

ABSTRAK

Hubungan jarak jauh yang dijalani oleh pekerja migran perempuan dan pasangan mereka sering kali menghadapi berbagai tantangan dalam mempertahankan keharmonisan, terutama karena keterbatasan dalam komunikasi. Kabupaten Cilacap, yang memiliki jumlah pekerja migran perempuan yang signifikan, menjadi lokasi strategis untuk memahami pola komunikasi pasangan dalam konteks ini. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pola komunikasi interpersonal yang digunakan oleh pasangan pekerja migran perempuan dalam memelihara hubungan jarak jauh. Menggunakan metode penelitian kualitatif dan *Relationship Maintenance Theory* (Stafford dan Canary) sebagai kerangka analisis, penelitian ini mengidentifikasi lima strategi utama: *positivity*, *openness*, *assurances*, *social networks*, dan *sharing tasks*. Metode pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi, dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasangan yang berhasil mempertahankan keharmonisan menerapkan komunikasi yang konsisten, berbagi perasaan secara terbuka, komitmen yang kuat, membagi tanggung jawab serta memanfaatkan teknologi seperti telepon, *video call*, dan media sosial. Strategi-strategi tersebut membantu pasangan mengatasi tantangan hubungan jarak jauh dan mempertahankan keharmonisan hubungan.

Kata kunci: komunikasi interpersonal, *relationship maintenance theory*, hubungan jarak jauh, pekerja migran perempuan

ABSTRACT

Long-distance relationships between female migrant workers and their spouses often face various challenges in maintaining harmony, especially due to limitations in communication. Cilacap Regency, which has a significant number of female migrant workers, is a strategic location to understand couples' communication patterns in this context. This study aims to analyse the interpersonal communication patterns used by spouses of female migrant workers in maintaining long-distance relationships. Using qualitative research methods and Relationship Maintenance Theory (Stafford and Canary) as an analytical framework, this study identified five main strategies: positivity, openness, assurances, social networks, and sharing tasks. Data collection methods were conducted through in-depth interviews, observation, and documentation. The results show that couples who successfully maintain harmony apply consistent communication, share feelings openly, strong commitment, share responsibilities and utilise technology such as telephone, video calls and social media. These strategies help couples overcome the challenges of long-distance relationships and maintain relationship harmony.

Keywords: interpersonal communication, relationship maintenance theory, long-distance relationships, female migrant workers

