

## GEGAR BUDAYA DAN STRATEGI ADAPTASI BUDAYA MAHASISWA PERANTAUAN MINANG DI JAKARTA

Wahyutama, Ph.D<sup>1</sup> dan Safira Maulani, S.Ikom<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dosen Program Studi Ilmu Komunikasi, Universitas Paramadina

<sup>2</sup>Alumnus Sarjana Ilmu Komunikasi Universitas Paramadina

### ABSTRAK

Mahasiswa yang menempuh studi di perantauan memiliki tantangan ganda: yaitu sukses dalam studi sekaligus sukses dalam beradaptasi dengan lingkungan tempat tinggalnya yang baru yang berbeda budaya, norma, dan nilai-nilai pergaulannya. Penelitian ini berupaya menggali pengalaman mahasiswa perantauan asal Minang di Jakarta dalam beradaptasi secara budaya dengan lingkungan pergaulan dan tempat tinggalnya yang baru di Jakarta. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus. Informan penelitian dipilih dari mahasiswa rantau asal Minang yang menempuh studi di dua perguruan tinggi yang berbeda secara karakteristik pergaulan sosialnya di Jakarta. Hasil penelitian menemukan tema-tema utama terkait pengalaman gegar budaya, hambatan yang ditemui dalam beradaptasi, strategi adaptasi. Secara umum diperoleh bahwa kedua informan mengalami gegar budaya dalam berbagai bentuk dan tingkatan, serta menempuh strategi adaptasi yang berbeda dalam menyesuaikan diri dengan lingkungannya.

**Kata Kunci:** gegar budaya (*culture shock*), strategi adaptasi budaya, *fight approach*, *flight approach*

### 1. PENDAHULUAN

Ketika seseorang pergi merantau, ia memasuki dunia, budaya serta norma yang baru yang sama sekali berbeda dengan yang biasa ia jalani sebelumnya. Hal ini memberikan tantangan bagi individu tersebut akan sebuah proses penyesuaian terhadap budaya yang baru. Peristiwa ini seperti ini sering terjadi pada para perantau, yaitu orang yang melakukan perjalanan keluar daerahnya dan menetap di tempat baru. Secara bertahap perantau tersebut akan dituntut untuk menyesuaikan pola-pola lama yang dianutnya dengan pola-pola baru yang terdapat dalam budaya di tempat tinggalnya yang baru agar individu tersebut bisa diterima oleh lingkungan barunya tersebut. Namun seorang perantau tidak selalu berhasil dalam proses adaptasi terhadap budaya baru ini. Rasa frustrasi, stress, rindu akan rumah, kecemasan berlebih, merasa kesepian dan lain sebagainya biasa terjadi. Hal ini yang dinamakan dengan *culture shock* atau gegar budaya (Samovar et. al., 2010: 56).

Merantau adalah sebuah bentuk lain dari migrasi yaitu dimana seorang yang datang dari daerah lain meninggalkan daerah asal untuk pergi ke kota, wilayah, atau bahkan negara lain atas kemauannya sendiri dalam waktu yang cukup lama dengan tujuan melanjutkan jenjang pendidikan yang lebih tinggi, mencari pengalaman, mencari pekerjaan, atau mendapatkan kehidupan yang lebih baik (Hendrastomo et al., 2016: 3). Ada sebuah peribahasa Minang berbunyi “Dima bumi dipijak, disinan langik dijunjuang” (dimana bumi dipijak, di situ langit

dijunjung. Peribahasa ini merupakan ungkapan yang tepat untuk mendeskripsikan tentang bagaimana etnis Minangkabau didorong untuk mudah menyesuaikan diri dengan masyarakat dan peraturan setempat. Namun, dalam praktiknya, tentu beradaptasi tidak semudah dengan mengatakannya. Dalam penelitian ini, sebagaimana akan dibahas, ada banyak tantangan budaya yang dihadapi mahasiswa etnis Minangkabau ketika meninggalkan daerah asalnya dan menetap di daerah rantau yang berbedaa budaya, mulai dari hal pergaulan, pendidikan, nilai-nilai moral, kepercayaan yang dianut dan juga karakteristik kebudayaan.

Fenomena merantau ini banyak kita temui di Indonesia, karena seperti kita tahu bahwa tingkat kesejahteraan masyarakat serta kualitas pendidikan di wilayah Indonesia ini tidaklah sama. Oleh karena itu orang-orang harus merantau meninggalkan daerah asal mereka untuk mendapatkan kesejahteraan yang lebih baik. Salah satu tujuan perantau dari berbagai daerah adalah pulau Jawa karena memiliki berbagai destinasi yang menyediakan lowongan pekerjaan, tempat tinggal yang layak, serta penyediaan berbagai macam perguruan tinggi yang mempunyai sarana dan prasarana serta fasilitas yang mumpuni.

Menurut Geertz (2000:72), kelompok etnik atau suku bangsa adalah suatu golongan manusia yang anggota-anggotanya mengidentifikasikan dirinya dengan sesamanya, biasanya berdasarkan garis keturunan yang dianggap sama. Identitas suku pun ditandai oleh pengakuan dari orang lain akan ciri-ciri biologis. Di antaranya suku Jawa, Bali, Minang, Dayak dan lain-lain. Masing-masing suku tersebut memiliki bahasa daerah dan dialeknya masing-masing. Itu berarti terdapat ratusan variasi bahasa dan istilah untuk menggambarkan suatu benda ataupun keadaan di Indonesia dalam proses komunikasi masyarakatnya.

Latar belakang budaya yang dimiliki seseorang menjadi faktor yang berpengaruh besar pada cara interaksi dan komunikasi yang dilakukan seseorang. Perbedaan latar belakang budaya, karena itu, juga berpengaruh besar pada kesuksesan interaksi dan komunikasi diantara seseorang dengan orang lain dari budaya yang berbeda. *Culture shock* atau gegar budaya dapat terjadi ketika individu berusaha memahami budaya yang berbeda dalam lingkungan tempat tinggalnya yang baru. Gegar budaya dapat menimbulkan kecemasan, frustasi terhadap individu yang disebabkan oleh hilangnya tanda-tanda serta lambang-lambang dalam pergaulan sosial (Sekeon, 2011:6).

Sejumlah penelitian terkait proses adaptasi mahasiswa perantauan di lingkungan tempat tinggal mereka yang baru menunjukkan bahwa fenomena gegar budaya dapat dialami oleh mahasiswa rantau secara berbeda-beda, baik dalam hal jenis maupun tingkatannya. Misalnya

pada penelitian yang dilakukan Fadhli Friandes (2013) yang berjudul “*Culture Shock* Pelajar Minang di Universitas Sumatera (Studi Kasus Dalam Kajian Komunikasi Antar Budaya)”, dimana penelitian ini menunjukkan bahwa para mahasiswa asal Minangkabau yang diteliti cenderung mengalami gegar budaya pada tingkatan sedang. Partisipan penelitian secara umum ditemukan sudah bisa menyesuaikan diri, namun beberapa informan ditemukan mengalami masalah adaptasi seperti merasa diperlakukan berbeda dalam berinteraksi dengan penduduk lokal, tidak menguasai bahasa Indonesia dengan baik, dan kurang nyaman dengan perbedaan budaya yang ada. Bentuk gegar budaya yang dialami secara umum adalah rindu pada rumah/ lingkungan lama (*homesick*) dan adanya gangguan fisiologis terhadap tubuh, seperti sakit perut karena tidak cocok dengan makanan yang ada.

Penelitian lainnya, yaitu yang dilakukan Hendrastomo dkk. (2016) dengan judul “Fenomena *Culture Shock* (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantau di Yogyakarta” menunjukkan bahwa gegar budaya dialami setiap mahasiswa perantauan yang baru memasuki tahap semester awal perkuliahan, dengan bentuk dan tingkatan yang berbeda-beda untuk setiap individu. Ditemukan pula bahwa tingkat keberhasilan dalam mengatasi gegar budaya bergantung pada usaha dan kesungguhan dari masing-masing individu dalam memegang teguh tujuan awal merantau.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penelitian ini tertarik untuk menggali fenomena gegar budaya yang dialami oleh mahasiswa perantauan asal Minang di Jakarta dan strategi adaptasi yang mereka lakukan untuk menyesuaikan diri di lingkungan tempat tinggal yang baru. Sebagai *setting* penelitian, dipilih dua perguruan tinggi di Jakarta yang dinilai memiliki perbedaan karakteristik dalam hal nilai-nilai pergaulan dan tingkatan kelas sosial ekonomi yang diharapkan bisa memberikan kekayaan perspektif atas kasus yang diteliti.

## **PERTANYAAN PENELITIAN**

Pertanyaan utama yang hendak dijawab dalam penelitian ini adalah bagaimanakah pengalaman gegar budaya yang dialami mahasiswa perantau asal Minang di Jakarta dan bagaimanakah strategi adaptasi budaya yang mereka lakukan?

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Komunikasi Antar Budaya (KAB) secara harfiah bisa diartikan sebagai komunikasi yang dilakukan oleh dua atau lebih orang dengan latar belakang budaya yang berbeda. Budaya

berkenaan dengan cara hidup manusia. Seperti pendapat Liliweri (2004:115) yang menyatakan bahwa KAB adalah pernyataan diri antar pribadi yang paling efektif antara dua orang yang saling berbeda latar belakang budaya. Dalam buku “*Intercultural communication: A Reader*” juga dinyatakan bahwa komunikasi antar budaya terjadi apabila sebuah pesan (*message*) yang harus dimengerti, dihasilkan oleh anggota dari budaya tertentu untuk konsumsi anggota dari budaya yang lain (Samovar et. al., 1994: 315).

Hubungan antara budaya dan komunikasi penting dipahami untuk memahami komunikasi antar budaya, karena melalui pengaruh budayalah orang-orang belajar berkomunikasi. Kemiripan budaya dalam persepsi memungkinkan pemberian makna yang mirip pula terhadap suatu objek sosial atau suatu peristiwa. Cara-cara kita berkomunikasi, keadaan-keadaan komunikasi kita, bahasa dan gaya bahasa yang kita gunakan, dan perilaku-perilaku non-verbal kita, semua itu terutama merupakan respons terhadap dan fungsi budaya kita. Komunikasi itu terikat oleh budaya. Sebagaimana budaya berbeda antara yang satu dengan yang lainnya, maka praktik dan perilaku komunikasi individu-individu yang diasuh dalam budaya-budaya tersebut pun akan berbeda-beda (Mulyana dan Rakhmat, 2005:24).

*Culture shock* atau “gegar budaya” merupakan salah satu istilah yang sering digunakan dalam pembahasan komunikasi antar budaya. *Culture shock* merupakan suatu gejala emosional yang diderita orang-orang yang secara tiba-tiba berpindah dari daerah asalnya menuju daerah yang baru (Mulyana, 2008:162). *Culture shock* adalah fenomena yang akan dialami oleh setiap orang yang melintasi suatu budaya ke budaya lain sebagai reaksi ketika berpindah hidup dengan orang-orang yang berbeda pakaian, rasa, nilai, bahkan bahasa dengan yang dimiliki orang tersebut. *Culture shock* akan terjadi bila seseorang memasuki suatu budaya asing. Ketika seseorang berada di suatu lingkungan yang mempunyai latar belakang budaya serta bahasa yang berbeda dengan yang biasa dialaminya pada lingkungan sebelumnya, kemungkinan besar seseorang akan mengalami perasaan yang asing dan cemas. Lebih jauh dijelaskan bahwa ketika manusia keluar dari zona nyaman dimana berlaku nilai-nilai baru di lingkungan tersebut, maka akan terjadi *culture shock*. *Culture shock* ialah rasa putus asa, ketakutan yang berlebihan, terluka, dan keinginan untuk kembali yang besar terhadap rumah. Hal ini disebabkan karena adanya rasa keterasingan dan kesendirian yang disebabkan oleh benturan budaya.

Seseorang yang mengalami *culture shock*, biasanya melewati empat tingkatan (Samovar et. al., 2010: 336):

- a. Fase optimistik, fase ini berisi kegembiraan, rasa penuh harapan, dan euphoria sebagai antisipasi individu sebelum memasuki budaya baru.
- b. Fase masalah kultural, yaitu fase kedua di mana masalah dengan lingkungan baru berkembang. Fase ini biasanya ditandai dengan rasa kecewa dan ketidakpuasan yang merupakan periode krisis dalam *culture shock*.
- c. Fase kesembuhan, fase ketiga dimana orang mulai mengerti mengenai budaya barunya,
- d. Fase penyesuaian, fase terakhir dimana orang telah mengerti elemen kunci dari budaya barunya (nilai-nilai, khusus, keyakinan dan pola komunikasi).

Littlejohn dan Foss (2011) mengemukakan bahwa banyak pengalaman dari orang-orang yang menginjakkan kaki pertama kali di lingkungan baru, walaupun sudah siap, tetap merasa terkejut begitu sadar bahwa sekelilingnya begitu berbeda dengan lingkungan lamanya. Orang biasanya akan merasa terkejut atau kaget begitu mengetahui bahwa lingkungan di sekitarnya telah berubah. Orang terbiasa dengan hal-hal yang ada sekelilingnya, dan orang cenderung suka dengan familiaritas tersebut. Familiaritas membantu seseorang mengurangi tekanan karena dalam familiaritas, orang tahu apa yang dapat diharapkan dari lingkungan dan orang-orang di sekitarnya. Misalnya kapan berjabat tangan dan apa yang harus dikatakan bila bertemu dengan orang lain, kapan dan bagaimana kita memberikan tips, dan sebagainya. Petunjuk-petunjuk ini yang akan mungkin berbentuk kata-kata, ekspresi wajah, isyarat-isyarat, kebiasaan, norma-norma yang kita peroleh sepanjang perjalanan hidup kita sejak kecil. Bila seseorang memasuki suatu budaya asing, semua atau hampir semua petunjuk ini lenyap. Individu tersebut bagaikan ikan yang keluar dari air. Individu itu akan kehilangan pegangan lalu mengalami frustrasi dan kecemasan. Pertama-tam mereka akan menolak lingkungan yang menyebabkan ketidaknyamanan dan mengecam lingkungan itu dan menganggap kampung halamannya lebih baik dan terasa sangat penting.

Adaptasi budaya merupakan proses jangka panjang untuk melakukan penyesuaian dan akhirnya merasa nyaman dengan lingkungan baru (Heryadi & Silvana, 2013:103). Karena kita biasanya merasa nyaman dengan budaya kita sendiri, akan menjadi hal yang sangat susah dan menggelisahkan bagi banyak orang untuk menyesuaikan diri dengan kondisi yang berbeda. Kondisi di sini juga bisa diartikan sebagai situasi yang baru, misalnya baru menikah, bercerai,

dan lain-lain. Hal yang sama berlaku juga pada penyesuaian budaya, yang juga sulit untuk dilakukan.

Dalam buku *Intercultural communication in Contexts* yang ditulis oleh Judith N. Martin dan Thomas K. Nakayama (2010), disebutkan bahwa terdapat sejumlah model yang dapat menerangkan proses adaptasi seseorang, salah satunya yang sering digunakan adalah *U-curve Model* atau *U-curve Theory*.

Terdapat empat fase dalam adaptasi budaya, yaitu:

1. *Honeymoon*

Fase yang pertama, divisualisasikan sebagai ujung sebelah kiri dalam kurva-U, biasanya penuh dengan rasa gembira, harapan, dan euforia seperti yang diantisipasi seseorang ketika berhadapan dengan budaya yang baru.

2. *Frustration*

Fase kedua ini dimulai ketika kita menyadari kenyataan dari aspek kehidupan yang berbeda. Misalnya mulai munculnya kesulitan adaptasi dan berkomunikasi. Fase kedua ini merupakan periode ketika seseorang mengalami kesulitan bahasa, kesulitan finansial, mengalami ketidaknyamanan tempat tinggal, dan lain sebagainya. Karena itu, fase ini kadang ditandai oleh perasaan kecewa, tidak puas, dan segala sesuatunya mengerikan.

3. *Readjustment*

Fase ketiga ditandai oleh pemahaman yang diperoleh dari budaya yang baru. Disini orang-orang secara bertahap membuat beberapa penyesuaian dan modifikasi atas bagaimana mereka berhadapan dengan budaya yang baru. Situasi dan perilaku orang lain pada tahap ini kelihatan lebih dapat diprediksi dan menyebabkan tingkat stress yang lebih sedikit.

4. *Resolution*

Fase yang terakhir ini, berada pada ujung sebelah kanan atas dari kurva-U, seseorang mulai mengerti elemen kunci dari budaya yang baru (nilai, kebiasaan khusus, kepercayaan, pola komunikasi, dan lain-lain). Pada fase ini, orang merasa nyaman dalam budaya yang baru dan mampu bekerja dengan baik. Kemampuan seseorang untuk hidup dan berfungsi dalam dua budaya (yang lama dan yang baru) sering kali diiringi oleh perasaan gembira dan puas.

## 2. METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah kualitatif yang berguna untuk memahami secara mendalam fenomena yang dialami oleh subyek penelitian. Sebagaimana dikatakan Moleong (2008:6) penelitian kualitatif adalah penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi, tindakan, dan lain-lain, secara holistik dan dengan cara deskriptif dalam bentuk kata-kata dan bahasa, pada suatu konteks khusus yang alamiah dan dengan memanfaatkan berbagai metode alamiah. Penelitian ini bersifat interpretif, yaitu menggali pengalaman subjek penelitian dan menafsirkannya berdasarkan interpretasi subjektif peneliti.

Metode penelitian yang digunakan adalah studi kasus. Creswell (2003:59) menjelaskan bahwa studi kasus merupakan suatu metode yang digunakan untuk menyelidiki dan memahami sebuah kejadian atau masalah yang telah terjadi dengan mengumpulkan berbagai macam informasi yang kemudian diolah untuk mendapatkan sebuah solusi agar masalah yang diungkap dapat terselesaikan. Tujuannya untuk memperoleh deskripsi yang utuh dan mendalam dari sebuah entitas. Studi kasus menghasilkan data untuk selanjutnya dianalisis untuk menghasilkan teori. Data studi kasus diperoleh dari wawancara, observasi, dan arsip.

Menurut Yin (2003: 87), kasus yang dipilih dalam penelitian studi kasus harus dapat menunjukkan terjadinya perubahan atau perbedaan yang diakibatkan oleh adanya perilaku terhadap konteks yang diteliti. Oleh karena itu, penelitian ini memilih kasus pengalaman benturan budaya yang dialami dua orang informan yang secara purposif dipilih karena perbedaan karakteristiknya. Informan pertama adalah Alike (bukan nama sebenarnya), mahasiswi perantauan beretnis Minangkabau (asal Padang Panjang, usia 20 tahun) yang menempuh studi di universitas A di Jakarta (yang secara umum mahasiswanya memiliki karakteristik berasal dari kelas ekonomi menengah ke atas dan memiliki nilai pergaulan cenderung permisif). Sedangkan informan kedua juga merupakan mahasiswi perantauan beretnis Minangkabau (asal Bukit Tinggi, usia 24 tahun), namun menempuh studi di politeknik B di Jakarta (yang secara umum mahasiswanya berasal dari kelas menengah, nilai pergaulan beragam karena cukup banyak diwarnai oleh mahasiswa perantauan). Kedua kasus ini dinilai peneliti dapat memberi kontras atau perbandingan atas fenomena yang diteliti.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, diperoleh beberapa tema utama sebagai temuan penelitian. Tema-tema itu adalah pengalaman gegar budaya yang dialami informan, kendala komunikasi yang ditemui di tempat perantauan, dan strategi penyesuaian yang dilakukan informan untuk beradaptasi dengan lingkungan baru mereka.

#### 3.1 Pengalaman Gegar Budaya

Tema pertama yang secara menonjol ditemukan adalah pengalaman gegar budaya yang dialami kedua informan. Kedua informan, sebagai pendatang, sama-sama mengakui bahwa mereka mengalami gegar budaya di masa-masa awal mereka tinggal di Jakarta. Sebagaimana dikatakan Larry Samovar, seseorang yang mengalami gegar budaya dapat merasakan perasaan kehilangan arah atau kebingungan, perasaan tertolak atau tersisih dari lingkungan baru mereka, rindu kampung halaman, perasaan ingin mengucilkan diri, ketidaknyamanan, kelelahan mental dan fisik, hingga bahkan depresi pada kasus-kasus yang serius (Samovar et al., 2010).

Kedua informan yang diteliti dalam penelitian secara cukup jelas mengungkapkan pengalaman mengalami rasa stress ini sebagai mahasiswa pendatang di Jakarta. Meskipun, rasa stress itu secara umum mereka isyaratkan sebagai stress ringan yang tidak sampai mengganggu aktivitas keseharian dalam belajar di kampus.

Pertama, gegar budaya dialami informan terutama dalam bentuk benturan nilai-nilai gaya hidup dan pergaulan yang berbeda secara ekstrem dengan tempat asal mereka. Benturan tersebut mengingat kedua informan berasal dari daerah Minangkabau yang cukup kuat dalam berpegang pada nilai-nilai religi, berhadapan dengan lingkungan baru yang menganut nilai-nilai pergaulan relatif bebas.

Hal ini seperti misalnya tergambar dari pengakuan informan Najwa berikut.

*Pernah saat awal kuliah, seperti perbedaan jam malam. Sebelumnya di daerah saya jam 8 sudah dianggap malam dan bukan waktunya untuk tetap berkegiatan di luar rumah kecuali acara spesial. (Wawancara dengan Najwa, 6 November 2020)*

Seperti terlihat, informan merasa cukup terkejut dengan jam aktivitas di Jakarta yang terus aktif bahkan hingga larut malam. Berbeda dengan jam aktivitas di tempat tinggal asalnya yang menerapkan batas malam pada jam tertentu sebagai acuan kepatutan. Perbedaan ini tak pelak memaksa informan untuk membiasakan diri untuk ‘menabrak’ waktu-waktu tabu beraktivitas sebagaimana yang biasa ia alami.

Pada kasus informan Alika, bahkan tabrakan nilai-nilai itu lebih terasa jelas. Seperti dapat dilihat pada kutipan pernyataannya berikut.

*Awalnya memang saya agak kaget jika melihat beberapa hal yang memang dianggap masih tabu di daerah asal saya. Seperti perempuan pulang malam, bahkan ada yang pulang pagi, perempuan yang merokok, atau bahkan ada salah satu perempuan penghuni kos disebelah kosan tempat saya tinggal sekarang, dia malah dengan santai nya membawa teman laki-lakinya masuk ke kamar lalu menutup pintu kamar dengan rapat. Sedangkan hal-hal tersebut masih sangat tabu di kampung halaman saya. Tapi yang saya lihat disini hal-hal semacam itu seperti bukan masalah besar, malah seperti hal biasa. (Wawancara dengan Alika, 10 November 2020)*

Seperti terlihat, informan Alika merasakan keterkejutan dengan nilai-nilai permisif yang dipraktikkan dalam pergaulan di lingkungan tempat tinggal barunya. Perilaku yang dianggap sangat tabu seperti lawan jenis berada dalam satu kamar ditemukannya sebagai praktik yang biasa terjadi. Benturan ini tentunya mengakibatkan rasa disorientasi (kebingungan memahami standar-standar normatif yang diterima ataupun tidak diterima), ketidaknyamanan psikologis, dan juga perasaan ingin mengucilkan dan menarik diri dari pergaulan (*withdrawal*). Terkait pengucilan diri, hal ini merupakan respon adaptasi budaya yang normal terutama ketika seseorang merasa dirinya tidak dapat berbaur dengan nilai-nilai budaya yang baru.

Kedua, selain gegar budaya yang levelnya cukup serius seperti di atas, informan juga merasakan gegar budaya dalam level yang ringan. Hal itu misalnya muncul dalam bentuk kerinduan akan kampung halaman, masakan orangtua, suasana alam di kampung asal, ataupun jajanan yang biasa dikonsumsi di kampung asal. Seperti yang misalnya dinyatakan informan Najwa, “(Saya) rindu dengan objek-objek wisata alam yang ada di Bukittinggi, udara yang adem, pemandangan hijau-hijau, dan makanan tradisional minang (dadiah, pisang kapik, lontong pical, sala lauak, bubur kampiun)” (wawancara dengan Najwa, 6 November 2020).

### **3.2 Hambatan Adaptasi**

Tema kedua yang muncul dari hasil wawancara adalah kendala-kendala atau hambatan yang dialami informan untuk beradaptasi. Khususnya, informan menyoroti kendala-kendala komunikasi yang mereka alami (meskipun tidak terbilang serius), terutama di masa-masa awal dalam beradaptasi dengan lingkungan baru mereka. Kendala-kendala komunikasi ini, terutama diakui dialami oleh informan Alika. Seperti dapat dilihat pada kutipan pernyataannya berikut.

*Kendalanya mungkin saya agak kesulitan untuk mempelajari dan memahami bahasa daerah yang terkadang dilontarkan oleh teman-teman saya dari berbagai daerah lain yang juga merantau ke Jakarta. Selain itu, saya juga kadang terkendala dalam mengatur nada bicara saya*

*yang terkadang meninggi dan terdengar seperti membentak, padahal sebenarnya saya tidak pernah bermaksud begitu (wawancara dengan Alika, 10 November 2020)*

Informan Alika menyatakan dirinya di satu sisi kesulitan menyesuaikan nada bicaranya yang tinggi khas orang Sumatera dengan nada bicara teman-temannya, terutama yang berasal dari Jawa atau Sunda. Nada bicaranya yang cenderung tinggi tersebut kerap memunculkan kesalahpahaman akan maksud yang hendak disampaikan. Di sisi yang lain, informan juga tidak familiar dengan seluruh kosakata (khususnya yang bersifat lokal) yang digunakan oleh teman-temannya ketika berbicara. Hal-hal ini tak pelak menyebabkan sedikit gangguan pada kelancaran komunikasi yang terjadi antara informan dengan teman-temannya.

Kendala adaptasi lainnya yang dialami informan adalah memahami penggunaan isyarat komunikasi yang sedikit berbeda di Jakarta. Informan Alika menceritakan pengalamannya ketika ia melihat penumpang angkutan umum di Jakarta terbiasa untuk memanggil dan menghentik kendaraan umum dengan tangan kanan maupun kiri. Sementara, menurut Alika, hal itu sangat kasar dan tidak sopan di tempatnya berasal. Karena itu, informan merasa cukup terkejut pada awalnya ketika melihat fenomena ini.

### **3.3 Strategi Adaptasi**

Tema ketiga yang muncul dari hasil wawancara adalah strategi masing-masing informan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru mereka. Terdapat dua sub tema dalam tema utama ini, yaitu strategi adaptasi komunikasi dan strategi adaptasi interaksi.

Dalam hal strategi adaptasi komunikasi, kedua informan nampak memiliki pendekatan yang sedikit berbeda. Informan Alika cenderung berupaya untuk mengadaptasikan gaya komunikasi dan gaya bicaranya menyesuaikan dengan lawan interaksinya. Sedangkan informan Najwa cenderung mempertahankan gaya komunikasinya dan mencari titik temu gaya komunikasi (termasuk bahasa yang digunakan) dengan lawan bicaranya.

Informan Alika mengatakan,

*Biasanya saya kalau bertemu dengan teman saya yang asalnya dari Sunda, untuk awal pembicaraan saya akan menggunakan bahasa sunda seperti: hallo teh, kumaha? Damang? Hal ini saya lakukan agar terlihat lebih akrab, walaupun dia tau saya berasal dari Sumatera Barat (wawancara dengan Alika, 10 November 2020).*

Upaya adaptasi yang dilakukan informan Alika adalah menyesuaikan bahasa dan dialek dengan lawan bicara, meskipun hanya beberapa patah kata saja. Upaya ini dilakukan untuk menciptakan kesan positif pada lawan bicara dan menumbuhkan kedekatan. Hal ini karena

membangun *similarity* atau kesamaan diantara komunikasi memang telah dikenal sebagai cara ampuh untuk membangun hubungan komunikasi yang lebih baik. Penciptaan perasaan kedekatan ini penting bagi informan untuk beradaptasi dengan lingkungannya.

Sementara, bagi informan Najwa, yang lebih penting adalah kelancaran komunikasi dimana masing-masing pihak memahami dengan benar pesan yang dimaksudkan lawan bicaranya. Untuk itu, demi menghindari kesalahpahaman, informan Najwa justru lebih memilih menggunakan bahasa Indonesia yang sama-sama dipahami pihak yang berinteraksi. Dengan menggunakan bahasa Indonesia, Najwa juga secara tidak langsung membuat lawan bicaranya menyesuaikan bahasa dan kosakata yang digunakannya ketika berbicara dengan Najwa. Dengan demikian, bahasa Indonesia menjadi sarana bagi Najwa untuk menjembatani perbedaan gaya komunikasi antara dirinya dengan lawan bicaranya. Alih-alih dirinya yang secara sepihak menyesuaikan diri dengan lawan bicara, informan Najwa secara tersirat juga memancing lawan bicaranya untuk menyesuaikan diri ketika berbicara dengan dirinya.

Temuan yang cukup menarik juga diperoleh pada strategi adaptasi interaksi yang dilakukan informan. Kedua informan ditemukan memilih strategi yang sedikit berbeda saat dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial mereka yang baru. Informan Najwa cenderung menempuh strategi yang lebih aktif yaitu dengan berupaya berbaur dengan teman-teman barunya yang berasal dari Jakarta dibandingkan hanya berkumpul dengan teman-teman yang berasal dari daerah sepeertinya. Hal ini menurutnya dia lakukan agar dirinya cepat memahami budaya setempat dan bisa segera menjadi bagian dari lingkungan barunya. Meski demikian, di sisi lain Najwa juga mengakui bahwa mempertahankan interaksi dengan teman-teman yang juga merantau sepeertinya menciptakan perasaan kenyamanan tertentu. Khususnya dalam membantu mengurangi perasaan keterasingan di lingkungan baru, mengingat kesamaan nasib sebagai perantau yang mereka alami.

Sementara itu, informan Alike cenderung menempuh strategi adaptasi yang lebih pasif. Alike memilih untuk lebih banyak mengamati dan mempelajari karakter, perilaku, dan kebiasaan-kebiasaan orang di sekelilingnya terlebih dulu sebelum membaurkan diri. Menurut Alike, hal ini agar ia bisa memahami dan memilah hal-hal yang pantas untuk ia ucapkan maupun lakukan ketika berinteraksi dengan orang lain. Alike bahkan juga telah berupaya mempelajari karakter dan budaya ‘anak-anak Jakarta’ sebelum ia merantau. Melalui hal ini, ia mempersiapkan pengetahuan dan mentalnya jauh-jauh hari sebelum ia memutuskan tinggal di Jakarta.

Meski demikian, Alika menyatakan bahwa dirinya tidak begitu saja menerima semua budaya baru yang ia pelajari tersebut. Dirinya tetap membentengi diri dengan bekal nilai-nilai budayanya sendiri yang telah ia serap dari daerah asalnya. Dikatakannya, “Lambat laun, saya bisa mengerti dan menerima hal tersebut, tapi bukan berarti kebiasaan-kebiasaan tersebut juga saya tiru dan saya lakukan, karena bagaimana pun bagi saya nilai budaya yang saya bawa dari tempat tinggal asal saya itu penting untuk dijunjung tinggi” (wawancara dengan Alika, 10 November 2020).

Bagaimana pun, terlepas dari ragam jenis maupun tingkatan kendala adaptasi yang dihadapi sebagaimana yang telah diuraikan di atas, kedua informan sama-sama mengakui bahwa mereka berdua telah merasa nyaman dan betah tinggal di Jakarta. Mereka berdua telah dapat berkompromi dengan perbedaan-perbedaan nilai dan kebiasaan yang mereka temui di tempat perantauan mereka ini. Mereka berdua pula, dengan strategi adaptasinya masing-masing, telah berhasil mengatasi rasa gegar budaya yang sempat mereka alami dan bertahan di tempat perantauan ini untuk mengejar cita-cita mereka.

## **DISKUSI**

Ruben & Stewart (2006: 340) mendefinisikan culture shock sebagai rasa putus asa, ketakutan yang berlebihan, terluka, dan keinginan yang besar untuk kembali ke tempat asal (rumah) diakibatkan adanya rasa keterasingan dan kesendirian. Sementara Samovar et al. (2010) menjelaskannya sebagai, “the initial mental and physical stress experienced, to varying degrees, when an individual enters a culture different from his or her own.” Kedua definisi ini menekankan perasaan tidak nyaman dan tertekan yang dialami seseorang ketika memasuki lingkungan baru yang asing bagi dirinya.

Seperti telah dibahas, kedua informan yang diteliti dalam penelitian secara cukup jelas mengungkapkan pengalaman gegar budaya sebagai mahasiswa pendatang di Jakarta. Meskipun, perasaan itu secara umum mereka isyaratkan sebagai hal yang ringan yang tidak sampai mengganggu aktivitas keseharian dalam belajar di kampus. Gegar budaya ringan muncul dalam bentuk kerinduan akan suasana rumah, orangtua dan keluarga, serta makanan khas asal daerah mereka.

Namun demikian, gegar budaya yang lebih serius tak terelakkan juga dialami informan. Khususnya hal itu dialami Alika, yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan pergaulan yang baru. Alika merasakan sejumlah benturan budaya antara dirinya

dengan teman-temannya yang baru. Benturan tersebut terutama bersumber dari gaya hidup lebih mewah (seperti misalnya penggunaan alat transportasi pribadi seperti mobil) serta nilai-nilai pergaulan yang lebih permisif yang dipraktikkan teman-temannya. Perbedaan-perbedaan ini membuat Alika terkendala secara psikologis saat berinteraksi sehingga ia pun cenderung membatasi interaksi.

Sementara, untuk informan Najwa, gegar budaya yang dialami tidak seserius yang dialami Alika. Hal ini dikarenakan Najwa juga mempertahankan interaksi dengan komunitas mahasiswa perantauan lainnya yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Meski berbeda budaya, interaksi Najwa dengan mahasiswa-mahasiswa perantauan ini cukup menciptakan solidaritas yang didasari oleh perasaan senasib sebagai mahasiswa perantau. Kesamaan nasib dan pengalaman sebagai mahasiswa perantau ini sedikit banyaknya mengurangi rasa keterisolasian yang dialami oleh Najwa sehingga membuatnya juga lebih ringan dalam mengalami gegar budaya.

Strategi adaptasi yang dilakukan kedua informan dalam penelitian ini mengilustrasikan dengan baik apa yang disebut oleh Judith Martin dan Thomas Nakayama sebagai *flight* dan *fight approach*. Informan Alika mengadaptasi strategi *flight approach*, yaitu metode menghindari interaksi dengan lingkungan baru dengan cara menarik diri atau pun membatasi diri. Sementara, informan Najwa mengadaptasi strategi *fight approach*, yaitu metode menghadapi interaksi dengan lingkungan baru dengan cara ‘coba-coba’ (*trial-and-error approach*) hingga mendapatkan cara beradaptasi yang tepat (Martin & Nakayama, 2010).

Seperti terlihat, perbedaan utama kedua pendekatan di atas adalah pada kata menghindar (untuk *flight approach*) dan menghadapi (untuk *fight approach*). Seseorang yang mengadaptasi *flight approach* cenderung menjadi pengamat sebelum mereka terjun ke lingkungan baru mereka. Seperti dinyatakan Judith Martin dan Thomas Nakayama (2010), mereka mungkin akan sungkan berbicara atau bertindak dalam lingkungan yang baru sampai mereka benar-benar yakin apa yang mereka katakan atau mereka lakukan tersebut telah sesuai dengan ekspektasi orang-orang di lingkungan baru tersebut (persis seperti yang dilakukan informan Alika dalam penelitian ini). Sedangkan, mereka yang mengadaptasi *fight approach* cenderung ‘menceburkan’ diri dalam lingkungan baru mereka sambil mencoba-coba metode interaksi yang sesuai. Mereka tidak terlalu khawatir melakukan kesalahan karena mereka melihatnya sebagai proses pembelajaran yang akan mempercepat proses adaptasi mereka

(seperti yang dialami informan Najwa yang memilih untuk langsung mencari lingkaran pertemanan orang Jakarta agar cepat memahami kultur mereka).

Tentunya, tidak ada pendekatan yang lebih benar atau pun lebih superior dibandingkan pendekatan lainnya. Masing-masing pendekatan memiliki kelebihan dan kekurangannya sendiri. *Flight approach* misalnya mungkin akan terkesan membuat seseorang lamban beradaptasi, namun sesungguhnya di sisi lain juga membantu mengintegrasikan seseorang ke lingkungan baru secara paripurna dengan proses yang bertahap. Sementara itu, *fight approach* mungkin merupakan metode adaptasi yang membuat seseorang cepat berbaur dengan lingkungan baru melalui cara ‘coba-coba’-nya. Namun cara ini, jika tidak dilakukan dengan hati-hati, dapat berisiko menyebabkan seseorang mengalami reaksi balik berupa rasa frustrasi ketika ia banyak menemukan benturan yang terlalu ekstrem dengan lingkungan barunya. Oleh karena itu, seseorang yang memasuki lingkungan budaya yang baru perlu memilih strategi adaptasi yang paling sesuai dengan situasi dan kondisi yang dimilikinya masing-masing.

#### 4. PENUTUP

Penelitian ini telah menunjukkan bahwa pengalaman gegar budaya adalah sesuatu yang penting dicermati pada seseorang yang memasuki lingkungan budaya yang baru. Hal ini karena pengalaman gegar budaya bisa terjadi dalam berbagai bentuk (termasuk yang tidak secara langsung kita sadari) dan berbagai tingkatan (dari yang ringan maupun serius). Apa pun bentuk dan tingkatannya, gegar budaya bisa memiliki dampak bagi kesuksesan seseorang dalam beradaptasi dengan lingkungan hidup baru yang dimasukinya.

Beradaptasi merupakan mekanisme alamiah yang dilakukan seseorang untuk bisa menyesuaikan diri dan bertahan hidup di lingkungan hidup yang baru. Penelitian ini menunjukkan bahwa individu memiliki cara masing-masing yang unik untuk beradaptasi dengan lingkungan hidup yang baru tersebut. Strategi adaptasi yang sesuai dan baik bagi seseorang di waktu dan tempat tertentu, belum tentu sesuai bagi orang lain di waktu dan tempat yang berbeda. Oleh karena itu, pelajaran terpenting dari penelitian ini adalah perlunya mengenali strategi adaptasi yang tepat untuk masing-masing individu dan kondisi yang berbeda.

## REFERENSI

- Creswell, John W. (2003). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Method Approached*. California: Sage Publication, Inc.
- Friandes, F. (2013). *Culture Shock Pelajar Minang di Universitas Sumatera Utara (Studi Kasus dalam Kajian Komunikasi Antar Budaya)* [Skripsi]. Universitas Sumatera Utara.
- Geertz, H. (2000). *Aneka Budaya dan Komunitas di Indonesia*. Jakarta: YIS dan FIS-UI.
- Hendrastomo, G., Hidayah, N., & Devinta, M. (2016). *Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Heryadi, H. & Silvana, H. (2013). Komunikasi Antarbudaya Dalam Masyarakat Multikultur. *Jurnal Kajian Komunikasi*. 1(1):95-108.
- Liliweri A. (2004). *Dasar-Dasar Komunikasi Antar Budaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Littlejohn, Stephen W & Foss, K.A. (2011). *Teori Komunikasi-Theories of Human Communication*. Edisi Sembilan. Jakarta: Salemba Humanika.
- Moleong, Lexy J. (2008). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy, & Rakhmat, J. (2005). *Komunikasi Antar Budaya Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Mulyana, Deddy (2008). *Ilmu Komunikasi Suatu Pengantar*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Martin, J. N., & Nakayama, T. K. (2010). *Intercultural communication in contexts* (5th ed). McGraw-Hill Higher Education.
- Ruben, Brent D, Lea P, Stewart. (2005). *Communication and Human Behavior-5.ed*. USA: Allan & Bacon A Viacom Company.
- Samovar, L., Porter R, & McDaniel, Edwin R. (1994). *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Samovar, Larry A. & Edwin, R. McDaniel, Richard E, Porter (2010). *Intercultural Communication A Reader*. Ninth Edition. Belmont: Wadsworth.
- Sekeon K. (2011). Komunikasi Antar Budaya pada Mahasiswa Fisip Universitas Sam Ratulangi. Manado. *Jurnal Komunikasi*. (1) 1-14.
- Yin, Robert K. (2003). *Studi Kasus, Desain, dan Metode*. Jakarta: PT. Grafindo Persada.