahwa individu sebanyak 63% menolak untuk dipoligami sementara hanya 28% individu yang pro poligami. Poligami erat kaitannya dengan keadilan suami terhadap istri-istrinya. Keadilan yang dimaksud disini adalah hal *imaterial* (psikis) seperti waktu, cinta dan kasih sayang, dukungan moral dan spiritual (Azwarfajri, 2011).

Menurut Ryff dan Keyes (Iriani dan Ninawati, 2005) kesejahteraan psikologi hanya dapat dipahami secara menyeluruh dan terdiri dari berbagai macam dimensi, ada interdependensi dan sama-sama memberikan

sumbangan penting terhadap kesejahteraan psikologi. Ahli psikologi Ryff mengartikan kesejahteraan psikologi sebagai hasil evaluasi atau penilaian individu terhadap diri sendiri yang dipengaruhi oleh pengalaman hidup dan harapan individu yang bersangkutan, dan digunakan untuk menggambarkan kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif. Dalam kesejahteraan psikologi terdapat beberapa hal yang penting untuk diperhatikan yaitu kepemilikan akan penerimaan terhadap diri sendiri, penguasaan lingkungan, otonomi, hubungan positif dengan orang lain, mempunyai tujuan, dan makna hidup serta mempunyai perasaan akan pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan (Marmer, 2011).

kesejahteraan psikologi tidak datang dengan sendirinya, adanya faktor yang mempengaruhi. Menurut Wahyuningtyas (2016) menjelaskan faktor yang mempengaruhi kesejahteraan psikologi antara lain: pertama, religiusitas Menurut Ellison (Wahyuningtyas, 2016) menyebutkan bahwa agama mampu meningkatkan kesejahteraan psikologi dalam diri seseorang. Individu yang memiliki kepercayaan terhadap agama yang kuat, akan memiliki kepuasan hidup yang lebih tinggi, kebahagiaan personal yang lebih tinggi, serta mengalami dampak negatif peristiwa traumatis yang lebih rendah jika

dibandingkan dengan individu yang tidak memiliki kepercayaan terhadap agama. Kedua, dukungan sosial menurut Cohen dan Syme (Wahyuningtyas, 2016) menyebutkan bahwa dukungan sosial juga berkaitan erat dengan kesejahteraan psikologi. Dukungan sosial diperoleh dari orang-orang yang berinteraksi dan dekat secara emosional dengan individu. Seseorang yang memberikan dukungan sosial disebut sebagai sumber dukungan sosial.

Subjek pertama SR berusia 43 tahun. SR juga seorang muslimah yang menggunakan jilbab lengkap dengan cadarnya. SR sudah memiliki empat orang anak tiga putra dan satu putri. SR memiliki porsi tubuh yang tinggi dan berisi, memiliki suara yang lembut saat berbicara serta kulit berwarna kuning langsung.

Subjek kedua yang berinisial SM yang berusia 45 tahun, SM juga seorang wanita muslimah yang menggunakan jilbab, sampai saat ini SM sudah memiliki tiga orang anak, dua putra dan seorang putri. SM memiliki tubuh yang kecil dan kurus, serta memiliki warna kulit berwarna sawo matang.

## **2. METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif, merupakan prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif, ucapan atau tulisan dan perilaku yang dapat diamati dari orang-orang (subjek) itu sendiri.

Pendekatan ini langsung menunjukkan latar dan individu-individu dalam latar itu secara keseluruhan: subjek penelitian baik berupa organisasi ataupun individu, tidak dipersempit menjadi variabel yang terpisah atau menjadi hipotesis, tetapi dipandang sebagai bagian dari suatu keseluruhan (Bogdan dan Taylor, Ahmadi, 2014).

Penelitian ini berorientasi pada seorang istri pertama dalam pernikahan poligami yang memiliki suatu keunikan dalam dirinya. Peneliti lebih memfokuskan penelitian ini pada kesejahteraan psikologi dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 7 orang sumber, 2 orang sebagai subjek penelitian, 4 orang sebagai informan tahu dari masing-masing subjek penelitian (sepasang suami istri), serta satu orang sebagai informan pelaku.

Teknik yang digunakan dalam penelitian ini berupa gabungan dari teknik observasi, wawancara, dan dokumentasi. Dalam menguji keabsahan data, metode penelitian kualitatif dengan menggunakan validitas dan verifikasi data dengan menggunakan empat kriteria keabsahan dan kejelasan data. Yin (Poerwandari, 2001) membagi menjadi empat hal yaitu: keabsahan konstruk, keabsahan internal, keabsahan eksternal, dan kejelasan. Pada keabsahan konstruk terdapat empat triangulasi

yaitu triangulasi sumber data, triangulasi pengamat, triangulasi teori, triangulasi metode.

### **3. HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **Dinamika Kesejahteraan Psikologi Istri Pertama Dalam Pernikahan Poligami**

##### **Tema 1 : Penerimaan Diri**

SR menerima keadaan dirinya termasuk saat SR harus dipoligami serta mendukung keputusan suaminya. Menurut SR menjalankan poligami sama halnya dengan menjalankan tuntunan syariat agama.

Berbeda dengan subjek kedua SM. Setelah di poligami hingga sekarang SM masih belajar untuk bisa menerima keadaan dirinya dipoligami.

##### **Tema 2 : Hubungan Positif Dengan Orang Lain**

Menjalankan proses poligami sesuai aturan membuat subjek pertama lebih dihargai. Hal ini lah yang menjadi landasan dari hubungan antar keluarga, dimana subjek pertama menjalani hubungan yang baik dengan istri kedua beserta keluarganya, menjalin hubungan baik dengan keluarga suami serta orang-orang sekitarnya.

SR juga mengatakan setelah dipoligami SR sering bertemu dengan istri yang dipoligami juga. Hal seperti inilah yang membuat SR ikut merasakan apa yang dirasakan oleh orang tersebut dengan

memberikannya sedikit masukan supaya kuat dalam menjalaninya.

Subjek kedua SM memiliki hubungan yang tidak baik dengan istri kedua, bersama suaminya subjek SM hanya melakukan tugas kewajibannya sebagai seorang istri.

##### **Tema 3 : Otonomi**

SR setiap bulannya mendapatkan jatah bulanan dari suami, meskipun begitu SR tidak sepenuhnya mengandalkan suami untuk bisa memenuhi kebutuhannya. SR selain menjadi ibu rumah tangga, juga memiliki banyak kegiatan baik dirumah maupun di luar rumah yang menghasilkan. Setiap kegiatan yang dilakukan oleh SR merupakan hasil keputusannya sendiri.

SM mengatakan bahwa setelah suaminya berpoligami banyak terdapat perubahan. Salah satunya ialah pembagian jadwal menginap, tidak adanya suami dirumah membuat SM harus lebih mandiri dalam menghadapi kendala yang terjadi dirumah tanpa harus menunggu suaminya. Subjek kedua SM memiliki otonomi tersendiri dalam mengambil keputusan dalam hidupnya baik dalam hal menuntut ilmu agama maupun bekerja sebagai antar jemput. Meskipun SM mendapatkan uang bulanan dari suaminya SM tetap melakukan pekerjaan yang berguna untuk menambah penghasilannya.

#### **Tema 4 : Penguasaan Terhadap Lingkungan**

Menjalankan pernikahan poligami, terkadang dapat menimbulkan permasalahan antar individu. Hal ini pun dirasakan oleh subjek pertama, adanya perbedaan pemikiran yang membuat situasi menjadi tidak nyaman. Mengatasi hal tersebut membuat subjek pertama mencari beberapa jalan keluar untuk menyelesaikannya yakni dengan memaklumi kondisi istri muda, meminta suami untuk menasehatinya, serta memusyawarakannya.

Berbeda dengan subjek kedua, SM lebih memilih lingkungan yang positif untuk dijadikan tempat SM berkumpul. SM lebih senang bertemu dengan teman-teman pengajiannya dengan begitu, SM dapat mendalami ilmu agama dan saling bertukar pikiran. Subjek kedua juga beranggapan, bahwa SM dalam pernikahan poligami juga melakukan hal yang sama positifnya dengan SR. SM menghadapi permasalahan yang terjadi, baik dengan suami atau istri mudanya dengan berusaha mengendalikan dirinya sendiri, berusaha melakukan hal yang baik di jalan Allah dan banyak mengikuti kegiatan yang bersifat keagamaan,

#### **Tema 5 : Tujuan Hidup**

SR memiliki tujuan hidup yang terarah dan positif, dengan adanya keterarahan membantu SR dalam mencapai tujuan hidup. Dalam mencapai tujuannya

subjek pertama melakukan perbaikan diri terlebih dulu, sehingga SR bisa mencapai tujuan hidupnya di dunia maupun di akhirat.

Subjek kedua SM juga memiliki tujuan hidup yang terarah dan pemaknaan hidup yang positif dalam menjalani kehidupannya saat ini khususnya dalam pernikahan poligami. SM memiliki tujuan hidup dimana SM ingin menjadi orang yang bermanfaat untuk banyak orang dan lebih bersyukur kehidupannya.

#### **Tema 6 : Pertumbuhan Pribadi**

Proses mencapai tujuan dalam hidup, SR membekali dengan mencari dan menambah ilmu pengetahuan di bidang agama dalam mendidik anak maupun untuk dirinya dan keluarganya. Hal ini di jadikan SR sebagai sarana untuk membuka dan menerima hal baru sebagai pengalaman hidupnya.

Selain menambah ilmu pengetahuannya, subjek pertama juga banyak melakukan kegiatan yang berguna untuk mengasah kemampuannya dalam bidang *mendesign* dan menjahit pakaian yaitu dengan membuka kursus dan memberikan ilmu yang dimilikinya dengan mengajar anak-anak di sekolah.

Sama halnya dengan subjek kedua, SM Memiliki kesamaan dengan subjek pertama, SM sebagai istri pertama dalam pernikahan poligami juga selalu mengikuti

banyak pembelajaran yang berhubungan dengan agama. Hal ini dilakukannya sebagai usaha untuk menambah pengetahuannya.

SM mengembangkan potensi yang bersifat sosial, seperti banyak membantu orang, mengunjungi teman, saudara atau orang yang sedang dalam kesusahan. Hal ini dilakukannya berdasarkan dari pengalaman hidup yang dialaminya. SM bahkan mengikuti kegiatan yang dimanfaatkan berguna untuk melatih kreatifitasnya.

## **Faktor Yang Mempengaruhi Kesejahteraan Psikologi**

### **Tema 1: Religiusitas**

Subjek pertama banyak mengerjakan ibadah sebagai sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan sebagai sarana untuk meminta pertolongan kepada Allah. Subjek SR juga beranggapan, bahwa banyaknya mengikuti kegiatan agama dan melaksanakan ibadah memberikan dampak ketenangan dan kenyamanan, Sehingga agama memiliki peran penting dalam hidup subjek pertama.

Subjek kedua banyak mengikuti kegiatan keagamaan, seperti datang dan mendengarkan ceramah dan bertemu dengan ulama atau habib. Subjek juga melakukan sholat istiqhara untuk meminta petunjuk. SM juga beranggapan bahwa kegiatan agama dengan banyak mendengarkan ceramah dan

bertemu dengan ustad atau habib menjadi hal yang penting dan membuat perasaannya menjadi lebih tenang.

## **Tema 2: Dukungan Sosial**

Saat berada dalam kondisi yang sulit, subjek pertama membutuhkan dukungan dari orang yang sangat dipercayainya, seperti teman dekat, serta semua keluarga.

SM mengatakan bahwa ia bisa bertahan karena adanya dukungan yang datang kepadanya. Dukungan dari teman sekitar, keluarga dan anak-anaknya.

## **Faktor Penyebab Istri Di Poligami**

### **Tema 1 : Kekayaan Laki-Laki**

Keputusan subjek untuk menerima dipoligami tidak terlepas dari kesanggupan suaminya dalam memenuhi kebutuhan istri-istrinya, baik kebutuhan jasmani maupun kebutuhan rohani. Subjek SR juga beranggapan setelah melakukan poligami, suami tetap membagi penghasilannya sebagai jatah bulanan kepada subjek pertama.

Subjek kedua SM sebagai istri pertama mengatakan, bahwa alasan dirinya dipoligami pada awalnya karena keinginan suami untuk membantu seseorang yang menjadi istri muda suaminya. SM juga mengatakan, bahwa setelah suaminya berpoligami suami SM tetap bertanggung jawab dalam memenuhi kewajibannya untuk memberi nafkah kepada istri-istrinya.

## **Tema 2 : Pertimbangan Kegagahan Atau Ketampanan**

SR sebagai seorang istri mengatakan bahwa suaminya memiliki fisik terutama wajah yang yang tidak terlalu jelek. SR juga beranggapan bahwa hal ini lah yang menjadi daya tarik bagi madunya.

Penyebab adanya pertimbangan ketampanan atau kegagahan sehingga SM dipoligami bukanlah termasuk hal yang menyebabkan SM dipoligami.

## **Tema 3 : Pertimbangan Keagamaan**

Menurut SR, alasan yang paling penting dan menjadi dasar utama SR menerima untuk di poligami ialah karena faktor agama. Adanya keinginan suami untuk menjalankan syariat agama.

Subjek kedua juga beranggapan, bahwa salah satu penyebab SM di poligami yakni karena keinginan suaminya untuk menjalankan sunnah rosul.

## **4. SIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisis yang dilakukan peneliti dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya perbedaan mengenai dinamika psikologis yang dimiliki oleh kedua subjek mengenai kesejahteraan psikologi istri pertama dalam pernikahan poligami. Pada subjek pertama, suami meminta izin dan restu kepada SR sebelum

berpoligami. Hal ini membuat subjek SR merasa di hargai. Adapun dimensi kesejahteraan psikologi yang dimiliki SR ialah: penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi. Sedang subjek kedua, pernikahan poligami yang dilakukan suaminya secara diam-diam, membuat SM merasa sulit menerima keputusan suami dan menjadikan hubungannya tidak baik terhadap suami dan istri muda suaminya.. Melalui proses seperti ini membuat subjek SM memiliki empat dimensi kesejahteraan psikologi yaitu: otonomi, penguasaan terhadap lingkungan, tujuan hidup, dan pertumbuhan pribadi.

Adapun faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologi kedua subjek penelitian ini ialah religiusitas, dimana subjek banyak menjalankan ibadah dan merasakan ketenangan dalam menjalani kehidupan. Kedua adanya dukungan sosial yang didapat oleh kedua subjek, berupa perhatian dan kasih sayang.

Penyebab istri di poligami juga berbeda. Penyebab subjek pertama SR di poligami dikarenakan kekayaan laki-laki, pertimbangan ketampanan atau kegagahan, dan pertimbangan keagamaan. Sementara subjek kedua SM terdapat dua faktor penyebab yang membuat SM di poligami yaitu

kekayaan laki-laki dan pertimbangan keagamaan.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa kesejahteraan psikologi istri pertama dalam pernikahan poligami memiliki kesejahteraan psikologi g yang berbeda-beda yang dilihat dari hasil pembahasan dalam penelitian ini.

## DAFTAR RUJUKAN

- Beck, A. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York : The Guilford Press
- Beck, Judith. S. (2011). *Cognitive behavior therapy : basic and beyond*. 2<sup>nd</sup>.ed. Newyork : The Guilford Press
- Dobson, K. (2010). *Handbook of cognitive behavioral therapies*. 3<sup>rd</sup>.ed. New York : The Guilford Press
- D’Zurilla, T & Nezu, A. (2007). *Problem solving therapy : a positive approach to clinical intervention*. 3<sup>rd</sup>.ed. New York : Springer Publishing Company
- Feldman, R.S. (1989). *Adjustment: applying in a complex world*. New York : McGraw Hill
- Hoff, L.A. (1990). *Battered woman as survivors*. London : Routledge Lazarus ,R dan Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, coping*. New York : Springer Publishing Company
- Komisi Nasional Perempuan. (2002). *Peta kekerasan pengalaman perempuan Indonesia*. Jakarta : Aneeka
- Lazarus, R. (1976). *Pattern of adjustment*. 3<sup>rd</sup>.ed. Tokyo: McGraw Hill Kogakusha
- Lazarus, R.S & Folkman, S. 1984. *Stress appraisal and coping*. Newyork : Springer Publishing Company.Inc.
- O’Donohue, W & Fisher, J. (2008). *Cognitive behavior therapy*. 2<sup>nd</sup>.ed. Canada : John Wiley & Sons Inc
- Powel, D.H. (1983). *Human adjustment: normal adaptation trough the life cycle*. Boston: Little Brown
- Rahmat, Jalaluddin. (2001). *Psikologi komunikasi*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya
- Smet, B. (1994). *Psikologi kesehatan*. Jakarta: PT Grasindo
- Sukri, S. (2004). *Islam menentang kekerasan terhadap istri*. Yogyakarta : Gama Media
- Turner, J.S. & Helms, D.B. (1995). *Lifespan development*. 3<sup>rd</sup>.ed. New York : Holt, Rineheart & Winston, Inc