

EKSPLORASI PENGALAMAN CINTA PADA PEREMPUAN DALAM RELASI POLIGAMI

Salsabil Ajrina Wibowo¹, Emmanuel Satyo Yuwono²
salsabilajrina@gmail.com¹, emmanuel.yuwono@uksw.edu²
Universitas Kristen Satya Wacana

Abstract

The phenomenon of polygamy presents complex psychological dynamics for women, particularly in how they interpret love, emotional closeness, passion, and commitment within marital relationships. This study aims to explore the experience of love among women in polygamous relationships. The research employed a qualitative approach with a descriptive phenomenological design to gain an in-depth understanding of the participants' subjective experiences. The participants were two women currently in polygamous marriages, the first wife and the second wife, selected through purposive sampling. Data were collected through semi-structured in-depth interviews and non-participant observation, and the data were analyzed using thematic analysis. The findings reveal that the experience of love among women in polygamous relationships undergoes complex changes and adjustments, with four main themes identified: (1) love as self-adjustment in polygamy, characterized by emotional conflicts such as disappointment, jealousy, loss of exclusivity, and the process of adapting to the marital situation; (2) reconstruction of love toward relational commitment, in which love is no longer understood solely as romance but as responsibility, acceptance, and an effort to maintain family integrity; (3) psychological resilience through spiritual coping, indicating that religiosity serves as a source of strength in dealing with emotional distress; and (4) maternal love as the foundation for sustaining the marital relationship, where the presence of children becomes the primary reason participants remain in the marriage. Based on the study, women in polygamous relationships tend to face complex and evolving love dynamics shaped by relational experience, religious values, and processes of self-adjustment.

Keywords: Love, Women, Polygamy, Phenomenology.

Abstrak

Fenomena poligami menghadirkan dinamika psikologis yang kompleks bagi perempuan, terutama dalam memaknai cinta, kedekatan emosional, gairah, dan komitmen dalam hubungan pernikahan. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi pengalaman cinta yang dialami oleh perempuan dalam relasi poligami. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif partisipan. Partisipan penelitian ini adalah dua perempuan yang sedang menjalani pernikahan poligami, yaitu istri pertama dan istri kedua, yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi non-partisipan, sedangkan analisis data menggunakan analisis tematik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman cinta pada perempuan dalam relasi poligami mengalami perubahan dan penyesuaian yang kompleks, dengan empat tema utama yang ditemukan: (1) cinta sebagai penyesuaian diri dalam poligami, yang ditandai oleh munculnya konflik emosional seperti kekecewaan, cemburu, hilangnya eksklusivitas, serta proses adaptasi terhadap kondisi pernikahan; (2) rekonstruksi cinta menuju komitmen relasional, di mana cinta tidak lagi dipahami semata sebagai romantisme, melainkan sebagai tanggung jawab, penerimaan, dan upaya mempertahankan keutuhan keluarga; (3) resiliensi psikologis melalui coping spiritual, yang menunjukkan bahwa religiusitas merupakan sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan emosional; dan (4) cinta keibuan sebagai dasar bertahannya relasi pernikahan, di mana keberadaan anak menjadi alasan utama partisipan mempertahankan pernikahan. Berdasarkan temuan tersebut, perempuan yang berada dalam hubungan poligami cenderung menghadapi dinamika cinta

yang kompleks, yang berkembang seiring waktu, pengalaman hidup, nilai religius, dan proses penyesuaian diri.

Kata Kunci: Cinta, Perempuan, Poligami, Fenomenologi.

PENDAHULUAN

Cinta merupakan salah satu pengalaman batin yang paling mendalam, namun cara memaknai dan mengekspresikannya sangat bergantung pada latar belakang budaya, kondisi sosial, dan relasi yang dijalani individu (Karandashev, 2019). Dalam kehidupan rumah tangga, cinta menjadi penyangga yang menjaga komitmen, kesetiaan, dan kesehatan psikologis pasangan (Berscheid & Regan, 2021). Salah satu bentuk relasi pernikahan yang memunculkan dinamika cinta paling kompleks adalah poligami, yaitu perkawinan seorang laki-laki dengan lebih dari satu perempuan dalam kurun waktu bersamaan (Mulyanto, 2022). Dalam hukum Islam, poligami dibatasi hingga maksimal empat istri dengan syarat mutlak berlaku adil (Marzuki, 2005; Iqbal et al., 2025), sedangkan dalam hukum positif Indonesia berdasarkan UU No. 1 Tahun 1974, asas utama pernikahan tetap monogami meski poligami dimungkinkan melalui izin pengadilan agama (Mulyanto, 2022).

Dalam praktiknya, poligami kerap menempatkan perempuan pada posisi yang tidak menguntungkan secara ekonomi maupun sosial (Sugitanata et al., 2024), dan berasosiasi dengan ketimpangan nafkah, tekanan psikologis, hingga konflik antar istri (Lahaling & Makkulawuzar, 2021). Meski demikian, banyak perempuan tetap bersedia menjalani dan mempertahankan relasi poligami karena faktor cinta, komitmen pernikahan, pertimbangan anak, keyakinan religius, dan upaya menjaga keutuhan keluarga (Naseer et al., 2021). Data menunjukkan praktik poligami masih berlangsung di berbagai negara berpenduduk mayoritas Muslim, termasuk Indonesia, dengan prevalensi sekitar 2–5% pernikahan di beberapa wilayah (Budiyanti & Prasetyo, 2022), dan mencapai sekitar 11% populasi di wilayah Sub-Sahara Afrika dan Timur Tengah tertentu (Fenske, 2019).

Secara psikologis, perempuan dalam relasi poligami cenderung mengalami tekanan yang signifikan, seperti kecemburuan, kurangnya perhatian, dan persaingan antar istri (Jankowiak et al., 2023). Meta-analisis menunjukkan risiko depresi pada perempuan dalam pernikahan poligami 2,25 kali lebih besar dibandingkan pernikahan monogami (Bahari et al., 2021), disertai tingkat somatisasi, kecemasan, dan rendahnya kepuasan hidup yang lebih tinggi (Rahmah et al., 2024). Studi lain juga menunjukkan tingkat kepuasan seksual dan harga diri yang lebih rendah pada perempuan yang dipoligami dibandingkan yang bermonogami (Barut & Mohamud, 2023). Meski demikian, sejumlah penelitian turut menemukan dimensi positif berupa dukungan antar istri dan solidaritas dalam rumah tangga poligami (Naseer et al., 2024).

Teori segitiga cinta yang dikemukakan Sternberg (1986) menjelaskan bahwa cinta tersusun atas tiga komponen: keintiman (intimacy), gairah (passion), dan komitmen (commitment). Dalam konteks poligami, ketiga komponen ini mengalami dinamika berbeda karena perhatian dan afeksi suami harus dibagi kepada lebih dari satu istri. Keintiman cenderung menurun akibat berkurangnya waktu berkualitas, gairah rentan berubah karena kecemburuan dan persaingan, sementara komitmen justru cenderung bertahan dan diperkuat oleh keyakinan agama, tanggung jawab terhadap anak, dan pertimbangan sosial-budaya (Naseer et al., 2024). Penelitian terhadap kepuasan pernikahan dan tahapan relasi romantis turut menegaskan bahwa komitmen merupakan komponen paling stabil dibandingkan gairah dan keintiman (Cassepp-Borges et al., 2023).

Penelitian mengenai poligami dan kesejahteraan perempuan masih didominasi pendekatan kuantitatif yang berfokus pada pengukuran tingkat stres, depresi, atau kepuasan pernikahan secara statistik (Jankowiak et al., 2023). Eksplorasi mendalam terhadap pengalaman subjektif perempuan yang dipoligami, khususnya mengenai bagaimana mereka memaknai dan menghayati cinta, masih terbatas dalam literatur psikologi Indonesia (Nurmila,

2020). Kekosongan ini menjadi celah penelitian yang penting untuk diisi, terutama dalam konteks budaya dan keislaman Indonesia (Budiyanti & Prasetyo, 2022). Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam bagaimana pengalaman cinta pada perempuan yang berada dalam relasi poligami, dengan menggunakan pendekatan kualitatif fenomenologis untuk memahami pengalaman subjektif mereka secara holistik dan bermakna (Hassan et al., 2022).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologi deskriptif, yang bertujuan mendeskripsikan dan memahami esensi pengalaman cinta pada perempuan yang dipoligami sebagaimana dihayati oleh partisipan (Creswell & Poth, 2018). Fokus penelitian mengacu pada tiga komponen cinta dalam teori triangular love Sternberg (1986), yaitu keintiman, gairah, dan komitmen, sebagaimana dialami, berkembang, dan berubah dalam konteks pernikahan poligami.

Partisipan penelitian berjumlah dua orang perempuan yang sedang menjalani pernikahan poligami di Indonesia, dipilih melalui teknik purposive sampling dengan kriteria berstatus sebagai istri (pertama, kedua, atau ketiga) dalam pernikahan poligami dan bersedia menandatangani informed consent. Jumlah partisipan ditentukan berdasarkan prinsip kecukupan informasi (information sufficiency), bukan pertimbangan statistik (Creswell & Poth, 2018).

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi terstruktur dan observasi non-partisipan. Wawancara direkam dan ditranskripsikan secara verbatim, dilengkapi catatan lapangan mengenai ekspresi nonverbal dan paraverbal partisipan selama proses wawancara (Patton, 2015).

Analisis data mengikuti prosedur analisis tematik Braun dan Clarke (2006, 2022) yang meliputi tahap penataan data mentah, familiarisasi (pembacaan berulang transkrip), pengkodean (coding), pengembangan dan penajaman tema, hingga interpretasi temuan yang dikaitkan dengan triangular love theory Sternberg (1986). Kredibilitas penelitian dijaga melalui perpanjangan pengamatan, peningkatan ketekunan, triangulasi sumber, member check, dan penggunaan bahan referensi (Sugiyono, 2024).

HASIL PENELITIAN

Gambaran Umum Partisipan

Penelitian melibatkan dua partisipan perempuan yang sedang menjalani pernikahan poligami, yaitu S (52 tahun) sebagai istri kedua dengan lama pernikahan 4 tahun, dan NS (50 tahun) sebagai istri pertama dengan lama pernikahan 20 tahun. Ringkasan data partisipan disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Data Partisipan Penelitian

No	Keterangan	S (Partisipan 1)	NS (Partisipan 2)
1	Usia	52	50
2	Posisi dalam Pernikahan Poligami	Istri Kedua	Istri Pertama
3	Lama Pernikahan	4 Tahun	20 Tahun

S adalah ibu rumah tangga yang mengetahui sejak awal bahwa calon suaminya telah memiliki istri pertama, dan menerima kondisi tersebut berlandaskan pemahaman agama Islam yang memperbolehkan poligami hingga empat orang istri. Sementara itu, NS mengalami poligami setelah mengetahui suaminya menghamili perempuan lain, sehingga situasi tersebut menuntutnya untuk merestui pernikahan kedua suaminya demi mempertahankan keutuhan

keluarga dan kebutuhan anak-anaknya akan figur ayah.

Hasil Penelitian

Analisis tematik terhadap data wawancara dan observasi menghasilkan empat tema utama yang menggambarkan pengalaman cinta partisipan dalam relasi poligami.

Cinta Sebagai Penyesuaian Diri Dalam Poligami

Tema ini menunjukkan bahwa pengalaman cinta pada perempuan dalam relasi poligami tidak berlangsung secara ideal dalam konteks romantis, melainkan melibatkan dinamika psikologis yang kompleks. Kehadiran situasi poligami memunculkan respons emosional yang beragam, seperti syok, kecewa, marah, dan malu akibat hilangnya eksklusivitas dalam hubungan dengan suami. NS, sebagai istri pertama, mengalami keterpurukan emosional yang mendalam ketika mengetahui suaminya menjalin hubungan dengan perempuan lain:

"Iya, kalau pada saat itu, rasanya seperti dunia itu mau runtuh ya mbak, karena kan kita tiba-tiba mendengar berita seperti itu... Pada saat itu kita seperti enggak percaya, dan malu."

Seiring waktu, NS menjalani proses adaptasi yang panjang hingga menerima situasi dengan menahan ego demi keharmonisan keluarga. Sementara itu, S sebagai istri kedua menunjukkan proses penyesuaian yang lebih berorientasi pada kesiapan psikologis sejak awal, yang didasari kesadaran posisi dan penerimaan yang proaktif:

"Saya sudah tahu kak bahwa suami sudah beristri... kan dalam agama Islam itu kan boleh poligami sampai empat orang. Jadi dari situ saya sudah menyetujui dan legowo."

Temuan ini sejalan dengan pandangan bahwa kehadiran istri baru menimbulkan ancaman terhadap rasa aman emosional yang selama ini dirasakan perempuan dalam pernikahan (Mengistu et al., 2022), dan reaksi "dunia runtuh" yang dilaporkan NS mengindikasikan bahwa cinta dalam hubungan intim sangat terkait dengan kebutuhan akan keamanan dan keterikatan emosional. Ancaman terhadap ikatan yang dianggap aman dapat memicu tekanan emosional berupa kecemasan, kemarahan, dan perasaan kehilangan. Meskipun demikian, kedua partisipan menunjukkan bahwa cinta dalam relasi poligami berkembang melalui proses penyesuaian diri yang melibatkan regulasi emosi, penerimaan diri, adaptasi, dan strategi coping, sebagai upaya stabilisasi terhadap situasi relasional yang penuh tekanan (Naseer et al., 2021).

Rekonstruksi Cinta Menuju Komitmen Relasional

Tema ini menggambarkan perubahan pemaknaan cinta dari orientasi romantis menuju bentuk cinta yang berfokus pada tanggung jawab dan keberlangsungan keluarga. NS menyatakan bahwa di usia dan tahap kehidupannya saat ini, cinta tidak lagi dimaknai sebagai romantisme semata:

"Kalau sudah umur-umur segini... ngomong soal cinta itu sekarang sudah gak kayak zaman dulu ya... lebih ke komitmen mungkin ya. Lebih ke bagaimana kita bisa membuat keluarga kita utuh."

Pola serupa juga ditemukan pada S, yang memaknai cinta sebagai komitmen dan tanggung jawab yang konsisten sejak awal hingga saat ini:

"Kalau sudah tua itu, masalah cinta cuma dalam kesetiaan, tanggung jawab, gitu."

Perubahan ini menggambarkan bahwa makna cinta direkonstruksi melalui pengalaman hidup dan dinamika poligami yang dijalani, sejalan dengan pandangan bahwa makna cinta bersifat dinamis dan terus berkembang sesuai posisi gender dan pengalaman hidup seseorang (Mayer & Vanderheiden, 2023). Mengacu pada teori Sternberg (1986), komitmen tampak lebih menonjol dibandingkan gairah pada kedua partisipan, sehingga cinta dipahami sebagai kesediaan mempertahankan hubungan meski dalam kondisi kompleks dari sebuah bentuk *companionate love* yang berakar pada kedekatan emosional, stabilitas, dan komitmen jangka panjang (Hatfield & Rapson, 2015).

Resiliensi Psikologis Melalui Coping Spiritual

Tema ini menunjukkan bahwa spiritualitas menjadi sumber utama ketahanan psikologis partisipan dalam menghadapi tekanan relasi poligami. Bagi NS, kedekatan dengan Tuhan menjadi tumpuan utama pada masa-masa tersulit:

"...saya lebih mendekatkan diri pada Yang Di Atas (Tuhan), apa yang harus saya lakukan, karena pada saat itu mungkin gak ada orang yang bisa membantu saya kecuali Yang Di Atas."

Bagi S, spiritualitas tidak hanya berfungsi sebagai sumber ketahanan, tetapi juga sebagai landasan kognitif dalam menerima kondisi poligami:

"Saya belajar tentang poligami, saya juga baca dalam buku... kalau misalnya kita itu sama istri yang pertama dan kedua itu saling menerima ikhlas, suami bisa tanggung jawab, adil, itu kan katanya itu juga kita bisa dapat ridho nya Allah."

Selain religiusitas, S juga menunjukkan kemandirian psikologis sebagai bentuk adaptive coping yang melengkapi coping spiritual, yaitu kemampuan menghadapi masalah tanpa selalu bergantung pada suami. Temuan ini sejalan dengan konsep religious coping, yang menjelaskan bahwa religiusitas membantu individu memperoleh kekuatan emosional, rasa kendali, serta makna ketika menghadapi situasi krisis (Pargament et al., 2000). Spiritualitas dalam penelitian ini berperan ganda, yakni sebagai mekanisme coping sekaligus sarana mempertahankan kedekatan emosional dalam relasi pernikahan poligami.

Cinta Keibuan Sebagai Dasar Bertahannya Relasi Pernikahan

Tema ini menunjukkan bahwa pengalaman cinta pada perempuan yang dipoligami tidak hanya dimaknai dalam hubungan suami-istri, tetapi juga melalui identitas dan peran sebagai ibu. Anak menjadi sumber motivasi utama dalam mempertahankan pernikahan. NS menegaskan bahwa kebutuhan anak menjadi pertimbangan utamanya untuk bertahan, meski harus menghadapi tekanan sosial dari lingkungan dan keluarganya sendiri:

"...lihat posisi saya saat itu, anak saya masih sekolah, dan masih butuh sosok bapak.. saya kesampingkan perasaan saya... dengan hati yang sangat berat.. saya berusaha untuk mempertahankan."

Pada S, penerimaan anak-anaknya dari pernikahan sebelumnya terhadap suami keduanya memperkuat komitmennya dalam relasi pernikahan saat ini:

"...dia bisa membimbing saya yang dulunya punya suami yang gak bertanggung jawab, tapi dia mau tanggung jawab sama saya sepenuhnya, mau menyayangi anak-anak saya seperti anak sendiri."

Kedua partisipan menunjukkan pola yang sama dalam pertimbangan bertahan dalam relasi poligami meski dengan latar belakang yang berbeda, sehingga cinta keibuan menjadi fondasi psikologis yang mendorong perempuan mempertahankan relasi pernikahan meski berada dalam situasi poligami yang kompleks.

Pembahasan

Secara keseluruhan, hasil penelitian menunjukkan bahwa pengalaman cinta pada perempuan yang berada dalam relasi poligami merupakan pengalaman psikologis yang kompleks, dinamis, dan variatif. Cinta dalam konteks pernikahan poligami tidak hanya dimaknai sebagai hal romantis, tetapi juga sebagai dinamika penyesuaian diri, komitmen, ketahanan psikologis, serta pengorbanan dalam mempertahankan keluarga. Dinamika emosional yang dialami partisipan ketika menghadapi perubahan relasi turut diwarnai oleh perasaan terkhianati dalam hubungan romantis (Razak et al., 2021). Perasaan terkhianati ini muncul sebagai respons awal terhadap perubahan struktur pernikahan yang sebelumnya bersifat eksklusif, sehingga kehadiran pasangan baru dipersepsikan sebagai ancaman terhadap ikatan emosional yang telah dibangun sejak awal relasi. Pengalaman cinta yang ditandai oleh guncangan emosional kuat, syok, kemarahan, rasa malu, dan hilangnya eksklusivitas,

merupakan reaksi umum yang terjadi pada istri pertama yang menghadapi pengalaman poligami dalam pernikahannya (Mengistu et al., 2022). Kehadiran istri baru dalam pernikahan menimbulkan ancaman terhadap rasa aman emosional yang selama ini dirasakan oleh perempuan yang berpoligami, sebagaimana tampak pada laporan partisipan yang menggambarkan pengalamannya sebagai perasaan "seperti dunia runtuh" begitu mengetahui status pernikahan suaminya berubah.

Temuan ini mengindikasikan bahwa cinta dalam hubungan intim sangat terkait dengan kebutuhan akan rasa aman dan keterikatan emosional yang sejalan dengan pandangan Bowlby (1988) mengenai teori kelekatan (*attachment theory*), ancaman terhadap hubungan yang selama ini dianggap aman dapat memicu tekanan emosional berupa kecemasan, kemarahan, dan perasaan kehilangan. Meski demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa perempuan secara bertahap berusaha menyesuaikan diri melalui regulasi emosi, penerimaan diri, adaptasi, dan strategi coping sebagai upaya stabilisasi terhadap tekanan relasional (Lazarus & Folkman, 1984). Upaya penyesuaian ini sejalan dengan pandangan Naseer et al. (2021) yang menegaskan bahwa perilaku adaptif semacam ini merupakan strategi stabilisasi yang ditempuh individu dalam menghadapi kondisi relasional yang penuh tekanan, meskipun proses tersebut umumnya berlangsung panjang dan tidak linear, mengindikasikan adanya upaya coping psikologis yang berkelanjutan dalam merespons stres relasional. Proses penyesuaian diri juga membawa perubahan signifikan terhadap makna cinta, yang dimana cinta tidak lagi dimaknai sebagai simbol romantisasi, melainkan sebagai bentuk kesetiaan, tanggung jawab, penerimaan, dan komitmen relasional yang nyata. Perubahan ini menggambarkan bagaimana makna cinta direkonstruksi melalui pengalaman hidup dan dinamika poligami yang dijalani partisipan, sejalan dengan pandangan Mayer dan Vanderheiden (2023) bahwa makna cinta tidak bersifat tetap, melainkan terus berkembang seiring dinamika hubungan, posisi gender, dan pengalaman hidup seseorang.

Merujuk pada teori segitiga cinta Sternberg (1986) yang menyatakan cinta terdiri atas keintiman, gairah, dan komitmen, temuan penelitian ini memperlihatkan bahwa komponen komitmen tampak jauh lebih menonjol dibandingkan gairah, sehingga cinta dipahami sebagai kesediaan untuk mempertahankan hubungan meskipun berada dalam situasi yang kompleks. Pola ini mengarah pada bentuk *companionate love*, yaitu cinta yang berakar pada kedekatan emosional, stabilitas, dan komitmen jangka panjang (Hatfield & Rapson, 2015), alih-alih cinta yang berpusat pada gairah romantis semata. Spiritualitas berperan sebagai coping mechanism yang membantu partisipan memperoleh kekuatan emosional dan memaknai pengalaman poligami sebagai proses pembelajaran dan pendewasaan diri (Pargament et al., 2000). Religious coping dalam hal ini tidak hanya membantu partisipan bertahan secara emosional, tetapi juga memberi rasa kendali dan makna ketika mereka menghadapi situasi krisis dalam pernikahan, sehingga pengalaman menyakitkan yang semula dirasakan sebagai beban perlahan dimaknai ulang sebagai "pelajaran hidup" yang dapat diterima dan disyukuri.

Selain itu, pengalaman cinta pada perempuan yang dipoligami juga berkaitan erat dengan peran dan identitas mereka sebagai ibu dan anak menjadi faktor utama yang mendorong partisipan mempertahankan hubungan pernikahan meskipun mengalami luka emosional. Partisipan menunjukkan kecenderungan untuk mengesampingkan kebutuhan pribadi demi menjaga kestabilan psikologis anak serta keutuhan keluarga, baik melalui pengorbanan diri demi kesejahteraan anak maupun melalui penguatan komitmen pernikahan berkat penerimaan anak terhadap pasangan. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pengalaman cinta pada perempuan yang dipoligami mengalami perluasan makna, dari sekadar relasi suami-istri menjadi relasi keibuan, tanggung jawab terhadap anak, serta upaya menjaga keberlangsungan keluarga.

KESIMPULAN

Berdasarkan temuan penelitian, pengalaman cinta perempuan dalam relasi poligami merupakan proses psikologis yang kompleks, berubah-ubah, dan kaya makna. Cinta tidak sekadar romantisme, melainkan meluas menjadi komitmen, penerimaan, pengorbanan, dan ketahanan untuk mempertahankan keluarga. Partisipan menghadapi beragam reaksi emosional, syok, marah, kecewa, kehilangan, dan rasa dikhianati sebagai respons terhadap perubahan dinamika pernikahan, namun berupaya menyesuaikan diri melalui regulasi emosi, penerimaan, dan strategi coping. Penelitian ini juga menggambarkan rekonstruksi makna cinta yang direalisasikan melalui kesetiaan, tanggung jawab, dan komitmen bertahan dalam hubungan, dengan spiritualitas sebagai sumber kekuatan emosional utama. Peran anak turut menjadi faktor pendorong partisipan mempertahankan pernikahan, sehingga cinta meluas melampaui ikatan suami-istri dan mencakup tanggung jawab sebagai ibu serta usaha menjaga keutuhan keluarga.

Bagi perempuan yang berada atau mempertimbangkan relasi poligami, penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dalam memahami dinamika emosional, konflik batin, serta tantangan psikologis yang mungkin dihadapi. Bagi suami, penelitian ini diharapkan meningkatkan kesadaran akan pentingnya keadilan, komunikasi, dan tanggung jawab emosional terhadap kondisi psikologis istri. Bagi konselor, psikolog, dan praktisi kesehatan mental, hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam memberikan pendampingan yang lebih empatik dan kontekstual. Penelitian selanjutnya disarankan memperluas variasi partisipan, melibatkan perspektif suami maupun anak, serta menggunakan metode lain agar dinamika psikologis dalam relasi poligami dapat dipahami secara lebih mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Krenawi, A. (2020). Mental health and polygamy: The Syrian case. *World Journal of Psychiatry*, 10(1), 1–8. <https://doi.org/10.5498/wjp.v10.i1.1>
- Bahari, I., Norhayati, M., Hazlina, N., Aiman, C., & Arif, N. (2021). Psychological impact of polygamous marriage on women and children: a systematic review and meta-analysis. *BMC Pregnancy and Childbirth*, 21. <https://doi.org/10.1186/s12884-021-04301-7>
- Barut, A., & Mohamud, S. A. (2023). The psychosexual and psychosocial impacts of polygamous marriages: A cross-sectional study among Somali women. *BMC Women's Health*, 23, 669. <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02830-1>
- Berscheid, E., & Regan, P. C. (2021). *The psychology of interpersonal relationships* (2nd ed.). Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9781315789576>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. Basic Books.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp0630a>
- Braun, V., & Clarke, V. (2022). *Thematic analysis: A practical guide*. SAGE Publications.
- Budiyanti, N., & Prasetyo, A. (2022). Poligami dalam perspektif hukum dan psikologi perempuan di Indonesia. *Jurnal Ilmu Hukum dan Humaniora*, 9(2), 112–125. <https://doi.org/10.31604/jih.v9i2.112-125>
- Cassepp-Borges, V., Gonzales, J., Frazier, A., & Ferrer, E. (2023). Love and relationship satisfaction as a function of romantic relationship stages. *Trends in Psychology*, 33, 1027–1042. <https://doi.org/10.1007/s43076-023-00333-4>
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Fenske, J. (2019). African polygamy: Past and present. *Journal of Development Economics*, 117, 58–73. <https://doi.org/10.1016/j.jdeveco.2015.07.005>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2021). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 121(3), 644–661. <https://doi.org/10.1037/pspp0000318>
- Hassan, S., Ammar, N., & Faiad, C. (2022). Women in polygamous marriages: Psychological

- experiences and coping strategies. *Journal of Muslim Mental Health*, 16(1), 3–22. <https://doi.org/10.3998/jmmh.1295>
- Hatfield, E., & Rapson, R. (2015). Love and sex after 50. In *The Wiley Handbook of Adult Sexuality* (pp. 649–719). <https://doi.org/10.1002/9781118896877.wbiehs275>
- Iqbal, M., et al. (2025). Poligami dan syarat keadilan dalam perspektif hukum Islam.
- Jankowiak, W., Sudakov, M., & Wilreker, B. C. (2023). Co-wife conflict and cooperation in polygamy: Cross-cultural analysis. *Cross-Cultural Research*, 57(2–3), 123–145. <https://doi.org/10.1177/10693971221144398>
- Karandashev, V. (2019). Cross-cultural perspectives on the experience and expression of love. In V. Karandashev (Ed.), *Romantic love in cultural contexts* (pp. 1–27). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-69334-3_1
- Lahaling, H., & Makkulawuzar, K. (2021). Dampak pelaksanaan perkawinan poligami terhadap perempuan dan anak. *Al-Mujtahid: Journal of Islamic Family Law*, 1(2), 80–90.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.
- Marzuki. (2005). *Poligami dalam perspektif hukum Islam*.
- Mayer, C.-H., & Vanderheiden, E. (2023). The dynamic meanings of love across gender and life experience.
- Mengistu, N., et al. (2022). Stressful life experience of the first married women in polygamous families in Gedeo zone, South Ethiopia: A qualitative study, 2021. *BMC Psychology*, 10(47). <https://doi.org/10.1186/s40359-022-00753-4>
- Mulyanto, E. (2022). Azas monogami dan azas poligini dalam sistem hukum perkawinan di Indonesia beserta sanksi terhadap pelanggarnya. *Pamulang Law Review*, 5(1), 109. <https://doi.org/10.32493/palrev.v5i1.23614>
- Naseer, S., Afzal, M. W., Farooq, A., & Malik, F. (2024). Positive evidences of polygamous family structures: A qualitative analysis through interpretive phenomenological approach. *Pakistan Journal of Psychological Research*, 39(2), 267–281. <https://doi.org/10.33824/PJPR.2024.39.2.16>
- Nurmila, N. (2020). *Negotiating polygamy in Indonesia: From the state ideal to the practice of Islamic law*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315167527>
- Pargament, K. I., Koenig, H. G., & Perez, L. M. (2000). The many methods of religious coping: Development and initial validation of the RCOPE. *Journal of Clinical Psychology*, 56(4), 519–543.
- Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods: Integrating theory and practice* (4th ed.). SAGE Publications.
- Rahmah, S., Aziz, A., & Mohamad, M. (2024). A systematic review on the impact of polygamy on women's mental health. *Educational Administration: Theory and Practice*, 30(4), 3212. <https://doi.org/10.53555/kuey.v30i4.3212>
- Razak, M., Hashim, I., & Drani, S. (2021). Pola hubungan dalam keluarga poligami di Malaysia. *Jurnal Internasional Penelitian Akademik dalam Bisnis dan Ilmu Sosial*, 11, 7–18. <https://doi.org/10.6007/ijarbss/v11-i3/8913>
- Sholihin, M., & Koentjoro. (2023). Marital satisfaction of second wives undergoing siri polygamy among orông kênêk. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(3), 325–336. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v8i3.2222>
- Sinai, M., & Peleg, O. (2021). Marital interactions and experiences of women living in polygamy: An exploratory study. *International Journal of Psychology*, 56(3), 361–377. <https://doi.org/10.1002/ijop.12726>
- Soliman, A. M. (2021). Subjective well-being and marital satisfaction of Egyptian women in polygamous versus monogamous marriages. *Journal of Family Issues*, 42(9), 2034–2054.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.93.2.119>
- Sugitanata, A., et al. (2024). *Bentuk-bentuk pernikahan dalam perspektif sosiologi keluarga*.
- Sugiyono. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D* (Edisi ke-2). Alfabeta.