



Narcissistic Personality Disorder Dalam Kehidupan Pernikahan Perspektif Qira'ah Mubadalah

Rizka Rahmawati Muharram¹, Rohmad Hidayat²

¹Fakultas Syari'ah dan Hukum, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

²Fakultas Ushuludin dan Pemikiran Islam, UIN Sunan Kalijaga Yogyakarta

¹rizkarahmawatim@gmail.com, ²www.rohmadhidayat@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini membahas fenomena *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* dalam kehidupan pernikahan yang kerap memicu kekerasan psikis, seperti manipulasi emosional, kontrol berlebihan, *gaslighting*, hingga devaluasi pasangan. Latar belakang masalah berangkat dari tingginya angka kekerasan psikologis dalam rumah tangga di Indonesia sebagaimana dicatat oleh Komnas Perempuan, serta meningkatnya curahan korban di media sosial yang menunjukkan bahwa isu ini semakin terbuka dan tidak lagi bersifat privat. Penelitian ini berfokus pada kajian etis-religius dengan menggunakan perspektif mubadalah yang menekankan prinsip kesalingan, kesetaraan, dan keadilan dalam relasi suami-istri. Pertanyaan utama yang diajukan adalah bagaimana sifat narsistik dalam pernikahan memengaruhi kualitas relasi serta bagaimana rendahnya internalisasi nilai mubadalah berkontribusi pada ketimpangan tersebut. Tulisan ini menggunakan studi kepustakaan atas literatur qira'ah mubadalah, psikologi klinis, hukum keluarga Islam, serta analisis konten digital yang merekam pengalaman korban untuk memperkuat data konseptual. Hasil pembahasan menunjukkan bahwa sifat narsistik dalam pernikahan berdampak serius terhadap kesehatan mental korban, menurunkan kualitas relasi, serta memperkuat siklus kekerasan psikis yang sulit diputus. Minimnya internalisasi prinsip mubadalah menyebabkan relasi rumah tangga lebih rentan terhadap dominasi, objektifikasi, dan pengabaian hak pasangan. Dengan demikian, penelitian ini menegaskan pentingnya penerapan nilai mubadalah sebagai fondasi etik-religius untuk membangun rumah tangga yang adil, setara, dan penuh kasih sayang, sekaligus menawarkan kerangka preventif dan kuratif dalam memahami serta menangani dinamika pernikahan dengan kecenderungan narsistik.

Kata kunci: Pernikahan, *Narcissistic Personality Disorder*, Kekerasan Psikis, Qira'ah Mubadalah

1. Latar Belakang

Kehidupan pernikahan yang ideal dalam Islam dibangun atas asas sakinah, mawaddah, warahmah yang tertulis dalam Q.S Ar-Rum ayat 21 dengan tujuan sebuah pernikahan yaitu mendapatkan kebahagiaan, cinta, kepuasan dan keturunan (Munandar, 2001). Terciptanya keharmonisan dalam rumah tangga menjadikan pasangan suami istri dapat menjalankan perannya masing-masing sesuai fungsi keluarga dan dapat menyelesaikan masalah yang timbul dalam keluarga (Shafa Alistiana Irbathy, 2022). Namun pada praktiknya, sebagian pasangan mengalami ketidakharmonisan pada kehidupan pernikahannya yang mengakibatkan adanya ketimpangan relasi, termasuk kekerasan emosional, mulai dari kontrol, penghinaan, hingga *gaslighting*, yang menyebabkan hilangnya rasa aman dan kepercayaan diri pasangan. Catatan Komnas Perempuan sepanjang tahun 2024 menunjukkan tingginya laporan kekerasan terhadap perempuan di ranah personal dari total 330.097 kasus KBGtP (Kekerasan Berbasis Gender terhadap Perempuan), sebanyak 309.516 atau 93,8% kasus terjadi di ranah personal, termasuk kekerasan psikologis dalam rumah tangga. Bahkan, menurut klasifikasi ranah yang lebih luas, 98,5% kekerasan terhadap Perempuan terjadi dalam hubungan privat, baik pernikahan maupun relasi intim lainnya. Angka ini menunjukkan urgensi penanganan berbasis perlindungan korban, pencegahan, dan upaya pemulihan yang mempertimbangkan dimensi psikologis dan sosial korban (Komnas Perempuan, 2025).

Kekerasan dalam sebuah pernikahan tidak selalu berwujud fisik, sering kali kekerasan berakar pada dinamika psikologis yang rumit, salah satunya sifat yang narsistik oleh salah satu pasangan. Sifat narsistik ditandai dengan kebutuhan berlebihan akan pengakuan, keyakinan akan superioritas diri, dan rendahnya empati terhadap pasangan. Dalam konteks pernikahan, sifat tersebut dapat memicu perilaku manipulatif, pengendalian yang berlebihan, serta pengabaian terhadap kebutuhan emosional pasangan, yang pada akhirnya akan berkembang menjadi kekerasan psikologis dan emosional. Korban kekerasan dalam pernikahan yang memiliki pasangan dengan ciri narsistik lebih sering mengalami kekerasan emosional dan verbal dibandingkan kekerasan fisik, di mana bentuk kekerasan

emosional dan verbal lebih sulit dibuktikan namun berdampak serius pada kesehatan mental korban (Nicholas J S Day, Michelle L Townsend, 2021). Catatan Tahunan Komnas Perempuan pada tahun 2024, kekerasan psikis dalam pernikahan menjadi salah satu bentuk kekerasan personal tertinggi yang dilaporkan sepanjang tahun, menegaskan relevansi isu ini dalam konteks lokal. Pada Tingkat tertentu, sifat ini dapat berkembang menjadi gangguan kepribadian yang lebih serius, yakni *Narcissistic Personality Disorder* (NPD).

Narcissistic Personality Disorder dalam kajian psikologi klinis, ditandai dengan pola menetap berupa kebesaran diri, kebutuhan akan kekaguman, dan kurang empati. Gejalanya muncul sejak awal dewasa dan tampak lintas konteks kehidupan. Penelitian Eliza Oliver menunjukkan keterkaitan sifat atau kepribadian narsistik dengan disfungsi relasi intim dan peningkatan risiko kekerasan pasangan (IPV), terutama dalam bentuk control psikologis dan manipulasi (Eliza Oliver, Alexander Coates, Joanne M Bennett, 2023). Perilaku *gaslighting* menjadi salah satu modus kekerasan psikologis yang sering menyertai hubungan dengan pasangan narsistik. Perilaku *gaslighting* membuat korban meragukan persepsi dan kewarasannya sendiri. Dampak yang ditimbulkan dari perilaku *gaslighting* terhadap kesehatan mental korban, yang sering kali sulit dikenali dan dibuktikan meski efeknya serius dan jangka panjang (Jewels Adair, 2025). Seiring dengan pengakuan kekerasan psikis sebagai alasan perceraian oleh pengadilan agama di Indonesia, diperlukan kerangka etik-religius yang tidak hanya mencegah terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, tetapi juga menyelesaikan dan memastikan proses pemulihan korban secara komprehensif (Mulida Hayati, Aristoteles, Evi, 2024).

Realita pasangan terkhusus suami istri yang menunjukkan sifat narsistik kini semakin banyak terekspos di media sosial, khususnya Tiktok, Instagram, dan media sosial lain. Tidak sedikit konten viral dan komentar-komentar memperlihatkan curahan hati korban yang mengaku pasangannya kerap berselingkuh berulang kali dengan alasan merasa dirinya paling menarik, sehingga merasa berhak mendapatkan perhatian dari banyak orang di luar pernikahan. Sikap semacam ini sering dibalut dengan pembenaran diri dan minim rasa empati terhadap perasaan pasangan, yang pada akhirnya akan melukai harga diri dan kesehatan mental korban. Dalam banyak kasus perilaku narsistik salah satunya dengan selingkuh, tidak hanya memicu pengkhianatan dalam hubungan, tetapi juga menjadi bentuk kekerasan psikis yang berdampak jangka panjang, seperti rasa tidak aman, rendah diri, dan depresi. Maraknya narasi korban di ruang digital menunjukkan bahwa persoalan ini tidak lagi menjadi isu privat semata, melainkan fenomena sosial yang membutuhkan perhatian serius, baik dari perspektif psikologi maupun etika-religius.

Sifat narsistik dalam kehidupan pernikahan sejatinya bisa muncul dari pihak suami maupun istri, dan keduanya memiliki potensi merugikan pasangan secara emosional, psikologis, hingga material. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh (Welda Arum Lestari & Hamidah, 2021) menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan, meskipun dengan pengaruh kecil, antara kepribadian narsistik dan sikap permisif terhadap perselingkuhan pada pasangan usia dewasa awal yang telah menikah. Penelitian ini menemukan bahwa semakin tinggi kecenderungan sifat narsistik yang dimiliki seseorang, semakin besar pula kemungkinan untuk bersikap toleran terhadap perselingkuhan. Pada pihak suami, narsisme sering terejawantah dalam bentuk control berlebihan, pelecehan emosional, dan perselingkuhan sebagai sarana pembuktian diri. Sementara pada pihak istri, narsisme dapat muncul dalam bentuk manipulasi emosional, eksploitasi finansial, atau merendahkan pasangan untuk mempertahankan citra superior.

Dilihat dari perspektif fungsi hubungan, penelitian terhadap pasangan individu dengan narsistik patologis ditemukan bahwa karakteristik ini memicu dinamika interpersonal berbahaya seperti agresi, devaluasi, dan kontrol, yang kemudian berdampak pada kecemasan, depresi, dan disfungsi psikologis lainnya di pihak pasangan. Hubungan yang diwarnai perilaku narsistik dari salah satu atau kedua belah pihak memiliki tingkat kepuasan pernikahan yang lebih rendah, intensitas konflik lebih tinggi, dan risiko kekerasan psikis lebih besar (Anna Drescher, 2025). Fakta ini menegaskan bahwa narsisme bukan hanya masalah “satu gender”, tetapi isu rasional yang menuntut kesadaran dan penanganan dari kedua pihak.

Fenomena pernikahan yang diwarnai sifat narsistik mencerminkan adanya kesenjangan antara ideal normatif relasi rumah tangga dalam ajaran Islam yang menekankan kesalingan, kasih sayang, dan penghormatan dengan relasi sosial yang sering kali sarat dengan egoisme dan ketidaksetaraan. Dalam kerangka *qira'ah mubadalah*, hubungan pernikahan seharusnya dibangun di atas prinsip timbal balik, di mana hak dan kewajiban berlaku setara bagi suami maupun istri. Namun, banyaknya fenomena perilaku narsistik dalam kehidupan pernikahan, baik dari pihak suami maupun istri, menunjukkan rendahnya internalisasi nilai kesalingan tersebut dalam praktik kehidupan pernikahan. Hal ini tidak hanya memperburuk kualitas hubungan dan memicu kekerasan psikis, tetapi juga menghambat tercapainya tujuan pernikahan sebagai sarana ketentraman (*sakinah*), cinta kasih (*mawaddah*), dan kasih sayang

(*rahmah*) sebagaimana yang diamanatkan dalam Al-Qur'an. Kondisi ini menuntut adanya upaya serius untuk menginterpretasikan perspektif mubadalah ke dalam pemahaman masyarakat, agar kehidupan pernikahan dapat berjalan sesuai visi etik-religius yang memuliakan kedua belah pihak.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara empiris bagaimana sifat narsistik dalam kehidupan pernikahan memengaruhi kualitas relasi suami-istri, khususnya dalam perspektif *qira'ah mubadalah* yang menekankan prinsip kesalingan dan kesetaraan hak-kewajiban. Penelitian ini juga mengidentifikasi bentuk-bentuk kekerasan psikis yang sering menyertai perilaku narsistik, serta menganalisis sejauh mana rendahnya internalisasi nilai mubadalah menjadi faktor pemicu ketimpangan relasi. Di samping itu, penelitian ini mengeksplorasi persepsi public terutama di era digital terhadap fenomena pasangan narsistik yang semakin terekspos di media sosial. Temuan dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bermakna bagi penguatan pemahaman etik-religius dalam hukum keluarga Islam, sekaligus menawarkan kerangka preventif dan kuratif untuk mencegah relasi pernikahan yang tidak sehat.

Pada praktiknya, penelitian mengenai fenomena mengenai narsistik atau pola *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) telah dianalisis dari berbagai aspek. Selanjutnya, untuk melihat perbedaan dengan penelitian-penelitian sebelumnya, maka peneliti membagi menjadi dua kategori, yaitu penelitian tentang *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam perspektif Al-Qur'an/Tafsir dan dinamika perilaku *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam pernikahan.

Penelitian yang mengkaji tentang *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam perspektif Al-Qur'an dan Tafsir, Saidah dan Afidatur Rohmah menyatakan dalam penelitiannya bahwa seseorang dengan Tingkat kepribadian narsisme yang tinggi dapat memicu munculnya perilaku narsistik, yang dalam hal ini tidak disebutkan langsung secara eksplisit dalam Al-Qur'an. Namun, dapat dicari padanan yang semakna narsisme seperti: *fakhr*, *'ujub*, *hasad*, *riya'* dan *'utuww*, yang mana perilaku-perilaku tersebut termasuk dalam kategori akhlak tercela. Shabira Ayu Juliandini, Mohamad Mualim, Muhammad Ghifari melengkapi penelitian dalam aspek yang sama dengan menyatakan bahwa *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) memiliki relevansi konseptual yang kuat dalam ajaran Islam tentang larangan kesombongan, sebagaimana tertuang dalam QS. Luqman ayat 18 yang kemudian diperjelas melalui Tafsir Al-Manar karya Muhammad Abduh dan Rasyid Rida. Ciri-ciri utama NPD seperti rasa superioritas, kebutuhan akan validasi eksternal, dan kurangnya empati menunjukkan kemiripan dengan sikap takabbur yang dikritik dalam Al-Qur'an. Kemudian melalui pendekatan tafsir *maudhu'i*, yang diteliti oleh Mohammad Fuad Al Amin dan Mohammad Rosyidi menyatakan bahwa, kepribadian narsistik dalam Al-Qur'an dikaji dengan ayat-ayat yang berkaitan dengan sifat sombong, *'ujub*, *riya'*, dan berbagai bentuk keangkuhan, yang secara konsisten mengencam perilaku yang mengarah pada pembesaran ego dan pelecehan terhadap nilai kemanusiaan.

Selanjutnya, penelitian tentang dinamika perilaku *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam pernikahan, dikaji oleh Dewi Setio Wati, Nurnazli, dan Abdul Qodir Zaelani menyatakan bahwa seseorang dengan *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) cenderung memiliki rasa superioritas, haus akan validasi dan kurang empati terhadap orang lain termasuk pasangannya. Dalam konteks rumah tangga, perilaku narsistik seringkali menciptakan kekerasan emosional yang tidak terlihat secara fisik yang akan menghambat terwujudnya keluarga harmonis. Alfian Nur Halizah, Arif Husnul Khuluq, Hilwa, dan Wilda Maulidatun Ni'am memberikan realitas yang dibuktikan dalam penelitiannya bahwa fenomena narsisme pada wanita pengguna aktif Instagram adalah sulit menerima kritik, sensitive terhadap kekecewaan, dan menyukai validasi melalui pujian. Perilaku narsisme yang terus berlanjut dalam kehidupan pernikahan nantinya akan mempengaruhi pola asuh kepada anak, penelitian ini dilakukan oleh Sinta Hapsari, Julian Putri, dan Ruston Kumaini yang menyatakan bahwa pola asuh yang berakar dari kepribadian narsistik terbukti memberikan dampak signifikan terhadap kesehatan mental anak. Anak-anak yang tumbuh dalam pola pengasuhan yang bersifat otoriter, manipulatif, dan kurang empati dari orang tua dengan kecenderungan NPD beresiko mengalami gangguan pada aspek emosional, sosial, dan kognitif. Hal ini bertentangan dengan nilai-nilai dasar pengasuhan Islami dan prinsip maqashid syariah, khususnya terkait perlindungan jiwa (*hifz an-nafs*) dan akal (*hifz al-'aql*).

Melihat beberapa penelitian yang telah ada, penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti memiliki persamaan terkait tema besar. Namun, dari telaah pustaka di atas belum ada yang meneliti mengenai bagaimana pribadi dengan kecenderungan *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam kehidupan pernikahan dilihat dengan perspektif nilai-nilai kesalingan *qira'ah mubadalah* yang dikembangkan oleh Faqihuddin Abdul Kodir.

1. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif berupa studi kepustakaan dan analisis konten. Studi kepustakaan difokuskan pada karya-karya terkait *qira'ah mubadalah* yang dikembangkan oleh Faqihuddin Abdul Kodir, serta literatur pendukung mengenai konsep kesalingan dalam hukum keluarga Islam. Kajian kepustakaan ini digunakan untuk merumuskan kerangka konseptual yang menekankan pentingnya kesalingan (*mubadalah*) dalam mencegah dominasi salah satu pihak dalam kehidupan pernikahan.

Pendekatan normatif digunakan untuk menelaah prinsip-prinsip *qira'ah mubadalah* yang menekankan kesalingan, keadilan, dan penghormatan dalam kehidupan pernikahan sebagai landasan etis dan yuridis penelitian ini. Data normative diperoleh dari sumber primer berupa Al-Qur'an dan Hadis yang dibaca melalui perspektif *mubadalah*, serta sumber sekunder berupa artikel, jurnal ilmiah, dan literatur terkait. Data kualitatif diambil dari konten mengenai pernikahan narsistik yang mencakup pengkajian narasi-narasi korban dalam unggahan video maupun tulisan, serta respons public berupa komentar. Dengan mengintegrasikan kajian normative *mubadalah* dan konten digital mengenai fenomena perilaku narsistik dalam kehidupan pernikahan, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran komprehensif tentang bagaimana rendahnya internalisasi nilai kesalingan dalam pernikahan berpotensi menciptakan relasi yang tidak adil.

3. Hasil dan Diskusi

Kekerasan Psikis Dalam Pernikahan Narsistik

Narsisme pada konteks sebuah pernikahan tidak hanya ditandai dengan kecenderungan egois, melainkan dapat berkembang sebagai pola rasional yang destruktif. Narsisme dalam relasi pernikahan juga dapat dipahami sebagai pola kepribadian yang ditandai dengan kebutuhan berlebihan akan kekaguman, kurangnya empati, serta kecenderungan untuk mengeksploitasi pasangan (W. Keith Campbell, 2011). Individu dengan kecenderungan *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) memiliki pandangan bahwa pernikahan bukan sebagai ruang kesalingan, melainkan sebagai sarana untuk memenuhi ego dan memperkuat citra diri (American Psychiatric Association, 2013). Hal ini berimplikasi pada munculnya bentuk-bentuk kekerasan psikis yang berulang dan sistematis. Pada umumnya, relasi dimulai dengan fase idealisasi instens (*love bombing*), tetapi kemudian beralih menjadi devaluasi dan kontrol emosional, di mana pasangan merasa dibesarkan, kemudian seringkali dijatuhkan tanpa disadari oleh korban (Willis Klein, Sherry Li, 2023).

Dalam kasus pernikahan narsistik, banyak korban yang mengalami penderitaan berat meski secara kasat mata tidak tampak adanya kekerasan fisik. Beberapa bentuk penderitaan diceritakan oleh korban pada komentar-komentar postingan pernikahan narsistik pada media sosial *tik tok*. Seorang korban menceritakan pengalamannya menjalani 25 tahun pernikahan dengan pasangan yang memiliki kecenderungan *Narcissistic Personality Disorder* (NPD). Pada awalnya, ia tidak memahami situasi yang terjadi, bahkan sering disalahkan dengan tuduhan terlalu sensitive dan dikaitkan dengan hal-hal irasional. Hal ini membuatnya terus mengoreksi diri dan menganggap penderitaannya sebagai ujian dalam kehidupan pernikahan. Setelah kejadian yang berulang, 24 tahun hidup dengan individu yang memiliki kecenderungan NPD, ia tetap memilih bertahan dengan pernikahannya, namun dengan menjaga jarak dan memberikan batas agar tidak terus menerus tersakiti. Ia menggambarkan kehidupannya seperti hidup bersama landak: selalu ada risiko terluka, sehingga ia perlu melindungi diri dengan "tameng" untuk menghindari kejahatan pasangannya (*User TikTok*).

Kisah korban pernikahan narsistik lainnya menunjukkan dinamika relasi yang penuh tekanan emosional. Selama puluhan tahun, ia selalu diposisikan salah, bahkan ketika tidak berbuat apapun. Memiliki pasangan yang haus akan pujian, tidak pernah merasa bersalah, dan enggan meminta maaf. Bahkan perselingkuhan sekalipun tetap ditampakkan kepadanya. Kesalahan lama terus diungkit hingga puluhan tahun, memperkuat siklus manipulasi dan kekerasan emosional. Pada akhirnya, demi menjaga kesehatan mental dan pikiran, korban menyalurkan energi pada hobi seperti menjahit, senam, menyanyi, serta pekerjaan rumah, dengan tetap membatasi komunikasi dengan pasangannya (*User TikTok*).

Cerita lain menunjukkan adanya penderitaan korban pernikahan narsistik yang terjebak dalam hubungan penuh manipulasi. Menikah sejak tahun 2025, memiliki harapan bahwa pasangannya suatu hari akan berubah merupakan kesalahan besar. Kesadaran ini baru sepenuhnya ia alami dalam tiga tahun terakhir, tetapi keterbatasan membuatnya tidak mampu berbuat banyak. Perasaan dilema semakin berat ketika anak-anak terlibat, terutama karena anak memiliki keterikatan emosional yang kuat dengan ayahnya. Hal ini membuat Keputusan untuk bertahan semakin sulit, meskipun ia sadar bahwa bertahan bukanlah pilihan yang sehat. Dalam lubuk hatinya yang

paling dalam, korban ini menyimpan keinginan kuat untuk lepas dari hubungan yang merusak. Namun, ketidakmampuan untuk mengambil langkah tegas membuatnya terus berada dalam lingkaran penderitaan, terjepit antara kebutuhan anak, harapan kosong, dan realitas pernikahan yang penuh luka (*User TikTok*).

Korban pernikahan narsistik lainnya juga menceritakan pengalaman pahit yang dialaminya. Ia merasa diposisikan dalam situasi penuh tekanan, terutama setelah mengalami ejekan dan penghinaan dari pasangannya. Perlakuan tersebut membuatnya menangis sejadi-jadinya di hadapan pasangannya, namun tangisannya tidak dihiraukan. Pasangannya hanya melihat tanpa sedikit pun menunjukkan rasa bersalah. Akibat pengalaman tersebut, korban memilih untuk diam, meski keheningan yang dipilih justru menambah beban psikologisnya. Keadaan semakin diperparah dengan sikap pasangan yang tampak nyaman membiarkan semua berjalan tanpa komunikasi. Hal tersebut menimbulkan kebingungan mendalam bagi korban, hingga ia tidak tahu ke mana arah rumah tangga yang sedang ia jalani.

Dalam pernikahan dengan pasangan yang memiliki kecenderungan narsistik, kekerasan psikis menjadi bentuk kekerasan yang paling sering dialami korban. Kekerasan psikis hadir dalam wujud manipulasi emosional, control psikologis, hingga penghinaan berulang. Berbeda dengan kekerasan fisik yang nyata terlihat, kekerasan psikis sering kali tersembunyi dan menjerat korban dalam lingkaran kebingungan, perasaan tidak berharga, serta ketergantungan emosional terhadap pelaku (W. Keith Campbell, 2011). Hal ini dapat terlihat dari narasi korban yang mengaku sering diabaikan, direndahkan, dan diperlakukan tanpa empati. Beberapa cerita korban mencerminkan bentuk dari *gaslighting*, control psikologis, serta devaluasi yang umum terjadi dalam relasi dengan pasangan narsistik. *Gaslighting* merupakan salah satu taktik manipulative pelaku dengan kecenderungan NPD. Pelaku menggunakan kebohongan, pengalihan, dan penyederhanaan perasaan korban, sehingga secara bertahap merusak identitas diri dan rasa percaya korban terhadap pengalamannya. Perilaku ini membuat korban meragukan realitas, ingatan, bahkan kewarasannya sendiri. Kemudian control psikologis yang dilakukan melalui isolasi sosial, pengendalian finansial, hingga tekanan emosional berulang. Setelahnya bentuk dari fase devaluasi yang ditandai dengan kritik terus-menerus, penghinaan terselubung, dan penolakan kebutuhan emosional pasangan. dampaknya, korban merasa tidak berharga dan terus mencari persetujuan pelaku untuk mempertahankan relasi (W. Keith Campbell, 2011).

Pernikahan narsistik meninggalkan luka psikis yang tidak mudah sembuh. Korban yang terus-menerus dilemahkan melalui manipulasi emosional berisiko mengalami trauma kompleks, seperti kecemasan, depresi, hingga gejala *post traumatic stress disorder* (PTSD). Hilangnya rasa percaya diri membuat korban sulit membangun relasi yang sehat di masa depan. Selain itu, tekanan psikologis yang berkelanjutan dapat berdampak pada Kesehatan fisik, kualitas hidup serta hubungan sosial korban. Beberapa cerita dari korban pernikahan narsistik yang memilih untuk diam dan mempertahankan hubungan pernikahannya, mencerminkan *learned helpness*, di mana sebuah kondisi korban merasa tidak mampu lagi mengubah situasi yang penuh tekanan. Tanpa penanganan lebih lanjut, korban berpotensi terus terjebak dalam siklus kekerasan, bahkan membawa luka batin tersebut ke relasi selanjutnya (Herman, 1992).

Rendahnya Internalisasi Nilai Qira'ah Mubadalah Pada Pernikahan Narsistik

Dalam kerangka Qira'ah Mubadalah, teks-teks keagamaan dibaca dengan prinsip kesalingan (*musawah/mubadalah*). Setiap perintah, larangan, hak, dan kewajiban yang diarahkan pada salah satu jenis kelamin, sepanjang tidak ada dalil spesifik yang mengecualikan, berlaku timbal balik bagi yang lain. Prinsip ini menegaskan tujuan kemaslahatan bersama, kerahmatan, dan keadilan dalam relasi suami-istri, sehingga otoritas tidak dimonopoli oleh satu pihak dan pengalaman kedua belah pihak menjadi rujukan etis dalam penafsiran. Pembacaan mubadalah adalah “membaca teks untuk kedua belah pihak”, sehingga pengalaman Perempuan dan laki-laki sama-sama bernilai sebagai sumber pemahaman etis (Faquhuddin Abdul Kodir, 2019). Mubadalah bukan hanya metode hermeneutika, melainkan kerangka etik-praktis yang memandu interaksi rumah tangga menuju kerjasama, saling melindungi (*himayah*), dan saling menolong (*ta'awun*) (Khoirotin Nisa', Muslih, 2020).

Secara fungsional, nilai mubadalah berperan mencegah ketimpangan relasi pernikahan karena menurut validasi pengalaman kedua pihak dan distribusi kuasa yang proposional. Ketika ayat atau hadis keluarga ditafsir dengan asas kesalingan, keputusan rumah tangga mulai dari nafkah, pengasuhan, hingga penyelesaian konflik ditimbang berdasarkan manfaat bersama, bukan kepentingan sepihak. Penerapan qira'ah mubadalah pada kajian terkini terhadap isu-isu keluarga berkontribusi pada sensibilitas kebijakan dan praktik keluarga yang lebih responsif gender. Pendekatan menggunakan konsep mubadalah mampu memperkuat resiliensi keluarga karena relasi kasih sayang dibangun di atas partisipasi setara, bukan control (Septi Gumiandri, 2020).

Sebaliknya, rendahnya internalisasi nilai mubadalah berkorelasi dengan masalah utama. Pertama, dominasi sepihak dalam kehidupan pernikahan. Hal ini biasanya terjadi ketika teks dalam Al-Qur'an dan Sunnah dipahami secara kaku dan hanya menekankan keunggulan salah satu jenis kelamin tanpa mempertimbangkan prinsip kesalingan, cara pandang seperti ini membuat praktik control dianggap wajar, misalnya dalam keputusan ekonomi, pembatasan aktivitas pasangan, atau bahkan bentuk kekerasan psikis seperti *gaslighting*, devaluasi, dan isolasi. Dalam nilai mubadalah sendiri, ditegaskan bahwa penggunaan teks dalam Al-Qur'an dan Sunnah untuk membenarkan dominasi jelas bertentangan dengan tujuan utama ajaran Islam, yaitu kemaslahatan, keadilan, dan kesalingan. Dalam kehidupan pernikahan, karakter utama dari ikatan pernikahan tersebut adalah berpasangan (*izdiwaj*) dan perkongsian atau kerja sama (*musyarakah*). Karakter ini menjadi landasan dalam memaknai konsep-konsep rumah tangga, seperti kepemimpinan, ketaatan, kerelaan, termasuk dalam praktik kerja-kerja rumah tangga. Sehingga, semua konsep ini harus diterapkan dalam konteks perwujudan kasih sayang dan kebahagiaan, yang harus didorong bersama, dikerjakan bersama, dan dirasakan bersama (Faqihuddin Abdul Kodir, 2019).

Kedua, pengabaian hak pasangan. tanpa adanya prinsip timbal balik dalam kehidupan pernikahan, hak-hak emosional maupun material dari salah satu pihak sering dianggap kurang penting. Ketika nilai kesalingan diterapkan, kebutuhan dan hak kedua belah pihak diakui secara setara. Dengan begitu, pengasuhan, perawatan, dan tanggung jawab nafkah dapat dinegosiasikan dengan adil (M. Afiquil Adib, & Natacia Mujahidah, 2021). Salah satu dari lima pilar penyangga kehidupan pernikahan adalah sikap dan perilaku yang selalu berdiskusi dan saling bertukar pendapat dalam memutuskan sesuatu terkait kehidupan rumah tangga, hal ini sesuai dengan apa yang terkandung dalam QS. Al-Baqarah ayat 233. Suami, atau istri, tidak boleh menjadi pribadi yang otoriter dan memaksakan kehendak. Segala sesuatu, terutama yang terkait dengan pasangan dan keluarga, tidak boleh langsung diputuskan sendiri tanpa melibatkan dan meminta pandangan pasangan (Faqihuddin Abdul Kodir, 2019). Apabila nilai ini tidak diinternalisasi, beban rumah tangga biasanya jatuh lebih berat pada satu pihak saja, yang pada akhirnya menimbulkan ketimpangan gender dan kelelahan emosional berkepanjangan.

Ketiga, pembenaran perilaku yang merugikan. Rendahnya pemahaman terhadap nilai mubadalah membuat Sebagian orang menggunakan ayat dalam Al-Qur'an dan Sunnah sebagai tindakan pembenaran untuk melakukan tindakan abusif. Salah satu ayat dalam Al-Qur'an yang menunjukkan tujuan pernikahan adalah menciptakan ketenangan, cinta, dan kasih sayang tercantum pada Q.S Ar-Rum ayat 21.

“Di antara tanda-tanda (kebesaran)-Nya ialah bahwa Dia menciptakan pasangan-pasangan untukmu dari (jenis) dirimu sendiri agar kamu merasa tenteram kepadanya. Dia menjadikan di antaramu rasa cinta dan kasih sayang. Sesungguhnya pada yang demikian itu benar-benar terdapat tanda-tanda (kebesaran Allah) bagi kaum yang berpikir”.

Merujuk pada ayat tersebut, tujuan dari pernikahan adalah ketenangan (*sakinah*) yang dirasakan oleh suami maupun istri, dengan pondasi rasa dan sikap cinta (*mawaddah*) dan kasih (*rahmah*). Ketenangan ini tentu saja dalam berbagai aspek, terutama spiritual, psikologi, ekonomi, serta hubungan personal dan sosial. Ketenangan ini mensyaratkan *mawaddah* dan *rahmah*. *Mawaddah* adalah rasa dan sikap cinta seseorang kepada pasangan, yang manfaatnya kembali kepada dirinya, dan ia merasa bahagia bersama pasangannya. Sementara, *rahmah* adalah rasa dan sikap cinta seseorang kepada pasangan yang membuatnya bergerak membuat pasangan tersebut pasangan tersebut bahagia (Faqihuddin Abdul Kodir, 2019). Nilai-nilai mubadalah, dengan dasar kesalingan, dapat menjadi “filter etik” untuk menolak praktik yang merugikan meskipun seringkali dibungkus dengan legitimasi tradisi (Nikmatullah, 2022).

Pelanggaran terhadap prinsip kesalingan dan keadilan dalam keluarga tidak hanya berdampak pada aspek sosial dan psikologis, tetapi juga membawa konsekuensi etis dan religius. Dari sisi etis, hubungan yang timpang merendahkan martabat salah satu pihak, menormalisasikan ketidakadilan, dan memperkuat praktik diskriminatif. Hal ini jelas bertentangan dengan tujuan pernikahan sebagai ruang kasih sayang (*mawaddah wa rahmah*) sebagaimana disebutkan dalam Q.S Ar-Rum ayat 21. Kemudian, dari sisi religius, sikap dominatif dan pengebaian hak-hak pasangan adalah bentuk penyimpangan dari prinsip keadilan dan musyawarah.

Kurangnya empati terhadap pasangan menjadikan individu dengan kecenderungan NPD sulit memahami atau merasakan pengalaman emosional orang lain, sehingga pasangan kerap merasa terabaikan dan tidak dihargai. Padahal, dalam perspektif mubadalah dijelaskan bahwa fondasi relasi rumah tangga terletak pada tafahum (*saling memahami*), yaitu kesediaan untuk mendengar, merasakan, dan mengakui pengalaman satu sama lain (Faqihuddin Abdul Kodir, 2019). Selain itu, perilaku mengeksploitasi pasangan demi kepentingan pribadi, baik dalam aspek emosional, jelas bertentangan dengan prinsip *himayah* (saling melindungi) yang ditegaskan dalam kerangka

mubadalah. Pernikahan bukan ruang pemerasan, melainkan ruang perlindungan timbal balik, di mana suami dan istri saling menjaga satu sama lain dari bahaya, penderitaan, dan ketidakadilan (Siti Nurkholisoh, 2025). Lebih jauh, dominasi sepihak yang menjadi pola khas dalam sebuah relasi narsistik juga jelas bertentangan dengan prinsip *musawah* (kesetaraan). Pasangan dengan kecenderungan NPD cenderung menempatkan dirinya lebih tinggi, mengontrol, bahkan merendahkan pasangan. Hal ini menimbulkan relasi timpang yang tidak sejalan dengan spirit mubadalah, yang menegaskan bahwa laki-laki dan Perempuan sama-sama manusia bermartabat dengan hak dan kewajiban yang setara (Abed Majidi, Nurul Kartika Laili, 2024).

Dalam relasi suami dan istri serta antaranggota keluarga, komitmen untuk berperilaku baik, menjadi kompas dan pemandu. Menghadirkan segala kebaikan ke dalam rumah tangga dan menjauhkan segala keburukan darinya (*jalbu al-mashalih li al-'ailah wa dar'u al-mafasid 'anha*). Kebaikan ini harus nyata diperoleh bersama dalam kehidupan laki-laki sebagai suami/ayah/anak dan perempuan sebagai istri/ibu/anak, dan dilakukan juga sebagai tanggung jawab bersama. Keluarga atau rumah tangga menjadi sekolah pertama bagi setiap individu untuk belajar, melihat, dan meniru bagaimana relasi itu diwujudkan oleh masing-masing anggota untuk saling menguatkan, menopang, mendukung, dan kerja sama. Belajar tentang relasi kemitraan satu sama lain. Bukan relasi otoriter, memaksa, dan penuh kekerasan (Faquhuddin Abdul Kodir, 2019).

4. Kesimpulan

Fenomena pernikahan narsistik memperlihatkan kesenjangan tajam antara idealitas pernikahan Islam yang berlandaskan sakinah, mawaddah, dan Rahmah dengan praktik relasi yang sering kali diwarnai dominasi, manipulasi, serta pengabaian hak pasangan. *Narcissistic Personality Disorder* (NPD) dalam pernikahan memicu kekerasan psikis seperti gaslighting, control berlebihan, devaluasi, dan eksploitasi emosional yang berdampak serius pada kesehatan mental korban. Kisah-kisah korban yang terekam baik dalam penelitian maupun ruang digital memperkuat gambaran nyata bagaimana relasi narsistik meninggalkan luka psikologis mendalam, bahkan berpotensi menimbulkan trauma jangka panjang. Dalam perspektif *Qira'ah Mubadalah*, relasi suami istri seharusnya dibangun atas prinsip kesalingan (*mubadalah*), saling memahami (*tafahum*), saling melindungi (*himayah*), dan kesetaraan (*musawah*). Namun rendahnya internalisasi nilai-nilai menjadi salah satu penyebab utama ketimpangan relasi yang berujung pada kekerasan psikis. Pelanggaran terhadap prinsip mubadalah tidak hanya berdampak sosial dan psikologis, tetapi juga memiliki implikasi etis dan religius, karena bertentangan dengan maqasid al-syari'ah yang menekankan kemaslahatan, keadilan, dan perlindungan terhadap setiap individu. Oleh karena itu, menempatkan nilai mubalah sebagai fondasi dalam kehidupan pernikahan, menjadi kunci penting untuk membangun rumah tangga yang adil, setara, dan penuh kasih sayang. Penelitian mendatang perlu memperkuat aspek empiris dengan menggali pengalaman langsung korban maupun perspektif konselor keluarga agar dinamika psikologis dalam pernikahan narsistik dapat dipahami lebih mendalam. Peran media sosial sebagai ruang advokasi dan terapi kolektif juga patut diteliti lebih jauh, mengingat banyaknya narasi korban yang beredar di ruang digital.

Referensi

1. Abed Majidi, Nurul Kartika Laili, D. N. J. (2024). Redefining Equality in Marriage Laws: An Analysis of Husband-Wife Relations Through Qira'ah Mubadalah. *Indonesian Journal of Islamic Law*, 7(2).
2. American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
3. Anna Drescher. (2025). *Narcissistic Marriage Problems & How to Deal With Them*. SimplyPsychology.
4. Eliza Oliver, Alexander Coates, Joanne M Bennett, M. L. W. (2023). Narcissism and Intimate Partner Violence: A Systematic Review and Meta-Analysis. *PubMed Central*, 25(3).
5. Faquhuddin Abdul Kodir. (2019). *Qira'ah Mubadalah: Tafsir Progresif untuk Keadilan Gender dalam Islam*. IRCiSoD.
6. Herman, J. L. (1992). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.
7. Jewels Adair. (2025). Defining Gaslighting in Gender-Based Violence: A Mixed-Methods Systematic Review. *Sage Journals*.
8. Khoirotn Nisa', Muslih, A. H. (2020). Rereading The Concept Of Nusyuz In Islamic Marriage Law With Qira'ah Mubadalah. *Analisa Journal of Social And Religion*, 5(2).
9. Komnas Perempuan. (2025). *Catatan Tahunan Kekerasan Terhadap Perempuan 2024*.
10. Mulida Hayati, Aristoteles, Evi, A. R. (2024). Pertimbangan Hakim Terhadap Putusan Perceraian Akibat Kekerasan Psikis di Pengadilan Negeri Kelas I A Palangka Raya. *Unes Law Review*, 6(4).
11. Munandar, S. C. U. (2001). *Psikologi Perkembangan Pribadi Dari Bayi Sampai Lanjut Usia*. Universitas Indonesia (UI Press).
12. Nicholas J S Day, Michelle L Townsend, B. F. S. G. (2021). Pathological Narcissism: An Analysis Of Interpersonal Dysfunction Within Intimate Relationships. *Personal Ment Health*, 16(3).
13. Nikmatullah. (2022). Male Ulama Reinterpretation of the Gender Hadith in Indonesian Socio Cultural Contexts. *Pharos Journal of Theology*, 105(2).
14. Ria Anggraeni. (2021). Konsep Mubadalah Faquhuddin Abdul Kodir dan Formulasinya dalam Pola Pengasuhan Anak. *FOKUS: Jurnal Kajian Keislaman Dan Kemasyarakatan*, 6(2).
15. Septi Gumindari, I. N. (2020). Mubadalah as an Islamic Moderating Perspective between Gender and Patriarchal Regimes in

- Building Family Resilience. *Jurnal Penelitian*, 17(2).
16. Shafa Alistiana Irbathy. (2022). Resiliensi Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga Sepanjang Tujuh Tahun Pernikahan. *Cakrawala Ilmiah*, 1(10).
 17. Siti Nurkholisoh. (2025). Mewujudkan Relasi Suami Istri Yang Berkeadilan Gender : Kritik Forum Kajian Kitab Kuning Terhadap 'Uqud Al-Lujjayn. *Millatuna Jurnal Studi Islam*, 2(1).
 18. W. Keith Campbell, J. D. M. (2011). *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder: Theoretical Approaches, Empirical Findings, and Treatments*. John Wiley & Sons, Inc.
 19. Welda Arum Lestari & Hamidah. (2021). Hubungan antara Kepribadian Narsistik dengan Sikap terhadap Perselingkuhan pada Individu Dewasa Awal yang telah Menikah. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1).
 20. Willis Klein, Sherry Li, S. W. (2023). *A qualitative analysis of gaslighting in romantic relationships*. 30(4).