

5. KESIMPULAN, DISKUSI, DAN SARAN

Pada bab pendahuluan telah dijelaskan bahwa penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *psychological well-being* pada wanita dewasa muda yang menjadi istri kedua dan mendapatkan informasi mengenai faktor-faktor yang berperan terhadap kondisi *psychological well-being* tersebut. Maka dalam bab ini akan dijelaskan mengenai kesimpulan hasil penelitian, diskusi, serta saran untuk penelitian selanjutnya.

5.1. Kesimpulan

5.1.1. Kesimpulan mengenai gambaran *psychological well-being*

Kesimpulan umum dari penelitian ini adalah wanita dewasa muda yang menjadi istri kedua dalam pernikahan poligami memiliki gambaran *psychological well-being* yang bervariasi. Dua informan memiliki gambaran *psychological well-being* yang secara umum kurang baik, satu informan cukup baik, dan hanya satu informan yang memiliki gambaran *psychological well-being* yang secara umum baik. Berkaitan dengan gambaran masing-masing dimensi *psychological well-being*, akan dijabarkan dalam uraian berikut:

1. Dimensi penerimaan diri

Dua dari empat informan menunjukkan kualitas penerimaan diri yang cukup baik, sedangkan dua informan lainnya menunjukkan kualitas penerimaan diri yang kurang baik. Secara umum, para informan dapat menerima kualitas diri dan hal positif dari kehidupan yang mereka jalani, serta tidak berharap menjadi orang lain. Dua dari empat informan memiliki pandangan yang positif atas diri mereka dan merasa puas dengan kehidupan yang mereka jalani. Dari hasil penelitian terlihat pula bahwa sebagian besar dari mereka memiliki kekecewaan dan penyesalan di masa lalu.

2. Dimensi hubungan positif dengan orang lain

Dua dari empat informan menunjukkan kualitas hubungan positif dengan orang lain yang cukup baik, sedangkan dua lainnya menunjukkan kualitas hubungan positif dengan orang lain yang kurang baik. Dua informan cukup mampu menunjukkan hubungan yang hangat kepada beberapa orang, sedangkan dua informan kurang mampu menunjukkan hubungan yang hangat

kepada sebagian besar jejaring sosialnya. Keempat informan mampu membina hubungan yang penuh kepercayaan, empati, dan afeksi kepada orang lain, serta tidak merasa frustrasi ketika membina hubungan dengan orang lain. Fitri adalah satu-satunya informan yang pernah merasa terisolasi dari hubungan interpersonal.

3. Dimensi otonomi

Dua informan menunjukkan kualitas yang kurang baik dalam dimensi otonomi, satu informan cukup baik, dan satu informan menunjukkan kualitas yang baik dalam dimensi ini. Keempat informan mampu bertahan dari tekanan sosial. Dua informan kurang mampu mengambil keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Sedangkan satu informan cukup mampu mengambil keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Hanya satu informan yang mampu untuk mengambil keputusan sendiri dan mengatur tingkah lakunya sendiri. Dua informan mampu mengevaluasi diri dengan standar pribadi, satu informan cukup mampu, dan hanya satu informan yang kurang mampu dalam mengevaluasi diri dengan standar pribadi.

4. Dimensi penguasaan lingkungan

Satu informan menunjukkan kualitas yang cukup baik dalam dimensi penguasaan lingkungan, dua informan menunjukkan kualitas yang kurang baik, sedangkan satu informan menunjukkan kualitas yang baik. Secara umum, informan merasa mampu untuk mengatur lingkungan sesuai kebutuhannya. Dua informan mampu untuk mengatur situasi kehidupan sehari-hari, sedangkan dua lainnya merasa kurang mampu. Dua informan peka terhadap kesempatan yang ada di lingkungan, seorang informan kurang peka terhadap kebutuhan yang ada di lingkungan, sedangkan seorang lainnya cukup peka terhadap kebutuhan yang ada di lingkungan. Dua dari empat informan dapat memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan serta memiliki kontrol terhadap lingkungan, dimana dua lainnya cukup dapat memanfaatkan kesempatan yang ada di lingkungan.

5. Dimensi tujuan hidup

Dua informan yang memiliki kualitas yang baik dalam dimensi tujuan hidup, satu informan memiliki kualitas yang cukup baik, sementara satu informan

memiliki kualitas yang kurang baik dalam dimensi ini. Keempat informan memiliki rasa keterarahan dalam hidup dalam arti memiliki pedoman hidup yang menuntun mereka bertingkah laku. Tiga informan mampu mengambil hikmah dari masa lalu, memiliki tujuan yang ingin dicapai dan melakukan usaha untuk mencapainya, serta mampu memaknai hidup yang dijalani. Keempat informan merasa yakin akan mencapai tujuan hidupnya. Dua informan tidak merasa hampa dalam menjalani hidup, sementara dua lainnya terkadang merasa hampa dalam hidup. tiga informan tidak pernah kehilangan rasa keterarahan dalam hidup, sedangkan seorang informan terkadang merasa kehilangan rasa keterarahan dalam hidup.

6. Dimensi pertumbuhan pribadi

Satu informan memiliki kualitas pertumbuhan pribadi yang baik, dua informan memiliki kualitas yang cukup baik, sementara satu informan memiliki kualitas pertumbuhan pribadi yang kurang baik. Secara umum, informan memiliki kemampuan untuk menyadari potensi yang dimiliki serta merasakan pertumbuhan yang berkesinambungan dalam dirinya. Keempat informan terbuka terhadap pengalaman baru. tiga informan dapat merasakan peningkatan yang terjadi dalam diri serta tidak bosan dalam menjalani hidup. dua informan dapat mengembangkan sikap dan tingkah laku yang baik setelah menikah, sedangkan dalam diri dua informan lainnya justru muncul karakter negatif setelah menikah.

5.1.2. Kesimpulan Mengenai Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi *Psychological Well-Being*

Faktor-faktor yang mempengaruhi *psychological well-being* informan adalah faktor demografis, dukungan sosial, mekanisme evaluasi diri, variabel kepribadian, faktor religiusitas, serta beberapa faktor di luar faktor-faktor sebelumnya yang akan dijelaskan kemudian.

Faktor usia mempengaruhi Lestari, khususnya terhadap peningkatan pada dimensi penguasaan lingkungan, hubungan positif dengan orang lain, dan otonomi, serta penurunan dalam dimensi tujuan hidup dan pertumbuhan pribadi.

Sementara itu faktor status pekerjaan berpengaruh secara positif terhadap dimensi penerimaan diri, pertumbuhan pribadi, dan tujuan hidup.

Faktor dukungan sosial mempengaruhi dimensi hubungan positif dengan orang lain serta dimensi penguasaan lingkungan seluruh informan, serta berpengaruh secara positif terhadap dimensi penerimaan diri tiga informan.

Mekanisme evaluasi diri melalui perbandingan sosial memberikan pengaruh kepada tiga informan, terutama dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain dan dimensi pertumbuhan pribadi..

Locus of control internal cenderung memberikan pengaruh positif, terutama terhadap dimensi otonomi pada tiga informan. Sedangkan *locus of control* eksternal cenderung memberikan pengaruh negatif pada dimensi otonomi.

Faktor religius berpengaruh secara positif dalam dimensi penerimaan diri, dimensi tujuan hidup, serta dimensi penguasaan lingkungan.

Selain faktor-faktor tersebut, peneliti menemukan faktor-faktor lain yang mempengaruhi dimensi spesifik dalam struktur *psychological well-being* wanita dewasa muda yang menjadi istri kedua, yakni faktor motivasi pernikahan, pemahaman mengenai poligami, antisipasi terhadap konsekuensi menjadi istri kedua, variabel kepribadian, serta karakteristik lingkungan tempat tinggal.

Motivasi pernikahan yang positif, seperti cinta, memberikan pengaruh yang positif terutama dalam dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, dan tujuan hidup. Sedangkan motivasi pernikahan yang negatif, seperti hamil di luar nikah dan tekanan sosial memberikan pengaruh yang cenderung negatif pada dimensi penerimaan diri dan hubungan positif dengan orang lain. Pemahaman mengenai poligami dan antisipasi terhadap konsekuensi menjadi istri kedua memberikan pengaruh yang positif pada dimensi penerimaan diri. Karakter-karakter kepribadian tertentu, seperti sabar dan menerima memberikan pengaruh positif dalam dimensi penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, serta penguasaan lingkungan, sedangkan karakter-karakter seperti pemberontak memberikan pengaruh negatif dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain, namun memberikan pengaruh positif dalam dimensi otonomi. Karakteristik lingkungan tempat tinggal yang memandang poligami dengan lebih positif akan

memberikan pengaruh positif dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain dan pertumbuhan pribadi para istri kedua.

Selain temuan-temuan tersebut, penyesuaian yang baik dalam pernikahan juga memberikan pengaruh positif terhadap *psychological well-being*. Kemampuan yang baik dalam melakukan tugas-tugas domestik serta memahami dan mampu dalam menyesuaikan peran dalam rumah tangga memberikan pengaruh positif dalam dimensi penguasaan lingkungan, pernikahan di usia dini dapat memberikan pengaruh negatif terhadap dimensi penguasaan lingkungan dan pertumbuhan pribadi. Pemanfaatan masa pacaran untuk lebih mengenal pasangan dan menjalin intimasi dengan pasangan memberikan pengaruh positif dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain. Ide-ide romantis yang tidak tercapai dapat memberikan pengaruh negatif terhadap dimensi penerimaan diri, serta pemenuhan kebutuhan akan intimasi dengan pasangan akan memberikan pengaruh positif dalam dimensi hubungan positif dengan orang lain.

5.2 Diskusi

5.1. Diskusi Terkait Konsep *Psychological Well-Being* dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya

Tujuan dari penelitian ini adalah melihat gambaran *psychological well-being* pada istri kedua dalam pernikahan poligami yang masih berada dalam rentang usia dewasa muda. Seperti yang dikemukakan oleh Ryff (1989) bahwa pengalaman hidup tertentu dapat mempengaruhi kondisi *psychological well-being* seorang individu. Berdasarkan fakta yang berkembang di masyarakat, maka peneliti melihat bahwa menjadi istri kedua merupakan sebuah pengalaman hidup yang dapat mempengaruhi seseorang untuk kurang dapat memiliki kondisi *psychological well-being* yang baik. Meskipun secara umum kesimpulan dari hasil penelitian menunjukkan demikian, namun dua dari empat informan mampu menunjukkan gambaran *psychological well-being* yang baik dan cukup baik.

Fungsi pernikahan yang baik

Meskipun berada dalam pernikahan poligami, Dinta dan Lestari memiliki kondisi pernikahan yang baik dengan ditandai oleh terpenuhinya karakteristik pernikahan menurut Duvall dan Miller (1985) serta Regan (2003). Marks dan

Lambert (1998, dalam Seccombe dan Warner, 2004) menemukan bahwa pernikahan yang baik dapat memberikan *psychological well-being* yang baik bagi pasangan yang terlibat di dalamnya dalam bentuk rendahnya tingkat depresi, tingkat *self-esteem* yang tinggi, memiliki hubungan yang lebih dekat dengan orang lain, rasa pertumbuhan pribadi yang lebih kuat, serta merasa memiliki kemampuan yang lebih besar dalam mengendalikan hidup.

Regulasi emosi

Regulasi emosi merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan *well-being* dan fungsi diri yang positif (Cichetti, et.al; Thompson; dalam Garnefski & Kraaij, 2001). Regulasi emosi adalah proses intrinsik dan ekstrinsik yang berguna untuk mengawasi, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi untuk mencapai tujuan (Thompson, dalam Garnefski & Kraaij, 2001). Dinta dan Lestari melakukan regulasi emosi terhadap pengalaman yang tidak menyenangkan dengan cara bersabar dan menerima kondisi sebagai istri kedua dari pada dua informan yang lain. Regulasi emosi yang dilakukan oleh Dinta dan Lestari termasuk bentuk regulasi emosi secara kognitif. Secara umum, regulasi emosi secara kognitif adalah metode kognitif yang dilakukan untuk mengatur masuknya informasi yang dapat memunculkan emosi (Thompson dalam Garnefski & Kraaij, 2001).

Pada Dinta, kesabaran itu didapat dari pengalaman tidak menyenangkan di masa lalu dimana sang ibu ditinggalkan ayah dan tidak diberi jaminan ekonomi membuatnya tidak menuntut banyak dari suaminya karena tidak ingin mengurangi hak istri pertama. Hal ini menurut Garnefski dan Kraaij (2001) merupakan regulasi emosi secara kognitif jenis *acceptance*, yakni mengarahkan pemikiran untuk menerima kejadian yang telah terjadi dan berhenti untuk mempermasalahkan apa yang telah terjadi.

Pada kasus Lestari kesabaran dan sikap menerima yang ditunjukkan Lestari juga dapat dijelaskan oleh teori regulasi emosi secara kognitif (Garnefski & Kraaij, 2001), terutama jenis *acceptance*, *positive refocusing* dan *positive reappraisal*. *Acceptance* terlihat dari sikapnya yang mau menerima kondisi pernikahannya maupun keadaan suaminya yang sibuk. *Positive refocusing* adalah regulasi kognitif dengan memusatkan perhatian pada hal-hal yang menyenangkan

daripada berfokus pada kondisi aktual (Garnefski & Kraaij, 2001). Berdasarkan hasil wawancara, Lestari mampu melihat hal-hal menyenangkan yang ia dapat selama menjalani pernikahan poligami, seperti anggapannya bahwa jarang bertemu suami justru menambah rasa cinta. Ia juga dapat mengemukakan bahwa hubungannya dengan suami semanis 'anak muda yang berpacaran'. *Positive reappraisal* adalah memberikan makna positif pada suatu kejadian demi pertumbuhan pribadi (Garnefski & Kraaij, 2001). Hal ini terlihat dari jawaban Lestari bahwa pernikahan poligami ia lakukan semata-mata demi menjaga agama dan memenuhi tuntunan agama, serta keyakinannya bahwa memiliki suami lebih baik daripada menjadi janda. Dengan keyakinan demikian, ia tidak terpuruk namun justru mengembangkan diri menjadi orang yang aktif dalam lingkungan sosialnya dan senantiasa membantu temannya yang mengalami masalah dalam pernikahan poligami.

Faktor pernikahan kembali

Kualitas otonomi yang baik yang ditampilkan Lestari sebelum dan sesudah menikah dengan Budi dapat dipengaruhi oleh faktor pernikahan kembali (*remarriage*). Wanita yang menikah kembali memiliki standar otonomi mengenai keuangan dan pengambilan keputusan yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang baru menikah pertama kali (Seccombe & Warner, 2004). Hal ini disebabkan karena mereka pernah mengalami masa-masa dimana mereka harus memenuhi kebutuhan dan mengambil keputusan sendiri setelah mereka bercerai dari pernikahan pertama.

Kualitas hubungan dengan pasangan

Dari keempat informan, Dinta adalah informan yang paling banyak menerima reaksi negatif dari lingkungan sosial, bahkan keluarganya sendiri sempat tidak menyetujui pernikahannya. Namun, ia memiliki kualitas hubungan positif dengan orang lain yang lebih baik dari pada Fitri dan Airin. Hal ini dijelaskan oleh Eshel, Sharabany, dan Friedman (1995) bahwa kepuasan dalam hubungan dirasakan paling besar pada individu yang telah menikah kepada pasangannya daripada individu dengan pasangan diluar pernikahan atau teman dengan jenis kelamin yang sama. Kualitas dari hubungan dalam pernikahan akan menjadi penentu terjadinya stress dan munculnya dukungan sosial, sementara itu,

stress dan dukungan sosial sendiri akan mempengaruhi *psychological well-being*. Airin dan Fitri, meskipun mendapat reaksi sosial negatif yang secara kuantitas lebih sedikit, namun justru memiliki dimensi hubungan positif dengan orang lain yang lebih rendah dari informan yang lain. Hal ini disebabkan karena mereka kurang memiliki hubungan yang hangat dengan pasangan, bahkan lebih sering berkonflik. Ren (1997) dan Ross (1995) menemukan bahwa hidup dalam hubungan yang tidak membahagiakan berpotensi untuk menciptakan kondisi kesehatan mental yang kurang baik (Kim & McKenry, 2002). Dalam kasus Fitri, ia menjadi tertutup dengan teman-teman kuliahnya dan menjaga jarak dengan mereka selain karena merasa malu dengan statusnya, hal ini juga dapat terjadi sebagai akibat dari rasa stress akibat hubungan yang buruk dengan suaminya. Hal ini sesuai dengan temuan Booth dan Johnson (1994, dalam Kim & McKenry, 2002) bahwa kesehatan mental pada akhirnya juga akan mempengaruhi kualitas hubungan individu dengan orang lain melalui penurunan minat dalam melakukan aktivitas sosial, seperti berkumpul bersama teman.

Keadilan dan tanggung jawab suami

Psychological well-being yang baik, terutama dalam dimensi penguasaan lingkungan dan penerimaan diri, seperti dalam kasus Dinta dan Lestari dipengaruhi oleh dukungan sosial dalam bentuk keadilan dan tanggung jawab suami. Sedangkan dalam kasus Airin, kondisi *psychological well-being* yang kurang baik salah satunya disebabkan oleh pengabaian yang dilakukan oleh suami. Dengan demikian, hal ini sekaligus menjelaskan pendapat Baltaji (2007) yang mengemukakan bahwa pertentangan yang dilakukan kaum perempuan karena menganggap poligami sebagai sumber ketidakbahagiaan dalam pernikahannya sebenarnya lebih disebabkan oleh banyak kasus pernikahan poligami dimana suami tidak menaati dan melaksanakan hukum poligami dengan benar. Pelanggaran-pelanggaran tersebut antara lain tidak adil dalam memberikan nafkah lahir dan batin kepada istri dan keluarga, secara terang-terangan lebih condong pada salah satu istri, tidak menepati jadwal gilir dengan adil, dan melakukan kekerasan pada istri.

Peran suami dalam mempengaruhi *psychological well-being* istri kedua juga tampak dalam kasus Fitri. Fitri menunjukkan kualitas penerimaan diri yang

kurang baik dan tidak puas dengan pernikahan yang dijalannya salah satunya karena ia merasa 'ditipu' oleh suaminya. Sebelum menikahinya, suaminya sempat berjanji untuk menceraikan istri pertama, namun setelah menikah sang suami justru melanggar janji tersebut dan menjadikan Fitri sebagai istri kedua. Selain itu, berbeda dengan suami informan yang lain, suami Fitri kurang mampu mengendalikan amarah dan kebencian istri pertamanya terhadap Fitri.

Penyesuaian dalam pernikahan dan kematangan menuju pernikahan

Berkaitan dengan penyesuaian dewasa muda dalam pernikahan, Hurlock (1980) mengatakan bahwa mereka yang menikah pada usia tiga puluhan cenderung membutuhkan waktu yang lama untuk penyesuaian dan hasil dari penyesuaian itu pun cenderung kurang memuaskan. Hal ini tidak terjadi dalam pernikahan Lestari. Faktor yang mungkin bisa menjadi penjelasan adalah pernikahan kembali yang dilakukan oleh Lestari. Dalam kasus Lestari, ia cenderung mengembangkan harapan yang realistis serta mengembangkan ikatan antar pasangan yang kuat dengan cara saling bekerja sama dan mendukung dalam membina keluarga, yang mana hal tersebut merupakan beberapa ciri-ciri karakteristik pernikahan kembali (*remarriage*) yang berhasil menurut Visser dan Visser (dalam Bird & Melville, 1994).

Blood (1969) mengemukakan mengenai kematangan emosional (*emotional maturity*) sebagai salah satu kriteria kesiapan menuju pernikahan. Kematangan emosional ini ditandai dengan kemampuan untuk menghadapi situasi yang pelik dan penuh rintangan, mampu untuk membina dan mempertahankan hubungan personal, mampu untuk bersikap empati pada orang lain, serta kemampuan untuk mengenali dan memenuhi kebutuhan orang lain. Hal ini menjadi faktor pembeda antara Lestari dan Fitri. Meskipun keduanya sama-sama berada dalam lingkungan sosial yang memahami poligami dan mendapat ajaran agama yang baik, namun Fitri tetap belum dapat menerima kondisi pernikahannya dan kurang dapat melakukan penyesuaian dalam pernikahan. Ketika menghadapi masalah, sejak dulu hingga setelah menikah Fitri lebih banyak meminta bantuan kepada orang tuanya. Selain itu, meskipun memahami bahwa dalam poligami suami memiliki peran yang lebih berat, ia menunjukkan sikap yang kurang empati terhadap kesibukan suami.

The complete mental health

Peneliti ternyata juga menemukan bahwa *psychological well-being* belum cukup dapat menjelaskan kondisi kesehatan mental seseorang. Hal ini terlihat dari temuan dalam kasus Dinta dan Lestari. Meskipun berdasarkan analisis Dinta memiliki *psychological well-being* yang kurang baik daripada Lestari, namun Dinta dapat merasakan kebahagiaan yang ia persepsikan secara subjektif dan dapat menikmati pernikahannya. Hal ini sesuai dengan pendapat Lopez dan Snyder (2007) bahwa kondisi mental yang sehat, atau *the complete mental health* dihasilkan dari kombinasi *subjective, psychological, dan social well-being*.

5.2.2. Diskusi Terkait Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan tidak terlepas dari beberapa keterbatasan. Pertama, peneliti hanya melakukan wawancara kepada informan. Analisis dan penarikan kesimpulan didasarkan pada hasil wawancara yang dilakukan. Prosedur ini tidak dapat terlepas dari bias subjektif dari pihak informan dan peneliti.

Kelemahan dari metode wawancara adalah kemungkinan adanya kecenderungan informan untuk membentuk kesan yang baik (*faking good*) kepada peneliti sehingga memberikan jawaban-jawaban yang diharapkan dan bukan jawaban yang menunjukkan keadaan yang sebenarnya. Selain itu, esensi dari *psychological well-being* adalah mental yang positif dan aktualisasi diri. Oleh karena itu, metode wawancara dirasa kurang cukup untuk mendapatkan gambaran mengenai kondisi *psychological well-being* yang sebenarnya.

Proporsi suku bangsa informan didominasi oleh kelompok usia dan suku bangsa tertentu sehingga kurang dapat membandingkan variasi *psychological well-being* pada kelompok usia dan budaya yang berbeda. Hal ini juga sekaligus dapat menjadi pembanding untuk kasus Lestari dan untuk melihat sejauh mana faktor usia mempengaruhi *psychological well-being*.

Penelitian ini selain bertujuan untuk melihat gambaran *psychological well-being* pada istri kedua dalam pernikahan poligami, juga ingin melihat faktor-faktor yang mempengaruhinya. Karena penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan wawancara, maka peneliti hanya menentukan faktor-faktor yang mempengaruhi berdasarkan jawaban yang diberikan oleh informan

dan kurang dapat mengukur seberapa jauh faktor-faktor tersebut mempengaruhi masing-masing dimensi.

5.3. Saran

5.3.1. Saran Metodologis

Demi perbaikan dalam penelitian mengenai *psychological well-being* pada istri kedua dalam pernikahan poligami, akan lebih baik jika penelitian ini juga didukung oleh penelitian kuantitatif dengan menggunakan skala *psychological well-being* yang telah dikembangkan oleh Ryff (1995). Hal ini dilakukan untuk melakukan *cross check* dengan hasil penelitian kualitatif. Selain itu, *cross check* juga dapat dilakukan dengan mewawancarai *significant others*, terutama pihak suami. Hal ini dilakukan agar data yang didapat lebih valid.

Kedua, akan lebih baik jika penelitian *psychological well-being* yang dilakukan dengan pendekatan kualitatif tidak hanya menggunakan metode wawancara dan menjadikan metode observasi sebagai pelengkap, namun menjadi metode observasi sebagai metode utama juga. Dengan demikian, maka akan diperoleh gambaran yang lebih komprehensif mengenai gambaran *psychological well-being* yang sebenarnya.

Psychological well-being merupakan konstruk yang diturunkan dari teori-teori aktualisasi diri, kesehatan mental, dan teori perkembangan, sehingga *psychological well-being* tidak dapat dipahami kecuali dengan memahami konteks kehidupan individu secara menyeluruh. Oleh karena itu, untuk selanjutnya penelitian mengenai *psychological well-being* sebaiknya juga melihat konteks kehidupan individu dengan lebih dalam, salah satunya mengenai tugas perkembangan.

Untuk penelitian selanjutnya, peneliti juga menyarankan untuk menambah variasi usia dan suku bangsa informan. Dengan demikian, maka akan lebih jelas terlihat pengaruh usia dan budaya terhadap kondisi *psychological well-being*.

Kelima, untuk melihat besarnya pengaruh masing-masing faktor yang mempengaruhi *psychological well-being*, maka akan lebih baik jika penelitian dilakukan dengan metode kuantitatif.

Terakhir, untuk penelitian-penelitian mengenai *well-being* selanjutnya sebaiknya meneliti tidak hanya aspek realisasi potensi diri (*psychological well-being*), namun juga aspek kebahagiaan (*subjective well-being*), dan *social well-being* untuk mendapatkan gambaran kondisi kesehatan mental yang lebih komprehensif.

5.3.2. Saran Praktis

Penelitian ini dilakukan untuk memberikan gambaran *psychological well-being* istri kedua dalam pernikahan poligami. Oleh karena itu, berdasarkan kesimpulan dan diskusi penelitian, maka peneliti akan mencoba memberikan saran bagi pihak-pihak yang terkait dalam pernikahan poligami.

Bagi wanita dewasa muda yang hendak menjadi istri kedua, sebaiknya lebih memikirkan keputusan tersebut dan melihat alasan yang sebenarnya mendasari keinginan untuk dipoligami. Menikah dengan pria beristri dengan alasan yang mengacu diluar dirinya akan lebih membawa penyesalan dikemudian hari. Selain itu, ia juga harus melakukan penyesuaian dalam pernikahan, karena suami tidak selamanya dapat mendampingi. Ia juga harus siap untuk menghadapi konsekuensi sebagai istri kedua, antara lain pertentangan dari istri pertama, reaksi sosial yang negatif dari masyarakat, serta sikap suami yang mungkin tidak selamanya dapat dirasakan adil.

Bagi wanita dewasa muda yang telah dipoligami, ada baiknya mencari informasi untuk mendapatkan lingkungan tempat tinggal yang dapat menerima poligami. Karena hal ini dapat berpengaruh positif terhadap rasa penerimaan diri, hubungan positif dengan orang lain, serta perasaan positif dalam penguasaan lingkungan. Istri kedua juga dituntut untuk dapat memiliki hati yang lebih lapang dan bertoleransi terhadap sikap dan keterbatasan-keterbatasan suami.

Bagi suami, diharapkan dapat menaati dan melaksanakan hukum poligami dengan benar serta dapat memainkan perannya sebagai suami dalam keluarga poligami dengan lebih adil dan bertanggung jawab. Dari temuan yang didapat, tidak selamanya 'adil' diartikan secara objektif. Oleh karena itu, membuka diskusi dengan istri kedua dan memahami kebutuhan-kebutuhan mereka merupakan salah

satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mendukung rasa kesejahteraan istri kedua serta menciptakan rumah tangga yang lebih harmonis.

Bagi masyarakat, diharapkan dapat melihat pernikahan poligami secara lebih mendalam dan melihat alasan-alasan dibalik pernikahan poligami tersebut. Tidak selamanya istri kedua selalu menjadi pihak yang mengambil keuntungan dari pernikahan poligami. Masyarakat juga diharapkan dapat lebih menyadari bahwa sikap negatif yang ditunjukkan kepada istri kedua berpotensi memunculkan berbagai masalah bagi istri kedua.

