

## Resiliensi Istri yang Dipoligami: Studi Kasus Poligami di Desa Rombiya Timur Kabupaten Sumenep

Mu'izzatul Mukammilah

Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin  
Institut Ilmu Keislaman Annuqayah  
muizzatulmukammilah0824@gmail.com

### Abstract

*The practice of polygamy has both negative and positive effects. But for polygamous wives, the negative effects are felt more than the positive effects. The purpose of this study was to describe the resilience of a polygamous wife and the internal and external factors that influence it. The internal factors that form resilience refer to the theory forward by Reivich & Shatte that there are 7 aspects of resilience, namely emotional regulation, impulse control, optimism, empathy, analysis of causes of problems, self-efficacy and reaching out. This research uses a qualitative approach with a case study method. Participants in the study were 3 people who were selected using purposive sampling technique with the following characteristics: 1) A woman who is the first wife of a polygamous husband. 2) Still having legal status as wife. 3) Do not know when the polygamy happened. The data collection method uses in-depth interview techniques. The results of this study indicate that the three participants can be resilient by fulfilling 7 aspects of resilience, and their resilience is also influenced by external factors in the form of support from family and the environment.*

**Keywords:** *resilience; wife; polygamy*

### Abstrak

Praktek poligami mendatangkan efek negatif dan positif. Tetapi bagi istri yang dipoligami, efek negatif lebih banyak dirasakan daripada efek positifnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran resiliensi istri yang dipoligami serta faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya. Faktor internal pembentuk resiliensi mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte bahwa terdapat 7 aspek resiliensi yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan reaching out. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Partisipan dalam penelitian sebanyak 3 orang yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling dengan karakteristik: 1) Seorang perempuan istri pertama dari suami yang berpoligami. 2) Masih berstatus sah sebagai istri. 3) Tidak mengetahui saat dipoligami. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara mendalam. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga partisipan dapat beresiliensi dengan memenuhi 7 aspek resiliensi, serta resiliensi mereka juga dipengaruhi oleh faktor eksternal berupa dukungan dari keluarga dan lingkungan.

Kata kunci: resiliensi, istri, poligami

## Pendahuluan

Setiap orang yang memutuskan berumah tangga maka harus siap dengan segala resiko yang mungkin timbul, karena tidak selamanya orang yang berumah tangga akan selalu mencecap “manis” tetapi juga akan merasakan “pahit”nya persoalan baik yang mudah diatasi maupun yang sulit diatasi seperti persoalan suami yang ingin membagi kasih sayang dengan perempuan lain melewati jalur perkawinan atau yang biasa disebut poligami. Kata poligami berasal dari bahasa Yunani yaitu “poly” yang artinya banyak dan “gamie” yang berarti laki-laki (Busthami, 2020). Sedangkan dalam istilah, poligami mengacu pada sebuah pernikahan antar beberapa orang, seperti suami yang beristrikan dua atau lebih orang istri (Qudsiyah, 2013).

Pada dasarnya asas perkawinan dalam Islam adalah monogami yaitu seorang laki-laki hanya memiliki seorang istri dan sebaliknya seorang istri hanya memiliki seorang suami. Tetapi Islam membolehkan poligami dengan membatasi jumlah perempuan yaitu 4 orang (Tihami & Sohari, 2013). Hal ini berdasarkan firman Allah Swt., surat al-Nisa’ ayat 3 sebagai berikut:

وَإِنْ خِفْتُمْ أَلَّا تُقْسِطُوا فِي الْيَتَامَىٰ فَانكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثَلَىٰ وَرُبَّعٍ فَإِنَّ خِفْتُمْ أَلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً  
أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ذَلِكَ أَدْنَىٰ أَلَّا تَعْوَلُوا

Artinya: *Dan jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil terhadap (hak-hak) perempuan yang yatim (bilamana kamu mengawininya), maka kawinilah wanita-wanita (lain) yang kamu senangi: dua, tiga atau empat. Kemudian jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil, maka (kawinilah) seorang saja, atau budak-budak yang kamu miliki. Yang demikian itu adalah lebih dekat kepada tidak berbuat aniaya.*

Berdasarkan ayat diatas juga dijelaskan bahwa syarat utama menjalankan pernikahan poligami adalah dapat berlaku adil kepada semua istri. Maksud adil disini adalah adil dalam urusan nafkah, tempat tinggal, pakaian, giliran dan hal-hal yang bersifat lahiriyah. Jika sekiranya tidak dapat berbuat adil, maka cukup dengan memiliki satu istri (Hermanto, 2015).

---

Praktek poligami sendiri sudah ada jauh sebelum Islam lahir tahun 610 Masehi, poligami sudah dikenal oleh orang-orang, seperti Bangsa Israil, Persia, Arab, Romawi, Babilonia, dan lain-lain. Bangsa Yahudi membolehkan poligami. (Hermanto, 2015). Dalam “Perjanjian Lama” kita orang Yahudi menginformasikan bahwa Daud (Nabi Daud) memiliki 300 orang istri baik sebagai istri resmi maupun selirnya (Fathurrohman, 2007). Dari ulasan sejarah singkat ini, dapat dilihat bahwa poligami bukan hanya dipraktekkan dalam Islam, tetapi sudah dijalani dan dianggap normal sejak zaman jauh sebelum Islam. Sebelum Islam Bangsa Arab juga mengenal poligami, ada orang yang beristri 10 orang, bahkan ada yang beristri 70 orang (Hermanto, 2015). Setelah kedatangan Islam, laki-laki dibatasi untuk memiliki istri maksimal 4 orang.

Secara singkat dapat dikatakan bahwa hampir semua peradaban manusia (terutama yang maju dan berusia panjang) telah mengakui dan menganggap poligami sebagai sesuatu yang normal. Islam hanya salah satu yang ikut di dalamnya dengan memberikan batasan dan arahan dalam prakteknya (Fathurrohman, 2007).

Sejak dulu poligami memang selalu menarik untuk diperbincangkan. Banyak pro-kontra yang terjadi di masyarakat. Mereka yang pro beranggapan bahwa poligami itu adalah perbuatan yang tidak dilarang dan diperbolehkan dalam agama. Selain itu juga poligami dilakukan untuk menyelamatkan wanita-wanita yang membutuhkan tindakan penyelamatan, karena kondisi yang sangat darurat. Hal ini dilakukan untuk meringankan penderitaan perempuan-perempuan tersebut, baik yang lajang maupun janda sehingga beban hidup mereka dapat berkurang (Kurnia, 2006). Tentang motif seseorang berpoligami Miftah dalam (Kurniawati, 2013) memperinci tentang alasan umum di masyarakat yang mendasari seseorang hingga berpoligami yaitu: 1) Istri tidak dapat melahirkan keturunan sementara suami sangat menginginkannya. 2) jumlah perempuan lebih banyak dari pada laki-laki dan banyak diantaranya yang belum menikah. 3) perempuan yang ditinggal wafat oleh suaminya perlu sekali mendapatkan pertolongan, baik untuk dirinya maupun untuk anak-anaknya yang telah menjadi yatim dan tidak dapat ditempuh dengan jalan lain kecuali dengan menikahinya. 4)

Istri yang sudah diceraikan ingin rujuk atau menikah kembali, sedangkan mantan suaminya sudah menikah dengan perempuan lain. 5) Seorang laki-laki yang sudah beristri jatuh cinta lagi kepada perempuan lain, yang jika tidak dinikahi maka dia akan berpotensi melakukan perzinahan.

Kalangan yang kontra beranggapan bahwa poligami adalah suatu kejahatan, sehingga jika ada orang yang melakukannya maka mereka pantas mendapatkan hukuman, hujatan, pengucilan dan sejenisnya dari kehidupan bermasyarakat. Menurut pandangan mereka, poligami melanggar HAM, bentuk penindasan, tindakan yang tidak baik, penghianatan, meremehkan perempuan serta merupakan sebuah bentuk diskriminasi terhadap perempuan (Ardhian & dkk, 2015). Arus penolakan ini lebih kuat atau lebih banyak dari pada yang mendukung, dan yang menolak didominasi oleh kaum perempuan. Penolakan ini tidaklah mengherankan karena memang banyak dampak negatif yang dapat ditimbulkan oleh poligami diantaranya (Ichsan, 2018): 1) Poligami berpotensi menimbulkan permusuhan di kalangan istri-istri sehingga suasana rumah tangga tidak harmonis. 2) Perselisihan antar istri yang dipoligami sering berdampak pada anak, sehingga kebahagiaan rumah tangga menjadi terganggu. 3) Poligami menyebabkan tekanan psikologis terhadap istri pertama karena merasa cintanya diduakan. 4) Tekanan secara sosial, yaitu stigma masyarakat yang selalu memperlakukan pihak perempuan (istri kedua) sebagai penyebab dari praktek poligami. 5) Sering terjadinya pernikahan siri (pernikahan yang tidak dicatatkan pada Kantor Catatan Sipil atau Kantor Urusan Agama) sehingga pernikahan tersebut dianggap tidak sah oleh negara meskipun sah secara agama. Dalam hal ini perempuan paling dirugikan karena pernikahan dianggap tidak ada sehingga hak-hak yang seharusnya dimiliki menjadi bukan haknya lagi seperti hak waris dan sebagainya (Qudsiyah, 2013).

Pada praktek di lapangan yang banyak terjadi poligami memang mendatangkan dampak negatif bagi keluarga terutama istri yang dipoligami. Banyak pemberitaan terkait kasus kekerasan yang menimpa istri akibat hal tersebut. Selain berdampak pada fisik, poligami juga berdampak pada psikis istri yang dipoligami. Akibatnya mereka akan cenderung stres dan dapat melakukan

hal-hal yang tidak masuk akal. Seperti berita yang dilansir oleh suara.com tentang video yang baru-baru ini viral di media sosial tepatnya (07/082020) yang memperlihatkan proses penggusuran sebuah rumah oleh eskavator di Desa Mangga Dua, Kecamatan Tanjung Beringin, Kabupaten Serdang Bedagai Sumatera Utara, diduga penggusuran tersebut karena percekocokan antara istri tua dan istri muda.

Selain kekerasan, poligami juga berpotensi besar menimbulkan perceraian. Berdasarkan data yang dihimpun dari Badan Pusat Statistik Indonesia (BPS) pada 2015 terjadi 358.843 kasus perceraian, pada 2016 sebanyak 365.654 kasus, pada 2017 meningkat menjadi 374.516 kasus dan pada 2018 melonjak naik menjadi 408.202 kasus. Dari 408.202 kasus yang terjadi, 87.558 diantaranya terjadi di Provinsi Jawa Timur. Dari angka tersebut yang paling tinggi dilatarbelakangi oleh pertengkaran terus-menerus yaitu sebanyak 38.109 kasus, diikuti karena faktor ekonomi sebanyak 32.105 kasus, lalu kekerasan dalam rumah tangga sejumlah 1.455 kasus. Penyebab lain yang jumlahnya kurang dari seribu kasus antara lain, perzinahan, kawin paksa, pindah agama, dan perjudian. Untuk perceraian karena poligami berjumlah 157 kasus. Dari 157 kasus ini 12 diantaranya terjadi di Kabupaten Sumenep (Badan Pusat Statistik Jawa Timur, 2018). Ini berdasarkan data yang tercatat di Kemenag RI, tetapi masih banyak juga yang tidak tercatat karena perkawinan tersebut tidak terdaftar (nikah siri). Dari data-data ini terlihat bahwa poligami juga menjadi salah satu faktor yang menimbulkan perceraian.

Tetapi dari beberapa kasus poligami, tak sedikit pula yang akhirnya memilih untuk bertahan. Mereka yang bertahan ini salah satunya karena memikirkan bagaimana nasib anak mereka. Mereka para perempuan yang mampu tegar dan bangkit kembali untuk menjalani kehidupan setelah tahu dirinya dipoligami inilah yang memiliki resiliensi.

Kata resiliensi berasal dari bahasa Latin yaitu *resilire* atau dalam bahasa Inggris *resilience* yang berarti mampu untuk bertahan atau pulih dengan cepat dari kondisi sulit (Fletcher & Sarkar, 2013). Resiliensi menurut Reivich & Shatte mengacu pada kapasitas seseorang untuk merespon *adversity* atau trauma secara sehat dan produktif (Hendriani, 2018). Menurut Perkins dan Caldwell serta

---

Garmezy resiliensi bukan sebuah sifat yang menetap dalam diri individu, namun merupakan hasil transaksi dinamis antara kekuatan dari luar maupun dari dalam diri individu (Hendriani, 2018).

Mengacu pada pendapat Perkins dan Caldwell, Reivich & Shatte dalam (Jackson & Chris, 2004) mengemukakan 7 aspek kemampuan yang membentuk resiliensi yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*. Ketujuh aspek ini merupakan kemampuan dari diri individu itu sendiri atau pembentuk resiliensi. Sedangkan faktor eksternal yang dapat mempengaruhi adalah berupa dukungan dari keluarga dan lingkungan (McCubbin, 2001).

Secara umum, resiliensi sangat penting bagi istri yang dipoligami karena perubahan struktur yang terjadi dalam keluarga dengan bertambahnya seseorang yang juga berstatus sebagai istri suami mereka, menuntut mereka untuk adaptif dalam menata dan mengatur kehidupan rumah tangga mereka kedepannya.

Dengan adanya resiliensi ini, istri yang dipoligami dapat bertahan dan tetap berkembang saat suami mereka memilih untuk membagi kasih dengan perempuan lain, dan juga dapat memungkinkan istri untuk mengatasi kesulitan dan dapat mengurangi beban hidup yang dihadapi. Meski mungkin awalnya sulit, tapi dengan adanya resiliensi istri akan perlahan bangkit dan hidup normal kembali.

Penelitian ini bertujuan untuk memberi gambaran tentang proses resiliensi istri yang dipoligami, juga untuk menjelaskan bentuk 7 aspek resiliensi dari masing-masing partisipan penelitian dan faktor-faktor yang mempengaruhi pembentukan resiliensi ini. Penelitian ini dilakukan di Desa Rombiya Timur Kecamatan Ganding Kabupaten Sumenep. Pemilihan tempat penelitian ini karena pertimbangan bahwa di Desa Rombiya Timur banyak kepala keluarga (suami) yang berpoligami. berdasarkan data dari peneliti sebelumnya, terdapat 9 keluarga yang berpoligami (Suhairiyah, 2018). Dari 9 keluarga ini, hampir keseluruhan istri mereka tidak meminta cerai atau saat ini masih berstatus sebagai istri sah.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Partisipan dalam penelitian sebanyak 3 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sebuah teknik *sampling* yang pemilihan partisipannya berdasarkan kriteria-kriteria tertentu (Sugiyono, 2017). Partisipan dalam penelitian dipilih berdasarkan kriteria berikut: 1) Seorang perempuan istri pertama dari suami yang berpoligami. 2) Masih berstatus sah sebagai istri. 3) Tidak mengetahui saat dipoligami. Metode pengumpulan data menggunakan teknik wawancara mendalam. Penelitian ini mengacu pada teori yang dikemukakan oleh Reivich & Shatte tentang 7 aspek resiliensi. Asepk tersebut meliputi: resiliensi yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri dan *reaching out*.

### Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil dari wawancara terhadap partisipan penelitian, respon awal psikologis saat mengetahui mereka dipoligami adalah sakit hati, merasa di remehkan, kecewa dan marah (S, komunikasi pribadi, 15 Agustus 2020), (H, komunikasi pribadi, 18 Agustus 2020), (A, komunikasi pribadi, 20 Agustus 2020). Hal ini memang sebuah kewajaran karena tidak ada perempuan yang mau membagi suami mereka dengan perempuan lain. Apalagi dari ketiga partisipan mengatakan bahwa mereka tidak diberitahu atau tidak dimintai izin dahulu sebelum suami mereka menikah lagi, jadi marah, kesal dan sejenisnya merupakan sebuah hal yang wajar.

Ketiga partisipan pun berusaha untuk mencari jalan keluar menanggulangi kegelisahan. Hal ini mereka lakukan untuk menekan rasa tidak nyaman dan ditimbulkan oleh peristiwa yang baru saja mengguncang batin mereka. Jalan keluar ini berupa strategi coping. Strategi coping adalah strategi untuk menghadapi stres. Strategi coping dibagi menjadi dua yaitu 1) strategi coping yang memfokuskan pada problem atau emosi (*problem and emotion focused*). Strategi coping memfokuskan pada problem atau emosi merupakan strategi *coping* dengan mengubah pengalaman emosi terhadap stres dan bukan mengubah

sumber stres. Strategi *coping* jenis inilah yang digunakan oleh partisipan dalam penelitian ini karena sumber stres yang mereka hadapi adalah peristiwa suami mereka menikah lagi dan hal tersebut di luar dugaan mereka. Mekanisme dari strategi *coping* ini adalah dengan mengatur emosi melalui proses berpikir yang disadari (Lestari, 2016). 2) Strategi *coping* dengan mendekati atau menghindari stres (*approach vs avoidand coping*). Strategi *coping* dengan memfokuskan pada problem adalah strategi *coping* dengan tujuan menghilangkan sumber stres atau mengubah dampak yang ditimbulkannya. Cara ini dilakukan apabila individu yakin dapat mengontrol sumber stres (Lestari, 2012).

Strategi *coping* yang diterapkan dari masing-masing partisipan dalam penelitian ini berbeda satu sama lain, tetapi juga ada yang sama. Adapun bentuk strategi *coping* tersebut sebagai berikut: *Pertama*, pada partisipan 1 dan partisipan 2 adalah berpikir positif dan menenangkan diri (S, komunikasi pribadi, 15 Agustus 2020), (H, komunikasi pribadi, 18 Agustus 2020). Upaya ini dilakukan dengan mengkaji kembali atau memikirkan kembali permasalahan mereka. Mereka lalu menyadari bahwa hal ini (kesal, mara dan sakit hati dst) tidak baik. Perlahan kemarahan yang ada dalam diri mereka akan mereda dengan sendirinya.

*Kedua*, berbeda dari partisipan 1 dan 2 pada partisipan 3 adalah dengan bercerita pada orang terdekat (keluarga), dengan bercerita ia merasa lebih baik dan tenang sehingga uneg-uneg atau pikiran negatif yang ada dalam diri akan berkurang (A, komunikasi pribadi, 20 Agustus 2020). Partisipan juga perlahan membuka diri pada keluarganya. Dengan begitu, keluarga memberikan masukan-masukan pada partisipan.

*Ketiga*, adalah dengan meningkatkan spiritualitas dan keimanan. Dengan meningkatkan spiritualitas dan keimanan, menurut penuturan partisipan mereka merasa lebih tenang dan tentram (S, komunikasi pribadi, 15 Agustus 2020), (H, komunikasi pribadi, 18 Agustus 2020), (A, komunikasi pribadi, 20 Agustus 2020). Menurut mereka, Tuhan yang memberikan cobaan dan ujian dalam hidup mereka. Tuhan pula yang akan memberikan jalan keluar. Maka dari itu partisipan meminta kepada Tuhan untuk meringankan beban yang sedang mereka hadapi lewat ibadah-ibadah yang dilakukan.

Setelah melakukan usaha seperti menerapkan strategi *coping* diatas, partisipan akhirnya sampai pada fase penerimaan diri. Penerimaan ini berupa sikap diri yang mulai berdamai dengan keadaan, mereka perlahan bangkit dari keterpurukan hingga mulai terbiasa dengan keberadaan istri kedua dan ketiga suami mereka. Perlahan hubungan partisipan dan istri kedua maupun ketiga mulai membaik. Hal ini karena partisipan mulai belajar ikhlas menerima keadaan dan takdir mereka.

Sebelum sampai pada tahap penerimaan diri atau menjadi pribadi yang resilien, ada proses panjang yang harus dilalui. Karena resiliensi bukan semata-mata bawaan manusia sejak lahir, tidak serta merta menetap dalam diri individu. Seperti yang dikatakan oleh Perkins dan Caldwell serta Garnezy resiliensi bukan sebuah sifat yang menetap dalam diri individu, namun merupakan hasil transaksi dinamis antara kekuatan dari luar maupun dari dalam diri individu (Hendriani, 2018). Maka dari itu dalam pembentukannya, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi. Dalam hal ini terdapat dua faktor yang mempengaruhi resiliensi istri yang dipoligami yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

Adapun faktor internal merupakan kekuatan dari dalam diri individu, faktor-faktor ini juga disebut aspek-aspek pembentuk resiliensi. Dimana aspek-aspek ini harus terpenuhi sehingga orang tersebut dapat dianggap orang yang resilien. Aspek-aspek ini meliputi a) Regulasi emosi. Regulasi emosi adalah kemampuan untuk kemampuan untuk mengelola dunia internal agar tetap efektif di bawah tekanan (Jackson & Chris, 2004). Kemampuan regulasi yang baik dalam diri individu akan mempermudah individu memecahkan suatu masalah karena individu akan mampu mengendalikan diri ketika sedih, marah, cemas, maupun perasaan negatif lainnya. 2) Pengendalian impuls. Pengendalian impuls merupakan kemampuan mengendalikan keinginan, kemampuan untuk mengelola ekspresi perilaku pikiran, termasuk kemampuan untuk menunda kepuasan yang muncul dalam diri individu (Jackson & Chris, 2004). Individu dengan pengendalian rendah mudah mengalami perubahan emosi dengan cepat yang cenderung mengendalikan perilaku dan pikirannya. Individu akan mudah marah, agresif pada hal-hal kecil. 3) Optimisme. Optimis adalah kemampuan untuk tetap

positif tentang masa depan namun realistis dalam perencanaan (Jackson & Chris, 2004). Individu yang resilien adalah individu yang optimis. Individu yang optimis adalah individu yang memiliki harapan untuk masa depannya. Ia dapat mengontrol arah hidupnya dan percaya dapat menangani masalah-masalah dalam hidupnya. 4) Empati. Empati adalah kemampuan untuk membaca isyarat perilaku orang lain untuk memahami keadaan psikologis dan emosional mereka dan dengan membangun hubungan yang lebih baik. Orang yang tangguh mampu membaca isyarat nonverbal orang lain untuk membantu membangun hubungan yang lebih dalam dengan orang lain (Jackson & Chris, 2004). Empati mencerminkan seberapa baik individu mengenali keadaan psikologis dan emosi orang lain. Individu yang resilien mampu memahami perasaan maupun pikiran orang lain. 5) Analisis penyebab masalah (*causal analysis*). Kemampuan untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab kesulitan (Jackson & Chris, 2004). Individu yang resilien mempunyai fleksibilitas dan kemampuan mengidentifikasi masalah yang dihadapi. Jika individu tidak dapat mengidentifikasi penyebab masalah secara akurat, maka individu akan mengulang kesalahan yang sama. 6) Efikasi diri (*self efficacy*). Efikasi diri merupakan keyakinan bahwa individu dapat menyelesaikan masalah. Orang yang tangguh percaya pada diri mereka sendiri akan membangun kepercayaan orang lain pada mereka (Jackson & Chris, 2004). Individu dengan efikasi diri tinggi tidak akan menyerah ketika strategi yang digunakan dalam pemecahan masalah tidak berhasil. Individu akan cepat bangkit dari kegagalan yang dihadapi. 7) *Reaching out*. Individu yang resilien mampu melakukan tiga hal dengan baik, yaitu mampu menganalisis resiko dari suatu masalah, memahami dirinya dengan baik, dan mampu menemukan makna serta tujuan hidup.

Adapun faktor eksternalnya berupa dukungan keluarga dan lingkungan. Bentuk dukungan keluarga ini berupa nasehat dan motivasi. Dukungan dari keluarga membantu istri yang dipoligami menjadi lebih tegar dalam menjalani keadaan mereka. Sedangkan dukungan dari lingkungan juga berupa nasehat dan motivasi, selain itu menurut penuturan partisipan 2 selain menasehati dan memotivasi, tetangga lingkungannya juga menghiburnya. Menghibur disini

dengan mengajak partisipan berbincang-bincang selagi suaminya berada di rumah istri yang lain (H, komunikasi pribadi, 18 Agustus 2020). Selain dukungan keluarga dan lingkungan, faktor eksternal lain adalah faktor sosial budaya, yang dimaksud faktor sosial budaya disini adalah lingkungan partisipan. Dimana menurut penuturan partisipan tetangga sekitarnya juga banyak yang berpoligami (A, komunikasi pribadi, 20 Agustus 2020). Sehingga dengan adanya hal tersebut, partisipan menjadikannya sebagai pedoman untuk menjalankan struktur baru keluarga dan melakukan penyesuaian diri.

Berikut ringkasan tabel aspek-aspek resiliensi istri yang dipoligami atau faktor internal resiliensi istri yang dipoligami.

**Tabel 1. Ringkasan Faktor Pembentuk (Internal) Resiliensi Istri yang Dipoligami**

Faktor pembentuk	Subjek 1 S	Subjek 2 H	Subjek 3 A
Regulasi emosi dan pengendalian impuls	Meski marah terhadap suami karena menikah lagi, S tetap melayani suami seperti sebelumnya. Kemarahan ia lampiaskan dengan diam lalu menepi ke rumah tetangga	Perasaan kecewa, sakit hati dan marah yang dialami H saat suaminya menikah untuk ketiga kalinya, ia ungkapkan dengan bertengkar dengan suaminya, tapi hanya sebatas pertengkaran verbal, bukan fisik	Sakit hati yang dialami partisipan A sewaktu suami tertangkap dengan perempuan lain lalu dinikahkan ia tunjukkan dengan bersikap acuh terhadap suaminya, karena tidak tahan diam, ia lalu bertengkar tapi sebatas cekcok, tidak main fisik
Optimisme	S percaya bahwa setiap masalah pasti ada hikmahnya	Partisipan H yakin bahwa setiap orang mempunyai takdir mereka masing-masing, mungkin takdir ini terbaik menurut Tuhan untuknya	A percaya bahwa meski suaminya jarang pulang, tapi ia akan tetap memberikan perhatian terhadap dirinya dan anak-anaknya
Empati	Meski hubungan dengan istri kedua tidak baik S turut merasa kasihan terhadap nasib istri kedua suaminya, karena suaminya jarang pulang ke rumah istri keduanya	H menunjukkan empatinya dengan turut merawat anak dari istri kedua suaminya seperti anaknya sendiri, dan membantu istri keduanya membesarkan anaknya	Meski awalnya hubungan dengan istri kedua maupun istri ketiga tidak baik, tetapi partisipan A tetap melayani mereka selayaknya tamu
Analisis penyebab masalah	Suami menikah lagi karena faktor ekonomi dan perasaan	Suami menikah lagi karena dikompromi temannya yang juga	Suami menikah lagi karena tertangkap basah

		memperebutkan wanita yang kini jadi istri keduanya	oleh warga sekitar
Efikasi diri	S yakin bahwa dirinya dapat melalui cobaan ini. Karena meski suaminya menikah lagi ia tetap lebih banyak berada di rumahnya	H meski suaminya menikah lagi, ia yakin bahwa suaminya dapat berlaku adil	Walaupun suaminya jarang pulang, A tetap percaya bahwa suaminya akan tetap memberikan perhatian terhadap dirinya dan anak-anaknya
<i>Reaching out</i>	Belajar untuk bersabar, ikhlas serta mengambil pelajaran dari peristiwa ini	Lebih mendekatkan diri pada Allah SWT, dan lapang dada menerima takdir yang digariskan oleh-Nya	Menganggap bahwa peristiwa ini merupakan sarana untuknya agar lebih dekat dengan Allah SWT

### Aspek Regulasi Emosi dan Pengendalian Impuls

Pada tabel diatas dijelaskan aspek regulasi emosi dan pengendalian impuls pada partisipan 1 meski marah, tetap melayani kebutuhan suaminya, dan kemarahannya ia tunjukkan dengan diam lalu menepi sebentar ke rumah tetangga dengan maksud agar tidak bertengkar dengan sang suami. Sedangkan partisipan 2 dan 3 mengungkapkan perasaan mereka lewat cecok dengan suami, tetapi percekocokan ini hanya sebatas percekocokan verbal, tidak melibatkan fisik. Dari sini terlihat bahwa meski partisipan marah dan sakit hati kepada suaminya, tetapi mereka masih dapat mengendalikan emosi mereka, meski pada akhirnya bertengkar, tetapi pertengkaran yang terjadi tidak sampai melibatkan fisik.

### Aspek Optimisme

Pada aspek optimisme, partisipan 1 dia percaya bahwa setiap masalah (termasuk masalah yang ia hadapi) ada hikmahnya. Pada partisipan 2 ia percaya bahwa setiap orang mempunyai takdir masing-masing, mungkin takdir ini adalah yang terbaik menurut Tuhan untuknya. Pada partisipan 3 ia tetap optimis meski suaminya jarang pulang, ia tetap akan memperhatikan partisipan dan anak-anaknya. Sikap optimis yang ditunjukkan partisipan ini memperlihatkan bahwa partisipan masih percaya dan yakin bahwa keluarga mereka akan baik-baik saja

meskipun suami mereka memutuskan untuk menikah lagi. Partisipan dengan lapang dada menerima takdir mereka dan bangkit menatap masa depan.

### **Aspek Empati**

Pada aspek empati, partisipan 1 menunjukkan dengan peduli terhadap keadaan istri kedua suaminya yang jarang dikunjungi oleh suaminya. Pada partisipan ke 2 diungkapkan dengan merawat anak dari istri kedua suaminya seperti anak kandungnya sendiri. Sedangkan pada partisipan ketiga ditunjukkan dengan tetap melayani istri kedua dan ketiga suaminya selayaknya tamu. Dari tiga partisipan tersebut, yang memiliki tingkat empati yang tinggi adalah partisipan ke-2 karena ia selain sudah mampu menerima istri kedua suaminya, tetapi ia juga dapat menerima dan merawat anak dari istri suaminya yang lain. Dari hal ini terlihat meski para partisipan awalnya kesal pada istri kedua mereka, tetapi partisipan tetap menghargai dan memberikan perhatian kepada mereka sebagai bentuk kepedulian.

### **Aspek Analisis Penyebab Masalah (*Causal Analysis*)**

Pada aspek analisis penyebab masalah partisipan mengetahui motif dari suaminya menikah lagi, hal ini berdasarkan penuturan para partisipan. Pada partisipan 1 suaminya menikah lagi karena faktor ekonomi. Pada partisipan ke 2 suami menikah lagi karena dikompori oleh temannya yang didahului karena memperebutkan wanita. Pada partisipan ke 3, ia sebenarnya tidak mengetahui hanya saja suaminya menikah lagi karena tertangkap oleh warga sekitar setelah diketahui sedang bersama perempuan lain.

### **Aspek Efikasi Diri (*Self-Efficacy*)**

Pada aspek efikasi diri, para partisipan baik partisipan 1, 2 dan 3 tetap yakin bahwa mereka dapat melalui ujian atau cobaan yang menimpa hidup mereka dan kehidupan mereka akan baik-baik saja nantinya.

### **Aspek *Reaching Out***

Pada aspek *reaching out*, partisipan sudah dapat mengambil hikmah dan pelajaran dari cobaan yang menimpa mereka. Mereka sudah belajar berlapang dada untuk menerima keadaan mereka.

Selain faktor internal, faktor eksternal dari luar individu itu sendiri yaitu peran keluarga dan lingkungan sekitar ikut berkontribusi dalam menumbuhkan resiliensi istri dipoligami. Peran keluarga dan lingkungan disini meliputi dukungan yang diberikan seperti menghibur, menasehati dan memotivasi dan faktor sosial budaya, dimana tetangga partisipan juga berpoligami, sehingga partisipan dapat berkaca pada tetangganya sebagai pedoman menjalankan rumah tangga yang berpoligami. Tetapi dari faktor-faktor ini yang sangat berkontribusi adalah dukungan keluarga dan lingkungan sekitar partisipan.

Bagi para partisipan, menerima bahwa suami mereka menikah lagi bukanlah hal yang mudah dilakukan. Tetapi hal ini perlahan dapat mereka lalui berkat usaha masing-masing partisipan untuk menerima kenyataan tersebut. Ketiga partisipan sadar bahwa bersedih, marah dan kecewa hanya akan sia-sia. Hal tersebut bukanlah solusi yang tepat bagi masalah yang dihadapi mereka. Tetapi kekuatan dalam diri partisipan dan dukungan dari keluarga dan lingkunganlah yang mengantarkan partisipan menjadi pribadi yang resilien.

## Kesimpulan dan Saran

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan diatas, maka penulis menyimpulkan bahwa ketiga partisipan mampu beresiliensi, artinya mereka mampu bangkit kembali dari kondisi terpuruk mereka setelah dipoligami. Berikut ini adalah tahap yang mereka lewati hingga dianggap menjadi orang yang resilien yaitu: respon psikologis awal saat partisipan mengetahui dipoligami mereka marah, kecewa, sakit hati dan merasa diremehkan. Untuk menanggulangi perasaan-perasaan negatif tersebut dan mengurangi beban masalah mereka, partisipan menerapkan strategi *coping*. Strategi *coping* yang dilakukan para partisipan seperti berpikir positif dan menenangkan diri, bercerita pada orang terdekat, meningkatkan spiritualitas. Setelah melakukan upaya diatas, akhirnya partisipan sampai pada fase penerimaan diri.

Untuk menjadi pribadi yang resiliens dibutuhkan faktor pembentuk yang berasal dari diri individu atau biasa disebut faktor internal, selain faktor internal

juga terdapat faktor eksternal, faktor eksternal ini berasal dari luar individu. Faktor Internal meliputi: regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, dan *reaching out*. Dan faktor eksternal meliputi: dukungan keluarga, dukungan sosial dan faktor sosial budaya.

Dalam hal ini ketiga partisipan mampu beresiliensi karena faktor yang ada pada diri individu tersebut dan faktor dari keluarga. Penelitian menunjukkan bahwa peran keluarga sangat berkontribusi dalam menumbuhkan resiliensi istri dipoligami.

### **Saran**

Bagi suami-suami pada umumnya, hendaknya dapat dapat menjaga perasaan istri dengan tetap setia dan tidak berpoligami. jika akhirnya tergiur untuk berpoligami hendaknya berpikir kembali sebelum melakukannya, karena sedikit banyak hal tersebut akan berdampak buruk pada keluarga, terutama sang istri. Bagi suami yang telah berpolgami, hendaknya dapat berlaku adil kepada istrinya dan anak-anak mereka. Bagi istri yang dipoligami, hendaknya dapat tetap sabar, ikhlas dan tetap mempertahankan rumah tangga mereka meski hal tersebut tidak mudah.

Penulis menyadari bahwa dalam penelitian ini terdapat banyak kekurangan. Tetapi penulis berharap khususnya bagi apada khalayak pembaca sekalian dapat menjadikan hal ini sebagai pelajaran dan dapat menambah wawasan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- A. (2020, Agustus 20). *Dampak Psikologis Poligami dan Proses Penyesuaian Istri yang Dipoligami* (Teras Rumah A, di Desa Rombiya Timur) [Komunikasi pribadi].
- Ardhian, R. F., & dkk. (2015). Poligami dalam Hukum Islam dan Hukum Positif Indonesia serta Urgensi Pemberian Izin Poligam di Pengadilan Agama. *Jurnal Privat Law*, 3(2), 100–107.
- Badan Pusat Statistik Jawa Timur. (2018). *Jumlah Perceraian di Provinsi Jawa Timur Menurut Faktor dan Kabupaten/Kota 2018*. Surabaya: Badan Pusat Statistik Jawa Timur.
- Busthami, dkk. (2020). *Memikirkan Kembali Problematika Perkawinan Poligami Secara Sirri*. Yogyakarta: Deepublish.

- Fathurrohman, I. (2007). *Saya Tidak Ingin Poligami Tapi Harus Poligami: Menelisik Alasan Kenapa Aa Gym Beristri Dua*. Jakarta: Penerbit Hikmah.
- Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Psychological Resilience: A Review and Critique of Definitions, Concepts, and Theory. *European Psychologist*, 18(1), 12–23. <https://doi.org/DOI: 10.1027/1016-9040/a000124>
- H. (2020, Agustus 18). *Dampak Psikologis Poligami dan Proses Penyesuaian Istri yang Dipoligami* (Teras Rumah H, di Desa Rombiya Timur) [Komunikasi pribadi].
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi Psikologis: Sebuah Pengantar*. PrenadaMedia.
- Hermanto, A. (2015). Islam, Poligami dan Perlindungan Kaum Perempuan. *Kalam: Jurnal Studi Agama dan Pemikiran Islam*, 9(1), 165–186.
- Ichsan, M. (2018). Poligami dalam Perspektif Hukum Islam (Kajian Tafsir Muqaranah). *Jurnal Ilmiah Syari'ah*, 17(2), 151–159.
- Jackson, R., & Chris, W. (2004). The Resilience Inventory: Seven Essential Skills for Overcoming Life's Obstacles and Determining Happiness. *Selection & Development Review*, 20(6), 13–17.
- Kurnia, E. (2006). *Poligami Siapa Takut?* Jakarta: QultumMedia.
- Kurniawati, A. (2013). *Dampak Psikologis Kehidupan Keluarga pada Pernikahan Poligami*. (Skripsi). Program Studi Bimbingan dan Konseling Jurusan Psikologi Pendidikan dan Bimbingan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Lestari, S. (2012). *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai & Penanganan Konflik dalam Keluarga*. Jakarta: Penerbit Kencana.
- McCubbin, L. (2001). *Challenges to the Definition of Resilience*. California: American Psychological Association.
- Qudsiyah, Y. N. (2013). *Dinamika Resiliensi Istri Pertama*. (Skripsi). Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Ibrahim.
- S. (2020, Agustus 15). *Dampak Psikologis Poligami dan Proses Penyesuaian Istri yang Dipoligami* (Teras Rumah S, di Desa Rombiya Timur) [Komunikasi pribadi].
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhairiyah. (2018). *Dinamika Psikospiritual Istri yang dipoligami (Studi Lapangan di Desa Rombiya Timur)*. (Skripsi). Jurusan Tasawuf dan Psikoterapi Fakultas Ushuludin Institut Ilmu Keislaman Annuqayah (INSTIKA).
- Tihami, & Sohari, S. (2013). *Fiqih Munakahat Kajian Fiqih Nikah Lengkap*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.