

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia adalah makhluk yang Tuhan ciptakan di bumi ini untuk memakmurkan, memelihara, mengelola, memanfaatkan dan menjalani kehidupan di bumi sebagai pengabdian kepada-Nya. Dalam penciptaannya, manusia dibekali keinginan terhadap lawan jenis yang memiliki naluri dan sifat yang berbeda-beda. Laki-laki diberikan kemampuan untuk melindungi perempuan, sebaliknya perempuan ingin dilindungi dan disayangi. Dengan perbedaan inilah keduanya tetap saling membutuhkan dan saling melengkapi satu sama lain, karena kodrat manusia diciptakan bukan sendirian melainkan berpasangan untuk menumpahkan rasa kasih sayang, sekaligus sebagai realisasi penyaluran kebutuhan biologisnya melalui suatu ikatan pernikahan, di mana pernikahan merupakan suatu jalan atau suratan hidup yang akan dialami semua manusia untuk membentuk suatu keluarga.

Menurut Rifai (2007) pernikahan merupakan upacara keagamaan yang sangat penting bagi kehidupan manusia, yakni sebagai kegiatan pemaduan dua keluarga menjadi suatu keluarga yang jauh lebih besar. Dengan begitu menikah tidak hanya mengenai penyatuan dua insan laki-laki dan perempuan, akan tetapi pernikahan juga tentang penyatuan orang tua, serta dua keluarga dari pihak laki-laki dan perempuan untuk membentuk keluarga yang *sakinah* (tenteram), *mawaddah* (penuh cinta), *warahmah* (penuh kasih sayang) serta melahirkan

keturunan yang dididik menjadi sebaik-baiknya manusia dan membawa nama baik keluarga.

Pernikahan yang terjadi antara seorang laki-laki dan seorang perempuan atau yang dikenal dengan pernikahan monogami, merupakan cita-cita setiap individu baik yang akan atau telah menikah. Karena pernikahan jenis inilah yang umum dilakukan serta paling banyak melahirkan kebahagiaan dan ketenteraman, walaupun dari pernikahan tersebut juga tidak lepas dari suatu permasalahan serta lebih dekat pada tidak berbuat aniaya. Suami, istri, dan anak-anak hidup dalam kedamaian dengan adanya kepastian bahwa seorang suami mampu menjamin keperluan hidup istri dan anak-anaknya baik secara lahir maupun batin (Djubaidah, 2012).

Selain pernikahan monogami ada juga pernikahan poligami. Istilah poligami sendiri sebenarnya lebih mengacu pada pernikahan poligini dan poliandri. Akan tetapi, karena pernikahan poligini lebih banyak dilakukan dari pada pernikahan poliandri, maka tanggapan mengenai poligini ialah poligami (Meinarno, 2011). Berpoligami atau melakukan poligami memang diperbolehkan dalam Islam, artinya tidak dilarang namun juga tidak dianjurkan asalkan dalam melakukannya sesuai dengan syarat-syarat yang telah ditentukan.

Djubaidah (2012) menjelaskan bahwa poligami dilakukan untuk mengatasi suatu permasalahan yang tidak dapat diatasi dengan jalan lain. Diperbolehkannya berpoligami ketika kondisi fisik seorang istri yang sakit-sakitan, yang secara medis tidak dapat disembuhkan sehingga melakukan poligami karena ditakutkan tidak dapat menjalankan kewajiban sebagai seorang

istri. Sementara itu Harjono (dalam Kelib, 1986) juga menyebutkan bahwa poligami dilakukan apabila dalam keadaan-keadaan tertentu, seperti istri yang tidak dapat melahirkan keturunan atau mandul kemudian melakukan poligami karena ingin memiliki keturunan dari darah dagingnya sendiri.

Kemudian ada juga yang melakukan poligami karena nafsu yang hanya untuk memuaskan hasrat seksualnya saja. Mustofa (tt) menjelaskan bahwa poligami yang dilakukam dengan alasan nafsu tidak dibenarkan, sebab di dalam Al-Qur'an tidak ada tujuan pernikahan untuk pemenuhan seks mengingat tujuan dari pernikahan itu sendiri adalah untuk menciptakan suatu keluarga yang sejahtera.

Meskipun poligami diperbolehkan, setiap perempuan akan selalu dihadapkan pada dua pilihan ketika akan atau yang telah dipoligami, yakni memilih bercerai atau bersedia untuk dipoligami. Tidak sedikit perempuan yang memilih untuk bercerai langsung setelah mengetahui suaminya mempunyai niat untuk berpoligami, atau kemudian bercerai setelah terjadi konflik karena tidak mampu mengelola konflik dalam pernikahan poligami yang telah dijalani (Rambey, 2009).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari salah satu informan yang menolak untuk dipoligami, yakni Ibu YN yang berusia 35 tahun, dan dari pernikahannya telah dikaruniai seorang putra dan juga seorang putri, Ibu YN menolak untuk dipoligami, karena semua upaya telah Ibu YN lakukan yang terbaik untuk suaminya. Sementara alasan suaminya untuk menikah lagi karena perasaan atau rasa suka pada perempuan selain istrinya. Sedangkan Ibu YN tidak

sanggup apabila harus melihat suaminya dengan perempuan lain. Maka dari itu Ibu YN merasa bahwa dari pernikahannya telah dikhianati yang selama bertahun-tahun selalu disisinya.

Sedangkan alasan bagi perempuan yang memilih bertahan dengan pernikahan poligami, adalah rasa cinta pada suami serta pertimbangan anak membuat mereka berusaha menyelamatkan pernikahannya. Selain itu mereka yang tidak memiliki kemandirian secara ekonomi, biasanya mereka cenderung bertahan dengan poligami, dan apabila memilih bercerai mereka akan kesulitan menutupi kebutuhannya sehari-hari karena untuk memenuhi kebutuhan hidup, mereka bergantung pada penghasilan suami (Rambey, 2009). Ketergantungan secara ekonomi pada penghasilan suami menjadi alasan yang paling umum untuk bertahan, akan tetapi ada juga istri yang memiliki penghasilan sendiri namun tetap bertahan menjalani pernikahannya secara poligami walaupun ada peluang bagi mereka untuk memilih berpisah.

Selain beberapa alasan di atas, kondisi fisik yang tidak memungkinkan untuk menjalankan kewajibannya sebagai seorang istri serta tidak dapat melahirkan keturunan membuat seorang istri bertahan, kemudian suatu tuntutan yang memang sudah ada landasan hukumnya untuk melakukan poligami, serta suatu budaya yang juga membuat seorang istri bertahan atau bersedia untuk dipoligami pada daerah tertentu.

Berikut informasi yang diperoleh dari informan yang tetap bertahan menjalani pernikahannya secara poligami adalah Ibu S. Usia Ibu S saat ini adalah 49 tahun. Ibu S telah menjalani pernikahan poligami selama 11 tahun. Ibu S

mengungkapkan bahwa awalnya dirinya tidak mengetahui jika suaminya menikah lagi. Kemudian setelah suaminya menceritakan kebenarannya, Ibu S menunjukkan emosi-emosi negatif seperti sedih, dan marah saat mengetahui suaminya telah menikah lagi.

Berikut informasi yang peneliti peroleh dari salah satu informan

“Saya kaget, marah, sedih pas tahu suami saya menikah lagi, waktu itu saya gak tahu harus berbuat apa, yang ada waktu itu saya lebih memilih berpisah dari pada dimadu. Waktu itu saya langsung pergi dari rumah dengan membawa anak-anak dan sejumlah uang yang pinjam dari Bank buat benerin rumah. Saat itu tujuannya tidak jelas yang penting saya tidak di rumah itu” (Wawancara awal dengan Ibu S, 25 November 2014).

Seperti perempuan pada umumnya, kemudian Ibu S meminta cerai kepada suaminya dan pada waktu itu juga Ibu S pergi dari rumah serta meninggalkan tanggung jawabnya sebagai seorang guru. Namun sang suami tidak mau menceraikannya karena sang suami tidak ingin berpisah dari Ibu S, di lain sisi sang suami juga tidak bisa lepas dari istri mudanya karena istri mudanya tengah mengandung anaknya.

Setelah cukup lama memikirkan hal tersebut, akhirnya Ibu S kembali menerima suaminya setelah hubungan dengan suaminya sempat tidak ada komunikasi kurang lebih selama satu tahun. Alasannya setelah sekian lama tinggal terpisah dengan suami, Ibu S merasa begitu kehilangan sosok suaminya dan sosok bapak bagi anak-anaknya. Ibu S juga tidak ingin anak-anaknya kehilangan figur orang tua lengkap. Sesaat Ibu S teringat akan sakit hati yang telah dilakukan suami dan istri mudanya terhadap dirinya, Ibu S hanya bisa menenangkan dirinya dengan pergi ke manapun meski tujuannya tidak jelas.

Meskipun Ibu S bersedia dipoligami, namun Ibu S belum sepenuhnya menerima kehadiran istri muda suaminya dalam kehidupan rumah tangganya.

Hal serupa disampaikan oleh Ibu MD, informan yang juga menjalani pernikahannya secara poligami selama 6 tahun. Usia Ibu MD saat ini adalah 46 tahun. Meski awalnya juga terjadi penolakan untuk dipoligami, namun akhirnya Ibu MD bersedia dipoligami dan menjalani pernikahannya secara poligami. Rasa cinta kepada suami membuat Ibu MD tidak ingin berpisah dari suami dan bersedia untuk dipoligami karena Ibu MD ingin menyelamatkan pernikahannya. Rasa sakit hati dan kecewa juga dirasakan Ibu MD, namun semua itu tidak berlangsung lama. Karena kebesaran hati Ibu MD membuat hubungan antara Ibu MD, suami, serta madunya terjalin dengan baik.

Jadi, hasil wawancara di atas informan S dan informan MD menunjukkan emosi marah, kecewa, sakit hati ketika suami mereka melakukan poligami. Namun, kedua informan tersebut tetap bersedia untuk dipoligami serta menggunakan caranya sendiri dalam bertahan menjalani pernikahannya secara poligami.

Meskipun kedua informan di atas tetap bersedia untuk dipoligami, namun sebagian perempuan tetap menganggap poligami adalah hal yang tidak diinginkan. Hal tersebut dikarenakan banyak istri yang merasa cemburu, kecewa dan sakit hati dengan adanya poligami, karena istri tidak menilai dari segi keislaman melainkan lebih kepada perasaan. Karena pada dasarnya semua istri akan merasakan sakit hati serta timbulnya konflik apabila melihat suaminya berpoligami (Husein, 2007).

Kadang-kadang suatu perbuatan membuat seseorang kehilangan kesabaran, sama halnya dengan suami yang ingin berpoligami atau berpoligami tanpa sepengetahuan istri pertama. Tidak hanya kesabaran yang menjadi fokus namun bagaimana individu tersebut dalam mengendalikan emosinya. Mengendalikan emosi bagi individu sangat penting, karena kehidupan manusia tidak terlepas dari berbagai keadaan lingkungan sekitarnya, antara manusia dan lingkungan terdapat hubungan yang sangat erat. Dalam hal ini, manusia akan selalu berusaha untuk beradaptasi dengan berbagai keadaan lingkungan sekitarnya.

Seperti yang disampaikan Santrock (2007) perasaan sedih, sakit hati, marah dan kecewa jika tidak dikontrol akan berdampak pada keberhasilan dalam menjalin relasi dengan rekan-rekan kerjanya dan juga masyarakat di lingkungan tempat tinggalnya, karena manusia sebagai makhluk sosial tidak lepas dari interaksinya dengan lingkungan di mana ia berada. Sehingga dalam hal ini, seseorang akan selalu berusaha untuk beradaptasi dengan berbagai keadaan lingkungan sekitarnya meskipun dalam keadaan tertekan.

Individu yang mampu mengontrol emosi berarti individu tersebut memiliki kemampuan dalam meregulasi emosinya. Menurut Gross (2007) regulasi emosi merupakan sebuah proses secara sadar ataupun tidak sadar untuk mempertahankan, memperkuat atau mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu pengalaman emosi dan perilaku. Seseorang yang memiliki regulasi emosi mempertahankan atau meningkatkan emosi yang dirasakannya baik positif maupun negatif. Selain itu seseorang juga dapat mengurangi emosinya baik itu

positif maupun negatif. Seseorang yang mampu meregulasi emosinya dengan baik akan mendapatkan dampak positif bagi kesehatan fisik, tingkah laku dan hubungan sosial.

Sementara itu Thompson (dalam Gross, 2007) menyatakan bahwa regulasi emosi adalah seluruh proses ekstrinsik dan intrinsik yang bertanggung jawab untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi untuk mencapai tujuan tertentu. Regulasi itu sendiri adalah bentuk kontrol yang dilakukan seseorang terhadap emosi yang dimilikinya, sehingga hasil dari regulasi dapat berupa perilaku yang ditingkatkan, dikurangi, atau dihambat dalam mengekspresikannya.

Pengekspresian emosi positif maupun negatif menurut Reivich dan Shatte (2002) merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat. Pengekspresian emosi yang tepat merupakan salah satu kemampuan individu yang *resilience*. Dua hal penting yang terkait dengan regulasi emosi, yaitu ketenangan (*calming*) dan fokus (*focusing*). Individu yang mampu mengelola kedua keterampilan ini, dapat membantu meredakan emosi yang ada, memfokuskan pikiran-pikiran yang mengganggu dan mengurangi stres. Dengan demikian informan dalam penelitian ini keduanya tetap terlihat fokus dan tenang meskipun mereka dipoligami, dan yang membuat keduanya fokus dan tenang adalah ketika mereka memikirkan anak-anak mereka.

Selain itu, informasi yang juga diperoleh dari informan dalam penelitian ini adalah mereka yang juga memiliki cara berbeda-beda dalam meregulasi emosinya, dan tidak semua orang mudah dalam mengontrol emosi yang dimiliki

ketika dihadapkan pada masalah yang berat. Kemampuan dalam mengontrol emosi tersebut dapat menjaga suasana hati tetap dalam keadaan tenang dan stabil.

Berbagai kondisi dan situasi yang tertekan menyebabkan individu membutuhkan regulasi emosi agar mampu menjaga emosi tetap dalam keadaan stabil. Karena regulasi emosi lebih pada pencapaian keseimbangan emosional yang dilakukan oleh seseorang baik melalui sikap dan perilakunya dalam kehidupan sehari-hari.

Sehingga dari uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana regulasi emosi yang dimiliki oleh istri yang dipoligami dengan judul penelitian adalah “Regulasi Emosi Istri yang Dipoligami”.

B. Signifikansi Penelitian

Adapun beberapa penelitian sebelumnya mengenai regulasi emosi adalah penelitian dengan judul Regulasi Emosi Istri yang Memiliki Suami Stroke yang dilakukan oleh Kusumaningrum (2012) menjelaskan bahwa emosi-emosi yang dialami oleh istri yang memiliki suami stroke cukup beragam. Emosi marah, sedih, jengkel, cinta, senang dan harapan dirasakan hampir seluruhnya yang berhubungan dengan tingkah laku dan kondisi suami tersebut. Adapun strategi regulasi yang digunakan oleh subjek dalam penelitian tersebut antara lain pemilihan situasi, perubahan situasi, penyebaran perhatian, perubahan kognitif, dan perubahan respon. Pentingnya penelitian yang dilakukan oleh Kusumaningrum untuk mengetahui gambaran emosi dan regulasi emosi istri yang

terkait dengan stroke suami, serta faktor-faktor yang mempengaruhi penggunaan regulasi emosi sebagai akibat dari peristiwa yang menimbulkan emosi.

Hal serupa juga disampaikan oleh Salamah (2012) dengan judul *Gambaran Emosi dan Regulasi Emosi pada Remaja yang Memiliki Saudara Kandung Penyandang Autis* menjelaskan bahwa hampir semua jenis emosi dialami oleh subjek yang memiliki saudara kandung penyandang autis. Selain itu subjek juga meregulasi emosinya dengan cara yang berbeda-beda pada setiap jenis emosi yang dirasakan subjek. Pentingnya penelitian tersebut dilakukan untuk mengetahui gambaran emosi dan regulasi emosi pada remaja yang memiliki saudara kandung autis sebagai akibat dari peristiwa yang menimbulkan emosi dan bagaimana cara remaja tersebut meregulasi emosinya.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Rosyidi (2014) dengan judul *penelitian Regulasi Emosi pada Istri yang Tertular HIV/AIDS* menjelaskan bahwa regulasi emosi yang dilakukan oleh ketiga subjek dalam penelitian tersebut dapat memberikan dampak positif bagi keadaan fisik, serta psikis subjek. Ketiga subjek menjadi lebih terbuka dan kembali bersemangat dalam menjalani hidup, serta keadaan fisiknya semakin membaik. Pentingnya dilakukan penelitian tersebut untuk mengetahui pengalaman regulasi emosi istri yang tertular HIV/AIDS.

Adapun keunikan dari penelitian mengenai regulasi emosi istri yang dipoligami adalah penelitian ini belum pernah diteliti oleh siapapun, serta tema dalam penelitian ini adalah mengenai regulasi emosi pada istri yang bertahan dalam menjalani pernikahannya secara poligami dan bagaimana gambaran dari meregulasi emosi yang dialaminya tersebut.

C. Fokus Penelitian

1. Bagaimana gambaran regulasi emosi istri yang dipoligami?
2. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi regulasi emosi istri yang dipoligami?

D. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui bagaimana gambaran regulasi emosi istri yang dipoligami
2. Untuk mengetahui faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dari regulasi emosi istri yang dipoligami

E. Manfaat Penelitian**1. Manfaat Teoritis**

Adapun manfaat teoritis yang ingin dicapai adalah dapat menambah khasanah keilmuan tentang regulasi emosi serta untuk memperkaya pengetahuan di ranah psikologi khususnya di bidang psikologi kognitif dan psikologi klinis.

2. Manfaat Praktis**a. Bagi Subjek**

Dalam penelitian ini, subjek yang menjalani pernikahannya secara poligami diharapkan agar lebih mampu mengelola emosi yang dimiliki saat menghadapi berbagai tekanan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari.

b. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman yang tepat bagi masyarakat mengenai regulasi emosi dan diharapkan dapat memahami posisi informan serta menghormati keputusan mereka dalam menjalani pernikahan poligami.

c. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan pemahaman serta masukan-masukan yang berarti bagi peneliti, baik itu mengenai pernikahan poligami maupun mengenai regulasi emosi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat memberikan dasar pengetahuan dan dapat dijadikan acuan untuk mengkaji lebih dalam lagi mengenai regulasi emosi serta pernikahan poligami.