



PENGARUH PERSELINGKUHAN DAN POLIGAMI DALAM KONFLIK KELUARGA: KAJIAN LITERATUR PSIKOLOGI KELUARGA ISLAM

Taufik Hidayat¹, Ahmad Supiannor²

¹ Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

² Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

*Corresponding Author : taufikhidayat@uin-antasari.ac.id

Abstract : This study explores the dynamics of family conflict triggered by the phenomena of infidelity and polygamy within the framework of Islamic family psychology. The objective of the research is to analyze the differences in psychological and sociological impacts between infidelity, viewed as a breach of commitment, and polygamy, which often triggers conflict due to structural unreadiness and emotional management issues. The method employed is a literature study (library research) with a qualitative-descriptive approach, analyzing various references related to family psychology and Islamic family law. The results indicate that infidelity leads to a profound breach of trust (betrayal trauma), while polygamy tends to trigger conflict due to unfair distribution of resources and attention, resulting in decreased psychological well-being for wives and children. The conclusion of this study emphasizes that although polygamy has legal standing, both phenomena have the potential to destroy family harmony if not managed with emotional maturity and the principle of justice. Conflict resolution in both phenomena requires a comprehensive psychological approach to restore the emotional stability of family members.

Keywords : *family conflict, infidelity, polygamy, islamic family psychology.*

Abstrak : Kajian ini mengeksplorasi dinamika konflik keluarga yang dipicu oleh fenomena perselingkuhan dan poligami dalam bingkai psikologi keluarga Islam. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis perbedaan dampak psikologis dan sosiologis antara perselingkuhan yang dipandang sebagai pelanggaran komitmen, dengan poligami yang sering kali memicu konflik akibat ketidaksiapan struktural dan manajemen emosi. Metode yang digunakan adalah studi literatur (library research) dengan pendekatan kualitatif-deskriptif, menganalisis berbagai sumber referensi terkait psikologi keluarga dan hukum keluarga Islam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perselingkuhan berdampak pada rusaknya kepercayaan secara mendalam (betrayal trauma), sementara poligami cenderung memicu konflik akibat ketidakadilan pembagian sumber daya dan perhatian yang berujung pada penurunan kesejahteraan psikologis istri dan anak. Kesimpulan penelitian ini menegaskan bahwa meskipun poligami memiliki legalitas hukum, keduanya sama-sama berpotensi menghancurkan harmoni keluarga jika tidak dikelola dengan kematangan emosi dan prinsip keadilan. Penanganan konflik dalam kedua fenomena ini memerlukan pendekatan psikologis yang komprehensif untuk memulihkan stabilitas emosional anggota keluarga.

Kata Kunci: *konflik keluarga, perselingkuhan, poligami, psikologi keluarga islam.*

PENDAHULUAN

Problematika atau konflik merupakan bagian yang normal dalam setiap hubungan manusia, termasuk dalam kehidupan berumah tangga. Karena dua

individu atau kelompok yang hidup bersama tentu tidak selalu memiliki pandangan atau keputusan yang sejalan dalam setiap situasi. Secara umum, konflik dapat dipahami sebagai kondisi ketika seseorang mengalami tekanan untuk memberikan respons terhadap rangsangan yang muncul akibat adanya dua dorongan atau kepentingan yang saling bertentangan, sehingga salah satunya menimbulkan rasa frustrasi terhadap yang lain. Dalam konteks keluarga atau pernikahan, konflik merupakan perselisihan yang terjadi antara suami dan istri sebagai pasangan hidup, dimana kondisi ini dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kualitas relasi, stabilitas emosi, serta keharmonisan keluarga. (Wardah Nuroniyah, 2023, hlm. 111)

Dalam literatur psikologi keluarga, salah satu problem yang kerap disoroti adalah perselingkuhan dan poligami. Secara konsep, nampak perbedaan yang jelas antara keduanya. Poligami pada hakikatnya dapat menjadi praktik yang sah menurut ketentuan hukum Islam dan juga diakui oleh hukum positif di Indonesia (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 71-72). Sebaliknya, perselingkuhan dipandang sebagai tindakan yang pasti bermakna negatif, karena dianggap melanggar prinsip kesetiaan serta merusak komitmen yang menjadi landasan terbentuknya sebuah pernikahan (Ulfiah, 2016, hlm. 156). Namun di samping itu, kedua situasi tersebut sama-sama melibatkan kehadiran pihak ketiga dalam lingkup hubungan suami-istri, yang pada umumnya berpotensi memicu berbagai problematika rumah tangga.

Selain itu, dalam realitas sosial, persoalan poligami dan perselingkuhan semakin sering menjadi bahan perdebatan. Karena sebagian masyarakat beranggapan bahwa praktik poligami dengan tindakan perselingkuhan sama saja tidak ada bedanya. Sebagaimana disampaikan dalam salah satu artikel di Kompasiana.com, ketika seorang suami menyatakan keinginannya untuk menikah lagi, respons masyarakat sering kali berupa penilaian negatif dan tuduhan bahwa ia telah mengkhianati pasangan. Padahal, secara normatif agama memberikan ruang bagi laki-laki untuk berpoligami hingga empat istri dengan syarat-syarat tertentu. (Muh Khamdan, 2025). Meskipun demikian, bagi sebagian masyarakat, keinginan untuk berpoligami tetap dipersepsikan sebagai perilaku yang identik dengan perselingkuhan, sehingga memunculkan stigma dan kesalahpahaman yang terus berulang.

Oleh karena itu, kajian mengenai perselingkuhan dan poligami dalam literatur psikologi keluarga menjadi sangat penting, untuk memahami bagaimana kedua fenomena tersebut memengaruhi konflik dalam rumah tangga. Meskipun secara konsep keduanya berbeda, tetapi keduanya sama-sama berpotensi menimbulkan tekanan emosional, ketegangan relasional, serta ketidakstabilan dalam keluarga. Penelitian ini berfokus pada pembahasan poligami dan perselingkuhan dalam literatur psikologi, serta pengaruh keduanya dalam konflik keluarga. Kajian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi akademik dalam memahami problematika keluarga modern sekaligus memberikan dasar bagi upaya penyelesaian konflik yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian jenis *library research* karena objek

kajiannya berupa gagasan dan konsep teoritis, bukan fenomena lapangan (Rahmadi, 2011, hlm. 15). Pendekatan yang digunakan adalah analisis konseptual, yaitu pendekatan penelitian yang berfokus pada penelaahan gagasan, teori, dan doktrin yang berkembang dalam suatu bidang ilmu (Nur Solikin, 2021, hlm. 61), serta pendekatan komparatif, yaitu pendekatan yang dilakukan dengan membandingkan dua atau lebih objek kajian untuk menemukan persamaan, perbedaan, serta karakteristik khas dari masing-masing objek (Nur Solikin, 2021, hlm. 62). Analisis konseptual dipilih untuk memperjelas batasan antara poligami dan perselingkuhan dalam kajian psikologi keluarga, serta menguraikan bagaimana masing-masing dari perselingkuhan dan poligami memicu dan memperkuat konflik keluarga. Sedangkan pendekatan komparatif digunakan untuk melihat titik temu dan perbedaan keduanya secara sistematis.

Sumber data primer penelitian ini meliputi literatur psikologi keluarga yang didalamnya ada pembahasan problematika keluarga terkait perselingkuhan dan poligami. literatur tersebut seperti *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender* karya Dr. Hj. Mufidah, Ch., Mag., *Psikologi Keluarga* karya Dr. Hj. Ulfiah, Msi., *Psikologi Keluarga* karya Diah Widiawati Retnoningtias dkk., *Psikologi Keluarga* karya Yustinus Joko Dwi Nugroho, M.Psi., *Psikolog*, dan *Sikulujiyyah al-Musykilat al-Usariyyah* karya Dr. Ahmad Abdul Lathif Abu As'ad dan Dr. Sami Muhsin. Adapun sumber data sekunder terdiri atas artikel jurnal psikologi, artikel-artikel ilmiah terkait isu problematika keluarga terkait perselingkuhan dan poligami. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur buku, e-book, dan jurnal ilmiah. Kemudian data dianalisis dengan menggunakan metode analisis isi (content analysis) dan analisis konseptual, yang disesuaikan dengan karakter penelitian berbasis literatur. Hal tersebut bertujuan untuk mengorganisasikan, menyederhanakan, dan menafsirkan berbagai temuan literatur sehingga menghasilkan gambaran yang komprehensif (Rahmadi, 2011, hlm. 92-93) mengenai isu perselingkuhan dan poligami dalam perspektif psikologi, serta pengaruh keduanya dalam konflik keluarga.

HASIL DAN DISKUSI

1. Perselingkuhan

Kata *selingkuh* dalam KBBI memiliki makna 'suka menyembunyikan sesuatu untuk kepentingan sendiri, tidak berterus terang, tidak jujur, curang, atau suka menyeleweng'. (Wardah Nuroniyyah, 2023) Definisi ini menunjukkan bahwa secara bahasa saja, istilah *selingkuh* sudah mengandung konotasi yang negatif. Menurut beberapa ahli seperti Wagers, mendefinisikan perselingkuhan sebagai bentuk perilaku atau kecenderungan seseorang yang melibatkan hubungan emosional maupun seksual dengan individu lain di luar ikatan pernikahan. Adapun menurut Rosenberg, perselingkuhan dibedakan ke dalam dua bentuk utama, yaitu perselingkuhan seksual dan perselingkuhan emosional. Perselingkuhan seksual mencakup pelanggaran terhadap prinsip kesetiaan fisik, seperti tindakan berpelukan, berciuman, hingga melakukan hubungan intim dengan orang lain selain pasangan sah. Adapun perselingkuhan emosional

terjadi ketika seseorang menjalin kedekatan perasaan dengan pihak lain di luar pasangan, yang pada akhirnya dapat memunculkan ketertarikan dan dorongan seksual terhadap orang tersebut. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 116-117)

Dari kedua definisi tersebut, perselingkuhan dapat dipahami sebagai perilaku seseorang yang telah terikat dalam hubungan pernikahan, tetapi mengingkari komitmen tersebut dengan menjalin kedekatan emosional maupun hubungan fisik dengan individu lain di luar pasangan sahnya. Tindakan ini merupakan bentuk pengkhianatan terhadap kepercayaan dan kesetiaan dalam pernikahan. Perselingkuhan tidak selalu terbatas pada keterlibatan fisik atau hubungan seksual semata, melainkan juga mencakup keterikatan emosional yang melibatkan perhatian berlebih, komunikasi intens, serta keterlibatan pikiran dan perasaan terhadap orang lain di luar pasangan, yang pada akhirnya dapat mengancam keutuhan hubungan rumah tangga.

Berdasarkan ada atau tidaknya unsur hubungan seksual di dalamnya, para ahli dan peneliti umumnya membagi perselingkuhan ke dalam dua kategori utama.

1) Perselingkuhan Tanpa Hubungan Seksual

Menurut Nagurney dan Thornton Jenis perselingkuhan ini terjadi ketika seseorang menjalin hubungan emosional atau perasaan cinta dengan individu lain di luar ikatan pernikahan tanpa melibatkan unsur seksual. Meskipun tidak terjadi kontak fisik, hubungan seperti ini tetap dianggap sebagai bentuk pengkhianatan karena melanggar kepercayaan dan mengurangi komitmen terhadap pasangan sah. Bentuk perselingkuhan emosional dapat muncul melalui interaksi langsung maupun melalui internet yang mengarah pada kedekatan romantis di luar batas hubungan pernikahan. Menurut Guitar, tindakan seperti menyembunyikan komunikasi dengan pihak lain, terus memikirkan orang tersebut, mengabaikan pasangan secara emosional, bahkan sering membicarakan orang itu, termasuk dalam kategori perselingkuhan emosional.

2) Perselingkuhan seksual

Perselingkuhan jenis ini ditandai dengan adanya keterlibatan fisik atau aktivitas seksual dengan individu lain di luar pasangan pernikahan. Chuiick menjelaskan bahwa bentuknya dapat berupa sentuhan fisik, pelukan, ciuman, aktivitas bercumbu, hingga hubungan seksual secara penuh. Guitar menambahkan bahwa keinginan atau niat untuk melakukan hubungan seksual dengan orang lain, serta tindakan menggoda melalui media sosial atau pesan yang bernuansa erotis, juga termasuk dalam bentuk perselingkuhan seksual. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 117-118)

Oleh karena itu, seseorang dapat dikategorikan melakukan perselingkuhan tidak semata-mata ketika terjadi hubungan seksual secara fisik, tetapi juga ketika terjalin keterikatan emosional yang melampaui batas komitmen pernikahan. Perselingkuhan mencakup setiap bentuk hubungan tersembunyi dengan pihak lain, baik berupa kedekatan perasaan, komunikasi intim yang dirahasiakan, fantasi romantis, hingga keterlibatan fisik dan seksual,

yang mengalihkan kesetiaan, merusak kepercayaan, serta mengurangi komitmen terhadap pasangan yang sah. Batasan perselingkuhan tidak hanya ditentukan oleh tindakan seksual semata, melainkan juga oleh adanya ikatan emosional meskipun tanpa adanya hubungan fisik.

Dalam pandangan Islam, pembahasan mengenai perselingkuhan sangat erat kaitannya dengan konsep zina sebagaimana dijelaskan dalam Al-Qur'an maupun As-Sunnah. Meskipun istilah "perselingkuhan" tidak disebutkan secara eksplisit dalam nash, maknanya tercakup dalam perilaku zina karena pada beberapa bentuk perzinaan ada poin yang sama-sama melibatkan pelanggaran terhadap komitmen kesucian pernikahan. (Ulfiyah, 2016, hlm. 158) Perbedaannya terletak pada konteks pelakunya. Perselingkuhan umumnya dilakukan oleh individu yang telah menikah dan menjalin hubungan di luar pernikahan, baik dalam bentuk kedekatan emosional maupun fisik, sedangkan zina dapat dilakukan oleh siapa saja, baik oleh mereka yang telah terikat dalam pernikahan maupun oleh dua orang yang sama sekali tidak memiliki ikatan pernikahan sebelumnya.

Dalam hadis Nabi Muhammad *Shallallahu 'alaihi wa Sallam* bersabda yang artinya: *"Sesungguhnya Allah telah menetapkan bagi anak Adam bagian dari zina yang pasti akan ia lakukan, tidak dapat dihindari. Zina kedua mata adalah memandangi, zina lisan adalah berbicara, dan hati berkeinginan serta berhasrat. Sedangkan kemaluanlah yang membenarkan (melaksanakan) atau mendustakannya (tidak melakukannya)."* Hadis tersebut menjelaskan bahwa setiap anak Adam memiliki potensi melakukan zina dalam berbagai bentuk. Mata dapat berzina melalui pandangan, telinga melalui pendengaran, lidah melalui perkataan, tangan melalui sentuhan, kaki melalui langkah menuju maksiat, dan hati melalui keinginan, sedangkan kemaluanlah yang menentukan apakah zina itu benar-benar terjadi atau tidak.

Al-Qur'an juga dengan tegas telah melarang segala bentuk perbuatan yang mengarah pada zina. Dalam Q.S. Al-Isra': 32 disebutkan, *"Dan janganlah kamu mendekati zina; sesungguhnya zina itu adalah perbuatan yang keji dan suatu jalan yang buruk."* Berdasarkan penjelasan dalam *Tafsir Ibnu Katsir*, ayat ini bukan hanya melarang perzinaan secara langsung, tetapi juga segala hal yang dapat mengantarkan kepadanya, termasuk tindakan dan interaksi yang berpotensi menimbulkan rangsangan atau kedekatan yang tidak syar'i. (Ulfiyah, 2016, hlm. 158) Dengan demikian, perselingkuhan, baik yang bersifat emosional maupun fisik dipandang sebagai perbuatan tercela dan termasuk dosa besar yang bertentangan dengan ajaran Islam.

Adapun penyebab perselingkuhan, Eaves dan Robertson-Smith menyimpulkan bahwa bentuk perselingkuhan antara laki-laki dan perempuan memiliki kecenderungan yang berbeda. Perselingkuhan pada laki-laki umumnya berorientasi pada hubungan fisik atau seksual, sedangkan pada perempuan lebih sering dilatarbelakangi oleh kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi. Pandangan serupa disampaikan oleh Watkins dan Boon, yang menjelaskan bahwa perempuan cenderung berselingkuh karena merasa kurang diperhatikan secara emosional, sementara laki-laki lebih terdorong oleh hasrat seksual. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 123)

Brand juga menambahkan bahwa faktor lain seperti rasa bosan terhadap

pasangan, perasaan tidak bahagia dalam hubungan, kehilangan ketertarikan, serta munculnya peluang atau kesempatan dapat mendorong seseorang melakukan perselingkuhan. Bahkan, ada pula individu yang berselingkuh tanpa alasan yang jelas, semata karena keinginan pribadi. Dalam konteks modern, kemajuan teknologi juga menjadi salah satu penyebab meningkatnya kasus perselingkuhan. Akses komunikasi yang semakin mudah melalui internet memungkinkan seseorang menjalin kedekatan dengan individu lain tanpa batas ruang dan waktu. Hal ini melahirkan fenomena *cyber affair*, yakni bentuk hubungan romantis atau seksual yang terjalin secara daring melalui kontak. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 123)

Berbeda dengan pandangan di atas, Saputro mengemukakan bahwa perselingkuhan sering kali disebabkan oleh faktor psikologis, seperti kurangnya rasa percaya terhadap pasangan, keinginan untuk bebas tanpa kendali, berkurangnya rasa cinta, penolakan emosional dari pasangan, serta hilangnya rasa dihargai dalam hubungan. Lemahnya komitmen pernikahan dan munculnya keraguan terhadap pasangan juga berpotensi menumbuhkan perilaku selingkuh. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 124)

Sementara itu, Hasan dkk. mengidentifikasi beberapa penyebab umum terjadinya perselingkuhan, antara lain:

- 1) Rasa bosan terhadap pasangan
- 2) Menurunnya perhatian dan kasih sayang
- 3) Berkurangnya rasa cinta
- 4) Hubungan jarak jauh (*long distance marriage*) yang menimbulkan kesepian,
- 5) Kecenderungan membandingkan pasangan dengan orang lain, baik dari segi fisik maupun materi
- 6) Munculnya godaan dari pihak luar
- 7) Keinginan memiliki lebih dari satu pasangan
- 8) Kondisi pasangan yang sakit sehingga tidak mampu memenuhi kebutuhan biologis (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 124)

Banyak sekali faktor yang menyebabkan terbukanya pintu perselingkuhan, dari faktor biologis, emosional, psikologis, sampai situasional atau kombinasi dari hal-hal tersebut. Kebanyakan pada laki-laki, dorongan seksual kerap menjadi pendorong utama, sementara pada perempuan, kebutuhan emosional yang tidak terpenuhi lebih dominan memicu terjadinya perselingkuhan. Namun demikian, penyebabnya tidak dapat dipandang secara tunggal, karena pengalaman ketidakpuasan dalam hubungan, lemahnya komitmen, rasa bosan, kurangnya perhatian, serta peluang dari lingkungan sekitar sama-sama berperan dalam menciptakan kondisi rawan selingkuh. Kemajuan teknologi dan akses komunikasi digital turut memperluas ruang terjadinya kedekatan di luar pasangan, sehingga menambah kompleksitas faktor penyebabnya.

2. Poligami

Poligami merupakan suatu sistem perkawinan di mana salah satu pihak

memiliki atau menikahi lebih dari satu pasangan lawan jenis dalam waktu yang bersamaan. Apabila praktik tersebut dilakukan oleh laki-laki, maka disebut poligini, yaitu bentuk pernikahan yang memperbolehkan seorang pria memiliki beberapa istri pada waktu yang sama. Sebaliknya, jika dilakukan oleh perempuan, maka disebut poliandri, yakni bentuk pernikahan di mana seorang wanita memiliki lebih dari satu suami dalam satu waktu. (Mufidah, 2014, hlm. 199-200) Akan tetapi istilah untuk mengungkapkan pernikahan seorang pria dengan memiliki dua istri atau lebih dalam waktu yang bersamaan lebih dikenal dengan sebutan poligami.

Dalam ajaran Islam, poligami dipahami sebagai praktik menikahi lebih dari satu perempuan dengan batas maksimal yang lazim diterima, yaitu empat istri. Namun, terdapat perbedaan pandangan di kalangan para ulama terkait penafsiran Surah An-Nisa/4:3 sebagai dasar hukum poligami, sehingga sebagian kecil kelompok memahami bahwa jumlah istri dapat melebihi empat bahkan lebih dari sembilan. Meski demikian, pendapat yang membatasi poligami hingga empat istri telah ditegaskan dalam ketentuan hukum positif Indonesia, khususnya Kompilasi Hukum Islam Bab XI tentang Batalnya Perkawinan. Pasal 70 menyatakan bahwa suatu perkawinan menjadi batal apabila seorang suami melangsungkan akad nikah sementara ia tidak berhak melakukannya karena telah memiliki empat istri, termasuk ketika salah satu dari istri tersebut masih berada dalam masa iddah talak raj'i. (Wardah Nuronyah, 2023, hlm. 145) Dengan demikian, baik dari aspek keagamaan maupun peraturan hukum yang berlaku, batas maksimal poligami ditetapkan hanya sampai empat istri.

Dari definisi poligami tersebut dapat dipahami pula bahwa poligami dapat diklasifikasikan ke dalam dua bentuk utama. Pertama, poligami dengan dua istri, yaitu bentuk perkawinan di mana seorang laki-laki menikahi dua orang wanita dalam waktu yang bersamaan. Jenis poligami ini merupakan bentuk yang paling sering ditemukan dalam masyarakat karena dianggap lebih realistis dalam hal tanggung jawab, kemampuan ekonomi, dan pemenuhan keadilan terhadap kedua belah pihak. Kedua, poligami dengan lebih dari dua istri, yakni bentuk pernikahan di mana seorang laki-laki memiliki tiga atau empat istri sekaligus dalam satu waktu. Bentuk kedua ini menuntut tingkat keadilan, kemampuan finansial, serta tanggung jawab yang lebih besar dari pihak suami agar tidak menimbulkan ketimpangan dalam kehidupan rumah tangga.

Pernikahan poligami maupun monogami pada dasarnya memiliki tujuan yang sama, yaitu mewujudkan keluarga yang *sakinah, mawaddah, dan rahmah*. Keduanya menjadi sarana untuk membangun kehidupan rumah tangga yang harmonis dan penuh kasih sayang. Seorang suami diibaratkan sebagai nahkoda yang memimpin bahtera rumah tangga, sementara istri, baik satu maupun lebih, berperan sebagai pendamping yang memperkuat perannya sebagai kepala keluarga. Bentuk monogami telah lama menjadi praktik yang umum di masyarakat, sedangkan poligami masih menjadi perbincangan dan menimbulkan beragam pandangan. Meskipun demikian, Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan telah mengatur keduanya secara tegas, terutama dalam Pasal 3 dan Pasal 4 ayat (2), yang menjelaskan secara rinci mengenai ketentuan dan syarat diperbolehkannya praktik poligami. (Diah

Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 71-72)

Adapun penyebab, ada berbagai faktor yang melatarbelakangi munculnya praktik pernikahan poligami. Di antaranya adalah faktor-faktor berikut:

1) Faktor biologis

Aspek ini berkaitan dengan fitrah manusia yang secara naluriah memiliki dorongan biologis dan keinginan untuk memperoleh kepuasan dalam kehidupan berumah tangga. Tidak sedikit suami yang merasa kebutuhan biologisnya belum sepenuhnya terpenuhi oleh satu pasangan, terutama ketika istri sedang mengalami kondisi tertentu seperti menstruasi, masa nifas setelah melahirkan, atau gangguan kesehatan yang menyebabkan keterbatasan dalam hubungan suami-istri. Dalam Islam, masa-masa tersebut menjadi waktu di mana hubungan fisik antara suami dan istri tidak diperbolehkan. Kondisi ini terkadang menimbulkan ketidakseimbangan dalam kebutuhan seksual pasangan, sehingga sebagian suami mencari alternatif yang sah menurut syariat untuk menghindari perbuatan maksiat. Dalam konteks ini, poligami dianggap sebagai salah satu solusi yang dapat mencegah terjadinya penyimpangan moral dan menjaga kehormatan diri dari perilaku zina. (Zuman Malaka, 2023, hlm. 180)

2) Faktor ekonomi

Kondisi ekonomi yang mapan juga dapat menjadi pendorong seseorang untuk melakukan poligami. Mereka yang memiliki kemampuan finansial yang cukup, terutama dari kalangan ekonomi menengah ke atas, cenderung lebih mampu untuk menanggung tanggung jawab nafkah lebih dari satu istri. Dengan stabilitas ekonomi yang memadai, sebagian laki-laki merasa memiliki kemampuan untuk membina lebih dari satu rumah tangga secara adil, baik dari segi materi maupun perhatian. Sebaliknya, bagi mereka yang berada pada tingkat ekonomi menengah ke bawah, poligami sering kali sulit diwujudkan karena keterbatasan dalam memenuhi kebutuhan dasar keluarga. (Zuman Malaka, 2023, hlm. 180)

3) Faktor Sosiologis

Faktor sosiologis yang memengaruhi praktik poligami tampak ketika seseorang menjalankan poligami bukan karena dorongan biologis atau pertimbangan rasional, tetapi lebih karena mengikuti adat istiadat atau kehendak orang tua. Sebagai contoh, terdapat keluarga atau komunitas tertentu yang meyakini bahwa seorang laki-laki harus memiliki dua istri, dan apabila tidak melaksanakannya, ia diyakini akan tertimpa kesialan atau musibah. Keyakinan budaya semacam ini mendorong individu untuk berpoligami meskipun secara pribadi mungkin tidak menginginkannya. Karena itulah, kita yang berada di luar tradisi tersebut perlu menghargai pilihan mereka, sebab setiap kelompok masyarakat memiliki sudut pandang dan sistem nilai yang berbeda dalam memaknai praktik poligami. (Wardah Nuroniyah, 2023, hlm. 147-148)

Adapun dari sisi wanita, bahwa kesediaan seorang wanita menjadi istri kedua tidak hanya didorong oleh alasan ideologis semata, seperti keinginan

untuk menikah dengan laki-laki saleh, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain. Salah satunya adalah faktor ekonomi dan status sosial, di mana sebagian wanita memandang bahwa menikah dengan laki-laki yang memiliki kemampuan finansial dan kedudukan sosial yang lebih baik dapat memberikan jaminan hidup yang lebih layak dan stabil. Selain itu, terdapat pula faktor psikologis dan tekanan sosial, yakni dorongan untuk menghindari stigma negatif dari masyarakat, seperti cap “pelakor”, yang seringkali membuat perempuan memilih jalur pernikahan sah meskipun sebagai istri kedua. Faktor lainnya adalah ketertarikan fisik dan emosional, ketika seorang wanita merasa tertarik pada ketampanan, wibawa, atau kepribadian laki-laki tersebut. Tak jarang juga keputusan ini dipengaruhi oleh faktor keturunan dan keibuan, di mana wanita berharap dapat memperoleh keturunan atau memberikan figur ayah sambung bagi anaknya. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 73–74)

3. Pengaruh Perselingkuhan dan Poligami terhadap dalam Konflik Keluarga

Secara etimologis, istilah konflik berasal dari bahasa Latin *con* yang berarti “bersama” dan *fligere* yang bermakna “berbenturan” atau “bertabrakan”. Konflik pada umumnya muncul akibat adanya perbedaan pandangan, kepentingan, atau tujuan. Oleh karena itu, konflik selalu melibatkan dua pihak atau lebih, mengingat tidak ada individu yang memiliki pemikiran dan kepentingan yang sepenuhnya sama. Konflik hanya dapat terjadi apabila pihak-pihak tersebut saling berinteraksi, yang biasanya dimungkinkan karena mereka berada dalam lingkungan atau wilayah yang sama, seperti tinggal di rumah, sekolah, atau negara yang sama. (Husin Sutanto dkk., 2022, hlm. 2) Pola interaksi yang berbeda pada setiap anggota keluarga, tidak jarang menimbulkan problem yang sangat serius dalam kehidupan keluarga. (Sumarto, 2019, hlm. 3; Yustinus Joko Dwi Nugroho, 2023, hlm. 112) Oleh karena itu, keberadaan konflik pada dasarnya merupakan hal yang wajar terjadi dan tidak selalu bersifat negatif, selama dikelola secara sehat dan tepat. Sebaliknya, jika konflik tidak dikelola dengan baik, dikhawatirkan akan berdampak negatif terhadap keharmonisan dan stabilitas hubungan suami istri. Terlebih lagi apabila banyak dari anggota keluarga belum memahami pentingnya relasi keluarga.

Dalam konteks perselingkuhan, pengaruh dan dampak tidak hanya dirasakan oleh pasangan yang diselingkuhi, tetapi juga oleh pelaku dan anak-anak dalam keluarga. Setiap pihak mengalami tekanan emosional dan gangguan psikologis yang berbeda-beda, tergantung pada peran serta kedalaman keterlibatan mereka dalam peristiwa perselingkuhan tersebut.

1) Dampak terhadap Pelaku

Bagi pelaku, perselingkuhan sering kali menimbulkan konflik batin dan tekanan psikologis. Perasaan bersalah, malu, dan ketakutan akan diketahui oleh pasangan atau lingkungan sosial menjadi sumber stres yang berat. Menurut Saputro, pelaku cenderung mengalami beban moral akibat kesadaran telah mengkhianati kepercayaan pasangan. Penelitian lain oleh Hall dan Fincham mengungkapkan bahwa pelaku dapat mengalami gejala depresi, rasa bersalah

yang mendalam, serta gangguan kecemasan. Secara fisik, stres kronis akibat rasa takut dan tekanan psikologis dapat berdampak pada kesehatan tubuh, seperti gangguan jantung, peningkatan kadar hormon kortisol, kelelahan mental, hingga gangguan tidur. Kondisi ini diperparah ketika pelaku harus terus menutupi hubungan gelapnya dari pasangan dan lingkungan sekitar, sehingga menciptakan siklus stres yang berkelanjutan dan menurunkan kualitas hidup. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 125-127)

2) Dampak terhadap pasangan yang diselingkuhi

Korban perselingkuhan umumnya mengalami trauma emosional yang mendalam akibat pengkhianatan yang dilakukan oleh pasangan. Menurut Nagurney dan Thornton, rasa dikhianati dapat memunculkan kemarahan, kekecewaan, dan kehilangan rasa percaya, baik kepada pasangan maupun pada diri sendiri. Azhar, Robustelli, Cano dan Leary juga menambahkan bahwa dalam jangka panjang, korban dapat menunjukkan gejala depresi, gangguan kecemasan, hingga *post-traumatic stress disorder (PTSD)*. Korban juga melewati beberapa tahap psikologis, mulai dari penolakan dan kemarahan, hingga akhirnya mencapai tahap penerimaan. Namun, tidak semua individu mampu mencapai tahap akhir ini dengan baik. Secara fisik, korban dapat mengalami tekanan darah tinggi, gangguan tidur (*insomnia*), penurunan nafsu makan, serta keluhan psikosomatik lainnya. Secara spiritual, sebagian korban juga mengalami krisis iman dan mempertanyakan keadilan Tuhan atas ujian yang menimpa rumah tangganya. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 127-130)

3) Dampak terhadap Anak

Dampak perselingkuhan tidak berhenti pada pasangan suami istri, melainkan turut dirasakan oleh anak-anak yang menjadi saksi atau korban tidak langsung dari konflik orang tuanya. Penelitian oleh Subotnik dan Harris menunjukkan bahwa anak-anak yang orang tuanya berselingkuh berpotensi mengalami gangguan emosional, rasa tidak aman, hingga penurunan kepercayaan diri. Sori menambahkan bahwa mereka juga dapat meniru perilaku negatif orang tua, seperti perilaku seksual berisiko, penggunaan alkohol, atau narkoba. Selain itu, anak dapat mengalami kebingungan emosional dan kehilangan figur teladan, terutama jika ayah atau ibu yang berselingkuh menjadi panutan utama. Rasa malu, kemarahan, dan kebencian kepada salah satu atau kedua orang tuanya dapat menimbulkan jarak emosional yang dalam. Tidak jarang, anak menjadi sulit mempercayai orang lain, mengalami gangguan dalam hubungan sosial, serta memiliki pandangan negatif terhadap pernikahan di masa depan. Namun, dalam beberapa kasus, anak justru mampu menjadikan pengalaman tersebut sebagai pelajaran berharga untuk memperbaiki diri dan membangun keluarga yang lebih sehat secara emosional di masa depan, tentu dengan dukungan sosial dan bimbingan moral yang memadai dari lingkungan sekitarnya. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 130-132)

Perselingkuhan prolem besar dalam rumah tangga yang membawa dampak multidimensional, sehingga bisa merusak tatanan psikologis, sosial, dan spiritual dalam keluarga. Pelaku perselingkuhan tidak hanya menghadapi

tekanan moral dan psikologis yang berujung pada stres dan gangguan kesehatan, tetapi juga kehilangan kepercayaan diri serta kedamaian batin. Korban, di sisi lain, mengalami luka emosional yang mendalam berupa trauma, kehilangan rasa aman, dan keruntuhan kepercayaan terhadap pasangan, bahkan terhadap nilai-nilai pernikahan itu sendiri. Sementara itu, anak-anak sebagai pihak yang paling rentan turut merasakan dampak negatif berupa gangguan emosi, rasa malu, penurunan kepercayaan terhadap orang tua, hingga kesulitan menjalin hubungan sosial di masa depan.

Begitupula dalam konteks rumah tangga poligami, meskipun pada dasarnya dinamika dan permasalahan rumah tangga poligami tidak jauh berbeda dengan rumah tangga monogami, tetapi tingkat kompleksitasnya cenderung lebih tinggi. Nugroho menjelaskan bahwa permasalahan yang muncul dapat diselesaikan dengan baik apabila suami memiliki kemampuan, pengetahuan, dan kedewasaan dalam mengelola hubungan antar anggota keluarganya. Sebaliknya, jika suami tidak memiliki pemahaman yang cukup mengenai prinsip dan etika dalam berpoligami, maka kehidupan rumah tangganya berpotensi dilanda berbagai konflik dan ketidakharmonisan. Dalam praktik di masyarakat, poligami sering kali menimbulkan persoalan, terutama terkait ketidakadilan suami terhadap para istrinya, seperti adanya tekanan psikologis maupun fisik, pengabaian hak-hak salah satu istri dan anak-anaknya, hingga ketimpangan dalam pemenuhan kebutuhan lahir dan batin. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 72-73)

Wardah Nuroniyah menyebutkan, bahwa dampak dari poligami tentunya akan dirasakan oleh anak dan istri:

1) Dampak terhadap Istri

Berdasarkan penelitian Al-Krenawi terhadap perempuan di Suriah, praktik poligami menunjukkan kecenderungan menurunnya tingkat kepuasan hidup dan kepuasan perkawinan pada perempuan. Kondisi tersebut membuat mereka lebih rentan mengalami gangguan psikologis yang berdampak pada kesehatan, seperti depresi, gangguan psikosomatis, kecemasan, hingga kecenderungan paranoid. Meskipun demikian, secara umum fungsi keluarga pada perempuan yang menjalani poligami tidak memperlihatkan perbedaan yang signifikan jika dibandingkan dengan perempuan dalam pernikahan monogami. Dalam situasi tersebut, perempuan kerap merasakan perasaan rendah diri, merasa tidak berharga, serta menyalahkan diri sendiri karena menganggap tidak mampu menjalankan perannya sebagai istri. Selain itu, mereka berpotensi kehilangan rasa aman, kenyamanan, serta perhatian dan kasih sayang dari suami, yang kemudian menimbulkan kekhawatiran dan kecemasan terhadap kondisi serta masa depan diri mereka maupun anak-anaknya.

2) Dampak terhadap Anak

Praktik poligami juga dapat memberikan pengaruh psikologis terhadap anak, antara lain munculnya perasaan cemburu, marah, sedih, dan kecewa. Selain itu, anak berpotensi mengalami kekurangan perhatian serta kasih sayang

dari orang tua akibat terbagiannya peran dan tanggung jawab dalam keluarga. Kondisi tersebut, khususnya pada anak perempuan, apabila tidak ditangani secara tepat, dapat menimbulkan trauma psikologis yang berdampak pada munculnya rasa takut atau keraguan terhadap institusi perkawinan dengan laki-laki di masa depan. (Wardah Nuroniyah, 2023, hlm. 149)

Praktik poligami yang tidak sesuai dengan ketentuan hukum atau etika sering kali masih ditemukan dalam kehidupan masyarakat dan kerap berujung pada pelanggaran hak-hak perempuan. Berdasarkan laporan dari Lembaga Bantuan Hukum (LBH) Asosiasi Perempuan Indonesia untuk Keadilan (APIK), banyak kasus menunjukkan bahwa keluarga yang menjalani poligami justru menghadapi berbagai bentuk kekerasan dan ketidakadilan. Hikmah menjelaskan bahwa dampak tersebut meliputi kekerasan fisik maupun psikis terhadap istri, penelantaran ekonomi karena tidak diberi nafkah, ditinggalkan atau bahkan diceraikan oleh suami, serta ancaman yang datang dari istri lain dalam hubungan tersebut. (Diah Widiawati Retnoningtias dkk., 2024, hlm. 76)

Dengan demikian, poligami membawa implikasi yang kompleks terhadap kehidupan keluarga, terutama ketika dijalankan tanpa memenuhi prinsip keadilan, tanggung jawab, dan kematangan emosional dari pihak suami. Meskipun secara teoritis poligami dapat berlangsung harmonis apabila dikelola dengan baik, dalam praktiknya berbagai faktor seperti ketidakmampuan suami mengatur relasi antaristri, ketimpangan pemenuhan hak, serta lemahnya pemahaman terhadap etika berpoligami sering kali menjadi sumber konflik dan ketidakstabilan keluarga. Temuan-temuan dari berbagai penelitian dan lembaga advokasi menunjukkan bahwa poligami lebih rentan menimbulkan ketidakadilan, kekerasan, dan penderitaan emosional bagi perempuan dan anak.

Sedangkan terkait praktik poligami dengan jumlah istri lebih dari dua, maka semakin banyak jumlah istri yang dimiliki seorang suami, maka semakin besar pula potensi munculnya permasalahan dan tingkat kompleksitas hubungan keluarga. Poligami dengan dua istri mungkin masih dapat dikelola dengan baik apabila suami memiliki kemampuan emosional dan ekonomi yang seimbang, namun ketika jumlah istri bertambah menjadi tiga atau empat, tantangan dalam menjaga keadilan, keharmonisan, dan stabilitas rumah tangga meningkat secara signifikan. Hal ini disebabkan oleh bertambahnya kebutuhan, tuntutan, serta potensi konflik di antara para istri dan anak-anak, sehingga menuntut tanggung jawab dan kebijaksanaan yang jauh lebih besar dari pihak suami.

Perselingkuhan dan Poligami sama-sama merupakan sumber konflik serius dalam rumah tangga, namun keduanya memiliki perbedaan mendasar dalam sifat dan dampak. Perselingkuhan didefinisikan sebagai pengkhianatan yang melanggar janji monogami dan kepercayaan, sehingga konflik yang timbul berpusat pada trauma mendalam, kemarahan, dan runtuhnya rasa aman akibat penipuan. Dampaknya bersifat multidimensional, memicu stres psikologis, rasa bersalah, dan malu pada pelaku, serta menyebabkan trauma emosional, depresi, hingga gangguan kesehatan mental pada korban yang diselingkuhi. Sebaliknya, poligami, meskipun secara teori diizinkan dalam konteks tertentu, sering menjadi sumber konflik karena kompleksitas struktural dan isu keadilan.

Konflik dalam poligami berakar pada ketidakmampuan suami mengelola hubungan antaristri secara adil (baik fisik maupun psikis), yang menyebabkan istri merasa rendah diri, cemas, dan kehilangan kasih sayang, bukan semata-mata karena pengkhianatan tersembunyi.

Perbedaan signifikan juga terlihat dalam dampak yang ditimbulkan kepada anak-anak. Dalam kasus perselingkuhan, anak-anak sering kali menjadi korban tidak langsung yang mengalami gangguan emosional, rasa tidak aman, kehilangan figur teladan, dan potensi meniru perilaku negatif, semuanya berasal dari konflik yang terjadi karena pelanggaran norma tunggal. Rasa malu dan kebingungan emosional menjadi ciri khas. Sementara itu, dalam konteks poligami, anak-anak berpotensi mengalami rasa cemburu, marah, dan kekurangan perhatian akibat terbaginya peran orang tua di antara beberapa keluarga. Poligami yang tidak dikelola dengan baik dapat menimbulkan ketidakadilan dalam pemenuhan hak dan kasih sayang, yang berujung pada trauma psikologis, terutama pada anak perempuan, terkait pandangan mereka terhadap institusi perkawinan di masa depan.

Secara keseluruhan, perselingkuhan memicu konflik yang didorong oleh pelanggaran etika dan kepercayaan yang berakibat pada kerusakan psikologis dan moral mendalam bagi seluruh pihak. Tingkat stres dan beban moral (bagi pelaku) serta trauma pengkhianatan (bagi korban) menjadi pusat konflik. Sedangkan poligami memicu konflik yang bersumber dari kegagalan manajemen dan penegakan prinsip keadilan dalam struktur keluarga yang kompleks. Konflik dalam poligami cenderung meningkat seiring bertambahnya jumlah istri, menuntut kebijaksanaan dan tanggung jawab yang jauh lebih besar dari suami untuk menghindari kekerasan psikis, penelantaran ekonomi, dan ketidakadilan yang merusak stabilitas keluarga.

KESIMPULAN

Perselingkuhan didefinisikan sebagai perilaku yang mengingkari komitmen pernikahan dengan menjalin hubungan, baik emosional maupun fisik/seksual, dengan individu lain di luar pasangan sah. Terdapat dua kategori utama perselingkuhan: emosional (tanpa hubungan seksual), yang ditandai dengan kedekatan perasaan dan komunikasi intim yang dirahasiakan, serta seksual, yang melibatkan kontak fisik hingga hubungan seksual. Dalam pandangan Islam, perselingkuhan erat kaitannya dengan konsep *zina* dan merupakan perbuatan tercela yang dilarang keras, mencakup segala tindakan yang mengantarkan pada perzinahan. Faktor penyebab perselingkuhan sangat beragam, didominasi oleh ketidakpuasan emosional (pada perempuan) dan dorongan seksual (pada laki-laki), ditambah oleh faktor situasional seperti rasa bosan, hilangnya perhatian, lemahnya komitmen, hingga kemudahan akses komunikasi digital.

Sedangkan poligami, atau lebih spesifik *poligini* (seorang pria memiliki lebih dari satu istri), merupakan sistem perkawinan yang diizinkan dalam Islam namun dibatasi maksimal empat istri menurut hukum positif Indonesia. Poligami diklasifikasikan berdasarkan jumlah istri (dua, atau lebih dari dua), di mana kompleksitas dan tuntutan keadilan meningkat secara signifikan seiring

bertambahnya jumlah istri. Tujuan idealnya sama dengan monogami, yaitu mencapai keluarga *sakinah*, namun pelaksanaannya diatur ketat. Faktor-faktor yang melatarbelakangi praktik poligami mencakup aspek biologis (ketidakpuasan atau keterbatasan biologis istri), ekonomi (kemampuan finansial yang memadai untuk menanggung nafkah), dan sosiologis (mengikuti adat atau kehendak orang tua). Sementara dari sisi wanita, kesediaan menjadi istri kedua dipengaruhi oleh faktor ideologis, jaminan ekonomi, dan tekanan sosial.

Baik perselingkuhan maupun poligami adalah sumber konflik, namun dengan mekanisme yang berbeda. Perselingkuhan memicu konflik karena pelanggaran kepercayaan dan pengkhianatan, menyebabkan trauma emosional, depresi (bagi korban), dan beban moral (bagi pelaku). Dampaknya pada anak berupa gangguan emosional dan kehilangan figur teladan. Sebaliknya, poligami memicu konflik karena kegagalan manajemen dan ketidakadilan suami dalam mengelola struktur keluarga yang kompleks. Konflik ini berujung pada penurunan kepuasan hidup, gangguan psikologis (depresi, cemas) pada istri, serta munculnya perasaan cemburu dan kekurangan perhatian pada anak. Secara ringkas, perselingkuhan menghancurkan kepercayaan dan moral, sementara poligami yang tidak dikelola dengan baik menghancurkan keharmonisan melalui ketidakadilan dan kekerasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Diah Widiawati Retnoningtias, Tri Nathalia Palupi, I Rai Hardika, Laelatul Anisah, Diwan Ramadhan Jauhari, Rico Setyo Nugroho, Ni Nyoman Ari Indra Dewi, Lutfi Hidayati Fauziah, Zakiyatul Fitri, Nur Saqinah Galugu, Abdul Kadir, Ni Made Mega Puspa Aristuti, & Siti Khodijah. (2024). *Psikologi Keluarga* (1 ed.). CV. Tohar Media.
- Husin Sutanto, Muta'allim, Asman, Riky Marantika, Imron Fauzi, Budi Harto, Muhammad Yunus, Muhamad Arifin, Yudi Ardian Rahman, Agustawan, Imam Tabroni, & Muhammad Ubaidillah. (2022). *Buku Ajar Model dan Strategi Manajemen Konflik dalam Rumah Tangga* (1 ed.). Eureka Media Aksara.
- Mufidah. (2014). *Psikologi Keluarga Islam: Berwawasan Gender* (4 ed.). UIN-Maliki Press.
- Muh Khamdan. (2025, Juli 20). Agama Ijinkan Poligami, Masyarakat Sebut Itu Selingkuh: Di Mana Letak Salahnya? [Blog]. *Kompasiana*. https://www.kompasiana.com/muhammadkhamdan3083/687d060034777c38b00ae8b5/agama-ijinkan-poligami-masyarakat-sebut-itu-selingkuh-di-mana-letak-salahnya?page=2&page_images=1
- Nur Solikin. (2021). *Pengantar Metodologi Penelitian Hukum*. Qiara Media.
- Rahmadi. (2011). *Pengantar Metodologi Penelitian*. Antasari Press.
- Sumarto. (2019). *Problematika Keluarga* (1 ed.). Literasiologi Indonesia.
- Ulfiah. (2016). *Psikologi keluarga: Pemahaman hakikat keluarga & penanganan problematika rumah tangga* (1 ed.). Ghalia Indonesia.
- Wardah Nuroniyah. (2023). *Psikologi Keluarga* (1 ed.). CV. Zenius Publisher.
- Yustinus Joko Dwi Nugroho. (2023). *Psikologi Keluarga* (1 ed.). USB Press.
- Zuman Malaka. (2023). Perspektif Sosiologi Hukum Terhadap Poligami. *Tarunalaw: Journal of Law and Syariah*, 1(2), 175-183. <https://doi.org/10.54298/tarunalaw.v1i02.159>