

***Psychological Vulnerability and the Fulfillment of Marital Rights
and Duties in Long-Distance Marriages:
An Empirical Study in Pamekasan***

**Kerentanan Psikologis dan Pemenuhan Hak serta Kewajiban
Perkawinan dalam Pernikahan Jarak Jauh:
Studi Empiris di Pamekasan**

Wildatus Sholehah

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Mujtama Pamekasan, Indonesia
wildatussholihah676@gmail.com

Ludfi

Sekolah Tinggi Agama Islam Al Mujtama Pamekasan, Indonesia
ludfidhofir99@stai-almujtama.ac.id

Article History:



DOI: <https://doi.org/10.32332/9gmhck85>

Copyright ©2026 Author

Received: 17-07-2026

Revised: 19-06-2026

Accepted: 20-07-2026

Published: 27-06-2026

Abstract: *The phenomenon of Long Distance Marriage (LDM) continues to increase along with labor mobility. However, physical separation between spouses does not merely generate economic issues, but also psychological vulnerabilities that impact the fulfillment of marital rights and duties within Muslim families. This study aims to analyze the forms and dynamics of psychological vulnerability among LDM couples, examine its implications for the fulfillment of marital rights and obligations, and formulate a psychological-relational adaptation model as a conceptual contribution. This research is an empirical legal study employing a qualitative approach with a case study design. Data were gathered through in-depth interviews, observation, and documentation involving 22 informants, consisting of 10 LDM couples, the Village Head of Bungbaruh, and local religious leaders as supporting informants. Data were analyzed using the interactive model by Miles, Huberman, and Saldaña, encompassing data condensation, data display, and drawing as well as verifying conclusions. The findings reveal four primary forms of psychological vulnerability: structural loneliness, relational anxiety, emotional stress, and family role shifts. These vulnerabilities result in an imbalance between the relatively fulfilled material support (nafkah lahir) and the limited fulfillment of emotional/spiritual needs (nafkah batin) alongside the restricted function of qawwam (family leadership). Nevertheless, couples are able to maintain marital continuity through digital communication, trust reinforcement, mutual consultation (musyawarah), economic necessity-based acceptance, and role flexibility. This study proposes a Psychological-Relational Adaptation Model for Long Distance Marriage Couples, demonstrating that psychological and relational adaptation serve as key factors in sustaining the fulfillment of marital rights and duties.*

Keywords: Long-distance marriage; psychological vulnerability; rights and obligations of husband and wife; Islamic family law; psychological-relational adaptation

Abstrak: Fenomena *Long Distance Marriage* (LDM) semakin meningkat seiring mobilitas tenaga kerja, namun keterpisahan fisik pasangan tidak hanya menimbulkan persoalan ekonomi, melainkan juga kerentanan psikologis yang berimplikasi terhadap pelaksanaan hak dan kewajiban suami istri dalam keluarga Muslim. Penelitian ini bertujuan menganalisis bentuk dan dinamika kerentanan psikologis pasangan LDM, mengkaji implikasinya terhadap pemenuhan hak dan kewajiban suami istri, serta merumuskan model adaptasi psikologis-relasional sebagai kontribusi konseptual penelitian. Penelitian ini merupakan penelitian hukum empiris dengan pendekatan kualitatif dan desain studi kasus. Data diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi terhadap 22 informan, terdiri atas 10 pasangan LDM dan seorang Kepala Desa Bungbaruh serta tokoh agama sebagai informan pendukung. Data dianalisis menggunakan model interaktif Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi kondensasi data, penyajian data, serta penarikan dan verifikasi kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan empat bentuk utama kerentanan psikologis, yaitu kesepian struktural, kecemasan relasional, tekanan emosional, dan pergeseran peran keluarga. Kerentanan tersebut menyebabkan ketimpangan antara pemenuhan nafkah lahir yang relatif terpenuhi dan pemenuhan nafkah batin serta fungsi *qawwam* yang terbatas. Namun, pasangan mampu mempertahankan keberlangsungan rumah tangga melalui komunikasi digital, penguatan kepercayaan, musyawarah, penerimaan berbasis kebutuhan ekonomi, dan fleksibilitas peran. Penelitian ini menawarkan Model Adaptasi Psikologis-Relasional Pasangan LDM yang menjelaskan bahwa adaptasi psikologis dan relasional menjadi faktor kunci dalam mempertahankan pemenuhan hak dan kewajiban suami istri.

Kata Kunci: adaptasi psikologis-relasional, hak dan kewajiban suami istri; hukum keluarga Islam; kerentanan psikologis; pernikahan jarak jauh;

A. PENDAHULUAN

Mobilitas tenaga kerja merupakan konsekuensi perubahan struktur ekonomi yang mempengaruhi dinamika kehidupan keluarga di Indonesia. Keterbatasan lapangan pekerjaan di daerah asal mendorong banyak suami atau istri bekerja di luar daerah maupun luar negeri untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, sehingga melahirkan fenomena *Long Distance Marriage* (LDM) yaitu perkawinan yang dijalani dalam kondisi terpisah tempat tinggal akibat tuntutan pekerjaan. Fenomena ini tidak lagi bersifat insidental, tetapi telah menjadi realitas sosial yang semakin banyak dijumpai di berbagai daerah.¹ Data Badan Pusat Statistik Kabupaten Pamekasan menunjukkan bahwa pada tahun 2024–2025 terdapat 205 Pekerja Migran Indonesia (PMI) asal Kabupaten Pamekasan yang bekerja di

¹ Rita Pranawati, Gumilar Rusliwa Somantri, and Ida Ruwaida, "Living Apart Together: Study on Migrant Family Resilience," *Journal of Humanities and Social Sciences Studies* 7, no. 3 (2025): 78–92, <https://doi.org/10.32996/jhsss.2025.7.3.8>.

berbagai negara, seperti Arab Saudi, Malaysia, Taiwan, Hong Kong, dan Jepang.² Di luar itu, mobilitas tenaga kerja menuju Kalimantan juga menjadi pilihan utama masyarakat meskipun tidak tercatat sebagai migrasi internasional. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa mobilitas kerja telah berkembang menjadi strategi ekonomi keluarga yang sekaligus mengubah pola relasi suami istri dalam kehidupan rumah tangga.

Fenomena tersebut tampak nyata di Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan. Penelitian ini mengidentifikasi sepuluh keluarga Muslim yang menjalani LDM selama 2-6 tahun, dengan delapan pasangan bekerja di Kalimantan dan dua pasangan di Malaysia. Seluruh informan menyatakan bahwa faktor ekonomi menjadi alasan utama menjalani kehidupan rumah tangga secara terpisah. Meskipun kebutuhan ekonomi keluarga relatif terpenuhi, keterpisahan tersebut mengakibatkan berkurangnya interaksi langsung, terbatasnya frekuensi pertemuan, dan ketergantungan pada komunikasi digital melalui *video call*. Kondisi ini menunjukkan bahwa LDM di Desa Bungbaruh telah berkembang menjadi pola adaptasi keluarga dalam menghadapi tuntutan ekonomi.

Di balik keberhasilan memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, LDM menghadirkan persoalan psikologis dan relasional yang tidak sederhana.³ Keterpisahan fisik dalam jangka waktu lama berpotensi melahirkan kesepian struktural, kecemasan relasional, kerinduan terhadap kehadiran pasangan, hingga pergeseran peran dalam rumah tangga. Kerentanan psikologis tersebut tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan emosional pasangan, tetapi juga berimplikasi terhadap pelaksanaan hak dan kewajiban suami istri.⁴ Padahal, Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019 serta Kompilasi Hukum Islam menegaskan bahwa suami dan istri memiliki kewajiban untuk saling mencintai, menghormati,

² BPS Kabupaten Pamekasan, *Kabupaten Pamekasan Dalam Angka (Pamekasan Regency in Figure) 2026*, vol. 31 (Pamekasan: BPS Kabupaten Pamekasan, 2026).

³ Uswatun Hasanah et al., "Women's Strategies in Long-Distance Marriage: Communication and Parenting," *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender* 23, no. 2 (2024): 143–55, <https://doi.org/10.24014/marwah.v23i2.32902>.

⁴ Uswatun Hasanah, Ida Faridatul Hasanah, and Nurul Fadilah, "Uncovering Women's Strategies in Maintaining the Harmony of Long-Distance Marriages and Nurturing Children," *KnE Social Sciences* 10, no. 8 (2025): 498–506, <https://doi.org/10.18502/kss.v10i8.18465>.

melindungi, dan memenuhi hak masing-masing, baik yang bersifat material maupun nonmaterial. Dalam konteks LDM, pemenuhan kewajiban tersebut menghadapi tantangan yang lebih kompleks karena keterpisahan fisik berpotensi mengurangi kualitas interaksi, pengasuhan, perlindungan, dan pemenuhan nafkah batin.

Kajian mengenai kerentanan psikologis pasangan LDM penting karena tidak hanya berkaitan dengan psikologi keluarga, tetapi juga menyentuh aspek hukum keluarga Islam, sosial, dan kebijakan publik. Secara teoritis, penelitian ini memperluas pemahaman mengenai hubungan antara kondisi psikologis pasangan dan pemenuhan hak serta kewajiban suami istri dalam keluarga Muslim. Secara praktis, hasil penelitian diharapkan menjadi rujukan bagi pasangan LDM dalam membangun strategi adaptasi, sedangkan dari aspek kebijakan dapat menjadi dasar bagi pemerintah desa, Kantor Urusan Agama, penyuluh agama, dan lembaga layanan keluarga dalam merancang program pendampingan bagi keluarga yang menjalani perkawinan jarak jauh.

Perkembangan penelitian mengenai LDM menunjukkan bahwa perhatian akademik terhadap fenomena ini semakin meningkat. Keberlangsungan rumah tangga pasangan LDM dipengaruhi oleh keterbukaan, komunikasi, pembagian peran, dan kemampuan menyelesaikan konflik secara konstruktif.⁵ Penelitian lain menunjukkan bahwa *subjective well-being* istri yang menjalani LDM berada pada kategori sedang dengan aspek kognitif yang relatif lebih baik dibandingkan aspek afektif.⁶ Selain itu, keterpisahan fisik terbukti menyebabkan hambatan komunikasi, meningkatnya kesepian, serta berkurangnya keterlibatan suami dalam pengasuhan anak.⁷ Sementara itu, pemenuhan hak biologis dalam keluarga LDM memerlukan

⁵ Rosyadi B.R, Sholahudin Amrullah, and Suryadi Suryadi, "Resolusi Konflik Pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi)," *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4, no. 2 (2022): 160–66, <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.194>.

⁶ Adinda R. S. Dana and Afdal Afdal, "Subjective Well-Being Pada Istri Yang Menjalani Long Distance Marriage," *Counseling & Humanities Review* 2, no. 2 (2022): 63–68, <https://doi.org/10.24036/000623chr2023>.

⁷ Riski Januar Tri Harsari, "A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage," *Advances in Social Science, Education and Humanities Research* 395, no. Acpch 2019 (2020): 268–71, <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.056>.

komitmen, komunikasi yang intensif, dan kemampuan pasangan menjaga keharmonisan meskipun hidup berjauhan.⁸

Penelitian yang lebih mutakhir memperlihatkan bahwa LDM merupakan fenomena multidimensional yang melibatkan aspek psikologis, sosial, dan hukum keluarga. Dinamika kecemasan pada istri prajurit yang menjalani LDM dipengaruhi oleh ketidakpastian situasi penugasan, sedangkan dukungan sosial dan religiositas berfungsi sebagai mekanisme penyesuaian psikologis.⁹ Penelitian lain menunjukkan bahwa strategi *coping* yang adaptif berpengaruh positif terhadap *subjective well-being*, sedangkan gejala stres memberikan pengaruh negatif terhadap kesejahteraan psikologis pasangan.¹⁰ Dari perspektif hukum keluarga, pasangan LDM tetap berupaya memenuhi hak dan kewajiban masing-masing meskipun menghadapi berbagai hambatan akibat keterpisahan fisik.¹¹ Sementara itu, penelitian terbaru menegaskan bahwa kecemburuan romantis dalam LDM dipengaruhi oleh ketidakpastian komunikasi, rendahnya kepercayaan, dan aktivitas media sosial, serta merekomendasikan perlunya penelitian mengenai proses adaptasi psikologis pasangan dalam konteks LDM di Indonesia.¹²

Meskipun memberikan kontribusi penting, penelitian-penelitian terdahulu umumnya masih berfokus pada konflik perkawinan, *subjective well-being*, kecemburuan romantis, kecemasan, strategi coping, atau pemenuhan hak biologis secara parsial. Kajian yang mengintegrasikan kerentanan psikologis pasangan dengan pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam perspektif Hukum Keluarga Islam masih relatif terbatas, terutama yang menjelaskan bagaimana

⁸ Ali Mustafa and Herdifa Pratama, "LONG DISTANCE MARRIAGE; Fulfillment of Biological Rights and Marital Harmony in the City of Pekanbaru," *Asia-Pacific Journal on Religion and Society* 7, no. 1 (2023): 37–41, <https://doi.org/10.24014/apjrs.v7i1.28881>.

⁹ Chory Ayu Rahmadani and Ramon Ananda Paryontri, "Dinamika Kecemasan Pada Istri Prajurit Dalam Pernikahan Jarak Jauh," *Academia Open* 10, no. 2 (2025): 1–8, <https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.9573>.

¹⁰ Anisa Irbah, Tin Herawati, and Musthofa, "The Influence of Stress Symptoms and Coping Strategies on the Subjective Well-Being of Long-Distance Marriage Families," *Journal of Child, Family, and Consumer Studies* 4, no. 1 (2025): 12–23, <https://doi.org/10.29244/jcfcs.4.1.12-23>.

¹¹ Saudah Binti Mat Razali, "Konsep Hak Dan Kewajiban Suami Istri Long Distance Relationship (Studi Kasus Di Kuala Terengganu, Malaysia)," *Indonesian Journal Of Family Law And Islamic Law* 4, no. 1 (2024): 44–66, <https://doi.org/10.22373/hadhanah.v4i1.2238>.

¹² Nasywa Simbar Pratiwi and Yunita Sari, "Romantic Jealousy Pasangan Long Distance Marriage: Narrative Review," *Bandung Conference Series: Psychology Science* 6, no. 1 (2026): 581–88, <https://doi.org/10.29313/bcps.v6i1.22694>.

kerentanan tersebut berkembang menjadi mekanisme adaptasi yang mempertahankan keberlangsungan rumah tangga. Berangkat dari kekosongan tersebut, penelitian ini menganalisis secara komprehensif hubungan antara kerentanan psikologis dan pemenuhan hak serta kewajiban suami istri, sekaligus menawarkan Model Adaptasi Psikologis-Relasional Pasangan *Long Distance Marriage*. Model ini menjelaskan bahwa kerentanan psikologis tidak selalu berujung pada disfungsi keluarga, tetapi dapat ditransformasikan menjadi mekanisme adaptasi melalui komunikasi digital, musyawarah, saling percaya, pengendalian emosi, dan orientasi bersama terhadap keberlangsungan ekonomi keluarga.

Secara konseptual, penelitian ini berangkat dari asumsi bahwa keterpisahan fisik dalam LDM memunculkan kerentanan psikologis yang mempengaruhi kualitas relasi suami istri. Namun, pengaruh tersebut tidak berlangsung secara linear karena dimediasi oleh kemampuan pasangan membangun strategi adaptasi relasional melalui komunikasi, kepercayaan, komitmen, dan regulasi emosi. Dalam perspektif *Attachment Theory*, keterpisahan dari *primary attachment figure* berpotensi memunculkan tekanan psikologis,¹³ sedangkan dalam perspektif Hukum Keluarga Islam pemenuhan hak dan kewajiban tetap menjadi fondasi utama dalam mewujudkan keluarga yang sakinah, mawaddah, wa rahmah.¹⁴ Dengan demikian, ketahanan keluarga LDM sangat ditentukan oleh kemampuan pasangan mengelola kerentanan psikologis tanpa mengabaikan substansi hak dan kewajiban masing-masing.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bentuk dan dinamika kerentanan psikologis pasangan suami istri yang menjalani

¹³ Jhon Bowlby, *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*, vol. 1 (England: Penguin Books Ltd, 1969); John Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and Anger* (New York: Basic Books, 1973); Cindy Hazan and Phillip R. Shaver, "Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process," *Journal of Personality and Social Psychology* 52, no. 3 (1987): 511-524, <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>; Mario Mikulincer and Phillip R. Shaver, *Attachment in Adulthood, Second Edition: Structure, Dynamics, and Change* (New York: Guilford Publications, 2016).

¹⁴ Sofia Zuhro Zein Pulungan et al., "Mewujudkan Keluarga Harmonis Peran Hukum Perkawinan Islam Dalam Membangun Keluarga Ideal," *Mediation: Journal of Law Volume* 2, no. 3 (2024): 35-45, <https://doi.org/10.51178/mjol.v3i3.2337>; Azis Gaffar et al., *HUKUM KELUARGA ISLAM DALAM KONTEKS HUKUM NASIONAL INDONESIA*, ed. Devi Adri (Padang: CV. Get Press Indonesia, 2026), https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=qvbVEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&ots=bS9cdEFgBb&sig=VdwmnK3M_kbGfQZYVrA7VY4ViqY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false.

Long Distance Marriage, mengkaji implikasinya terhadap pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam perspektif Hukum Keluarga Islam, serta merumuskan Model Adaptasi Psikologis-Relasional Pasangan *Long Distance Marriage* berdasarkan temuan empiris pada keluarga Muslim di Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan. Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah keilmuan Hukum Keluarga Islam dan psikologi keluarga, sekaligus menjadi rujukan bagi pengembangan kebijakan serta program pendampingan keluarga pada masyarakat dengan tingkat mobilitas kerja yang tinggi.

B. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian hukum empiris (*empirical legal research*) dengan pendekatan kualitatif dan desain studi kasus.¹⁵ Pendekatan ini dipilih karena penelitian tidak hanya bertujuan mengidentifikasi norma hukum mengenai hak dan kewajiban suami istri, tetapi juga menganalisis bagaimana norma tersebut dijalankan dalam praktik kehidupan keluarga Muslim yang menjalani *Long Distance Marriage* (LDM). Studi kasus dipilih untuk memperoleh pemahaman yang mendalam mengenai dinamika kerentanan psikologis pasangan serta implikasinya terhadap pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam konteks sosial budaya masyarakat Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan.

Lokasi penelitian ditetapkan di Desa Bungbaruh, Kadur, Pamekasan karena desa ini memiliki jumlah pasangan LDM yang relatif tinggi dibandingkan desa sekitarnya, terutama akibat mobilitas tenaga kerja menuju Kalimantan dan Malaysia. Penelitian melibatkan 22 informan, terdiri atas 10 pasangan suami istri yang menjalani *Long Distance Marriage* (20 orang) dan seorang Kepala Desa Bungbaruh serta tokoh agama setempat yang memahami dinamika kehidupan keluarga masyarakat setempat. Informan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*¹⁶ dengan kriteria: (1) berstatus sebagai pasangan suami istri yang masih

¹⁵ Robert K. Yin, *Case Study Research and Applications: Design and Methods*, 6th Editio (Callifornia: SAGE Publications, Inc, 2018); Sharan B. Merriam and Elizabeth J. Tisdell, *Qualitative Research: A Guide to Design and Implementation*, Fourth Edi (San Francisco: Jossey-Bass A Wiley Brand, 2016); Peter Mahmud Marzuki, *Penelitian Hukum (Edisi Revisi)*, Cet. XIII (Jakarta: Kencana, 2017).

¹⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*, Cet. XXVII (Bandung: Alfabeta, 2023); Michael Quinn Patton, *Qualitative Research & Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice*, 4th Editio (Callifornia: SAGE Publications, 2023).

terikat dalam perkawinan yang sah; (2) menjalani *Long Distance Marriage* sekurang-kurangnya dua tahun; (3) salah satu pasangan bekerja di luar Pulau Madura atau di luar negeri; serta (4) bersedia memberikan informasi secara terbuka sesuai kebutuhan penelitian.

Data penelitian terdiri atas data primer dan data sekunder.¹⁷ Data primer diperoleh melalui wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan seluruh informan menggunakan pedoman wawancara semi-terstruktur, sehingga peneliti dapat mengeksplorasi pengalaman psikologis, pola komunikasi, strategi adaptasi, serta praktik pemenuhan hak dan kewajiban suami istri selama menjalani LDM. Observasi juga dilakukan untuk memahami kondisi sosial keluarga dan lingkungan masyarakat yang menjadi konteks penelitian, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data lapangan berupa profil desa, data kependudukan, serta dokumen pendukung lainnya. Adapun data sekunder diperoleh melalui peraturan perundang-undangan, khususnya Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1974 tentang Perkawinan jo. Undang-Undang Nomor 16 Tahun 2019, Kompilasi Hukum Islam, literatur Hukum Keluarga Islam, serta hasil penelitian terdahulu yang relevan.

Analisis data dilakukan secara interaktif mengikuti model Miles, Huberman, dan Saldaña yang meliputi tiga tahapan, yaitu kondensasi data (*data condensation*), penyajian data (*data display*), dan penarikan serta verifikasi kesimpulan (*conclusion drawing and verification*).¹⁸ Pada tahap kondensasi, seluruh hasil wawancara ditranskripsi, dikodekan, dan dikelompokkan ke dalam tema-tema utama yang berkaitan dengan kerentanan psikologis dan pemenuhan hak serta kewajiban suami istri. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk narasi tematik yang memungkinkan hubungan antartema dianalisis secara komprehensif. Tahap terakhir dilakukan dengan menarik kesimpulan melalui proses verifikasi secara terus-menerus hingga diperoleh pola hubungan yang konsisten dan mampu menjelaskan fenomena yang diteliti.

¹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*.

¹⁸ Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, 4th Editio (California: SAGE Publications Inc, 2020).

Untuk menjamin validitas temuan, penelitian menerapkan triangulasi sumber, triangulasi teknik, dan *member checking*.¹⁹ Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan informasi antara suami, istri, kepala desa, dan tokoh agama. Triangulasi teknik dilakukan melalui pencocokan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi. Sementara itu, *member checking* dilakukan dengan mengonfirmasi kembali hasil interpretasi peneliti kepada beberapa informan utama untuk memastikan bahwa data yang dianalisis sesuai dengan pengalaman yang mereka sampaikan. Melalui prosedur tersebut, penelitian diharapkan menghasilkan temuan yang memiliki tingkat kredibilitas, dependabilitas, dan konfirmabilitas yang tinggi.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Informan Penelitian

Penelitian ini melibatkan 10 pasangan suami istri (20 orang) yang menjalani *Long Distance Marriage* (LDM) di Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan, yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria masih terikat dalam perkawinan yang sah, telah menjalani LDM sekurang-kurangnya dua tahun, serta salah satu pasangan bekerja di luar daerah atau luar negeri. Selain itu, penelitian juga melibatkan Kepala Desa Bungbaruh dan seorang tokoh agama sebagai informan pendukung untuk memperoleh perspektif sosial dan normatif mengenai praktik LDM di masyarakat. Karakteristik informan yang bervariasi, meliputi usia, lama perkawinan, durasi LDM, jenis dan lokasi pekerjaan, serta jumlah anak, memberikan gambaran mengenai konteks sosial pasangan sekaligus menjadi dasar dalam memahami dinamika psikologis dan relasi keluarga yang dianalisis pada bagian selanjutnya.

¹⁹ Yudin Citriadin, *Metode Penelitian Kualitatif: Suatu Pendekatan Dasar* (Mataram: Sanabil, 2020).

Tabel 1
Karakteristik Pasangan *Long Distance Marriage* di Desa Bungbaruh

Kode	Inisial Pasangan	Usia (S/I)	Lama Menikah (th)	Lama LDM (th)	Pihak yang Merantau	Jenis Pekerjaan	Lokasi Kerja	Anak
LDM-01	AF-KS	28/22	5	5	Suami	Kelapa Sawit	Kalimantan	1
LDM-02	MZ-SH	39/24	6	5	Suami	Kelapa Sawit	Kalimantan	2
LDM-03	MS-HN	35/25	7	5	Suami	Proyek Bangunan	Malaysia	2
LDM-04	MSo-SA	30/25	8	6	Istri	ART	Kalimantan	1
LDM-05	MoS-FS	28/24	8	3,5	Istri	Penjaga Toko	Kalimantan	1
LDM-06	AR-JS	30/23	5	3	Istri	ART	Kalimantan	3
LDM-07	MSu-DK	32/25	6	4	Suami	Proyek Bangunan	Malaysia	4
LDM-08	MSy-SM	39/25	7	3,5	Suami	Kelapa Sawit	Kalimantan	4
LDM-09	AR-MD	33/24	7	3	Suami	Kelapa Sawit	Kalimantan	3
LDM-10	MSa-MSh	35/25	7	2	Suami	Kelapa Sawit	Kalimantan	2

Sumber: Diolah oleh Peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 1, usia suami berkisar antara 28-39 tahun dan usia istri 22-25 tahun, dengan lama perkawinan 5-8 tahun serta durasi menjalani Long Distance Marriage (LDM) antara 2-6 tahun. Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar pasangan berada pada fase awal hingga pertengahan siklus kehidupan keluarga, ketika mereka masih membangun stabilitas ekonomi rumah tangga sekaligus menjalankan fungsi pengasuhan anak. Tujuh pasangan menjalani LDM dengan suami sebagai pihak yang merantau, sedangkan tiga pasangan lainnya menempatkan istri sebagai pencari nafkah utama di luar daerah. Sebagian besar migran bekerja pada sektor perkebunan kelapa sawit di Kalimantan, sementara sisanya bekerja pada proyek konstruksi di Malaysia, sebagai asisten rumah tangga, maupun penjaga toko. Seluruh pasangan telah memiliki anak dengan jumlah antara satu hingga empat orang, sehingga keluarga tidak hanya menghadapi tantangan menjaga relasi suami istri dalam kondisi keterpisahan fisik yang berkepanjangan, tetapi juga mempertahankan fungsi pengasuhan, pembagian peran domestik, dan keberlangsungan kehidupan keluarga. Oleh karena itu, selain karakteristik demografis, penelitian ini juga menelaah karakteristik relasi pasangan selama menjalani LDM, meliputi intensitas pertemuan, pola komunikasi, pemenuhan nafkah, dan bentuk kerentanan psikologis yang berkembang dalam kehidupan perkawinan jarak jauh.

Tabel 2
Karakteristik Relasi *Long Distance Marriage* di Desa Bungbaruh

Kode	Inisial Pasangan	Frekuensi Pulang	Pola Komunikasi	Pemenuhan Nafkah	Kerentanan Dominan
LDM-01	AF-KS	1 kali/24 bulan	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-02	MZ-SH	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-03	MS-HN	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-04	MSo-SA	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-05	MoS-FS	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-06	AR-JS	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-07	MSu-DK	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-08	MSy-SM	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-09	AR-MD	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran
LDM-10	MSa-MSh	Tidak pernah	Video call setiap selesai bekerja	Nafkah lahir terpenuhi; nafkah batin belum optimal	Kesepian, kerinduan, kekhawatiran

Sumber: Diolah oleh Peneliti (2026)

Berdasarkan Tabel 2, hampir seluruh pasangan menjalani *Long Distance Marriage* (LDM) dengan intensitas pertemuan yang sangat rendah. Sembilan pasangan mengaku tidak pernah pulang secara rutin, sedangkan satu pasangan hanya dapat bertemu satu kali dalam kurun 24 bulan. Kondisi tersebut menyebabkan hubungan perkawinan lebih banyak dipertahankan melalui komunikasi jarak jauh, yang seluruhnya dilakukan secara rutin melalui video call setelah selesai bekerja. Komunikasi digital menjadi sarana utama untuk menjaga kedekatan emosional, berbagi informasi mengenai kondisi keluarga, serta membahas kebutuhan rumah tangga. Namun demikian, media virtual belum mampu sepenuhnya menggantikan kehadiran fisik pasangan, terutama dalam memenuhi

kebutuhan afeksi, pendampingan emosional, dan keintiman dalam kehidupan perkawinan.

Tabel 2 juga menunjukkan bahwa seluruh pasangan tetap memenuhi nafkah lahir melalui pengiriman penghasilan secara rutin, sementara pemenuhan nafkah batin belum dapat berlangsung secara optimal akibat keterpisahan fisik yang berkepanjangan. Bersamaan dengan itu, hampir seluruh informan mengalami kerentanan psikologis berupa kesepian, kerinduan, dan kekhawatiran dengan intensitas yang berbeda pada setiap keluarga. Temuan ini menunjukkan bahwa kehidupan pasangan LDM di Desa Bungbaruh berlangsung di antara dua realitas, yakni terpenuhinya kebutuhan ekonomi di satu sisi dan munculnya tekanan psikologis akibat keterpisahan di sisi lain. Oleh karena itu, pembahasan selanjutnya difokuskan pada analisis mengenai bentuk dan dinamika kerentanan psikologis pasangan selama menjalani *Long Distance Marriage*.

Bentuk dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri dalam *Long Distance Marriage*

Perkawinan pada hakikatnya dibangun di atas prinsip kebersamaan (*togetherness*), kelekatan emosional (*emotional attachment*), dan kerja sama antara suami dan istri dalam menjalankan fungsi-fungsi keluarga. Kehadiran pasangan secara fisik tidak hanya berperan dalam memenuhi kebutuhan biologis maupun ekonomi, tetapi juga menjadi sumber dukungan psikologis, rasa aman, pengambilan keputusan, serta pembagian tanggung jawab domestik dan sosial.²⁰ Oleh karena itu, ketika pasangan harus menjalani *Long Distance Marriage* (LDM), struktur interaksi keluarga mengalami perubahan yang tidak hanya berdampak pada pola komunikasi, tetapi juga memengaruhi kondisi psikologis masing-masing pasangan. Dalam perspektif psikologi keluarga, keterpisahan fisik yang berlangsung lama merupakan salah satu faktor yang meningkatkan kerentanan psikologis karena

²⁰ Milda Nurjannah, Fajar Isnaini, and Adang Muhammad Nasrulloh, "Hakikat Pernikahan Dalam Pandangan Hukum Islam," *Al-Usroh: Jurnal Hukum Islam Dan Hukum Keluarga* 3, no. 1 (2024): 70–86, <https://doi.org/10.24260/al-usroh.v4i1.1679>.

individu kehilangan sebagian fungsi kelekatan (*attachment function*) yang secara normal diperoleh melalui kehadiran pasangan dalam kehidupan sehari-hari.²¹

Kondisi tersebut juga menjadi realitas pasangan suami istri di Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan. Seluruh informan menjalani LDM sebagai strategi memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, bukan karena konflik rumah tangga ataupun pilihan gaya hidup. Sebagian besar pasangan memiliki suami yang bekerja di perkebunan kelapa sawit di Kalimantan atau proyek konstruksi di Malaysia, sedangkan beberapa pasangan menempatkan istri sebagai pekerja migran sementara suami mengelola pertanian dan mengasuh keluarga di desa. Dengan durasi LDM antara dua hingga enam tahun dan frekuensi pertemuan yang sangat terbatas, hubungan suami istri lebih banyak dipertahankan melalui video call setelah jam kerja. Namun, komunikasi virtual belum mampu menggantikan sepenuhnya kehadiran fisik pasangan sehingga memunculkan berbagai kerentanan psikologis, seperti kesepian, kecemasan relasional, tekanan emosional, dan perubahan peran dalam keluarga. Meskipun demikian, tekanan tersebut tidak berujung pada disintegrasi rumah tangga, melainkan mendorong terbentuknya mekanisme adaptasi psikologis yang memungkinkan pasangan tetap mempertahankan keberlangsungan perkawinan.

Bentuk kerentanan yang paling dominan adalah berkembangnya kesepian struktural yang diikuti oleh kecemasan relasional. Kedua kondisi ini muncul akibat berkurangnya intensitas interaksi langsung antara suami dan istri. Kesepian yang dialami pasangan LDM di Desa Bungbaruh tidak hanya bermakna kerinduan terhadap pasangan, tetapi juga hilangnya kehadiran pasangan dalam menjalankan fungsi-fungsi keluarga sehingga yang hilang bukan sekadar pasangan hidup, melainkan juga mitra dalam berbagi tanggung jawab rumah tangga. Hal tersebut tergambar dalam penuturan informan inisial KS: *"Kalau ada apa-apa di rumah, misalnya bantu-bantu orang, biasanya ditangani oleh suami sendiri, apalagi ketika anak sedang sakit, tetapi karena suami bekerja di Kalimantan, semuanya saya yang*

²¹ Mufidah Ch, *Psikologi Keluarga Dalam Islam Berwawasan Gender*, ed. Ahmad Nurul Kawakip, Cet. IV (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Press, 2014).

*mengurus.”*²² Pengalaman serupa disampaikan HN: *“Saya sering merasa kesepian. Biasanya kalau ibu sakit ada suami yang saya suruh mengambil obat. Kalau anak saya sakit juga semua suami yang urus. Kalau ada hajatan atau bantu tetangga juga suami yang biasanya turun. Sekarang kalau kangen ya video call setiap selesai kerja.”*²³ Kedua kutipan tersebut menunjukkan bahwa kesepian berkembang menjadi kondisi struktural karena absennya pasangan menciptakan kekosongan fungsi (*role vacuum*) yang mengharuskan satu pihak mengambil alih seluruh tanggung jawab domestik dan sosial. Akibatnya, keterpisahan fisik tidak hanya mengubah struktur kerja keluarga, tetapi juga meningkatkan tekanan psikologis bagi pasangan yang tinggal di rumah.

Menariknya, pengalaman serupa juga dialami oleh suami. Informan MSo yang tinggal di Desa Bungbaruh sementara istrinya bekerja di Kalimantan mengungkapkan bahwa perubahan peran sebagai pencari nafkah turut memengaruhi kondisi psikologisnya. *“Kadang merasa kesepian karena biasanya saya yang mencari nafkah, sekarang justru istri yang bekerja di Kalimantan. Saya mendukung karena memang untuk kebutuhan keluarga.”*²⁴ Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa kesepian dalam LDM tidak hanya muncul akibat hilangnya kehadiran fisik pasangan, tetapi juga karena perubahan identitas dan peran dalam keluarga. Kesepian struktural tersebut kemudian berkembang menjadi kecemasan relasional, yaitu kekhawatiran yang lahir dari ketidakpastian kondisi pasangan akibat keterpisahan geografis. SH menuturkan, *“Saya mendukung suami bekerja di luar untuk mencari nafkah, ya meskipun terkadang ada rasa khawatir kepada suami.”*²⁵ Senada dengan itu, HN mengungkapkan, *“Ada rasa khawatir, takut suami kenapa-kenapa. Misalnya sakit, siapa yang mengurus, siapa yang memasak, siapa yang mencuci bajunya. Namun, demi keluarga dia rela.”*²⁶ Sementara itu, MSo

²² LDM-01 KS, “Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage” (Pamekasan: Live Interview (02-04-2026), 2026).

²³ LDM-03 HN, “Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage” (Pamekasan: Live Interview (02-04-2026), 2026).

²⁴ LDM-04 MSo, “Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage” (Pamekasan: Live Interview (02-04-2026), 2026).

²⁵ LDM-02 SH, “Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage” (Pamekasan: Live Interview (05-04-2026), 2026).

²⁶ LDM-03 HN, “Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage.”

menjelaskan bahwa kecemasan juga dipicu oleh keterbatasan komunikasi yang berpotensi menimbulkan kesalahpahaman: *"Kalau bertengkar pasti ada yang menang, entah saya atau istri, tetapi kebanyakan saya karena khawatir pikiran istri macam-macam terhadap saya."*²⁷

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa kecemasan relasional pasangan LDM tidak hanya berhubungan dengan persoalan kepercayaan, tetapi juga berkaitan dengan hilangnya kemampuan pasangan untuk saling menjaga, merawat, dan memastikan kondisi satu sama lain secara langsung. Ketidakpastian tersebut diperkuat oleh pandangan tokoh agama setempat yang menyatakan: *"Kalau suami atau istri bekerja ke luar itu risikonya besar. Mencari nafkah memang penting, tetapi jarak juga membawa banyak godaan dan kekhawatiran."*²⁸

Dalam perspektif *Attachment Theory*, pasangan suami istri merupakan *primary attachment figure* yang menjadi sumber rasa aman (*secure base*) dalam kehidupan dewasa.²⁹ Ketika figur lekat tersebut tidak hadir dalam waktu yang lama, individu cenderung mengalami *separation distress*, yaitu tekanan psikologis yang muncul akibat berkurangnya rasa aman dan meningkatnya ketidakpastian hubungan.³⁰ Konsep ini kemudian dikembangkan dalam konteks hubungan romantis dewasa oleh Hazan & Shaver yang menegaskan bahwa ikatan emosional antara suami dan istri bekerja melalui mekanisme kelekatan yang serupa dengan hubungan kelekatan pada masa awal kehidupan.³¹ Temuan ini memperlihatkan bahwa komunikasi digital mampu mempertahankan hubungan interpersonal, tetapi belum mampu menggantikan fungsi kehadiran fisik sebagai sumber keamanan psikologis.

Hasil penelitian ini memperkuat temuan B.R Amrullah & Suryadi yang menjelaskan bahwa pasangan LDM menghadapi berbagai persoalan akibat

²⁷ LDM-04 MSo, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

²⁸ Ahmad Baidlawi, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage" (Pamekasan: Live Interview with a Religious Figure from Bungbaruh (02-04-2026), 2026).

²⁹ Bowlby, *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*.

³⁰ Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and Anger*.

³¹ Hazan and Shaver, "Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process"; Mikulincer and Shaver, *Attachment in Adulthood, Second Edition: Structure, Dynamics, and Change*.

berkurangnya interaksi langsung,³² serta sejalan dengan penelitian Harsari yang menunjukkan bahwa keterbatasan komunikasi menjadi pemicu munculnya konflik, rasa kesepian, dan berkurangnya keterlibatan pasangan dalam kehidupan keluarga.³³ Namun, penelitian ini memberikan penjelasan yang lebih komprehensif dengan menunjukkan bahwa kesepian dan kecemasan bukan merupakan dua fenomena yang berdiri sendiri, melainkan membentuk satu rangkaian kerentanan psikologis yang lahir akibat berubahnya struktur relasi keluarga selama menjalani LDM.

Kesepian struktural dan kecemasan relasional yang berlangsung dalam jangka panjang berkembang menjadi tekanan emosional yang lebih kompleks akibat tertundanya pemenuhan kebutuhan afeksi, keintiman, dan kedekatan fisik sebagai bagian dari kehidupan perkawinan. Kondisi ini dialami hampir seluruh pasangan di Desa Bungbaruh. Meskipun LDM dijalani atas dasar kesepakatan untuk memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga, seluruh informan mengakui bahwa kerinduan terhadap pasangan tetap menjadi pengalaman yang tidak terhindarkan. HN mengungkapkan, *"Kalau kangen urusan ranjang ya harus saling memahami dan mengerti."*³⁴ Senada dengan itu, MS menyatakan, *"Kalau rindu itu biasa, apalagi dalam urusan ranjang. Tapi saya ingat istri mencari nafkah di sana untuk keluarga, jadi harus dijalani."*³⁵ Sementara SH menuturkan, *"Kalau rindu ya ditahan karena ingin menghidupi kebutuhan rumah tangga."*³⁶ Ketiga kutipan tersebut menunjukkan bahwa tekanan emosional tidak berkembang menjadi penolakan terhadap kondisi yang dijalani, tetapi direspons melalui penerimaan atas keterpisahan sebagai konsekuensi dari pilihan ekonomi bersama. Dengan demikian, kemampuan menunda pemenuhan kebutuhan afeksi dan biologis mencerminkan bukan hanya pengendalian diri, tetapi juga komitmen untuk mempertahankan keberlangsungan keluarga.

³² B.R, Amrullah, and Suryadi, "Resolusi Konflik Pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi)."

³³ Harsari, "A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage."

³⁴ LDM-03 HN, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

³⁵ LDM-04 MSO, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

³⁶ LDM-02 SH, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

Meskipun demikian, penerimaan tersebut tidak menghilangkan konsekuensi psikologis yang muncul. Kebutuhan akan kedekatan fisik tetap menjadi bagian penting dalam relasi suami istri sehingga komunikasi digital hanya mampu berfungsi sebagai pengganti yang bersifat parsial. Informan Inisial Mso menjelaskan bahwa komunikasi melalui video call menjadi cara utama untuk mempertahankan kedekatan emosional dengan istrinya. *"Kalau rindu itu selalu, tapi bisa diobati dengan video call setiap selesai kerja. Kalau hari libur sampai sleep call."*³⁷ Keterangan tersebut diperkuat oleh Ach. Fauzi selaku Kepala Desa Bungbaruh yang menyatakan bahwa hampir seluruh pasangan LDM di desanya memiliki pola komunikasi yang serupa. *"Mereka hampir setiap hari video call dan itu saya sering tanyakan saat memberikan binaan pada keluarga-keluarga LDM di Desa Bungbaruh. Itu yang membuat hubungan mereka tetap terjaga walaupun berjauhan."*³⁸

Dari perspektif psikologi keluarga, kondisi tersebut menunjukkan bahwa pasangan telah melakukan proses substitusi interaksi, yaitu mengganti sebagian fungsi kehadiran fisik dengan komunikasi virtual. Namun, substitusi tersebut hanya mampu mempertahankan kedekatan emosional dalam batas tertentu karena interaksi digital tidak dapat menggantikan pengalaman hidup bersama yang menjadi fondasi utama kehidupan perkawinan.³⁹ Oleh sebab itu, tekanan emosional tetap hadir meskipun komunikasi berlangsung secara intensif. Tekanan emosional tersebut kemudian diikuti oleh perubahan struktur peran dalam keluarga. Keterpisahan fisik menyebabkan pembagian tugas yang sebelumnya dijalankan bersama harus mengalami penyesuaian sesuai dengan kondisi masing-masing pasangan.⁴⁰ Pada sebagian keluarga, perubahan tersebut masih berlangsung dalam pola yang relatif konvensional, yaitu suami tetap menjadi pencari nafkah utama sementara istri mengambil alih seluruh urusan domestik. Namun pada beberapa

³⁷ LDM-04 MSo, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

³⁸ Ach. Fauzi, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage" (Pamekasan: Live Interview (15-04-2026), 2026).

³⁹ Hasan Basri, *Keluarga Sakinah: Tinjauan Psikologi Dan Agama* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002); Ch, *Psikologi Keluarga Dalam Islam Berwawasan Gender*.

⁴⁰ Krismasita Surya Putri, Vincent Putra Mahendra, and Artiawati Artiawati, "Hubungan Konflik Kerja-Keluarga Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Pekerja Yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh," *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi* 7, no. 2 (2023): 157-69, <https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.47249>.

keluarga lainnya justru terjadi pembalikan peran (*role reversal*) ketika istri menjadi pencari nafkah utama dan suami menetap di rumah untuk mengelola lahan pertanian maupun mengurus keluarga.⁴¹

Fenomena tersebut tampak pada pengalaman informan Inisial Mso yang memutuskan kembali ke Madura karena kondisi orang tuanya, sedangkan istrinya tetap bekerja di Kalimantan. *"Saya memperbolehkan istri tetap bekerja karena memang sudah ada kesepakatan di antara kami. Saya di Madura mengurus orang tua dan bertani, sedangkan istri tetap bekerja di Kalimantan."*⁴² Pengalaman yang hampir sama dialami informan Inisial MoS. *"Biasanya saya yang mencari nafkah, sekarang justru istri yang bekerja. Saya mengizinkan karena pekerjaan di sana memang lebih baik."*⁴³ Sebaliknya, pada pasangan yang suaminya merantau, perubahan peran tampak dalam meningkatnya beban yang harus ditanggung istri. Informan Inisial SH menjelaskan bahwa sejak suaminya bekerja di Kalimantan, berbagai pekerjaan yang sebelumnya dilakukan bersama kini harus dikerjakannya sendiri. *"Semenjak tidak ada suami, semua saya tanggung sendiri. Bertani, berkebun, yang biasanya dilakukan suami juga saya kerjakan."*⁴⁴

Data tersebut menunjukkan bahwa LDM tidak hanya mengubah lokasi tempat tinggal pasangan, tetapi juga merekonstruksi pembagian peran dalam keluarga. Pergeseran tersebut berlangsung melalui kesepakatan bersama sehingga tidak selalu menimbulkan konflik terbuka, tetapi tetap menghadirkan tekanan psikologis karena masing-masing pihak harus menjalankan tanggung jawab yang lebih besar dibandingkan sebelum menjalani LDM. Dalam perspektif *Role Theory*, kondisi ini dikenal sebagai *role strain*, yaitu tekanan yang muncul ketika individu harus menjalankan peran yang lebih banyak atau berbeda dari ekspektasi yang selama ini

⁴¹ Devi Anjas Primasari, "Kehidupan Keluarga 'Long Distance Marital in Relationship' Family Living 'Long Distance Marital in Relationship,'" *Dialektika* 13, no. 1 (2018): 96–102, <https://doi.org/10.20473/jsd.v13i1.2018.96-102>.

⁴² LDM-04 MSo, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

⁴³ LDM-05 MoS, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage" (Pamekasan: Live Interview (02-04-2026), 2026).

⁴⁴ LDM-02 SH, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

melekat pada dirinya.⁴⁵ Temuan ini memperlihatkan bahwa dinamika psikologis pasangan LDM tidak dapat dipisahkan dari perubahan struktur keluarga itu sendiri. Tekanan emosional, kerinduan, dan perubahan peran berkembang secara simultan sebagai konsekuensi dari keterpisahan fisik yang berlangsung dalam jangka panjang. Oleh karena itu, kerentanan psikologis pada pasangan LDM bukan merupakan fenomena yang berdiri sendiri, melainkan hasil interaksi antara kebutuhan afeksi, tuntutan ekonomi, serta perubahan fungsi keluarga yang harus dihadapi secara bersamaan.

Namun demikian, menariknya, seluruh pasangan informan tidak menunjukkan kecenderungan menyerah terhadap kondisi tersebut. Sebaliknya, mereka mengembangkan berbagai strategi adaptasi yang memungkinkan kehidupan rumah tangga tetap dipertahankan meskipun berada dalam situasi yang secara psikologis tidak ideal. Mekanisme adaptasi inilah yang menjadi penjelas mengapa sebagian besar pasangan LDM di Desa Bungbaruh mampu mempertahankan keutuhan rumah tangganya selama bertahun-tahun. Kerentanan psikologis yang dialami pasangan LDM tidak serta-merta berujung pada disfungsi keluarga. Dalam kajian psikologi keluarga, individu yang menghadapi tekanan berkepanjangan pada umumnya akan mengembangkan mekanisme adaptasi (*coping mechanism*) sebagai upaya mempertahankan keseimbangan psikologis dan stabilitas hubungan.⁴⁶

Mekanisme tersebut dapat berbentuk strategi kognitif, emosional, maupun perilaku yang memungkinkan individu tetap menjalankan perannya meskipun berada dalam situasi yang penuh keterbatasan.⁴⁷ Dengan demikian, pembahasan mengenai kerentanan psikologis menjadi tidak lengkap apabila hanya berhenti pada

⁴⁵ William J Goode, "A Theory of Role Strain," *American Sociological Review* 25, no. 4 (July 16, 1960): 483–96, <https://doi.org/10.2307/2092933>.

⁴⁶ Alessandro Taurino et al., "Psychological and Relational Adjustment under Stress: The Mediating Role of Emotion Regulation in Parents' Functioning during the COVID-19 Crisis," *Frontiers in Psychology* 16, no. October (2025): 1–16, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1678034>; Sulistiyani Sulistiyani and Theresia Febriana Christi Tyas Utami, "Stress and Coping Mechanisms Among Families of Critically Ill Patients in the Intensive Care Unit," *Adult Health Nursing Journal* 1, no. 2 (2024): 14–21, <https://doi.org/10.33650/ahnj.v1i2.11097>.

⁴⁷ Henriette Tazelaar and Anette Rohmann, "Wandering Stormy Roads (Together). Stress and Relationship Satisfaction, and the Mediating Role of Individual and Couple Adaptation," *Journal of Social and Personal Relationships* 42, no. 8 (August 1, 2025): 2121–43, <https://doi.org/10.1177/02654075251335812>.

identifikasi berbagai bentuk tekanan yang dialami pasangan, tanpa menjelaskan bagaimana mereka mengelola tekanan tersebut sehingga rumah tangga tetap bertahan.

Realitas tersebut tampak konsisten pada seluruh informan. Meskipun mengakui adanya kesepian, kecemasan, kerinduan, dan perubahan peran dalam keluarga, tidak satu pun pasangan menyatakan keinginan mengakhiri perkawinannya. Sebaliknya, seluruh informan memandang LDM sebagai konsekuensi dari pilihan ekonomi demi keberlangsungan keluarga. Kesadaran inilah yang kemudian melahirkan berbagai bentuk adaptasi psikologis untuk mempertahankan hubungan perkawinan. Salah satu bentuk adaptasi yang paling menonjol adalah penerimaan berbasis orientasi ekonomi keluarga. KS menjelaskan, *"Saya mendukung suami bekerja ke luar karena memang untuk menghidupi kebutuhan rumah tangga."*⁴⁸ Senada dengan itu, HN menyatakan, *"Saya memperbolehkan suami bekerja di luar karena kalau di kampung hanya bertani. Kebutuhan keluarga semakin banyak, jadi harus mencari pekerjaan yang lebih baik."*⁴⁹ Kedua kutipan tersebut menunjukkan bahwa penerimaan terhadap LDM dibangun melalui pemahaman bersama bahwa keterpisahan merupakan konsekuensi logis dari upaya memenuhi kebutuhan keluarga.⁵⁰ Kesadaran tersebut menjadi penyangga psikologis (*psychological buffer*) yang membantu pasangan mengelola tekanan emosional dan mencegahnya berkembang menjadi konflik berkepanjangan.⁵¹

⁴⁸ LDM-01 KS, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

⁴⁹ LDM-03 HN, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

⁵⁰ Sri Rezky Suci Ramadania et al., "Tantangan Komunikasi, Kepercayaan, Dan Kebutuhan Emosional Pada Pasangan Long Distance Marriage," *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan* 3, no. 1 (2026): 161–69, <https://doi.org/10.62379/jipk.v3i1.1769>; Fashi Hatul Lisaniyah, Mira Shodiqoh, and Yogi Sucipto, "Manajemen Membangun Keluarga Sakinah Bagi Pasangan LDM (Long Distance Marriage)," *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law* 2, no. 2 (2021): 206–20, <https://doi.org/10.51675/jaksya.v2i2.169>.

⁵¹ Maitsaa' Rifdah Taufiqoh and Diah Krisnatuti, "Karakteristik Keluarga, Dukungan Sosial, Interaksi Suami-Istri, Dan Kualitas Perkawinan Pada Keluarga Dengan Pernikahan Jarak Jauh: Family Characteristics, Social Support, Husband-Wife Interaction, and Marital Quality on Long-Distance Marriage," *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen* 17, no. 1 (2024): 41–52, <https://doi.org/10.24156/jikk.2024.17.1.41>.

Bentuk adaptasi berikutnya adalah optimalisasi komunikasi digital sebagai sarana mempertahankan kedekatan emosional.⁵² Seluruh pasangan menjadikan video call sebagai rutinitas harian, tidak hanya untuk bertukar kabar, tetapi juga berbagi pengalaman, mendiskusikan pengasuhan anak, mengambil keputusan keluarga, dan saling memberikan dukungan emosional. MSo menjelaskan, *"Kalau selesai kerja pasti video call. Kalau hari libur kadang sampai sleep call supaya tetap terasa dekat."*⁵³ Senada dengan itu, AF menyatakan, *"Setiap selesai kerja saya video call dengan istri. Itu sudah menjadi kebiasaan supaya anak juga tetap mengenal saya."*⁵⁴ Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi digital tidak sekadar menjadi media komunikasi, tetapi telah berkembang menjadi instrumen adaptasi relasional yang membantu mempertahankan kedekatan suami istri sekaligus relasi ayah dan anak di tengah keterpisahan fisik.

Adaptasi lainnya tampak melalui penguatan komitmen dengan sikap saling mengalah dan musyawarah.⁵⁵ Meskipun konflik tetap terjadi, hampir seluruh informan mengaku berupaya menyelesaikannya tanpa memperpanjang pertengkaran. SH menuturkan, *"Kalau ada masalah di antara kami, ya harus ada yang mengalah. Tidak mungkin sama-sama keras."*⁵⁶ Hal serupa disampaikan MSo, *"Kalau bertengkar biasanya saya yang lebih dulu mengalah supaya masalah tidak panjang."*⁵⁷ Sikap tersebut menunjukkan bahwa keberlangsungan rumah tangga LDM tidak hanya ditentukan oleh intensitas komunikasi, tetapi juga oleh kemampuan pasangan mengelola konflik secara dewasa melalui musyawarah dan saling memahami. Dalam perspektif hukum keluarga Islam, mekanisme ini mencerminkan implementasi prinsip *mu'āsyarah bil ma'rūf* yang menekankan

⁵² Ramadania et al., "Tantangan Komunikasi, Kepercayaan, Dan Kebutuhan Emosional Pada Pasangan Long Distance Marriage."

⁵³ LDM-04 MSo, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

⁵⁴ LDM-01 AF, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage" (Pamekasan: Interview by Telephone (10-04-2026), 2026).

⁵⁵ Hatul Lisaniyah, Shodiqoh, and Sucipto, "Manajemen Membangun Keluarga Sakinah Bagi Pasangan LDM (Long Distance Marriage)"; Saira Lastiar Naibaho and Stefani Virlia, "Rasa Percaya Pada Pasutri Perkawinan Jarak Jauh," *Jurnal Psikologi Ulayat* 3, no. 1 (2020): 34–52, <https://doi.org/10.24854/jpu44>.

⁵⁶ LDM-02 SH, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

⁵⁷ LDM-04 MSo, "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage."

hubungan suami istri berdasarkan saling menghormati, memahami, dan mengutamakan kemaslahatan keluarga.⁵⁸

Secara integratif, ketiga bentuk adaptasi tersebut menunjukkan bahwa pasangan LDM di Desa Bungbaruh membangun proses penyesuaian psikologis secara bertahap. Kesepian dikelola melalui komunikasi, kecemasan ditekan dengan kepercayaan, kerinduan dihadapi melalui komitmen bersama, sedangkan perubahan peran dipandang sebagai bentuk kerja sama untuk mempertahankan keberlangsungan ekonomi keluarga. Temuan ini menegaskan bahwa kerentanan psikologis pada pasangan LDM bersifat dinamis dan tidak selalu berujung pada konflik atau perceraian, melainkan dapat berkembang menjadi proses adaptasi ketika pasangan memiliki tujuan bersama, komunikasi yang intensif, dan komitmen menjaga rumah tangga. Oleh karena itu, dinamika psikologis pasangan LDM lebih tepat dipahami melalui perspektif ketahanan (*resilience perspective*) daripada semata-mata perspektif risiko (*risk perspective*).⁵⁹

Hasil penelitian ini sekaligus melengkapi temuan B.R Amrullah & Suryadi; Harsari; Irbah, Herawati, dan Musthofa.⁶⁰ Penelitian-penelitian tersebut menjelaskan bahwa komunikasi, coping strategy, dan *subjective well-being* berkontribusi terhadap keberlangsungan rumah tangga pasangan LDM. Namun, penelitian ini menunjukkan hubungan yang lebih komprehensif, yaitu bahwa kerentanan psikologis tidak berhenti pada munculnya kesepian, kecemasan, tekanan emosional, dan perubahan peran, tetapi bergerak menuju pembentukan mekanisme adaptasi psikologis-relasional yang memungkinkan pasangan tetap menjalankan kehidupan perkawinan secara fungsional meskipun berada dalam kondisi keterpisahan fisik yang berkepanjangan. Sintesis inilah yang kemudian

⁵⁸ Lisnawati Lisnawati, "Reinforcing Domestic Violence Prevention: The Role of Mu'āsyarah Bil-Ma'rūf in Indonesian Legal Reform," *Asy-Syir'ah: Jurnal Ilmu Syari'ah Dan Hukum* 57, no. 1 (2023): 107–35, <https://doi.org/10.14421/ajish.v57i1.301>; Ismi Lathifatul Hilmi, "Mu'asyarah Bil Ma'ruf Sebagai Asas Perkawinan (Kajian QS. Al-Nisa: 19 Dan QS. Al-Baqarah: 228)," *Misykat Al-Anwar Jurnal Kajian Islam Dan Masyarakat* 6, no. 2 (2023): 155–74, <https://doi.org/10.24853/ma.6.2.155-174>.

⁵⁹ Hatul Lisaniyah, Shodiqoh, and Sucipto, "Manajemen Membangun Keluarga Sakinah Bagi Pasangan LDM (Long Distance Marriage)."

⁶⁰ B.R. Amrullah, and Suryadi, "Resolusi Konflik Pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi)"; Dana and Afdal, "Subjective Well-Being Pada Istri Yang Menjalani Long Distance Marriage"; Harsari, "A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage"; Irbah, Herawati, and Musthofa, "The Influence of Stress Symptoms and Coping Strategies on the Subjective Well-Being of Long-Distance Marriage Families."

menjadi dasar konseptual bagi pembahasan berikutnya mengenai implikasi kerentanan psikologis terhadap pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam perspektif hukum keluarga Islam.

Implikasi Kerentanan Psikologis terhadap Pemenuhan Hak dan Kewajiban Suami Istri

Perkawinan dalam Islam tidak hanya dipahami sebagai ikatan hukum yang melegalkan hubungan antara laki-laki dan perempuan, tetapi juga sebagai institusi yang melahirkan seperangkat hak dan kewajiban yang harus dipenuhi secara timbal balik.⁶¹ Hak dan kewajiban tersebut mencakup dimensi material maupun nonmaterial, seperti pemenuhan nafkah, perlindungan, kasih sayang, pendampingan emosional, pendidikan anak, hingga pemeliharaan kehormatan keluarga.⁶² Seluruh kewajiban tersebut pada dasarnya dibangun di atas asumsi adanya interaksi langsung antara suami dan istri dalam kehidupan sehari-hari.⁶³ Oleh karena itu, ketika pasangan menjalani *Long Distance Marriage* (LDM), muncul konsekuensi yang tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga berimplikasi terhadap pola pemenuhan hak dan kewajiban dalam rumah tangga. Dalam konteks ini, kerentanan psikologis yang dialami pasangan tidak dapat dipandang sebagai persoalan individual semata, melainkan sebagai faktor yang mempengaruhi efektivitas pelaksanaan fungsi-fungsi keluarga menurut hukum Islam.

Data penelitian menunjukkan bahwa implikasi paling nyata dari LDM adalah ketidakseimbangan antara pemenuhan nafkah lahir dan nafkah batin. Seluruh informan mengakui bahwa kebutuhan ekonomi keluarga relatif terpenuhi melalui pekerjaan di Kalimantan maupun Malaysia, sehingga pola LDM tetap dipertahankan

⁶¹ Gaffar et al., *HUKUM KELUARGA ISLAM DALAM KONTEKS HUKUM NASIONAL INDONESIA*; Faishal Faishal, Faisar Ananda, and Irwansyah Irwansyah, "Hak Dan Kewajiban Dalam Hukum Perkawinan Di Dunia Islam," *Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6, no. 1 (2025): 280–87, <https://doi.org/10.31004/cdj.v6i1.40300>.

⁶² Beni Ashari, "Dimensi-Dimensi Sosiologis Fenomena Hak Dan Kewajiban Relasi Suami Istri, Dan Anak Di Indonesia," *Mabahits: Jurnal Hukum Keluarga* 5, no. 1 (2024): 15–29, <https://doi.org/10.62097/mabahits.v5i01.1651>.

⁶³ Ach. Rosidi Jamil and Ludfi Ludfi, "Dekonstruksi Kewajiban Nafkah Material Bagi Istri Dalam Perspektif Yūsuf Al- Qardawī: Fleksibilitas Hukum Islam Dan Keterkaitannya Dengan Maqāṣid Shari'ah," *Jurnal Tana Mana* 4, no. 2 (2023): 349–62, <https://doi.org/10.33648/jtm.v4i2.752>; Sifa Mulya Nurani, "Relasi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Perspektif Hukum Islam (Studi Analitis Relevansi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Berdasarkan Tafsir Ahkam Dan Hadits Ahkam)," *Al-Syakhsiyyah: Journal of Law & Family Studies* 3, no. 1 (2021): 98–116, <https://doi.org/10.21154/syakhsiyyah.v3i1.2719>.

meskipun harus menjalani keterpisahan selama bertahun-tahun. Kepala Desa Bungbaruh menjelaskan, *"Mereka rutin mengirim uang setiap bulan. Ada yang satu kali, ada juga yang dua kali dalam sebulan. Itu dipakai untuk kebutuhan rumah tangga, biaya sekolah anak, dan kebutuhan kesehatan keluarga."*⁶⁴ Pernyataan tersebut diperkuat oleh SH yang menyatakan, *"Kalau kiriman uang, alhamdulillah lancar,"*⁶⁵ serta MSo yang menjelaskan, *"Kiriman setiap bulan tetap ada, hanya saja sekarang dibagi dua karena istri juga bekerja."*⁶⁶ Temuan ini menunjukkan bahwa tanggung jawab ekonomi tetap dijalankan dengan baik, termasuk pada keluarga yang mengalami pembalikan peran sebagai pencari nafkah.

Berbeda dengan nafkah lahir, pemenuhan nafkah batin belum dapat dilakukan secara optimal karena keterpisahan fisik yang berkepanjangan. HN mengungkapkan, *"Kalau urusan itu ya harus saling memahami karena memang berjauhan,"*⁶⁷ sedangkan MS menyatakan, *"Rindu pasti ada, apalagi sebagai suami istri. tetapi harus ditahan karena memang demi keluarga."*⁶⁸ Kedua pernyataan tersebut menunjukkan bahwa nafkah batin tidak hanya berkaitan dengan hubungan biologis, tetapi juga kebutuhan afeksi, kedekatan emosional, dan kehadiran pasangan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, komunikasi melalui video call hanya mampu menjaga hubungan emosional dalam batas tertentu, tetapi belum dapat menggantikan kehadiran fisik sebagai bagian penting dari pemenuhan hak suami istri.

Dalam perspektif hukum keluarga Islam, pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam *Long Distance Marriage* berlangsung secara asimetris. Nafkah lahir relatif dapat dipenuhi melalui transfer ekonomi, sedangkan nafkah batin tetap mengalami keterbatasan karena mensyaratkan kehadiran fisik pasangan. Kondisi ini sejalan dengan Pasal 77 ayat (2) dan Pasal 80 Kompilasi Hukum Islam yang

⁶⁴ Ach. Fauzi, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Live Interview (15-04-2026), 2026).

⁶⁵ LDM-02 SH, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Live Interview (12-05-2026), 2026).

⁶⁶ LDM-04 MSo, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Live Interview (15-04-2026), 2026).

⁶⁷ LDM-03 HN, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Live Interview (12-05-2026), 2026).

⁶⁸ LDM-08 MSy, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Interview by Telephone (12-04-2026), 2026).

menempatkan kasih sayang, perlindungan, dan pemenuhan kebutuhan keluarga sebagai bagian integral dari kewajiban suami istri. Dengan demikian, terpenuhinya kebutuhan ekonomi tidak serta-merta menunjukkan terpenuhinya seluruh hak dalam kehidupan perkawinan.

Implikasi berikutnya berkaitan dengan berubahnya pelaksanaan fungsi *qawwam* dalam keluarga. Dalam hukum keluarga Islam, *qawwam* tidak hanya bermakna pencari nafkah, tetapi juga mencakup kepemimpinan, perlindungan, pendampingan, dan pengambilan keputusan.⁶⁹ Data lapangan menunjukkan bahwa keterpisahan fisik membatasi pelaksanaan fungsi-fungsi tersebut secara langsung. KS mengungkapkan, *"Kalau anak sakit atau ada pekerjaan di rumah semuanya saya yang mengurus,"*⁷⁰ sedangkan HN menyatakan, *"Biasanya kalau ada apa-apa semua suami yang urus, sekarang saya sendiri."*⁷¹ Temuan ini menunjukkan bahwa fungsi perlindungan mengalami reduksi sehingga istri harus mengambil alih sebagian tanggung jawab domestik dan kepemimpinan praktis. Sebaliknya, pada keluarga yang istrinya bekerja di Kalimantan, suami justru menjalankan peran domestik dan pengasuhan, sementara istri menjadi pencari nafkah utama. MSo menjelaskan, *"Saya di Madura mengurus orang tua, bertani, sementara istri tetap bekerja di Kalimantan. Semua sudah berdasarkan kesepakatan."*⁷² Kondisi tersebut menunjukkan bahwa praktik LDM melahirkan pembagian peran yang lebih adaptif, di mana kepemimpinan keluarga tidak lagi semata ditentukan oleh siapa yang mencari nafkah, tetapi oleh kemampuan pasangan bermusyawarah, berbagi tanggung jawab, dan menjaga keberlangsungan keluarga.

Implikasi lainnya adalah menguatnya komunikasi digital sebagai instrumen pemeliharaan hak dan kewajiban keluarga. Hampir seluruh pasangan

⁶⁹ Fiska Puspa Arinda and Lisnawati Ruhaena, "Peran Suami Sebagai Qowwam Dalam Membangun Keseimbangan Pekerjaan Dan Keluarga Muslim The Husband ' s Role as Qowwam in Developing Muslim Work-Family Balance Pendahuluan Penelitian Yang Dilakukan Oleh Centre for The Modern Family (2016) Yang Menjelaskan," *Jurnal Psikologi Islam* 9, no. 2 (2024): 69–78, <https://doi.org/10.47399/jpi.v9i2.219>.

⁷⁰ LDM-01 KS, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Live Interview (02-04-2026), 2026).

⁷¹ LDM-03 HN, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri."

⁷² LDM-04 MSo, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri."

memanfaatkan video call untuk membahas kondisi anak, kebutuhan rumah tangga, pengelolaan keuangan, hingga penyelesaian persoalan keluarga. AF menjelaskan, *"Setiap selesai kerja saya video call dengan istri supaya tahu keadaan anak dan keluarga,"*⁷³ sedangkan MSu menyatakan, *"Kalau ada masalah biasanya dibicarakan lewat telepon atau video call sampai selesai."*⁷⁴ Temuan ini menunjukkan bahwa komunikasi digital telah menjadi sarana utama bagi pasangan LDM dalam mempertahankan fungsi keluarga di tengah keterpisahan fisik. Data tersebut menunjukkan bahwa komunikasi digital telah menjadi instrumen penting dalam mempertahankan fungsi keluarga dengan memungkinkan pasangan tetap menjalankan sebagian hak dan kewajibannya, terutama dalam pengambilan keputusan, pemberian perhatian, dan pemeliharaan hubungan emosional. Namun, komunikasi virtual lebih merupakan mekanisme adaptasi daripada bentuk pemenuhan hak yang ideal karena efektivitasnya bergantung pada komitmen, kepercayaan, dan tujuan bersama menjaga keutuhan rumah tangga.⁷⁵

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa kerentanan psikologis dalam *Long Distance Marriage* tidak menghambat pelaksanaan hak dan kewajiban suami istri, tetapi mengubah cara pemenuhannya. Nafkah lahir relatif dapat dipenuhi melalui transfer ekonomi, sedangkan kebutuhan emosional, biologis, dan relasional diadaptasikan melalui komunikasi digital, penguatan kepercayaan, musyawarah, dan pembagian peran yang lebih fleksibel. Dengan demikian, keberlangsungan keluarga LDM lebih ditentukan oleh kemampuan pasangan beradaptasi secara psikologis daripada semata-mata oleh pemenuhan nafkah material.

Temuan ini sekaligus memperluas hasil penelitian oleh Razali dan hasil penelitian oleh Mustafa & Pratama.⁷⁶ Kedua penelitian tersebut menekankan bahwa komunikasi, komitmen, dan pemenuhan hak biologis menjadi faktor penting dalam

⁷³ LDM-01 AF, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Interview by Telephone (12-05-2026), 2026).

⁷⁴ LDM-07 MSu, "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri" (Pamekasan: Interview by Telephone (12-05-2026), 2026).

⁷⁵ Ramadania et al., "Tantangan Komunikasi, Kepercayaan, Dan Kebutuhan Emosional Pada Pasangan Long Distance Marriage."

⁷⁶ Razali, "Konsep Hak Dan Kewajiban Suami Istri Long Distance Relationship (Studi Kasus Di Kuala Terengganu, Malaysia)"; Mustafa and Pratama, "LONG DISTANCE MARRIAGE; Fulfillment of Biological Rights and Marital Harmony in the City of Pekanbaru."

menjaga keharmonisan pasangan LDM. Penelitian ini menunjukkan dimensi yang lebih luas, yaitu bahwa kerentanan psikologis menjadi variabel mediasi yang menentukan bagaimana hak dan kewajiban suami istri dijalankan dalam kondisi keterpisahan fisik. Artinya, semakin baik kemampuan pasangan mengelola kesepian, kecemasan, tekanan emosional, dan perubahan peran, semakin besar pula kemampuan mereka mempertahankan pelaksanaan hak dan kewajiban keluarga. Sintesis inilah yang kemudian menjadi dasar penyusunan Model Adaptasi Psikologis–Relasional Pasangan *Long Distance Marriage* sebagai kontribusi konseptual penelitian ini pada sub pembahasan berikutnya.

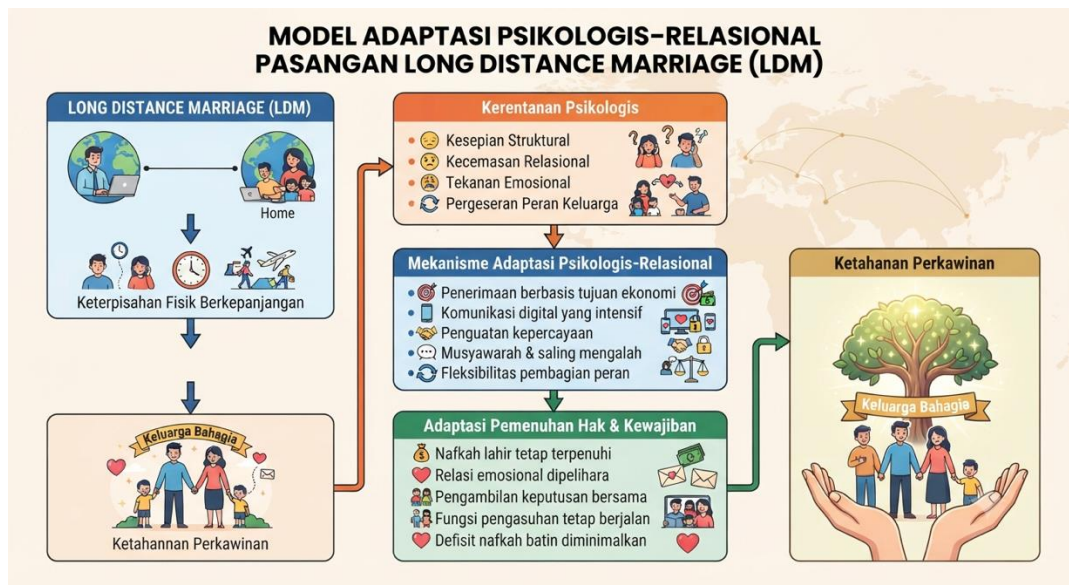
Sintesis Temuan: Model Adaptasi Psikologis–Relasional Pasangan Long Distance Marriage dalam Pemenuhan Hak dan Kewajiban Suami Istri

Seluruh temuan penelitian menunjukkan bahwa kehidupan pasangan *Long Distance Marriage* (LDM) di Desa Bungbaruh tidak dapat dipahami hanya melalui perspektif psikologi keluarga ataupun hukum keluarga Islam secara terpisah. Kerentanan psikologis akibat keterpisahan fisik tidak hanya memengaruhi kondisi emosional pasangan, tetapi juga mengubah cara pemenuhan hak dan kewajiban suami istri. Berdasarkan sintesis data, penelitian ini menawarkan Model Adaptasi Psikologis–Relasional Pasangan *Long Distance Marriage*, yang memandang kehidupan pasangan LDM sebagai proses adaptasi dinamis melalui interaksi faktor psikologis, relasional, ekonomi, dan normatif.

Model tersebut menunjukkan bahwa proses adaptasi berlangsung dalam tiga tahapan. Tahap pertama adalah munculnya kerentanan psikologis berupa kesepian struktural, kecemasan relasional, tekanan emosional akibat tertundanya kebutuhan afeksi dan biologis, serta perubahan pembagian peran dalam keluarga. Tahap kedua adalah terbentuknya mekanisme adaptasi melalui penerimaan berbasis kebutuhan ekonomi, komunikasi digital yang intensif, penguatan kepercayaan, musyawarah, dan penyesuaian pembagian peran. Mekanisme ini tidak menghilangkan kerentanan psikologis, tetapi mampu mencegahnya berkembang menjadi konflik yang mengancam keberlangsungan perkawinan. Tahap ketiga adalah penyesuaian pola pemenuhan hak dan kewajiban suami istri. Nafkah lahir tetap dipenuhi melalui transfer ekonomi, sedangkan kebutuhan emosional dan relasional dipelihara melalui komunikasi digital, perhatian, kepercayaan, dan komitmen bersama.

Namun, pemenuhan nafkah batin dan fungsi qawwam masih menjadi aspek yang paling sulit diadaptasikan karena sangat bergantung pada kehadiran fisik pasangan. Berdasarkan sintesis tersebut, model konseptual penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut.

Gambar 1
Model Adaptasi Psikologis-Relasional Pasangan *Long Distance Marriage*



Sumber: Analisis Peneliti Menggunakan Aplikasi CANVA (2026)

Gambar 1 memperlihatkan bahwa hubungan antara kerentanan psikologis dan pemenuhan hak serta kewajiban suami istri bukan merupakan hubungan yang bersifat linear. Kerentanan psikologis tidak secara otomatis menyebabkan kegagalan rumah tangga. Sebaliknya, pengaruh tersebut dimediasi oleh kemampuan pasangan membangun adaptasi psikologis dan relasional. Dengan kata lain, kualitas adaptasi menjadi variabel yang menentukan apakah kerentanan psikologis berkembang menjadi konflik atau justru berubah menjadi ketahanan keluarga.

Secara teoretis, model ini memperluas *Attachment Theory* yang menekankan pentingnya kehadiran *attachment figure* dalam membangun rasa aman emosional.⁷⁷ Temuan penelitian menunjukkan bahwa ketika kehadiran fisik tidak

⁷⁷ Bowlby, *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*; Bowlby, *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and Anger*; Hazan and Shaver, "Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process"; Mikulincer and Shaver, *Attachment in Adulthood, Second Edition: Structure, Dynamics, and Change*.

memungkinkan, pasangan membangun kelekatan adaptif (*adaptive attachment*) melalui komunikasi digital, kepercayaan, dan komitmen relasional. Meskipun tidak sepenuhnya menggantikan kehadiran fisik, mekanisme tersebut mampu menjaga stabilitas hubungan dan mengurangi dampak kerentanan psikologis. Dalam perspektif hukum keluarga Islam, model ini menegaskan bahwa pemenuhan hak dan kewajiban suami istri tidak hanya diukur dari terpenuhinya nafkah material, tetapi juga dari kemampuan pasangan mempertahankan nilai *mu'āsyarah bil ma'rūf* melalui kasih sayang, saling menghormati, musyawarah, dan tanggung jawab bersama.⁷⁸ Dengan demikian, kualitas relasi adaptif menjadi faktor penting dalam menjaga keberlangsungan keluarga Muslim yang menjalani Long Distance Marriage.

Apabila dibandingkan dengan delapan penelitian terdahulu, penelitian ini menunjukkan beberapa perbedaan mendasar. Penelitian oleh B.R Amrullah & Suryadi memusatkan perhatian pada resolusi konflik keluarga LDM,⁷⁹ sedangkan penelitian oleh Dana & Afdal lebih menitikberatkan pada *subjective well-being*, stres, dan strategi coping.⁸⁰ Penelitian oleh Harsari mengkaji perubahan peran suami dan istri,⁸¹ sementara penelitian oleh Rahmadani and Paryontri berfokus pada dinamika kecemasan istri prajurit.⁸² Di sisi lain, penelitian oleh Razali mengkaji pemenuhan hak dan kewajiban dalam perspektif hukum keluarga Islam.⁸³ Meskipun memberikan kontribusi yang penting, seluruh penelitian tersebut masih melihat fenomena LDM secara parsial sesuai fokus kajiannya masing-masing.

Penelitian ini menawarkan perspektif yang lebih integratif dengan menempatkan kerentanan psikologis sebagai titik awal yang memengaruhi mekanisme adaptasi dan selanjutnya menentukan pola pemenuhan hak dan

⁷⁸ Lisnawati, "Reinforcing Domestic Violence Prevention: The Role of Mu'āsyarah Bil-Ma'rūf in Indonesian Legal Reform"; Hilmi, "Mu'āsyarah Bil Ma'ruf Sebagai Asas Perkawinan (Kajian QS. Al-Nisa: 19 Dan QS. Al-Baqarah: 228)."

⁷⁹ B.R, Amrullah, and Suryadi, "Resolusi Konflik Pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi)."

⁸⁰ Dana and Afdal, "Subjective Well-Being Pada Istri Yang Menjalani Long Distance Marriage"; Irbah, Herawati, and Musthofa, "The Influence of Stress Symptoms and Coping Strategies on the Subjective Well-Being of Long-Distance Marriage Families."

⁸¹ Harsari, "A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage."

⁸² Rahmadani and Paryontri, "Dinamika Kecemasan Pada Istri Prajurit Dalam Pernikahan Jarak Jauh."

⁸³ Razali, "Konsep Hak Dan Kewajiban Suami Istri Long Distance Relationship (Studi Kasus Di Kuala Terengganu, Malaysia)"; Mustafa and Pratama, "LONG DISTANCE MARRIAGE; Fulfillment of Biological Rights and Marital Harmony in the City of Pekanbaru."

kewajiban suami istri dalam keluarga Muslim. Kontribusi utamanya tidak hanya terletak pada identifikasi bentuk-bentuk kerentanan psikologis, tetapi juga pada perumusan Model Adaptasi Psikologis–Relasional Pasangan *Long Distance Marriage* yang menjelaskan keterkaitan antara aspek psikologis, relasional, dan normatif dalam menjaga keberlangsungan keluarga. Model ini mengimplikasikan bahwa pendampingan keluarga LDM perlu diarahkan pada penguatan kapasitas adaptasi psikologis melalui peningkatan kualitas komunikasi, penguatan kepercayaan, konseling keluarga berbasis ketahanan psikologis, serta edukasi mengenai hak dan kewajiban suami istri. Dengan demikian, keluarga LDM tidak semata dipandang sebagai keluarga yang rentan, tetapi sebagai keluarga yang mampu membangun ketahanan apabila memiliki mekanisme adaptasi psikologis–relasional yang efektif.

D. KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa *Long Distance Marriage* tidak hanya menghadirkan persoalan keterpisahan geografis, tetapi juga melahirkan kerentanan psikologis yang secara langsung mempengaruhi pemenuhan hak dan kewajiban suami istri dalam keluarga Muslim. Pada pasangan LDM di Desa Bungbaruh, Kecamatan Kadur, Kabupaten Pamekasan, kerentanan tersebut berkembang dalam empat bentuk utama, yaitu kesepian struktural, kecemasan relasional, tekanan emosional akibat tertundanya kebutuhan afeksi dan keintiman, serta pergeseran peran keluarga. Meskipun demikian, kerentanan tersebut tidak berujung pada disintegrasi keluarga karena pasangan membangun mekanisme adaptasi melalui penerimaan berbasis tujuan ekonomi, komunikasi digital yang intensif, penguatan kepercayaan, musyawarah, dan fleksibilitas pembagian peran.

Penelitian ini juga membuktikan bahwa pemenuhan nafkah lahir relatif tetap terjaga melalui pengiriman penghasilan secara rutin, sedangkan pemenuhan nafkah batin, fungsi pendampingan emosional, dan pelaksanaan fungsi *qawwam* mengalami keterbatasan akibat keterpisahan fisik, sehingga pemenuhan hak dan kewajiban dalam keluarga LDM berlangsung secara adaptif sesuai kondisi yang dihadapi. Kontribusi utama penelitian ini adalah perumusan Model Adaptasi Psikologis–Relasional Pasangan *Long Distance Marriage*, yang menjelaskan bahwa kemampuan beradaptasi secara psikologis dan relasional menjadi faktor mediasi

yang menentukan keberlangsungan pemenuhan hak dan kewajiban suami istri. Model ini memperkaya kajian psikologi keluarga dan hukum keluarga Islam dengan menegaskan bahwa keberlangsungan keluarga LDM tidak hanya ditentukan oleh pemenuhan kebutuhan ekonomi, tetapi juga oleh kualitas komunikasi, kepercayaan, komitmen, dan musyawarah yang berlandaskan prinsip *mu'āsyarah bil ma'rūf*. Oleh karena itu, pendampingan keluarga LDM perlu diarahkan pada penguatan ketahanan psikologis dan kualitas relasi pasangan, sementara penelitian selanjutnya disarankan menguji model ini pada konteks sosial dan budaya yang lebih beragam melalui pendekatan komparatif atau *mixed methods*.

E. REFERENSI

- Arinda, Fiska Puspa, and Lisnawati Ruhaena. "Peran Suami Sebagai Qowwam Dalam Membangun Keseimbangan Pekerjaan Dan Keluarga Muslim The Husband ' s Role as Qowwam in Developing Muslim Work-Family Balance Pendahuluan Penelitian Yang Dilakukan Oleh Centre for The Modern Family (2016) Yang Menjelaskan." *Jurnal Psikologi Islam* 9, no. 2 (2024): 69–78. <https://doi.org/10.47399/jpi.v9i2.219>.
- Ashari, Beni. "Dimensi-Dimensi Sosiologis Fenomena Hak Dan Kewajiban Relasi Suami Istri, Dan Anak Di Indonesia." *Mabahits: Jurnal Hukum Keluarga* 5, no. 1 (2024): 15–29. <https://doi.org/10.62097/mabahits.v5i01.1651>.
- B.R, Rosyadi, Sholahudin Amrullah, and Suryadi Suryadi. "Resolusi Konflik Pada Keluarga Long Distance Marriage (Studi Fenomenologi)." *Bulletin of Counseling and Psychotherapy* 4, no. 2 (2022): 160–66. <https://doi.org/10.51214/bocp.v4i2.194>.
- Baidlawi, Ahmad. "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage." Pamekasan: Live Interview with a Religious Figure from Bungbaruh (02-04-2026), 2026.
- Basri, Hasan. *Keluarga Sakinah: Tinjauan Psikologi Dan Agama*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Bowlby, Jhon. *Attachment and Loss: Vol. 1. Attachment*. Vol. 1. England: Penguin Books Ltd, 1969.
- Bowlby, John. *Attachment and Loss, Vol. 2: Separation: Anxiety and Anger*. New York: Basic Books, 1973.
- BPS Kabupaten Pamekasan. *Kabupaten Pamekasan Dalam Angka (Pamekasan Regency in Figure) 2026*. Vol. 31. Pamekasan: BPS Kabupaten Pamekasan, 2026.
- Ch, Mufidah. *Psikologi Keluarga Dalam Islam Berwawasan Gender*. Edited by Ahmad

- Nurul Kawakip. Cet. IV. Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim Press, 2014.
- Citriadin, Yudin. *Metode Penelitian Kualitatif: Suatu Pendekatan Dasar*. Mataram: Sanabil, 2020.
- Dana, Adinda R. S., and Afdal Afdal. "Subjective Well-Being Pada Istri Yang Menjalani Long Distance Marriage." *Counseling & Humanities Review* 2, no. 2 (2022): 63–68. <https://doi.org/10.24036/000623chr2023>.
- Faishal, Faishal, Faisar Ananda, and Irwansyah Irwansyah. "Hak Dan Kewajiban Dalam Hukum Perkawinan Di Dunia Islam." *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat* 6, no. 1 (2025): 280–87. <https://doi.org/10.31004/cdj.v6i1.40300>.
- Fauzi, Ach. "Bentuk Dan Dinamika Kerentanan Psikologis Pasangan Suami Istri Dalam Long Distance Marriage." Pamekasan: Live Interview (15-04-2026), 2026.
- . "Implikasi Kerentanan Psikologis Terhadap Pemenuhan Hak Dan Kewajiban Suami Istri." Pamekasan: Live Interview (15-04-2026), 2026.
- Gaffar, Azis, Nadhira Wahyu Adityarani, Moh. Mujibur Rohman, Viorizza Suciani Putri, and Ludfi Ludfi. *HUKUM KELUARGA ISLAM DALAM KONTEKS HUKUM NASIONAL INDONESIA*. Edited by Devi Adri. Padang: CV. Get Press Indonesia, 2026. https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=qvbVEQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PP1&ots=bS9cdEFgBb&sig=VdwmnK3M_kbGfQZYVrA7VY4ViqY&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false.
- Goode, William J. "A Theory of Role Strain." *American Sociological Review* 25, no. 4 (July 16, 1960): 483–96. <https://doi.org/10.2307/2092933>.
- Harsari, Riski Januar Tri. "A Perspective of Husband and Wife Roles in Long-Distance Marriage." *Advances in Social Science, Education and Humanities Research* 395, no. Acpch 2019 (2020): 268–71. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200120.056>.
- Hasanah, Uswatun, Ida Faridatul Hasanah, and Nurul Fadilah. "Uncovering Women's Strategies in Maintaining the Harmony of Long-Distance Marriages and Nurturing Children." *KnE Social Sciences* 10, no. 8 (2025): 498–506. <https://doi.org/10.18502/kss.v10i8.18465>.
- Hasanah, Uswatun, Ida Faridatul Hasanah, Nur Isiyana Wianti, and Ayu Reza Ningrum. "Women's Strategies in Long-Distance Marriage: Communication and Parenting." *Marwah: Jurnal Perempuan, Agama Dan Jender* 23, no. 2 (2024): 143–55. <https://doi.org/10.24014/marwah.v23i2.32902>.
- Hatul Lisaniyah, Fashi, Mira Shodiqoh, and Yogi Sucipto. "Manajemen Membangun Keluarga Sakinah Bagi Pasangan LDM (Long Distance Marriage)." *The Indonesian Journal of Islamic Law and Civil Law* 2, no. 2 (2021): 206–20. <https://doi.org/10.51675/jaksya.v2i2.169>.

- Hazan, Cindy, and Phillip R. Shaver. "Romantic Love Conceptualized as An Attachment Process." *Journal of Personality and Social Psychology* 52, no. 3 (1987): 511–524. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.52.3.511>.
- Hilmi, Ismi Lathifatul. "Mu'asyarah Bil Ma'ruf Sebagai Asas Perkawinan (Kajian QS. Al-Nisa: 19 Dan QS. Al-Baqarah: 228)." *Misykat Al-Anwar Jurnal Kajian Islam Dan Masyarakat* 6, no. 2 (2023): 155–74. <https://doi.org/10.24853/ma.6.2.155-174>.
- Irbah, Anisa, Tin Herawati, and Musthofa. "The Influence of Stress Symptoms and Coping Strategies on the Subjective Well-Being of Long-Distance Marriage Families." *Journal of Child, Family, and Consumer Studies* 4, no. 1 (2025): 12–23. <https://doi.org/10.29244/jcfcs.4.1.12-23>.
- Jamil, Ach. Rosidi, and Ludfi Ludfi. "Dekonstruksi Kewajiban Nafkah Material Bagi Istri Dalam Perspektif Yūsuf Al- Qarḍawī: Fleksibilitas Hukum Islam Dan Keterkaitannya Dengan Maqāṣid Sharī'ah." *Jurnal Tana Mana* 4, no. 2 (2023): 349–62. <https://doi.org/10.33648/jtm.v4i2.752>.
- Lisnawati, Lisnawati. "Reinforcing Domestic Violence Prevention: The Role of Mu'āsyarah Bil-Ma'rūf in Indonesian Legal Reform." *Asy-Syir'ah: Jurnal Ilmu Syari'ah Dan Hukum* 57, no. 1 (2023): 107–35. <https://doi.org/10.14421/ajish.v57i1.301>.
- Marzuki, Peter Mahmud. *Penelitian Hukum (Edisi Revisi)*. Cet. XIII. Jakarta: Kencana, 2017.
- Merriam, Sharan B., and Elizabeth J. Tisdell. *Qualitative Research: A Guide to Design and Implementation*. Fourth Edi. San Francisco: Jossey-Bass A Wiley Brand, 2016.
- Mikulincer, Mario, and Phillip R. Shaver. *Attachment in Adulthood, Second Edition: Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Publications, 2016.
- Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. 4th Editio. California: SAGE Publications Inc, 2020.
- Mustafa, Ali, and Herdifa Pratama. "LONG DISTANCE MARRIAGE; Fulfillment of Biological Rights and Marital Harmony in the City of Pekanbaru." *Asia-Pacific Journal on Religion and Society* 7, no. 1 (2023): 37–41. <https://doi.org/10.24014/apjrs.v7i1.28881>.
- Naibaho, Saira Lastiar, and Stefani Virlia. "Rasa Percaya Pada Pasutri Perkawinan Jarak Jauh." *Jurnal Psikologi Ulayat* 3, no. 1 (2020): 34–52. <https://doi.org/10.24854/jpu44>.
- Nurani, Sifa Mulya. "Relasi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Dalam Perspektif Hukum Islam (Studi Analitis Relevansi Hak Dan Kewajiban Suami Istri Berdasarkan Tafsir Ahkam Dan Hadits Ahkam)." *Al-Syakhsiyyah: Journal of Law & Family Studies* 3, no. 1 (2021): 98–116. <https://doi.org/10.21154/syakhsiyyah.v3i1.2719>.

- Nurjannah, Milda, Fajar Isnaini, and Adang Muhammad Nasrulloh. "Hakikat Pernikahan Dalam Pandangan Hukum Islam." *Al-Usroh: Jurnal Hukum Islam Dan Hukum Keluarga* 3, no. 1 (2024): 70–86. <https://doi.org/10.24260/al-usroh.v4i1.1679>.
- Patton, Michael Quinn. *Qualitative Research & Evaluation Methods: Integrating Theory and Practice*. 4th Editio. California: SAGE Publications, 2023.
- Pranawati, Rita, Gumilar Rusliwa Somantri, and Ida Ruwaida. "Living Apart Together: Study on Migrant Family Resilience." *Journal of Humanities and Social Sciences Studies* 7, no. 3 (2025): 78–92. <https://doi.org/10.32996/jhsss.2025.7.3.8>.
- Primasari, Devi Anjas. "Kehidupan Keluarga 'Long Distance Marital in Relationship' Family Living 'Long Distance Marital in Relationship.'" *Dialektika* 13, no. 1 (2018): 96–102. <https://doi.org/10.20473/jsd.v13i1.2018.96-102>.
- Pulungan, Sofia Zuhro Zein, Humaira Hananni Harahap, Nurlila Pratiwi, Raprila Berliana, Galih Pratama Siregar, and Iwan. "Mewujudkan Keluarga Harmonis Peran Hukum Perkawinan Islam Dalam Membangun Keluarga Ideal." *Mediation: Journal of Law Volume* 2, no. 3 (2024): 35–45. <https://doi.org/10.51178/mjol.v3i3.2337>.
- Putri, Krismasita Surya, Vincent Putra Mahendra, and Artiawati Artiawati. "Hubungan Konflik Kerja-Keluarga Dan Kesejahteraan Psikologis Pada Pekerja Yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh." *Jurnal Psikologi Sains Dan Profesi* 7, no. 2 (2023): 157–69. <https://doi.org/10.24198/jpsp.v7i2.47249>.
- Rahmadani, Chory Ayu, and Ramon Ananda Paryontri. "Dinamika Kecemasan Pada Istri Prajurit Dalam Pernikahan Jarak Jauh." *Academia Open* 10, no. 2 (2025): 1–8. <https://doi.org/10.21070/acopen.10.2025.9573>.
- Ramadania, Sri Rezky Suci, Lusiana Safitri, Syafira Auliac, Naila Hanin Tsurayya, Dian Novita Siswanti, and Eka Sufartianinsih Jafar. "Tantangan Komunikasi, Kepercayaan, Dan Kebutuhan Emosional Pada Pasangan Long Distance Marriage." *Jurnal Ilmu Psikologi Dan Kesehatan* 3, no. 1 (2026): 161–69. <https://doi.org/10.62379/jipk.v3i1.1769>.
- Razali, Saudah Binti Mat. "Konsep Hak Dan Kewajiban Suami Istri Long Distance Relationship (Studi Kasus Di Kuala Terengganu, Malaysia)." *Indonesian Journal Of Family Law And Islamic Law* 4, no. 1 (2024): 44–66. <https://doi.org/10.22373/hadhanah.v4i1.2238>.
- Simbar Pratiwi, Nasywa, and Yunita Sari. "Romantic Jealousy Pasangan Long Distance Marriage: Narrative Review." *Bandung Conference Series: Psychology Science* 6, no. 1 (2026): 581–88. <https://doi.org/10.29313/bcpsps.v6i1.22694>.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Cet. XXVII. Bandung: Alfabeta, 2023.

- Sulistiyani, Sulistiyani, and Theresia Febriana Christi Tyas Utami. "Stress and Coping Mechanisms Among Families of Critically Ill Patients in the Intensive Care Unit." *Adult Health Nursing Journal* 1, no. 2 (2024): 14–21. <https://doi.org/10.33650/ahnj.v1i2.11097>.
- Taufiiqoh, Maitsaa' Rifdah, and Diah Krisnatuti. "Karakteristik Keluarga, Dukungan Sosial, Interaksi Suami-Istri, Dan Kualitas Perkawinan Pada Keluarga Dengan Pernikahan Jarak Jauh: Family Characteristics, Social Support, Husband-Wife Interaction, and Marital Quality on Long-Distance Marriage." *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen* 17, no. 1 (2024): 41–52. <https://doi.org/10.24156/jikk.2024.17.1.41>.
- Taurino, Alessandro, Rosalinda Cassibba, Cristina Semeraro, Gabrielle Coppola, Maria Dentamaro, and Pasquale Musso. "Psychological and Relational Adjustment under Stress: The Mediating Role of Emotion Regulation in Parents' Functioning during the COVID-19 Crisis." *Frontiers in Psychology* 16, no. October (2025): 1–16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1678034>.
- Tazelaar, Henriette, and Anette Rohmann. "Wandering Stormy Roads (Together). Stress and Relationship Satisfaction, and the Mediating Role of Individual and Couple Adaptation." *Journal of Social and Personal Relationships* 42, no. 8 (August 1, 2025): 2121–43. <https://doi.org/10.1177/02654075251335812>.
- Yin, Robert K. *Case Study Research and Applications: Design and Methods*. 6th Editio. Callifornia: SAGE Publications, Inc, 2018.