



## **Commuter Marriage: Dinamika Komunikasi Interpersonal dan Ketahanan Keluarga dalam Pernikahan Jarak Jauh**

Taufik Hidayat<sup>1✉</sup>, Arisman<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Pascasarjana, Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim, Pekanbaru, Indonesia

✉Corresponding email: [putrarokan0622@gmail.com](mailto:putrarokan0622@gmail.com)

### **Histori Artikel:**

Submit: 27 April 2026; Revisi: 2 Juni 2026; Diterima: 8 Juni 2026

Publikasi: 11 Juni 2026; Periode Terbit: Juni 2026

Doi: 10.23917/jkk.v5i2.1050

### **Abstrak**

*Commuter marriage* merupakan bentuk pernikahan jarak jauh yang terjadi ketika pasangan suami istri hidup terpisah secara geografis akibat tuntutan pekerjaan, pendidikan, maupun kebutuhan ekonomi. Fenomena ini semakin berkembang seiring meningkatnya mobilitas tenaga kerja dan pola kehidupan *dual-career* pada masyarakat modern. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika *commuter marriage*, khususnya terkait karakteristik hubungan, komunikasi interpersonal, manajemen konflik, ketahanan keluarga, serta strategi mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Penelitian menggunakan pendekatan *systematic literature review* (SLR) dengan metode deskriptif-analitik. Data diperoleh melalui penelusuran literatur dari Google Scholar, Scopus, dan ProQuest menggunakan kata kunci *commuter marriage*, *long-distance marriage*, komunikasi interpersonal, ketahanan keluarga, dan *family resilience*. Literatur yang digunakan merupakan artikel ilmiah terbitan tahun 2010–2023 yang relevan dengan fokus penelitian. Analisis data dilakukan secara tematik-integratif melalui proses identifikasi, pengkodean, sintesis, dan interpretasi temuan dari berbagai sumber penelitian. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *commuter marriage* memiliki karakteristik berupa keterpisahan geografis, keterbatasan interaksi langsung, serta ketergantungan terhadap teknologi komunikasi. Faktor utama penyebab *commuter marriage* meliputi pekerjaan, ekonomi, pendidikan, dan pola kehidupan *dual-career*. Komunikasi interpersonal yang efektif, pengelolaan konflik secara konstruktif, serta ketahanan keluarga menjadi faktor utama dalam menjaga stabilitas hubungan. Selain itu, strategi seperti penguatan kepercayaan, komunikasi intensif, dukungan sosial, dan pertemuan tatap muka secara berkala terbukti membantu pasangan mempertahankan keharmonisan rumah tangga. Penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan *commuter marriage* tidak hanya ditentukan oleh kedekatan fisik, tetapi juga oleh kualitas komunikasi, komitmen, kemampuan adaptasi, dan ketahanan keluarga dalam menghadapi tantangan kehidupan modern.

**Kata Kunci:** *commuter marriage*, komunikasi interpersonal, manajemen konflik, ketahanan keluarga, *family resilience*.

### **Pendahuluan**

Keluarga merupakan unit sosial paling fundamental dalam kehidupan

manusia yang memiliki fungsi strategis dalam pembentukan identitas, perkembangan psikologis, pemenuhan



kebutuhan emosional, serta proses sosialisasi nilai dan norma sosial. Dalam perspektif sosiologis dan psikologis, keluarga tidak hanya dipahami sebagai hubungan biologis antara suami, istri, dan anak, tetapi juga sebagai sistem interpersonal yang dibangun atas dasar interaksi, komitmen, komunikasi, dan dukungan timbal balik antar anggota keluarga (Anderson & Spruill, 1993). Keharmonisan keluarga menjadi salah satu indikator penting dalam menciptakan stabilitas sosial, kesejahteraan psikologis, serta kualitas kehidupan individu (Acedera & Yeoh, 2019). Oleh sebab itu, perubahan struktur dan pola relasi dalam keluarga akibat perkembangan sosial modern menjadi isu yang semakin penting untuk dikaji secara ilmiah.

Perkembangan globalisasi, modernisasi, dan transformasi dunia kerja telah membawa perubahan signifikan terhadap dinamika kehidupan keluarga. Menurut Darmawati et al., (2025) mobilitas tenaga kerja yang semakin tinggi, persaingan karier yang semakin kompetitif, serta tuntutan ekonomi yang terus meningkat menyebabkan banyak pasangan suami istri harus mengambil keputusan untuk tinggal di lokasi yang berbeda demi mempertahankan stabilitas ekonomi maupun pengembangan profesional. Kondisi tersebut melahirkan fenomena yang dikenal sebagai *commuter marriage* atau pernikahan jarak jauh. Fenomena ini semakin umum terjadi pada masyarakat modern, terutama pada pasangan dengan orientasi karier tinggi

dan profesi yang menuntut mobilitas geografis (A'yun & Shanti, 2021).

*Commuter marriage* adalah kondisi pernikahan di mana pasangan suami istri secara sadar memilih untuk tinggal secara terpisah di tempat yang berbeda guna mengejar peluang karier yang mengharuskan perpindahan ke lokasi berbeda (Rhodes, 2002). Kondisi ini dilakukan secara sukarela, tanpa paksaan dari pihak lain, dan bukan merupakan akibat dari konflik rumah tangga atau perceraian. Mereka memilih atau harus menjalaninya demi mempertahankan pekerjaan, meningkatkan jenjang karier, ataupun memenuhi tuntutan profesional tertentu (Kholisoh & Astuti, 2018). Dalam konteks ini, pasangan tetap mempertahankan status dan komitmen pernikahan, meskipun secara fisik tidak tinggal bersama dalam jangka waktu tertentu.

Berbeda dengan pasangan yang menjalani *proximal marriage* atau hidup bersama dalam satu rumah, pasangan *commuter marriage* menghadapi tantangan relasional yang lebih kompleks. Keterbatasan interaksi tatap muka, perbedaan waktu kerja dan zona waktu, keterbatasan komunikasi langsung, serta tingginya potensi miskomunikasi menjadi faktor yang dapat memengaruhi kualitas hubungan pernikahan (Lani et al., 2022). Tidak adanya kehadiran fisik pasangan dalam kehidupan sehari-hari juga dapat memunculkan berbagai persoalan psikologis, seperti kesepian, stres emosional, rasa tidak aman, hingga menurunnya kualitas kedekatan



emosional (Brömmelhaus et al., 2020). Dalam jangka panjang, kondisi tersebut berpotensi memengaruhi stabilitas keluarga apabila tidak diimbangi dengan komunikasi interpersonal yang efektif dan kemampuan adaptasi yang baik.

Fenomena *commuter marriage* terus mengalami peningkatan di berbagai negara sebagai konsekuensi dari perubahan struktur ekonomi global dan fleksibilitas pasar kerja. Data dari Sensus Amerika Serikat tahun 2021 menunjukkan bahwa sebanyak 41,1% dari total 63.114 pasangan menjalani *long-distance marriage*. Fenomena tersebut menunjukkan bahwa pola hubungan jarak jauh bukan lagi kasus individual yang bersifat insidental, melainkan telah berkembang menjadi realitas sosial yang cukup luas di berbagai belahan dunia (Priastuty et al., 2023). Di Indonesia, praktik *commuter marriage* juga semakin sering ditemukan, terutama pada pasangan dengan profesi tertentu seperti pegawai negeri sipil (PNS), anggota TNI dan Polri, pelaut, pekerja migran, dosen, tenaga kesehatan, hingga pekerja swasta yang ditempatkan di luar daerah atau luar negeri. Perkembangan teknologi komunikasi digital memang memberikan kemudahan dalam menjaga hubungan jarak jauh, namun teknologi tidak sepenuhnya mampu menggantikan kebutuhan interaksi langsung dalam kehidupan rumah tangga (Cangara, 2023).

Di sisi lain, *commuter marriage* tidak selalu menghasilkan dampak negatif. Beberapa penelitian menunjukkan

bahwa pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh dapat mengembangkan tingkat kemandirian, kedewasaan emosional, serta penghargaan yang lebih tinggi terhadap waktu kebersamaan (Chondoka, 2022). Pasangan juga dapat membangun pola komunikasi yang lebih terstruktur dan intensif sebagai bentuk upaya mempertahankan kualitas hubungan. Namun demikian, keberhasilan dalam menjalani *commuter marriage* sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tingkat kepercayaan, kualitas komunikasi interpersonal, kemampuan menyelesaikan konflik, komitmen pernikahan, dukungan sosial, serta ketahanan keluarga dalam menghadapi tekanan psikologis dan sosial.

Komunikasi interpersonal menjadi salah satu aspek paling krusial dalam menjaga keberlangsungan *commuter marriage*. Intensitas komunikasi yang konsisten dapat membantu pasangan mempertahankan kedekatan emosional meskipun terpisah jarak (Lee, 2018a). Sebaliknya, komunikasi yang buruk dapat memicu munculnya prasangka, konflik, ketidakpercayaan, dan penurunan kepuasan pernikahan. Oleh karena itu, pasangan yang menjalani *commuter marriage* dituntut memiliki kemampuan komunikasi yang adaptif, terbuka, empatik, dan suportif agar hubungan tetap harmonis. Selain komunikasi, strategi manajemen konflik juga menjadi elemen penting karena keterbatasan pertemuan fisik sering kali menyebabkan penyelesaian masalah menjadi lebih sulit dibandingkan



pasangan yang tinggal bersama (Nasution et al., 2023).

Ketahanan keluarga (*family resilience*) dalam konteks *commuter marriage* juga menjadi isu yang penting untuk dikaji. Ketahanan keluarga mencerminkan kemampuan keluarga dalam menghadapi tekanan, beradaptasi terhadap perubahan, serta mempertahankan fungsi dan keharmonisan keluarga di tengah berbagai tantangan (Van der Klis, 2008). Pada pasangan *commuter marriage*, ketahanan keluarga dapat diwujudkan melalui pembagian peran yang jelas, komitmen bersama, penguatan nilai keluarga, serta dukungan emosional yang berkelanjutan. Ketahanan tersebut menjadi fondasi utama dalam menjaga keberlangsungan hubungan pernikahan di tengah keterpisahan fisik yang berkepanjangan (Priastuty et al., 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, fenomena *commuter marriage* merupakan realitas sosial kontemporer yang memiliki kompleksitas tinggi dan relevansi yang semakin besar dalam kehidupan masyarakat modern. Fenomena ini tidak hanya berkaitan dengan aspek hubungan suami istri, tetapi juga menyangkut dimensi psikologis, sosial, ekonomi, dan komunikasi interpersonal dalam keluarga. Oleh karena itu, kajian mengenai *commuter marriage* menjadi penting untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai dinamika hubungan pernikahan jarak jauh serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan maupun tantangan yang dihadapi pasangan.

Artikel ini bertujuan untuk memberikan gambaran komprehensif mengenai *commuter marriage* dengan mengkaji definisi dan karakteristiknya, faktor-faktor penyebab, dampak yang ditimbulkan, peran komunikasi interpersonal, strategi manajemen konflik, serta ketahanan keluarga dalam menghadapi kondisi perpisahan jarak jauh.

### Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah *systematic literature review* (SLR) dengan pendekatan deskriptif-analitik. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi, menganalisis, mengevaluasi, serta mensintesis berbagai hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan fenomena *commuter marriage*, khususnya pada aspek komunikasi interpersonal dan ketahanan keluarga. Metode *systematic literature review* memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman yang komprehensif dan terstruktur terhadap perkembangan kajian, pola temuan, serta isu-isu utama yang muncul dalam penelitian sebelumnya.

Kajian pustaka sistematis merupakan metode penelitian yang dilakukan melalui proses identifikasi, seleksi, evaluasi, dan sintesis literatur secara sistematis dan transparan untuk menjawab fokus penelitian tertentu. Pendekatan ini banyak digunakan dalam penelitian sosial dan humaniora



karena mampu menghasilkan integrasi pengetahuan yang lebih objektif dan mendalam dibandingkan kajian pustaka konvensional. Dalam penelitian ini, pendekatan deskriptif-analitik digunakan untuk mendeskripsikan fenomena *commuter marriage* sekaligus menganalisis keterkaitan antartemuan penelitian secara kritis dan interpretatif.

Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran literatur ilmiah pada beberapa basis data akademik utama, yaitu Google Scholar, Scopus, dan ProQuest. Pemilihan basis data tersebut didasarkan pada pertimbangan cakupan publikasi ilmiah yang luas dan kredibilitas sumber yang terindeks secara akademik. Proses penelusuran dilakukan menggunakan kombinasi kata kunci, antara lain: *commuter marriage*, *long-distance marriage*, komunikasi interpersonal, ketahanan keluarga, dan *family resilience*. Kata kunci tersebut digunakan baik secara tunggal maupun kombinasif untuk memperoleh literatur yang relevan dengan fokus penelitian.

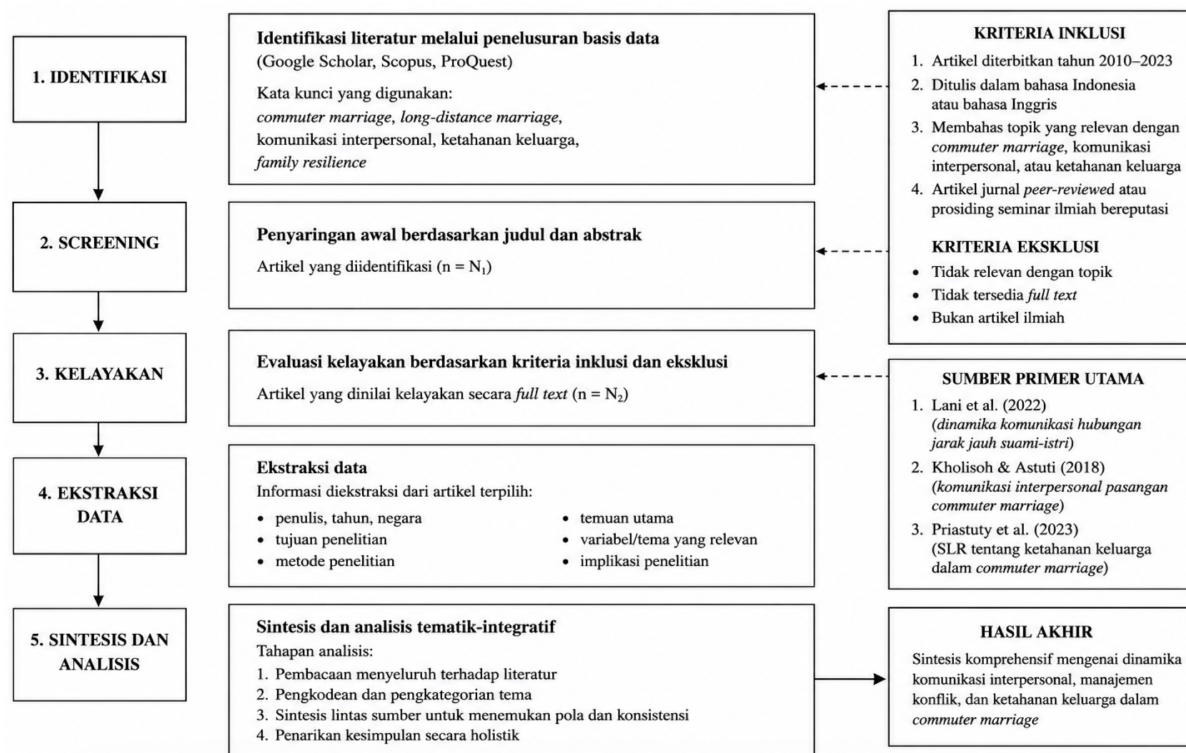
Proses seleksi literatur dilakukan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan sebelumnya agar sumber yang digunakan memiliki relevansi dan kualitas akademik yang memadai. Adapun kriteria inklusi dalam penelitian ini meliputi: (1) artikel diterbitkan dalam rentang tahun 2010–2023; (2) artikel ditulis dalam bahasa Indonesia atau bahasa Inggris; (3) artikel

membahas topik yang berkaitan dengan *commuter marriage*, komunikasi interpersonal, hubungan jarak jauh dalam pernikahan, atau ketahanan keluarga; serta (4) artikel merupakan hasil penelitian ilmiah yang dipublikasikan dalam jurnal *peer-reviewed* atau prosiding seminar ilmiah bereputasi. Sementara itu, artikel yang tidak memiliki relevansi langsung dengan fokus penelitian, tidak tersedia secara lengkap (*full text*), atau berasal dari sumber nonilmiah dikeluarkan dari proses kajian.

Tahapan penelitian dilakukan secara sistematis melalui beberapa langkah utama. Tahap pertama adalah identifikasi literatur melalui penelusuran database menggunakan kata kunci yang telah ditentukan. Tahap kedua berupa proses penyaringan (*screening*) terhadap judul, abstrak, dan isi artikel untuk menentukan kesesuaian dengan fokus penelitian. Tahap ketiga adalah evaluasi kualitas sumber berdasarkan relevansi topik, kejelasan metodologi, dan kontribusi penelitian terhadap kajian *commuter marriage*. Tahap keempat berupa ekstraksi data dan pengelompokan informasi penting dari setiap artikel yang terpilih. Tahap terakhir adalah sintesis dan interpretasi hasil penelitian untuk menghasilkan pemahaman yang komprehensif mengenai fenomena yang dikaji. Alur tahapan penelitian *systematic literature*



review dalam penelitian ini disajikan pada Gambar 1.



**Gambar 1. Diagram Alur Metode Systematic Literature Review (SLR)**

Sumber primer yang menjadi landasan utama dalam penelitian ini terdiri atas tiga penelitian utama, yaitu: (1) penelitian kualitatif mengenai dinamika komunikasi hubungan jarak jauh suami-istri yang dilakukan oleh Lani et al. (2022); (2) penelitian fenomenologi mengenai komunikasi interpersonal pasangan *commuter marriage* oleh Kholisoh dan Astuti (2018); serta (3) penelitian *systematic literature review* mengenai ketahanan keluarga dalam *commuter marriage* yang dilakukan oleh Priastuty et al. (2023). Ketiga penelitian tersebut dipilih karena memiliki keterkaitan langsung dengan fokus penelitian dan memberikan

kontribusi teoritis maupun empiris terhadap pembahasan mengenai dinamika hubungan pasangan dalam kondisi pernikahan jarak jauh.

Analisis data dilakukan menggunakan teknik analisis tematik-integratif. Teknik ini digunakan untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul dari berbagai sumber literatur, kemudian membandingkan, menghubungkan, dan mengintegrasikan temuan-temuan tersebut secara kritis. Analisis tematik-integratif memungkinkan peneliti menemukan pola, kesamaan, perbedaan, serta kecenderungan hasil penelitian yang berkaitan dengan komunikasi



interpersonal, manajemen konflik, dan ketahanan keluarga dalam *commuter marriage*.

Tahapan analisis data meliputi beberapa proses. Pertama, peneliti melakukan pembacaan secara menyeluruh terhadap seluruh literatur yang telah diseleksi untuk memperoleh pemahaman mendalam terhadap isi penelitian. Kedua, dilakukan proses pengkodean (*coding*) dan kategorisasi berdasarkan tema-tema utama yang relevan dengan fokus kajian. Ketiga, peneliti melakukan sintesis lintas sumber dengan membandingkan dan mengintegrasikan hasil penelitian guna menemukan pola hubungan dan konsistensi temuan. Keempat, dilakukan interpretasi dan penarikan kesimpulan secara holistik berdasarkan hasil sintesis yang telah dilakukan.

Melalui pendekatan metodologis tersebut, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran konseptual dan empiris yang komprehensif mengenai fenomena *commuter marriage*, khususnya dalam konteks komunikasi interpersonal dan ketahanan keluarga pada pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh.

### **Hasil dan Pembahasan**

Berdasarkan hasil sintesis dari berbagai penelitian terdahulu, fenomena *commuter marriage* menunjukkan dinamika yang kompleks dan multidimensional. Hubungan pernikahan yang dijalani secara terpisah

karena tuntutan pekerjaan, pendidikan, maupun faktor ekonomi tidak hanya memengaruhi pola interaksi pasangan, tetapi juga berdampak pada komunikasi interpersonal, manajemen konflik, serta ketahanan keluarga secara keseluruhan (Walsh, 2015). Meskipun menghadapi berbagai tantangan akibat keterpisahan geografis, banyak pasangan tetap mampu mempertahankan keharmonisan rumah tangga melalui strategi adaptasi tertentu. Oleh karena itu, pembahasan dalam penelitian ini difokuskan pada tiga aspek utama, yaitu dinamika dan karakteristik *commuter marriage*, peran komunikasi interpersonal dan manajemen konflik, serta ketahanan keluarga dan strategi mempertahankan pernikahan pada pasangan *commuter marriage*.

#### **a. Dinamika dan Karakteristik *Commuter Marriage***

Pembahasan pertama dalam penelitian ini berfokus pada dinamika dan karakteristik *commuter marriage* sebagai bentuk relasi pernikahan modern yang berkembang seiring perubahan sosial, ekonomi, dan profesional masyarakat kontemporer. Fenomena *commuter marriage* tidak lagi dipandang sebagai kondisi yang bersifat sementara atau insidental, melainkan telah menjadi salah satu pola kehidupan keluarga yang cukup umum dijumpai, khususnya pada pasangan dengan orientasi karier tinggi dan mobilitas kerja yang besar (Chrishiannie et al., 2018). Dalam konteks ini, pasangan suami istri tetap mempertahankan ikatan pernikahan, namun menjalani



kehidupan rumah tangga secara terpisah dalam lokasi geografis yang berbeda karena tuntutan pekerjaan, pendidikan, atau faktor ekonomi.

Secara konseptual, *commuter marriage* didefinisikan sebagai bentuk pernikahan di mana pasangan suami istri secara sadar memilih tinggal terpisah demi mempertahankan atau mengembangkan karier profesional masing-masing (Rhodes, 2002). Lindmann (2017) menegaskan bahwa fenomena ini umumnya terjadi pada pasangan dengan penghasilan ganda (*dual-income couples*) yang menghadapi dilema antara kehidupan keluarga dan pengembangan profesional. Sementara itu, Gerstel dan Gross (1982) mendeskripsikan *commuter marriage* sebagai pengaturan sukarela di mana pasangan mempertahankan dua tempat tinggal berbeda dan menjalani perpisahan fisik secara rutin dalam jangka waktu tertentu. Definisi tersebut

menunjukkan bahwa *commuter marriage* bukan merupakan bentuk disfungsi keluarga, melainkan strategi adaptasi pasangan terhadap tuntutan kehidupan modern.

Fenomena ini berkembang seiring meningkatnya partisipasi perempuan dalam dunia kerja, globalisasi pasar tenaga kerja, serta meningkatnya kebutuhan ekonomi keluarga. Dalam masyarakat modern, pasangan tidak lagi selalu menempatkan kedekatan geografis sebagai prioritas utama, melainkan mulai mempertimbangkan pengembangan karier dan stabilitas ekonomi sebagai bagian dari keberlangsungan rumah tangga (DeVito, 1997). Oleh karena itu, *commuter marriage* menjadi bentuk kompromi antara kebutuhan profesional dan komitmen keluarga.

Tabel berikut menunjukkan karakteristik utama *commuter marriage* berdasarkan berbagai kajian terdahulu.

**Tabel 1. Karakteristik Utama Commuter Marriage**

No	Karakteristik	Deskripsi	Sumber
1	Durasi Perpisahan	Perpisahan berlangsung antara 3 bulan hingga 14 tahun	Gerstel & Gross (1984)
2	Jarak Geografis	Jarak pasangan berkisar antara 40–2.700 mil	Scott (2002)
3	Intensitas Pertemuan	Pertemuan dilakukan mingguan atau beberapa kali dalam sebulan	Gerstel & Gross (1984)
4	Dual Residence	Pasangan mempertahankan dua tempat tinggal berbeda	Rhodes (2002)
5	Mobilitas Kerja	Salah satu atau kedua pasangan bekerja di lokasi berbeda	Lindmann (2017)
6	Ketergantungan Teknologi	Komunikasi sangat bergantung pada media digital	Lani et al. (2022)

Karakteristik yang ditunjukkan pada Tabel 1 memperlihatkan bahwa *commuter marriage* memiliki kompleksitas yang berbeda dibandingkan pernikahan konvensional.

Perpisahan geografis dalam jangka waktu panjang menyebabkan pasangan harus membangun pola hubungan yang lebih fleksibel dan adaptif. Ketergantungan pada teknologi



komunikasi menjadi salah satu ciri utama dalam menjaga kedekatan emosional pasangan (Gerstel & Gross, 1982). Dalam konteks ini, media komunikasi digital seperti WhatsApp, video call, dan media sosial tidak hanya berfungsi sebagai alat komunikasi biasa, tetapi juga sebagai sarana mempertahankan keintiman emosional dan keberlangsungan hubungan.

Selain itu, karakteristik *dual residence* menunjukkan adanya peningkatan beban ekonomi karena pasangan harus mempertahankan dua tempat tinggal sekaligus. Kondisi tersebut sering kali menuntut kemampuan manajemen keuangan yang baik agar stabilitas ekonomi keluarga tetap terjaga. Intensitas pertemuan yang terbatas juga dapat memengaruhi pola

pengasuhan anak, pembagian peran domestik, serta kualitas hubungan interpersonal pasangan (DeVito & DeVito, 2019). Oleh karena itu, pasangan *commuter marriage* dituntut memiliki kemampuan adaptasi yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang tinggal bersama dalam satu rumah.

Dalam perkembangannya, Gerstel dan Gross (1982) membedakan *commuter marriage* ke dalam dua tipe utama, yaitu *adjusting* dan *established*. Tipe *adjusting* umumnya dialami pasangan yang usia pernikahannya relatif muda dan masih berada dalam tahap penyesuaian hubungan. Sebaliknya, tipe *established* dialami pasangan yang telah lama menikah dan memiliki fondasi hubungan yang lebih stabil.

**Tabel 2. Tipe Commuter Marriage dan Karakteristiknya**

No	Tipe	Karakteristik Utama	Tantangan Dominan	Tingkat Adaptasi
1	Adjusting	Usia pernikahan < 13 tahun	Adaptasi hubungan dan kepercayaan	Relatif rendah
2	Adjusting	Umumnya belum stabil secara emosional	Konflik komunikasi	Sedang
3	Established	Usia pernikahan > 13 tahun	Menjaga kualitas hubungan	Relatif tinggi
4	Established	Memiliki pengalaman relasi yang lebih matang	Pengaturan waktu keluarga	Tinggi

Tabel 2 menunjukkan bahwa tingkat kematangan hubungan sangat memengaruhi kemampuan pasangan dalam menghadapi tantangan *commuter marriage*. Pasangan pada kategori *adjusting* cenderung mengalami kesulitan lebih besar karena masih berada pada tahap pembentukan kepercayaan dan penyesuaian pola komunikasi (Groves & Horm-Wingerd, 1991). Pada fase ini, konflik lebih mudah

muncul akibat perbedaan ekspektasi dan keterbatasan interaksi langsung. Sebaliknya, pasangan *established* umumnya telah memiliki pola komunikasi yang lebih stabil, tingkat kepercayaan yang lebih kuat, serta pengalaman dalam menyelesaikan konflik rumah tangga.

Perbedaan karakteristik tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan *commuter marriage* tidak hanya



ditentukan oleh faktor eksternal seperti pekerjaan atau ekonomi, tetapi juga oleh tingkat kedewasaan emosional dan kualitas hubungan pasangan. Semakin matang hubungan pasangan, semakin besar kemampuan mereka dalam mempertahankan stabilitas keluarga di tengah keterpisahan geografis.

Selain memiliki karakteristik tertentu, *commuter marriage* juga dipengaruhi oleh berbagai faktor penyebab yang saling berkaitan. Faktor ekonomi, pekerjaan, pendidikan, dan tuntutan lingkungan menjadi pemicu utama munculnya pola hubungan ini.

**Tabel 3. Faktor-Faktor Penyebab Commuter Marriage**

No	Faktor	Bentuk Penyebab	Dampak terhadap Hubungan
1	Pekerjaan	Penempatan kerja lintas daerah atau negara	Perpisahan fisik jangka panjang
2	Ekonomi	Kebutuhan meningkatkan pendapatan keluarga	Prioritas pada stabilitas finansial
3	Pendidikan	Studi lanjut di luar kota atau luar negeri	Hubungan jarak jauh sementara
4	Dual-Career	Karier kedua pasangan sama-sama penting	Tinggal terpisah demi profesionalisme
5	Lingkungan Sosial	Tuntutan keluarga atau organisasi	Penyesuaian pola kehidupan keluarga

Tabel 3 menunjukkan bahwa faktor pekerjaan menjadi penyebab paling dominan dalam terbentuknya *commuter marriage*. Mobilitas tenaga kerja yang tinggi menyebabkan banyak pasangan harus tinggal terpisah demi mempertahankan pekerjaan atau memperoleh peluang karier yang lebih baik (Juliani et al., 2015). Kondisi ini sangat umum terjadi pada profesi tertentu seperti PNS, anggota militer, pekerja migran, dosen, tenaga kesehatan, dan pekerja sektor swasta multinasional. Dalam konteks masyarakat modern, pekerjaan tidak hanya dipandang sebagai sumber pendapatan, tetapi juga sebagai bagian dari aktualisasi diri dan pencapaian profesional.

Faktor ekonomi juga menjadi alasan utama pasangan memilih

menjalani *commuter marriage*. Tingginya kebutuhan hidup mendorong pasangan untuk mencari sumber penghasilan yang lebih baik meskipun harus tinggal terpisah (Hendra et al., 2025). Selain itu, meningkatnya orientasi terhadap pendidikan menyebabkan banyak pasangan menjalani hubungan jarak jauh demi melanjutkan studi ke jenjang yang lebih tinggi. Fenomena ini menunjukkan bahwa *commuter marriage* merupakan hasil interaksi kompleks antara tuntutan ekonomi, mobilitas sosial, dan transformasi nilai dalam masyarakat modern (Sawai et al., 2020).

Dengan demikian, dinamika dan karakteristik *commuter marriage* menunjukkan bahwa hubungan pernikahan modern tidak lagi sepenuhnya bergantung pada kedekatan geografis. Keberhasilan hubungan lebih



ditentukan oleh kemampuan pasangan dalam beradaptasi terhadap perubahan sosial, mempertahankan kualitas komunikasi, serta membangun komitmen bersama dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan rumah tangga.

#### **b. Peran Komunikasi Interpersonal dan Manajemen Konflik**

Peran komunikasi interpersonal dan manajemen konflik merupakan aspek yang sangat menentukan keberhasilan pasangan dalam mempertahankan hubungan *commuter marriage*. Dalam hubungan pernikahan jarak jauh, komunikasi tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga sebagai media untuk membangun kepercayaan, mempertahankan kedekatan emosional, serta menjaga stabilitas hubungan rumah tangga (Scott, 2002). Ketika pasangan tidak dapat bertemu secara fisik dalam jangka waktu tertentu, kualitas komunikasi menjadi fondasi utama yang menentukan keberlangsungan hubungan interpersonal mereka.

Cangara (2023) menegaskan bahwa komunikasi yang efektif akan menghasilkan hubungan sosial yang harmonis. Dalam konteks *commuter marriage*, komunikasi memiliki fungsi yang lebih kompleks karena pasangan harus menghadapi keterbatasan interaksi langsung, perbedaan waktu, tekanan pekerjaan, serta risiko

miskomunikasi yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang tinggal bersama (Ramadhini, 2015). Oleh karena itu, pasangan *commuter marriage* dituntut untuk mampu membangun komunikasi yang terbuka, suportif, dan konsisten agar hubungan tetap berjalan secara sehat.

Lani et al. (2022) menjelaskan bahwa keberhasilan komunikasi dalam hubungan jarak jauh tidak hanya ditentukan oleh frekuensi komunikasi, tetapi juga oleh kualitas interaksi yang dibangun. Pasangan yang mampu mempertahankan komunikasi interpersonal secara mendalam cenderung memiliki tingkat kepuasan hubungan yang lebih tinggi dibandingkan pasangan yang hanya berfokus pada intensitas komunikasi semata (Sawai et al., 2025). Dalam kondisi ini, komunikasi menjadi instrumen utama dalam mempertahankan rasa kedekatan meskipun dipisahkan oleh jarak geografis.

Menurut Kholisoh & Astuti, (2018), terdapat lima elemen utama dalam komunikasi interpersonal yang efektif, yaitu keterbukaan (*openness*), empati (*empathy*), dukungan (*supportiveness*), sikap positif (*positiveness*), dan kesetaraan (*equality*). Kelima elemen tersebut menjadi landasan utama dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat pada pasangan *commuter marriage*.



**Tabel 4. Elemen Komunikasi Interpersonal dalam Commuter Marriage**

No	Elemen Komunikasi	Deskripsi	Implementasi dalam Commuter Marriage	Dampak terhadap Hubungan
1	Keterbukaan (Openness)	Kejujuran dalam berbagi informasi dan perasaan	Saling bercerita mengenai aktivitas harian	Meningkatkan kepercayaan
2	Empati (Empathy)	Memahami kondisi emosional pasangan	Menjadi pendengar yang baik	Mengurangi konflik emosional
3	Dukungan (Supportiveness)	Memberikan dukungan emosional dan moral	Memberikan motivasi dan perhatian	Meningkatkan stabilitas hubungan
4	Sikap Positif (Positiveness)	Menjaga suasana komunikasi tetap positif	Menggunakan kata-kata afeksi	Mempererat kedekatan emosional
5	Kesetaraan (Equality)	Menghargai pasangan sebagai mitra setara	Pembagian peran rumah tangga yang adil	Mengurangi dominasi dalam hubungan

Tabel 4 menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal dalam *commuter marriage* tidak hanya berkaitan dengan penyampaian pesan, tetapi juga melibatkan dimensi emosional dan psikologis yang mendalam. Keterbukaan menjadi elemen yang paling mendasar karena pasangan harus mampu membangun transparansi dalam kehidupan sehari-hari (Kumswa et al., 2022). Ketika pasangan terbuka mengenai aktivitas, kondisi emosional, maupun permasalahan yang dihadapi, maka tingkat kepercayaan dalam hubungan akan meningkat (Lau et al., 2012). Sebaliknya, kurangnya keterbukaan dapat memunculkan prasangka, kecemasan, dan rasa curiga yang berpotensi merusak hubungan.

Empati juga memiliki peran yang sangat penting karena pasangan tidak dapat selalu hadir secara fisik ketika pasangannya menghadapi masalah. Oleh sebab itu, kemampuan memahami kondisi emosional pasangan melalui komunikasi verbal menjadi bentuk dukungan yang sangat berarti.

Dukungan emosional seperti memberikan motivasi, mendengarkan keluhan, dan menunjukkan perhatian sederhana dapat membantu pasangan merasa tetap dihargai dan diperhatikan meskipun berada di lokasi berbeda (Priastuty et al., 2023).

Sikap positif dalam komunikasi juga menjadi faktor penting dalam menjaga keharmonisan hubungan. Penggunaan kata-kata afeksi seperti “I love you”, “terima kasih”, atau ungkapan perhatian lainnya dapat membantu mempertahankan kehangatan emosional pasangan. Selain itu, kesetaraan dalam hubungan memperlihatkan bahwa *commuter marriage* membutuhkan kerja sama dan pembagian peran yang seimbang agar tidak terjadi ketimpangan tanggung jawab rumah tangga (Wu & Wang, 2022). Dengan demikian, komunikasi interpersonal yang efektif menjadi fondasi utama dalam menjaga stabilitas hubungan jarak jauh.

Perkembangan teknologi komunikasi modern turut memberikan



kontribusi besar dalam berkomunikasi secara intensif tanpa mempertahankan hubungan pasangan terhalang oleh jarak geografis maupun *commuter marriage*. Teknologi digital perbedaan waktu (Qadir et al., 2013). memungkinkan pasangan tetap dapat

**Tabel 5. Pemanfaatan Teknologi Komunikasi dalam Commuter Marriage**

No	Media Komunikasi	Fungsi Utama	Keunggulan	Dampak terhadap Hubungan
1	WhatsApp	Pesan instan dan panggilan	Cepat dan mudah diakses	Mempermudah komunikasi harian
2	Video Call	Interaksi visual langsung	Memberikan kedekatan emosional	Mengurangi rasa rindu
3	Media Sosial	Berbagi aktivitas sehari-hari	Menjaga keterlibatan pasangan	Meningkatkan rasa keterhubungan
4	Telepon	Komunikasi verbal langsung	Lebih personal dan spontan	Memperkuat ikatan emosional
5	Skype/Zoom	Komunikasi jarak jauh lintas negara	Mendukung komunikasi internasional	Menjaga hubungan transnasional

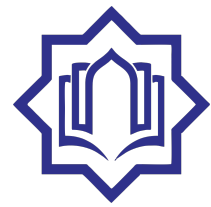
Berdasarkan Tabel 5, teknologi komunikasi menjadi elemen yang sangat penting dalam kehidupan pasangan *commuter marriage*. WhatsApp menjadi media komunikasi yang paling populer karena mudah digunakan dan memungkinkan komunikasi dilakukan kapan saja. Menurut Pasaribu & Arjadi, (2023) Video call juga memiliki dampak signifikan karena memungkinkan pasangan melakukan interaksi visual secara langsung sehingga mampu mengurangi rasa kehilangan akibat keterpisahan fisik. Kehadiran ekspresi wajah, bahasa tubuh, dan kontak visual dalam video call membantu pasangan mempertahankan kedekatan emosional yang sulit diperoleh melalui pesan teks biasa.

Media sosial juga berperan dalam menjaga keterlibatan pasangan dalam kehidupan sehari-hari. Melalui media sosial, pasangan dapat berbagi aktivitas, pengalaman, maupun momen penting

sehingga tetap merasa terhubung satu sama lain. Selain itu, komunikasi verbal melalui telepon memberikan nuansa emosional yang lebih personal dibandingkan komunikasi berbasis teks. Dalam hubungan transnasional, penggunaan Skype dan Zoom menjadi solusi utama untuk mempertahankan komunikasi antarnegara (Pollock Star et al., 2022).

Namun demikian, ketergantungan terhadap teknologi komunikasi juga memiliki tantangan tersendiri. Kesalahpahaman dalam pesan teks, keterlambatan respons, atau keterbatasan jaringan internet dapat memicu konflik interpersonal. Oleh karena itu, penggunaan teknologi komunikasi tetap harus diimbangi dengan keterampilan komunikasi interpersonal yang baik agar hubungan tetap harmonis.

Selain komunikasi interpersonal, manajemen konflik juga menjadi aspek



penting dalam *commuter marriage*. Konflik merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari setiap hubungan interpersonal, terutama dalam hubungan jarak jauh yang memiliki keterbatasan interaksi langsung (Mas'udah, 2022). DeVito (1997) menyatakan bahwa konflik muncul akibat adanya kontradiksi kepentingan, perbedaan persepsi, maupun miskomunikasi antarindividu.

Dalam konteks *commuter marriage*, konflik sering dipicu oleh keterbatasan waktu komunikasi, rasa curiga, perbedaan prioritas pekerjaan, serta kesalahpahaman akibat komunikasi digital yang tidak selalu mampu menyampaikan emosi secara utuh (Lindemann, 2017). Oleh sebab itu, pasangan memerlukan strategi manajemen konflik yang tepat agar konflik tidak berkembang menjadi krisis hubungan.

**Tabel 6. Gaya Manajemen Konflik dalam Commuter Marriage**

No	Gaya Konflik	Karakteristik	Kelebihan	Risiko
1	Competing	Dominan dan asertif	Cepat mengambil keputusan	Memicu ketegangan
2	Collaborating	Kooperatif dan terbuka	Solusi saling menguntungkan	Membutuhkan waktu lebih lama
3	Avoiding	Menghindari konflik	Mengurangi ketegangan sementara	Masalah tidak terselesaikan
4	Accommodating	Mengalah demi hubungan	Menjaga keharmonisan	Menekan kebutuhan pribadi
5	Compromising	Saling mengurangi tuntutan	Solusi praktis dan realistis	Tidak selalu memuaskan kedua pihak

Tabel 6 menunjukkan bahwa pasangan *commuter marriage* memiliki cara yang berbeda dalam menyelesaikan konflik. Gaya *collaborating* dianggap paling ideal karena memungkinkan pasangan mencari solusi bersama secara terbuka dan kooperatif (Mgbemena & Kalu, 2025). Pendekatan ini membantu pasangan mempertahankan hubungan interpersonal yang sehat dan mengurangi risiko konflik berkepanjangan (Lisnawati, 2022). Namun, gaya ini membutuhkan kedewasaan emosional dan kemampuan komunikasi yang baik.

Sebaliknya, gaya *avoiding* cenderung hanya menyelesaikan konflik

secara sementara karena masalah inti tidak benar-benar dibahas. Gaya *accommodating* memang mampu menjaga keharmonisan hubungan dalam jangka pendek, tetapi dapat menyebabkan salah satu pihak merasa terabaikan (Roslan et al., 2013). Gaya *competing* memiliki risiko paling besar dalam memicu konflik berkepanjangan karena berorientasi pada dominasi salah satu pihak.

Dalam praktiknya, banyak pasangan *commuter marriage* menggunakan gaya *compromising* karena dianggap lebih realistis dan mampu menjaga keseimbangan hubungan (Van der Klis, 2008). Pasangan cenderung



saling menurunkan ego dan mencari titik tengah agar konflik tidak berkembang menjadi masalah yang lebih besar. Dengan demikian, keberhasilan *commuter marriage* sangat dipengaruhi oleh kemampuan pasangan dalam membangun komunikasi interpersonal yang efektif dan menerapkan strategi manajemen konflik secara konstruktif.

**c. Ketahanan Keluarga dan Strategi Mempertahankan Pernikahan**

Ketahanan keluarga (*family resilience*) merupakan salah satu aspek paling penting dalam memahami keberhasilan pasangan dalam menjalani *commuter marriage*. Dalam konteks hubungan jarak jauh, ketahanan keluarga tidak hanya berkaitan dengan kemampuan pasangan mempertahankan status pernikahan, tetapi juga mencerminkan kemampuan keluarga dalam menghadapi tekanan, beradaptasi terhadap perubahan, serta mempertahankan fungsi-fungsi keluarga secara efektif (Kuswartanti, 2023; Adhantoro et al., 2026). Pasangan *commuter marriage* menghadapi tantangan yang lebih kompleks dibandingkan pasangan yang tinggal bersama, karena mereka harus menjaga stabilitas hubungan di tengah

keterpisahan geografis, keterbatasan interaksi langsung, serta tekanan pekerjaan dan ekonomi yang terus berlangsung.

Walsh (2016) menjelaskan bahwa *family resilience* merupakan kapasitas keluarga untuk bertahan dan bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan. Ketahanan keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi internal keluarga, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan sosial, sistem nilai, pola komunikasi, serta kemampuan keluarga dalam melakukan penyesuaian terhadap situasi yang berubah (Kumswa, 2021). Dalam konteks *commuter marriage*, ketahanan keluarga menjadi faktor penentu apakah pasangan mampu mempertahankan hubungan secara harmonis atau justru mengalami konflik berkepanjangan akibat tekanan jarak.

Priastuty et al. (2023) mengidentifikasi bahwa ketahanan keluarga dalam *commuter marriage* dipengaruhi oleh tiga dimensi utama, yaitu *belief systems*, *organizational processes*, dan *communication processes* (Nwobi & Iloeje, 2020). Ketiga aspek tersebut saling berkaitan dalam membentuk kemampuan pasangan menghadapi berbagai tantangan kehidupan rumah tangga jarak jauh.

**Tabel 7. Dimensi Ketahanan Keluarga dalam Commuter Marriage**

No	Dimensi Ketahanan	Deskripsi	Bentuk Implementasi	Dampak terhadap Keluarga
1	Belief Systems	Sistem keyakinan dan makna keluarga	Optimisme dan spiritualitas	Meningkatkan daya tahan psikologis
2	Organizational Processes	Pengaturan dan fleksibilitas keluarga	Pembagian peran dan adaptasi	Menjaga stabilitas keluarga
3	Communication Processes	Pola komunikasi keluarga	Komunikasi terbuka dan suportif	Mengurangi konflik



No	Dimensi Ketahanan	Deskripsi	Bentuk Implementasi	Dampak terhadap Keluarga
4	Social Support	Dukungan sosial dan komunitas	Dukungan keluarga besar dan teman	Mengurangi stres emosional
5	Emotional Regulation	Pengendalian emosi individu	Pengelolaan stres dan kesabaran	Menjaga keharmonisan hubungan

Tabel 7 menunjukkan bahwa ketahanan keluarga dalam *commuter marriage* tidak hanya bergantung pada kekuatan hubungan pasangan, tetapi juga pada kemampuan keluarga membangun sistem dukungan yang adaptif. Dimensi *belief systems* menjadi aspek yang sangat penting karena membantu pasangan memaknai perpisahan sebagai bagian dari perjuangan bersama untuk mencapai tujuan keluarga (Johnson & Johnson, 2012). Pasangan yang memiliki pandangan positif terhadap hubungan jarak jauh cenderung lebih mampu mengelola tekanan emosional dibandingkan pasangan yang memandang keterpisahan sebagai ancaman bagi pernikahan.

Nilai spiritualitas juga memiliki kontribusi signifikan dalam memperkuat ketahanan keluarga. Banyak pasangan memanfaatkan keyakinan agama sebagai sumber ketenangan psikologis dan pedoman moral dalam mempertahankan komitmen pernikahan (Sarwawidodo et al., 2026). Selain itu, dimensi *organizational processes* memperlihatkan pentingnya fleksibilitas dalam pembagian peran rumah tangga. Dalam

*commuter marriage*, pasangan harus mampu menyesuaikan tanggung jawab domestik, pengasuhan anak, dan pengelolaan ekonomi keluarga meskipun tidak tinggal bersama (Gregorio, 2022).

Dimensi *communication processes* memperlihatkan bahwa komunikasi yang jelas dan terbuka menjadi sarana utama dalam menjaga stabilitas hubungan. Ketika pasangan mampu menyampaikan perasaan, kebutuhan, dan masalah secara terbuka, maka konflik dapat diminimalkan. Dukungan sosial dari keluarga besar, teman, maupun lingkungan kerja juga membantu mengurangi tekanan psikologis akibat keterpisahan geografis (Gerstel & Gross, 1984). Dengan demikian, ketahanan keluarga merupakan hasil interaksi multidimensional antara faktor psikologis, sosial, komunikasi, dan spiritualitas.

Selain dipengaruhi oleh dimensi ketahanan keluarga, keberhasilan pasangan *commuter marriage* juga sangat dipengaruhi oleh konteks perkembangan keluarga dan kemampuan penyesuaian individu terhadap kondisi hubungan jarak jauh.

Tabel 8. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Ketahanan Keluarga dalam Commuter Marriage



No	Faktor	Bentuk Pengaruh	Dampak Positif	Risiko yang Muncul
1	Usia Pernikahan	Tingkat kematangan hubungan	Kepercayaan lebih stabil	Konflik pada pasangan muda
2	Kehadiran Anak	Tanggung jawab pengasuhan	Memperkuat motivasi keluarga	Beban psikologis meningkat
3	Kondisi Ekonomi	Stabilitas finansial keluarga	Mengurangi tekanan hidup	Konflik finansial
4	Adaptasi Psikologis	Kemampuan mengelola emosi	Ketahanan mental meningkat	Kesepian dan stres
5	Dukungan Sosial	Bantuan lingkungan sekitar	Meningkatkan kesejahteraan	Ketergantungan emosional

Tabel 8 memperlihatkan bahwa usia pernikahan menjadi faktor penting dalam menentukan tingkat ketahanan keluarga. Pasangan dengan usia pernikahan yang lebih matang umumnya memiliki kemampuan komunikasi dan pengelolaan konflik yang lebih baik dibandingkan pasangan muda (Fajar, 2009). Mereka telah memiliki pengalaman dalam menghadapi dinamika rumah tangga sehingga lebih siap menjalani perpisahan geografis. Sebaliknya, pasangan muda cenderung lebih rentan mengalami konflik akibat belum stabilnya hubungan emosional dan masih tingginya kebutuhan kedekatan fisik.

Kehadiran anak juga memberikan pengaruh yang kompleks terhadap ketahanan keluarga. Di satu sisi, anak menjadi motivasi bagi pasangan untuk mempertahankan hubungan dan bekerja demi kesejahteraan keluarga. Namun di sisi lain, pengasuhan anak yang dilakukan secara terpisah dapat meningkatkan tekanan psikologis, terutama bagi pasangan yang harus menjalankan peran ganda sebagai pencari nafkah sekaligus pengasuh utama (Gul & tul Muntaha, 2022).

Kondisi ekonomi yang stabil dapat membantu pasangan menghadapi tantangan *commuter marriage* dengan lebih baik. Stabilitas finansial memungkinkan pasangan memenuhi kebutuhan perjalanan, komunikasi, dan pemeliharaan dua tempat tinggal. Sebaliknya, tekanan ekonomi justru dapat memperburuk konflik rumah tangga. Faktor adaptasi psikologis juga menjadi aspek yang sangat penting karena pasangan harus mampu mengelola rasa kesepian, stres, dan kecemasan akibat keterpisahan jangka panjang (Elbaliem et al., 2020). Dukungan sosial dari lingkungan sekitar menjadi sumber kekuatan tambahan yang membantu pasangan tetap bertahan dalam hubungan jarak jauh.

Dalam upaya mempertahankan hubungan pernikahan, pasangan *commuter marriage* juga mengembangkan berbagai strategi adaptasi untuk menjaga keharmonisan keluarga. Strategi tersebut meliputi penguatan komunikasi, membangun kepercayaan, mengatur pertemuan fisik secara berkala, serta menciptakan dukungan sosial yang positif (Lani et al., 2021).



Tabel 9. Strategi Mempertahankan Pernikahan dalam Commuter Marriage

No	Strategi	Bentuk Implementasi	Tujuan Utama	Dampak terhadap Hubungan
1	Komunikasi Efektif	Video call, pesan rutin, telepon	Menjaga kedekatan emosional	Mengurangi miskomunikasi
2	Kepercayaan dan Komitmen	Transparansi dan keterbukaan	Mempertahankan loyalitas	Meningkatkan stabilitas hubungan
3	Pertemuan Tatap Muka	Jadwal kunjungan rutin	Memenuhi kebutuhan emosional	Memperkuat ikatan pasangan
4	Dukungan Sosial	Dukungan keluarga dan teman	Mengurangi stres psikologis	Meningkatkan kesejahteraan
5	Pengaturan Waktu	Penjadwalan komunikasi dan aktivitas	Menjaga keseimbangan peran	Mengurangi konflik domestik

Tabel 9 menunjukkan bahwa komunikasi efektif menjadi strategi utama dalam mempertahankan hubungan *commuter marriage*. Pasangan yang mampu menjaga komunikasi secara rutin cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dan harmonis (Lee, 2018b). Penggunaan teknologi komunikasi seperti video call dan pesan instan membantu pasangan mempertahankan keterlibatan emosional dalam kehidupan sehari-hari meskipun terpisah jarak.

Kepercayaan dan komitmen juga menjadi fondasi utama keberhasilan *commuter marriage*. Pasangan harus mampu membangun transparansi dalam hubungan agar tidak muncul rasa curiga maupun ketidakamanan emosional (Rhodes, 2002). Pertemuan tatap muka secara berkala memiliki fungsi penting dalam memenuhi kebutuhan emosional dan memperkuat kedekatan pasangan. Kehadiran fisik, meskipun hanya sesekali, tetap memiliki makna besar dalam mempertahankan kualitas hubungan interpersonal.

Selain itu, dukungan sosial dari keluarga besar dan lingkungan kerja membantu pasangan mengurangi tekanan psikologis akibat hubungan jarak jauh. Dukungan tersebut memberikan rasa aman dan membantu individu menghadapi stres secara lebih adaptif (DeVito, 2011). Pengaturan waktu yang baik juga menjadi strategi penting karena pasangan harus mampu menyeimbangkan tuntutan pekerjaan dan kebutuhan keluarga secara bersamaan.

Dengan demikian, ketahanan keluarga dalam *commuter marriage* merupakan hasil dari kemampuan pasangan dalam membangun adaptasi psikologis, komunikasi yang efektif, sistem dukungan sosial yang kuat, serta komitmen bersama dalam mempertahankan hubungan pernikahan (Chondoka, 2022). Keberhasilan hubungan jarak jauh tidak hanya bergantung pada kedekatan fisik, tetapi lebih ditentukan oleh kualitas hubungan emosional, kemampuan beradaptasi, dan kekuatan komitmen pasangan



dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan keluarga modern.

### **Simpulan**

*Commuter marriage* merupakan bentuk pernikahan jarak jauh yang muncul sebagai konsekuensi dari tuntutan pekerjaan, pendidikan, dan kebutuhan ekonomi dalam kehidupan modern. Fenomena ini menunjukkan bahwa pasangan suami istri tetap mempertahankan komitmen pernikahan meskipun harus hidup terpisah secara geografis dalam jangka waktu tertentu. Berdasarkan hasil kajian literatur, *commuter marriage* memiliki karakteristik khusus berupa keterbatasan interaksi langsung, ketergantungan pada teknologi komunikasi, serta kebutuhan adaptasi yang tinggi dalam menjaga stabilitas hubungan dan fungsi keluarga.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor utama yang mendorong terjadinya *commuter marriage* meliputi tuntutan pekerjaan, kondisi ekonomi, pendidikan, serta pola kehidupan *dual-career*. Kondisi tersebut memberikan dampak positif berupa peningkatan peluang karier, kemandirian, dan penghargaan terhadap kebersamaan, namun juga menimbulkan berbagai tantangan seperti kesepian, keterbatasan komunikasi, menurunnya intensitas keintiman, serta potensi konflik akibat miskomunikasi dan tekanan psikologis.

Penelitian ini juga menegaskan bahwa komunikasi interpersonal menjadi faktor paling penting dalam mempertahankan hubungan *commuter marriage*. Komunikasi yang efektif ditandai dengan keterbukaan, empati,

dukungan, sikap positif, dan kesetaraan antar pasangan. Pemanfaatan teknologi komunikasi seperti *video call*, pesan instan, dan media sosial membantu pasangan menjaga kedekatan emosional meskipun dipisahkan oleh jarak. Selain itu, kemampuan mengelola konflik secara konstruktif melalui pendekatan kompromi dan kolaborasi menjadi faktor penting dalam menjaga keharmonisan rumah tangga.

Ketahanan keluarga (*family resilience*) terbukti menjadi fondasi utama keberhasilan pasangan dalam menjalani *commuter marriage*. Ketahanan tersebut dibangun melalui sistem keyakinan yang positif, kemampuan adaptasi psikologis, fleksibilitas pembagian peran, komunikasi yang sehat, serta dukungan sosial dari keluarga dan lingkungan sekitar. Strategi seperti komunikasi intensif, penguatan kepercayaan dan komitmen, pertemuan tatap muka secara berkala, serta dukungan sosial yang memadai terbukti membantu pasangan mempertahankan stabilitas dan keharmonisan hubungan pernikahan.

Dengan demikian, keberhasilan *commuter marriage* tidak ditentukan oleh kedekatan fisik semata, melainkan oleh kualitas komunikasi interpersonal, kekuatan komitmen, kemampuan adaptasi, serta ketahanan keluarga dalam menghadapi berbagai tantangan kehidupan modern.

### **Daftar pustaka**

A'yun, Q., & Shanti, T. I. (2021). Psychoeducational interventions on conflict resolution styles



- among individuals involved in commuter marriages. *Journal of Innovation and Community Engagement*, 2(2), 101-110.
- Acedera, K. A., & Yeoh, B. S. (2019). 'Making time': Long-distance marriages and the temporalities of the transnational family. *Current Sociology*, 67(2), 250-272. <https://doi.org/10.1177/0011392118792927>
- Adhantoro, Muhammad Syahriandi, et al. "IndoBERT-Based Sentiment Analysis of Electric Motorcycle Policy in Indonesia Using Instagram Data." *Jurnal Penelitian Sains Teknologi* (2026): 165-181.
- Anderson, E. A., & Spruill, J. W. (1993). The dual-career commuter family: A lifestyle on the move. *Marriage & family review*, 19(1-2), 131-147.
- Anderson, T. (Ed.). (2008). *The theory and practice of online learning*. athabasca university press.
- Brömmelhaus, A., Feldhaus, M., & Schlegel, M. (2020). Family, work, and spatial mobility: The influence of commuting on the subjective well-being of couples. *Applied Research in Quality of Life*, 15(3), 865-891.
- Cangara, H. (2023). *Etika Komunikasi: Menjadi Manusia yang Santun Berkomunikasi dalam Era Digital*. Prenada Media.
- Chondoka, S. (2022). *Context, extent and challenges of married commuter teachers from selected secondary schools in Kitwe on the Copperbelt province of Zambia* (Doctoral dissertation, The University of Zambia).
- Chrishiannie, C., Ginanjar, A. S., & Primasari, I. (2018). Marital satisfaction among dual-earner marriage couples: Commuter versus single residences couples. *Psychological Research on Urban Society*, 1(2), 12.
- Darmawati, D., Djerubu, D., Zulkarnain, Z., Agustini, A., Hanifah, U., Latifah, L., ... & Adika, D. (2025). *Komunikasi Interpersonal: Teori, Praktik, dan Aplikasinya*. Penerbit Mifandi Mandiri Digital, 1(02).
- DeVito, J. A. (1997). *Komunikasi Antar Manusia* (5th ed.). Professional Books.
- DeVito, J. A. (2011). *Komunikasi Antarmanusia* (alih bahasa: Ir. Agus Maulana MSM). Tangerang: Karisma Publishing Group.
- DeVito, J. A., & DeVito, J. (2019). The interpersonal communication book. *Instructor*, 1(18), 521-532.
- Elbaliem, G. K., Widiastuti, T. R., & Purboningsih, E. R. (2020). Analisis Dyadic Relationship Maintenance Behavior Pada Pasangan Yang Menjalani Hubungan Pernikahan Jarak Jauh. *Psycho Idea*, 18(2), 180.
- Fajar, M. (2009). *Ilmu Komunikasi: Teori dan Praktik*. Graha Ilmu.
- Gerstel, N., & Gross, H. (1984). *Commuter marriage: A study of work and family*. The Guildford Press.
- Gerstel, N., & Gross, H. E. (1982). Commuter marriages: A review. *Marriage & Family Review*, 5(2), 71-93.
- Gerstel, N., & Gross, H. E. (1982). Commuter marriages: A review. *Marriage & Family Review*, 5(2), 71-93.
- Gregorio, V. L. (2022). Isolation and immunity within the family: Commuter marriages in Southeast Asia. *Current Sociology*, 70(5), 703-719.
- Groves, M. M., & Horm-Wingerd, D. M. (1991). *Commuter marriages: Personal, family and career*



- issues. *Sociology and social research*, 75(4), 212-217.
- Gul, A., & Muntaha, S. (2022). Personality Traits, Emotion Regulation and Marital Satisfaction Among Women in Commuter Marriages. *Journal of Arts & Social Sciences*, 9(1), 121-130.
- Hendra, M. D., Putera, A. S., Saputra, R. A. V. W., & Amran, E. F. (2025). Communication in Commuter Marriage Couples in Building Relationship Quality.
- Johnson, D. W., & Johnson, F. P. (2012). Dinamika Kelompok. Teori dan Keterampilan. Edisi 9. *Pengalih Bahasa. Theresia. Jakarta. Indeks*, 584.
- Juliani, R., Cangara, H., & Unde, A. A. (2015). Komunikasi antarbudaya etnis aceh dan bugis-makassar melalui asimilasi perkawinan di kota makassar. *Jurnal Administrasi dan Kebijakan Kesehatan Indonesia*, 70-87.
- Kholisoh, N., & Astuti, D. (2018, October). Why do they "commuter marriage"? Interpersonal communication: The commuter marriage couple cases. In *International Conference on Media and Communication Studies (ICOMACS 2018)* (pp. 15-19). Atlantis Press.
- Kumswa, S. K. (2021). Commuter Wives and the Care they Bear: A Study of Commuter Marriages in Jos, Nigeria. *Al-Qalam University Journal of Sociology and Anthropological Studies*, 22.
- Kumswa, S. K., Agboola, C., & Kang'ethe, S. (2022). Pertinent African accounts of ambivalence and benefits in commuter marriages. *Cogent social sciences*, 8(1), 2060537. <https://doi.org/10.1080/23311886.2022.2060537>
- Kuswartanti, D. R. (2023). My religion keeps me in long distance marriage (LDM). *International Journal of Research in Community Services*, 4(4), 146-152.
- Lani, O., Mastanora, R., Sari, E., Hariyantoni, H., & Miko, A. (2021, October). Dynamics of long-distance relationship communication between husband and wife in maintaining the marriage. In *Proceedings of the 6th Batusangkar International Conference, BIC* (pp. 11-12). <https://doi.org/10.4108/eai.11-10-2021.2319480>
- Lau, Y. K., Ma, J. L. C., Chan, Y. K., & He, L. (2012). Risk and protective factors of marital adjustment to crossborder work arrangement of Hong Kong residents: The perspective of stationary spouses. *Journal of Comparative Family Studies*, 43(5), 715-730.
- Lee, Y. S. (2018). Commuter couples' life satisfaction in Korea. *International Sociology*, 33(1), 107-127.
- Lee, Y. S. (2018). Marital satisfaction among Korean commuter couples. *Asian Journal of Social Science*, 46(1-2), 182-203.
- Lindemann, D. J. (2017). Going the distance: Individualism and interdependence in the commuter marriage. *Journal of Marriage and Family*, 79(5), 1419-1434.
- Lindemann, D. J. (2017). Going the distance: Individualism and interdependence in the commuter marriage. *Journal of Marriage and Family*, 79(5), 1419-1434.
- Lisnawati, L. (2022). Reaktualisasi pemahaman hakikat dan tujuan perkawinan menuju keluarga



- sakinah. *JISRAH: Jurnal Integrasi Ilmu Syariah*, 3(2), 277-288.
- Mas'udah, S. (2022). Familial relationships and efforts in retention of marriage among atomistic families in Indonesia. *Cogent Social Sciences*, 8(1), 2046313.  
<https://doi.org/10.1080/23311886.2022.2046313>
- Mgbemena, R. E., & Kalu, E. P. (2025). The Influence of Commuter Marriage on Marital Satisfaction among Couples in Public Universities in Enugu State, Nigeria. *International Journal of Home Economics, Hospitality and Allied Research*, 4(1), 1-20.
- Nasution, E. S., Rahayu, A., & Cameliana, A. (2023). The impact of father's absence on psychological conditions in children from commuter marriage families. *Asian Journal of Social and Humanities*, 1(12), 1031-1038.
- Nwobi, C. A., & Iloeje, C. I. (2020). Prevalence, benefits and challenges of commuter marriage among married staff members of universities in South-East Nigeria. *Journal of Home Economics Research*, 27(1).
- Pasaribu, Y. T., & Arjadi, R. (2023). Relational Maintenance Behavior as a Predictor of Marital Satisfaction in Commuter Marriage. *Indonesian Journal of Psychology/Jurnal Psikologi*, 50(1), 104.
- Pollock Star, A., Cohn-Schwartz, E., & O'Rourke, N. (2022). Reciprocal effects of marital idealization and marital satisfaction between long-wed spouses over time. *The International Journal of Aging and Human Development*, 95(4), 440-454.
- Priastuty, B. A. D., Aulia, S. Z. N., Afifatunnisa, A., & Kaloeti, D. V. S. (2023, October). Long-distance, strong connection: Shaping family resilience in the face of long-distance marriage. In *Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche)* (Vol. 4, pp. 105-116).
- Priastuty, B. A. D., Aulia, S. Z. N., Afifatunnisa, A., & Kaloeti, D. V. S. (2023, October). Long-distance, strong connection: Shaping family resilience in the face of long-distance marriage. In *Proceedings of International Conference on Psychological Studies (ICPsyche)* (Vol. 4, pp. 105-116).
- Qadir, F., Khalid, A., Haqqani, S., & Medhin, G. (2013). The association of marital relationship and perceived social support with mental health of women in Pakistan. *BMC public health*, 13(1), 1150.
- Ramadhini, S. (2015). *Gambaran trust pada wanita dewasa awal yang sedang menjalani long distance marriage* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS AIRLANGGA).
- Rhodes, A. R. (2002). Long-distance relationships in dual-career commuter couples: A review of counseling issues. *The Family Journal*, 10(4), 398-404.
- Roslan, S., Li, S. Y., & Ahmad, N. (2013). Commuters' psychosocial profile and their involvement in child rearing at home. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 82, 477-481.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2013.06.295>
- Sarwowododo, A. K., Habibi, B. A., Santosa, S. E., Arham, M. Z.,



- Hariadi, R. S. P., & Nikmah, F. (2026). Forest Depletion in Indonesia: An Environmental Economics Perspective on Sustainability and Community Welfare. *Jurnal Penelitian Sains Teknologi*, 182-206.
- Sawai, J. P., Masdin, M., Sawai, R. P., Rathakrishnan, B., & Zahrin, S. N. A. (2020). Trust and commitment in maintaining marriage among teachers in commuting marriage in Kota Kinabalu Sabah. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 10(12), 745-754.
- Sawai, J. P., Sawai, R. P., Masdin, M., & Zahrin, S. N. A. (2025). Spouses Differences on Love and Commitment among Commuter Marriage: Perbezaan Cinta dan Komitmen dalam Kalangan Pasangan Perkahwinan Komuter. *Sains Insani*, 10(1), 187-197.
- Scott, A. T. (2002). *Communication characterizing successful long distance marriages*. Louisiana State University and Agricultural & Mechanical College.
- Van der Klis, M. (2008). Continuity and change in commuter partnerships: avoiding or postponing family migration. *GeoJournal*, 71(4), 233-247.
- Walsh, F. (2015). *Strengthening family resilience*. Guilford publications.
- Wu, H. P., & Wang, Y. M. (2022). Women's work-family conflict and its consequences in commuter marriages: The moderating role of spouses' family commitment in a dyad analysis. *Frontiers in Psychology*, 13, 860717.