

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Resiliensi (*Resilience*)

2.1.1 Pengertian Resiliensi

Secara bahasa, resiliensi merupakan istilah Bahasa Inggris dari kata *resilience* yang artinya daya pegas, daya kenyal atau kegembiraan²². Istilah resiliensi diformulasikan pertama kali oleh Block (dalam Klohnen) dengan nama *ego-resilience*, yang diartikan sebagai kemampuan umum yang melibatkan kemampuan penyesuaian diri yang tinggi dan luwes saat dihadapkan pada tekanan internal maupun eksternal²³. Menurut R-G Reed (dalam Nurinayanti dan Atiudina) mendefinisikan resiliensi sebagai kapasitas atau kemampuan untuk beradaptasi secara positif dalam mengatasi permasalahan hidup yang signifikan²⁴.

Menurut Reivich dan Shatte, Resiliensi adalah kapasitas untuk merespon secara sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan atau trauma, yang diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari²⁵. Secara sederhana Jackson dan Watkin mendefinisikan

²² Echols, J., M. & Shadily, H. 1976. *Kamus Inggris Indonesia*. Jakarta: PT. Gramedia. h., 480

²³ Klohnen, E.C. 1996. *Conceptual analysis and measurement of the construct of ego resilience*. *Journal of Personality and Social Psychology*, Volume. 70 No 5, p 1067-1079.

²⁴ Nurinayanti, R., & Atiudina. *Makna kebersyukuran dan resiliensi: telaah pustaka tentang pengaruh kebersyukuran dan pengaruhnya terhadap daya resiliensi pada korban erupsi merapi DIY 2010*. *Jurnal Tanpa Tahun*. Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada. h., 93

²⁵ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. *The resilience factor: seven essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. New York: Random House. h., 1

resiliensi sebagai kemampuan untuk beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi sulit²⁶.

Samuel (dalam Nurinayanti dan Atiudina) mengartikan resiliensi sebagai kemampuan individu untuk tetap mampu bertahan dan tetap stabil dan sehat secara psikologis setelah melewati peristiwa-peristiwa yang traumatis²⁷. Sedangkan Nurinayanti dan Atiudina mendefinisikan Resiliensi adalah kemampuan untuk beradaptasi secara positif ketika dalam kondisi yang tidak menyenangkan dan penuh resiko. Semakin tinggi kemampuan resiliensi seseorang, maka kemungkinan untuk terhindar dari stres dan permasalahan psikologis akan semakin besar. Namun orang yang resilien bukan berarti orang yang tidak mengalami tekanan atau kesulitan ketika berada dalam situasi yang tidak menyenangkan, melainkan orang yang resilien adalah mereka yang mampu menunjukkan pola-pola adaptasi positif ketika menghadapi situasi tidak nyaman dan beresiko²⁸.

Resiliensi adalah Kemampuan untuk 'bangkit kembali' dari pengalaman negatif yang mencerminkan kualitas bawaan dari individu atau merupakan hasil dari pembelajaran dan pengalaman²⁹. Roberts mengutip pengertian beberapa ahli yang mendefinisikan resiliensi sebagai *presence* atau kehadiran *good outcomes* (hasil yang baik) dan kemampuan

²⁶ Jackson, R & Watkin, C. 2004. *The resilience inventory: Seven essential skills for overcoming life's obstacles and determining happiness*. Selection & Development Review, Vol. 20, No. 6. h., 14

²⁷ Nurinayanti, R & Atiudina. h., 93

²⁸ Nurinayanti, R & Atiudina. h., 93

²⁹ E-book *Building resilience in rural communities*. 2008. The University of Queensland and University of Southern Queensland. h., 3

mengatasi ancaman dalam rangka menyokong kemampuan individu untuk beradaptasi dan berkembang secara positif³⁰.

Di sisi lain, Gotberg (dalam Nurinayanti dan Atiudina) menjelaskan bahwa resiliensi merupakan kapasitas yang bersifat universal dan dengan kapasitas tersebut, individu, kelompok ataupun komunitas mampu mencegah, meminimalisir ataupun melawan pengaruh yang bisa merusak saat mereka mengalami musibah atau kemalangan. Menurutnya, resiliensi juga dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain dukungan eksternal, kekuatan personal yang berkembang pada diri seseorang/ interpersonal, dan kemampuan sosial³¹.

Resiliensi adalah sebuah kemampuan bawaan dari sejak mereka lahir³². Setiap manusia harus mempunyai resiliensi untuk mampu melewati tugas-tugas perkembangannya dengan sukses. Sebagai contoh, ketika seorang anak mulai belajar berjalan, meskipun resiliensi adalah sebuah kemampuan bawaan manusia, resiliensi juga dipengaruhi oleh faktor eksternal, sebagai contoh lingkungan dan pendidikan³³. Sehingga setiap manusia memiliki kemampuan untuk menjadi orang yang resilien dalam menghadapi suatu tugas-tugas perkembangan yang di alami dan permasalahan yang terjadi.

³⁰ Roberts, K., A. 2007. *Self-Efficacy, Self-Concept, and Social Competence as Resources Supporting Resilience and Psychological Well-Being in Young Adults Reared within the Military Community*. Dissertation, Fielding Graduate University. h., 17

³¹ Nurinayanti, R & Atiudina. h., 90

³² Nurinayanti, R & Atiudina. h., 93

³³ Nurinayanti, R & Atiudina. h., 93

Dari beberapa pengertian di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa resiliensi adalah kemampuan yang ada dalam diri individu untuk kembali pulih dari suatu keadaan yang menekan dan mampu beradaptasi dan bertahan dari kondisi yang mengancam.

2.1.2 Protective and Risk Factor

Studi resiliensi selalu dikaitkan dengan faktor protektif (*protective factor*) dan faktor resiko (*risk factor*). Faktor protektif atau perlindungan dapat didefinisikan sebagai sifat (*attributes*) atau situasi tertentu yang diperlukan untuk proses atau terjadinya ketahanan (Dyer & McGuinness dalam Ramirez)³⁴. Dalam penelitian selanjutnya proses protektif (*protective processes*) dianggap memiliki nilai lebih besar dalam kemunculan sebuah resiliensi dan juga pencegahan akibat-akibat negatif (*negative outcomes*)³⁵.

Faktor resiko merupakan faktor yang dapat memunculkan kerentanan terhadap distress. Konsep *risk* dalam penelitian resiliensi untuk menyebutkan kemungkinan terdapatnya *maladjustment* (ketidakmampuan menyesuaikan diri) dikarenakan kondisi-kondisi yang menekan seperti anak-anak yang tumbuh pada keluarga yang mempunyai status ekonomi rendah, tumbuh di daerah yang terdapat kekerasan, dan pengalaman trauma. Faktor resiko ini dapat berasal dari faktor genetik seperti penyakit

³⁴ Ramirez & Earvolino, M. 2007. *Resilience: a concept analysis*. Journal Nursing Forum volume 42, No. 2 April. h., 75

³⁵ Ramirez & Earvolino, M. 2007. h., 75

sejak lahir, faktor psikologis, lingkungan dan sosio-ekonomi yang mempengaruhi kemungkinan terdapatnya kerentanan terhadap stres. Faktor-faktor ini mempengaruhi individu baik secara afektif maupun kognitif³⁶.

Studi resiliensi konsepnya dibangun dari kajian terhadap orang-orang yang mempunyai faktor beresiko. Werner mengadakan penelitian longitudinalnya pada penduduk Kauai di kepulauan Hawaii yang mempunyai resiko terdapatnya *maladjustment*³⁷. Dalam Schoon menyatakan bahwa kebijakan sosial yang ada di negaranya yang memfokuskan pada kelompok sosial ekonomi rendah juga merupakan latar belakang banyaknya penelitian tentang resiliensi³⁸.

Penelitian-penelitian terhadap kelompok yang beresiko (*risk factor*) menemukan bahwa tidak semua orang berada pada kondisi beresiko mengalami *maladjustment*. Penelitian-penelitian ini juga mencatat bahwa anak yang tumbuh pada kondisi yang menekan atau beresiko dapat tumbuh dan beradaptasi secara positif³⁹. Kualitas-kualitas ini mengacu pada istilah *protective factor*.

Protective factor (faktor pelindung) merupakan istilah yang digunakan untuk menyebut faktor penyeimbang atau melindungi dari *risk factor* (faktor yang memunculkan resiko) pada individu yang resilien

³⁶ Schoon, I. 2006. *Risk and Resilience: Adaptation in Changing Times*. New York: Cambridge University Press. h., 8

³⁷ Werner, Emmy, E. 2005. *Resilience Research: Past, Present, and Future*. Dalam Peters dkk., *Resilience in Children, Families and Community: Linking Context to Practice and Policy*. New York: Plenum Publisher. h., 5

³⁸ Schoon, I. 2006. h., 5

³⁹ Schoon, I. 2006. h., 5

(Riley & Masten)⁴⁰. Sebagaimana yang dinyatakan Werner bahwa banyak hal yang dapat menjadi *protective factor* bagi seseorang yang resilien ketika berhadapan dengan kondisi yang menekan⁴¹. Dalam penelitiannya Werner menemukan kualitas-kualitas individu yang dapat menjadi faktor protektif yang memungkinkan seseorang dapat mengatasi tekanan dalam kehidupan mereka yaitu antara lain kesehatan, sikap yang tenang (*easy going*), kontrol emosi, kompetensi intelektual, *internal locus of control*, konsep diri yang positif, kemampuan perencanaan, dan kualitas keimanan⁴².

Faktor protektif dapat dibagi kedalam dua kategori yaitu *internal protective factor* dan *external protective factor*. *Internal protective factor* merupakan *protective factor* yang bersumber dari individu seperti harga diri, efikasi diri, kemampuan mengatasi masalah, regulasi emosi dan optimisme. Sedangkan *external protective factor* merupakan faktor protektif yang bersumber dari luar individu seperti suport dari keluarga dan lingkungan⁴³.

Sedikit berbeda dengan pembagian oleh McCubbin, Schoon membagi faktor yang mendukung resiliensi seseorang (faktor protektif) kedalam aspek individu, keluarga dan komunitas. Faktor protektif dari aspek individu antara lain intelegensi, kemampuan sosial, dan aspek

⁴⁰ Riley J. R., & Masten A. S. 2005. *Resilience in Context*. Dalam Peters dkk., *Resilience in Children, Families and Community: Linking Context to Practice and Policy*. Plenum Publisher, New York. h., 16

⁴¹ Werner Emmy, E. 2005. h., 5

⁴² Werner Emmy, E. 2005. h., 5

⁴³ McCubbin, L. 2001. *Chalange to The Definition of Resilience*. Paper presented at The Annual Meeting of The American Psychological Association in San Francisco, 24-28 Agustus 2001. h., 9

individu lainnya. Aspek keluarga terkait dengan dukungan keluarga ketika seseorang menghadapi tekanan. Sedangkan aspek komunitas berkenaan dengan aspek lingkungan yang dapat menjadi pendukung bagi individu ketika menghadapi sebuah tekanan⁴⁴.

Risk factor dan *protective factor* berhubungan dan saling berpengaruh secara interaktif. Faktor protektif, khususnya, menjadi penting ketika individu menghadapi faktor beresiko⁴⁵. Ada beberapa cara bagaimana kedua faktor ini saling berhubungan. Faktor protektif dapat bekerja dengan mengurangi atau meringankan stres ketika terdapat faktor beresiko. Sebagai contoh, dukungan orang tua dapat mengurangi resiko anak yang mengalami hubungan sosial yang kurang baik. Faktor protektif dapat mencegah dari terjadinya faktor beresiko. Sebagai contoh, Morriset (dalam Roberts) melaporkan bahwa anak yang mempunyai temperamen yang periang dan cara yang sehat dalam bergaul dapat memunculkan reaksi yang positif terhadap teman sebayanya yang mempunyai kecenderungan nakal⁴⁶. Selain itu faktor protektif juga dapat bekerja dengan memutus rantai dari faktor beresiko. Misalnya, konflik keluarga merupakan faktor beresiko yang dapat memunculkan penggunaan narkoba pada anak. Dengan adanya faktor protektif hal tersebut dapat diputus, contohnya dengan adanya teman sebaya yang baik dan mempunyai

⁴⁴ Schoon, I. 2006. *Risk and Resilience: Adaptation in Changing Times*. New York: Cambridge University Press. h., 14

⁴⁵ Roberts, K., A. 2007. *Self-Efficacy, Self-Concept, and Social Competence as Resources Supporting Resilience and Psychological Well-Being in Young Adults Reared within the Military Community*. Dissertation, Fielding Graduate University. h., 19

⁴⁶ Roberts, K., A. 2007. h., 19

pengaruh yang positif akan memutus resiko akan terlibatnya akan pada narkoba⁴⁷.

2.1.3 Aspek-aspek Resiliensi

Menurut Reivich dan Shatte⁴⁸, terdapat tujuh kemampuan yang berbeda yang membentuk suatu resiliensi dan hampir tidak ada satupun individu yang secara keseluruhan memiliki kemampuan tersebut dengan baik, yaitu sebagai berikut:

a. Regulasi Emosi

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang di bawah kondisi yang menekan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa orang yang kurang memiliki kemampuan untuk mengatur emosi mengalami kesulitan dalam membangun dan menjaga hubungan dengan orang lain. Emosi yang dirasakan oleh seseorang cenderung berpengaruh terhadap orang lain. Semakin kita terasosiasi dengan kemarahan maka kita akan semakin menjadi seorang yang pemaarah⁴⁹.

Individu yang memiliki kemampuan meregulasi emosi dapat mengendalikan dirinya apabila sedang kesal dan dapat mengatasi rasa cemas, sedih, atau marah sehingga mempercepat dalam pemecahan suatu masalah. Pengekspresian emosi, baik negatif ataupun positif,

⁴⁷ Roberts, K., A. 2007. h., 19

⁴⁸ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. *The resilience factor: seven essential skill for overcoming life's inevitable obstacle*. New York: Random House. h., 36

⁴⁹ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 36-37

merupakan hal yang sehat dan konstruktif asalkan dilakukan dengan tepat⁵⁰.

Reivich dan Shatte, mengungkapkan dua buah keterampilan yang dapat memudahkan individu untuk melakukan regulasi emosi, yaitu tenang (*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 yang dialami oleh individu⁵¹.

b. Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls adalah kemampuan Individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dari dalam diri seseorang. Individu yang memiliki kemampuan pengendalian impuls yang rendah, cepat mengalami perubahan emosi yang pada akhirnya mengendalikan pikiran dan perilaku mereka. Maka mereka sering menampilkan perilaku yang mudah marah, kehilangan kesabaran, impulsif, dan bertindak agresif. Sehingga perilaku-perilaku yang ditampakkan ini akan membuat orang di sekitarnya merasa kurang nyaman dan berakibat pada buruknya hubungan sosial individu dengan yang lainnya⁵².

Menurut Reivich dan Shatte, pencegahan dapat dilakukan dengan menguji keyakinan individu dan mengevaluasi kebermanfaatannya

⁵⁰ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 37

⁵¹ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 38

⁵² Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 39

terhadap pemecahan masalah. Individu dapat melakukan pertanyaan-pertanyaan yang bersifat rasional yang ditujukan kepada dirinya sendiri, seperti “apakah penyimpulan terhadap masalah yang saya hadapi berdasarkan fakta atau hanya menebak?”, “apakah saya sudah melihat permasalahan secara keseluruhan?”, “apakah manfaat dari semua ini?”, dan lain-lain⁵³.

c. Optimisme

Individu yang resilien adalah individu yang optimis, optimisme adalah seseorang melihat bahwa masa depannya cemerlang dan bahagia. Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa individu tersebut yakin bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan. Hal ini juga merefleksikan *self-efficacy* yang dimiliki oleh seorang individu, yaitu kepercayaan individu bahwa ia dapat menyelesaikan permasalahan yang ada dan mampu mengendalikan hidupnya⁵⁴.

Optimisme yang dimaksud adalah optimisme realistis (*realistic optimism*), yaitu sebuah keyakinan bahwa masa depan akan menjadi lebih baik dengan diiringi dengan segala usaha untuk mewujudkan hal tersebut. Berbeda dengan *unrealistic optimism* dimana keyakinan akan masa depan yang cerah tidak dibarengi dengan usaha yang signifikan

⁵³ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 39

⁵⁴ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 40-41

dalam mencapainya. Perpaduan antara optimisme yang realistis dan *self-efficacy* adalah kunci resiliensi dan kesuksesan⁵⁵.

d. Analisis Penyebab Masalah

Causal analysis adalah kemampuan individu untuk mengidentifikasi masalah secara akurat dari permasalahan yang dihadapinya. Seligman (dalam Reivich & Shatte) mengungkapkan sebuah konsep yang berhubungan erat dengan analisis penyebab masalah yaitu gaya berpikir explanatory. Gaya berpikir explanatory adalah cara yang biasa digunakan individu untuk menjelaskan sesuatu hal yang baik dan buruk yang terjadi pada dirinya. Gaya berpikir explanatory dapat dibagi menjadi tiga dimensi⁵⁶:

1. *Personal* (saya-bukan saya)

Individu dengan gaya berpikir 'saya' adalah individu yang cenderung menyalahkan diri sendiri atas hal yang tidak berjalan semestinya. Sebaliknya, Individu dengan gaya berpikir 'bukan saya', meyakini penjelasan eksternal (di luar diri) atas kesalahan yang terjadi.

2. *Permanen* (selalu-tidak selalu)

Individu yang pesimis cenderung berasumsi bahwa suatu kegagalan atau kejadian buruk akan terus berlangsung. Sedangkan individu yang optimis cenderung berpikir bahwa ia dapat melakukan suatu

⁵⁵ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 41

⁵⁶ Reivich, K., & Shatte, A. 2002. h., 42

hal lebih baik pada setiap kesempatan dan memandang kegagalan sebagai ketidakberhasilan sementara.

3. *Pervasive* (semua-tidak semua)⁵⁷.

individu dengan gaya berpikir ‘semua’, melihat kemunduran atau kegagalan pada satu area kehidupan ikut menggagalkan area kehidupan lainnya. Individu dengan gaya berpikir ‘tidak semua’, dapat menjelaskan secara rinci penyebab dari masalah yang ia hadapi.

Individu yang resilien tidak akan menyalahkan orang lain atas kesalahan yang mereka perbuat demi menjaga self-esteem mereka atau membebaskan mereka dari rasa bersalah. Mereka tidak terlalu terfokus pada faktor-faktor yang berada di luar kendali mereka, sebaliknya mereka memfokuskan dan memegang kendali penuh pada pemecahan masalah, perlahan mereka mulai mengatasi permasalahan yang ada, mengarahkan hidup mereka, bangkit dan meraih kesuksesan⁵⁸.

e. Empati

Empati mengaitkan bagaimana individu mampu membaca tanda-tanda kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu memiliki kemampuan dalam menginterpretasikan bahasa-bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang lain, seperti ekspresi wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan menangkap apa yang dipikirkan atau dirasakan orang lain. Oleh karena itu, seseorang yang memiliki

⁵⁷ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 41-42

⁵⁸ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 43

kemampuan berempati cenderung memiliki hubungan sosial yang positif. Sedangkan individu dengan empati yang rendah cenderung mengulang pola yang dilakukan oleh individu yang tidak resilien, yaitu menyamaratakan semua keinginan dan emosi orang lain⁵⁹.

f. Efikasi Diri (*Self-efficacy*)

Self-efficacy atau efikasi diri adalah sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan dan menghadapi masalah yang di alami secara efektif. Efikasi diri juga berarti meyakini diri sendiri mampu berhasil dan sukses. Individu dengan efikasi diri yang tinggi memiliki komitmen dalam memecahkan masalahnya dan tidak menyerah ketika menemukan bahwa strategi yang sedang digunakannya itu tidak berhasil. *Self-efficacy* atau efikasi diri adalah hasil pemecahan masalah yang berhasil sehingga seiring dengan individu membangun keberhasilan sedikit demi sedikit dalam menghadapi masalah, maka efikasi diri tersebut akan terus meningkat. Sehingga hal tersebut menjadi sangat penting untuk mencapai resiliensi⁶⁰.

g. *Reaching Out*

Sebagaimana telah dipaparkan sebelumnya, bahwa resiliensi bukan hanya seorang individu memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun lebih dari itu

⁵⁹ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 44

⁶⁰ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 45

resiliensi juga merupakan kapasitas individu meraih aspek positif dari sebuah keterpurukan yang terjadi dalam dirinya⁶¹.

Namun demikian, banyak individu yang tidak mampu melakukan *reaching out*. Hal ini dikarenakan sejak kecil seorang individu di ajarkan untuk sedapat mungkin menghindari kegagalan dan situasi yang memalukan. Mereka adalah individu-individu yang memilih untuk memiliki kehidupan standar dibandingkan harus meraih kesuksesan namun harus melalui jalan yang penuh dengan resiko. Hal ini menunjukkan kecenderungan individu untuk berlebih-lebihan (*overestimate*) dalam memandang kemungkinan hal-hal buruk yang dapat terjadi di masa mendatang⁶².

2.1.4 Level Resiliensi

Level resiliensi adalah tahapan sebagai hasil ketika seseorang menghadapi sebuah masalah atau berada dalam kondisi yang menekan. O'Leary dan Ickovics (dalam Coulson) menyebutkan empat level yang terjadi ketika seseorang mengalami situasi dari kondisi yang menekan (*significant adversity*) antara lain yaitu⁶³:

1. *Succumbing* (mengalah) adalah kondisi yang menurun dimana individu mengalah atau menyerah setelah menghadapi suatu ancaman atau keadaan yang menekan. Level ini merupakan kondisi ketika individu

⁶¹ Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 46

⁶² Revich, K., & Shatte, A. 2002. h., 46-47

⁶³ Coulson, R. 2006. *Resilience and Self-Talk in University Students*. Thesis University of Calgary. h., 5

menemukan atau mengalami kemalangan yang terlalu berat bagi mereka. *Outcomes* dari individu yang berada pada level ini berpotensi mengalami depresi, narkoba dan pada tataran ekstrim seperti bunuh diri.

2. *Survival* (bertahan), pada tahapan ini individu tidak dapat meraih atau mengembalikan fungsi psikologis dan emosi yang positif setelah dari kondisi yang menekan. Efek dari pengalaman yang menekan membuat individu dapat gagal untuk kembali berfungsi secara wajar. Sehingga individu dalam level ini bisa mengalami perasaan, perilaku dan kognitif yang negatif yang berkepanjangan seperti menarik diri dalam hubungan sosial, berkurangnya kepuasan kerja dan bahkan menjadi depresi.
3. *Recovery* (pemulihan) merupakan kondisi ketika individu mampu pulih kembali (*bounce back*) pada fungsi psikologis dan emosi secara wajar dan mampu beradaptasi dalam kondisi yang menekan, walaupun masih menyisihkan efek dari perasaan negative yang di alaminya. Dengan begitu individu dapat kembali beraktivitas untuk menjalani kehidupan sehari-harinya, mereka juga mampu menunjukkan diri mereka sebagai individu yang resilien.
4. *Thriving* (berkembang pesat), pada level ini individu tidak hanya mampu kembali pada level fungsi sebelumnya setelah menghadapi kondisi yang menekan, namun mereka mampu melampaui level ini pada beberapa aspek. Pengalaman-pengalaman yang di alami individu menjadikan mereka mampu menghadapi dan mengatasi kondisi yang menekan, bahkan menantang hidup untuk membuat individu menjadi

orang yang lebih baik. Hal ini dapat termanifestasi pada perilaku, emosi dan kognitif seperti *sense of purpose of in life*, kejelasan visi, lebih menghargai hidup, dan keinginan akan hubungan sosial yang positif⁶⁴.

2.1.5 Resiliensi dalam Perspektif Islam

Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan, menyesuaikan dari kondisi-kondisi yang menekan yang terjadi dalam hidupnya. Dalam surat Al-Baqarah 155-157, Allah telah berfirman sebagai berikut:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ
وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ . الَّذِينَ إِذَا أَصَابَتْهُمُ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ . أُولَٰئِكَ
عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ ۗ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُهْتَدُونَ .

*“Dan sungguh akan Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar. (yaitu) orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Inna lillaahi wa innaa ilaihi raaji'uun". Mereka Itulah yang mendapat keberkatan yang sempurna dan rahmat dari Tuhan mereka dan mereka Itulah orang-orang yang mendapat petunjuk”.*⁶⁵

Dari ayat di atas yang menyebutkan penderitaan, ketakutan, kelaparan, kekurangan harta masuk ke dalam kajian resiliensi disebut dengan faktor resiko yang merupakan cobaan dari Allah. Sehingga dalam keadaan yang menekan tersebut, seorang individu mampu

⁶⁴ Coulson, R. 2006. h., 5

⁶⁵ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 18

bersabar dan mengucapkan “inna lillahi wa innaa ilaihi raaji’uun” apabila ditimpa musibah sebagai wujud dari resiliensi yang telah di milikinya.

Sabar merupakan sikap yang tegar dan selalu berusaha untuk merubah suatu keadaan yang menekan agar menjadi lebih baik lagi. Hal ini sesuai dengan firman Allah dalam Al-Qur’an surat Ar-Rad ayat 11:

لَهُ مَعْقَبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمِنْ خَلْفِهِ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ ۗ إِنَّ اللَّهَ لَا يُعَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُعَيِّرُوا مَا بِأَنْفُسِهِمْ ۗ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدٍّ لَهُ ۗ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ .

*”Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan di belakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan suatu kaum sehingga mereka merubah keadaan yang ada pada diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tidak ada yang dapat menolaknya: dan sekali-kali tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia”.*⁶⁶

Selain itu, Nabi juga bersabda terkait dengan anjuran untuk bersabar seperti dalam riwayat Imam Bukhori dan Imam Muslim, Nabi bersabda:

الصبر نصف الإيمان وما أعطي أحد عطاء خيرا له وأوسع من الصبر

“kesabaran adalah sebagian dari iman, seseorang tidak akan diberi karunia dan anugrah yang lebih baik dan lebih luas dari pada sabar.”

⁶⁶ Departemen Agama RI Al-Qur’an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 199

Sesungguhnya jika seorang individu mampu bersabar dari keadaan yang mengancam atau menekan, maka Allah akan mengganti suatu nikmat seperti usahanya. Tetapi banyak manusia yang mengetahui tentang hal itu. Sebagaimana terdapat dalam surat Az-Zuumar ayat 49:

أَمَّنْ هُوَ قَانِتٌ آنَاءَ اللَّيْلِ سَاجِدًا وَقَائِمًا يَحْذَرُ الْآخِرَةَ وَيَرْجُو رَحْمَةَ رَبِّهِ ۗ قُلْ هَلْ يَسْتَوِي الَّذِينَ يَعْلَمُونَ وَالَّذِينَ لَا يَعْلَمُونَ ۗ إِنَّمَا يَتَذَكَّرُ أُولُو الْأَلْبَابِ.

“Maka apabila manusia ditimpa bahaya ia menyeru Kami, kemudian apabila Kami berikan kepadanya nikmat dari Kami ia berkata: ‘Sesungguhnya aku diberi nikmat itu hanyalah karena kepintaranku’. Sebenarnya itu adalah ujian, tetapi kebanyakan mereka itu tidak mengetahuinya.”⁶⁷

Dari ayat dan hadist di atas dapat dipahami berbagai kondisi sulit atau faktor-faktor berisiko merupakan cobaan dari Allah agar manusia selalu bersabar dan selalu menjadi pribadi yang lebih baik. Sehingga sangat penting sekali bersabar dalam islam, bahkan Nabi pun mengatakan sabar itu bagaikan kepala pada anggota tubuh. Begitu pentingnya arti kesabaran bagi individu sehingga dengan sabar, individu dapat melalui segala ujian dan cobaan dengan baik.

⁶⁷ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 370

Adapun inventarisasi teks Al-Quran tentang resiliensi sebagai berikut:

Tabel 1.1

Inventorisasi Teks Al-Quran tentang Resiliensi

No	Term	Kategori	Teks	Makna	Substansi Psikologi	Sumber
1.	Pengelolaan diri	Kesabaran	الصبر	Sabar	Resiliensi	Al-Baqarah: 45, 61, 153, 155, 177, 249 Al-Anfal: 46, 65, 66 As-Sajdah: 24 Ash-Shaffat: 101 & 102 Saba': 19 Al-Ahzab: 35 Hud: 11 Luqman: 31 Al-Qashash: 80 Al-Furqan: 42 Al-Hajj: 35 Al-Anbiya': 85 Al-Kahfi: 67, 68, 69, 72, 75, 78, 82 An-Nahl: 42, 96, 110, 126 Ar-Ra'd: 22 Al-Maarij: 5 Ali Imran: 17, 121, 142, 146 Al A'raf: 150 Al-An'am: 34 Shaad: 44 Fushilat: 35
2.	Adaptasi Positif	Menerima perubahan	حنفاء	Ikhlas	Resiliensi	Saba' : 46 Al-Hajj : 31 Yunus : 105 At-Taubah : 91 Al-Maidah : 12, 85 An-Nisa' : 4, 125, 146
3.	Kembali Pulih	Bangkit	تبديلا	Perubahan	Resiliensi	Al-Baqarah : 108, 181 An-Nisa': 46, 47, 119 Al-Fath : 23

2.2 Poligami

2.2.1 Pengertian Poligami

Poligami adalah suatu fenomena kehidupan yang terjadi di sekitar kita dan selalu menarik untuk diperbincangkan ataupun didiskusikan. Istilah poligami sering terdengar namun tidak banyak masyarakat yang dapat menerima keadaan tersebut terutama para wanita. Kata poligami sendiri berasal dari bahasa Yunani “*polygamie*”, yaitu *poly* yang artinya “banyak” dan *gamie* berarti “laki-laki”, jadi arti dari poligami itu sendiri adalah laki-laki yang beristri lebih dari satu orang wanita dalam satu ikatan perkawinan. Seperti seorang suami mungkin mempunyai dua istri atau lebih pada saat yang sama (Abdullah dalam Susanti)⁶⁸.

Sedangkan menurut Istibsyaroh (dalam Susanti), kata *polygamy* berasal dari bahasa Yunani “*polus*” yang berarti banyak, “*gamos*” yang berarti perkawinan. Sehingga jika digabung menjadi seorang laki-laki memiliki lebih dari seorang istri pada waktu yang sama atau begitu juga sebaliknya yang kurang lazim jika seorang istri memiliki banyak suami pada waktu yang sama⁶⁹.

Lawan dari pernikahan poligami adalah monogami, yang mana seorang laki-laki memiliki satu istri atau menikah sekali dalam seumur hidup. Poligami dalam Islam mempunyai arti perkawinan yang lebih dari satu, dengan batasan umum dibolehkannya hanya sampai empat wanita.

⁶⁸ Susanti, D.P, Siti, M dan Anita, Z. Tanpa Tahun. *Penerimaan diri pada istri pertama dalam keluarga poligami yang tinggal dalam satu rumah*. Jurnal Psikologi. Fakultas Psikologi Universitas Gunadarma. h., 2

⁶⁹ Susanti, D.P, Siti, M dan Anita, Z. Tanpa Tahun. h., 6

Walaupun ada juga yang memahami ayat tentang poligami dengan batasan lebih dari empat atau bahkan lebih dari sembilan istri. Perbedaan ini disebabkan perbedaan dalam memahami dan menafsirkan surat An-Nisa ayat 3, sebagai dasar penetapan hukum poligami. Poligami dengan batasan empat nampaknya lebih didukung oleh bukti sejarah. Karena Nabi melarang menikahi wanita lebih dari empat orang, misalnya kasus Ghailan⁷⁰. Sedangkan dalam literatur lain tertulis bahwa poligami adalah ikatan pernikahan yang salah satu pihak (suami) menikahi beberapa (lebih dari satu) istri dalam waktu yang bersamaan. Sehingga laki-laki yang melakukan bentuk perkawinan seperti ini dikatakan bersifat Poligami⁷¹.

Het Sexuele Vraagstuk dalam bukunya halaman 152 (dalam Mulia), mengatakan:

“Kebanyakan bangsa-bangsa membolehkan poligami, dan sekarang poligami itu ada di antara kebanyakan bangsa-bangsa beradab, akan tetapi varietetnya berlainan. Di Meksiko, Peru, Jepang dan Tiongkok orang laki-laki mempunyai seorang Istri yang syah, tetapi disamping itu beberapa gundik, yang anak-anaknya sama syahnya dengan anak-anak yang lahir dari istrinya yang syah. Poligami sudah ada diantara bangsa Yahudi sampai pada abad pertengahan. Raja Sulaiman mempunyai 700 istri dan 300 selir. Dewasa ini orang-orang Yahudi di negeri-negeri Islam menganut poligami.”⁷²

Sehingga dapat disimpulkan dari beberapa pengertian di atas, bahwa pernikahan poligami adalah sebuah pernikahan yang dilakukan oleh

⁷⁰ Nasution, Khoiruddin. 1999. *Riba & poligami, sebuah studi atas pemikiran Muhammad Abduh*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. h., 84-85

⁷¹ Mulia, Musdah. 1999. *Pandangan islam tentang poligami*. Jakarta: Lembaga Kajian Agama & Gender, Sp. Solidaritas perempuan & The Asia Fondation. h., 02

⁷² Mulia, Musdah. 1999. h., 48

seorang laki-laki dengan beberapa wanita yang lebih dari satu semasa hidupnya.

2.2.2 Sejarah Poligami

Melihat dari perspektif sejarah, pernikahan poligami bukanlah praktek yang dilahirkan Islam. Jauh sebelum Islam datang, tradisi poligami telah menjadi salah satu bentuk praktek peradaban Arabia patriarkis. Peradaban patriarki adalah peradaban yang memposisikan laki-laki sebagai peran utama yang menentukan seluruh komponen dalam kehidupan. Nasib hidup kaum perempuan dalam sistem ini didominasi oleh laki-laki dan untuk kepentingan mereka. Peradaban ini telah lama berlangsung bukan hanya di wilayah Jazirah Arabia, tetapi juga dalam banyak peradaban kuno lainnya seperti di Mesopotamia dan Mediterania bahkan di belahan dunia lainnya. Dengan kata lain perkawinan poligami sejatinya bukan khas peradaban Arabia, tetapi juga peradaban bangsa-bangsa lain⁷³.

Di dunia Arab sebelum Nabi Muhammad SAW lahir, perempuan telah dipandang rendah dan menjadi kaum yang tak berarti. Al-Quran dalam sejumlah ayatnya menginformasikan realitas sosial tersebut. Perbudakan manusia terutama pada kaum perempuan dan poligami

⁷³ Husein, M. *Membaca Kembali Ayat Poligami*. <http://www.rahima.or.id/SR/2107/Tafsir.htm> .
Terkait dengan sejarah poligami lihat juga Asghar, A. E. 2003. *Pembebasan Perempuan*. Yogyakarta: LKIS dan M. Quraish Shihab. 1999. *Wawasan Al-Qur'an*. Bandung: Mizan.

menjadi praktik kebudayaan yang biasa dalam masyarakat Arabia pada waktu itu⁷⁴.

Ketika Islam hadir, praktek poligami tetap berjalan. Walaupun Nabi mengetahui bahwa poligami yang dipraktekkan bangsa Arab dan banyak merugikan kaum perempuan, tetapi cara Islam untuk menghapuskan praktek poligami ini tidak dilakukan dengan cara yang memaksa. Bahasa yang digunakan Al-Qur'an tidak pernah provokatif atau radikal. Al-Qur'an dan Rasul selalu berusaha memperbaiki keadaan ini secara persuasif dan mendiskusikan secara intensif atau terus menerus sehingga mencapai pada kondisi yang paling sempurna atau ideal⁷⁵.

2.2.3 Poligami dari sisi Psikologi

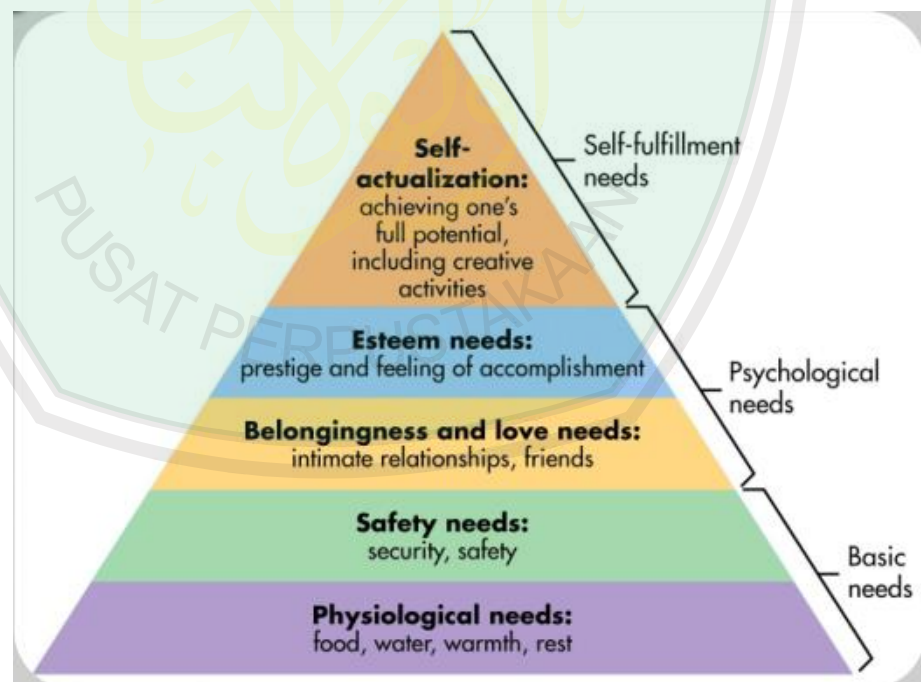
Poligami dinilai menjadi fitrah dalam kehidupan, tetapi praktek poligami juga banyak tidak disukai apapun keadaannya. Pada masyarakat Barat yang melarang poligami secara hukum, maka prakteknya banyak suami yang melakukan tindakan perselingkuhan. Jika ada kelompok wanita yang memiliki seterotip kepada laki-laki dengan mengatakan dasar laki-laki tidak boleh melihat kening licin, maka perlu diketahui bahwa semua istri muda adalah juga seorang perempuan. Artinya dari pernyataan

⁷⁴ Husein, M.

⁷⁵ Husein, M.

tersebut, pada sebagian perempuan mengatakan poligami merupakan jalan keluar, sehingga apa boleh buat ketika menjadi seorang istri kedua⁷⁶.

Poligami selalu menarik untuk diperbincangkan dan didiskusikan, walaupun para perempuan banyak yang tidak menyetujui adanya pernikahan poligami. Tetapi poligami tetap ada dan akan berlangsung hingga hari kiamat. Hal tersebut dikarenakan poligami adalah desain dari Tuhan. Jika Tuhan mengizinkan adanya poligami, seperti yang di firmankan di dalam Al-Quran maka itu satu isyarat bahwa poligami adalah kebutuhan manusia. Dimana hal tersebut tertera dalam hierarki kebutuhan Maslow. Terdapat lima tingkat atau hierarki kebutuhan, yaitu seperti pada gambar berikut⁷⁷:



GAMBAR 1.1 Hierarki Kebutuhan Maslow

⁷⁶ Mubarok, Ahmad. 2009. *Psikologi islam kearifan dan kecerdasan hidup*. Jakarta: The IIIT – WAP. h., 97.

⁷⁷ Alwisol. 2009. *Psikologi Kepribadian*. UMM Press: Malang

Adapun penjelasan dari gambar di atas adalah sebagai berikut:

1. Kebutuhan fisiologikal (*physiological needs*), seperti : rasa lapar, haus, istirahat, seks dan lain sebagainya. Kebutuhan ini merupakan kebutuhan dasar yang dialami oleh setiap individu. Kebutuhan ini harus dipenuhi oleh pemuas yang seharusnya.
2. Kebutuhan rasa aman (*safety needs*), adalah kebutuhan untuk mempertahankan suatu kehidupan. Kebutuhan keamanan harus dilihat dalam arti luas, tidak tidak dalam arti fisik semata, akan tetapi juga mental, psikologikal dan intelektual
3. Kebutuhan akan kasih sayang (*love needs*), setiap orang sangat peka dengan kesendirian, pengasingan, ditolak lingkungan, kehilangan sahabat atau kehilangan cinta. Kebutuhan dimiliki ini terus penting sepanjang masa.
4. Kebutuhan akan harga diri (*esteem needs*), ada dua jenis harga diri yaitu (a) menghargai diri sendiri seperti kebutuhan kekuatan, prestasi, kepercayaan diri, kemandirian dan kebebasan; (b) mendapat penghargaan dari orang lain seperti pengahargaan dari orang lain, status, kehormatan, menjadi orang penting, diterima dan apresiasi.
5. Aktualisasi diri (*self actualization*), dalam arti tersedianya kesempatan bagi seseorang untuk mengembangkan potensi yang terdapat dalam dirinya sehingga berubah menjadi kemampuan nyata.

Dalam kelima hierarki kebutuhan dari Maslow, tahap pertama yang akan kebutuhan seksual menjadi salah satu pertimbangan seseorang (laki-

laki) untuk menikah lagi. Walaupun secara hukum, pernikahan poligami bukan di dasari dan dikarenakan kebutuhan biologis saja, melainkan banyak pertimbangan untuk melakukan sebuah pernikahan poligami. Tetapi dalam aplikasinya, banyak para laki-laki yang menikah lagi dikarenakan kebutuhan biologis dan mengatakan lebih baik melakukan pernikahan poligami dibandingkan dengan berselingkuh. Sehingga ketika salah satu kebutuhan di atas belum tercapai secara maksimal, maka akan mengakibatkan beberapa dampak sesuai dengan kebutuhan tersebut. Seperti dalam halnya poligami, pelarangan total poligami oleh hukum Negara, pasti berdampak pada rusaknya tatanan hidup sosial, yang dampaknya lebih buruk dibandingkan dengan dampak praktek poligami itu sendiri. Di Amerika, Negara yang melarang praktek poligami secara hukum, terdapat beberapa data yang menunjukkan fakta sebagai berikut:

1. Perceraian dalam pernikahan menjadi sebuah tren sosial setelah berumur 40 tahun.
2. 60% perceraian disebabkan oleh perselingkuhan perempuan, 30% oleh laki-laki dan 10% disebabkan oleh keduanya atau campuran.
3. Sudah berdiri organisasi persatuan ibu-ibu tanpa suami yang dengan bangga bisa punya dan mampu mengurus anak sebagai *single parent* meski tak memiliki suami.

4. Berdiri pula organisasi anak-anak yang tak berbapak, untuk menanamkan rasa percaya diri sebagai manusia yang tak kenal siapa ayahnya⁷⁸.

Dapat dibayangkan ketika nanti mayoritas Barat sudah terdiri dari generasi dari jenis tersebut, mereka yang kehilangan peluang merasakan kebahagiaan memiliki tokoh identifikasi secara naluriah, *split personality* akan menjadi ciri sosial. Betatapun kaum wanita terutama istri pertama yang kontra pada poligami, tetapi istri muda adalah seorang wanita juga, yaitu wanita yang keadaannya belum tentu seperti yang diinginkan bahkan terpaksa menerima rejeki sisa. Karena dalam aplikasinya, semua seorang wanita menginginkan dirinya menjadi yang pertama dan satu-satunya⁷⁹.

2.2.4 Argumentasi Teologis Pro-Kontra Poligami

Dalam QS Al-Nisa':3 telah ditegaskan:

وَإِنْ حِفْظُهُمْ إِلَّا تُفْسِدُوا فِي الْيَتَمَىٰ فَاَنْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مَثْنَىٰ وَثُلَاثَ وَرُبُعًا ۚ فَإِنْ حِفْظُهُمْ إِلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۚ ذَٰلِكَ أَدْنَىٰ ۗ أَلَّا تَعُولُوا.

“.....Maka nikahilah yang kamu senangi perempuan-perempuan (lain) dua-dua, tiga-tiga atau empat-empat....”⁸⁰

Ayat di atas sering dibaca dengan penggalan yang menggambarkan seakan-akan menganjurkan laki-laki untuk berpoligami. Atas dasar ayat tersebut pula, pendukung poligami meyakini bahwa poligami merupakan

⁷⁸ Mubarak, Ahmad. 2009. h., 101

⁷⁹ Mubarak, Ahmad. 2009. h., 101

⁸⁰ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 61

bagian dari ajaran islam, baik untuk dilakukan sekalipun hanya dengan perspektif laki-laki sebagai pelakunya⁸¹.

Islam tidak melarang seseorang berpoligami dipahami sebagai bentuk pilihan bebas laki-laki untuk menentukan selera model pernikahan. Karena poligami sebagai pilihan, maka tidak seorang pun yang boleh melarang seseorang untuk mengambil poligami sebagai pilihannya⁸². Bagi mereka yang pro poligami, poligami dipandang sebagai solusi dari masalah pandangan sosial di mana laki-laki akan terhindar dari perzinahan, perselingkuhan dan perilaku seksual menyimpang lainnya yang dilarang oleh Islam. Dengan mengatakan “daripada berzinah, berselingkuh atau melacur lebih baik melakukan poligami yang sudah dihalalkan oleh agama”. Dengan demikian, poligami dilakukan atas dasar ideologi, keyakinan dan persepsi terhadap teks agama serta praktek keberagamaan umat islam itu sendiri.

Dalam Q.S. Al-Nisa' ayat 2-3:

وَأَتُواَنِ الْيَتَامَىٰ ۖ أَمْوَالَهُمْ ۖ وَلَا تَتَبَدَّلُوا الْخَبِيثَ بِالطَّيِّبِ ۖ وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَهُمْ
إِلَىٰ أَمْوَالِكُمْ ۚ إِنَّهُ كَانَ حُوبًا كَبِيرًا ۖ . وَإِنْ حِفْظُهُمْ إِلَّا تُفْسِدُوا فِي الْيَتَامَىٰ
فَأَنْكِحُوا مَا طَابَ لَكُمْ مِنَ النِّسَاءِ مِثْلَىٰ نُفُسِكُمْ ۖ فَإِنْ حِفْظُهُمْ إِلَّا تَعْدِلُوا فَوَاحِدَةً
أَوْ مَا مَلَكَتْ أَيْمَانُكُمْ ۚ ذَلِكَ أَدْنَىٰ ۖ أَلَّا تَعُولُوا .

“Dan berikanlah kepada anak-anak yatim harta mereka, jangan kamu menukar yang baik dengan yang buruk dan jangan kamu makan harta mereka serta

⁸¹ Mufidah. 2008. *Psikologi keluarga islam berwawasan gender*. Malang: UIN Malang Press. h., 233

⁸² Mufidah. 2008. h., 233

*hartamu. Sesungguhnya tindakan-tindakan (menukar dan memakan) itu adalah dosa yang besar. Dan jika kamu takut tidak akan berbuat adil terhadap (hak-hak) anak perempuan yatim (bila kamu mengawininya), maka kawinlah wanita-wanita yang kamu senangi, dua, tiga atau empat. Kemudian jika kamu takut tidak akan dapat berlaku adil, makan kawinlah seorang saja atau budak-budak yang kamu miliki. Yang demikian itu adalah lebih dekat bagi kamu untuk tidak berbuat aniaya”.*⁸³

Ayat tersebut memiliki tiga tujuan, *pertama*: merupakan teguran kepada Urwah bin Zubair yang ingin memperinstri gadis yatim yang cantik dan kaya yang berada di bawah perwaliannya, dengan maksud agar terbebas dari membayar mas kawin, dapat menguasai hartanya dan bisa jadi memperlakukannya dengan tidak adil. *Kedua*: membatasi jumlah istri hanya empat saja. Ayat ini juga menegaskan bahwa konsep pernikahan dalam islam adalah tetap monogami, sekaligus sebagai koreksi terhadap praktek poligami yang lazim dilakukan oleh masyarakat Arab dengan tanpa batasan jumlah. *Ketiga*: diperbolehkannya poligami dengan syarat dapat berlaku adil⁸⁴.

Ayat ini tidak membuat suatu aturan poligami dalam Islam karena poligami telah dikenal dan dipraktekkan oleh syariat agama dan adat istiadat sebelum ayat ini turun. Ayat ini juga tidak mewajibkan atau menganjurkan poligami, tetapi berbicara tentang bolehnya poligami itupun merupakan pintu darurat kecil yang dilalui ketika sangat diperlukan dan dengan syarat yang tidak ringan (Quraish Shihab dalam Mufidah)⁸⁵. Para

⁸³ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 61

⁸⁴ Mufidah. 2008. h., 235

⁸⁵ Mufidah. 2008. h., 235

pakar hukum Islam, sepakat bahwa tidak semua teks dengan menggunakan *fi'il amr* menunjukkan perintah yang berarti wajib dilakukan, sebagaimana kaidah fiqh bahwa perintah bisa berarti wajib, sunnah, mubah tergantung pada konteksnya⁸⁶.

Praktek poligami di masyarakat sering mengabaikan prinsip tersebut dan memang tidak mudah jika seorang suami dapat berlaku adil dalam segala hal terhadap istri-istrinya. Fenomena ini tidak lepas dari dua bentuk kesalahan memahami pesan ayat tersebut, *pertama*: memandang poligami sebagai sunnah, dan *kedua*: mencari legitimasi poligami yang dilakukan oleh Rasulullah⁸⁷.

Poligami dipahami sebagai sunnah perlu dicermati, karena poligami bukan lahir pada masa Islam, tetapi telah menyebar dalam kehidupan manusia. Poligami yang dilakukan oleh Rasulullah merupakan perpaduan antara aspek sejarah dan religius⁸⁸. Poligami yang dilakukan Rasulullah didasarkan ada alasan tertentu dan dalam konteks budaya Arab patriarki, di mana laki-laki memiliki dominasi dalam memegang kendali kehidupan. Kemudian Rasulullah berpoligami berbeda jauh dengan praktek poligami masyarakat pra Islam yang tidak mengindahkan nilai-nilai dasar kemanusiaan. Penindasan terhadap perempuan dalam masalah perkawinan merupakan hal yang biasa, poligami merupakan bagian dari penindasan itu. Dalam konteks ini umat islam tidak akan mampu sebagaimana yang

⁸⁶ Mufidah. 2008. h., 235-236

⁸⁷ Mufidah. 2008. h., 236

⁸⁸ Mufidah. 2008. h., 236

dilakukan oleh beliau. Poligami disebut sunnah hanya dapat dilakukan oleh Rasulullah bukan umatnya⁸⁹. Sebagaimana ditegaskan dalam QS An-Nisa': 129.

وَلَنْ تَسْتَطِيعُوا أَنْ تَعْدِلُوا بَيْنَ النِّسَاءِ وَلَوْ حَرَصْتُمْ فَلَا تَمِيلُوا كُلَّ الْمَيْلِ فَتَذَرُوهَا كَالْمُعَلَّقَةِ
وَإِنْ تُصْلِحُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ عَفُورًا رَحِيمًا.

*“Dan kalian sekali-kali tidak akan dapat berlaku adil di antara istri-istrimu walaupun kalian sangat ingin berbuat demikian, karena itu janganlah kalian terlalu cenderung (kepada yang kalian cintai) sehingga kalian biarkan yang lain terkatung-katung. Dan jika kalian mengadakan perbaikan dan memelihara diri (dari kecurangan), maka sesungguhnya Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang”.*⁹⁰

Secara konteks, ayat tersebut menolak poligami atau setidaknya memperketat poligami karena syarat poligami adalah kesanggupan untuk berlaku adil, sedangkan dalam aplikasinya banyak yang tidak mampu melakukannya. Ayat itu juga menegaskan ketidakmampuan seseorang untuk berlaku adil diantara istri-istrinya (Nasarudin Umar dalam Mufidah)⁹¹.

Ketika para sahabat melakukan poligami sebenarnya mereka belum memenuhi anjuran al-Qur'an, tetapi lebih pada mengikuti budaya masyarakat Arab sebagai bentuk kebanggaan dengan banyak istri. Umar bin Khattab menegaskan:

⁸⁹ Mufidah. 2008. h., 236-237

⁹⁰ Departemen Agama RI Al-Qur'an dan Terjemahnya. 2005. Bandung: Diponegoro. h., 78

⁹¹ Mufidah. 2008. h., 237

“Dulu kami pada masa jahiliyah sama sekali tidak memperhitungkan kaum perempuan, kemudian ketika datang Islam dan Allah menyebutkan mereka di dalam kitabNya, kami tahu bahwa mereka memiliki hak terhadap kami” (Kadir dalam Mufidah)⁹².

Hal itu merupakan bukti autentik bahwa poligami lebih dekat pada etnografis dari pada dengan Islam itu sendiri⁹³.

2.2.5 Perkawinan Monogami untuk Kesetaraan dan Keadilan Gender

Dalam pernikahan yang berkesetaraan dan berkeadilan gender mengacu pada empat indikator, diantaranya adalah suami-istri sama-sama memiliki akses dalam kehidupan rumah tangga, memperoleh peran-peran yang seimbang dalam rumah tangga, menerima wewenang dan tanggung jawab yang sama termasuk dalam pengambilan keputusan, serta sama-sama mendapatkan manfaat dalam kehidupan rumah tangga⁹⁴. Akan tetapi dalam pernikahan poligami dirasa sangat sulit untuk mewujudkan empat indikator kesetaraan gender, karena kondisi awal dalam membangun rumah tangga posisi beserta peran antara suami dan istri tidak sama, pembagian peran dan tanggung jawab khususnya dalam pengambilan keputusan serta penerima manfaat dalam aktifitas rumah tangga tersebut. Ketidaksetaraan ini melahirkan deskriminasi gender yang pada umumnya menimpa pada istri dan sebagian pada suami⁹⁵.

⁹² Mufidah. 2008. h., 238

⁹³ Mufidah. 2008. h., 238

⁹⁴ Mufidah. 2008. h., 238

⁹⁵ Mufidah. 2008. h., 238-239

Berangkat dari *stereotype* perempuan dipandang oleh masyarakat sebagai makhluk lemah, emosional, memiliki ketergantungan pada laki-laki secara psikologis maupun ekonomis, perempuan bukan sebagai pengambil keputusan utama dalam keluarga sebagaimana dia bukan sebagai pencari nafkah utama. Dalam konteks poligami, perempuan sebagai istri dianggap wajar jika menerima perlakuan yang kurang sesuai dengan hak-hak dasar istri dengan alasan bahwa kodrat perempuan dengan keterbatasannya memang layak diperlakukan demikian⁹⁶.

Penempatan perempuan pada *subordinasi* di mana posisi istri-istri dalam rumah tangga menjadi bagian dari kehidupan suami, terutama dalam masalah seks dan peran pengambilan keputusan. Di satu sisi istri-istri pada umumnya tidak memiliki kekuatan dalam menempatkan dirinya setara dengan posisi suami, di sisi lain ketergantungan psikologis istri terhadap suami semakin besar⁹⁷. Beban berlipat dapat terjadi pada istri-istri yang tidak mendapatkan nafkah yang layak sehingga berbagai jenis pekerjaan rumah tangga dan bahkan pencari nafkah dilakukan secara bersamaan yang berdampak pada beban kerja yang tidak proposional. Beban ganda juga dialami oleh suami dalam peran pencari nafkah agar dapat mencukupi kebutuhan istri-istrinya. Suami yang semestinya menjadi peran nafkah untuk kebutuhan satu keluarga, dalam konteks keluarga poligami, suami

⁹⁶ Mufidah. 2008. h., 239

⁹⁷ Mufidah. 2008. h., 239-240

harus berjuang lebih keras lagi agar seluruh kebutuhan istri-istri dan anak-anaknya dapat tercukupi⁹⁸.

Salah satu fungsi keluarga adalah terproteksinya setiap anggota keluarga dari gangguan internal maupun eksternal keluarga. Keluarga dijadikan sebagai tempat rekreatif yang memberikan keamanan dan kenyamanan semua anggotanya, ibarat “rumahku adalah surgaku” tanpa ada hambatan psikologis yang menjadi ancaman dalam sebuah keluarga yang diinginkan. Suami yang berpoligami bisa saja berlaku adil terhadap istri-istrinya dalam hal pembagian nafkah, tetapi istri-istri mengalami hambatan psikologis, seperti ketidaknyamanan dalam kelangsungan hidup rumah tangga yang rentan dengan permusuhan dan konflik. Di antara istri-istri muncul rasa saling cemburu dan berebut mengambil perhatian suami, yang menyebabkan posisi istri-istri semakin inferior dan tergantung, sedangkan posisi suami semakin berpeluang untuk memperkuat kekuasaan yang sangat rentan melakukan tindak kekerasan dalam rumah tangga⁹⁹.

Dengan demikian rumah tangga poligami menghadapi problem ketimpangan sosial jika ditinjau dari perspektif kesetaraan dan keadilan gender karena suami telah melakukan pencideraan terhadap komitmen pernikahan yang sakral. Sehingga jika dilihat dalam perspektif gender, bentuk perkawinan monogami menjadi pilihan satu-satunya yang

⁹⁸ Mufidah. 2008. h., 240

⁹⁹ Mufidah. 2008. h., 240-241

memudahkan pasangan suami-istri dalam membangun rumah tangga yang sakinah mawaddah wa rahmah, serta sehat lahir batin¹⁰⁰.

Rasulullah juga mengingatkan kepada umat islam bahwa pelaku poligami memiliki konsekwensi moral yang berat sebagaimana disebutkan dalam hadits beliau¹⁰¹:

“Barang siapa yang mempunyai dua orang istri dan dia condong (tidak adil) kepada salah satunya, maka ia akan datang di hari kiamat dengan salah satu bahunya patah”

2.2.6 Dampak poligami

Menurut Abdillah, dampak-dampak umum yang dapat terjadi bagi para istri yang suaminya berpoligami yaitu sebagai berikut¹⁰²:

1. Dampak Psikologis

Perasaan inferior istri dan menyalahkan diri karena merasa tindakan suaminya berpoligami adalah akibat dari ketidakmampuan dirinya memenuhi kebutuhan biologis suaminya.

2. Dampak Ekonomi Rumah Tangga

Ketergantungan secara ekonomi kepada suami. Walaupun ada beberapa suami memang dapat berlaku adil terhadap istri-istrinya, tetapi dalam aplikasinya lebih sering ditemukan bahwa suami lebih mementingkan istri muda dan melupakan istri pertama beserta anak-anaknya terdahulu. Akibatnya istri yang tidak memiliki pekerjaan, akan sangat kesulitan menutupi kebutuhan sehari-hari. Kekerasan terhadap perempuan, baik

¹⁰⁰ Mufidah. 2008. h., 241

¹⁰¹ Mufidah. 2008. h., 241

¹⁰² Abdillah, Abu Azzam. 2007. *Agar suami tak berpoligami*. Bandung: Ikomatuddin Press

kekerasan fisik, ekonomi, seksual maupun psikologis. Hal ini umum terjadi pada rumah tangga poligami, walaupun begitu kekerasan juga terjadi pada rumah tangga yang monogami.

3. Dampak Hukum

Seringnya terjadi nikah di bawah tangan (perkawinan yang tidak dicatatkan pada Kantor Catatan Sipil atau Kantor Urusan Agama), sehingga perkawinan dianggap tidak sah oleh negara, walaupun perkawinan tersebut sah menurut agama. Pihak perempuan akan dirugikan karena konsekwensinya suatu perkawinan dianggap tidak ada, seperti hak waris dan sebagainya.

4. Dampak kesehatan

Kebiasaan berganti-ganti pasangan menyebabkan suami/istri menjadi rentan terhadap penyakit menular seksual (PMS), bahkan rentan terjangkit virus HIV/AIDS.

2.3 Resiliensi Istri Pertama yang dipoligami

Pernikahan poligami adalah suatu pernikahan yang berbagi. Baik berbagi dalam hal kasih sayang, cinta, waktu dan materi untuk istri pertama, kedua dan seterusnya. Mayoritas para wanita mengatakan kontra pada poligami, karena dampak poligami kebanyakan merugikan untuk kaum perempuan. Dalam pernikahan tersebut juga membutuhkan suatu penerimaan yang tinggi dari seorang istri pertama. Bukan hanya itu saja, diperlukan rasa keikhlasan dan kesabaran yang luar biasa jika mengetahui suami menikah lagi.

Permasalahan yang di alami istri pertama dari suami yang berpoligami tanpa sepengetahuannya, terkadang berujung pada tingkat stress, traumatik dan memberikan efek melemahkan diri. Tidak hanya itu saja, poligami juga tidak lepas dari ketidaksetaraan dan ketidakadilan gender. Seorang istri akan menjadi individu yang inferior ketika hak-hak dan suaranya tidak dipedulikan lagi. Hal ini mengakibatkan seorang istri pertama merasakan ketidakberdayaan dan keterpurukan.

Sehingga pada masa sulit tersebut banyak faktor resiko yang di alami. Apalagi ketika faktor protektif tidak ada, maka keadaan ini akan membuat seorang istri pertama merasa tertekan yang kemudian biasanya dilampiaskan dalam bentuk perilaku yang menyimpang atau menjadi seorang yang putus asa. Sehingga perlu dipertanyakan hukum poligami jika suatu pernikahan tersebut memberikan dampak kepada seorang istri dan hanya menguntungkan seorang suami saja.

Sehingga resiliensi memungkinkan seorang istri pertama dapat mengatasi kesulitan yang dihadapi, sehingga dapat mengurangi beban yang ditanggung serta dapat hidup secara normal kembali. Setiap orang memiliki kapasitas resiliensi dalam dirinya. Tetapi, resiliensi dapat terlihat dengan jelas apabila seseorang berada pada tantangan atau masalah. Semakin seseorang berhadapan dengan banyak tantangan dan hambatan, maka akan semakin terlihat apakah ia

telah berhasil mengembangkan karakteristik resiliensi dalam dirinya atau tidak¹⁰³.

Resiliensi menurut Ong, Tugade & Frederickson dkk. (dalam Solichatun) mendefinisikan resiliensi sebagai sebuah kemampuan untuk segar kembali (*to bounce back*) dari pengalaman emosi negatif dan kemampuan-kemampuan untuk beradaptasi secara fleksibel terhadap permintaan-permintaan yang terus berubah pengalaman-pengalaman stress¹⁰⁴. Sehingga menjadi titik tekan dari setiap peneliti yaitu adaptasi yang positif dan kondisi yang menekan atau mengancam. Dan para peneliti resiliensi mengatakan bahwa resiliensi seolah menjadi payung yang mencakup banyak aspek yang berbeda dalam rangka seseorang mengatasi dan beradaptasi terhadap kesengsaraan¹⁰⁵. Dari sedikit uraian di atas sangat jelas bahwa seorang istri tersebut membutuhkan adanya resiliensi dalam diri agar ia dapat kembali pulih dari keterpurukan yang di alaminya dan mampu beradaptasi dari kondisi yang menekan.

¹⁰³ Bobey, Mary. (1999). *Resilience : The ability to bounce back from adversity*. American Academy of Pediatric.

¹⁰⁴ Sholichatun, Y. 2007. *Studi meta analisis afek positif dan resilien*. Jurnal psikologi dan keislaman. Vol. 4, Nomor 1, 51-69

¹⁰⁵ Manara, Muhammad Untung. 2008. *Pengaruh self-efficacy terhadap resiliensi pada mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri (Uin) Malang*. Skripsi tidak diterbitkan. Fakultas Psikologi. Universitas Islam Negeri (UIN) Malang. h., 9-10