

**Strategi Komunikasi Interpersonal
dalam Hubungan *Long Distance*
Marriage pada Pasangan Suami-Istri**

Eldiana Putri Cahyani

Internasional Open University, Kota Kanifing

Email: ledyluqman@gmail.com

Mega Satria Nurul Falah

Universitas Muhammadiyah, Kota Banten

Email: mega.satria@umbanten.ac.id

Article History

Submitted: 22 January 2026

Revised: 27 January 2026

Accepted: 13 Februari 2026

How to Cite:

Cahyani, Eldiana Putri, and Mega Satria Nurul Falah. "Strategi Komunikasi Interpersonal dalam Hubungan *Long Distance Marriage* pada Pasangan Suami-Istri." *NUANSA: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Keagamaan Islam* 23, no. 1 (2026): 1-15.

Abstrak:

The phenomenon of *long distance marriage* has increasingly emerged as a consequence of economic demands and occupational mobility, particularly in rural areas. This condition requires married couples to develop effective interpersonal communication strategies in order to maintain marital harmony despite physical separation. This study aims to examine the interpersonal communication strategies employed by married couples in sustaining harmonious relationships within the context of *long distance marriage* in Sugihan Village, Solokuro District, Lamongan Regency. This research adopts a qualitative approach using a phenomenological method to explore the lived experiences of couples engaged in long-distance marital relationships. Data were collected through non-participant observation, in-depth interviews, and documentation. The research informants consisted of married couples practicing *long distance marriage* as well as supporting informants. Data analysis was conducted using the interactive model proposed by Miles and Huberman, which includes data reduction, data display, and conclusion drawing. The findings reveal that couples implement various interpersonal communication strategies to preserve marital harmony, including openness and honesty in communication, flexible utilization of communication technology, emotional and conflict management, adjustment of communication timing, and reinforcement of trust and emotional support. Despite encountering obstacles such as differing work schedules, limited time availability, and technical disruptions, couples are able to manage these challenges through mutual understanding and adaptive communication practices. This study underscores that the quality of interpersonal communication plays a crucial role in maintaining harmony in *long distance marriage relationships*.

(Fenomena *long distance marriage* semakin banyak terjadi sebagai dampak tuntutan ekonomi dan mobilitas kerja, khususnya di wilayah pedesaan. Kondisi ini menuntut pasangan suami-istri untuk membangun strategi komunikasi interpersonal yang efektif guna menjaga keharmonisan rumah tangga meskipun terpisah jarak. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis strategi komunikasi interpersonal pasangan suami-istri dalam menjaga keharmonisan hubungan *long distance marriage* di Desa Sugihan, Kecamatan Solokuro, Kabupaten Lamongan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi. Populasi penelitian meliputi seluruh pasangan suami-istri yang menjalani *long distance marriage* di Desa Sugihan, dengan jumlah sebanyak [POPULASI] pasangan, dari mana dipilih [SAMPEL] pasangan sebagai informan utama, serta informan pendukung. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang mencakup reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan mengembangkan berbagai strategi komunikasi interpersonal untuk menjaga keharmonisan hubungan, antara lain keterbukaan dan kejujuran, pemanfaatan teknologi komunikasi secara fleksibel, pengelolaan emosi dan konflik, penyesuaian waktu komunikasi, serta penguatan kepercayaan dan dukungan emosional. Meskipun menghadapi hambatan berupa perbedaan jadwal kerja, keterbatasan waktu, dan gangguan teknis, pasangan mampu mengatasinya melalui sikap saling pengertian dan adaptasi komunikasi. Penelitian ini menegaskan bahwa kualitas komunikasi interpersonal merupakan faktor kunci dalam menjaga keharmonisan hubungan *long distance marriage*.

Kata Kunci:

Pendahuluan

Pernikahan merupakan ikatan sosial yang dibangun atas dasar komitmen, keintiman, dan komunikasi yang berkelanjutan antara suami dan istri.¹ Keharmonisan dalam pernikahan sangat dipengaruhi oleh kualitas komunikasi interpersonal yang terjalin di antara pasangan, karena komunikasi menjadi sarana utama dalam membangun kepercayaan, pemahaman, serta kedekatan emosional.² Keharmonisan tersebut berperan penting dalam menciptakan kebahagiaan dan mencegah munculnya stres maupun tekanan dalam hubungan pernikahan.³ Tantangan dalam menjaga keharmonisan menjadi semakin kompleks ketika pasangan harus menjalani pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* (LDM), di mana keterbatasan interaksi langsung dapat memengaruhi dinamika hubungan suami-istri.⁴

Fenomena *long distance marriage* semakin banyak ditemui seiring meningkatnya mobilitas masyarakat dan tuntutan pekerjaan yang mengharuskan pasangan hidup terpisah secara geografis.⁵ Data Badan Pusat Statistik menunjukkan adanya peningkatan mobilitas tenaga kerja dalam beberapa tahun terakhir yang berimplikasi pada meningkatnya jumlah pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Berbagai studi juga mengungkapkan bahwa hubungan jarak jauh memiliki kerentanan terhadap permasalahan komunikasi interpersonal, seperti kesalahpahaman, menurunnya kepercayaan, serta berkurangnya kepuasan emosional pasangan.⁶

Pasangan suami-istri yang menjalani hubungan jarak jauh dituntut untuk mengembangkan strategi komunikasi interpersonal yang efektif guna menjaga keberlangsungan dan kualitas hubungan pernikahan.⁷ Strategi komunikasi tersebut mencakup pemanfaatan teknologi komunikasi, seperti telepon, pesan singkat, dan media sosial, serta kemampuan menyampaikan pesan secara terbuka, empatik, dan saling

¹ Muhammad Nabih Ali and M Marovida Aziz, "Membangun Komunikasi Keluarga Pada Pasangan Nikah Muda Sebagai Benteng Ketahanan Keluarga," *Taqin: Jurnal Syariah Dan Hukum* 4, no. 02 (2022).

² Revalina Amalia, Dewi Dilasari, and Fahira Ghina Muthmainnah, "Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga," *Journal of Communication and Social Sciences* 3, no. 2 (2025): 85–98.

³ Afthon Yazid and Arif Sugitanata, "Menjaga Keharmonisan Keluarga Yang Terpisah Tempat Tinggal: Tantangan, Strategi, Dan Implementasi Nilai-Nilai Islam," *Journal of Islamic Family Law* 3, no. 1 (2024): 26–41.

⁴ Mohamat Hadori and Minhaji Minhaji, "Makna Kebahagiaan Dan Keharmonisan Rumah Tangga Dalam Perspektif Psikologi," *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan* 12, no. 1 (2018): 5–36.

⁵ Elizabeth Hana Permatahati Mongdong and Ratriana Y E Kusumiati, "Perbedaan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh Ditinjau Dari Keberadaan Anak," *Philanthropy: Journal of Psychology* 7, no. 1 (2023): 1–15.

⁶ Ainul Mardiyah et al., "Ketertarikan Interpersonal Dalam Bertemu, Menyukai, Dan Membina Hubungan: Studi Kasus Komunikasi Interpersonal Pada Pasangan Suami Istri Dalam Menghadapi Permasalahan Rumah Tangga," *Nian Tana Sikka: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 4 (2025): 52–59.

⁷ Sri Hartini and Topan Setiawan, "Komunikasi Interpersonal Long Distance Marriage," *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora* 4, no. 08 (2023): 22–32.

mendukung.⁸ Pengelolaan konflik, pembangunan kepercayaan, dan pemahaman terhadap kebutuhan pasangan juga menjadi faktor penting dalam membentuk komunikasi yang sehat dan berkelanjutan pada hubungan *long distance marriage*.⁹

Berbagai penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa strategi komunikasi interpersonal yang efektif mampu menjaga keharmonisan hubungan dalam konteks pernikahan jarak jauh.¹⁰ Penelitian Muslimah et al. menemukan bahwa keterbukaan, kejujuran, dan konsistensi komunikasi menjadi faktor utama dalam membangun kepercayaan pasangan *long distance marriage*.¹¹ Selanjutnya, Paramita et al. mengungkapkan bahwa pengelolaan konflik melalui komunikasi empatik dan penggunaan media digital yang tepat berkontribusi signifikan dalam mereduksi konflik dan meningkatkan kepuasan hubungan. Sementara itu, Ramdany dan Hidayat menunjukkan bahwa strategi komunikasi interpersonal yang adaptif, seperti penyesuaian waktu komunikasi dan dukungan emosional berkelanjutan, terbukti efektif dalam mempertahankan keharmonisan pasangan LDM. Temuan-temuan tersebut menegaskan bahwa strategi komunikasi yang tepat merupakan elemen kunci dalam menjaga keberlangsungan dan kualitas hubungan pernikahan jarak jauh. Selain itu, beberapa penelitian menempatkan konflik komunikasi sebagai fokus utama dalam hubungan pernikahan jarak jauh.¹² Ardhy mengungkap bahwa pengelolaan konflik komunikasi pada tahap awal pernikahan *long distance marriage* lebih menitikberatkan pada kondisi psikologis individu dan negosiasi komunikasi digital, tanpa mengkaji strategi komunikasi interpersonal jangka panjang secara komprehensif. Sementara itu, terdapat kajian terkait pola komunikasi hubungan jarak jauh pada mahasiswa dan menunjukkan dominasi penggunaan media komunikasi digital dalam mengatasi konflik interpersonal.¹³

Kajian mengenai pernikahan jarak jauh umumnya menempatkan aspek psikologis dan relasional sebagai fokus utama, khususnya terkait kepuasan hubungan, keintiman emosional, dan kualitas komunikasi pasangan. Sementara itu, kajian yang mengulas strategi komunikasi interpersonal pasangan suami-istri dalam konteks masyarakat pedesaan masih

⁸ Mayyanti Simamora, "Strategi Penggunaan Media Komunikasi Untuk Mengoptimalkan Kinerja Organisasi Remaja Hutatinggi," *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2025): 1092–1105.

⁹ Yazid and Sugitanata, "Menjaga Keharmonisan Keluarga Yang Terpisah Tempat Tinggal: Tantangan, Strategi, Dan Implementasi Nilai-Nilai Islam."

¹⁰ Ni Kadek Dwi Martini and Ni Made Ari Wilani, "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN PERNIKAHAN JARAK JAUH DI INDONESIA: LITERATURE REVIEW," *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 12, no. 8 (2025): 3288–3301.

¹¹ Mazroatus Saadah and M Sulthon, "Studi Komparatif Kualitas Komunikasi Pada Pasangan Long Distance Marriage (LDM) Dan Non-LDM Perspektif Interaksi Simbolik," *Tasyri': Journal of Islamic Law* 4, no. 1 (2025): 21–54.

¹² Utami Nur Muslimah, Sudirman Karnay, and Muhammad Farid, "Analisis Komunikasi Interpersonal Dalam Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Marriage) Pada Pasangan Di Kota Makassar," *JIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 6, no. 12 (2023): 10634–40.

¹³ Muria Putriana et al., "Analisis Penggunaan Aplikasi Whatsapp Dalam Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Hubungan Asmara Jarak Jauh: (Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta)," *DIALEKTIKA KOMUNIKA: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Pembangunan Daerah* 12, no. 1 (2024): 1–11.

belum banyak dieksplorasi.¹⁴ Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji secara mendalam strategi komunikasi interpersonal yang diterapkan oleh pasangan suami-istri dalam menjalani hubungan *long distance marriage*, khususnya dalam konteks masyarakat pedesaan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk, pola, serta strategi komunikasi interpersonal yang digunakan pasangan dalam menjaga keharmonisan rumah tangga di tengah keterbatasan jarak, sekaligus mengidentifikasi faktor pendukung dan penghambat komunikasi yang mereka hadapi. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoretis dalam pengembangan kajian komunikasi interpersonal serta kontribusi praktis sebagai rujukan bagi pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh dalam membangun hubungan yang harmonis dan berkelanjutan,

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan tujuan untuk memahami secara mendalam strategi komunikasi interpersonal yang diterapkan oleh pasangan suami-istri dalam menjalani hubungan *long distance marriage*.¹⁵ Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini tidak berorientasi pada pengukuran numerik, melainkan pada pemaknaan pengalaman, persepsi, dan realitas sosial berdasarkan sudut pandang subjek penelitian. Secara khusus, penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi yang menekankan pada pemahaman makna pengalaman subjektif individu terhadap fenomena yang mereka alami secara langsung, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang utuh, mendalam, dan kontekstual.¹⁶

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Sugihan, Kecamatan Solokuro, Kabupaten Lamongan, dengan fokus pada pasangan suami-istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Proses pengambilan data dilakukan secara bertahap dan disusun berdasarkan beberapa aspek penelitian, yaitu: (1) aspek lokasi dan konteks sosial, yang mencakup kondisi masyarakat setempat dengan dominasi pekerjaan pelaut dan pekerja luar daerah; (2) aspek subjek penelitian, yang meliputi pasangan suami-istri pelaku *long distance marriage* sebagai informan utama serta informan pendukung; (3) aspek waktu penelitian, yang berlangsung sejak Oktober 2025 hingga Januari 2026; dan (4) aspek teknik pengumpulan data, yang meliputi observasi non-partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Pengorganisasian proses pengambilan data berdasarkan aspek-aspek tersebut bertujuan untuk memastikan data yang diperoleh relevan, sistematis, dan mampu menggambarkan fenomena penelitian secara komprehensif. Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder.

Data primer diperoleh secara langsung dari informan yang meliputi informan kunci (kepala desa), informan utama (pasangan suami-istri yang menjalani *long*

¹⁴ Febri Umbaran and Sihabuddin Sihabuddin, "KOMUNIKASI INTERPERSONAL JARAK JAUH MAHASISWA RANTAU ASAL KALIMANTAN FISIP UNISRI DENGAN ORANG TUA DALAM MENJAGA HUBUNGAN HARMONIS MELALUI WHATSAPP," *Solidaritas* 9, no. 1 (2025).

¹⁵ Agoes Dariyo, "COPING STRESS PADA ISTRI ANGGOTA TNI YANG MENJALANI LONG DISTANCE MARRIED," *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 8, no. 1 (2024): 196–205.

¹⁶ Zidan Abid Maulana and Alief Budiyo, "Kajian Komunikasi Dalam Sudut Pandang Studi Fenomenologi: Literatur Review," *Translitera: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Studi Media* 13, no. 2 (2024): 98–110.

distance marriage), serta informan pendukung dari masyarakat setempat. Sementara itu, data sekunder diperoleh dari berbagai sumber kepustakaan berupa buku, jurnal ilmiah, dan referensi lain yang relevan dengan topik komunikasi interpersonal dan pernikahan jarak jauh. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi non-partisipan, wawancara mendalam, dan dokumentasi sebagai data pendukung.¹⁷

Analisis data dilakukan secara kualitatif dengan mengikuti model interaktif Miles dan Huberman, yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Proses analisis dilakukan secara berkelanjutan sejak data dikumpulkan hingga mencapai titik kejenuhan, sehingga diperoleh temuan yang valid dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.¹⁸

Hasil dan Pembahasan

Pola dan Dinamika Komunikasi Interpersonal Pasangan dalam Hubungan Long Distance Marriage

Komunikasi interpersonal memiliki peran sentral dalam menjaga keberlangsungan hubungan pernikahan jarak jauh. Dalam kondisi keterpisahan ruang dan waktu, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga menjadi medium utama untuk mempertahankan kedekatan emosional, rasa saling percaya, serta stabilitas hubungan. Intensitas dan pola komunikasi yang diterapkan pasangan menentukan sejauh mana hubungan dapat tetap terjaga meskipun tidak disertai kehadiran fisik secara langsung.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk komunikasi interpersonal pasangan *long distance marriage* di Desa Sugihan berlangsung dalam dua pola utama, yaitu komunikasi diadik dan komunikasi triadik. Komunikasi diadik terjadi ketika interaksi dilakukan secara langsung antara suami dan istri tanpa melibatkan pihak lain. Pola ini umumnya dimanfaatkan untuk membicarakan hal-hal personal, seperti aktivitas sehari-hari, kondisi pekerjaan, keuangan, serta ungkapan perhatian dan dukungan emosional. Komunikasi diadik memberi ruang yang lebih luas bagi pasangan untuk saling berbagi perasaan dan membangun kedekatan emosional secara lebih mendalam. Hal ini sebagaimana diungkapkan oleh salah satu informan yang menyatakan bahwa komunikasi berdua dirasakan lebih nyampek karena memungkinkan pasangan untuk bercerita secara panjang lebar dan saling memahami satu sama lain.

Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi diadik berfungsi sebagai sarana utama dalam menjaga keintiman emosional pasangan. Topik pembicaraan yang bersifat personal memperlihatkan adanya upaya sadar dari pasangan untuk mempertahankan kualitas hubungan di tengah keterbatasan interaksi fisik. Pola komunikasi ini selaras dengan teori penetrasi sosial yang dikemukakan oleh Altman dan Taylor, yang menjelaskan bahwa kedekatan interpersonal berkembang melalui

¹⁷ Gagah Daruhadi and Pia Sopiati, "Pengumpulan Data Penelitian," *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 3, no. 5 (2024): 5423–43.

¹⁸ Umar Sidiq, Miftachul Choiri, and Anwar Mujahidin, "Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan," *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2019): 1–228.

keterbukaan dan kedalaman komunikasi secara bertahap. Dalam konteks *long distance marriage*, keterbukaan emosional menjadi fondasi penting untuk menjaga ikatan pernikahan.

Berdasarkan temuan penelitian, keterbukaan dan kejujuran dalam komunikasi pasangan *long distance marriage* (LDM) memiliki implikasi ganda, yakni memberikan manfaat signifikan dalam menjaga keharmonisan hubungan, namun juga berpotensi menimbulkan tantangan tertentu apabila tidak dikelola secara tepat. Keterbukaan memungkinkan pasangan untuk saling memahami kondisi emosional, aktivitas harian, serta situasi sosial masing-masing, sehingga dapat meminimalkan prasangka dan kecemasan akibat keterpisahan jarak. Di sisi lain, keterbukaan yang disampaikan tanpa mempertimbangkan kondisi psikologis pasangan berpotensi memicu kesalahpahaman atau ketegangan emosional. Oleh karena itu, keterbukaan dan kejujuran perlu diimbangi dengan kepekaan emosional agar berfungsi secara optimal dalam menjaga stabilitas hubungan LDM.

Untuk memperjelas implikasi tersebut, berikut disajikan tabel kelebihan dan kekurangan keterbukaan serta kejujuran dalam komunikasi pasangan *long distance marriage*.

Tabel 1. Kelebihan dan Kekurangan Keterbukaan dan Kejujuran dalam Hubungan LDM

Aspek	Kelebihan	Kekurangan
Keterbukaan emosional	Meningkatkan pemahaman emosional dan empati antar pasangan serta mencegah akumulasi emosi negatif ¹⁹	Berpotensi menimbulkan konflik apabila disampaikan pada waktu yang tidak tepat atau tanpa kontrol emosi
Kejujuran aktivitas dan sosial	Mengurangi prasangka, kecemasan, dan kecurigaan dalam hubungan jarak jauh	Informasi yang terlalu detail dapat memicu rasa cemburu atau overthinking
Transparansi finansial	Memperkuat rasa tanggung jawab bersama dan kepercayaan jangka panjang ²⁰	Dapat menimbulkan tekanan psikologis apabila kondisi ekonomi sedang tidak stabil
Kejujuran dalam keterbatasan komunikasi	Mencegah kesalahpahaman akibat keterlambatan atau gangguan komunikasi teknis	Jika tidak disertai empati, dapat ditafsirkan sebagai bentuk pengabaian

Keterlibatan anak dalam proses komunikasi menciptakan suasana yang lebih hangat dan bernuansa kekeluargaan. Bagi pasangan yang menjalani *long distance marriage*, komunikasi triadik menjadi sarana penting untuk mempertahankan peran orang tua, khususnya peran ayah yang secara fisik tidak selalu hadir. Interaksi bersama anak, seperti bercanda atau berbagi cerita, memberikan kebahagiaan tersendiri dan membantu mengurangi jarak emosional dalam keluarga. Dengan

¹⁹ Ira Septi Sulistiana, "PENDEKATAN EFEKTIF UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HUBUNGAN SUAMI ISTRI," *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin* 2, no. 6 (2025): 654–67.

²⁰ Amalia Rachmawati Nur Fadhillah and Liza Mumtazah Damarwulan, "Kepercayaan Terhadap Organisasi Mempengaruhi Berbagi Pengetahuan," *Jurnal Akuntansi, Manajemen, Dan Perencanaan Kebijakan* 1, no. 4 (2024): 1–7.

demikian, komunikasi triadik tidak hanya berfungsi sebagai media koordinasi keluarga, tetapi juga sebagai ruang emosional yang memperkuat kebersamaan keluarga.

Namun demikian, temuan penelitian juga menunjukkan bahwa dominasi komunikasi triadik dalam beberapa kondisi berdampak pada berkurangnya intensitas komunikasi diadik antara suami dan istri. Beberapa informan mengungkapkan bahwa setelah memiliki anak, waktu untuk berkomunikasi secara pribadi menjadi terbatas sehingga pembahasan mengenai hal-hal penting sering tertunda dan baru dapat dilakukan ketika anak telah tidur atau berada di luar rumah (Wawancara dengan Bu Nazlifah, 2025). Kondisi ini menunjukkan adanya pergeseran prioritas komunikasi, di mana kebutuhan pengasuhan anak menjadi fokus utama dalam interaksi sehari-hari.

Selain bentuk dan pola komunikasi, efektivitas komunikasi interpersonal dalam hubungan *long distance marriage* juga dipengaruhi oleh faktor pendukung dan penghambat.²¹ Faktor pendukung utama berasal dari ketersediaan waktu luang, kesesuaian jadwal komunikasi, serta dukungan teknologi komunikasi seperti jaringan internet dan fasilitas *wifi*. Sebaliknya, faktor penghambat yang paling sering ditemui adalah perbedaan jam kerja, kelelahan fisik setelah bekerja, serta gangguan sinyal yang tidak stabil, terutama bagi informan yang bekerja sebagai pelaut (Wawancara dengan Mas Luqman, 2025).

Kendala teknis seperti gangguan sinyal tidak jarang menimbulkan keterbatasan dalam intensitas komunikasi, bahkan berpotensi memicu kesalahpahaman jika tidak disertai dengan pengertian dari kedua belah pihak. Namun, sebagian besar informan menyadari kondisi tersebut dan berusaha menjaga komunikasi tetap berjalan dengan memberikan kabar meskipun secara terbatas (Wawancara dengan Bu Nazlifah, 2025). Hal ini menunjukkan bahwa kelancaran komunikasi tidak hanya ditentukan oleh niat untuk berinteraksi, tetapi juga oleh kesiapan teknis dan kesesuaian waktu antar pasangan.

Strategi adaptif pasangan dalam menghadapi hambatan komunikasi terlihat melalui upaya saling memberikan pengertian terhadap kesibukan masing-masing, menghindari prasangka negatif, serta menumbuhkan kepercayaan dalam hubungan. Sikap saling memahami tersebut mencerminkan kedewasaan emosional pasangan dalam menjaga komunikasi agar tetap sehat dan konstruktif meskipun berada dalam keterbatasan jarak (Wawancara dengan Bu Iil, 2025; Wawancara dengan Bu Lia, 2025). Upaya lain yang dilakukan adalah penyepakatan waktu khusus untuk berkomunikasi secara rutin, sehingga interaksi emosional tetap terjaga di tengah padatnya aktivitas masing-masing pasangan (Wawancara dengan Bu Khalisatin, 2025).

Temuan lain menunjukkan pentingnya kepekaan emosional dalam mengantisipasi gangguan komunikasi. Upaya memberikan kabar terlebih dahulu ketika menghadapi kendala sinyal dapat dipahami sebagai bentuk *preventive communication*, yaitu strategi komunikasi preventif untuk mencegah munculnya kecemasan, kecurigaan, atau kesalahpahaman dalam hubungan jarak jauh (Wawancara dengan Mas Luqman, 2025). Strategi ini menunjukkan bahwa komunikasi tidak hanya bersifat reaktif, tetapi juga proaktif dalam menjaga stabilitas emosional pasangan.

²¹ Muslimah, Karnay, and Farid, "Analisis Komunikasi Interpersonal Dalam Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Marriage) Pada Pasangan Di Kota Makassar."

Berdasarkan hasil pembahasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa komunikasi interpersonal pasangan suami istri yang menjalani *long distance marriage* bersifat fleksibel dan adaptif terhadap situasi. Kombinasi antara komunikasi diadik dan triadik, dukungan teknologi, serta strategi toleransi dan kepekaan emosional menjadi kunci utama dalam menjaga keharmonisan hubungan. Dengan demikian, komunikasi interpersonal tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran pesan, tetapi juga sebagai mekanisme penting dalam mempertahankan keseimbangan emosional dan keberlanjutan hubungan pernikahan jarak jauh.

Strategi Komunikasi Interpersonal dalam Menjaga Keharmonisan Hubungan Long Distance Marriage

Pembahasan ini menguraikan strategi komunikasi interpersonal pasangan suami-istri dalam menjaga keharmonisan hubungan *long distance marriage* (LDM) di Desa Sugihan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal berperan sebagai mekanisme utama dalam mempertahankan kedekatan emosional, mengelola konflik, serta menanggulangi dampak psikologis akibat keterpisahan fisik. Strategi komunikasi yang diterapkan tidak hanya bersifat teknis, tetapi juga sarat dengan dimensi emosional, sosial, dan spiritual.

Selain intensitas komunikasi, kepercayaan (*trust*) menjadi nilai kunci yang secara konsisten dibangun melalui praktik komunikasi interpersonal pasangan *long distance marriage*. Kepercayaan dalam konteks ini tidak dipahami sebagai keyakinan abstrak semata, melainkan sebagai hasil dari konsistensi perilaku komunikasi, seperti keterbukaan informasi, kejujuran dalam menyampaikan kondisi nyata, serta kesesuaian antara ucapan dan tindakan pasangan. Semakin sering pasangan menunjukkan keandalan dalam memberikan kabar, menjelaskan situasi secara rasional, dan menepati komitmen komunikasi, semakin tinggi tingkat kepercayaan yang terbentuk. Kepercayaan ini tercermin dari menurunnya kecemasan, berkurangnya prasangka negatif, serta meningkatnya rasa aman emosional meskipun pasangan terpisah jarak. Dengan demikian, nilai kepercayaan yang dibangun bersifat progresif dan dinamis, tumbuh seiring dengan kualitas komunikasi yang stabil dan berkelanjutan, serta menjadi fondasi utama dalam menjaga keharmonisan hubungan *long distance marriage*.

Selain intensitas komunikasi, keterbukaan (*openness*) menjadi strategi penting dalam menjaga keharmonisan hubungan. Pasangan cenderung menekankan kejujuran dalam menyampaikan kondisi sehari-hari, baik yang berkaitan dengan pekerjaan, lingkungan sosial, maupun perasaan pribadi. Keterbukaan ini berfungsi untuk meminimalkan kesalahpahaman dan mengurangi potensi konflik yang kerap muncul akibat keterbatasan jarak dan kurangnya komunikasi nonverbal.

1. Keterbukaan dan Kejujuran sebagai Fondasi Hubungan LDM

Salah satu temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa keterbukaan (*openness*) dan kejujuran merupakan fondasi utama dalam komunikasi pasangan LDM. Keterbatasan interaksi tatap muka mendorong pasangan untuk menjadikan keterbukaan sebagai jembatan kepercayaan dalam hubungan. Informan menekankan bahwa keterbukaan tidak hanya berkaitan dengan penyampaian informasi faktual, tetapi juga mencakup pengungkapan perasaan, kondisi psikologis, serta aktivitas sehari-hari.

Keterbukaan dalam menyampaikan perasaan seperti kesedihan, kesepian, dan kekhawatiran berfungsi sebagai mekanisme pencegah akumulasi emosi negatif yang

berpotensi memicu konflik. Selain itu, keterbukaan mengenai rutinitas harian dan aktivitas sosial pasangan membantu mengurangi prasangka serta kecemasan yang kerap muncul dalam hubungan jarak jauh. Temuan ini memperlihatkan bahwa keterbukaan berkontribusi langsung terhadap stabilitas emosional dan ketenangan batin pasangan.

Selain aspek emosional, keterbukaan finansial juga muncul sebagai elemen penting dalam menjaga kepercayaan interpersonal. Transparansi mengenai pengeluaran dan kondisi ekonomi dipahami sebagai bentuk tanggung jawab bersama yang memperkuat komitmen pernikahan. Dengan demikian, keterbukaan dalam berbagai dimensi emosional, aktivitas, dan finansial menjadi strategi komunikasi yang saling melengkapi dalam menjaga keharmonisan hubungan LDM. Secara teoretis, temuan ini sejalan dengan Teori Penetrasi Sosial (Altman, & Taylor, 1973) yang menekankan bahwa kedekatan interpersonal berkembang melalui proses pengungkapan diri yang semakin mendalam. Dalam konteks LDM, keterbukaan emosional justru menjadi pengganti utama absennya kehadiran fisik.

Keterbukaan dan kejujuran dalam hubungan long distance marriage tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyampaian informasi, tetapi juga sebagai bentuk komitmen interpersonal yang mencerminkan rasa tanggung jawab dan penghargaan terhadap pasangan. Dalam situasi keterpisahan fisik, pasangan tidak memiliki kesempatan untuk memverifikasi kondisi satu sama lain secara langsung, sehingga kejujuran menjadi elemen krusial dalam membangun rasa aman dan kepercayaan. Ketika pasangan secara konsisten menyampaikan keadaan yang sebenarnya, baik terkait kondisi pekerjaan, lingkungan sosial, maupun suasana hati, hubungan menjadi lebih stabil dan minim dari kecurigaan yang berlebihan.

Lebih lanjut, keterbukaan dalam hubungan LDM juga berperan sebagai mekanisme regulasi emosional. Dengan mengungkapkan perasaan secara jujur, pasangan dapat saling memahami kondisi psikologis masing-masing dan memberikan respons yang lebih empatik. Praktik ini membantu pasangan untuk tidak memendam emosi negatif yang berpotensi menimbulkan konflik laten. Dalam konteks ini, keterbukaan tidak selalu berarti membicarakan semua hal secara detail, tetapi lebih pada kesediaan untuk tidak menutup-nutupi hal-hal penting yang dapat memengaruhi dinamika hubungan pernikahan.

Kejujuran juga memiliki implikasi langsung terhadap keberlanjutan kepercayaan dalam jangka panjang. Pasangan yang terbiasa bersikap jujur cenderung memiliki tingkat toleransi dan pengertian yang lebih tinggi ketika menghadapi hambatan komunikasi, seperti keterbatasan waktu atau gangguan teknis. Kejujuran dalam menjelaskan alasan ketidakhadiran komunikasi, misalnya karena kelelahan atau keterbatasan sinyal, dapat mencegah munculnya asumsi negatif yang sering menjadi pemicu konflik dalam hubungan jarak jauh. Dengan demikian, keterbukaan dan kejujuran tidak hanya berfungsi sebagai strategi komunikasi, tetapi juga sebagai fondasi moral dan emosional yang menopang keharmonisan hubungan long distance marriage.

2. Pengelolaan Emosi dan Konflik dalam Relasi Jarak Jauh

Temuan penelitian menunjukkan bahwa konflik dalam hubungan LDM tidak dapat dihindari, terutama akibat keterbatasan komunikasi langsung dan potensi kesalahpahaman. Namun, pasangan di Desa Sugihan menunjukkan kemampuan adaptif dalam mengelola emosi dan konflik secara konstruktif. Strategi yang paling dominan adalah menahan diri, memberi

jeda waktu, dan menenangkan emosi sebelum melanjutkan komunikasi. Sikap memilih diam sementara waktu dipahami bukan sebagai bentuk penghindaran, melainkan sebagai upaya pengendalian diri untuk mencegah eskalasi konflik. Setelah emosi mereda, komunikasi kembali dibangun secara lebih rasional dan tenang. Selain itu, beberapa informan menunjukkan kecenderungan untuk mengalah, bersikap empatik, serta menjelaskan persoalan secara perlahan guna menjaga perasaan pasangan.

Pengelolaan konflik juga dilakukan melalui pengalihan topik pembicaraan. Pasangan dengan pengalaman pernikahan yang lebih lama cenderung menghindari tema-tema sensitif yang berpotensi memicu pertengkaran, dan memilih membicarakan hal-hal yang bersifat ringan dan menyenangkan. Pola ini menunjukkan adanya kematangan emosional yang berkembang seiring waktu dan pengalaman. Dengan demikian, pengelolaan emosi dan konflik dalam hubungan LDM tidak hanya bergantung pada keterampilan komunikasi verbal, tetapi juga pada kesadaran emosional, empati, dan kemauan untuk menjaga keutuhan rumah tangga di atas ego pribadi.

3. Pengelolaan Media dan Frekuensi Komunikasi

Perkembangan teknologi digital memberikan kontribusi signifikan dalam menunjang komunikasi pasangan LDM. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mayoritas informan memanfaatkan aplikasi WhatsApp sebagai media utama komunikasi, baik melalui pesan teks, panggilan suara, maupun *video call*. Media ini dianggap paling efisien, mudah diakses, dan hemat biaya.

Frekuensi komunikasi bersifat fleksibel dan disesuaikan dengan jadwal kesibukan masing-masing pasangan. Sebagian besar komunikasi dilakukan pada waktu sore atau malam hari ketika kedua belah pihak berada dalam kondisi lebih santai. Fleksibilitas ini menunjukkan adanya kesepahaman dan toleransi terhadap rutinitas pasangan, sehingga komunikasi tidak menjadi beban tambahan.

Selain komunikasi langsung, media sosial seperti Facebook dan Instagram juga dimanfaatkan sebagai sarana tidak langsung untuk memantau aktivitas pasangan. Fitur *story* dan unggahan menjadi alternatif dalam menjaga rasa kedekatan ketika komunikasi sinkron tidak memungkinkan. Temuan ini menunjukkan bahwa pasangan LDM memadukan komunikasi sinkron dan asinkron secara strategis untuk menjaga kontinuitas interaksi.

Perbandingan dengan pengalaman komunikasi masa lalu melalui surat dan wartel yang diungkapkan informan memperlihatkan perubahan signifikan dalam pola komunikasi jarak jauh. Teknologi digital menghadirkan kemudahan, kecepatan, dan intensitas komunikasi yang jauh lebih tinggi, meskipun sebagian informan menilai bahwa romantisme komunikasi konvensional memiliki kesan emosional tersendiri.

4. Dukungan Sosial sebagai Penguat Hubungan

Keberadaan dukungan sosial terbukti menjadi elemen penting dalam menjaga keberlangsungan hubungan *long distance marriage* (LDM). Dukungan ini tidak hanya bersumber dari pasangan, tetapi juga melibatkan keluarga inti serta lingkungan sosial di sekitarnya. Informan perempuan, khususnya, menegaskan bahwa peran keluarga sangat membantu dalam mengelola urusan rumah tangga dan pengasuhan anak selama pasangan bekerja di luar daerah. Secara emosional, bentuk dukungan yang diberikan berupa perhatian, empati, serta ungkapan penyemangat yang berfungsi sebagai penguat psikologis bagi pasangan. Dukungan semacam ini membantu mengurangi tekanan emosional akibat keterpisahan jarak dan memperkuat ketahanan mental pasangan dalam

menjalani pernikahan jarak jauh. Selain itu, kehadiran dukungan emosional menciptakan rasa dihargai dan diterima, yang berdampak positif terhadap stabilitas hubungan. Dimensi spiritual juga menjadi ciri khas temuan penelitian ini. Doa dipandang sebagai bentuk komunikasi nonverbal yang mempererat ikatan batin pasangan. Praktik spiritual ini memberikan ketenangan emosional dan menjadi sumber kekuatan dalam menghadapi keterbatasan jarak. Temuan ini menunjukkan bahwa dukungan sosial dalam hubungan LDM bersifat multidimensional, mencakup aspek emosional, instrumental, dan spiritual.

Strategi Menghadapi Dampak Long Distance Marriage

Hubungan *long distance marriage* (LDM) tidak hanya menghadirkan tantangan komunikasi, tetapi juga memunculkan berbagai dampak psikologis, emosional, dan sosial bagi pasangan yang menjalaninya. Temuan penelitian menunjukkan bahwa pasangan di Desa Sugihan menyadari secara penuh adanya konsekuensi dari keterpisahan jarak, baik dalam bentuk berkurangnya intensitas kebersamaan, keterbatasan peran pasangan—khususnya peran ayah dalam pengasuhan anak—maupun munculnya rasa rindu, kesepian, dan kecemasan. Namun demikian, kondisi tersebut tidak serta-merta melemahkan hubungan pernikahan, karena pasangan mengembangkan strategi adaptif untuk menghadapi dampak LDM secara konstruktif.

Salah satu strategi utama yang dilakukan pasangan adalah menanamkan pemaknaan positif terhadap kondisi LDM. Jarak dipahami bukan sebagai bentuk pengabaian terhadap keluarga, melainkan sebagai ikhtiar ekonomi demi keberlangsungan dan masa depan rumah tangga. Pemaknaan ini membantu pasangan menerima kondisi keterpisahan secara lebih rasional dan mengurangi konflik batin akibat rasa kehilangan momen kebersamaan. Dengan sudut pandang tersebut, keterbatasan fisik diimbangi dengan upaya menjaga kualitas hubungan melalui komunikasi yang konsisten dan bermakna.

Strategi berikutnya adalah penguatan kepercayaan dan pengendalian pikiran negatif. Pada fase awal pernikahan, sebagian informan mengakui munculnya rasa cemas, prasangka, dan *overthinking*. Namun seiring bertambahnya usia pernikahan dan pengalaman hidup, pasangan mulai mengembangkan kesadaran untuk tidak larut dalam prasangka yang dapat merusak hubungan. Kepercayaan dibangun melalui komunikasi terbuka, kejujuran, serta komitmen untuk tidak menyembunyikan permasalahan. Strategi ini berperan penting dalam menekan konflik laten yang sering muncul akibat keterbatasan interaksi langsung.

Selain itu, pasangan juga menerapkan strategi pengalihan fokus melalui aktivitas produktif. Beberapa informan mengungkapkan bahwa kesibukan kerja, aktivitas sosial, maupun rutinitas tertentu dijadikan sarana untuk mengalihkan pikiran dari rasa rindu dan kesepian. Strategi ini membantu menjaga kesehatan mental pasangan yang ditinggal, sekaligus mencegah munculnya ketergantungan emosional yang berlebihan. Dengan memiliki aktivitas mandiri, pasangan tetap dapat menjalani peran sosial dan ekonomi secara optimal tanpa mengabaikan relasi pernikahan.

Dimensi lain yang menonjol dalam strategi menghadapi dampak LDM adalah pendekatan spiritual. Doa, kesabaran, dan sikap tawakal menjadi mekanisme coping yang banyak diterapkan oleh informan. Spiritualitas tidak hanya dipahami sebagai kewajiban religius, tetapi juga sebagai sumber ketenangan batin dan penguat emosional. Melalui doa, pasangan merasakan keterhubungan batin yang melampaui jarak fisik, sehingga membantu

mengurangi tekanan psikologis akibat keterpisahan. Pendekatan ini menjadi ciri khas strategi pasangan LDM di Desa Sugihan yang membedakannya dari sekadar strategi komunikasi teknis.

Strategi lainnya adalah memaksimalkan kualitas komunikasi dibanding kuantitas semata. Meskipun komunikasi dilakukan secara rutin, pasangan menyadari bahwa tidak semua komunikasi harus bersifat intens atau panjang. Yang lebih diutamakan adalah kualitas interaksi, seperti saling memberi perhatian, menanyakan kondisi emosional, serta memastikan pasangan merasa didengar dan dihargai. Pendekatan ini membantu menjaga kedekatan emosional meskipun frekuensi tatap muka sangat terbatas.

Dengan demikian, strategi menghadapi dampak *long distance marriage* tidak berdiri sendiri, melainkan saling berkaitan dengan strategi komunikasi interpersonal yang telah diterapkan sebelumnya. Pemaknaan positif, kepercayaan, aktivitas produktif, pendekatan spiritual, serta pengelolaan kualitas komunikasi berfungsi sebagai mekanisme adaptif yang memungkinkan pasangan mempertahankan keharmonisan rumah tangga di tengah keterpisahan jarak. Strategi-strategi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan hubungan LDM tidak hanya ditentukan oleh teknologi komunikasi, tetapi juga oleh kedewasaan emosional, kekuatan nilai, dan kemampuan pasangan dalam mengelola realitas sosial yang dihadapi.

Penutup

Penelitian ini menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal memiliki peran yang sangat strategis dalam menjaga keharmonisan hubungan suami-istri yang menjalani *long distance marriage* (LDM). Dalam konteks keterpisahan jarak, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga sebagai medium utama untuk membangun dan mempertahankan kedekatan emosional, kepercayaan, serta stabilitas hubungan pernikahan. Temuan penelitian memperlihatkan bahwa pasangan LDM di Desa Sugihan mengembangkan pola komunikasi yang adaptif sesuai dengan kondisi dan dinamika kehidupan rumah tangga yang mereka jalani.

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa komunikasi interpersonal pasangan LDM berlangsung dalam dua pola utama, yaitu komunikasi diadik dan komunikasi triadik. Komunikasi diadik berperan penting dalam menjaga keintiman emosional melalui percakapan yang bersifat personal dan mendalam antara suami dan istri. Sementara itu, komunikasi triadik yang melibatkan anak atau anggota keluarga lain menjadi sarana koordinasi keluarga sekaligus media untuk mempertahankan peran orang tua, khususnya dalam konteks pengasuhan anak. Kedua pola komunikasi ini saling melengkapi dan menunjukkan fleksibilitas pasangan dalam menyesuaikan bentuk komunikasi dengan kebutuhan relasional dan keluarga.

Selain pola komunikasi, efektivitas komunikasi interpersonal dalam hubungan LDM juga dipengaruhi oleh faktor pendukung dan penghambat. Faktor pendukung utama meliputi ketersediaan waktu luang, kesesuaian jadwal komunikasi, serta dukungan teknologi komunikasi. Adapun hambatan yang sering dihadapi antara lain perbedaan jam kerja, kelelahan fisik, dan gangguan sinyal. Namun, pasangan mampu mengelola hambatan tersebut melalui strategi toleransi, saling pengertian, serta kepekaan emosional, sehingga komunikasi tetap dapat terjaga secara konstruktif.

Penelitian ini juga menemukan bahwa strategi komunikasi interpersonal dalam menjaga keharmonisan hubungan LDM tidak hanya bersifat teknis, tetapi mencakup dimensi emosional, sosial, dan spiritual. Keterbukaan dan kejujuran menjadi fondasi utama dalam membangun kepercayaan, sementara pengelolaan emosi dan konflik dilakukan melalui pengendalian diri, empati, serta penundaan komunikasi ketika emosi belum stabil. Pemanfaatan media komunikasi digital secara fleksibel, dukungan sosial dari keluarga, serta pendekatan spiritual melalui doa dan sikap tawakal turut berperan sebagai penguat hubungan di tengah keterbatasan jarak.

Lebih lanjut, pasangan LDM di Desa Sugihan menunjukkan kemampuan adaptif dalam menghadapi dampak psikologis dan sosial akibat keterpisahan fisik. Pemaknaan positif terhadap kondisi LDM, penguatan kepercayaan, pengalihan fokus melalui aktivitas produktif, serta penekanan pada kualitas komunikasi dibanding kuantitas menjadi strategi utama dalam menjaga keseimbangan emosional dan keberlanjutan hubungan pernikahan. Temuan ini menegaskan bahwa keberhasilan hubungan *long distance marriage* tidak semata-mata ditentukan oleh intensitas komunikasi atau kecanggihan teknologi, melainkan oleh kedewasaan emosional, kekuatan nilai, dan kemampuan pasangan dalam mengelola realitas sosial secara bijak.

Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi akademik dalam memperkaya kajian komunikasi interpersonal, khususnya dalam konteks pernikahan jarak jauh di masyarakat pedesaan. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan bagi pasangan yang menjalani *long distance marriage* dalam mengembangkan strategi komunikasi yang sehat, adaptif, dan berkelanjutan demi menjaga keharmonisan rumah tangga.

Daftar Pustaka

- Ali, Muhammad Nabih, and M Marovida Aziz. "Membangun Komunikasi Keluarga Pada Pasangan Nikah Muda Sebagai Benteng Ketahanan Keluarga." *Taqin: Jurnal Syariah Dan Hukum* 4, no. 02 (2022).
- Amalia, Revalina, Dewi Dilasari, and Fahira Ghina Muthmainnah. "Peran Komunikasi Interpersonal Dalam Membangun Keharmonisan Keluarga." *Journal of Communication and Social Sciences* 3, no. 2 (2025): 85–98.
- Dariyo, Agoes. "COPING STRESS PADA ISTRI ANGGOTA TNI YANG MENJALANI LONG DISTANCE MARRIED." *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni* 8, no. 1 (2024): 196–205.
- Daruhadi, Gagah, and Pia Sopiati. "Pengumpulan Data Penelitian." *J-CEKI: Jurnal Cendekia Ilmiah* 3, no. 5 (2024): 5423–43.
- Fadhilah, Amalia Rachmawati Nur, and Liza Mumtazah Damarwulan. "Kepercayaan Terhadap Organisasi Mempengaruhi Berbagi Pengetahuan." *Jurnal Akuntansi, Manajemen, Dan Perencanaan Kebijakan* 1, no. 4 (2024): 1–7.
- Hadori, Mohamat, and Minhaji Minhaji. "Makna Kebahagiaan Dan Keharmonisan Rumah Tangga Dalam Perspektif Psikologi." *Lisan Al-Hal: Jurnal Pengembangan Pemikiran Dan Kebudayaan* 12, no. 1 (2018): 5–36.

- Hartini, Sri, and Topan Setiawan. "Komunikasi Interpersonal *Long distance marriage* ." *Jurnal Ekonomi, Sosial & Humaniora* 4, no. 08 (2023): 22–32.
- Mardiyah, Ainul, Ahmad Arief, Faris Hibatullah Siregar, and Naufal Said Arif. "Ketertarikan Interpersonal Dalam Bertemu, Menyukai, Dan Membina Hubungan: Studi Kasus Komunikasi Interpersonal Pada Pasangan Suami Istri Dalam Menghadapi Permasalahan Rumah Tangga." *Nian Tana Sikka: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 4 (2025): 52–59.
- Martini, Ni Kadek Dwi, and Ni Made Ari Wilani. "FAKTOR-FAKTOR YANG MEMENGARUHI KEPUASAN PERNIKAHAN PADA PASANGAN PERNIKAHAN JARAK JAUH DI INDONESIA: LITERATURE REVIEW." *NUSANTARA: Jurnal Ilmu Pengetahuan Sosial* 12, no. 8 (2025): 3288–3301.
- Maulana, Zidan Abid, and Alief Budiyo. "Kajian Komunikasi Dalam Sudut Pandang Studi Fenomenologi: Literatur Review." *Translitera: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Studi Media* 13, no. 2 (2024): 98–110.
- Mongdong, Elizabeth Hana Permatahati, and Ratriana Y E Kusumiati. "Perbedaan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Yang Menjalani Hubungan Jarak Jauh Ditinjau Dari Keberadaan Anak." *Philanthropy: Journal of Psychology* 7, no. 1 (2023): 1–15.
- Muslimah, Utami Nur, Sudirman Karnay, and Muhammad Farid. "Analisis Komunikasi Interpersonal Dalam Pernikahan Jarak Jauh (*Long distance marriage*) Pada Pasangan Di Kota Makassar." *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan* 6, no. 12 (2023): 10634–40.
- Putriana, Muria, Wina Puspita Sari, Dian Sulistyarini, Anggun Selvyana, Artati Putri Sabila, Edina Tsabitahadi, Fanisa Azwa Ghania, and Lulu Kartika Yunita Sari. "Analisis Penggunaan Aplikasi Whatsapp Dalam Meningkatkan Efektivitas Komunikasi Interpersonal Pada Hubungan Asmara Jarak Jauh:(Studi Kasus Pada Mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Jakarta)." *DIALEKTIKA KOMUNIKA: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Pembangunan Daerah* 12, no. 1 (2024): 1–11.
- Saadah, Mazroatus, and M Sulthon. "Studi Komparatif Kualitas Komunikasi Pada Pasangan *Long distance marriage* (LDM) Dan Non-LDM Perspektif Interaksi Simbolik." *Tasyri': Journal of Islamic Law* 4, no. 1 (2025): 21–54.
- Sidiq, Umar, Miftachul Choiri, and Anwar Mujahidin. "Metode Penelitian Kualitatif Di Bidang Pendidikan." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (2019): 1–228.
- Simamora, Mayyanti. "Strategi Penggunaan Media Komunikasi Untuk Mengoptimalkan Kinerja Organisasi Remaja Hutatinggi." *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 4, no. 1 (2025): 1092–1105.
- Sulistiana, Ira Septi. "PENDEKATAN EFEKTIF UNTUK MENINGKATKAN KUALITAS HUBUNGAN SUAMI ISTRI." *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin* 2, no. 6 (2025): 654–67.
- Umbaran, Febri, and Sihabuddin Sihabuddin. "KOMUNIKASI INTERPERSONAL JARAK JAUH MAHASISWA RANTAU ASAL KALIMANTAN FISIP UNISRI DENGAN ORANG TUA DALAM MENJAGA HUBUNGAN HARMONIS MELALUI WHATSAPP." *Solidaritas* 9, no. 1 (2025).
- Yazid, Afthon, and Arif Sugitanata. "Menjaga Keharmonisan Keluarga Yang Terpisah Tempat Tinggal: Tantangan, Strategi, Dan Implementasi Nilai-Nilai Islam." *Journal of Islamic Family Law* 3, no. 1 (2024): 26–41.