

Gambaran *Triangular Of Love* Pada Pasangan *Long Distance Marriage* Pekerja Migran Indonesia (PMI)

Wahyu Ria Monika¹, Mustamira Sofa Salsabila², Intan Islamia³

*Email: wahyuriamonika@gmail.com¹, mustamirasofasalsabila@gmail.com²,
intanislamia@radenintan.ac.id³*

Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin Dan Studi Agama,
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung^{1,2,3}

Abstrak

Penelitian ini bertujuan mengeksplorasi gambaran *triangular of love* pada pasangan *long distance marriage* pekerja migran Indonesia (PMI), mengingat meningkatnya jumlah PMI yang menjalani pernikahan jarak jauh dengan berbagai tantangan yang mereka hadapi dalam mempertahankan pernikahan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang melibatkan tiga pasangan PMI yang menjalani *long distance marriage*. Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dan catatan lapangan, serta konfirmasi dari *significant others*. Analisis data dilakukan melalui bantuan perangkat lunak Nvivo 15 untuk memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga pasangan berhasil mempertahankan ketiga komponen *triangular of love* yaitu keintiman, gairah/hasrah dan komitmen. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman tentang strategi untuk menjaga hubungan tetap harmonis dalam pernikahan jarak jauh bagi Pekerja Migran Indonesia (PMI).

Kata Kunci: *Long Distance Marriage*, Pekerja Migran Indonesia, *Triangular Of Love*

Abstract

This study aims to explore the depiction of the triangular theory of love in long-distance marriages among Indonesian migrant worker (PMI) couples, in light of the increasing number of PMIs involved in long-distance marriages and the various challenges they face in maintaining their relationships. This research employed a qualitative method with a descriptive approach, involving three PMI couples engaged in long-distance marriages. Data collection was carried out through in-depth interviews, field notes, and confirmation from significant others. Data analysis was conducted using Nvivo 15 software to assist the researchers in drawing conclusions. The findings indicate that all three couples successfully maintained the three components of the triangular theory of love: intimacy, passion, and commitment. The results of this study are expected to provide insights into strategies for maintaining harmonious relationships in long-distance marriages among Indonesian migrant workers (PMI).

Keywords: *Long Distance Marriage*, Indonesian Migrant Workers, *Triangular Of Love*

PENDAHULUAN

Saat ini di Indonesia pekerja migran adalah salah satu fenomena yang sering terjadi di masyarakat. Kemudahan mencari kerja diluar negeri dan kurangnya peluang kerja di dalam negeri mendorong sebagian besar warga negara Indonesia (WNI) untuk memilih bekerja di luar negeri (Novia, 2023). Pekerja Migran Indonesia (PMI)

adalah warga negara Indonesia yang bekerja di luar negeri dengan menerima gaji, baik yang sedang, akan, maupun telah bekerja di luar wilayah Negara Kesatuan Republik Indonesia (BP2MI, 2022). Pekerja migran tidak hanya berasal dari satu daerah di Indonesia, tetapi juga berasal dari berbagai wilayah (Septiani, 2021). Dinamika pekerja migran Indonesia

meliputi berbagai hal, seperti perlindungan hak, kondisi kerja, masalah sosial, budaya, dan ekonomi. Ini meliputi isu-isu seperti eksploitasi, diskriminasi, pemisahan keluarga, dan akses terbatas terhadap layanan kesehatan dan pendidikan (Akmaliyah Rachman & Aida, 2023).

Berdasarkan data resmi Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia atau BP2MI (2023, 2024), jumlah penempatan Pekerja Migran Indonesia (PMI) mengalami peningkatan dari Juni 2021 hingga Juni 2022, dengan 57% penempatan pada Januari-Juni 2023 bersifat formal. Selanjutnya, penempatan oleh BP2MI program G to G (*Government to Government*) atau bentuk kerja sama antara dua negara menempatkan 6.968 PMI ke Jepang, Korea, dan Jerman hingga Juni 2023. Pada bulan yang sama, terjadi lonjakan pengaduan, terutama dari Saudi Arabia, Malaysia, dan Hong Kong, dengan Jawa Barat dan Jawa Tengah sebagai wilayah dengan laporan tertinggi. Selain itu, kedatangan PMI pada Juni 2023 meningkat, didominasi oleh pekerja dari Singapura, Taiwan, dan Hong Kong, terutama yang berasal dari Jawa Tengah, Jawa Barat, dan Jawa Timur (BP2MI, 2023). Dalam periode Januari-April 2024, tercatat 109.743 kasus berdasarkan status pernikahan PMI. Status "Kawin" mendominasi dengan 49.419 kasus, diikuti

oleh "Belum Kawin" sebanyak 41.947 kasus, sementara "Cerai" paling sedikit, yakni 18.377 kasus. Tren bulanan menunjukkan fluktuasi, dengan angka tertinggi pada April 29.803 kasus. Status "Kawin" tetap menjadi kategori terbanyak setiap bulan, sedangkan "Belum Kawin" dan "Cerai" menunjukkan pola yang stabil.

Status pernikahan mempengaruhi keputusan untuk menjadi pekerja migran karena adanya beban emosional terkait jarak dari pasangan maupun anak (Rostati & Hatta, 2021). Upaya mencari nafkah dengan menjadi PMI sering kali membawa dampak besar seperti konflik, terutama terhadap hubungan keluarga (Islamia et al., 2023). Oleh karena itu orang yang sudah menikah cenderung memiliki keterbatasan dalam melakukan migrasi, terutama karena faktor biologis dan sosial yang mengikat (Nasida & Aloysius, 2021). Selain itu faktor kerentanan juga dapat mengancam dan menyebabkan ketidakstabilan dalam hubungan keluarga (Islamia, 2023), Keadaan keluarga tersebut tercermin dalam fenomena saat ini, seperti pernikahan yang dilakukan secara jarak jauh atau *long distance marriage* (Muchlina & Dariyo, 2024).

Banyak keluarga yang tidak tinggal dalam satu atap mereka menjalani hubungan pernikahan jarak jauh atau *Long Distance Marriage* (Friska Dyah Nugraheni

& Hadi Pratiwi, 2020). Menurut Pistole, (2010) *Long Distance Marriage* terjadi saat salah satu pasangan berpisah secara fisik, di mana satu di antara mereka harus pergi ke lokasilain karena alasan tertentu, sementara yang lain tetap tinggal di rumah (Ramadhani & Nur'aeni, 2021). Alasan tersebut mungkin termasuk tuntutan ekonomi, faktor faktor ekonomi seperti pendapatan dan penghasilan (Islamia & Hermawan, 2023), selain itu tuntutan pekerjaan dan pendidikan juga menjadi alasan seseorang menjadi PMI (Purwanto et al., 2019).

Pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh sering menghadapi tantangan dalam menjaga kedekatan emosional. Jarak yang memisahkan mereka memicu kurangnya komunikasi, kedekatan pasangan yang terhubung melalui alat komunikasi juga dapat memicu pertengkaran akibat perbedaan persepsi dalam berkomunikasi (Tanjung & Ariyadi, 2021). Dalam penelitian sebelumnya Refinia et al, (2023) pasangan yang menjalani *long distance marriage* belum merasakan kebahagiaan sepenuhnya karena masih ada hal yang membuat mereka sedih seperti tantangan menahan kerinduan dan kecemasan yang harus dihadapi ketika jauh dari pasangannya.

Kedekatan dalam pernikahan terutama dalam pernikahan jarak jauh dapat

dijaga melalui cinta sebagaimana dijelaskan oleh Sternberg (1986) dalam teorinya tentang segitiga cinta (*The Triangular Theory of Love*) menurut Sternberg, cinta adalah perasaan yang paling mendalam yang dirasakan oleh manusia (Mira Saktiana, 2022). Seseorang mungkin melakukan hal-hal yang tidak biasa, seperti berbohong, menipu, atau bahkan melakukan tindakan membunuh atas nama cinta. Bagi beberapa orang, kehilangan cinta terasa lebih menyakitkan dari pada kematian (Amana et al., 2020).

Cinta adalah Perasaan yang dianugerahkan oleh Tuhan kepada dua insan untuk saling mencintai tidak dapat dipaksakan dan hadir secara alami (Oktaviani & Sukmantara, 2019). Cinta memberikan semangat dalam kehidupan dan menjadikan setiap hari lebih berharga (Syah & Ediyono, 2022). Hal tersebut dipertegas oleh penelitian Farida & Christy (2023) dalam pernikahan jarak jauh, cinta berperan penting sebagai bentuk pengorbanan tanpa pamrih atau tanggung jawab antara pasangan tanpa cinta, hubungan dapat mengalami kehancuran, dimana jarak tidak hanya memisahkan secara geografis, tetapi juga melemahkan ikatan emosional, menyebabkan hilangnya komunikasi dan meningkatnya kecurigaan.

Sternberg (1986) mengemukakan bahwa cinta terdiri dari tiga bagian yaitu

keintiman, hasrat, dan komitmen (Kojongian et al., 2023). *Keintiman* adalah perasaan emosional yang terkait dengan kehangatan, kedekatan, dan saling berbagi dalam suatu hubungan sedangkan *Hasrat* merujuk pada dorongan fisik dan keinginan seksual terhadap pasangan. Hasrat cinta dikombinasikan dengan perasaan sayang dan seringkali mendukung seperti dukungan emosional, moral dan finansial (Sanu & Taneo, 2020). Sedangkan *Komitmen* adalah faktor penting dalam keberlangsungan hubungan, terutama dalam *long distance marriage* atau pernikahan jarak jauh khususnya yang dialami oleh pasangan pekerja migran dimana pasangan dihadapkan pada tantangan seperti harus mengatasi rasa kerinduan, cemburu, rasa sakit hati, kecemasan dan ketidaknyamanan dari hubungan jarak jauh. Meskipun menimbulkan tantangan, pernikahan jarak jauh kini menjadi hal yang semakin umum. Dengan perkembangan teknologi komunikasi, pasangan *long distance marriage* kini cukup mampu menjaga hubungan meski terpisah jarak (Averina & Widagda, 2021).

Berdasarkan penelitian terdahulu Subhan (2022) *long distance marriage* terjadi karena faktor pekerjaan, pendidikan, dan ekonomi. Penelitian terdahulu yang relevan telah mengungkap berbagai aspek terkait *long distance marriage*, namun

belum ada yang mengkaji tentang *triangular of love* pada pasangan *long distance marriage* Pekerja Migran Indonesia.

Teori Sternberg (1986) *triangular of love* ini menjelaskan bahwa cinta terdiri dari tiga komponen, yaitu keintiman, hasrat, dan komitmen (Sanu & Taneo, 2020). Penerapan teori *triangular of love* dalam konteks pasangan *long distance marriage* pekerja migran Indonesia diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang dinamika hubungan pasangan *long distance marriage*. Kebaharuan penelitian ini terletak pada fokusnya mengkaji pasangan *Long Distance Marriage* Pekerja Migran Indonesia. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk memperoleh pemahaman tentang gambaran *triangular of love* yang tercermin dalam hubungan pasangan *long distance marriage* Pekerja Migran Indonesia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan teori segitiga cinta Sternberg, serta memberikan wawasan praktis bagi pasangan *long distance marriage* pekerja migran Indonesia dalam mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

KAJIAN PUSTAKA

Triangular Theory of Love

Teori cinta segitiga (*Triangular Theory of Love*) yang dikemukakan oleh

Sternberg, (1986) menyatakan bahwa cinta terdiri dari tiga komponen utama, yaitu *intimacy* (keintiman), *passion* (hasrat/gairah), dan *commitment* (komitmen). Ketiga komponen ini berinteraksi untuk menciptakan berbagai bentuk cinta. Penelitian Firdaus et al., (2021) memperkuat teori cinta Sternberg dengan menunjukkan bahwa ketiga komponen cinta keintiman, gairah/hasrat, dan komitmen. Teori segitiga cinta dari Robert J.Sternberg ini juga dapat meningkatkan ketahanan keluarga dengan memperkuat hubungan antara pasangan suami istri Ariastuti & Situmorang (2023).

Long Distance Marriage

Menurut Bergen, pernikahan jarak jauh atau *long distance marriage* dikarakteristikan oleh pasangan suami-istri yang tinggal di lokasi yang berbeda untuk waktu yang cukup lama demi kepentingan karir atau pekerjaan. LDM atau pernikahan jarak jauh adalah hubungan suami dan istri yang tidak tinggal serumah disebabkan terpisahkan oleh jarak, seperti perbedaan kota atau negara, sehingga suami-istri tidak bisa hidup dalam satu rumah dan tidak memungkinkan melakukan pertemuan fisik secara intens dalam waktu tertentu (Subhan, 2022). Ketidak mampuan kedua pasangan melakukan pertemuan fisik secara intens, disebabkan karena jarak yang jauh dan membutuhkan biaya yang sangat besar jika

harus bertemu. Hal ini yang menjadikan bertemu atau berkumpul dengan keluarga menjadi terbatas.

Pekerja Migran Indonesia

"Migrasi perburuhan" merujuk pada perpindahan individu dari satu wilayah ke wilayah lain dengan tujuan mencari atau mendapatkan pekerjaan. Orang yang melakukan perpindahan ini disebut sebagai "pekerja migran". Migrasi ini mencakup berbagai kategori pekerja, mulai dari mereka yang memiliki keterampilan rendah hingga pekerja yang memiliki keterampilan menengah dan tinggi. Dalam konteks ini, negara asal para pekerja disebut sebagai "negara pengirim" Dr. Any Suryani H., S.H., (2023)

Berdasarkan UU No. 18 Tahun 2017 Pasal 1 ayat 2 bahwa "Pekerja Migran Indonesia adalah setiap warga negara Indonesia yang akan, sedang, atau telah melakukan pekerjaan dengan menerima upah di luar wilayah Republik Indonesia (Elviandri & Shaleh, 2022). Selain itu, terdapat berbagai definisi dan cakupan terkait pekerja migran. Misalnya, Calon Pekerja Migran Indonesia merujuk pada tenaga kerja asal Indonesia yang telah memenuhi kriteria sebagai pencari kerja yang akan bekerja di luar negeri dan telah terdaftar di instansi pemerintah kabupaten/kota yang memiliki kewenangan di bidang ketenagakerjaan. Sementara itu,

Pekerja Migran Indonesia Perseorangan adalah individu yang berangkat bekerja ke luar negeri tanpa melalui lembaga atau pelaksana penempatan tenaga kerja Dr. Any Suryani H., S.H., (2023)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Fenomena yang diteliti dalam penelitian ini adalah *Triangular of Love* pada pasangan yang menjalani *Long Distance Marriage* Pekerja Migran Indonesia. Partisipan dalam penelitian ini adalah pasangan suami istri menggunakan *teknik purposive sampling* dengan kriteria : (1) berusia 20-45 tahun (2) menjalani *long distance marriage*, (3) salah satu pasangan bekerja sebagai Pekerja Migran Indonesia. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 3 pasangan suami istri PMI yang menjalani LDM, informan (1) pasangan berinisial MR sebagai suami dan MY sebagai istri, MY bekerja sebagai PMI di luar negeri selama 3 tahun, informan (2) pasangan berinisial WT sebagai suami dan YW sebagai istri, WT bekerja sebagai PMI diluar negeri selama 1 tahun dan informan (3) pasangan berinisial RD sebagai suami dan DW sebagai istri, RD bekerja sebagai PMI di luar negeri selama 1 tahun.

Pengumpulan data, pada penelitian ini diperoleh melalui wawancara semi terstruktur untuk menggali informasi serta

catatan lapangan. Wawancara dilakukan 2 kali secara offline dan 1 kali secara online, wawancara *offline* dilakukan terhadap subjek yang ditinggalkan merantau, sementara wawancara *online* dilakukan terhadap subjek yang sedang merantau. Data - data hasil wawancara ini berupa lampiran dalam bentuk tabel verbatim dan observasi yang disajikan dalam bentuk naratif.

Teknik keabsahan data menggunakan triangulasi sumber yaitu mengkaji data yang dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh melalui beberapa sumber dengan cara melakukan wawancara kepada anak dan adik subjek. Analisis data dilakukan melalui bantuan perangkat lunak Nvivo 15 untuk memudahkan peneliti dalam menarik kesimpulan. Penarikan kesimpulan dilakukan secara manual menggunakan hasil analisis dengan Nvivo 15, yang membantu menampilkan visualisasi data dalam bentuk peta konsep.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian kualitatif deskriptif ini menganalisis gambaran *triangular of love* pada tiga pasangan yang menjalani *Long Distance Marriage* (LDM) dengan status sebagai pekerja migran Indonesia. Data diperoleh melalui wawancara dan catatan lapangan dengan partisipan utama (suami-istri) dan *significant others* (anak dan adik).

Keintiman

Pasangan 1 MT dan MY menjalani *long distance marriage* mempertahankan keintiman dengan komunikasi 2-3 kali dalam seminggu melalui *video call* dan telepon sebagaimana pernyataannya “*Enggak sering banget paling seminggu 2 kali 3 kali*”. Meskipun tidak secara fisik, keintiman juga terlihat dari perhatian sederhana seperti saling menanyakan kabar atau kesehatan. Pasangan ini memanfaatkan telepon dan *video call* untuk mendengar suara dan melihat wajah satu sama lain, hal ini cukup penting dalam menjaga kedekatan emosional dengan perhatian satu sama lain meskipun terpisah oleh jarak.

Pasangan 2 WT dan YW menjaga keintiman dengan menjalin komunikasi yang lebih intensif dengan berinteraksi ditelepon setiap hari melalui pesan *WhatsApp* dan *video call*. Selama berkomunikasi melalui media sosial, pasangan ini berbagi cerita mengenai kegiatan sehari-hari, menanyakan keadaan anak-anak dan usaha yang sedang dijalani dirumah. WT juga mengungkapkan ketika ada masalah dengan istrinya, mereka berusaha untuk menyelesaikan masalah pada hari yang sama yang bertujuan untuk mencegah hal yang lebih besar terjadi dan hal ini dapat memperkuat rasa percaya dan kedekatan emosional. YW juga mengungkapkan sering merasakan rindu terhadap suaminya, hal ini diperkuat ketika

anak-anak yang sering menanyakan keberadaan ayah mereka “*Iya makanya kita telfonan terus biar anak juga gak nanyain terus sekalian buat ngobatin rasa kangen mereka*”. Meskipun tidak ada interaksi fisik, pasangan ini mengandalkan komunikasi terbuka dan saling percaya sebagai pondasi utama hubungan mereka. Kedekatan emosional ini membantu mereka mengatasi tantangan hubungan jarak jauh dan menjaga keharmonisan rumah tangga.

Pasangan 3 RD dan DW menjaga keintiman dalam hubungan ini dengan kejujuran, keterbukaan, dan komunikasi yang rutin terlihat dari komunikasi yang rutin dilakukan setiap hari melalui *video call*, telepon, dan pesan. Pasangan ini berbagi cerita tentang keseharian, menanyakan kondisi anak-anak, dan memberikan perhatian satu sama lain. Meskipun terkadang merasa bosan hanya berkomunikasi melalui media digital, mereka berusaha untuk tetap membuat percakapan menarik. DW juga menunjukkan keterbukaan dalam komunikasi dengan suaminya. Hasil wawancara DW mengungkapkan memilih untuk berbicara secara jujur dan terbuka agar tidak terjadi kesalahpahaman diantara keduanya “*Ya sering terbuka aja sih maksudnya ngobrolnya lebih terbuka, jujur aja gitu omongin aja keluh kesahnya*”.

Hasrat/Gairah

MT dan MY menjaga gairah melalui perhatian-perhatian sederhana seperti menanyakan kabar, mengungkapkan kerinduan, dan MT secara khusus melihat *video* TikTok istrinya sebagai cara untuk merasa lebih dekat “*Ya itu tadi aja cuman tiktok aja diliatin aja udah gitu dia joget-joget liat foto, videonya gitu udah senang untuk mengobati rasa kangen*”. MT mengungkapkan bahwa tetap tertarik kepada istrinya walaupun menjalani hubungan jarak jauh dan yakin istrinya juga menerima dirinya apa adanya. MT juga mengungkapkan perkataan seperti “kangen” kepada istrinya menjadi salah satu cara untuk menunjukkan rasa cintanya, sekaligus memastikan bahwa MT tetap terhubung secara emosional dengan istrinya. Sedangkan MY mengungkapkan tidak ada perubahan mengenai ketertarikannya terhadap suami dan tidak memiliki pikiran untuk meninggalkan suaminya. MY juga menunjukkan menjaga keharmonisan hubungan ini saling memberi perhatian kecil seperti menanyakan sudah makan atau belum atau hanya sekedar memberi semangat untuk menjalani pekerjaan.

Pasangan 2 WT dan YW mempertahankan hasrat melalui pujian rutin dan ungkapan kekaguman, dengan WT memuji penampilan istrinya saat melakukan *video call*. Selain itu untuk menghindari godaan disekitarnya, WT berusaha untuk

menjaga diri yang nantinya bisa menimbulkan kekecewaan, WT memilih untuk tetap bisa menjaga keharmonisan hubungannya dengan istrinya. YW juga mengakui bahwa meskipun tidak selalu bertemu, ia tetap kagum terhadap kerja keras suaminya, yang memperkuat rasa ketertarikannya “*Jadi enggak ada rasa bosan atau tertarik sama yang lain. Uangnya dikirim buat anak istri makan buat kebutuhan sehari-hari*”. Pasangan ini mengandalkan komunikasi sebagai cara untuk menyalurkan rasa rindu dan memastikan hubungan tetap harmonis hal ini dikuatkan juga dengan komunikasi yang rutin setiap harinya.

Pasangan 3 RD dan DW dalam hubungan jarak jauh, pasangan ini mengelola gairah dengan bercanda melalui telepon atau *video call*. Pasangan ini menghindari membahasnya terlalu dalam namun pasangan ini tetap mempertahankan hubungan dengan perhatian dan komunikasi. DW menyadari bahwa dalam kondisi ini, aspek seksual tidak menjadi fokus utama dalam hubungan mereka dan lebih menggantikannya dengan obrolan santai sebagai strategi untuk menjaga gairah dan menghindari perasaan terpancing, DW dan suaminya lebih memilih untuk tidak terlalu membahas hal-hal yang berkaitan dengan aspek fisik. Mereka menghindari pembicaraan yang terlalu membangkitkan

kerinduan yang berlebihan agar tidak terbebani secara emosional *"Gairah seksual ya gak bisa gimana-gimana ya paling ya video call aja, bercanda-bercanda aja gitu, gak ada menimbulkan rasa yang berlebihan, ya intinya jangan dibahas gitu aja biar enggak ada rasa terpancing, udah cukup obati aja sama liat mukanya lewat telepon"*.

Komitmen

Subjek pasangan 1 MY dan MT memiliki komitmen kuat untuk keluarga dan membangun masa depan yang lebih baik untuk berkumpul bersama kembali *"segera kumpul lagi disini bareng-bareng kalau masih ada modal ya buka usaha aja nanti disini kalau istri udah pulang"*. MT percaya istrinya dapat menjaga kesetiaan selama berada jauh darinya dan yakin bahwa istrinya tidak akan melakukan hal-hal yang dapat merusak kepercayaan diantara keduanya. Pasangan ini memiliki rencana untuk membuka usaha bersama setelah MY kembali ke Indonesia dan pasangan ini berharap bisa berkumpul kembali dengan keluarga sehingga dapat menjalani kehidupan dengan lebih bahagia bersama.

Pasangan 2 WT dan YW menunjukkan bahwa komitmen mereka melalui fokus yang kuat pada pembangunan masa depan keluarga, termasuk rencana konkret untuk memperbaiki rumahnya

"Target waktu pulang nanti mau perbaiki rumah biar istri dan anak-anak nyaman juga nunjukin keorang lain kalo ini loh hasil kerja keras saya selama merantau". YW menuturkan bahwa suaminya bertanggung jawab dan secara teratur mengirim uang untuk kebutuhan sehari-hari menunjukkan bahwa YW dan suami tidak hanya memiliki kedekatan emosional tetapi juga memiliki tanggung jawab dalam menjalani kehidupan keluarga. Hal tersebut membuat YW yakin untuk tetap dapat menjaga keharmonisan hubungan jarak jauh diantara keduanya

Pasangan 3 RD dan DW komitmen pasangan ini terbentuk dari kesadaran akan tanggung jawab dalam pernikahan. Bahkan, mereka sudah merencanakan usaha bersama setelah RD kembali dari luar negeri. Komitmen dalam hubungan jarak jauh ini dijaga dengan kepercayaan dan selalu mengingat tujuan awal bekerja di luar negeri, yaitu untuk masa depan keluarga yang lebih baik *"Yang penting aku percaya aja sama dia kalau memang dia niatnya baik Insyaallah ya baik"*.

Significant Others

Berdasarkan hasil wawancara hubungan ketiga pasangan tersebut diperkuat oleh significant others anak dari pasangan 1 dan 2 yaitu FI, DP dan adik pasangan 3 RN didapatkan hasil bahwa hubungan ketiga pasangan tetap harmonis

meskipun menghadapi tantangan jarak. FI anak dari MY dan MT, mengamati bahwa meskipun terkadang terjadi kesalahpahaman antara orang tuanya, mereka selalu berusaha menyelesaikannya melalui komunikasi yang baik. FI juga melihat bagaimana ayahnya selalu memberikan semangat dan menunjukkan kebanggaan terhadap perjuangan ibunya yang bekerja keras di luar negeri.

“Bapak si biasanya yang sering ngalah, diadem-ademin aja kelar, ajak ngobrol baik-baik dah selesai kek cuma cekcok biasa aja”

Sementara itu, DP anak dari YW dan WT, menegaskan bahwa orang tuanya terlihat bahagia meskipun menjalani hubungan jarak jauh. DP mengamati bahwa ayahnya tetap perhatian melalui komunikasi rutin, sementara ibunya fokus mengurus rumah.

“Bahagia aja ditelfon aja bahagia ketawa-ketawa terus, kadang kalau mamak mau beli sesuatu dikasih uang terus sama bapak”.

Kedua anak mengkonfirmasi meskipun ada tantangan dalam hubungan jarak jauh, orang tua mereka tetap memiliki hubungan yang kuat dan saling mendukung satu sama lain. Sedangkan hasil wawancara dengan RN (adik dari DW), hubungan kakaknya dengan suaminya tetap cukup terjaga meskipun terpisah jarak. Mereka

menjaga hubungan pernikahan dengan rutin berkomunikasi melalui WhatsApp dan *video call*, terutama pada malam hari sebelum tidur atau saat suaminya istirahat kerja.

“Kalau malam mau tidur itu kadang telfonan, kalau siang paling WA aja. Kadang kalau suaminya lagi sibuk banget ya mereka lebih banyak chatting. Tapi kalau ada waktu, pasti video call atau enggak telfon.”

Berdasarkan tabel hasil penelitian mengenai *triangular of love* dalam hubungan *long distance marriage* (LDM) pekerja migran Indonesia (PMI) menunjukkan bahwa tiga aspek utama yaitu keintiman, hasrat, dan komitmen memiliki cara yang berbeda dibandingkan dengan pasangan yang tinggal bersama. Keintiman dalam hubungan jarak jauh tetap terjaga melalui komunikasi virtual. Pasangan dalam penelitian ini menggunakan berbagai cara untuk menjaga kedekatan emosional, seperti komunikasi melalui *video call* (MR & MY) dan juga berbagi cerita sehari-hari melalui pesan teks, telephone ataupun video call (WT & YW). Komunikasi berperan penting dalam menjaga keintiman pada hubungan jarak jauh (Aryaningsih & Susilawati, 2020). Selain itu, keterbukaan dalam komunikasi, seperti bersikap jujur kepada pasangan, juga menjadi faktor

penting dalam mempertahankan keintiman (RD & DW).

Gairah/Hasrat dalam hubungan jarak jauh menghadapi tantangan dengan keterbatasan interaksi fisik, untuk mengatasi hal ini, pasangan mengembangkan berbagai strategi dengan caranya masing-masing, seperti menonton video TikTok pasangan untuk mengobati rasa rindu (MR & MY), memberikan pujian dan menghindari godaan yang dapat mengganggu hubungan (WT & YW), serta menggantikan aspek fisik dengan obrolan santai sebagai cara menjaga gairah (RD & DW). Hal ini diperkuat oleh Christie & Maria, (2020) hubungan pada individu yang menjalani hubungan jarak jauh berbeda dengan mereka yang menjalani hubungan jarak dekat, terutama dalam aspek hasrat karena hubungan jarak jauh sering mengalami kegagalan, dengan salah satu penyebabnya adalah konflik yang kerap muncul dalam hubungan jarak jauh, seperti kecemasan, kekhawatiran, kecurigaan, kecemburuan, dan kerinduan yang timbul akibat ketidakmampuan individu untuk menyaksikan keseharian pasangannya secara langsung. Dengan demikian, meskipun keterbatasan fisik menjadi kendala utama dalam menjaga hasrat, pasangan yang memiliki strategi komunikasi yang baik dan rasa saling percaya yang kuat cenderung lebih mampu

mempertahankan hubungan dengan harmonis.

Komitmen menjadi faktor utama dalam menjaga keberlangsungan hubungan LDM. Ketiga pasangan ini menunjukkan komitmen mereka melalui berbagai cara, seperti menyusun rencana masa depan yang jelas dan menjaga kesetiaan (MR & MY), menyadari kewajiban bersama serta memiliki tujuan yang sama dalam hubungan (WT & YW), serta membangun kepercayaan yang kuat dalam menjalani hubungan jarak jauh (RD & DW). Hal ini diperkuat oleh Syahputri & Khoirunnisa, (2021) komitmen yang dimiliki oleh kedua individu menumbuhkan keinginan untuk mempertahankan hubungan dan tidak mudah menyerah, meskipun menghadapi masalah yang kompleks, karena masih bertekad untuk tetap bersama dalam jangka waktu yang panjang. Dengan adanya komitmen yang kuat, pasangan cenderung lebih mampu menghadapi berbagai tantangan yang muncul selama menjalani hubungan jarak jauh, sehingga hubungan dapat tetap berjalan dengan harmonis dan stabil.

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari ketiga subjek pasangan menunjukkan bahwa meskipun menghadapi tantangan jarak dan keterbatasan interaksi fisik, ketiga pasangan berhasil ini mempertahankan hubungan mereka melalui komunikasi yang

efektif, pengelolaan hasrat, dan komitmen yang kuat terhadap tujuan bersama. Informasi dari anak-anak ataupun adik sebagai *significant others* juga berperan penting dalam memberikan gambaran yang lebih utuh tentang dinamika hubungan jarak jauh yang dijalani ketiga pasangan tersebut dalam konteks Pekerja Migran Indonesia sehingga ketiga pasangan ini memenuhi ketiga aspek dari *Triangular Of Love*.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini mengungkap bahwa pasangan *Long Distance Marriage* pekerja migran Indonesia (PMI) dapat mempertahankan hubungan mereka dengan menjaga tiga komponen utama *Triangular of Love* yaitu keintiman, gairah/hasrat, dan komitmen.

Keintiman terjalin melalui komunikasi rutin seperti panggilan suara ataupun video dan pesan teks yang membantu menjaga kedekatan emosional.

Hasrat tetap dipertahankan dengan memberikan perhatian, pujian, serta upaya menjaga ketertarikan meskipun terpisah jarak. Sementara itu,

Komitmen diwujudkan melalui kepercayaan satu sama lain, kesepakatan bersama, serta perencanaan masa depan, seperti rencana kepulangan dan perbaikan kondisi ekonomi keluarga.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memberikan wawasan tentang bagaimana pasangan PMI dapat menjaga keharmonisan pernikahan jarak jauh dan menjadi referensi bagi pasangan lain serta penelitian selanjutnya dalam memahami dinamika hubungan pernikahan jarak jauh.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian ini, terdapat beberapa hal yang dapat dikembangkan dalam penelitian selanjutnya. Penelitian ini hanya melibatkan pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh selama 1-3 tahun. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya dapat meneliti pasangan yang telah menjalani pernikahan jarak jauh lebih lama untuk memahami bagaimana mereka mempertahankan hubungan dalam jangka waktu yang lebih lama. Penelitian ini menggunakan metode wawancara dan catatan lapangan kepada 3 pasangan. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode Kuantitatif-Eksperimental seperti *pretest-posttest control group design* untuk melihat apakah ada peningkatan kepuasan hubungan setelah diberikan intervensi tertentu. Dengan adanya penelitian selanjutnya, diharapkan dapat memberikan wawasan yang lebih luas mengenai cara pasangan mempertahankan hubungan dalam pernikahan jarak jauh agar tetap harmonis dan bahagia.

DAFTAR PUSTAKA

- Akmaliyah Rachman, R., & Aida, N. (2023). Tindak Pidana Perdagangan Orang Ilegal Ditinjau dari UU Nomor 21 Tahun 2007 tentang Pemberantasan Tindak Pidana Perdagangan Orang. *JIMPS: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Sejarah*, 8(4), 4761–4779.
- Amana, L. N., Suryanto, S., & Arifiana, I. Y. (2020). Manajemen Kesetiaan Istri yang Menjalani Long Distance Marriage pada Istri Pelaut. *Psisula: Prosiding Berkala Psikologi*, 1(September), 104–115. <https://doi.org/10.30659/psisula.v1i0.7697>
- Ariastuti, L., & Situmorang, N. Z. (2023). Family resilience in perspective stenberg's triangular theory of love. *International Conference of Psychology Universitas Ahmad Dahlan*, 3(1), 136–143. <http://seminar.uad.ac.id/index.php/ICMPP>
- Averina, R. Y., & Widagda, I. G. N. J. A. (2021). Sustaining Long Distance Relationship Through Love, Trust, And Dedication Among Married Couples. *Joki Perdani Sawai*, 27(2), 635–637.
- BP2MI. (2022). Peraturan Badan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Republik Indonesia Nomor 7 Tahun 2022 Tentang Proses Sebelum Bekerja Bagi Calon Pekerja Migan Indonesia, Bab I Pasal 1. *BP2MI Website*, 3. <https://bp2mi.go.id/>
- BP2MI. (2023). Data Penempatan dan Perlindungan PMI Juni 2023. *Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia*, 2. <https://bp2mi.go.id/statistik-detail/data-penempatan-dan-pelindungan-pekerja-migran-indonesia-periode-agustus-2023>
- Dr. Any Suryani H., S.H., M. H. (2023). Pekerja Migran Indonesia (PMI). In *Gajimu*.
- Elviandri, E., & Shaleh, A. I. (2022). Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia*, 4(2), 245–255. <https://doi.org/10.14710/jphi.v4i2.245-255>
- Farida, M. C., & Christy, A. (2023). Pentingnya Landasan Keluarga Kristen Berdasarkan Perjanjian Baru Dalam Membentuk Kecerdasan Spiritual Remaja Kristen. *Inculco Journal of Christian Education*, 3(3), 285–300. <https://doi.org/10.59404/ijce.v3i3.168>
- Firdaus, F., Fakhri, N., Zainuddin, K., & Nurdin, M. N. (2021). Komponen Cinta Dalam Pernikahan. *Jurnal Psikologi TALENTA*, 6(2), 109. <https://doi.org/10.26858/talenta.v6i2.21065>
- Friska Dyah Nugraheni, A., & Hadi Pratiwi, P. (2020). Pernikahan Jarak Jauh (Long Distance Mariage) Pada Masyarakat Perkotaan (Studi Di Kecamatan Kalikotes, Kabupaten Klaten). *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 9(4), 2–26.
- Intan Islamia, R. M. (2023). Exploring Family Strength: Vulnerability Factors and the Role of Spirituality in Family Resilience During COVID-19 Pandemic. *ANFUSINA: Journal of Psychology*, VIII(I), 1–19. <https://doi.org//dx.doi.org/10.24042/00202362048300>
- Islamia, I., Dwi, U., Wibowo, A., Afifah, N., & Maknin, K. (2023). Long Distance Parenting: an Academic Endeavor Addressing the Challenges Faced by Indonesian Migrant Workers. *International Journal of Community Care of Humanity (IJCCH)*, 1(01), 97–103.
- Islamia, I., & Hermawan, F. (2023). Family Matters: Understanding the Relationship Between Family Background, Parenting Style, and Youth Political Behavior. *KnE Social Sciences*, 2023, 224–232. <https://doi.org/10.18502/kss.v8i16.14044>

- Mira Saktiana, G. (2022). Triangular Theory Of Love Vs Conditional Integration Theory Of Love Untuk Penelitian Pemasaran. *Akmenika: Jurnal Akuntansi Dan Manajemen*, 19(2), 640–648. <https://doi.org/10.31316/akmenika.v19i2.4171>
- Muchlina, A., & Dariyo, A. (2024). *Coping Stres Pada Istri Anggota Tni Yang Menjalani*. 8(1), 196–205.
- Nasida, F. K., & Aloysius, S. (2021). Determinan Migrasi Berulang Mantan Pekerja Migran Indonesia. *Seminar Nasional Official Statistics, 2020*(1), 1021–1031. <https://doi.org/10.34123/semnasoffstat.v2020i1.590>
- Novia, H. (2023). Dinamika Diplomasi Indonesia Terkait Pemenuhan Akses Pendidikan Anak Pekerja Migran Indonesia di Sarawak Malaysia. *Jurnal Studi Diplomasi Dan Keamanan*, 15(2), 1–22.
- Oktaviani, N. P. S., & Sukmantara, N. (2019). Konsep Cinta Menurut Mahatma Ghandi. *Vidya Darsan*, 1(1), 41–53.
- Pistole, M. C. (2010). *Long distance romantic couples: an attachment theoretical perspective*. *Journal of Marital and Family Therapy*,.
- Purwanto, B., Arisantii, I., & Atmasari, A. (2019). Hubungan pernikahan jarak jauh (long distance marriage) dengan stres kerja pada karyawan PT wijaya karya (PERSERO) TBK (proyek pembangkit listrik tenaga mesin gas 50 MW sumbawa). *JURNAL PSIMAWA Diskursus Ilmu Psikologi & Pendidikan*, 1(1), 26–27.
- Ramadhani, Z., & Nur'aeni, N. (2021). Phenomenological Study: Marriage Satisfaction on Wife Who Has Long-Distance Marriage. *Proceedings Series on Social Sciences & Humanities*, 2, 53–56. <https://doi.org/10.30595/pssh.v2i.102>
- Refinia, A., Arifin, S., Rini, A. P., Pratitis, N., & Psikologi, F. (2023). Bagaimanakah kebahagiaan perempuan?: Studi fenomenologi deskriptif pengalaman perempuan yang menjalani long distance marriage. *INNER: Journal of Psychological Research*, 2(4), 980–990.
- Rostati, S. H. M., & Hatta, M. I. (2021). Pengaruh Self Disclosure terhadap Kepuasan Pernikahan pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh. *Prosiding Psikologi*, 7(1), 14–18. <http://dx.doi.org/10.29313/v7i1.25339>
- Sanu, D. K., & Taneo, J. (2020). Analisis Teori Cinta Sternberg Dalam Keharmonisan Rumah Tangga. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 7(02), 191–207. <https://doi.org/10.21009/jkkp.072.07>
- Septiani, U. W. (2021). *Wes Koyo Anakku Dewe : Kerabat Di Desa Purwodadi , Kecamatan*. 1(2), 1–15.
- Sternberg, R. J. (1986). “A Triangular Theory of Love,.” *Psychological Review*, Vol. 93, N, 119-135.
- Subhan, M. (2022). *Long Distance Marriage (LDM) Dalam Perspektif Hukum Islam*. 8(2), 6.
- Syah, A. S., & Ediyono, S. (2022). Sudut Pandang Filsafat Cinta dan Psikologi Robert Sternberg. *Universitas Sebelas Maret, December*.
- Tanjung, A. A., & Ariyadi, A. (2021). Hubungan Dalam Pernikahan Jarak Jauh Menurut Hukum Islam. *Mitsaqan Ghalizan*, 1(1), 56–71. <https://doi.org/10.33084/jmg.v1i1.2851>