

Makna Komunikasi Digital Bagi Pasangan Dalam Hubungan LDR

Astri Rahmawati*¹, Halimah Tussyakdiah², Khaulah Nabilah³, Konto Iskandar Dinata⁴

^{1,2,3}, Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia

*e-mail: astrirahmawati913@gmail.com¹, halimahhdiah03@gmail.com², khaulahnaa@gmail.com³,
kontoiskandardinata_uin@radenfatah.ac.id

Abstract: *This study aims to describe the meaning of digital communication for couples in Long Distance Relationships (LDR). The rapid development of communication technology has significantly influenced how couples maintain their relationships despite being geographically separated. This research employed a qualitative method with a descriptive approach, and data were collected through an in-depth interview with a participant (LR), a university student who has been in an LDR for four years. The findings reveal that digital communication through text messages, voice notes, phone calls, and video calls serves as the primary medium for sustaining emotional closeness and a sense of presence between partners. The use of digital symbols such as emojis, stickers, and daily photos is also interpreted as an affective expression that helps reduce feelings of longing and creates more personal interactions. Furthermore, digital communication contributes to building trust and commitment through consistent check-ins, openness about daily activities, and willingness to allocate time for interaction. However, the study also identifies several challenges, including misinterpretation of messages, delayed responses, and poor network quality, which may trigger anxiety and misunderstandings. Overall, digital communication is understood as an emotional bridge that enables couples to feel connected despite physical distance, offering deeper insight into the role of technology in modern romantic relationships, particularly among LDR couples.*

Keywords: Long Distance Relationship, Digital Communication, Emotional Closeness.

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan makna komunikasi digital bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh atau Long Distance Relationship (LDR). Perkembangan teknologi telah memberikan pengaruh besar terhadap cara pasangan mempertahankan hubungan ketika terpisah secara geografis. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif, dengan data diperoleh melalui wawancara mendalam pada subjek LR, seorang mahasiswa yang menjalani hubungan LDR selama empat tahun. Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi digital melalui pesan teks, voice note, panggilan suara, dan video call menjadi sarana utama untuk menjaga kedekatan emosional dan rasa kehadiran pasangan. Penggunaan simbol digital seperti emoji dan foto harian turut dimaknai sebagai bentuk ekspresi afektif yang membantu mengurangi rindu dan menciptakan interaksi yang terasa personal. Selain itu, komunikasi digital juga berperan dalam membangun kepercayaan dan komitmen melalui keterbukaan informasi, konsistensi memberi kabar, serta kesediaan meluangkan waktu. Namun, penelitian ini juga menemukan hambatan berupa salah tafsir pesan, keterlambatan balasan, dan gangguan jaringan yang dapat memicu kecemasan maupun kesalahpahaman. Secara keseluruhan, komunikasi digital dimaknai sebagai jembatan emosional yang memungkinkan pasangan tetap merasa dekat, meskipun menghadapi keterpisahan fisik. Temuan ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran teknologi dalam dinamika hubungan romantis modern, khususnya pada pasangan LDR.

Kata kunci: Hubungan Jarak Jauh, Komunikasi Digital, Kedekatan Emosional.

1. PENDAHULUAN

Hubungan jarak jauh atau *Long Distance Relationship* (LDR) kini semakin sering terjadi pada pasangan muda maupun dewasa karena alasan kuliah, pekerjaan, atau pindah tempat tinggal. Kondisi ini biasanya menimbulkan tantangan emosional seperti rasa rindu, cemburu, atau khawatir yang bisa memengaruhi hubungan. Di tengah keterpisahan fisik, teknologi komunikasi menjadi alat utama untuk membuat pasangan tetap merasa dekat. Stafford (2010) menjelaskan bahwa hubungan LDR bisa tetap berkualitas jika pasangan terus menjaga komunikasi, saling percaya, dan secara aktif merawat hubungan. Teknologi komunikasi digital membuat pasangan LDR bisa menjalankan strategi pemeliharaan hubungan dengan lebih mudah. Menurut Stafford dan Merolla (2007), pasangan yang menjalani LDR tetap bisa mempertahankan hubungan melalui komitmen, percakapan rutin, dukungan emosional, dan penggunaan media komunikasi. Aktivitas sederhana seperti bertukar pesan setiap hari, saling

berbagi cerita, atau mengungkapkan perasaan dapat membantu membangun rasa aman dan tetap terhubung walau tidak bertemu langsung.

Kemajuan teknologi tidak hanya membuat pasangan dapat bertukar kabar, tetapi juga menciptakan ruang untuk menjalin hubungan emosional yang lebih dalam. Jiang dan Hancock (2013) menyebutkan bahwa pesan teks, panggilan suara, dan video call dapat membantu pasangan membangun kedekatan yang lebih kuat karena media digital memungkinkan mereka berkomunikasi dengan lebih fokus dan terbuka. Dengan kata lain, teknologi membuat pasangan tetap bisa saling berbagi perasaan meskipun berada di tempat yang jauh. Namun, kualitas hubungan LDR tidak hanya bergantung pada seberapa sering pasangan berkomunikasi. Faktor psikologis juga memengaruhi hubungan. Menurut Kelmer, Modrek, dan Feinstein (2013), gaya keterikatan, kemampuan mengatur emosi, dan keyakinan terhadap stabilitas hubungan adalah hal penting yang menentukan kepuasan dalam hubungan LDR. Artinya, komunikasi digital akan efektif jika pasangan memiliki kondisi emosional dan hubungan yang sehat. Hal ini sejalan dengan pendapat Guldner (2003) yang menyatakan bahwa kedekatan emosional dalam hubungan jarak jauh tidak selalu bergantung pada kedekatan fisik. Pasangan masih bisa merasa dekat jika mereka menjaga komunikasi yang positif dan memiliki pandangan yang baik terhadap hubungan mereka. Teknologi digital, dalam hal ini, menjadi alat penting untuk menciptakan rasa kedekatan meski jarak memisahkan.

Komunikasi digital juga memiliki kemampuan untuk menciptakan suasana interaksi yang hampir mirip dengan komunikasi langsung. Walther (2017) mengatakan bahwa komunikasi berbasis teknologi dapat menghadirkan kedekatan sosial yang hampir sama dengan pertemuan tatap muka karena manusia mampu beradaptasi dalam hubungan interpersonal. Meskipun begitu, komunikasi digital tetap memiliki risiko seperti salah paham, emosi yang tidak tersampaikan dengan baik, atau kesalahpahaman akibat balasan yang terlambat. Penelitian tentang makna komunikasi digital pada pasangan LDR menjadi penting karena perkembangan teknologi yang cepat telah mengubah cara manusia menjalin dan mempertahankan hubungan. Walau fitur seperti pesan instan dan video call membantu mengurangi jarak emosional, masalah komunikasi tetap sering muncul. Wang dan Tchernev (2018) menunjukkan bahwa komunikasi digital bisa menimbulkan konflik karena perbedaan penafsiran pesan atau ekspektasi yang tidak sama. Ini menunjukkan bahwa kualitas hubungan tidak hanya ditentukan oleh seberapa sering pasangan berkomunikasi. Tinjauan pustaka diperlukan untuk memahami penelitian-penelitian sebelumnya yang membahas keintiman, kelekatan, dan regulasi emosi dalam hubungan jarak jauh. Kebanyakan penelitian masih fokus pada seberapa efektif media komunikasi digunakan, bukan pada bagaimana pasangan memaknai komunikasi digital itu sendiri. Menurut Hertlein dan Blumer (2021), memahami makna personal dari penggunaan teknologi sangat penting untuk membaca dinamika hubungan modern yang semakin dipengaruhi oleh perkembangan digital.

Dalam kehidupan sehari-hari, pasangan LDR sering memakai simbol digital seperti emoji, stiker, voice note, atau foto sebagai cara menunjukkan kasih sayang. Namun, setiap orang bisa memiliki makna yang berbeda terhadap simbol tersebut. Ketidaksamaan makna inilah yang kadang memicu konflik. Karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk menggali bagaimana pasangan memaknai komunikasi digital, baik sebagai alat kedekatan maupun sebagai potensi sumber masalah dalam hubungan. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan makna komunikasi digital bagi pasangan LDR, memahami dinamika psikologis yang mereka alami, dan menjelaskan bagaimana teknologi dapat membantu atau justru menghambat hubungan. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai peran teknologi dalam memperkuat keintiman. Gergen (2018) menyebut bahwa teknologi dapat menciptakan "rasa kehadiran" yang membuat pasangan merasa dekat walaupun terpisah jarak. Berdasarkan hal tersebut, hipotesis kualitatif penelitian ini adalah bahwa komunikasi digital memiliki makna emosional yang kuat dan memengaruhi kualitas hubungan, baik secara positif maupun negatif. Konten naskah memuat bagian-bagian Pendahuluan, Metode Penerapan, Hasil dan Ketercapaian Sasaran, Kesimpulan, Ucapan Terimakasih, dan Daftar Pustaka. Pastikan dalam konten naskah,

kecuali pada bagian ucapan terima kasih, tidak mengandung identitas personal maupun afiliasi para penulis.

Secara garis besar bagian pendahuluan memuat latar belakang, perumusan masalah, tujuan kegiatan, dan kajian literatur. Penulis dituntut mengemukakan secara kuantitatif potret, profil, dan kondisi khalayak sasaran yang dilibatkan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Dapat digambarkan pula kondisi dan potensi wilayah dari segi fisik, sosial, ekonomi, maupun lingkungan yang relevan dengan kegiatan yang dilakukan. Paparkan pula potensi yang dijadikan sebagai bahan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Penulis diminta merumuskan masalah secara konkrit dan jelas pada bagian ini. Jelaskan tujuan yang hendak dicapai pada kegiatan pengabdian.

Bagian ini didukung kajian literatur yang dijadikan sebagai penunjang konsep pengabdian. Penulis dituntut menyajikan kajian literatur yang primer (referensi artikel jurnal dan prosiding konferensi) dan mutakhir (referensi yang dipublikasikan dalam selang waktu 10 tahun terakhir). Kajian literatur tidak terbatas pada teori saja, tetapi juga bukti-bukti empiris. Perkaya bagian pendahuluan ini dengan upaya-upaya yang pernah dilakukan pihak lain. Artikel ini merupakan hasil pengabdian yang merupakan hilirisasi dari hasil penelitian, dapat berupa hasil penelitian sendiri maupun peneliti lain.

2. METODE

Jenis metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif. Dimana penelitian ini menyajikan data dalam bentuk kata-kata. Hasil penelitian kualitatif menjabarkan data yang dikumpulkan yang bersifat deskriptif, berbentuk narasi atau observasi mendalam, bukan angka atau statistik. Dalam konteks ini, observasi, wawancara, dan dokumentasi adalah teknik utama untuk mengumpulkan data. Tujuan penelitian menggunakan metode kualitatif untuk memahami fenomena secara menyeluruh, termasuk perilaku dan pengalaman individu yang menjalani hubungan jarak jauh (LDR). Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi. Observasi dilakukan tiga kali selama tiga minggu. Teknik wawancara dilakukan dengan wawancara semi terstruktur dimana peneliti sudah mempersiapkan pertanyaannya tetapi, bisa memberikan kebebasan untuk mengembangkan pertanyaan tambahan sesuai dengan respons yang diberikan oleh partisipan.

Moleong (2011) menyatakan bahwa penelitian kualitatif adalah suatu penelitian ilmiah yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, tindakan dan lain-lain secara holistik dan dengan cara deskripsi dalam bentuk kata-kata dan bahasa pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode ilmiah. Hal ini menekankan pentingnya penelitian kualitatif dalam menggali makna di balik perilaku dan pengalaman subjek, terutama dalam situasi atau konteks yang tidak dapat direpresentasikan dengan angka atau data statistik. Penelitian ini memberikan kelebihan dalam memahami hal-hal yang bersifat emosional, sosial, atau budaya, yang sering kali luput dari pengukuran kuantitatif. Secara keseluruhan, penelitian kualitatif membantu kita melihat realitas dari sudut pandang partisipan serta menjadikannya alat yang kuat untuk menghasilkan wawasan yang bermakna. Pada bagian metode penerapan, uraikanlah dengan jelas dan padat metode yang digunakan untuk mencapai tujuan yang telah dicanangkan dalam kegiatan pengabdian. Hasil pengabdian itu harus dapat diukur dan penulis diminta menjelaskan alat ukur yang dipakai, baik secara deskriptif maupun kualitatif. Jelaskan cara mengukur tingkat ketercapaian keberhasilan kegiatan pengabdian. Tingkat ketercapaian dapat dilihat dari sisi perubahan sikap, sosial budaya, dan ekonomi masyarakat sasaran.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Makna Komunikasi Digital Bagi Pasangan dalam Hubungan LDR

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi digital memiliki peranan yang sangat penting dalam mempengaruhi kualitas hubungan Long Distance Relationship (LDR) bagi pasangan yang menjalaninya terutama Subjek LR yang merupakan mahasiswa UIN Raden Fatah

Palembang. Berdasarkan wawancara yang mendalam, subjek LR menjalani hubungan jarak jauh selama 4 tahun dikarenakan subjek sedang kuliah dan pasangannya bekerja diluar kota. Subjek LR mengaku walaupun LDR mereka selalu meluangkan waktu untuk bertemu satu sama lain selama 3 bulan sekali. Walaupun subjek menjalani hubungan jarak jauh, namun komunikasi mereka berjalan dengan lancar melalui komunikasi digital seperti WhatsApp, Instragram, dan Telegram. Hal ini menggambarkan bahwa teknologi digital menjadi media utama yang dapat membantu pasangan yang sedang menjalani hubungan jarak jauh (LDR) tetap bisa mempertahankan kedekatan emosionalnya dan menjaga keberlangsungan hubungan dengan sering melakukan komunikasi rutin melalui chat, voice note, telfon, dan video call. Komunikasi yang dilakukan secara rutin dapat memberikan rasa aman, nyaman, mengurangi rindu, serta menciptakan pengalaman emosional yang menyerupai interaksi tatap muka. Subjek LR menyatakan bahwa mereka selalu mengirim pesan sehari-hari, meskipun sederhana, tetapi memiliki nilai emosional yang besar karena memberi rasa kehadiran penuh dan perhatian mendalam dari pasangan. Hal ini menunjukkan bahwa komunikasi digital tidak hanya berperan sebagai sarana bertukar informasi, tetapi juga sebagai mekanisme psikologis yang membantu pasangan tetap merasa terhubung satu sama lain.

Temuan ini sesuai dengan pandangan Jiang dan Hancock (2013) yang menyebutkan bahwa komunikasi digital dapat meningkatkan keintiman dan memperkuat persepsi kedekatan pada pasangan yang terpisah secara geografis melalui pesan teks, panggilan suara, dan video call. Jadi, komunikasi yang efektif tidak hanya berfungsi sebagai sarana pertukaran informasi, tetapi juga sebagai media untuk mengekspresikan perasaan, memperkuat kepercayaan, dan menjaga komitmen pasangan. Penelitian ini juga menemukan bahwa simbol-simbol digital seperti emoji, stiker, foto aktivitas harian, dan voice note dimaknai sebagai bentuk ekspresi afektif yang dapat menggantikan sebagian ekspresi nonverbal ketika bertemu langsung. Hal ini menjelaskan bahwa penggunaan emoji tertentu misalnya simbol hati atau ekspresi lucu maupun senyum memberikan efek emosional positif yang membuat interaksi bersama pasangan terasa lebih hangat dan personal. Voice note dianggap memberikan keintiman lebih karena menghadirkan suara pasangan secara langsung sehingga membantu mengatasi kerinduan yang muncul secara tiba-tiba. Dan video call lebih memberikan interaksi yang hangat karena bisa melihat langsung ekspresj pasangan agar lebih terasa keterikatan emosional. Temuan ini juga sejalan dengan gagasan Walther (2017) tentang kemampuan manusia beradaptasi dalam komunikasi berbasis teknologi dengan memanfaatkan tanda-tanda digital untuk membangun kedekatan interpersonal. Dengan demikian, komunikasi digital menjadi ruang afektif yang dapat menghadirkan perasaan emosional, meskipun tidak ada kontak fisik nyata.

Selain membangun kedekatan emosional, komunikasi digital juga berpotensi dalam menjaga komitmen dan kepercayaan dalam hubungan LDR. Subjek LR menyatakan bahwa komunikasi itu harus konsistensi dalam memberikan kabar, terbuka terhadap aktivitas yang dijalani, dan bersedia meluangkan waktu disela-sela kesibukan untuk berinteraksi bersama pasangan. Merupakan bentuk peduli dan bertanggung jawab atas komitmen yang sudah dibangun sejak awal hubungan. Tujuannya agar pasangan bisa saling mempercayai satu sama lain, menghindari kesalahpahaman, menurunkan kecemasan, dan memperkuat persepsi stabilitas hubungan. Makna komunikasi digital ini sangat mempengaruhi harapan tentang masa depan hubungan karena kualitas komunikasi digital ini menentukan apakah seseorang masih optimis atau mulai kehilangan harapan. Dengan demikian, komunikasi digital tidak hanya menjaga kedekatan emosional, namun juga memperkuat struktur relasi hubungan agar tetap stabil. Namun, komunikasi digital juga menghadirkan berbagai hambatan yang berpotensi memengaruhi interaksi pasangan. Dimulai dari kesalahpahaman pesan menjadi tantangan yang paling sering muncul karena tidak adanya ekspresi wajah dan intonasi yang membantu memperjelas maksud pesan yang disampaikan. Hal ini menjelaskan bahwa pesan dalam teks sering kali ditafsirkan berbeda dari maksud awal sehingga memicu konflik kecil. Selain itu, keterlambatan dalam balasan pesan dan jaringan buruk saat video call juga menjadi sumber kecemasan, terutama ketika tidak disertai alasan atau penjelasan yang jelas. Maka, komunikasi digital dapat menimbulkan permasalahan psikologis ketika terjadinya ketidaksesuaian atau

hambatan yang menghalangi alur percakapan dalam hubungan LDR (Wang dan Tchernev, 2018).

Tantangan dalam Menjalani Hubungan Jarak Jauh (LDR)

Dalam menghadapi tantangan, pasangan harus mengembangkan strategi komunikasi adaptif untuk menjaga keharmonisan hubungan. Subjek LR menyatakan bahwa mereka menetapkan kesepakatan tertentu, seperti memberi kabar lebih dulu ketika sedang sibuk agar pasangan tidak merasa *overthinking* atau setiap weekend harus bermain game bareng agar tidak merasa bosan dalam hubungan jarak jauh tersebut. Subjek juga menyatakan jika terjadinya suatu konflik atau kesalahpahaman, maka pasangan harus jujur dan terbuka agar hubungan tidak mudah renggang. Dengan demikian, pentingnya dalam hubungan harus bisa memberi ruang dan waktu bagi pasangan ketika muncul kelelahan komunikasi agar hubungan tetap sehat secara emosional. Strategi inilah yang menunjukkan kemampuan pasangan dalam mengelola dinamika hubungan jarak jauh secara sadar dan adaptif. Namun, keterbatasan teknologi dan akses internet juga menjadi tantangan, karena banyaknya jadwal padat dan kondisi sinyal yang tidak selalu stabil kadang membuat komunikasi menjadi buruk atau tidak maksimal. Keadaan ini dapat menimbulkan frustrasi dan menambah beban emosional bagi pasangan. Walaupun teknologi memudahkan komunikasi digital, tetapi ketidakseimbangan waktu dan jaringan dapat mengurangi kualitas interaksi yang seharusnya berlangsung efektif. Dengan demikian, para pasangan dituntut untuk memiliki fleksibilitas serta kedewasaan dalam mengatur jadwal komunikasi, seperti menentukan waktu rutin di malam hari setelah beraktivitas atau weekend agar hubungan tetap terjaga dan harmonis tanpa menimbulkan tekanan emosional berlebihan.

Secara keseluruhan, penelitian ini menemukan bahwa komunikasi digital memiliki makna yang luas sebagai sarana membangun kedekatan emosional, mempertahankan komitmen, dan mengelola dinamika hubungan pada pasangan yang menjalani LDR. Teknologi digital tidak hanya berfungsi sebagai alat bertukar pesan, tetapi sebagai jembatan psikologis yang memungkinkan pasangan tetap merasa hadir dan dekat secara emosional dengan satu sama lain walaupun terpisah jarak yang jauh. Meskipun komunikasi digital ini tidak bisa sepenuhnya dapat menggantikan kehadiran fisik, namun komunikasi digital terbukti mampu memperkuat keintiman dan menjaga keberlangsungan hubungan secara efektif. Dengan demikian, makna komunikasi digital pada pasangan LDR mencerminkan bagaimana teknologi telah menjadi fondasi utama dalam menghadirkan rasa keterikatan atau kedekatan, stabilitas, serta ketahanan emosional dalam hubungan romantis jarak jauh agar pasangan bisa mengelola hubungan dan menjaga komitmen yang kuat. Pengabdian kepada masyarakat adalah usaha untuk menyebarluaskan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni kepada masyarakat. Kegiatan tersebut harus mampu memberikan suatu nilai tambah bagi masyarakat, baik dalam kegiatan ekonomi, kebijakan, dan perubahan perilaku (sosial). Uraikan bahwa kegiatan pengabdian telah mampu memberi perubahan bagi individu/masyarakat maupun institusi baik jangka pendek maupun jangka panjang.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa komunikasi digital memiliki makna yang mendalam bagi pasangan yang menjalani hubungan jarak jauh. Teknologi tidak hanya berfungsi sebagai sarana bertukar informasi, tetapi juga sebagai media emosional yang menghadirkan rasa kedekatan, kehadiran, dan keterikatan dalam hubungan. Pesan teks, voice note, panggilan suara, dan video call menjadi alat penting yang membantu pasangan mempertahankan keintiman, memperkuat kepercayaan, serta menjaga komitmen jangka panjang. Namun, komunikasi digital juga membawa tantangan seperti salah paham, keterlambatan balasan, dan kendala teknis yang dapat memicu kecemasan maupun konflik kecil. Oleh karena itu, pasangan LDR perlu membangun strategi komunikasi yang adaptif, terbuka, dan konsisten agar hubungan tetap stabil dan sehat. Secara keseluruhan, komunikasi digital dimaknai sebagai fondasi utama yang menopang keberlangsungan hubungan LDR, sekaligus

menjadi ruang psikologis yang memungkinkan pasangan saling merasakan kehadiran meskipun berada dalam keterpisahan fisik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, karena berkat rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada dosen yang telah memberikan arahan, bimbingan, dan masukan berharga selama proses penyusunan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dan memberikan data secara jujur sehingga penelitian ini dapat terlaksana. Tidak lupa, penulis menyampaikan apresiasi kepada keluarga, sahabat, serta semua pihak yang telah memberikan dukungan moral maupun material. Semoga segala bantuan yang diberikan menjadi amal kebaikan dan mendapatkan balasan yang setimpal dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Gergen, K. J. (2018). *Relational being: Beyond self and community*. Oxford University Press.
- Gergen, K. J. (2018). Technology and the construction of relational presence. *New Ideas in Psychology*, 50, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.newideapsych.2018.04.001>
- Guldner, G. T. (2003). *Long-distance relationships: The complete guide*. J. Wiley & Sons.
- Hertlein, K. M., & Blumer, M. L. (2021). *The couple and family technology framework: Intimate relationships in a digital age*. Routledge.
- Jiang, L. C., & Hancock, J. T. (2013). Absence makes the communication grow fonder: Geographic separation, interpersonal media, and intimacy in dating relationships. *Journal of Communication*, 63(3), 556–577. <https://doi.org/10.1111/jcom.12029>
- Kelmer, G., Modrek, S., & Feinstein, B. A. (2013). Separation and relationship quality: Attachment, emotional regulation, and perceptions of stability. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(7), 803–823. <https://doi.org/10.1177/0265407512465977>
- Moleong, J. Lexy. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT. Remaja Rosdakarya.
- Sprecher, A. Wenzel, & J. Harvey (Eds.), *Handbook of relationship maintenance* (pp. 387–406). Academic Press.
- Stafford, L. (2010). *Geographically separated partners*. In S.
- Stafford, L., & Merolla, A. J. (2007). Idealization, reunions, and stability in long-distance dating relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(1), 37–54. <https://doi.org/10.1177/0265407507072578>
- Walther, J. B. (2017). Interpersonal communication in the digital age: Social information processing theory revisited. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 22(3), 163–178. <https://doi.org/10.1111/jcc4.12190>
- Wang, Z., & Tchernev, J. (2018). The psychology of messaging: Motivations, gratifications, and communication patterns. *Computers in Human Behavior*, 85, 1–9. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2018.03.022>