

Kebahagiaan Ibu Bekerja yang *Menjalani Long Distance Marriage*

**Wahyu Hanan Hapsari, Nisa Rachmah Nur Anganthi
Program Magister Psikologi, Sekolah Pascasarjana
Universitas Muhammadiyah Surakarta**

Abstract

Working mothers have multiple roles with bigger duties and responsibilities, some of them even have to undergo long distance marriages (LDM). This study aims to look at the description of happiness and describe the social support received by working mothers who undergo LDM. This research is a qualitative research using a phenomenological approach to 12 informants working mothers in Central Java who underwent LDM. Data collection was carried out by interviews and then analyzed using theme analysis techniques. The results of the study show that: (1) The description of happiness in working mothers who undergo LDM at first feel lonely, foreign to being away from their husbands, some of them feel used to this situation because at the beginning of their marriage they have committed to having LDM; (2) Situations that bring happiness to working mothers undergoing LDM, namely by spending time with children or telling stories with relatives or co-workers; (3) Social support comes from family, such as father, mother and siblings. However, some of them were also comfortable with social support from co-workers, friends, and neighbors; (4) Barriers experienced by working mothers undergoing LDM, namely communication that must be undertaken without face-to-face meetings, but through messaging or video calls. So working mothers who undergo LDM can experience happiness in their different ways. Based on the description above, it can be concluded that the description of the happiness of working mothers who undergo LDM has a different situation between at the beginning and at the end, at the beginning they feel strange about the LDM conditions, and at the end they feel they can undergo LDM even though there are LDM obstacles but because of the social support obtained, they can undergo LDM.

Keyword : the happiness of working mothers; long distance marriage; social support

Abstrak

Ibu bekerja memiliki peran ganda dengan tugas dan tanggung jawab lebih besar, bahkan beberapa diantaranya harus menjalani *long distance marriage* (LDM). Penelitian ini bertujuan untuk melihat gambaran kebahagiaan dan mendeskripsikan dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani LDM. Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis pada 12 informan ibu bekerja di Jawa Tengah yang menjalani LDM. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tema. Hasil penelitian menunjukkan : (1) Gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani LDM awalnya merasa kesepian, asing dengan keadaan yang jauh dari suaminya, sebagian dari mereka merasa sudah terbiasa dengan keadaan tersebut karena awal mula pernikahan telah berkomitmen untuk LDM; (2) Situasi yang memunculkan kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani LDM dengan menghabiskan waktu bersama anak atau bercerita dengan saudara atau rekan kerja; (3) Dukungan sosial datang dari keluarga, seperti ayah, ibu, dan saudara kandung. Namun, sebagian mereka juga nyaman dengan dukungan sosial dari rekan kerja, sahabat, dan tetangga di sekitar rumah informan; (4) Hambatan yang dialami ibu bekerja yang menjalani LDM yaitu komunikasi yang dijalani tanpa tatap muka secara langsung, melainkan melalui pesan atau video call. Ibu bekerja yang menjalani LDM dapat merasakan kebahagiaan dengan caranya yang berbeda-beda. Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani LDM memiliki situasi yang berbeda antara di awal dan di akhir, awalnya mereka merasa aneh dengan kondisi LDM, dan akhirnya mereka merasa dapat

menjalani LDM meskipun terdapat hambatan tetapi karena adanya dukungan sosial yang diperoleh, mereka dapat menjalani LDM.

Kata Kunci : kebahagiaan ibu yang bekerja; pernikahan jarak jauh; dukungan sosial

1. PENDAHULUAN

Kebahagiaan merupakan perasaan bahagia, kesenangan, dan ketentraman hidup lahir dan batin, keberuntungan, kemujaran yang bersifat lahir dan batin (Rofi'udin, 2016). Kebahagiaan juga merupakan suatu konsep yang mengacu pada bentuk emosi dan aktivitas positif yang dirasakan individu dan tidak memiliki komponen perasaan sama sekali (Sarmadi, 2018). Menurut Myers dalam Rusdiana (2017) kebahagiaan sebagai perasaan ketika individu merasakan kehidupannya berkecukupan, bermakna, dan menyenangkan, dengan mengusung empat dimensi yaitu menghargai diri sendiri, optimis, terbuka, dan mampu bersosialisasi, serta kemampuan mengontrol dan mengendalikan diri sepenuhnya. Berdasarkan pernyataan di atas dapat disimpulkan bahwa bahagia adalah ketika seseorang mengalami emosi positif, puas, dan hilangnya emosi negatif seperti depresi atau kecemasan. Mengalami kesenangan dan ketentraman hidup lahir dan batin, keberuntungan, kemujaran yang bersifat lahir dan batin.

Pergeseran zaman menimbulkan terjadinya pergeseran peran pada perempuan. Dahulu perempuan memiliki peran hanya sebagai ibu rumah tangga saja, namun kini perempuan juga dapat berperan sebagai wanita karir. Akan tetapi, konsekuensi sebagai ibu yang bekerja harus mengorbankan sebagian waktunya untuk mengurus keluarga dan dapat mengalami stres karena adanya tekanan dari pekerjaannya. Segala suatu konsekuensi atas pilihannya dalam menjalani hidup akan memberikan pengaruh terhadap kepuasan maupun kebahagiaan hidupnya.

Data statistik di Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2020 menunjukkan sebanyak 55,89% perempuan berprofesi sebagai tenaga profesional (Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah, 2021). Lebih lanjut, Badan Pusat Statistik juga melaporkan di Indonesia tingkat proporsi wanita yang berada di posisi manajerial berdasarkan status perkawinan. Wanita menikah pada tahun 2018 sebesar 26,50% dan terdapat sedikit peningkatan pada tahun 2019 menjadi 26,77%, kemudian pada tahun 2020 terdapat peningkatan yang cukup signifikan yakni sebesar 28,74%. Studi pendahuluan dengan wawancara terhadap beberapa ibu bekerja yang menjalani kehidupan pernikahan jarak jauh di Jawa Tengah, diperoleh informasi bahwa ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh merasa dapat menjalani kehidupan rumah tangga dengan baik meskipun jauh dari suami atau pasangannya. Informasi lainnya

menyatakan bahwa menjalani pernikahan jarak jauh dengan perasaan yang gelisah, kurang nyaman, dan berat dikarenakan jauh dari suami.

Encyclopedia of Children's Health mendefinisikan ibu bekerja sebagai seorang ibu yang bekerja di luar rumah untuk mendapatkan penghasilan, selain membesarkan dan mengurus anak di rumah (Siregar, 2011). Pilihan untuk menjadi ibu yang bekerja memberikan manfaat yang dapat diperoleh. Ibu bekerja memiliki tingkat *psychological well-being* (kebahagiaan, mampu menghadapi tantangan dalam hidup, menggunakan kemampuan secara optimal) yang lebih tinggi (93,66%) dibandingkan pada ibu rumah tangga (89,61%) (Apsaryanthi & Lestari, 2017). Lebih lanjut, Kaplan (2022) dalam penelitiannya yang membandingkan kesehatan mental ibu yang bekerja dengan ibu yang tidak bekerja memiliki efek positif terhadap harga diri dan kepuasan peran.

Sebanyak 60% orang dewasa yang bekerja lebih sulit mencapai keseimbangan, utamanya pada pasangan suami istri yang keduanya bekerja dan memiliki anak usia di bawah 18 tahun (Keene & Quadagno, 2004). Hubungan antara pekerjaan dan keluarga dapat menimbulkan sisi negatif yakni munculnya konflik kerja-keluarga (*work-family conflict*). Konflik peran ganda memiliki arah yang berlawanan dengan keseimbangan kehidupan kerja. Artinya, semakin tinggi konflik peran ganda yang dimiliki, maka keseimbangan kehidupan kerja yang dicapai rendah. Salah satu faktor yang mempengaruhi individu dalam mencapai keseimbangan kerja dan keluarga adalah dukungan sosial yang diterima dalam menjalankan setiap perannya, baik dari keluarga, tempat kerja, maupun dukungan sosial lainnya. Dukungan sosial dapat berupa perhatian, bantuan, perasaan nyaman, serta penghargaan yang didapatkan dari orang lain atau kelompok lain (Wijayanto & Fauziah, 2020).

Kehadiran orang lain yaitu suami, keluarga, dan kerabat adalah bagian dari dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan salah satu yang dapat mempengaruhi kebahagiaan seseorang. Dalam memperoleh dukungan sosial, dapat melalui hasil interaksi antara seorang individu dengan lingkungan sosialnya seperti pasangan, keluarga, atau teman (Uraningsari & Djalali, 2016). Hadirnya suami dapat menjadi obat penawar terbaik yang dapat diandalkan bagi kekecewaan hidup. Selain itu, hadirnya suami juga dapat memberikan kontribusi nyata dalam membantu mengerjakan urusan sebagai seorang ibu.

Dewasa ini, fenomena pernikahan jarak jauh sudah menjadi hal yang lazim dan tidak asing lagi bagi masyarakat Indonesia. Muncul fenomena pertumbuhan ekonomi yang tidak selaras dengan lapangan pekerjaan yang ada. Selain itu, terdapat kebijakan dunia industri atau organisasi untuk memutasi atau menugaskan karyawannya ke luar kota atau bahkan ke luar negeri. Keadaan tersebut memaksa para pekerja harus tinggal dan hidup berjauhan dari

keluarga dalam kurun waktu yang tidak dapat ditentukan. Hal tersebut memicu terjadinya pernikahan jarak jauh. Hal ini dibuktikan dengan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan mewawancarai beberapa ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh tepatnya di Kota Solo. Hasil wawancara menyimpulkan bahwa mereka hidup di rumah karena menjalani pernikahan jarak jauh. Kebanyakan dari mereka menyatakan alasan terjadinya pernikahan jarak jauh karena suami harus bekerja di luar kota.

Data dari Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI), pekerja migran Indonesia dilihat dari status menikah pada Juni 2021 sebanyak 3.130 orang (BP2MI, 2021). Terjadi peningkatan yang cukup besar pada Juni 2022 sebanyak 5.407 orang dengan status menikah tercatat sebagai pekerja migran (BP2MI, 2022). Terlihat bahwa fenomena pernikahan jarak jauh semakin banyak terjadi seiring bertambahnya waktu. Pernikahan jarak jauh merupakan hal yang dirasa sulit untuk dilakukan oleh sebagian orang yang menjalaninya. Seorang istri menceritakan pengalamannya menjalani pernikahan jarak jauh membuatnya merasa jenuh dalam kesendiriannya ketika mengurus rumah tangga tanpa adanya kehadiran dan bantuan dari suami secara langsung dan hal tersebut dapat mempengaruhi kebahagiaan istri dalam menjalani pernikahan jarak jauh (Prameswara & Sakti, 2016).

Kebahagiaan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya dukungan sosial (Lee & Padilla, 2016; Öztemel & Yıldız-Akyol, 2021; Westaway et al., 2007), kesehatan (Ljunge, 2016), waktu dan uang (Hershfield et al., 2016), kebermaknaan (Delle Fave et al., 2011), usia (Pholphirul, 2015; Zagórski, 2011), pekerjaan (Mogilner, 2010), serta kehadiran orang lain (Quoidbach, 2019). Dilihat dari uraian fenomena di atas, maka perlu dilakukan penelitian tentang kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Pertanyaan penelitian yang dapat dirumuskan adalah bagaimana gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh dan bagaimana dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Hasilnya diharapkan dapat diperoleh gambaran kebahagiaan ibu bekerja dan bagaimana dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dan pendekatan fenomenologis. Pendekatan fenomenologis dipilih karena peneliti berusaha memahami perilaku manusia dari segi fenomena unik dan khas yang dialami individu. Menurut Cresswell (2013) fenomenologis adalah strategi penelitian mengenai identifikasi oleh peneliti tentang hakikat pengalaman manusia pada suatu fenomena tertentu. Fenomologi lebih mengutamakan pada

pengalaman setiap individu (Kahija, 2017). Data yang didapatkan dari metode kualitatif berbentuk deskriptif sehingga memungkinkan peneliti untuk menjawab pertanyaan penelitian untuk mencapai tujuan penelitian.

Populasi pada penelitian ini adalah ibu bekerja yang berdomisili di Jawa Tengah, dengan suami yang bekerja di kota yang berbeda. Pemilihan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, peneliti sengaja memilih individu untuk memahami suatu fenomena (Creswell, 2012). Kriteria sampel penelitian adalah seorang ibu yang memiliki anak usia balita hingga Sekolah Dasar, bekerja sebagai pegawai swasta atau negeri, berusia 26-45 tahun, telah menjalani sebagai ibu peran ganda selama minimal satu tahun, dan sedang menjalani sebagai ibu peran ganda yang memiliki hubungan pernikahan jarak jauh dengan suami pada saat dilakukannya pengambilan data.

Metode pengambilan data dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam (*in-depth interview*) dengan teknik wawancara semi terstruktur untuk memahami suatu fenomena. Wawancara mendalam dilakukan guna memahami serta memaknai pengalaman-pengalaman informan. Metode tersebut memiliki ciri-ciri berupa pertanyaan terbuka namun terdapat batasan tema dan alur pembicaraan. Waktu lamanya wawancara juga dapat diprediksi, fleksibel namun tetap terkontrol berdasarkan pada pertanyaan atau jawaban. Terdapat pula *guideline interview* atau pegangan wawancara yang disusun guna memberikan arahan alur, urutan, serta penggunaan kata pada saat wawancara (Herdiansyah, 2015). Pertanyaan penelitian disusun oleh peneliti sesuai tujuan penelitian yang telah dipaparkan sebelumnya, dengan menyusun pedoman wawancara atau *guideline interview* terlebih dahulu yang dapat dilihat pada Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Pedoman Wawancara

No.	Pertanyaan Penelitian	Tema	Item Pernyataan
1.	Bagaimana gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh	Kondisi Pernikahan Jarak Jauh	a. Berapa lama menjalani Pernikahan Jarak Jauh b. Hal yang mendasari terjadinya Pernikahan Jarak Jauh c. Perasaan yang muncul dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh
2.		Hambatan dalam Pernikahan Jarak Jauh	a. Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh b. Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh
3.		Situasi yang memunculkan kebahagiaan dalam Pernikahan Jarak Jauh	a. Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh b. Peristiwa yang memunculkan perasaan

	Jauh	bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh
4.	Bagaimana dukungan sosial yang diperoleh ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh	Dukungan sosial <ol style="list-style-type: none"> a. Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh b. Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh c. Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh

Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa narasi, deskripsi, serta rekaman wawancara. Penelitian ini memperoleh data-data melalui wawancara yang selanjutnya akan dianalisis menggunakan teknik analisis tema. Tahapan analisis data pada penelitian ini sebagai berikut (Kahija, 2017): Melakukan transkripsi data wawancara. Membuat pemaknaan transkripsi. Membuat perumusan tema. Membuat pola antar pengalaman informan. Melaporkan hasil analisis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang diperoleh dalam penelitian ini berupa narasi, deskripsi, serta rekaman wawancara. Data-data yang telah terkumpul melalui wawancara selanjutnya dianalisis menggunakan teknik analisis tema. Tahapan analisis data pada penelitian ini adalah (Kahija, 2017):

Melakukan transkripsi data wawancara. Proses wawancara dengan informan direkam dengan audio, video, dan catatan lapangan yang kemudian ditransfer ke *flashdisk* atau bentuk lainnya. Kegiatan mentransfer ini yang dinamakan transkripsi. Membuat pemaknaan transkripsi. Proses pemaknaan transkripsi wawancara dengan informan dirangkum dalam bentuk tabel agar lebih mudah dalam memaknai wawancara dengan informan. Kegiatan ini disebut pemaknaan transkripsi.

Tabel 2. Pemaknaan Transkripsi Wawancara dengan Informan

No.	Informan	Pertanyaan	Respon	Kesimpulan
1.	BT	Suami Ibu bekerja dimana?	“Suami saya kerja di luar kota, mbak. Di Magelang, sudah hampir 2 tahun ini, mbak. Ya baru sih sebetulnya. Karena di Solo itu sudah 22 tahun.”	- LDM selama hampir 2 tahun - Suami bekerja di Magelang
2.	AG	Hal yang mendasari LDM itu apa mbak?	“Emm, karna mungkin kita saling mengerti ya. Dia tau kalo saya bekerja, dan kalo misal saya tinggal di asrama kan banyak sekali aturan yang harus diikuti. Dan waktu saya bekerja dan kegiatan itu tidak pernah pas waktunya. Jadi dari suami	- Alasan menjalani LDM karena pekerjaan

			menghendaki LDM aja.”	
3.	LD	Perasaannya ketika menjalani LDM gimana mbak?	<p>“Kalo pas di awal pernikahan dulu agak sulit ya. Tapi kalo masalah kesehariannya sih biasa aja. Soalnya kan saya juga kerja, jadi kalo pulang kerja itu ya udah capek aja. Dulu pas sebelum ada anak ya di rumah kan sendiri, karna suami disana, jadi ya kangen. Tapi ya udah sih, setelah terbiasa lama-lama ya biasa aja karna kan udah sibuk sama pekerjaan sama jagain anak. Ditambah pekerjaannya kan ya repot, di rumah sudah rame juga karna anak, jadi ya udah mbak lama-lama biasa aja. Dijalanin aja gitu. Terus apalagi kan saya juga udah terbiasa mandiri. Dulu pas sekolah juga sendiri, jadi gak butuh-butuh banget harus ada seseorang gitulho. Maksudnya masih bisa mengatasi semuanya sendiri. Apalagi sekarang kan di rumah ada temennya kan, ada yang momong, ada anak juga.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Awal menjalani LDM informan merasa agak kesulitan - Setelah memiliki anak dan terbiasa menjalani LDM merasa baik-baik saja - Informan telah terbiasa menjalani harinya sendirian sejak sekolah
4.	AR	Masalah-masalah yang biasanya muncul lama LDM itu apa aja mbak?	<p>“Komunikasi. Biasanya tuh gini loh, kalo masalah anak itu enggak, karena kita, saya sendiri di rumah itu masih ikut orang tua, ikut mertua itu Alhamdulillah dari orang tua itu menerima. Iyalah daripada gak kerja, wes gapapa. Nanti di rumahpun saya kerja kan di rumah ada neneknya. Itu masalah anak insyaallah kita udah oke, tidak ada perdebatan. Nah kalo untuk kegiatan di rumah ya biasa. Paling itu individu sih mbak, masalah sikap sama sikap sih.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Masalah yang muncul dalam menjalani LDM karena komunikasi dan perbedaan sikap - Mertua memberi kebebasan pada informan untuk bekerja
5.	WD	Terus mbak kalo LDMan gini yang bikin bahagia sehari-hari apa mbak?	<p>“Yo kan nek LDM ono rasa kangen-kangene. Nek mbendino ketemu ki kok biasa wae haha. Dadine ki nek papahe pulang yo, wah papah pulang. Langsung ngono lho mbak.”</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Informan merasa kangen dengan suami jika menjalani LDM - Informan merasa antusias dengan

			kepulangan suami
6.	HE	Kalo keterlibatan lingkungan sendiri yang mungkin membantu mbak HE ketika LDM jauh dari suami gitu seperti apa aja mbak?	“Ya paling tetangga. Kan jadi ada temen ngobrol. Kalo sore gitu kan biasanya habis nyapu-nyapu beresin rumah terus keluar di depan rumah gitu sambil momong anak-anak bareng sama ibu-ibu sini.”
			- Sore hari informan membersihkan rumah lalu bersosialisasi dengan tetangga sekaligus mengasuh anak

Membuat perumusan tema. Proses pemaknaan wawancara dengan informan diubah dalam bentuk tema. Kegiatan ini dinamakan perumusan tema.

Tabel 3. Perumusan Tema Wawancara

No.	Informan	Pertanyaan	Respon	Kesimpulan
1.	BT	Apa ada rutinitas misalkan setiap malem video call sama ayahnya atau gimana?	“Gak mesti.... Gak mesti juga sih. Saya kadang seminggu Cuma 2 sampe 3 kali video call, mbak. Gak rutin setiap hari sih.”	- Kondisi LDM
2.	AG	Terus menyelesaikan masalah-masalah yang ada ketika LDM itu gimana mbak?	“Kalo pas LDM itu masalah lebih ke komunikasi ya karena disana suka susah sinyal. Yaa biasalah, ngiranya dia lagi sama siapa. Kalo sama laki-laki kan, kita sudah berumah tangga yang ditakutkan ya pasti ada orang ketiga. Seperti waktu di Kalimantan itukan cewek-cewek Dayak sana kan cantik-cantik, takutnya ya kegoda. Alhamdulillah suami, saya yakin dia imannya bagus. Jadi saya masalah setia insyaallah saya gak pernah meragukan dia.”	- Hambatan dalam LDM
3.	LD	Terus situasi-situasi seperti apa yang biasanya bisa membuat mbak LD bahagia selama menjalani LDM yang jauh dari suami gini?	“Ya kalo saya kan ya kerja, dan kebetulan juga tempat kerjanya ya nyaman, terus temennya banyak, terus punya relasi sama temen-temen kerja yang udah kayak saudara. Saya juga punya teman yang kalo saya lagi pengen jalan-jalan yang biasanya dilakukan sama suami.”	- Situasi yang memunculkan kebahagiaan dalam LDM - Dukungan sosial

		Jadi kayak buat pelampiasan kalo misal lagi pengen nonton, jalan gitu tuh ya temenku selalu bisa. Temenku itu ya cewe juga kan jadi dari suamiku gak ada masalah, dari akunya juga gak ada masalah.”	
4.	AR	Terus ada rasa bosan nggak mbak jalanin LDM ini?	<p>“Kalo bosan, karena aku belum lama juga ya mbak. Kadang kangen juga sih, kangen bareng-bareng. Kan senin sampe jumat itu udah jauh, yang biasanya aku butuh ini, butuh ini, pengen pergi bareng. Karena kan rumahku di pucuk gunung, kalo aku mau ke bawah itu tuh gelap, nah aku takut. Jadi pengennya ada yang nganterin. Itu yang paling bikin pengen ngumpul lagi gitu aja lah. Terus cepet selesai lah, cari yang deket-deket aja kayak gitu.”</p> <p>- Kondisi LDM - Hambatan dalam LDM</p>
5.	WD	Kalo lingkungan sekitar sendiri berperan dalam meringankan peran mbak WD yang kerja sekaligus LDM gini nggak mbak?	<p>“Yo itu gak ada sih. kan soale aku di rumah udah sama ibukku, ada adekku juga mbek suamine. Jadi udah terbantu sama mereka. Kalo yang bantu momong nanti ibukku gentian sama adekku kalo dia pas libur. Kalo urusan rumah yang dikerjakke laki-laki kan ada suamine adekku.”</p> <p>- Dukungan sosial</p>
6.	HE	Berarti temen kantor juga cukup membantu dalam keseharian mbak HE kalo misal butuh tempat buat curhat atau apa gitu ya mbak?	<p>“Iya, he’em. Ya kadang cerita-cerita sama temen kantor itu. Kadang juga suka jalan-jalan sama temen kantor yang nemenin.”</p> <p>- Situasi yang memunculkan kebahagiaan dalam LDM - Dukungan sosial</p>

Membuat pola antar pengalaman informan. Proses menentukan pola jawaban yang berasal dari hasil wawancara dengan informan dengan cara melihat jawaban informan

berdasarkan tema yang telah dibuat. Kegiatan ini disebut dengan membuat pola antar pengalaman informan. Pola antar pengalaman informan dapat dilihat pada pembahasan.

Melaporkan hasil analisis. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan dan dilakukan beberapa proses atau langkah di atas, kegiatan selanjutnya adalah melaporkan hasil analisis yang telah dibuat. Laporan hasil analisis terdapat pada pembahasan. Sumber informan dalam penelitian ini adalah ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh yang berdomisili di Jawa Tengah. Data demografi informan dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4. Data Demografi Informan

No.	Informan	Usia	Alamat Informan	Usia LDM	Lokasi Suami Bekerja	Jumlah Anak
1.	BT	40	Solo	2 tahun	Magelang	4
2.	AG	34	Karanganyar	1 tahun 10 bulan	Papua	2
3.	LD	31	Sukoharjo	6 tahun	Kalimantan	1
4.	AR	29	Kendal	1 tahun	Batang	2
5.	WD	29	Semarang	4 tahun	Purwodadi	1
6.	HE	28	Semarang	1 tahun 11 bulan	Solo	1

Penelitian dilakukan dalam kurun waktu tanggal 5 November hingga 18 Desember 2022. Informan yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 6 orang informan utama yaitu ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh antar kota hingga antar pulau dan 6 orang informan pendukung yaitu sebagai kerabat informan utama. Data demografi pelaksanaan wawancara dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Data Pelaksanaan Wawancara

No.	Informan	Waktu Pelaksanaan	Lokasi Wawancara
1.	BT	5 November 2022	Rumah Informan
2.	AG	10 November 2022	RSUD Dr. Moewardi
3.	LD	11 November 2022	RSUD Dr. Moewardi
4.	AR	25 November 2022	SLBN Semarang Kampus 2
5.	WD	26 November 2022	Rumah Informan
6.	HE	27 November 2022	Rumah Informan

Tabel 6. Transkrip Data Wawancara Kondisi LDM

No.	Informan	Pertanyaan	Respon/Jawaban
1.	BT	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Menjalani LDM selama hampir 2 tahun LDM karena pekerjaan, tuntutan ekonomi Awal LDM merasa kesepian, tidak ada yang mengayomi
2.	AG	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Menjalani LDM selama 1 tahun 10 bulan LDM karena pekerjaan Merasa iri melihat keluarga yang utuh tinggal dalam satu atap
3.	LD	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Menjalani LDM selama 6 tahun LDM karena pekerjaan Awal LDM merasa kesulitan dan kesepian
4.	AR	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Mejalani LDM selama 1 tahun LDM karena ekonomi, kebutuhan rumah tangga Awal LDM menolak dan merasa kaget Sering merasa kangen ketika LDM dengan suami
5.	WD	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Menjalani LDM selama 5 tahun LDM karena pekerjaan, kebutuhan ekonomi Awal LDM merasa berat Merasa kangen ketika LDM dengan suami
6.	HE	Berapa lama menjalani LDM Hal yang mendasari terjadinya LDM Perasaan yang muncul dalam menjalani LDM	Menjalani LDM selama hampir 2 tahun LDM karena pekerjaan, kebutuhan ekonomi Merasa cemburu dan curiga terhadap suami selama menjalani LDM

Berdasarkan Tabel 6 dapat dijelaskan bahwa kehidupan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh antara lain mengenai kondisi yang dirasakan pasangan suami istri dalam pernikahan jarak jauh. Seluruh informan menjalani pernikahan jarak jauh dikarenakan tugas pekerjaan suami yang berada di luar kota. Informan BT menjelaskan bahwa suami bekerja di Magelang, sedangkan informan berada di Solo, seperti transkrip wawancara dengan BT “Suami saya kerja di luar kota, mbak. Di Magelang, sudah hampir 2 tahun ini, mbak. Ya baru sih sebetulnya. Karena di Solo itu sudah 22 tahun.” Kemudian suami informan pulang ke Solo dalam waktu 3 hari dalam seminggu. Hal tersebut dijelaskan dalam

transkrip “Kan jumat malem pulang, nanti berangkat lagi senin pagi. Atau kalo jumat itu misalkan banyak kerjaan gitu ya sabtu pagi pulang. Tapi jarang sih, yang sering itu jumat malem.” Begitu juga hasil wawancara dengan AG, AG mengatakan “Suami saya kerja sebagai TNI AD di asrama Yonif 408 Sragen. Saya sendiri sebagai bidan di rumah sakit dr. Moewardi. Saya tinggalnya di perumahan Jatèn Permai Indah, Karanganyar. Suami saya lagi tugas di Papua sudah 14 bulan ini. Jadi kantornya itu di Sragen, tapi saat ini lagi satgas di Papua.” Jadi dapat disimpulkan bahwa kondisi pernikahan informan memiliki lama waktu yang berbeda ketika menjalani pernikahan jarak jauh dengan berbagai lokasi pekerjaan suami informan. Hal yang mendasari pernikahan jarak jauh yaitu pekerjaan informan dengan suami yang terpisah jarak. Perasaan informan ketika pertama menjalani pernikahan jarak jauh juga bermacam-macam. AG menerangkan bahwa “Karena sudah terbiasa dari awal dulu ya. Kalo sudah menikah itu kita sudah terbiasa ya.” Sedangkan informan LD menyatakan bahwa di awal pernikahan jarak jauh terasa sulit, “Kalo pas di awal pernikahan dulu agak sulit ya. Tapi kalo masalah kesehariannya sih biasa aja.” Jadi dapat disimpulkan bahwa perasaan yang muncul dari informan ketika menjalani pernikahan jarak jauh ada yang sudah terbiasa dikarenakan dari awal memang sudah terpisah jarak, ada pula yang merasa sulit karena tidak terbiasa berjarak dengan suami.

Ada berbagai macam keadaan yang mengharuskan suami bekerja di luar kota. Berdasarkan hasil wawancara, beberapa informan harus menjalani pernikahan jarak jauh dikarenakan suami mendapatkan penempatan kerja, hal ini dijelaskan oleh informan AR “Nah jadi 5 bulan itu kalo di Semarang ya di Semarang, nanti setelah 5 bulan ditawarkan lagi tapi adanya di Batang pripun, terakhir kayak gitu. Waktu itu juga pernah di Temanggung.” Ada juga karena promosi jabatan baru yang penempatan kerjanya di luar kota, seperti yang dialami oleh informan BT, BT mengatakan bahwa “nanti setiap 5 tahun pindah itu gak mesti. Jadi tergantung apa ya.. tergantung ini lah, em promosinya. Bisa 2 tahun, bisa 5 tahun, bisa 4 tahun, bisa lama gitu ya.” Jadi banyak faktor yang menjadi penyebab pasangan suami istri harus menjalani pernikahan jarak jauh dan muncul perasaan sulit menghadapi jarak yang memisahkan hubungan pernikahan, tetapi juga ada yang merasa pernikahan jarak jauh adalah hal yang biasa. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Winta & Nugraheni (2019), yang menyatakan bahwa pada istri yang hidup berjauhan dari pasangannya karena *long-distance married* kondisi jarak dan waktu berdampak pada pertemuan singkat yang dapat membuat istri kehilangan sosok padangan dan dapat merasakan jenuh dengan kesendiriannya ketika mengurus keluarga. Namun, hasil penelitian Muhardeni (2018) menyatakan bahwa terdapat

pengaruh kepercayaan dan intensitas komunikasi yang mempengaruhi kebahagiaan ibu yang menjalani pernikahan jarak jauh dengan suami.

Tabel 7. Transkrip Data Wawancara Hambatan dalam LDM

No.	Informan	Pertanyaan	Respon/Jawaban
1.	BT	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Terkadang lelah dengan tugasnya sebagai pekerja, mengurus anak, dan mengurus rumah sendirian Menjalin pertemanan yang terlalu akrab dengan lawan jenis menimbulkan pikiran negatif di lingkungan sosial Sulit berkomunikasi Timbul rasa takut dan pikiran negatif terhadap suami Merasa bosan menjalani LDM Tidak hadirnya suami sebagai tempat bercerita
2.	AG	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Menjalin pertemanan yang terlalu akrab dengan lawan jenis menimbulkan pikiran negatif di lingkungan sosial Sulit berkomunikasi Timbul rasa takut dan pikiran negatif terhadap suami
3.	LD	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Adanya perbedaan pendapat Iba dengan anak karena kurang dalam mendampingi pengasuhan
4.	AR	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Masalah komunikasi, perbedaan sikap dan ego Penyelesaian masalah melalui sindiran di sosmed dan transferan uang
5.	WD	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Tidak bisa segera mendapatkan anak Kesulitan ketika memiliki urgensi dengan suami Merepotkan ibu dan kakaknya karena tidak hadirnya suami dalam keseharian
6.	HE	Permasalahan yang sering muncul ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Penyelesaian atas permasalahan yang terjadi dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Adanya perselisihan pendapat Kendala komunikasi Menyelesaikan permasalahan dengan saling memahami dan berpikiran positif Muncul pikiran negatif terhadap suami ketika LDM Kesulitan mencari tempat bercerita

Berdasarkan Tabel 7 dapat dijelaskan bahwa selain kondisi pernikahan jarak jauh yang dialami pasangan suami istri terdapat pula hambatan dalam menjalani pernikahan jarak jauh. Kendala jarak dan waktu berdampak pada pertemuan yang singkat antar pasangan. Pertemuan yang singkat dan dirasa kurang, membuat informan menjadi kehilangan sosok pasangan dan segera ingin dapat bersama kembali. Terutama ketika membesarkan anak seorang diri tanpa adanya suami, informan AG merasa jenuh. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan AG, diperoleh transkrip jawaban “Pengen.. pengen kayak yang lain gitu. Sebetulnya aku menikmati aja sih masa-masa LDM ini. Tapi kadang kalo ada titik jenuh, kerja, kita ada tuntutan ini itu, dan kalo anak-anak mungkin rewel atau banyak yang harus dilakukan sendiri, sedangkan saya juga bekerja, saya yang ngurus anak, saya yang ngurus kerjaan rumah gitu kadang disini pengennya cuma nangis. Bilang sama suami, pah gini gini gitu, jadi kayak ada rasa galau aja gitu pengen satu rumah.” Berdasarkan transkrip jawaban di atas dapat disimpulkan bahwa informan AG merasa lelah, jenuh ketika harus mengurus rumah dan keluarga di saat jauh dari suami.

Hambatan komunikasi juga merupakan hal yang dirasakan informan ketika menjalani pernikahan jarak jauh, seperti yang dialami informan AG “Kalo pas LDM itu masalah lebih ke komunikasi ya karena di sana suka susah sinyal. Yaa biasalah, ngiranya dia lagi sama siapa. Kalo sama laki-laki kan, kita sudah berumah tangga yang ditakutkan ya pasti ada orang ketiga.” Meskipun informan dapat mengerti bahwa tidak setiap saat harus telepon dan *video call* karena keadaan informan atau suami yang sedang sibuk, sehingga mereka mensiasati dengan *chat* di aplikasi *whatsapp* tetapi gangguan sinyal juga berpengaruh pada komunikasi. Pendapat tersebut sejalan dengan hasil penelitian Prameswara & Sakti (2016), yang menyatakan bahwa istri yang menjalani hubungan pernikahan jarak jauh merasa jenuh dengan kesendiriannya ketika mengurus keluarga. Kehidupan pernikahan informan tidak terlepas dari manajemen diri atau kontrol diri sehingga informan dapat menjalani kehidupan pernikahan jarak jauh. Penelitian Tamba (2020) menyatakan bahwa komunikasi berperan sangat penting dalam *maintaining relationship*. Terdapat beberapa upaya pemeliharaan hubungan komunikasi suami istri jarak jauh, salah satu di antaranya adalah komunikasi dengan media komunikasi (gawai dan komputer jinjing). Pendapat dari Nugraheni & Pratiwi (2020), mengungkapkan bahwa faktor penghambat pernikahan jarak jauh antara lain adanya rasa malas dan lelah, adanya kesibukan, dan adanya perbedaan pendapat. Hambatan tersebut memberikan dampak, salah satu di antaranya adalah dampak positif dukungan sosial yang dapat menimbulkan kebahagiaan dan hubungan keluarga yang lebih dekat untuk menghindarkan dari perselingkuhan.

Tabel 8. Transkrip Data Wawancara Situasi yang Memunculkan Kebahagiaan LDM

No.	Informan	Pertanyaan	Respon/Jawaban
1.	BT	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Sepulang kerja menghabiskan waktu dengan anak: keliling kompleks, membacakan buku atau bermain bersama anak Tidak memiliki beban pekerjaan rumah tangga Memiliki rejeki yang lancar Tidak hadirnya suami sebagai tempat bercerita
2.	AG	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Bermain sosial media untuk mengalihkan kesedihan Lingkungan kerja yang nyaman Bercerita dengan anak di malam hari Bepergian dengan anak
3.	LD	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Lingkungan kerja yang nyaman Menghabiskan waktu dengan anak: bermain dan bercerita dengan anak
4.	AR	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Perhatian dan pemberian transfer uang membuat bahagia <i>Positive thinking</i> bahwa yang membuat bahagia adalah diri sendiri Belanja membuat bahagia
5.	WD	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Bepergian bersama anak Menghabiskan waktu bersama anak sepulang kerja
6.	HE	Situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Peristiwa yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Bertambahnya gaji dan uang jajan membuat bahagia Bermain dan bercanda dengan anak Bermain sosial media dan <i>me time</i> seperti memasak dan jalan-jalan

Berdasarkan Tabel 8 dapat dijelaskan bahwa meskipun terdapat hambatan yang dirasakan dalam pernikahan jarak jauh, tetapi ada situasi yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani pernikahan jarak jauh yang di alami oleh pasangan suami istri. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, informan yang bekerja sebagai guru mengaku merasa bahagia ketika berkomunikasi dengan rekan guru-guru di sekolah dan kebetulan rekan kerja banyak yang seusia dengan informan sehingga nyaman ketika diajak ngobrol maupun curhat. Ada beberapa di antara mereka yang merasakan bermain dengan anak dan balita mereka dapat memunculkan situasi kebahagiaan bagi informan. Situasi yang muncul karena adanya pengorbanan yang dilakukan oleh suami maupun istri, karena merupakan kunci dalam mempertahankan kehidupan pernikahannya, seperti informan BT yang merasa senang ketika melihat anaknya yang balita sedang lucu-lucunya, “Iyaa, iyo ki mbak, betul hehe. Soalnya udah gak mikir kerjaan rumah, terus ya ada hiburan lah. Paling nggak anak balita kan lagi lucu-lucunya ya.” Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian dari Prameswara & Sakti (2016), yang menyatakan bahwa penerimaan yang dilakukan oleh pasangan suami istri dalam hubungan pernikahan jarak jauh memunculkan hikmah dalam menjalaninya, yaitu hikmah dalam bersyukur, karena rasa syukur membantu untuk meringankan beban masalah ketika jauh dari pasangan/suami. Perasaan bahagia muncul bisa dengan cara jalan-jalan sambil jajan seperti informan AR yang mengalami hal tersebut “Jadi ya enjoy aja sih mbak. Ya bahagia itu kan kita sendiri ya. Biasanya aku tak bikin lebih ke jajan lah, pengen beli ini itu lah, beliin buat anak juga lah. Tapi jadi ga terkontrol gitu haha.” Jadi dapat disimpulkan bahwa situasi yang dapat memunculkan kebahagiaan bagi ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh berasal dari cara informan untuk mengontrol kebahagiaan pada dirinya sehingga hubungan pernikahan jarak jauh dapat berjalan baik.

Menjalani pernikahan jarak jauh membutuhkan kesiapan mental, psikologis bagi suami maupun istri, karena dalam pernikahan jarak jauh lebih banyak mengandung resiko yang dapat timbul. Apabila suami maupun istri tidak mempunyai kesiapan mental yang matang maka akan timbul berbagai permasalahan dalam pelaksanaannya. Namun pada kenyataannya, beberapa pasangan suami istri mampu menjalani pernikahan jarak jauh dengan baik dan berhasil menjadi keluarga yang langgeng. Pelaksanaannya, pernikahan jarak jauh terdapat dampak positif yang mampu dirasakan bagi suami istri yang mampu menimbulkan kebahagiaan, diantaranya pasangan akan tahu bagaimana cara menghargai waktu, segala kebutuhan materi akan terpenuhi, kehidupan rumah tangga pasangan akan makin mesra dan anak akan lebih termotivasi untuk belajar karena melihat ayahnya pergi

untuk berkorban demi dirinya, serta jarang terjadi konflik karena jarang bertemu (Subhan, 2022).

Pelaksanaan pernikahan jarak jauh dibutuhkan pihak-pihak yang mendukung munculnya perasaan bahagia dalam pernikahan jarak jauh. Peran suami dan istri harus saling berjalan beriringan dalam memerankan peran sebagai suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, karena keterbukaan menjadi salah satu kunci utama dalam kesuksesan pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh (Manullang, 2021). Pernikahan jarak jauh diperlukan dorongan dari pihak suami dan istri untuk melakukan serta menjalani aktivitas bersama, seperti: berlibur bersama, jalan-jalan dan melakukan kegiatan yang disukai bersama-sama, sehingga hubungan antara suami dan istri tetap berjalan harmonis, karena pasangan yang lebih sering melakukan aktivitas bersama-sama diasumsikan akan merasakan kebahagiaan dalam pernikahannya karena mereka akan saling lebih mengerti satu sama lain (Baron dan Byrne, 2005).

Tabel 9. Transkrip Data Wawancara Dukungan Sosial dalam LDM

No.	Informan	Pertanyaan	Respon/Jawaban
1.	BT	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Pengasuhan anak dibantu oleh ibu kandung Anak, orang tua, kakak, dan teman seprofesi membuat bahagia Pekerjaan rumah tangga dibantu oleh ART
2.	AG	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Anak, teman kerja membuat bahagia Pengasuhan anak dibantu orang tua Pekerjaan rumah tangga yang dilakukan laki-laki dibantu oleh ayah dan adik kandung
3.	LD	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani	Anak, orang tua, keluarga, teman kerja, dan sahabat membuat bahagia Pengasuhan anak dan pekerjaan rumah dibantu oleh bude Pekerjaan rumah yang dilakukan laki-laki dibantu oleh tetangga

		Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	
4.	AR	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Mertua, anak membuat bahagia Pengasuhan anak dibantu mertua Mertua selalu memberikan sisi positif dan mendukung bekerja
5.	WD	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Anak membuat bahagia Pengasuhan dibantu ibu dan kakak andung Pekerjaan rumah yang dilakukan laki- laki dibantu oleh adik ipar
6.	HE	Pihak yang memunculkan perasaan bahagia dalam menjalani Pernikahan Jarak Jauh Keterlibatan lingkungan sekitar yang memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani Pernikahan Jarak Jauh	Anak dan mertua membuat bahagia Pengasuhan anak dibantu oleh tetangga Tetangga menemani di rumah Pekerjaan rumah tangga yang dilakukan laki-laki dibantu oleh tetangga

Berdasarkan Tabel 9 dapat dijelaskan bahwa selain peran suami istri, dibutuhkan keterlibatan lingkungan sekitar yang mendukung supaya mampu memunculkan perasaan bahagia ketika menjalani pernikahan jarak jauh. Dukungan ini dapat datang dari keluarga dekat kedua belah pihak dan lingkungan masyarakat setempat. Keluarga dekat seperti orang tua dan saudara dari pihak suami dan istri diharapkan mampu memberikan semangat dan arahan bagi pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, salah satu di antara informan tinggal di lingkungan orang tua dan kakak sehingga dukungan dari keluarga begitu terasa apalagi suami menjadi ketua RT di lingkungan tersebut meskipun lingkungan sekitar terkesan cuek, tetapi informan merasakan

perhatian dari lingkungan keluarga. Hal tersebut dilakukan oleh informan HE yang merasa terbantu dengan adanya tetangganya yang menjadi teman ngobrol selama menjalani pernikahan jarak jauh “Iya, tetangga sih membantu. Sangat membantu. Soale kayak kalo malem gitu jadi ada temennya tidur juga haha.” Sedangkan informan LD terbantu oleh adanya budhe yang menjadi dukungan sosial bagi kehidupan pernikahan jarak jauhnya “Kalo yang khusus ART itu nggak ada. Kalo kerjaan rumah tangga ya itu tadi sama bude saya juga. Dia ngerangkep buat momong anak sama bersih-bersih rumah.” Berdasarkan penjelasan di atas, dapat disimpulkan bahwa informan mendapat dukungan sosial dengan berbagai macam dukungan yang diberikan oleh keluarga, bahkan tetangganya.

Suami dan istri yang menjalani pernikahan jarak jauh juga butuh dukungan dari pihak-pihak lain yang terlibat dalam pernikahan jarak jauh. Situasi lingkungan sekitar ketika menjalani pernikahan jarak jauh, seperti memberikan dukungan secara langsung maupun tidak langsung, tidak memberikan omongan yang mampu menyakiti perasaan suami atau istri yang menjalani pernikahan jarak jauh, dan dapat memberikan nasihat yang positif bagi orang yang lebih berpengalaman. Hal tersebut sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ermus & Primanita (2023) yang menyatakan bahwa terdapat pengaruh signifikan antara kontribusi dukungan sosial terhadap kepuasan pernikahan jarak jauh. Kepedulian yang diperlihatkan lingkungan sekitar atau dukungan sosial memberikan ketenangan pada informan.

Berdasarkan wawancara dengan beberapa informan, diperoleh kesimpulan bahwa informan merasa kaget, merasa sedih, dan tidak terbiasa dengan keadaan pernikahan jarak jauh sehingga informan merasakan perasaan yang tidak nyaman di awal pernikahan jarak jauh. Pada awal pernikahan jarak jauh informan kaget karena komunikasi yang biasanya bertatap muka langsung, setelah terpisah jarak mereka harus menjalani komunikasi lewat dunia maya seperti chat, video call. Terutama bagi informan yang memiliki anak, mereka memberikan pengertian kepada anak mereka karena anak mereka bertanya keberadaan ayah. “Iyaa... saya juga heran lho. Kok ga pernah ketemu ayahnya, begitu ketemu opo kangen opo gimana gitu ya. Tapi gakpapa sih, kan maksudnya kalo pas hari biasa gak nyariin.”

Namun seiring berjalannya waktu, informan dapat menyesuaikan kondisi pernikahan jarak jauh, mulai dapat membiasakan diri dengan pernikahan jarak jauh. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa informan lebih bahagia ketika sebelum menjalani pernikahan jarak jauh.

Berdasarkan data nilai kebahagiaan dari informan yang menjalani pernikahan jarak jauh, informan dengan usia pernikahan jarak jauh yang sudah berjalan lama (lebih dari 2 tahun)

dan memiliki jumlah anak yang lebih sedikit memiliki kebahagiaan yang lebih tinggi (informan LD dan WD) dibandingkan dengan informan dengan usia pernikahan jarak jauh yang berjalan sebentar (kurang dari 2 tahun) dan memiliki jumlah anak yang lebih banyak (informan AG dan AR).

4. PENUTUP

Gambaran kebahagiaan ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh pada kondisi awal merasa aneh dan asing dengan keadaan yang dijalani karena yang awalnya bersama mengurus rumah tangga bersama-sama, namun setelah berpisah demi pekerjaan suami, ibu menjadi merasakan hal yang tidak biasa dalam hidup keseharian, sebab intensitas bertemu suami yang kurang dikarenakan tugas pekerjaan suami yang berada di luar kota. Komunikasi merupakan hambatan yang dirasakan ketika menjalani pernikahan jarak jauh. Terdapat beberapa upaya pemeliharaan hubungan komunikasi suami istri jarak jauh, salah satu di antaranya adalah komunikasi dengan media komunikasi (gawai dan komputer jinjing). Komunikasi dapat dilakukan secara online melalui *chat*, *video call* ataupun telpon, padahal tidak setiap saat dapat melakukan telpon ataupun video call, karena kesibukan masing-masing, sehingga dapat disiasati dengan chat di aplikasi *WhatsApp*.

Dibutuhkan dukungan sosial bagi ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh yaitu dengan adanya rekan kerja yang mendukung dan nyaman untuk berbagi cerita, sehingga dapat memberikan motivasi dan hiburan bagi ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Selain itu, dukungan dari keluarga dekat kedua belah pihak dan lingkungan masyarakat setempat sangat dibutuhkan, salah satunya dengan memberikan semangat dan arahan bagi pasangan suami istri yang menjalani pernikahan jarak jauh. Bermain dengan anak dan balita juga mampu memunculkan situasi kebahagiaan bagi ibu bekerja yang menjalani pernikahan jarak jauh. Selain dukungan dari pihak luar dibutuhkan juga dukungan dari peran suami dan istri harus saling berjalan beriringan dalam memerankan perannya masing-masing dalam menjalani pernikahan jarak jauh, karena keterbukaan menjadi salah satu kunci utama dalam kesuksesan pasangan yang menjalani pernikahan jarak jauh.

Informan lebih bahagia ketika sebelum menjalani pernikahan jarak jauh. Mereka kaget dan bingung ketika awal-awal menjalani pernikahan jarak jauh. Informan yang telah menjalani pernikahan jarak jauh yang telah lama (lebih dari 2 tahun) dan memiliki jumlah anak lebih sedikit, lebih bahagia daripada informan yang baru menjalani pernikahan jarak jauh dan memiliki jumlah anak yang lebih banyak.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyaksa Dhika Prameswara, & Hastaning Sakti. (2016). Pernikahan Jarak Jauh (Studi Kualitatif Fenomenologis Pada Istri yang Menjalani Pernikahan Jarak Jauh). *Jurnal Empati*, 5(3), 417–423.
- Apsaryanthi, N. L. K., & Lestari, M. D. (2017). Perbedaan Tingkat Psychological Well-Being Pada Ibu Rumah Tangga Dengan Ibu Bekerja Di Kabupaten Gianyar. *Jurnal Psikologi Udayana*, 4(1), 110–117. <https://doi.org/10.24843/jpu.2017.v04.i01.p12>
- Baron., & Byrne. (2005). *Psikologi Sosial Jilid 2 Edisi Indonesia*. Jakarta : Erlangga.
- BP2MI. (2021). Data Pmi Periode Tahun 2021.
- BP2MI. (2022). Data Pmi Periode Tahun 2022.
- Creswell, J.W. (2012). *Educational. RESEARCH: Planning,. Conducting, and Evaluting. Quantitative and Qualitive. Research 4th. Edition*. Boston: Pearson.
- Creswell, J.W. (2013). *Research Design (Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif dan Mixed). Edisi Revisi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Delle Fave, A., Brdar, I., Freire, T., Vella-Brodrick, D., & Wissing, M. P. (2011). The Eudaimonic and Hedonic Components of Happiness: Qualitative and Quantitative Findings. *Social Indicators Research*, 100(2), 185–207. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9632-5>.
- 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.
- Herdiansyah, H. (2015). *Metodologi Penelitian Kualitatif Untuk Ilmu Psikologi*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Hershfield, H. E., Mogilner, C., & Barnea, U. (2016). People Who Choose Time Over Money Are Happier. *Social Psychological and Personality Science*, 7(7), 697–706. <https://doi.org/10.1177/1948550616649239>.
- Kaplan, V. (2022). Mental Health States of Housewives: an Evaluation in Terms of Self-Perception and Codependency. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 21(1): 666-683. <https://doi.org/10.1007/s11469-022-00910-1>.
- Keene, J. R., & Quadagno, J. (2004). Predictors of perceived work-family balance: Gender difference or gender similarity? *Sociological Perspectives*, 47(1), 1–23. <https://doi.org/10.1525/sop.2004.47.1.1>.
- La Kahija, Y. F. (2017). *Penelitian fenomenologis. jalan memahami pengalaman hidup*. Yogyakarta: Kanisius.
- Lee, D. S., & Padilla, A. M. (2016). Predicting South Korean University students' happiness through social support and efficacy beliefs. *International Journal for the*

- Advancement of Counselling, 38(1), 48–60. <https://doi.org/10.1007/s10447-015-9255-2>
- Ljunge, M. (2016). Migrants, health, and happiness: Evidence that health assessments travel with migrants and predict well-being. *Economics and Human Biology*, 22, 35–46. <https://doi.org/10.1016/j.ehb.2016.03.004>.
- Manullang, O. C. (2021). Keterbukaan Diri Dengan Kepuasan Pernikahan Pada Pasangan Pernikahan Jarak Jauh. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 9(3), 667. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v9i3.6507>.
- Mogilner, C. (2010). The pursuit of happiness: Time, money, and social connection. *Psychological Science*, 21(9), 1348–1354. <https://doi.org/10.1177/0956797610380696>.
- Muhardeni, R. (2018). Peran Intensitas Komunikasi, Kepercayaan, dan Dukungan Sosial Terhadap Kebahagiaan Perkawinan Pada Istri Tentara Saat Menjalani Long Distance Marriage (LDM) di Batalyon Infanteri 407/Padmakusuma Kabupaten Tegal. *Jurnal Psikologi Sosial*, 16(1): 34-44.
- Nur, R., Ermus, I., & Primanita, R. Y. (2023). Kontribusi Dukungan Sosial terhadap Kepuasan Pernikahan (Maturity Satisfaction) pada Istri dengan Kehamilan Tidak Direncanakan. 7, 1441–1449.
- Öztemel, K., & Yıldız-Akyol, E. (2021). The Predictive Role of Happiness, Social Support, and Future Time Orientation in Career Adaptability. *Journal of Career Development*, 48(3), 199–212. <https://doi.org/10.1177/0894845319840437>.
- Pholphirul, P. (2015). Happiness from Giving: Quantitative Investigation of Thai Buddhists. *Applied Research in Quality of Life*, 10(4), 703–720. <https://doi.org/10.1007/s11482-014-9349-8>.
- Prameswara, A. D., & Sakti, H. (2016). Pernikahan jarak jauh Studi Kualitatif Fenomenologis pada Istri yang menjalani Pernikahan Jarak Jauh. *Jurnal Empati*, 5(3), 417–423.
- Quoidbach, J., Taquet, M., Deseilles, M., de Montjoye, Y. A., & Gross, J. J. (2019). Happiness and Social Behavior *Psychological Science*, 30(8), 1111-1122.
- Rofi'udin. (2016). Konsep Kebahagiaan Dalam Pandangan Psikologi Sufistik. *Jurnal Theologia*, 24(2), 163-200.
- Rusdiana, I. (2017). Konsep Authentic Happiness pada Remaja dalam Perspektif Teori Myers. *Jurnal Kependidikan Dasar Islam Berbasis Sains*, 2(1): 27-35.
- Sarmadi, S. (2018). *Psikologi Positif*. Yogyakarta: Titah Surga.
- Siregar, S. D. (2011). Peran Ibu Bekerja dan Tidak Bekerja Terhadap Pendidikan Anak di Rumah Pada Masyarakat Mandailing di Kelurahan Bonan Dolok Kecamatan Padang Sidempuan Utara. Retrieved from <http://repository.usu.ac.id/handle/123456789/28173>.

- Subhan, M. (2022). Long Distance Marriage (LDM) dalam Perspektif Hukum Islam. *Jurnal Studi Keislaman: Ulumuna*, 8(2), 444–465.
- Tamba, E. J. (2020). Maintaining Relationship Komunikasi Suami Istri Pasangan Jarak Jauh. *Studi Ilmu Komunikasi Dan Dakwah*, Vol. 02, N, 67–103.
- Uraningsari, Fitrië & Djalali, M. As'ad. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial dan Kebahagiaan pada Lanjut Usia. *Persona, Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01), 15-27.
- Westaway, K. E., Morwood, M. J., Roberts, R. G., Zhao, J. x., Sutikna, T., Saptomo, E. W., & Rink, W. J. (2007). Establishing the time of initial human occupation of Liang Bua, western Flores, Indonesia. *Quaternary Geochronology*, 2(1–4), 337–343. <https://doi.org/10.1016/j.quageo.2006.03.015>.
- Wijayanto, A. Y., & Fauziah, N. (2020). KERJA DI GENGAMANKU KELUARGA DI HATIKU Interpretative Phenomenological Analysis Tentang Work-Family Balance Pada Ibu Bekerja. *Jurnal EMPATI*, 7(1), 76–83. <https://doi.org/10.14710/empati.2018.20149>.
- Winta, M. V. I., & Nugraheni, R. D. (2019). Coping Stress pada Istri yang Menjalani Long Distance Married. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 3(2), 123. <https://doi.org/10.26623/philanthropy.v3i2.1711>.
- Zagórski, K. (2011). Income and Happiness in Time of Post-Communist Modernization. *Social Indicators Research*, 104(2), 331–349. <https://doi.org/10.1007/s11205-010-9749-6>.