



Gambaran Kepuasan Pernikahan pada Istri Pertama yang Dipoligami (Studi Pernikahan di Bawah 10 Tahun)

Yanissya Rahmawati¹, Agustini^{2*}

¹yanissyarachma@gmail.com, Universitas Mercu Buana, Indonesia

²me.agustini@gmail.com, Universitas Mercu Buana, Indonesia

*) Corresponding Author

Article Info:

Keywords:

Family psychology
First wife
Marital satisfaction
Marriage under 10 years
Polygamy

Article History:

Received : 4 Mei 2026
Revised : 11 Mei 2026
Accepted : 27 Mei 2026

Article Doi:

[10.22441/merpsy.v18i1.37857](https://doi.org/10.22441/merpsy.v18i1.37857)

Abstract:

This study investigates marital satisfaction among first wives in polygamous marriages lasting less than 10 years. Using a phenomenological qualitative approach, four first wives married under 10 years were interviewed in-depth. The analysis focused on communication, commitment, emotional closeness, role distribution, and economic conditions. Findings reveal that before polygamy, marriages were relatively stable with clear communication and expectations of long-term unity. After polygamy commenced, all participants reported decreased marital satisfaction, characterized by reduced emotional intimacy, trust, communication, and altered commitment meanings. Key factors contributing to this decline included the husband's lack of transparency, changed time and attention allocation, imbalanced domestic roles, and economic instability from supporting a second family. The subjects went through emotional stages of shock, rage, and disappointment. While the presence of children became the primary reason for all subjects to stay, religious values and social support became the primary reinforcing factors for NV, FT, and YT in maintaining their relationships. In order to minimize changes in marital quality and long-term emotional impacts, psychological preparedness, transparency, relational fairness, and psychosocial support are necessary. This study demonstrates that polygamy in marriage phases under ten years has the potential to disrupt previously established relational stability.

How to cite :

Rahmawati, Y., & Agustini. (2026). Gambaran kepuasan pernikahan pada istri pertama yang dipoligami (Studi pernikahan di bawah 10 tahun). *Merpsy Journal*. 18(1), 54-74. Doi: [10.22441/merpsy.v18i1.37857](https://doi.org/10.22441/merpsy.v18i1.37857)

Pendahuluan

Fenomena poligami kembali menarik perhatian publik, melalui kisah beberapa *content creator* yang menjalani poligami atas persetujuan istri pertama. Dalam berbagai media, pernikahan mereka ditampilkan sebagai relasi yang harmonis, di mana istri pertama bahkan berperan aktif mencarikan pasangan kedua demi menambah kebahagiaan keluarga (Ibad, 2023). Berbeda dengan kasus Abdullah Gymnastiar (Aa Gym), yang keputusannya untuk berpoligami justru memicu konflik rumah tangga, perceraian, dan penurunan citra publik. Puspafirdausi (2021) mengungkapkan poligami yang dilakukan oleh Aa Gym memberikan dampak psikologis yang mendalam bagi istri pertamanya karena tidak ada kesiapan mental maupun dukungan emosional yang memadai. Dua kasus ini menunjukkan bahwa praktik poligami dapat menimbulkan dampak yang sangat beragam, tergantung pada dinamika keluarga serta posisi sosial pelakunya.

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2024, menunjukkan bahwa praktik poligami juga muncul sebagai salah satu faktor penyebab perceraian, dengan jumlah kasus mencapai 849. Meskipun jumlahnya tidak sebesar faktor utama lainnya, poligami tetap menjadi isu sensitif yang berdampak pada stabilitas rumah tangga. Nurmila (2009) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa istri pertama dalam pernikahan poligami seringkali mengalami tekanan psikologis, merasa dikhianati, dan mengalami penurunan kepuasan pernikahan setelah suami mereka menikah lagi. Hal ini didukung oleh studi Al-Krenawi (2014) bahwa istri-istri dalam pernikahan poligami memiliki tingkat stres dan depresi yang lebih tinggi dibandingkan dengan istri dalam pernikahan monogami.

Barbara dan Chyntia (2016) menjelaskan bahwa pernikahan pada usia awal sering kali menghadirkan berbagai perubahan dalam hubungan pasangan. Hubungan yang sebelumnya terkesan lebih santai berubah menjadi ikatan resmi yang menuntut adanya tanggung jawab, negosiasi peran, dan penyesuaian dalam komunikasi. Tantangan yang kerap muncul meliputi disilusi pernikahan, ketidakcocokan harapan, hingga konflik terkait perbedaan tingkat komitmen antar pasangan.

Lasswell (2011) menegaskan bahwa lima tahun pertama pernikahan merupakan masa transisi dan adaptasi yang menentukan stabilitas pernikahan di masa depan. Ketika praktik poligami terjadi dalam periode ini, dampaknya terhadap kepuasan pernikahan pada istri pertama dapat mengganggu proses adaptasi yang seharusnya memperkuat hubungan justru bisa terganggu. Selain itu bagi istri pertama, kehadiran istri kedua dapat memicu ketidakstabilan emosional, kecemasan akan peran dan kedudukan dalam rumah tangga, serta menurunnya rasa aman dan tidak dihargai dalam hubungan. Situasi ini tidak hanya memperberat beban adaptasi, tetapi juga dapat menurunkan tingkat kepuasan pernikahan secara drastis. Rasa dikhianati, kurangnya dukungan emosional, serta konflik yang muncul akibat perubahan struktur dalam rumah tangga bisa menimbulkan masa transisi yang sangat kompleks dan penuh tekanan, yang akhirnya berdampak negatif pada kelangsungan pernikahan dan kesejahteraan psikologis istri pertama (Andika 2022).

Menurut Maryani (2018), istilah poligami sering terdengar namun tidak banyak masyarakat yang dapat menerima keadaan ini. Meskipun istri yang dipoligami menyatakan keikhlasannya terhadap keputusan suami untuk menikah lagi, pada kenyataannya mereka tetap mengalami perasaan cemburu. Hal ini disebabkan oleh fitrah manusia yang secara alami menginginkan cinta yang utuh dan eksklusif dari pasangannya, tanpa harus berbagi dengan pihak lain. Menurut Kartono (dalam Yuliantini dkk, 2008) hal ini disebabkan karena perasaan cintanya pada suami yang membuatnya tidak ingin dimadu atau dibagi cintanya dengan perempuan lain, kemudian merasa harga dirinya telah dilanggar oleh suami karena menikah lagi dengan perempuan lain. Selain itu, istri pertama merasa harga dirinya telah dihilangkan oleh suami karena menikah lagi dengan Perempuan lain.

Menurut Anggraini (2015) seorang istri yang telah memutuskan untuk menjalani kehidupan pernikahan poligami mau tidak mau harus menyesuaikan diri dengan kehidupan pernikahan baru mereka di mana suami bukan lagi hanya miliknya sendiri melainkan milik istri dari suaminya yang lain. Mereka harus rela berbagi dari segi waktu, perhatian, nafkah, dan harus siap dengan segala resiko yang mereka hadapi, termasuk pada kepuasan pernikahannya. Berikut hasil wawancara pada subjek pertama

seorang istri pertama usia 34 tahun yang suaminya berpoligami setelah 9 tahun menikah:

[...] *“Dengan pernikahan gue yang dari nol. Yang gak punya apa-apa. Terus tiba-tiba dapat perlakuan yang kayak gini. Di saat ekonomi dia lagi sedang agak membaik gitu ya. Itu kan nyakitin banget gitu kan.”*

[...] *“Aku kayak orang apa ya. Aku kayak takut gitu Bi. Aslinya tuh takut. Membahas ini lagi tuh takut. Ibarat luka tuh yang masih. luka tuh gak pernah kering ya. Aku tuh takut. Dengan jawaban-jawaban yang, yang bikin aku bakal kayak kemarin lagi gitu Bi. Jadi kejadian kemarin itu, ada yang gak bisa aku lupain itu ya, ya sakitnya gitu, sakit banget.”*

Hasil wawancara pada subjek kedua seorang istri pertama usia 42 tahun yang suaminya berpoligami setelah 7 tahun menikah:

[...] *“Gimana ya jadi nomor dua ya Oh bukan di nomor satu kan lagi, di nomor dua ini kayak anak-anak juga udah nggak terlalu diperhatiin jadi dia fokusnya ke yang muda*

[...] *“anak aja sampe ngomong begini “mama makasih ya udah berperan sebagai mama sekaligus jadi papa walaupun papa masih ada” tuh anak ampe ngomong begitu jadi seolah nih, oh iya jadi aku ada dua peran, peran bapak iya, peran seorang ibu juga iya, sedih ya”*

Pada aspek komunikasi subjek menyampaikan bahwa subjek dan suami masih berkomunikasi, namun sempat ada pertengkaran,

[...] *“Iya orang dulu sempat perang gegara apa ya salah paham, perang juga di WA sama yang ono ya terus kayaknya sih kalau suami kayak ngebela dia, ya wajarlah ya namanya baru sekarang kan udah enggak, ibaratnya mau perang pun juga pun buat apa udah ga aku ladinin”*

Pada aspek ekonomi subjek menyampaikan bahwa kondisi keuangan keluarganya mengalami kesulitan setelah suaminya berpoligami dan memiliki anak dengan istri kedua,

[...] *terus semenjak dia, dia punya anak itu keuangan makin merosot ya yang tadi kita dikasih ibarat tiap bulan atau apa sekarang itu harus diminta sebenarnya sih diminta itu semenjak dia punya anak satu ya selalu kita minta kalau kita gak minta dengan alasan “belum ada duit sabar ya ma” begitu, kata aku “iya”. Kalau kitanya gak minta ya gak bakal dikasih, begitu*

Kedua subjek menunjukkan adanya penurunan kualitas komunikasi dengan suami setelah praktik poligami terjadi, yang ditandai dengan berkurangnya

keterbukaan dan meningkatnya konflik. Selain itu, kedua subjek juga mengalami perubahan peran dalam rumah tangga, di mana istri pertama merasakan peningkatan beban tanggung jawab serta pergeseran posisi dalam keluarga. Dari aspek ekonomi, muncul persepsi ketidakadilan dalam pembagian nafkah dan perhatian. Secara emosional, kedua subjek menunjukkan adanya luka psikologis yang belum terselesaikan, rasa tidak aman, serta perasaan tersisih dari hubungan pernikahan.

Penelitian Mariyati (2011) juga menunjukkan bahwa istri pertama yang dipoligami cenderung mengalami penurunan kepuasan pernikahan, terutama dalam aspek komunikasi, resolusi konflik, dan hubungan seksual. Penelitian Munro dan Khambhaita (2018) menemukan bahwa meskipun beberapa keluarga poligami dapat berfungsi dengan harmonis, namun juga poligami seringkali menimbulkan stress kronis pada istri pertama yang dapat berdampak pada kesehatan mental dan fisik mereka. Hal ini semakin kompleks ketika poligami terjadi pada fase awal pernikahan di mana ikatan emosional dan pola relasi antara suami-istri pertama belum sepenuhnya matang dan stabil.

Faizah (2018) mengungkapkan bahwa penurunan kepuasan pernikahan pada istri pertama dapat mencapai angka 45–60%, terutama apabila praktik poligami dilakukan tanpa persetujuan atau komunikasi yang efektif antara pasangan. Permasalahan yang muncul akibat praktik poligami, khususnya dalam pernikahan yang belum mencapai usia sepuluh tahun memiliki permasalahan berbagai aspek. Dari segi psikologis, istri pertama cenderung mengalami gejala gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan penurunan harga diri (Slonim-Nevo & Al-Krenawi, 2006). Dari aspek ekonomi, pembagian nafkah secara tidak proporsional seringkali menjadi sumber konflik dalam rumah tangga (Nurmila, 2009). Sementara itu, secara sosial, istri pertama kerap menghadapi stigma negatif dan tekanan dari lingkungan sekitar (Rosyidah & Napsiyah, 2019). Selain itu, Munro dan Khambhaita (2018) menyatakan bahwa praktik poligami meningkatkan risiko masalah psikososial, baik pada istri maupun anak-anak, termasuk kecemasan dan gangguan perilaku. Istri pertama juga dilaporkan mengalami penurunan dalam kualitas hubungan intim dengan suami, berkurangnya waktu kebersamaan, serta perubahan dalam dinamika pengambilan keputusan dalam

keluarga.

Secara konseptual, kepuasan pernikahan merupakan evaluasi subjektif individu terhadap kualitas hubungan yang dijalani. Papalia, Olds, dan Feldman (2009) menjelaskan bahwa kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh beberapa faktor utama, yaitu komunikasi, komitmen, kesetaraan peran, kedekatan emosional, dan kondisi ekonomi keluarga. Pasangan yang mampu membangun komunikasi yang efektif, mempertahankan komitmen, menjalankan peran secara seimbang, serta memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga cenderung memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih tinggi. Sebaliknya, konflik yang berkepanjangan, ketidakadilan peran, dan menurunnya kualitas interaksi dapat menyebabkan penurunan kepuasan pernikahan.

Dalam konteks pernikahan poligami, perubahan struktur keluarga sering kali mempengaruhi kualitas hubungan antara suami dan istri pertama. Harahap dan Lestari (2021) menjelaskan bahwa komunikasi, keadilan dalam pembagian peran, serta pemenuhan kebutuhan emosional merupakan faktor penting yang menentukan kepuasan pernikahan pada istri pertama dalam keluarga poligami. Ketika suami menikah lagi, istri pertama berpotensi mengalami perubahan dalam perhatian, waktu, dan sumber daya keluarga yang dapat mempengaruhi persepsi terhadap kualitas pernikahannya.

Fenomena tersebut juga dapat dijelaskan melalui *Attachment Theory* yang dikemukakan oleh Bowlby (1980). Menurut teori ini, hubungan pernikahan merupakan bentuk *attachment* pada masa dewasa yang didasarkan pada rasa aman, kepercayaan, dan kedekatan emosional. Individu yang merasa dicintai dan dihargai oleh pasangan akan mengembangkan *secure attachment* yang mendukung kesejahteraan psikologis dan kualitas hubungan. Sebaliknya, ketika muncul pengalaman yang dianggap mengancam hubungan, seperti praktik poligami yang tidak dikomunikasikan secara terbuka, individu dapat mengalami kecemasan, rasa kehilangan, perasaan ditolak, dan ketidakamanan emosional yang berdampak pada menurunnya kepuasan pernikahan.

Selain itu, pengalaman menghadapi poligami juga dapat dipahami melalui *Stress and Coping Theory* yang dikembangkan oleh Lazarus dan Folkman (1984). Teori ini menjelaskan bahwa individu akan melakukan penilaian terhadap suatu peristiwa

sebagai ancaman, tantangan, atau kondisi yang dapat diatasi. Ketika poligami dipersepsikan sebagai ancaman terhadap stabilitas keluarga dan hubungan pernikahan, maka individu akan mengalami tekanan psikologis dan berusaha mengembangkan strategi *coping* untuk mengatasinya. Strategi *coping* tersebut dapat berupa dukungan sosial, pendekatan religius, pencarian bantuan profesional, maupun penerimaan terhadap situasi yang dihadapi.

Lebih lanjut, *Investment Model Theory* dari Rusbult (1998) juga dapat menjelaskan alasan sebagian besar istri tetap mempertahankan pernikahannya meskipun mengalami ketidakpuasan. Keberadaan anak, lamanya hubungan yang telah dijalani, investasi emisional, serta nilai agama menjadi menjadi faktor yang membuat para istri tetap bertahan dalam pernikahan. Dengan kata lain, keputusan bertahan tidak selalu didasarkan pada tingginya kepuasan pernikahan, tetapi juga pada besarnya investasi yang telah diberikan dalam hubungan tersebut (Rusbult, et al., 1980).

Teori Keadilan (*Equity Theory*) yang dikemukakan oleh Adams (1965) menjelaskan bahwa kepuasan individu dalam suatu hubungan ditentukan oleh persepsi mengenai keseimbangan antara kontribusi yang diberikan dan imbalan yang diterima. Dalam hubungan pernikahan, keseimbangan tersebut dapat berupa pembagian perhatian, kasih sayang, waktu, dukungan emosional, serta pemenuhan kebutuhan ekonomi. Apabila individu merasa bahwa kontribusi yang diberikan lebih besar dibandingkan manfaat yang diperoleh, maka akan muncul perasaan tidak adil yang dapat menimbulkan ketidakpuasan dalam hubungan.

Dalam konteks pernikahan poligami, istri pertama sering kali menghadapi perubahan dalam distribusi perhatian, waktu, dan sumber daya keluarga setelah suami menikah lagi. Kondisi ini dapat menimbulkan persepsi ketidakadilan karena istri pertama merasa hak-haknya sebagai pasangan tidak lagi terpenuhi secara optimal. Perasaan diperlakukan tidak adil tersebut berpotensi memunculkan konflik emosional, kecemburuan, kekecewaan, dan penurunan kepuasan pernikahan. Oleh karena itu, *Equity Theory* dapat digunakan untuk menjelaskan bagaimana persepsi ketidakadilan dalam hubungan poligami memengaruhi kepuasan pernikahan pada istri pertama.

Pada *Family Systems Theory* yang dikembangkan oleh Bowen (1978) menjelaskan bahwa keluarga merupakan suatu sistem yang terdiri dari individu-individu yang saling berhubungan dan saling memengaruhi satu sama lain. Setiap perubahan yang terjadi pada salah satu anggota keluarga akan berdampak pada keseluruhan sistem keluarga. Oleh karena itu, keseimbangan dan stabilitas keluarga sangat dipengaruhi oleh pola interaksi, komunikasi, serta kemampuan anggota keluarga dalam beradaptasi terhadap perubahan.

Dalam pernikahan poligami, masuknya istri kedua menyebabkan perubahan struktur dan dinamika keluarga yang sebelumnya telah terbentuk. Perubahan tersebut dapat mempengaruhi pola komunikasi, pembagian peran, hubungan emosional, serta pengambilan keputusan dalam keluarga. Istri pertama sering kali mengalami perubahan posisi dan peran dalam keluarga yang dapat menimbulkan tekanan psikologis serta kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan kondisi baru. Berdasarkan *Family Systems Theory*, praktik poligami tidak hanya mempengaruhi hubungan antara suami dan istri pertama, tetapi juga berdampak pada keseluruhan sistem keluarga, termasuk anak-anak dan hubungan antar anggota keluarga lainnya. Dengan demikian, teori ini dapat membantu menjelaskan perubahan kepuasan pernikahan yang dialami istri pertama setelah terjadinya poligami.

Metode

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif fenomenologi. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 4 (empat) orang, dimana setiap subjek harus memenuhi kriteria yang sudah ditentukan oleh peneliti (purposive sampling).

Dalam penelitian ini, Teknik pengumpulan data yang dianggap tepat dan menghasilkan data yang dibutuhkan yaitu melalui wawancara mendalam kepada narasumber dan juga significant Others (SO). Adapun jenis wawancara yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur, dimana peneliti menggunakan pedoman wawancara yang sudah dibuat sebagai acuan, namun tidak mengikat peneliti untuk mengajukan pertanyaan secara kaku. Instrumen penelitian yang digunakan dalam

penelitian ini, yaitu pedoman wawancara, informed consent, dan alat perekam (recorder).

Peneliti melakukan pengolahan dan analisa data, mulai dari menyusun verbatim wawancara, memberikan kode data yang berhubungan dan mengorganisasikan data secara sistematis. Adapun validasi data yang digunakan pada penelitian ini adalah validasi data sumber yaitu dengan melakukan wawancara kepada dua orang terdekat dari masing-masing narasumber sebagai significant others (SO).

H a s i l

Dari hasil wawancara yang dilakukan, ditemukan identitas dari ke empat subjek yang bervariasi. Mayoritas beragama islam dan salah satunya beragama Budha, berdomisii di Tangerang dan Jakarta, dengan usia dan latar belakang sosial-ekonomi yang bervariasi. Sebagian besar berprofesi ibu rumah tangga dan satu sebagai karyawan.

Berikut ini rincian data masing masing narasumber dari hasil wawancara:

Table 1.

Identitas Subjek

Identitas Subjek	FT	IK	NV	YT
Jenis Kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Usia	35 tahun	40 tahun	34 tahun	39
Agama	Islam	Islam	Islam	Budha
Pendidikan	S1	SMA	S1	SMA
Lama menikah	7th 3bln	9th 5bln	6th 8bln	9th 8bln
Pekerjaan	IRT	IRT	Marketing	IRT
Alamat	Tangerang	Jakarta	Tangerang	Tangerang
Di Poligami Usia Pernikahan ke	5 tahun	8 tahun	6 tahun	7 tahun
Status tinggal	Berpisah rumah dengan suami	Berpisah rumah dengan suami	Berpisah rumah dengan suami	Berpisah rumah dengan suami
Jumlah anak	1	2	0	2
Usia suami	38 tahun	44 tahun	34 tahun	45 tahun
Pekerjaan Suami	Teknisi	Petugas PLN	EO	Pengusaha

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, ditemukan beberapa tema utama yang menggambarkan kepuasan pernikahan pada istri pertama yang dipoligami dengan masa pernikahan di bawah 10 tahun. Tema-tema tersebut akan dijelaskan secara rinci beserta kutipan dari partisipan untuk memberikan gambaran yang lebih autentik tentang pengalaman mereka. Menurut Papalia, Olds, dan Feldman (2009) menyebutkan beberapa faktor yang mempengaruhi kepuasan pernikahan, di antaranya: komunikasi yang efektif, komitmen, kesetaraan peran dan faktor ekonomi.

Subjek FT

FT, perempuan 35 tahun, mengalami perubahan kualitas pernikahan setelah lima hingga enam tahun, ditandai oleh perubahan perilaku suami yang mulai dicurigai sejak tahun kelima, diperkuat oleh informasi sosial, hingga mengakui pernikahan ganda oleh suami sendiri. Kejadian ini menimbulkan stres emosional, kesepian, dan beban psikososial yang berat, terutama dalam konteks peran sebagai ibu tunggal di sisi ekonomi dan emosional. Meskipun komunikasi tetap berlangsung dalam aspek perencanaan anak, kualitas hubungan menurun akibat perhatian suami yang terbagi. FT mempertahankan pernikahan demi keberlanjutan ikatan keluarga dan kesejahteraan anak, sambil mengandalkan nilai agama sebagai mekanisme koping. Ia mengharapkan kehadiran suami secara emosional dan praktis sebagai bentuk dukungan paternal yang utuh, bukan semata-mata ekonomi.

Subjek IK

IK, seorang perempuan yang telah menjalani pernikahan lama, mengalami perubahan dalam hubungan setelah mengetahui suaminya menikah lagi. Pada awalnya, pernikahannya berjalan harmonis dengan peran domestik IK yang dominan dan suami sebagai pencari nafkah. Perubahan perilaku suami yang lebih tertutup menimbulkan kecurigaan hingga akhirnya terungkap pernikahan ganda tersebut. Kondisi ini menimbulkan beban emosional kompleks, termasuk rasa kaget, sakit hati, dan campur aduk perasaan, namun IK berusaha menerima keadaan demi anak-anak dan nilai agama

Komunikasi dalam rumah tangga berkurang intensitas dan keterbukaannya, lebih banyak bersifat fungsional. IK tetap menjalankan peran domestik dan mengatur keuangan dengan lebih ketat akibat pembagian penghasilan suami. Ia bertahan dalam pernikahan dengan harapan menjaga keutuhan keluarga dan menjalani prosesnya dengan kesabaran dan dukungan spiritual.

Subjek NV

NV, perempuan berusia 34 tahun yang menikah selama kurang lebih enam tahun, menggambarkan pernikahannya sebagai hubungan yang penuh dinamika dengan karakter patriarki dari suami. Perubahan signifikan terjadi saat NV mengetahui suaminya menikah lagi tanpa pemberitahuan, yang memicu stres berat dan gangguan emosional. NV berperan dominan dalam urusan rumah tangga dan keuangan keluarga, termasuk menutupi kekurangan penghasilan suami. Komunikasi dalam pernikahan sudah terbatas dan semakin menurun pasca poligami, diperparah dengan kurangnya respons dari suami dan campur tangan negatif keluarga suami. Meskipun merasa kecewa dan sakit hati karena pelanggaran komitmen, NV masih bertahan dengan harapan adanya kejujuran dan kesadaran dari suami. Ia mencari dukungan profesional dan spiritual sebagai mekanisme koping menghadapi situasi ini.

Subjek YT

YT, perempuan berusia 49 tahun yang telah menikah lama dan memiliki dua anak, awalnya menjalani pernikahan yang harmonis tanpa kecurigaan berarti. Namun, ia mengalami guncangan emosional berat setelah mengetahui suaminya menikah lagi tanpa sepengetahuannya, yang memicu rasa sakit hati, kekecewaan, dan perubahan persepsi terhadap komitmen pernikahan. Secara komunikasi, hubungan dengan suami berjalan fungsional tanpa kedekatan emosional, dengan YT mengedepankan kestabilan demi anak-anak. Dalam peran domestik, YT memikul hampir seluruh tanggung jawab rumah tangga, sementara suami tetap memberikan nafkah meski kondisi finansial menurun setelah poligami. Secara sosial, YT menghadapi rasa malu namun memilih untuk fokus pada kesejahteraan rumah tangga dan psikologis anak, tanpa membangun hubungan dengan istri kedua.

Tabel 2.

Perbandingan Antar Kasus

Dimensi	Subjek FT	Subjek IK	Subjek NV	Subjek YT
Komunikasi	Masih terjalin, namun canggung, terbatas, dan lebih banyak melalui telepon dengan fokus pada anak.	Jarang berkomunikasi, cenderung menghindari, dan tidak ada penyelesaian konflik. Hubungan terasa saling tidak peduli.	Frekuensi menurun dan lebih banyak melalui media daring. Cenderung menghindari konflik dan meminta bantuan adik untuk menjembatani masalah.	Tidak puas karena merasa tergeser sebagai istri pertama dan kehilangan perhatian suami serta kedekatan dengan anak.
Komitmen	Awalnya kuat dan sejalan, tetapi goyah setelah poligami. FT tetap bertahan demi anak-anak dan menjaga figur ayah bagi mereka.	Menganggap komitmen telah dilanggar suami. Bertahan semata-mata demi anak, bukan karena cinta atau alasan agama.	NV menunjukkan komitmen tinggi dan tetap setia. Namun suami dinilai melanggar komitmen dengan menikah lagi.	Bertahan demi anak-anak. Cinta terhadap suami diakui telah hilang, digantikan oleh tanggung jawab keluarga.
Kesetaraan peran	Pembagian peran tradisional (suami pencari nafkah, istri mengurus rumah). Beban domestik lebih banyak ditanggung FT tanpa banyak bantuan suami.	Pembagian peran tradisional, namun IK sempat menanggung hampir semua peran termasuk mencari nafkah. Setelah konflik, lebih fokus pada anak dan pengembangan diri.	Menanggung sebagian besar tanggung jawab domestik dan juga bekerja. Suami berpandangan patriarkis dan minim keterlibatan domestik.	Menjalankan hampir seluruh peran domestik dan pengasuhan, bahkan berperan ganda sebagai ibu sekaligus figur ayah.

Ekonomi	Kondisi ekonomi menjadi pas-pasan karena pendapatan suami harus dibagi ke dua rumah tangga.	Pernah membantu ekonomi keluarga sejak awal. Peningkatan ekonomi suami tidak memberi kepuasan karena dibarengi masalah rumah tangga.	NV mengelola keuangan, menutupi kekurangan penghasilan suami, bahkan membayar utang. Penghasilan NV lebih besar dan menopang keluarga.	Kondisi ekonomi menurun setelah poligami. Pemasukan berkurang dan sumber daya terbagi ke rumah tangga kedua.
Emosional	Mengalami marah, kecewa, kesepian, dan stres. Mengelola emosi melalui pendekatan spiritual (doa, sholat) dan aktivitas pengalihan seperti membaca.	Mengalami depresi, trauma, kehilangan semangat, mudah menangis, dan luka batin yang mendalam. Kondisi mulai membaik namun masih sensitif terhadap pemicu.	Mengalami kekecewaan, kesedihan, rasa tidak berharga. Mendapat bantuan psikolog, dukungan ibu, dan keluarga untuk menjaga ketahanan emosional.	Mengalami marah, kecewa, sakit hati, hingga mati rasa. Dukungan sosial dan kegiatan keagamaan membantu pemulihan mental.
Sumber Dukungan	Mendapat dukungan dari teman, tetapi keluarga kurang mendukung keputusannya bertahan.	Dukungan utama dari sahabat/orang terdekat. Dukungan suami sangat minim.	Dukungan kuat dari ibu dan keluarga besar, meski ada pengalaman pengucilan sosial.	Mendapat dukungan dari teman, keluarga, dan sebagian kerabat suami, meski ada pihak yang bersikap negatif.

Nilai Agama	Agama menjadi landasan utama untuk bersabar, menerima keadaan, dan mempertahankan pernikahan demi anak.	Ibadah, doa, dan istikharah menjadi sumber kekuatan batin dan ketahanan psikologis.	Doa dan kesabaran menjadi pegangan utama dalam mempertahankan kestabilan psikologis.	Ajaran Buddha dan kebaktian di vihara menjadi sumber kekuatan batin, membantu menemukan ketenangan dan makna hidup.
-------------	---	---	--	---

Diskusi

Hasil penelitian mengenai kepuasan pernikahan pada istri pertama dalam pernikahan poligami menunjukkan adanya variasi pengalaman di antara subjek (FT, IK, NV, dan YT). Secara umum, keempat subjek mengalami penurunan kepuasan pernikahan setelah adanya praktik poligami. Hal ini sejalan dengan teori Papalia, Olds, dan Feldman (2009) yang menyatakan bahwa kepuasan pernikahan dipengaruhi oleh komunikasi, komitmen, kesetaraan peran, dan faktor ekonomi. Pada kasus istri pertama poligami, keempat faktor tersebut menunjukkan dinamika yang kompleks serta berbeda antar subjek.

Pertama, dari segi komunikasi, sebagian besar subjek melaporkan menurunnya kualitas komunikasi dengan suami setelah adanya poligami. FT dan IK cenderung mengalami komunikasi yang terbatas bahkan sering terhambat, sementara NV dan YT lebih mampu menyesuaikan diri meskipun intensitas komunikasi tidak sebaik sebelum poligami. Temuan ini konsisten dengan penelitian Amato & Previti (2003) yang menekankan bahwa komunikasi yang buruk menjadi salah satu prediktor rendahnya kepuasan pernikahan.

Kedua, pada aspek komitmen, seluruh subjek mengalami kekecewaan terhadap pelanggaran komitmen yang dilakukan suami melalui praktik poligami. FT dan IK mengekspresikan bahwa komitmen pernikahan yang awalnya kuat menjadi hancur, sehingga kepuasan mereka menurun drastis. Namun, IK, NV, dan YT tetap memilih

bertahan dalam pernikahan dengan alasan anak maupun nilai agama. Hal ini menunjukkan bahwa komitmen pada istri pertama poligami tidak lagi berorientasi pada pasangan, melainkan bergeser pada komitmen terhadap anak dan keluarga.

Ketiga, terkait kesetaraan peran, keempat subjek mengungkapkan adanya ketimpangan peran dalam rumah tangga. Beban domestik lebih banyak dipikul oleh istri, sementara suami berperan utama sebagai pencari nafkah. FT dan IK menilai kondisi ini tidak adil, sedangkan NV dan YT cenderung menerima pembagian peran tersebut sebagai hal yang wajar. Hal ini sesuai dengan pandangan Olson & Fowers (1993) bahwa kesetaraan peran merupakan faktor penting yang menentukan kepuasan pernikahan, sehingga ketika kesetaraan tidak terpenuhi, kepuasan pernikahan akan menurun.

Keempat, dari sisi ekonomi, sebagian besar subjek (FT, IK, dan NV) menyatakan adanya penurunan kondisi finansial akibat suami harus membagi penghasilan untuk lebih dari satu keluarga. Kondisi ini memperburuk ketidakpuasan pernikahan karena kebutuhan rumah tangga tidak lagi sepenuhnya terpenuhi. Namun, YT menanggapi persoalan ekonomi dengan lebih pasrah, meskipun juga menyadari adanya keterbatasan dalam pemenuhan kebutuhan.

Kelima, pada aspek emosional, seluruh subjek mengalami dampak psikologis berupa kesedihan, kekecewaan, kemarahan, hingga stres akibat praktik poligami. FT dan IK bahkan menunjukkan gejala psikologis yang lebih berat, seperti rasa terpukul, kesepian, dan trauma. Sementara NV dan YT mampu lebih cepat melakukan penyesuaian dengan mengandalkan dukungan sosial maupun religiusitas. Hal ini sejalan dengan teori *coping strees* (Lazarus & Folkman, 1984) yang menjelaskan bahwa individu yang mampu mengelola stres dengan strategi adaptif, seperti pendekatan spiritual atau dukungan sosial, akan lebih mudah mencapai penerimaan terhadap kondisi sulit.

Secara umum, diskusi ini menunjukkan bahwa kepuasan pernikahan pada istri pertama dalam poligami cenderung menurun. Namun, terdapat variasi antar subjek yang dipengaruhi oleh mekanisme coping, tingkat religiusitas, dukungan sosial, serta makna pernikahan yang diinternalisasi. FT dan IK menunjukkan kepuasan pernikahan

yang rendah karena dominasi perasaan negatif dan hilangnya kepercayaan pada pasangan. Sebaliknya, NV dan YT lebih mampu menampilkan kepuasan relatif stabil melalui penerimaan, dukungan keluarga, dan nilai agama yang mereka anut.

Kondisi ini dapat memberikan dampak psikologis yang lebih besar dibandingkan apabila poligami terjadi pada fase pernikahan yang lebih matang. Dalam perspektif perkembangan keluarga, usia pernikahan di bawah 10 tahun termasuk dalam fase awal hingga menengah pernikahan, yaitu periode ketika pasangan masih berada pada tahap membangun fondasi hubungan, stabilitas emosional, pola komunikasi, pembagian peran, serta rasa aman dalam ikatan pernikahan. Pada fase ini, pasangan umumnya masih mengembangkan kelekatan emosional, kepercayaan, dan komitmen jangka panjang terhadap pasangan (Papalia, Olds, & Feldman, 2009).

Ketika poligami terjadi pada periode tersebut, proses pembentukan stabilitas relasi menjadi terganggu karena istri pertama belum sepenuhnya mencapai rasa aman dan kepastian dalam hubungan. Hal ini tampak pada keempat subjek penelitian yang menunjukkan munculnya perasaan kehilangan, ketidakamanan emosional, serta menurunnya kepercayaan terhadap pasangan setelah mengetahui adanya pernikahan kedua. FT dan IK, misalnya, menunjukkan respons emosional yang lebih intens berupa stres, trauma, kesepian, hingga hilangnya makna hubungan romantis dengan pasangan. Secara teoritis, kondisi ini dapat dijelaskan melalui teori attachment dari Bowlby (1980), yang menyatakan bahwa hubungan pernikahan merupakan bentuk attachment dewasa yang membutuhkan rasa aman, kepercayaan, dan konsistensi emosional. Ketika pasangan melakukan poligami pada fase awal perkembangan pernikahan, rasa aman tersebut menjadi terganggu sehingga memunculkan kecemasan, rasa ditolak, dan ketidakstabilan emosional.

Secara psikologis, poligami yang terjadi pada fase awal pernikahan juga berpotensi lebih melukai makna idealisasi pernikahan. Pada umumnya, pasangan pada usia pernikahan di bawah 10 tahun masih memiliki ekspektasi tinggi mengenai hubungan romantis, kesetiaan, dan kebersamaan dengan pasangan. Ketika ekspektasi tersebut dilanggar melalui poligami, muncul *discrepancy* atau kesenjangan antara harapan dan realitas pernikahan yang dapat menurunkan marital satisfaction secara

signifikan. Hal ini tampak pada seluruh subjek yang merasa komitmen pernikahan telah rusak dan hubungan tidak lagi utuh seperti sebelumnya. Dalam teori *cognitive appraisal* dari Lazarus dan Folkman (1984), kondisi tersebut dipersepsikan sebagai ancaman terhadap kesejahteraan diri dan kestabilan keluarga sehingga memicu respons stres emosional yang kuat.

Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan adanya variasi kemampuan adaptasi psikologis antar subjek. NV dan YT tampak lebih mampu mencapai penerimaan dibanding FT dan IK. Perbedaan ini menunjukkan bahwa dampak psikologis poligami tidak hanya dipengaruhi oleh waktu terjadinya poligami dalam usia pernikahan, tetapi juga oleh faktor coping, dukungan sosial, religiusitas, dan makna subjektif terhadap pernikahan. Individu yang memiliki dukungan sosial kuat dan strategi coping religius cenderung lebih mampu menurunkan tekanan psikologis dan membangun penerimaan terhadap kondisi yang dialami.

Temuan penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Mawardah dan Rostanti (2019) yang menemukan bahwa istri pertama dalam pernikahan poligami cenderung mengalami penurunan kesejahteraan psikologis akibat munculnya perasaan kehilangan, kecemburuan, penolakan, dan ketidakpastian terhadap masa depan hubungan pernikahan. Kondisi tersebut terlihat pada seluruh subjek penelitian yang menunjukkan respons emosional berupa kesedihan, kemarahan, kekecewaan, hingga perasaan tidak berharga setelah mengetahui adanya pernikahan kedua yang dilakukan suami. Keadaan ini menunjukkan bahwa praktik poligami tidak hanya memengaruhi kualitas hubungan pernikahan, tetapi juga berdampak pada kesehatan psikologis individu.

Hasil penelitian ini juga mendukung temuan Kurniati dan Prabowo (2021) yang menjelaskan bahwa kebahagiaan pernikahan pada istri pertama dalam keluarga poligami dipengaruhi oleh kemampuan menerima keadaan, kualitas hubungan dengan pasangan, religiusitas, dan dukungan sosial. Pada penelitian ini, NV dan YT menunjukkan kemampuan adaptasi yang lebih baik dibandingkan FT dan IK karena

memperoleh dukungan keluarga yang kuat serta memiliki keyakinan agama yang membantu mereka memaknai pengalaman poligami secara lebih konstruktif.

Selanjutnya, penelitian Puspitawati dan Azizah (2018) menunjukkan bahwa praktik poligami berpotensi menurunkan kesejahteraan keluarga melalui perubahan distribusi sumber daya ekonomi, perhatian, dan waktu yang diberikan suami kepada masing-masing keluarga. Temuan tersebut sejalan dengan pengalaman FT, IK, dan YT yang merasakan adanya penurunan kondisi ekonomi setelah suami menjalani poligami. Berkurangnya sumber daya ekonomi yang diterima keluarga pertama menjadi salah satu faktor yang memperkuat ketidakpuasan pernikahan dan meningkatkan tekanan psikologis pada istri pertama.

Dalam perspektif perkembangan keluarga, temuan penelitian ini mendukung hasil penelitian Lavner dan Bradbury (2020) yang menjelaskan bahwa sepuluh tahun pertama pernikahan merupakan periode yang sangat menentukan bagi pembentukan stabilitas hubungan jangka panjang. Ketika gangguan besar seperti poligami terjadi pada fase tersebut, kualitas hubungan suami-istri berisiko mengalami penurunan karena pasangan masih berada dalam proses membangun kepercayaan, kedekatan emosional, dan pola komunikasi yang stabil. Hal ini terlihat pada seluruh subjek yang mengalami perubahan signifikan dalam persepsi terhadap komitmen dan kualitas hubungan setelah praktik poligami terjadi.

Penelitian Lawrence, Rothman, Cobb, dan Bradbury (2018) juga menemukan bahwa konflik yang muncul pada sepuluh tahun pertama pernikahan memiliki pengaruh yang kuat terhadap kualitas hubungan dan kepuasan pernikahan pada tahun-tahun berikutnya. Dalam penelitian ini, praktik poligami menjadi pemicu munculnya konflik interpersonal, ketidakpercayaan, serta meningkatnya jarak emosional antara suami dan istri pertama. Kondisi tersebut memperkuat temuan bahwa konflik yang tidak terselesaikan dapat mengurangi kualitas hubungan dan meningkatkan risiko ketidakpuasan pernikahan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga dapat dijelaskan melalui konsep resiliensi keluarga yang dikemukakan oleh Walsh (2021). Walsh menjelaskan bahwa keluarga yang mampu bertahan dalam kondisi sulit umumnya memiliki sistem keyakinan yang kuat, dukungan sosial yang memadai, serta kemampuan untuk membangun makna positif dari pengalaman yang dialami. Pada penelitian ini, religiusitas, dukungan keluarga, serta fokus pada kesejahteraan anak menjadi faktor protektif yang membantu subjek bertahan menghadapi tekanan akibat poligami. Temuan ini menunjukkan bahwa resiliensi keluarga berperan penting dalam mengurangi dampak psikologis negatif yang muncul akibat perubahan struktur keluarga.

Kesimpulan

Sepuluh tahun pertama pernikahan merupakan fase rentan yang melibatkan proses adaptasi peran, pembentukan komunikasi, stabilisasi ekonomi, serta penyesuaian relasi akibat kehadiran anak dan keluarga besar. Dalam konteks pernikahan poligami, kompleksitas ini meningkat bagi istri pertama yang menghadapi tantangan tambahan seperti pembagian perhatian suami, perasaan ketidakadilan, dan perubahan makna komitmen, sehingga kepuasan pernikahan cenderung fluktuatif, terutama pada aspek komunikasi, afeksi, dan dukungan emosional. Faktor-faktor kunci yang memengaruhi kepuasan adalah komunikasi efektif, komitmen, pembagian peran yang adil, serta dukungan sosial. Sebagian besar subjek mengalami ketidakpuasan akibat pelanggaran komitmen poligami, meskipun beberapa tetap mempertahankan hubungan dengan fokus pada anak dan kestabilan keluarga. Minimnya komunikasi dan ketidakseimbangan peran memperburuk kepuasan pernikahan. Selain itu, agama dan dukungan keluarga berperan penting sebagai mekanisme koping, memberikan pijakan spiritual dan penguatan emosional yang membantu istri pertama memaknai poligami secara positif dan menjaga kesejahteraan mental dalam dinamika pernikahan yang kompleks.

Saran

Diperlukan ruang emosional melalui konseling, komunitas dukungan, dan pendampingan religius. Komunikasi asertif perlu dilatih untuk menyampaikan

kebutuhan pribadi dan batasan peran untuk istri pertama. Suami harus membangun transparansi dan sistem pembagian waktu, perhatian, serta nafkah yang adil dan terstruktur. Konselor dan pendampingan dapat berfokus pada kesejahteraan individu, membangun makna baru, memperkuat harga diri, dan menggunakan pendekatan yang sensitif terhadap nilai agama dan budaya.

Daftar Pustaka

- Adams, J. S. (1965). *Inequity in social exchange*. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol. 2, pp. 267–299). New York: Academic Press.
- Andika, D. (2022). Analisis dampak poligami siri terhadap keharmonisan keluarga poligami perspektif hukum keluarga Islam (Studi di Kampung Gunung Batin Udik Kecamatan Terusan Nunyai Kabupaten Lampung Tengah) (Skripsi Sarjana, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung). UIN Raden Intan Lampung Repository.
- Bowen, M. (1978). *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss: Vol. 3. Loss: Sadness and Depression*. New York: Basic Books.
- Faizah, S. N. (2018). Poligami: Kajian Psikologis dan Gender. Malang: UIN-Maliki Press.
- Harahap, D., & Lestari, S. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepuasan Pernikahan Istri Pertama dalam Struktur Poligami. *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 23(1), 47–61.
- Ibad, S. (2023, Maret 18). Kisah poligami keluarga Mat Peci, nyata tanpa drama! Hidup bahagia dengan 2 istri. Radar Pekalongan.
- Kurniati, N., & Prabowo, H. (2021). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kebahagiaan Pernikahan Istri Pertama dalam Pernikahan Poligami di Indonesia. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 8(1), 56–73.
- Lavner, J. A., & Bradbury, T. N. (2020). *Trajectories of Marital Satisfaction Over the First 10 Years of Marriage*. *Journal of Marriage and Family*, 82(1), 184–202.
- Lawrence, E., Rothman, A. D., Cobb, R. J., & Bradbury, T. N. (2018). *Marital Aggression During the First 10 Years of Marriage: Developmental Trajectories and Individual Differences*. *Journal of Family Psychology*, 32(1), 1–12.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Mawardah, M., & Rostanti, S. R. (2019). Kesejahteraan Psikologis Istri Pertama dalam Pernikahan Poligami. *Jurnal Ilmiah Psyche*, 12(2), 79–91.
- Munro, A., & Khambhaita, P. (2018). *Polygyny and child health*. London: Oxford University Press.
- Nurmila, N. (2009). *Women, Islam and everyday life: Renegotiating polygamy in Indonesia*. London: Routledge.

- Papalia, D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2009). (*Human Development*). New York: McGraw-Hill.
- Puspafirdausi, F. A. (2021, April 1). Luka batin Teh Ninih setelah Aa Gym poligami pada 2006, sempat kunjungi psikolog, alami kekecewaan. *TribunJabar.id*.
- Puspitawati, H., & Azizah, Y. (2018). *Pola Praktik Poligami dan Dampaknya terhadap Kesejahteraan Keluarga*. *Jurnal Ilmu Keluarga dan Konsumen*, 11(1), 1–12.
- Rosyidah, I., & Napsiyah, S. (2019). Keluarga sakinah dalam pertautan pernikahan poligami. *Jurnal Studi Gender*, 11(2), 101-120.
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test of the Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172–186. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Rusbult, C. E. (1980). Commitment and Satisfaction in Romantic Associations: A Test of the Investment Model. *Journal of Experimental Social Psychology*, 16(2), 172–186. [https://doi.org/10.1016/0022-1031\(80\)90007-4](https://doi.org/10.1016/0022-1031(80)90007-4)
- Rusbult, C. E., Martz, J. M., & Agnew, C. R. (1998). The Investment Model Scale: Measuring Commitment Level, Satisfaction Level, Quality of Alternatives, and Investment Size. *Personal Relationships*, 5(4), 357–387. <https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1998.tb00177.x>
- Walsh, F. (2021). *Strengthening Family Resilience* (4th ed.). New York: Guilford Press.