

**FENOMENA GEGAR BUDAYA DAN ADAPTASI BUDAYA
MAHASISWA SUMATERA PADA PRODI BKI DI UIN
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**



SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto
Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna Memperoleh Gelar Sarjana Sosial
(S.sos)

**Disusun Oleh:
HABIBAH MA'RIFAT ILMU
214110101198**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING ISLAM
JURUSAN KONSELING DAN PENGEMBANGAN MASYARAKAT
FAKULTAS DAKWAH UNIVERSITAS ISLAM NEGERI (UIN)
PROF. KH. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

2025

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini, saya :

Nama : **Habibah Ma'rifat Ilmi**
NIM : 214110101198
Jenjang : S- 1
Jurusan : **Konseling dan Pengembangan Masyarakat**
Program Studi : **Bimbingan dan Konseling Islam (BKI)**
Fakultas : **Dakwah**
Judul Skripsi : **Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

Menyatakan dengan ini bahwa naskah skripsi ini adalah hasil karya atau penelitian saya sendiri, bukan dari karya orang lain, bukan saduran, juga bukan terjemahan. Hal-hal yang bukan karya saya yang dikutip dalam skripsi ini diberi tanda sitasi dan rujukan dalam daftar pustaka.

Apabila kemudian hari terbukti pernyataan saya ini tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan skripsi dan gelar akademik yang saya peroleh.

Purwokerto, 11 April 2025

Yang menyatakan,



Habibah Ma'rifat Ilmi
NIM. 214110101198



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani, No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553

PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

**FENOMENA GEGAR BUDAYA DAN ADAPTASI BUDAYA MAHASISWA
SUMATERA PADA PRODI BKI DI UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI
PURWOKERTO**

Yang disusun oleh Habibah Ma'rifat Ilmi, NIM 214110101198 Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam, Fakultas Dakwah, Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, telah diujikan pada hari Jum'at, 11 April 2025 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos) dalam Bimbingan dan Konseling Islam oleh Sidang Dewan Penguji Skripsi.

Ketua Sidang/Pembimbing

Ageng Widodo, M.A
NIP. 19930622209031015

Sekretaris Sidang/Penguji II

Zahratika Zala, M.Si
NIP.199307162020122018

Penguji Utama/Penguji I

Dr. Ahmad Muttaqin, S.Ag, M.Si
NIP. 197911152008011018

Mengesahkan.

Purwokerto, 17 April 2025

Dekan,

Dr. Masikinul Fuad, M.Ag.
NIP. 197412262000031

NOTA DINAS PEMBIMBING



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
PROFESOR KIAI HAJI SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO
FAKULTAS DAKWAH**

Jalan Jenderal A. Yani No. 40A Purwokerto 53126
Telepon (0281) 635624 Faksimili (0281) 636553
www.uinsalzu.ac.id

Kepada

Yth. Dekan Fakultas Dakwah

UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

di - Purwokerto

Assalamu'alaikum. Wr. Wb

Setelah melakukan bimbingan, telaah, arahan dan koreksi terhadap penelitian skripsi dari :

Nama : Habibah Ma'rifat Ilmi
NIM : 214110101198
Jenjang : S-1
Prodi : Bimbingan Konseling Islam
Fakultas : Dakwah
Judul : Fenomena Gear Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Saya berpendapat bahwa skripsi tersebut sudah dapat diajukan kepada Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri Prof. KH Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk diujikan dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Sosial (S.Sos). Demikian atas perhatiannya saya sampaikan terimakasih

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb

Purwokerto, 24 Januari 2025

Pembimbing

Ageng Widodo, MA

NIP.

MOTTO

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ
لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتَقْوَاهُ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Artinya : “*Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.*”

(QS. Al-Hujurat : 13)

“Budaya bukan penghalang, tetapi jembatan yang menghubungkan keberagaman dalam kebersamaan”



PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirobbil'alamin. Segala puji bagi Allah, Tuhan Semesta Alam Yang Maha Agung dan Maha Tinggi. Atas rahmat dan karunia-Mu yang telah memberikan kekuatan disetiap langkah saya, yang telah memberikan kesempatan disetiap kegagalan saya, sehingga pada hari ini saya dapat menyelesaikan proses penelitian ini dengan baik. Semoga keberhasilan yang telah saya raih ini menjadi satu angka awal yang baik untuk masa depan saya dalam meraih cita-cita.

Saya yang diwarisi nama Habibah Ma'rifat Ilmi oleh orang tua saya, yang bermakna 'manusia yang dicintai Allah karena Ilmunya,' ternyata telah menemukan realitasnya. Orangtua saya menghadiahi nama tersebut dengan harapan agar putrinya menjadi seorang yang Sholehah, sekaligus menjadi ilmuwan dan akademisi yang beradab dan bermoral. Karena itu, kupersembahkan skripsi ini untuk diri saya sendiri, Habibah Ma'rifat Ilmi, yang kemudian akan saya persembahkan kepada bapak Dr. Muhammad Eko Purwanto, S.E, S.S, M.M, M.H, M.Pd, dan ibu Umi Sofiyati, tercinta. Beribu kata terima kasih untuk kasih sayang yang berlimpah sejak lahir hingga saya sudah sebesar ini. Beribu kata terima kasih untuk semangat dan dukungan yang diberikan tanpa pamrih untuk melakukan sesuatu tanpa merasa lelah. Dan beribu kata terima kasih dan limpahan doa yang tidak berkesudahan, serta segala hal yang telah bapak dan ibu lakukan untuk saya, terima kasih untuk orang tua hebat saya.

Kepada kakak-kakak saya tercinta, Mbak Hanif Marwah Istiqomah, S.Pi., M.M, yang selalu memberi teladan dan semangat untuk terus belajar sampai hayat di kandung badan. Dan, mas Hadian Mukhlisha Irfani, S.T, yang saat ini sedang menjalani perkuliahan di Magister Teknik Sipil dan Perencanaan Universitas Islam Indonesia (MTSP-UII) Yogyakarta, yang selalu memotivasi saya untuk terus belajar dan belajar.

Dan selanjutnya, saya persembahkan skripsi ini kepada Bapak Ageng Widodo, MA, Dosen pembimbing saya yang telah sabar dan ikhlas dalam membimbing saya, serta telah memberikan kepercayaannya kepada saya agar saya mampu menyelesaikan skripsi ini dengan baik.

**FENOMENA GEGAR BUDAYA DAN ADAPTASI BUDAYA
MAHASISWA SUMATERA PADA PRODI BKI DI UIN
PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO**

**Habibah Ma'rifat Ilmi
214110101198**

Email : habibahmarifatilmi@gmail.com

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam
Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat
Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri
Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

ABSTRAK

Fenomena gegar budaya merupakan tantangan umum bagi mahasiswa perantauan, khususnya mahasiswa asal Sumatera di Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Gegar budaya ini disebabkan oleh perbedaan nilai sosial, bahasa, adat, pola komunikasi, dan kebiasaan antara budaya asal Sumatera dan budaya Jawa dominan di Purwokerto. Akibatnya, mahasiswa sering mengalami rasa asing, kebingungan, dan tekanan emosional selama adaptasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor penyebab gegar budaya dan strategi yang digunakan mahasiswa Sumatera untuk mengatasinya.

Ditemukan bahwa tantangan utama meliputi penggunaan bahasa Jawa, perbedaan gaya komunikasi yang lebih santun, dan cita rasa makanan yang berbeda. Kehidupan masyarakat yang lebih tenang dan cenderung menghindari konflik juga menjadi sesuatu yang baru bagi mereka. Informan penelitian ini adalah dua mahasiswa Sumatera, ANS yang berasal dari Provinsi Sumatera Barat (Padang), dan MUH berasal dari Provinsi Sumatera Selatan (Palembang). Menggunakan pendekatan kualitatif-fenomenologi, penelitian ini mengungkap pengalaman Informan dan maknanya.

Data diperoleh melalui observasi, wawancara mendalam, dan analisis dokumen terkait. Penelitian ini menyoroti kesulitan mahasiswa Sumatera dalam menyesuaikan diri dengan penggunaan bahasa Jawa dalam interaksi sehari-hari, yang memiliki tingkatan bahasa seperti ngoko, krama madya, dan krama inggil, berdasarkan konteks sosial lawan bicara. Meskipun demikian, mereka dapat beradaptasi dengan membangun hubungan sosial, mengikuti kegiatan kampus, dan mempelajari budaya lokal. Dukungan dari teman satu angkatan, dosen, dan lingkungan kampus yang toleran sangat membantu proses adaptasi mereka.

Kata Kunci : Gegar Budaya, Adaptasi Budaya, Mahasiswa Sumatera

**THE PHENOMENON OF CULTURE SHOCK AND CULTURAL
ADAPTATION OF SUMATERA STUDENTS IN THE BKI STUDY
PROGRAM AT UIN**

PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO

Habibah Ma'rifat Ilmi
214110101198

Email: habibahmarifatilmi@gmail.com

*Islamic Guidance and Counseling Study Program
Counseling and Community Development Department
Faculty of Da'wah, State Islamic University
Prof. K. H. Saifuddin Zuhri Purwokerto*

ABSTRACT

The phenomenon of culture shock is a common challenge for students from other regions, especially students from Sumatra in the Islamic Guidance and Counseling Study Program (BKI) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. This culture shock is caused by differences in social values, language, customs, communication patterns, and habits between the culture of origin of Sumatra and the dominant Javanese culture in Purwokerto. As a result, students often experience a sense of alienation, confusion, and emotional stress during adaptation. This study aims to identify the factors causing culture shock and the strategies used by Sumatran students to overcome it.

It was found that the main challenges included the use of Javanese, differences in more polite communication styles, and different tastes in food. The quieter and more conflict-avoiding community life was also something new for them. The subjects of this study were two Sumatran students, Amelia Nur Sabrina from Padang City, and Marya Ulfa Hasana from Palembang City. Using a qualitative-phenomenological approach, this study revealed the experiences of the subjects and their meanings.

Data were obtained through observation, in-depth interviews, and analysis of related documents. This study highlights the difficulties of Sumatran students in adjusting to the use of Javanese in everyday interactions, which has language levels such as ngoko, krama madya, and krama inggil, based on the social context of the interlocutor. However, they were able to adapt by building social relationships, participating in campus activities, and learning local culture. Support from classmates, lecturers, and a tolerant campus environment greatly helped their adaptation process.

Keywords: *Culture Shock, Cultural Adaptation, Sumatran Students*

KATA PENGANTAR

Puji syukur *Alhamdulillahirobbil'alamin* penulis ucapkan kepada Allah SWT atas segala nikmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “**Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**”. Sholawat dan salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Nabi Muhammad SAW, para sahabat, keluarga, serta tabi'in semoga dengan membaca sholawat kita semua termasuk ke dalam golongan orang-orang yang diberi syafaatnya kelak di yaumul akhir nanti, Aaamiin.

Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana di Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Penulis juga memohon maaf jika terdapat kekurangan dan kesalahan dalam penyusunan skripsi ini, hal tersebut terjadi sebab khilaf dari penulis yang perlu terus belajar. Tentu dalam penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang telah membantu kelancaran dalam proses penulisan skripsi. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Ridwan, M.Ag., Rektor UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
2. Prof. Dr. H. Suwito., Wakil Rektor I UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
3. Prof. Dr. Sul Khan Chakim, S.Ag., M.M., Wakil Rektor II UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
4. Prof. Dr. Sunhaji, M.Ag., Wakil Rektor III UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
5. Dr. Muskinul Fuad, M.Ag., Dekan Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan sekaligus dosen Penasihat Akademik yang telah bersedia memberikan waktu dan ilmunya, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan dan kelimpahan rezeki
6. Dr. Ahmad Muttaqin, M.Si., Wakil Dekan I Fakultas Dakwah
7. Dr. Alief Budiyono, M.Pd., Wakil Dekan II Fakultas Dakwah

8. Dr. Nawawi, M.Hum., Wakil Dekan III Fakultas Dakwah
9. Nur Azizah, M.Si., Ketua Jurusan Konseling dan Pengembangan Masyarakat Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
10. Ageng Widodo, MA selaku dosen pembimbing penulis dalam proses penyusunan skripsi ini. Terimakasih banyak bapak atas ilmu, arahan, dukungan, dan kesabaran yang telah diberikan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, semoga Allah SWT senantiasa memberikan kesehatan dan kelimpahan rezeki
11. Segenap dosen dan tenaga pendidik di Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Terimakasih atas segala ilmu yang telah bapak/ibu berikan kepada penulis, dan terimakasih telah membantu kelancaran administrasi penulis selama menempuh pendidikan di Fakultas Dakwah
12. Bapakku, Dr. Muhammad Eko Purwanto, S.E, S.S, M.M, M.H, M.Pd. dan Ibuku Umi Sofiyati, dan kedua kakak penulis yaitu: Mba Hanif Marwah Istiqomah, S.Pi, M.M., Mas Hadian Mukhlisha Irfani, S.T, serta Kakak Iparku Aprianto Firman Nugroho, S.T., dan kedua keponakan penulis yaitu, Khalwa Adzkiya Hafizah dan Muhammad Zain Arrasyid. Terimakasih banyak atas segala bentuk cinta dan kasih sayang yang telah diberikan sejak kecil sampai dengan detik ini, semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan kebahagiaan diantara kita
13. Kepada Nabilla Nur Farehah dan Latihfah Nur Pratiwi yang sudah menjadi teman, sahabat dan keluarga yang selalu siap siaga mendengarkan keluh kesah penulis dan menemani penulis sejak awal perkuliahan.
14. Kepada Nurdina Walfildzah yang sudah menjadi teman, sahabat dan keluarga yang telah menjadi saksi perjuangan penulis dalam penyusunan skripsi ini dan selalu menguatkan, mengingatkan, dan selalu ada saat penulis berkeluh kesah.
15. Kepada teman-teman BKI A Angkatan 21 terimakasih banyak atas cerita dan pengalaman dari suka maupun duka yang diberikan selama proses perkuliahan ini, semoga sukses!
16. Kepada Informan pada penelitian ini yang telah bersedia membantu penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

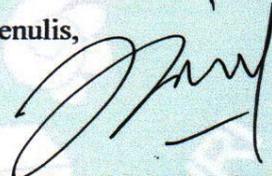
17. Kepada semua pihak yang tidak dapat peneliti tulis satu per-satu. Terima kasih atas bantuan dan dukungannya selama ini.
18. Terakhir, kepada diri saya sendiri. Penulis ucapkan terima kasih atas segala jerih payah yang telah diusahakan untuk menyelesaikan skripsi ini dan maaf atas segala ketidaknyamanan yang harus dilalui. Mari terus bertahan dan terus berkembang demi masa depan yang lebih baik

Tidak ada kata yang dapat penulis ungkapkan untuk menyampaikan rasa terima kasih yang teramat dalam, melainkan doa semoga amal baik dan segala bantuan yang telah diberikan kepada penulis, mendapatkan imbalan lebih dari Allah SWT. Selain itu, penulis juga menyampaikan mohon maaf yang sebesar-besarnya apabila dalam membersamai penulis, terdapat kesalahan yang penulis lakukan secara tindakan maupun lisan, baik disengaja maupun tidak. Kritik dan saran yang bersifat membangun penulis harapkan untuk karya yang lebih baik di masa depan.

Terakhir, penulis berharap semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat untuk khazanah keilmuan dan juga kehidupan. *Aamiin.*

Purwokerto, 11 April 2025

Penulis,



Habibah Ma'rifat Ilmi
NIM.214110101198

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN DAN BEBAS PLAGIARISME	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
NOTA DINAS PEMBIMBING	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Penegasan Istilah	9
C. Rumusan Masalah	12
D. Tujuan Penelitian	12
E. Manfaat Penelitian	12
F. Kajian Pustaka	13
BAB II LANDASAN TEORI	
A. <i>Gegar Budaya (Culture Shock)</i>	22
1. <i>Pengertian Culture Shock</i>	22
2. <i>Dimensi Culture Shock</i>	28
3. Menentukan Seseorang Mengalami <i>Gegar Budaya</i>	34
B. <i>Adaptasi Budaya</i>	36
1. <i>Pengertian Adaptasi Budaya</i>	36
2. <i>Proses Adaptasi Budaya</i>	38
3. <i>Tahapan Adaptasi Budaya</i>	40
4. <i>Faktor Adaptasi Budaya</i>	41

5.	Budaya yang Dimaksud Dalam Penelitian Ini	43
C.	Mahasiswa Perantauan	44
1.	Pengertian Mahasiswa Perantauan	44
2.	Masalah yang Dialami Mahasiswa	46
3.	Mahasiswa Perantau Asal Sumatera di UIN Saizu	48
BAB III METODOLOGI PENELITIAN		
A.	Pendekatan dan Jenis Penelitian	51
1.	Pendekatan Penelitian	51
2.	Jenis Penelitian	52
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian	53
C.	Subjek dan Objek Penelitian	53
1.	Subjek Penelitian	53
2.	Objek Penelitian	54
D.	Metode Pengumpulan Data	54
1.	Observasi	54
2.	Wawancara.....	55
3.	Dokumentasi	55
E.	Teknik Analisis Data	56
1.	Reduksi Data	57
2.	Penyajian Data	57
3.	Verifikasi Data	57
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
A.	Gambaran Umum Objek Penelitian	58
1.	Profil Prodi Bimbingan & Konseling Islam UIN Saizu	58
2.	Visi dan Misi Prodi	59
B.	Profil Informan Mahasiswa Prodi BKI UIN Saizu	60
1.	Informan 1	61
2.	Informan 2	62
C.	Hasil dan Pembahasan Penelitian	63
1.	Hasil	63
2.	Pembahasan	72

BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	93
B. Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA	95
LAMPIRAN	101
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	113



DAFTAR TABEL

Tabel 1	Gejala dan Reaksi <i>Culture Shock</i>	26
Tabel 2	Stuktur Hasil Wawancara Informan 1	64
Tabel 3	Stuktur Hasil Wawancara Informan 2	69



DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Data Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2023 ... 7



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.1	Daftar Pertanyaan Wawancara	101
Lampiran 1.2	Data Informan	102
Lampiran 1.3	Hasil Wawancara	103
Lampiran 1.4	Dokumentasi	106
Lampiran 1.5	Verbatim Informan	107
Lampiran 1.6	<i>Inform Consent Informan</i>	111
Lampiran 1.7	Biodata Mahasiswa	113



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pindah dan tinggal di tempat lain yang belum diketahui sebelumnya pasti akan menjadi perhatian tersendiri bagi setiap individu, karena segala tata cara hidup yang akan dihadapi berbeda dengan budaya di tempat tinggal sebelumnya. Bagaimana penduduk tempat tinggal baru bergaul, bahasa yang digunakan, makanan yang mereka makan, perubahan cuaca dan musim, cara mereka berpakaian, cara mereka berkomunikasi, sistem pendidikan, dan lain sebagainya. Ketika seseorang tinggal di daerah asing untuk pertama kalinya dalam jangka waktu yang lama, tentunya akan menghadapi perbedaan budaya yang signifikan.¹

Seorang individu yang menempuh pendidikan di luar daerah asalnya dapat belajar untuk menjadi seseorang yang lebih mandiri karena tidak dapat mengandalkan orang lain lagi. Misalnya, untuk mengisi perut yang kosong di daerah sendiri, ketika perut terasa lapar kita terbiasa untuk membeli dan kemudian memakannya dengan lahap karena makanan dengan harga yang terjangkau dapat diperoleh. Ketika berada di luar daerah, kebiasaan untuk membeli makanan harus dipertimbangkan karena makanan yang dijual harganya relatif mahal. Banyak orang yang menetap di luar daerah asalnya menjadi terbiasa untuk memasak makanan untuk dirinya sendiri, meskipun awalnya ia tidak tahu bagaimana cara memasak. Namun dalam keadaan terpaksa, ia harus belajar karena akan lebih murah jika ia memasak sendiri dan cita rasa dapat disesuaikan dengan selera sendiri. Ketika individu telah berhasil untuk mengatasi hal tersebut, maka satu poin yang telah ia menangkan untuk menetap di daerah barunya.

Budaya adalah sebuah alat perekat dalam suatu komunitas. Pada dasarnya hal ini menjadi salah satu sarana yang efektif bagi masyarakat

¹ Oktalina Simatupang, "Gaya Berkomunikasi Dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Batak Di Yogyakarta," *Jurnal Komunikasi ASPIKOM 2* (2019).

dalam bersosialisasi dan berinteraksi dengan bermacam individu yang berbeda budaya untuk saling mengenal satu dengan lainnya. Namun hal tersebut tidak dapat begitu saja berlaku pada mahasiswa perantau yang memasuki tahap awal dalam kehidupannya dilingkungan baru.² Berada di lingkungan baru menghadapkan mahasiswa perantau pada suatu permasalahan sosial psikologis yang harus mereka lalui terlebih dahulu sebagai proses adaptasi terhadap tempat baru. Dikarenakan suasana multikultural yang ada antara mahasiswa perantau di purwokerto dengan kondisi sosial budaya penduduk asli sebagai tuan rumah, menjadikan dua indikator tersebut sebagai pemicu *culture shock* yang terjadi akibat belum siapnya individu perantau yang berpindah dari budaya asal ke budaya baru dengan segala perbedaan yang ada didalamnya.

Mahasiswa perantau tentunya menghadapi perbedaan sosial budaya yang dapat menyebabkan mahasiswa tersebut mengalami keketatan budaya (*culture shock*). Mahasiswa luar daerah memiliki peluang lebih besar untuk mengalami *culture shock* tersebut, karena para mahasiswa perantau memiliki latar belakang budaya yang sangat berbeda dengan budaya yang ada di purwokerto. Sebagai mahasiswa perantau tentunya menjadi tantangan tersendiri bagi para individunya, karena mereka harus tetap berusaha untuk melalui hambatan-hambatan dan tetap kuat agar mencapai tujuan yang diinginkannya dari awal.

Pentingnya perguruan tinggi tersebut dapat memicu minat masyarakat untuk melanjutkan pendidikan ke perguruan tinggi. Hal ini terlihat dari banyaknya masyarakat yang mendaftar di perguruan tinggi, Menurut lansiran Badan Pusat Statistik (BPS), sampai akhir 2021 ada sekitar 7,6 juta pelajar di Indonesia. Terdiri dari sekitar 3,2 juta mahasiswa di kampus negeri serta 4,4 juta mahasiswa di kampus swasta. Data yang disampaikan di sini mencakup jumlah mahasiswa di universitas, institut, sekolah tinggi, akademi, dan politeknik di bawah Kementrian Pendidikan. Untuk mahasiswa di bawah Kemdikbudristek, sebaran terbesarnya ada di Provinsi Banten, yakni sekitar

² (Tilaar, 2019)

1,3 juta orang pada akhir 2021. Sedangkan perbandingan proporsi antara mahasiswa kampus negeri dan swastanya bisa dilihat pada grafik di atas. Universitas dengan jumlah mahasiswa terbanyak juga berada di Provinsi Banten, yakni Universitas Terbuka (UT) yang memiliki sekitar 346 ribu mahasiswa aktif pada Mei 2022 (Data Menurut Badan Pusat Statistik) ³.

Upaya untuk menempuh perguruan tinggi, sebagian orang harus pergi merantau dan meninggalkan orang tua karena perguruan tinggi tersebut berada jauh dari rumah. Hal ini dapat dilihat dari data mengenai jumlah mahasiswa perantau pada beberapa perguruan tinggi di Indonesia. Berikut daftar 10 provinsi dengan jumlah mahasiswa terbanyak pada tahun 2021 (kampus negeri plus kampus swasta) :⁴

Banten : 1.359.845 orang, Jawa Timur : 863.449 orang, Jawa Barat: 826.727 orang, DKI Jakarta: 698.268 orang, Jawa Tengah: 601.618 orang, DI Yogyakarta: 389.699 orang, Sumatera Utara: 372.423 orang, Sulawesi Selatan: 337.759 orang, Sumatera Barat: 177.767 orang, Aceh : 146.126 orang. Dan berikut ini daftar 10 provinsi dengan jumlah mahasiswa paling sedikit pada tahun 2021 (kampus negeri plus kampus swasta).⁵

Kalimantan Utara: 12.775 orang, Kepulauan Bangka Belitung: 13.083 orang, Sulawesi Barat: 27.017 orang, Kalimantan Tengah: 37.393 orang Papua Barat: 38.307 orang, Maluku Utara: 41.429 orang, Kepulauan Riau: 45.674 orang, Gorontalo: 47.719 orang, Bengkulu : 48.310 orang, Maluku: 67.497 orang. Selain yang disebutkan di atas, ada juga mahasiswa di bawah Kementerian Agama dengan jumlah total sekitar 1,1 juta orang. Dengan demikian, jika digabungkan dengan mahasiswa di bawah Kemdikbudristek, totalnya ada sekitar 8,7 juta mahasiswa di Indonesia pada akhir 2021.⁶

Menurut perspektif Islam, hal ini juga disebutkan dalam firman Allah

³ Dkk Geofanny, Nova, "Penerapan Culture Intelligence Pada Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Culture Shock Dalam Pembelajaran," *Jurnal Khazanah* 14 (2022).

⁴ Pramitha & Astuti Yulianti Raissa, "Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Yogyakarta," *Jurnal Sosial Dan Teknologi* 1 (2021).

⁵ Raissa.

⁶ Dkk Putri, V. A, "Culture Shock Yang Dialami Mahasiswa Baru," *Parade Riset Mahasiswa*, 2023.

SWT QS. Al-Hujurat Ayat 13:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ إِنَّا خَلَقْنَاكُمْ مِنْ ذَكَرٍ وَأُنْثَىٰ وَجَعَلْنَاكُمْ شُعُوبًا وَقَبَائِلَ لِتَعَارَفُوا ۗ إِنَّ أَكْرَمَكُمْ عِنْدَ اللَّهِ أَتْقَاكُمْ ۗ إِنَّ اللَّهَ عَلِيمٌ خَبِيرٌ

Yā ayyuhan-nāsu innā khalaqnākum min zakariw wa unṣā wa ja'alnākum syu'ubaw wa qabā'ila lita'ārafū, inna akramakum 'indallāhi atqākum, innallāha 'alīmun khabīr.

Artinya : *“Hai manusia, sesungguhnya Kami menciptakan kamu dari seorang laki-laki dan seorang perempuan dan menjadikan kamu berbangsa-bangsa dan bersuku-suku supaya kamu saling kenal-mengenal. Sesungguhnya orang yang paling mulia di antara kamu di sisi Allah ialah orang yang paling takwa di antara kamu. Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui lagi Maha Mengenal.”*

Ayat diatas jelas bahwa berinteraksi dalam keberagaman kebudayaan seringkali menemui hambatan-hambatan. Misalnya dalam bahasa yang digunakan, nilai-nilai norma masyarakat dan lain sebagainya. Hambatan komunikasi terjadi disebabkan adanya sikap yang berbeda antara satu individu dengan individu yang berbeda budaya tersebut, sehingga mahasiswa perantau mengalami perbedaan bahasa yang berakibat interaksi dengan lingkungan sekitarnya menjadi terhambat.⁷

Mahasiswa perantau harus melakukan interaksi dengan budaya baru sebagai bentuk penyesuaian antarbudaya. Interaksi sosial yang dilakukan mahasiswa tersebut membantu untuk memenuhi segala kebutuhan, misal kebutuhan menjalin hubungan baik dengan masyarakat sekitar. Pencapaian kebutuhan tersebut merupakan pengaplikasian keberadaan manusia sebagai makhluk sosial.

Rizky Hasibuan menjelaskan bahwa interaksi sosial adalah pengaruh timbal balik antara individu dengan golongan untuk memecahkan persoalan yang dihadapi, sehingga dapat mencapai tujuan yang diharapkan. Individu mempelajari budaya baru melalui komunikasi dan kontak sosial dengan lingkungan budaya baru. Komunikasi dan kontak dengan lingkungan budaya

⁷ N. dan Grendi H. Devinta, M. Hidayah, “Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta,” *Jurnal Pendidikan Sosiologi.*, 2020.

baru merupakan aspek dari interaksi sosial yang dilakukan individu.⁸

Penyesuaian diri sangat diperlukan oleh individu yang merantau, karena individu perantauan menghadapi perubahan di lingkungan baru yang berbeda adat, norma, dan kebudayaan, sehingga penyesuaian diri yang baik dibutuhkan agar diterima oleh masyarakat sekitar. Selain itu, Mahasiswa yang telah memahami kondisi, nilai-nilai, dan budaya ditempat barunya akan bisa menyesuaikan diri dengan lingkungannya, hal ini sejalan dengan pendapat Samovar⁹ tentang empat tingkatan culture shock, salah satunya adalah fase penyesuaian yaitu orang telah mengerti elemen kunci dari budaya barunya, seperti nilai-nilai, adab khusus, pola komunikasi, keyakinan dan lain-lain. Penyesuaian diri dalam Islam telah tertuang dalam Alquran surat Al-Isra' ayat 15. Firman Allah SWT :

مَنْ أَهْتَدَىٰ فَأِنَّمَا يَهْتَدِي لِنَفْسِهِ ۗ وَمَنْ ضَلَّٰ فَإِنَّ مَا يَضِلُّ
عَلَيْهَا ۗ وَلَا تَزِرُ وَازِرَةٌ وِزْرَ أُخْرَىٰ ۗ وَمَا كُنَّا مُعَذِّبِينَ حَتَّىٰ نَبْعَثَ
رَسُولًا

Manihtadā fa innamā yahtadī linafsih, wa man ḍalla fa innamā yaḍillu 'alaihā, wa lā taziru wāziratuw wizra ukhrā, wa mā kunnā mu'azzibīna ḥattā nab'asa rasulā.

Artinya: “Barangsiapa yang berbuat sesuai dengan hidayah (Allah), maka sesungguhnya dia berbuat itu untuk (keselamatan) dirinya sendiri; dan barangsiapa yang sesat maka sesungguhnya dia tersesat bagi (kerugian) dirinya sendiri. Dan seorang yang berdosa tidak dapat memikul dosa orang lain, dan Kami tidak akan mengazab sebelum Kami mengutus seorang rasul.”

Jadi, kesimpulan ayat di atas adalah menerangkan dan mengingatkan kepada hambaNya yang pertama untuk menyelamatkan dirinya sendiri sesuai dengan hidayah yang telah ditunjukkan oleh Allah Swt, sedangkan yang kedua untuk mengingatkan kepada hamba-Nya bahwa seseorang yang telah melakukan dan memilih jalan yang sesat akan menimbulkan kerugian pada dirinya sendiri. Hal ini terkait dengan penyesuaian diri yang dilakukan oleh

⁸ Rizky Hasibuan, “Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Culture Shock Pada Mahasiswa Luar Jawa i Universitas Sebelas Maret Surakarta,” *Digilib.Uns.Ac.Id*, 2019.

⁹ (Devinta, M. Hidayah, 2020)

manusia, bahwa di manapun dia berada dituntut untuk menyesuaikan diri dengan baik. Sehingga ia mampu memperoleh ketenangan dimasa yang akan datang.

Dalam penelitian ini ada 3 gap penelitian, yaitu :

1. Keterbukaan terhadap Keanekaragaman, Penelitian juga menyoroti pentingnya universitas dalam mempromosikan keanekaragaman dan integrasi budaya. Program-program yang menghadirkan budaya asli mahasiswa perantauan dan budaya lokal secara positif memengaruhi penyesuaian diri mereka.¹⁰
2. Kemampuan Penyesuaian Diri, Dalam hal penyesuaian diri, mahasiswa perantauan cenderung mengembangkan kemampuan adaptasi yang kuat. Mereka belajar untuk berinteraksi dengan beragam budaya, mengatasi tantangan budaya, dan memanfaatkan pengalaman *culture shock* sebagai peluang pertumbuhan pribadi.¹¹
3. Pengaruh Bahasa, Bahasa sering menjadi salah satu hambatan utama dalam interaksi sosial. Mahasiswa perantauan yang tidak lancar dalam bahasa lokal mungkin mengalami kesulitan dalam komunikasi sehari-hari, yang dapat memperbesar *culture shock*.¹²

Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri merupakan salah satu Universitas keagamaan yang terletak di provinsi Jawa Tengah tepatnya di Kabupaten Banyumas. Setiap tahunnya dipenuhi oleh calon mahasiswa baru dari luar daerah, luar provinsi, dengan motif dan tujuan yang sama, yaitu menuntut ilmu dan melanjutkan studi ke tingkat yang lebih baik. UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri yang terus meningkatkan kualitasnya menjadikannya semakin diminati para perantau untuk melanjutkan pendidikannya. Hal tersebut juga menjadi salah satu faktor yang menjadikan para perantau semakin berminat untuk melanjutkan studinya di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri.

¹⁰ Dkk Ujam, Jaenudin, "Culture Shock Sebagai Mediator Antara Kepribadian Reformer Terhadap Sojourner Adjustment," *Jurnal Ilmiah Psikologi* 7, No. 1 (2020).

¹¹ Femi Alamsyah, "Literasi Digital Sebagai Upaya Penanganan Culture Shock Pasca Pandemi Covid-19," *Jurnal Studi Islam* 3 (2022).

¹² (Cahyono, 2023)

Para mahasiswa rantau inilah yang juga menjadi awal mula terbentuknya keanekaragaman budaya baik di lingkungan kampus hingga lingkungan tempat tinggal sementara (seperti pondok / kos / kontrakan) para mahasiswa perantau tersebut. Sehingga tidak heran jika di lingkungan sosial kampus kita akan menemui sejumlah mahasiswa yang memiliki latar belakang budaya berbeda dengan karakternya masing-masing yang mencerminkan kekhasan budaya dari mana individu itu berasal baik dari dalam daerah ataupun luar daerah.

64	234110101004	MANGUNAH SHOFIATUN	3302235302050001	Wanita	SITIROHANI	Islami	BANYUMAS	13 Februari 2005	Desa RT 002 RW 001 Kec. Kedungbanting	83121	
65	234110101005	AMALIA HASANAH	1605156330500002	Wanita	HAMIMAH	Islami	KARANG JAYA	23 Mei 2005	Desa mura itu kecamatan karang jaya kabupaten muar tawar utara	085711	
66	234110101006	MELFANS DWE SAPUTRI	3303145637040004	Wanita	Imani	Islami	Purbalingga	10 Juli 2004	Desa Gekuh RT 008 RW 003 Kecamatan Bojongsari Kabupaten Purbalingga	085701	
67	234110101007	NABILLAH SARIPAH	3206167011040001	Wanita	IS LISNAWATI	Islami	TASIKMALAYA	30 November 2004	Jl Anantaka Gang Arama Rt 04 / Rw 04 ,Kai. Arcewinangan, Kec Purwokerto Timur	086671	
68	234110101008	Nadia Isyq Ibtisamul Jami	3302055708050001	Wanita	TITIN SUYANTI	Islami	BANYUMAS	17 September 2005	Desa Kalwedri rt 05 rw 01 kec. Klatasan	085721	
69	234110101009	NAELA ARVINA	3328126011040006	Wanita	ASMANIYATI	Islami	TEGAL	20 November	DS. Kajen kec. Talang kab. tegal	085541	
71	23411010101173	AMELIANUR SAGHINA	1307035602040001	Wanita	Sarjani	Islami	DALAM KOTID	16 Mei 2004	Dalam kota leleh baruah	082382482488	23411010101173@nhs.uinsai.
72	23411010101174	AMELIA RAHMAWATI	3305166207080001	Wanita	LASYEM	Islami	KEBUMEN	22 Juli 2005	Des. Jalmsulyo ,Rt 02 Rw03 , kec. Kuwasanan, kab. Kebumen	0882005518526	23411010101174@nhs.uinsai.
73	23411010101175	AMRUL MANSYURI	3301060406050004	Pria	Supriyati	Islami	Cilecap	24 Juni 2005	Dusun Ujungmanik, Desa Ujungmanik, Kecamatan Kawunganten, Kabupaten Cilecap	081336655817	23411010101175@nhs.uinsai.
74	23411010101176	ANAS TABWA HAWA SALSABEILA	3303175011040004	Wanita	SRI SUSLOWATI	Islami	PURBALINGGA	10 November 2003	Purbasari	085900307826	23411010101176@nhs.uinsai.
75	23411010101177	ANISA LATHIFATUN	3302146103050001	Wanita	KOMARIYAH	Islami	BANYUMAS	21 Februari	Tigar Kidul Rt 05/rw	082323446781	23411010101177@nhs.uinsai.

Gambar 1 Data Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Islam Angkatan 2023¹³

Data diatas adalah mahasiswa perantauan (Sumatera) khususnya di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri di prodi BKI angkatan 2023. Fokus penelitian ini diarahkan kepada mahasiswa asal Sumatera karena berdasarkan data Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto angkatan 2023, hanya terdapat dua mahasiswa

¹³ Akademik Fakultas Dakwah, "Laporan Data Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam Angkatan 2023."

yang berasal dari Pulau Sumatera. Kedua mahasiswa tersebut berasal dari Palembang (Sumatera Selatan) dan Padang (Sumatera Barat).¹⁴ Informan yang akan menjadi bahan dalam penelitian ini meliputi kriteria sebagai berikut:

1. Laki-laki atau perempuan
2. Merupakan mahasiswa baru prodi BKI 2023 UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto
3. Mahasiswa perantauan UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto khususnya dari Sumatera
4. Mahasiswa yang tinggalnya di pondok/kost
5. Pertama kali di purwokerto
6. Domisili sekarang bukan tinggal di saudara atau keluarga

Pengalaman *culture shock* bersifat normal terjadi pada mahasiswa perantauan yang memulai kehidupannya di daerah baru dengan situasi dan kondisi budaya yang berbeda dengan daerah asalnya. Empat fase dalam *culture shock* yaitu fase optimistik (fase pertama), masalah kultural (fase kedua), *fase recovery* (fase ketiga) dan fase penyesuaian (fase terakhir). Dampak *culture shock* pada mahasiswa perantauan di purwokerto terdapat pada fase terakhir dalam *culture shock* yang ditunjukkan dengan adanya tindakan adaptasi budaya yang diaplikasikan oleh mahasiswa perantauan di purwokerto sebagai tempat rantauan.

Alasan peneliti memilih topik penelitian ini yakni karena *culture shock* pada mahasiswa perantauan di Purwokerto, kita dapat memahami pengalaman mereka dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. Hal ini dapat membantu kita memahami tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa perantauan dan mengidentifikasi cara untuk mendukung penyesuaian mereka.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan maka penelitian ini fokus membahas Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

B. Penegasan Istilah

¹⁴ Dakwah.

1. Gegar Budaya (*Culture Shock*)

Menurut Balmer *Gegar Budaya* merupakan fenomena yang akan dialami oleh setiap orang yang melintasi dari suatu budaya ke budaya lain sebagai reaksi ketika berpindah dan hidup dengan orang-orang yang berbeda pakaian, rasa, nilai, bahkan bahasa dengan yang dipunyai oleh orang tersebut.¹⁵

Maksud *Gegar Budaya* dalam penelitian ini merupakan suatu permasalahan yang melibatkan perasaan, cara berpikir dan berperilaku pada diri individu, merasa tidak mengetahui harus berbuat apa atau bagaimana mengerjakan segala sesuatu di lingkungan yang baru, dan tidak mengetahui apa yang sesuai atau tidak sesuai saat menghadapi perbedaan pengalaman maupun budaya ketika berada di daerah lain.

2. Adaptasi Budaya

Adaptasi budaya adalah permasalahan mengenai pembelajaran, pengembangan representasi diri, peta, dan citra budaya yang tepat, di mana diciptakan oleh adanya hubungan dua orang, kelompok, organisasi, dan masyarakat, yang di dalamnya seseorang menjadi anggotanya. Adaptasi budaya juga melibatkan persuasi yang diberikan berkat pendidikan keluarga, lembaga agama, dan sekolah di mana bertujuan untuk memberikan pengetahuan, nilai-nilai, dan peraturan yang dianggap perlu dalam masyarakat.¹⁶

Maksud Adaptasi Budaya dalam penelitian ini merupakan proses jangka panjang yang dilakukan oleh individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya melalui pembelajaran dan pertukaran komunikatif hingga dirinya merasa nyaman di lingkungan yang baru. Ketika seorang jauh dari rumah, jauh dari tempat yang selama ini dianggap sebagai “rumah” jauh dari lingkungan tempat dia tumbuh besar, dan jauh dari kebiasaan-kebiasaan yang selalu dia lakukan. Orang tersebut mau tidak

¹⁵ (Balmer, 2017)

¹⁶ Nisya D Anggraeni, Amri Dunan, and Karman, “Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Gegar Budaya Saat Pandemi,” *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa* 2, no. 2 (2021): 145–60.

mau akan sadar atau tidak akan mempelajari hal-hal yang baru untuk bisa bertahan hidup. Ketika seseorang akan jauh dari zona nyamannya untuk waktu yang lama, contohnya kuliah maka akan terjadi transfer- transfer nilai yang biasa kita sebut dengan adaptasi budaya.

3. Mahasiswa Perantauan.

Rantau adalah suatu keadaan yang sudah terjadi sejak dulu dan berlanjut hingga sekarang. Mahasiswa perantauan adalah seseorang yang akan meninggalkan kampung halamannya dengan jangka waktu yang lama.¹⁷ Maksud Mahasiswa Perantauan dalam penelitian ini adalah seseorang yang merantau, di antaranya adalah seorang meninggalkan kampung halaman untuk melanjutkan pendidikannya.

Di zaman globalisasi ini juga, tidak sedikit orang yang melanjutkan pendidikannya ke jenjang yang lebih tinggi dengan merantau, diantaranya yaitu seorang mahasiswa. Seorang mahasiswa yang merantau pasti tinggal di luar kampung halamannya dengan waktu tertentu, untuk menyelesaikan pendidikannya atau dengan kata lain mahasiswa perantauan.

Mahasiswa yang mengalami fenomena *culture shock* (gegar budaya) dalam adaptasi budaya di purwokerto, ada beberapa hal yang dapat menjelaskan mahasiswa dalam konteks tersebut.¹⁸

a. Tantangan Penyesuaian Budaya.

Mahasiswa dalam penelitian disini mungkin menghadapi perbedaan budaya yang signifikan dari daerah asal mereka. Mereka harus belajar dan beradaptasi dengan kebiasaan, bahasa, makanan, dan tradisi lokal di Purwokerto. Tantangan ini dapat mempengaruhi interaksi sehari-hari dengan teman sebaya, dosen, dan masyarakat setempat.

b. Perasaan Kehilangan dan Kesepian.

Dalam penelitian disini mahasiswa merasakan kehilangan dan kesepian karena jauh dari keluarga dan teman-teman dekat mereka. Mereka

¹⁷ Komalasari Asmaran Fauzia Nadia, "Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan," *Jurnal Al Husna*, 2020.

¹⁸ Cindenia&Nur Aqila, "Komunikasi Keluarga Dalam Hubungan Jarak Jauh Pada Mahasiswa Perantau Di Kota Lhokseumaw," *Jurnal Jurnalisme*, 2018.

harus membangun jaringan sosial baru dan mencari dukungan emosional di lingkungan baru mereka. Rasa kesepian ini dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional mereka dan kemampuan mereka untuk beradaptasi dengan lingkungan baru.

c. Bahasa dan Komunikasi.

Mahasiswa dalam penelitian disini menghadapi kesulitan dalam berkomunikasi karena perbedaan bahasa dan dialek lokal. Mereka perlu belajar bahasa setempat atau meningkatkan kemampuan bahasa Indonesia agar dapat berkomunikasi dengan baik dengan teman sebaya dan dosen. Tantangan ini dapat mempengaruhi interaksi sosial dan akademik mereka.

d. Perbedaan Nilai dan Norma Sosial.

Mahasiswa perantauan mungkin menghadapi perbedaan nilai dan norma sosial antara daerah asal mereka dan Purwokerto. Mereka harus beradaptasi dengan norma-norma baru dan memahami ekspektasi sosial yang berlaku di lingkungan baru mereka. Tantangan ini dapat mempengaruhi interaksi mereka dengan teman sebaya dan masyarakat setempat.

e. Dukungan dan Bimbingan.

Mahasiswa perantauan membutuhkan dukungan dan bimbingan dalam menghadapi fenomena *culture shock*. Institusi pendidikan, teman sebaya, dan keluarga dapat memberikan dukungan emosional dan praktis dalam proses penyesuaian mereka. Bimbingan dari akademik juga penting untuk membantu mereka mengatasi tantangan yang mereka hadapi.

Mahasiswa BKI angkatan 2023 di Purwokerto, penting untuk memahami dan mempertimbangkan pengalaman individu masing-masing mahasiswa. Setiap siswa mungkin memiliki pengalaman dan tantangan yang berbeda dalam menghadapi fenomena *culture shock*. Oleh karena itu, pendekatan individu dan dukungan yang tepat diperlukan untuk membantu mereka beradaptasi dan sukses dalam lingkungan baru mereka.

Mahasiswa Perantauan dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang menempuh pendidikannya dengan merantau. Pastinya akan meninggalkan kampung halamannya dengan menjalani kehidupan sendiri tanpa ada keluarga di sampingnya. Di tempat perantauan, ketika dihadapi situasi dan kondisi apapun, seorang mahasiswa dituntut untuk bisa menanganinya sendiri. Hal itu dikarenakan di tempat perantauan situasinya berbeda. Peluang untuk bergantung pada orang lain sangatlah minimal dan pemenuhan kebutuhan hidupnya haruslah ditanggulangi sendiri.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah :

1. Apa penyebab gegar budaya mahasiswa Sumatera pada prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto ?
2. Apa upaya yang dilakukan mahasiswa Sumatera untuk mengatasi gegar budaya pada prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto ?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka penelitian ini bertujuan :

1. Mendeskripsikan penyebab gegar budaya mahasiswa Sumatera pada prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
2. Mendeskripsikan upaya yang dilakukan mahasiswa Sumatera untuk mengatasi gegar budaya pada prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah ilmu pengetahuan dan wawasan Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi anak yang mengalami *culture shock*, untuk memberikan semangat dan motivasi agar selalu belajar untuk bisa berinteraksi sosial dan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru

- b. Bagi orang tua yang anaknya mengalami *culture shock*, untuk memberikan pengetahuan dan pemahaman bahwa dukungan yang diberikan orang tua sangat berpengaruh pada anaknya yang mengalami *culture shock*
- c. Bagi program studi BKI, untuk menjadi bahan bacaan dan pengetahuan baru di program studi BKI.
- d. Bagi pembaca, untuk menambah pengetahuan dan wawasan mengenai Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- e. Bagi peneliti, untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.
- f. Bagi peneliti selanjutnya, untuk menjadi bahan referensi ketika akan melakukan penelitian yang berkaitan dengan topik tersebut.

F. Kajian Pustaka

Pertama, berdasarkan hasil penelitian skripsi yang dilakukan oleh Iyen Heriani Situmorang yang berjudul “*Culture Shock Dalam Interaksi Komunikasi Antar Budaya Pada Mahasiswa Asal Papua di Universitas Negeri Medan*” didapati hasil bahwa bahasa yang susah dimengerti informan. Perbedaan budaya membuat mahasiswa lokal sering membuly informan dan mengakibatkan lebih nyaman bersama sesama sukunya dari pada mahasiswa lokal. *Culture shock* yang dirasakan dalam hal interaksi komunikasi antarbudaya ialah terhadap kuat dan kasarnya cara orang Medan berbicara, karakteristik orang Medan dan juga beberapa perbedaan nilai-nilai. Dari seluruh perbedaan, bahasalah yang di anggap menjadi persoalan dalam komunikasi.¹⁹ Persamaannya antara penelitian Iyen Heriani Situmorang dengan topik penelitian dalam skripsi ini yakni sama-sama membahas mengenai *Culture Shock* yang dialami Pada Mahasiswa . Perbedaannya jika pada penelitian milik Iyen Heriani Situmorang culture shock ini berfokus

¹⁹ Iyen Situmorang, “Culture Shock Dalam Interaksi Komunikasi Antar Budaya Pada Mahasiswa Asal Papua Di Universitas Negeri Medan. Hlm 49-50,” 2022.

pada interaksi komunikasi antar budaya pada mahasiswa asal papua dengan mahasiswa asal medan sedangkan pada penelitian dalam skripsi ini fokus pada Fenomena Gagar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI .

Kedua, berdasarkan hasil penelitian skripsi yang dilakukan oleh Anugrah Eka Pertiwi yang berjudul “*Hubungan Culture Shock Terhadap Resiliensi Diri Mahasiswa di IAIN Surakarta*” didapati hasil bahwa mahasiswa asing yang berada di IAIN Surakarta yang berasal dari Thailand dan Filipina. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Skala *Culture Shock* dan Skala Resiliensi Diri dengan model skala likert.²⁰ Persamaannya antara penelitian Anugrah Eka Pertiwi dengan topik penelitian dalam skripsi ini yakni *Culture Shock terhadap resiliensi diri* sama saja dengan culture shock penyesuaian diri yang dialami pada mahasiswa. Perbedaannya yakni pada penelitian tersebut fokus *Culture Shock* terhadap resiliensi diri menggunakan metode kuantitatif dengan teknik korelasi *product moment* dari pearson.

Ketiga, berdasarkan karya tulis ilmiah yang ditulis oleh Laras Puspita Sari yang berjudul “*Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau*” didapati hasil bahwa Penyesuaian diri pada mahasiwa yang berasal dari luar Sumatera Barat berada dalam tingkat yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa baru pada umumnya. *Culture shock* pada mahasiswa yang berasal dari luar Sumatera Barat berada dalam tingkat yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa baru pada umumnya. Secara umum, *culture shock* berpengaruh terhadap penyesuaian diri pada mahasiswa baru yang berasal dari luar Sumatera Barat di Universitas Negeri Padang dengan sumbangan efektif sebesar 60,6%.²¹ Persamaan yang muncul dari penelitian tersebut dan penelitian dalam proposal ini adalah sama-sama membahas *culture shock* terhadap penyesuaian diri pada

²⁰ Anugrah Pertiwi, “Hubungan Culture Shock Terhadap Resiliensi Diri Mahasiswa Di IAIN Surakarta. Hlm 20,” 2020.

²¹ Laras Sari, “Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau,” *Jurnal Riset Psikologi* 4 (2019).

mahasiswa baru yang merantau. Perbedaannya yakni pada penelitian tersebut fokus Pengaruh *Culture Shock* Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau dengan metode kuantitatif dengan menggunakan skala penyesuaian diri ($\alpha = 0,914$) dan skala *culture shock* ($\alpha = 0,877$) sedangkan pada skripsi ini fokus Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI dengan menggunakan metode kualitatif.

Keempat, penelitian yang dilakukan oleh Alfi Aulia Afikah yang berjudul "*Hubungan Antara Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Santriwati VII MTS NU Putri 3 Buntet Pesantren Cirebon*" dapat diketahui bahwa Hubungan Antara *Culture Shock* Dengan Penyesuaian Diri Santriwati berada pada kategori sedang dengan presentase 68% dengan frekuensi sebanyak 68 orang.²² Persamaan penelitian milik Alfi Aulia Afikah dan penelitian pada proposal skripsi ini adalah sama-sama membahas mengenai *culture shock* dengan penyesuaian diri, namun bedanya pada penelitian milik Alifia Aulia Afikah menggunakan metode kuantitatif untuk melihat hasil uji hipotesis menunjukkan ada hubungan negatif antara *culture shock* dengan penyesuaian diri dengan nilai yang negatif sebesar 309 dengan nilai signifikansi sebesar $p 0,002 < 0,05$. Hasil ini menyatakan bahwa terdapat hubungan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada santriwati kelas VII MTS NU 3 Buntet Pesantren Cirebon sedangkan pada penelitian dalam proposal ini fokus objeknya yakni pada bagaimana Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI.

Kelima, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kasan Bisri dengan judul "*Culture Shock Dan Adaptasi Mahasiswa Asing Studi Pada Mahasiswa Thailand Jurusan PAI UIN Walisongo Semarang*" didapati hasil bahwa Keberhasilan adaptasi ditentukan oleh strategi yang ditempuh oleh individu atau komunitas di dunia baru. Dalam konteks ini, strategi adaptasi diartikan strategi yang digunakan oleh mahasiswa asal Thailand untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan kota Semarang dengan latar belakang

²² Aulia Afikah, "Hubungan Antara Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Santriwati VII MTS NU Putri 3 Buntet Pesantren Cirebon," 2019.

sosiokultural Jawa. Tentu tidak sedikit kendala yang dihadapi oleh mahasiswa pendatang. Kendala yang paling umum dialami oleh mahasiswa ini adalah bahasa.²³ Persamaan kedua penelitian ini yakni antara penelitian milik Kasan Bisri dengan topik masalah didalam proposal skripsi ini yakni keduanya sama-sama membahas mengenai *Culture Shock* yang dialami pada mahasiswa. Adapun perbedaannya yakni pada penelitian yang dilakukan oleh Kasan Bisri objeknya adalah *Culture Shock* pada mahasiswa asing yaitu mahasiswa yang berasal dari thailand sedangkan pada penelitian ini fokus objek penelitiannya adalah Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI.

Keenam, berdasarkan hasil penelitian jurnal yang dilakukan oleh Ellya Pratiwi dan Yanti Oktavianti Susanto yang berjudul "*Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Gegar Budaya di Lingkungan Kerja*". Didalam Jurnal ini membahas tentang fenomena gegar budaya di lingkungan kerja menjadi kendala bagi karyawan pendatang baik dalam prestasi kerja maupun komunikasi interpersonal di lingkungan kerja.²⁴ Persamaan jurnal dengan skripsi ini adalah infroman sama-sama mengalami gegar budaya pada perbedaan lingkungan yang terdiri dari perbedaan bahasa, makanan dan cuaca. Kedua, gegar budaya dalam kehidupan sosial yang terdiri dari perbedaan suku dan budaya.

Ketujuh, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tania Intan yang berjudul "*Gegar Budaya dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Annee Chez Les Francaiz Karya Fouad Laroui*" Hasil kajian menunjukkan bahwa Mehdi, tokoh anak dalam novel Une Année chez les Français karya Fouad Laroui, mengalami permasalahan karena gegar budaya yang berdampak pada pergulatan identitas. Mehdi melewati empat fase gegar budaya yaitu: fase bulan madu, fase pesakitan, fase adaptasi, dan fase penyesuaian diri. Faktor-faktor yang memengaruhi terjadinya gegar budaya

²³ Kasan Bisri, "Culture Shock Dan Adaptasi Mahasiswa Asing Studi Pada Mahasiswa Thailand Jurusan PAI UIN Walisongo Semarang," *Prosiding The Annual Conference on Islamic Religious Education* 2, no. 1 (2022).

²⁴ Ellya Pratiwi dan Yanti Oktavianti Susanto, "Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Gegar Budaya Di Lingkungan Kerja," *Ilmiah Ilmu Komunikasi* 19, no. 2 (2020).

pada tokoh tersebut adalah: faktor intrapersonal, variasi budaya, dan manifestasi sosial politik.²⁵ Persamaan dari jurnal dan skripsi ini adalah kecemasan akibat halangan bahasa. Sedangkan gejala gegar budaya yang dialaminya adalah: kesedihan, kesepian, dan kelengangan; perubahan perilaku, tekanan atau depresi, mengidentifikasi dengan budaya lama atau mengidealkan daerah lama; kehilangan identitas, tidak percaya diri, merasa kekurangan, dan rindu keluarga.

Kedelapan, berdasarkan hasil penelitian jurnal yang dilakukan oleh Lina Amiliya dan Nanda Elma Fitriani dengan judul "*Gegar Budaya Perspektif Komunikasi Antar Budaya*" adalah Penelitian ini berfokus pada kejutan budaya dari sudut pandang komunikasi antar budaya di antara karyawan di lingkungan kerja. Karena *culture shock* merupakan masalah yang sering ditemui oleh setiap orang ketika hadir di lingkungan dan budaya baru, terutama karyawan yang bekerja di Lapangan Madiun Umul.²⁶ Persamaan dengan skripsi ini adalah bentuk gegar budaya, upaya penyesuaian diri, jangka waktu penyesuaian, hingga hasil upaya penyesuaian pada karyawan mahasiswa perantauan.

Kesembilan, penelitian yang dilakukan oleh Ghina Hadiniyati dkk yang berjudul "*Gegar Budaya Mahasiswa Indonesia dalam Komunikasi Antar budaya di Luar Negeri*" membahas tentang untuk mencapai komunikasi antarbudaya yang efektif, setiap individu perlu memahami nilai-nilai budaya di lingkungan baru. Mahasiswa Indonesia yang belajar di luar negeri, seperti Malaysia, China, Korea Selatan, dan Jerman, harus memiliki pemahaman antarbudaya yang baik. Pemahaman ini diperoleh dengan mempelajari budaya negara tujuan melalui berbagai platform media. Meski tidak sepenuhnya mencegah gegar budaya, pemahaman ini membantu mereka mengurangi kecemasan dan ketidakpastian serta mempermudah proses adaptasi di

²⁵ Intan Tania, "Gegar Budaya Dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Annee Chez Les Francaiz Karya Fouad Laroui," *Ilmu Budaya* 7, no. 2 (2019).

²⁶ Lina Amiliya dan Nanda Elma Fitriani, "Gegar Budaya Perspektif Komunikasi Antar Budaya," *Dakwah Dan Komunikasi* 5, no. 2 (2023).

lingkungan baru.²⁷ Persamaan jurnal dengan skripsi ini adalah sama-sama membahas *Culture shock* yang menjadi masalah bagi para informan karena dipicu adanya perbedaan bahasa, nilai dan norma, serta kebiasaan-kebiasaan yang berlaku di Indonesia dengan negara tujuannya masing-masing.

Kesepuluh, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Inosensia Dini Pramudiana dan Theresia Dewi Setyorini yang berjudul “*Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Papua di Magelang*” Hasil analisa data yang dilakukan pada penelitian hubungan gegar budaya dengan penyesuaian sosial menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian sosial dengan nilai $r = -0,548$ dan ($p < 0,005$). Adapun korelasi sebesar 54,8% tergolong korelasi yang kuat. Dari keempat aspek gegar budaya, yakni *stress reaction*, *cognitive fatigue*, *role shock*, *personal shock*. Nilai koefisien korelasi yang paling tinggi adalah aspek *role shock* dengan nilai $r = -0,501$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,005$). Artinya bahwa aspek ini paling erat kaitannya dengan penyesuaian sosial siswa Papua di Magelang.²⁸ Perbedaan jurnal dengan skripsi ini adalah informan dalam jurnal ini berasal dari Papua sedangkan dalam skripsi ini berasal dari Sumatera. Persamaan nya adalah terdapat aspek gegar budaya yang dialami oleh masing-masing informan yaitu *stress reaction*, *cognitive fatigue*, *role shock*, *personal shock*.

Kesebelas, penelitian yang dilakukan oleh Nathalia Perdhani Soemantri yang berjudul “*Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia di Sumatera*” membahas tentang adaptasi budaya yang dilakukan oleh mahasiswa asal Indonesia di Australia lebih mudah untuk dilalui dengan adanya kemajuan teknologi informasi dan era globalisasi. Mahasiswa asal Indonesia dapat melakukan persiapan yang matang, sehingga saat melakukan proses adaptasi jarang ditemui perasaan putus asa dan depresi karena kesulitan dalam menyesuaikan dengan budaya baru. Mahasiswa

²⁷ Dkk Ghina Hadiniyati, “Gegar Budaya Mahasiswa Indonesia Dalam Komunikasi Antarbudaya Di Luar Negeri,” *Pekommas* 8, no. 2 (2023).

²⁸ Inosensia Dini Pramudiana dan Theresia Dewi Setyorini, “Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Papua Di Magelang,” *PRAXIS* 1, no. 2 (2019).

mengakui bahwa proses adaptasi akan terus berjalan karena banyak hal-hal baru yang akan selalu mereka temui.²⁹ Sedangkan skripsi ini membahas bagaimana penyebab gegar budaya dan adaptasi budaya serta upaya dalam mengatasi gegar budaya dan adaptasi budaya tersebut.

Keduabelas, berdasarkan hasil penelitian jurnal yang dilakukan oleh Muhammas Yunus Patawari dengan judul "*Adaptasi budaya pada mahasiswa pendatang di kampus Universitas Padjadjaran Bandung*" adalah Sebagai pendatang di suatu daerah yang asing, kemampuan komunikasi menjadi faktor kunci keberhasilan dalam beradaptasi dengan lingkungan dan masyarakat setempat. Meski hambatan komunikasi seperti perbedaan bahasa dapat diminimalisir dengan penggunaan teknologi komunikasi namun karakter budaya asal sulit terlepas dan menjadi hal yang dapat menghambat proses adaptasi terhadap lingkungan baru. Penelitian ini bertujuan menjelaskan proses adaptasi mahasiswa pendatang di kampus Universitas Padjadjaran Bandung menggunakan model kompetensi komunikasi lintas budaya (*Cross-Cultural Communication*) Richard Donald Lewis. Perbedaan dengan skripsi ini adalah dilihat dari teori dalam penelitian ini, didalam skripsi ini menggunakan teori *Culture Shock* yang dicetus oleh Edward. T. Hall sebagai rujukan analisis data.

Ketigabelas, Penelitian yang dilakukan oleh Gunawan wiradharma yang berjudul "*Lingkungan Baru : Adaptasi Budaya Oleh Dosen CPNS*" Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa dalam melakukan migrasi atau perantauan dosen CPNS UT 2019 memiliki berbagai motif karena keinginan sendiri atau dorongan dari orang lain tua. Menghadapi lingkungan baru dengan kebudayaan yang berbeda merupakan tantangan tersendiri bagi dosen CPNS peantauan. Bentuk dan gegar kebudayaan dapat dan mungkin terjadi pada mereka ketika mereka merantau. Selain itu, di tempat baru mereka harus menghadapi situasi dari budaya yang baru, seperti mulai menyesuaikan perbedaan bahasa, penyesuaian makanan, hingga

²⁹ Nathalia Perdhani Soemantri, "Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia Di Sumatera," *Ilmiah Ilmu Komunikasi (WACANA)* 18, no. 1 (2019).

tingkah laku orang sekitar.³⁰ Perbedaan dengan skripsi ini adalah dapat dilihat dari subjek di dalam penelitiannya, yang mana dalam jurnal tersebut subjeknya adalah dosen CPNS sedangkan dalam skripsi ini adalah Mahasiswa Sumater Prodi BKL.

Keempatbelas, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, Yohanes K. Nula Liliweri dengan judul "*Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya*" Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Individu dalam masyarakat selalu berkembang serta mengalami perubahan melalui proses belajar dimana dalam prosesnya berlangsung secara cepat maupun lambat. Proses perubahan dalam masyarakat disebut dinamika masyarakat. Dinamika masyarakat pendatang baru perumahan Bougenville Indah dalam proses adaptasi budaya meliputi proses Internalisasi yakni masyarakat pendatang baru mendekati diri dengan masyarakat lokal dengan mempelajari bahasa dan dialek masyarakat local setempat untuk berkomunikasi dengan masyarakat lokal³¹. Perbedaan dengan skripsi ini adalah dapat dilihat dari objek penelitiannya yaitu pada jurnal ini objek penelitiannya Adaptasi Pendatang Baru Perumahan Bougenville Indah Kabupaten Kupang sedangkan dalam skripsi ini adalah Adaptasi Budaya Mahasiswa Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Kelimabelas, penelitian yang dilakukan oleh Akhmad Junaedi dengan judul "*Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Dalam Menghadapi Perbedaan Kebudayaan Kota Tegal (Studi Kasus Mahasiswa PGSD UPP Tegal FIP UNNES)*" dalam penelitian ini membahas bagaimana Mahasiswa melakukan strategi adaptasi budaya pada masyarakat Tegal dengan cara a) Memahami cara hidup orang Tegal, baik melalui interaksi langsung maupun tidak langsung, b) Berusaha menerima perbedaan budaya diantara mereka, c) Meredam egosentrisme dan primordialisme dalam diri mereka karena

³⁰ Gunawan Wiradharma, "Lingkungan Baru : Adaptasi Budaya Oleh Dosen CPNS", *Ilmu Komunikasi* 9, no. 2 (2020).

³¹ Yohanes K. Nula Liliweri Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, "Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya," *Udana Universitas Nusa Cendana Kupang*.

faktanya mereka sedang tinggal di Tegal³². Perbedaan nya dengan skripsi ini adalah objek nya yaitu dalam jurnal ini membahas perbedaan di kota Tegal sedangkan dalam skripsi ini membahas gegar budaya dan adaptasi budaya di kota Purwokerto.



³² Akhmad Junaedi, "Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Dalam Menghadapi Perbedaan Kebudayaan Kota Tegal (Studi Kasus Mahasiswa PGSD UPP Tegal FIP UNNES," *Kreatif*, 2021.

--

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Gegar Budaya Gegar Budaya

1. Pengertian Gegar Budaya

Culture shock, atau gegar budaya, adalah fenomena psikologis yang terjadi ketika seseorang dihadapkan pada lingkungan budaya yang baru dan tidak familiar.³³ Istilah ini merujuk pada kondisi di mana individu mengalami stres dan kebingungan akibat perbedaan sosial dan kultural yang dihadapi. Sebagai proses aktif, *culture shock* melibatkan tiga aspek penting yaitu afektif (emosional), perilaku (tindakan), dan kognitif (pemikiran), yang menggambarkan bagaimana seseorang merasakan, berperilaku, dan berpikir dalam menanggapi pengaruh budaya kedua.³⁴

Aspek afektif dari *culture shock* mengacu pada reaksi emosional individu ketika dihadapkan pada lingkungan yang berbeda. Mahasiswa Sumatera yang pindah ke Purwokerto mungkin merasa cemas, kesepian, atau bahkan depresi saat berusaha menyesuaikan diri dengan norma dan nilai budaya yang berbeda di sana. Reaksi emosional ini dapat memengaruhi kesehatan mental dan kinerja akademik mereka. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi bagaimana mereka mengelola emosi dan mencari dukungan untuk beradaptasi.³⁵

Selanjutnya, aspek perilaku menyoroti bagaimana individu bertindak dalam menanggapi tantangan budaya baru. Mahasiswa dari Sumatera mungkin memperlihatkan perubahan dalam cara mereka berpakaian, berbicara, atau berinteraksi dengan orang lain. Perilaku adaptif ini merupakan bagian penting dari proses penyesuaian yang membantu

³³ Sabrina Hasyiyati Maizan, Khoiruddin Bashori, and Elly Nur Hayati, "Analytical Theory: Gegar Budaya (Culture Shock)," *Psycho Idea* 18, no. 2 (2020): 147, <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i2.6566>.

³⁴ Jurnal Dakwah et al., "Al-Idza'Ah Gegar Budaya Perspektif Komunikasi Antar Budaya," 2023, 113–21.

³⁵ Meyniar Albina, Universitas Islam, and Negeri Sumatera, "Jurnal Kalacakra" 05 (2025): 100–109.

mereka berintegrasi dengan lingkungan baru mereka. Melalui observasi dan partisipasi dalam kegiatan sosial dan akademik, mereka belajar memahami dan menghargai perbedaan budaya.³⁶

Selain itu, aspek kognitif *culture shock* berhubungan dengan bagaimana individu memproses informasi baru dan memikirkan perbedaan budaya yang mereka hadapi. Ini melibatkan perubahan pada cara pandang dan persepsi mereka terhadap dunia sekitarnya. Mahasiswa tersebut mungkin menghadapi tantangan dalam memahami bahasa, adat-istiadat, atau sistem pendidikan yang berbeda. Namun, melalui refleksi dan pembelajaran aktif, mereka dapat mengembangkan kosmopolitanisme dan meningkatkan keterampilan berpikir kritis.³⁷

Untuk lebih memahami dampak *culture shock* pada mahasiswa, penting untuk mengidentifikasi sumber-sumber yang menyebabkannya. Sumber ini dapat mencakup perbedaan dalam bahasa, adat istiadat, sistem nilai, dan interaksi sosial. Misalnya, mahasiswa dari Sumatera mungkin merasa kesulitan dengan bahasa Jawa yang digunakan oleh sebagian besar warga Purwokerto, yang merupakan tantangan bagi komunikasi sehari-hari mereka.

Adaptasi budaya adalah proses dinamis yang dilalui individu untuk mengurangi dampak dari *culture shock*. Melibatkan beberapa tahap, mulai dari honeymoon phase, di mana individu merasa antusias, hingga *adjustment phase*, di mana mereka mulai merasa lebih nyaman dan dapat berfungsi dengan efektif di lingkungan baru. Mahasiswa Sumatera perlu mengalami setiap tahap ini untuk mencapai akulturasi yang sukses, yaitu ketika mereka dapat menyeimbangkan identitas budaya asal dengan identitas budaya baru yang mereka pelajari.

Ada berbagai strategi yang dapat digunakan mahasiswa untuk mengatasi *culture shock*, termasuk mencari dukungan sosial, memelihara

³⁶ Nizar Mudrik, Zhaldi Enji, and Irsyad Fawwaz, "Komunikasi Lintas Budaya : Konsep , Tantangan , Dan Strategi Pengembangannya" 4, no. 2 (2024): 168–81.

³⁷ Sufandi A K Uno, Sitti Syawaliyah Gismin, and Musawwir, "Pengaruh Prasangka Sosial Terhadap Culture Shock Pada Mahasiswa Perantau Luar Pulau Sulawesi Di Kota Makassar," *Jurnal Psikologi Karakter* 3, no. 1 (2023): 92–99, <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2274>.

hubungan dengan teman dan keluarga, serta berpartisipasi dalam kegiatan komunitas. Mendapatkan bimbingan dari mahasiswa senior atau dosen yang memiliki pengalaman serupa juga dapat membantu mempercepat proses adaptasi mereka. Selain itu, pengembangan keterampilan komunikasi antarbudaya dapat sangat bermanfaat.³⁸

Institusi pendidikan, seperti UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, perlu memainkan peran aktif dalam mendukung adaptasi budaya mahasiswa. Ini bisa dilakukan dengan menyediakan program orientasi budaya, layanan konseling, dan kegiatan ekstrakurikuler yang mendorong interaksi antarbudaya. Dengan demikian, kampus dapat menjadi lingkungan yang inklusif dan mendukung keberagaman kultur.

Meskipun *culture shock* dapat menimbulkan tantangan, ada dampak positif yang dapat diambil dari pengalaman ini. Mahasiswa yang berhasil beradaptasi akan memiliki pandangan yang lebih luas tentang dunia, ketahanan yang lebih kuat, dan kemampuan untuk menjembatani perbedaan budaya. Namun, jika tidak dikelola dengan baik, *culture shock* dapat menyebabkan isolasi sosial dan penurunan prestasi akademik.³⁹

Kesadaran antarbudaya adalah kunci untuk mengurangi dampak negatif dari *culture shock*. Mahasiswa perlu didorong untuk mengembangkan empati dan fleksibilitas dalam berinteraksi dengan orang-orang dari latar belakang yang berbeda. Dengan meningkatkan pemahaman dan penerimaan terhadap perbedaan, mereka dapat mencapai kematangan emosional dan sosial yang lebih tinggi.⁴⁰

Secara keseluruhan, *culture shock* adalah pengalaman yang kompleks namun penting dalam konteks globalisasi dan mobilitas antar-

³⁸ Agung Nugroho and Lia Mareza, "Culture Shock Mahasiswa Rantau Sebagai Kelompok Minoritas," *Jurnal Perspektif* 6, no. 3 (2023): 269–78, <https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i3.789>.

³⁹ Ilmu Komunikasi et al., "Pengaruh Culture Shock Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa 2024 Di Yogyakarta" 01, no. 03 (2025): 45–55.

⁴⁰ Jalaluddin Rakhmat dan Deddy Mulyana, *Komunikasi Antarbudaya Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. (Bandung: Remaja Rosdakarya., 2005).

budaya. Dengan dukungan yang tepat dan keterampilan adaptasi yang memadai, mahasiswa Sumatera di Purwokerto dapat mengubah tantangan ini menjadi peluang untuk pertumbuhan pribadi dan pengembangan *intercultural competence* yang menguntungkan dalam jangka panjang. Institusi pendidikan, komunitas, dan individu semuanya perlu bekerja sama untuk memastikan bahwa proses adaptasi budaya ini berjalan lancar dan efektif.⁴¹

Jadi, dapat disimpulkan, bahwa *Culture Shock* adalah suatu proses aktif dalam menghadapi perubahan saat berada di lingkungan yang tidak familiar. Proses aktif tersebut terdiri dari *affective*, *behavior*, dan *cognitive* individu, yaitu reaksi individu tersebut merasa, berperilaku, dan berpikir ketika menghadapi pengaruh budaya kedua.⁴²

Budaya dalam penelitian ini merujuk pada keseluruhan pola nilai, norma, kebiasaan, bahasa, adat, dan cara berinteraksi sosial yang membentuk kehidupan masyarakat. Fokus budaya yang dikaji adalah budaya asal mahasiswa (Sumatera) yang memiliki karakteristik tersendiri seperti penggunaan bahasa Minang, Melayu, atau Palembang, gaya berkomunikasi yang cenderung lugas, hingga adat sosial yang berbeda dengan budaya Jawa di Purwokerto yang lebih santun, halus, dan berstruktur sosial hierarkis berbasis tingkat tutur bahasa.

Perbedaan ini menyebabkan mahasiswa perantauan mengalami culture shock, yaitu ketidakmampuan awal dalam memahami atau menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru, termasuk kebingungan dalam berkomunikasi, ketidakpahaman terhadap norma sosial, dan perubahan perilaku sosial.

a. Gejala-gejala dan Reaksi *Culture Shock* (Gegar Budaya)

Gegar budaya banyak menyebabkan gangguan-gangguan emosional, seperti depresi dan rasa cemas yang dialami oleh perantau.

⁴¹ Meyniar Albina Chairunnisa, "Fenomena Culture Shock Dan Strategi Adaptasi Lintas Budaya Pada Era Digital," *Jurnal Kalacakra* 05, no. 02 (2024).

⁴² Bisri, "Culture Shock Dan Adaptasi Mahasiswa Asing Studi Pada Mahasiswa Thailand Jurusan PAI UIN Walisongo Semarang."

Pada tahap awal adaptasi budaya baru, perantau akan mengalami masa terombang-ambing antara rasa marah dan depresi. Gegar budaya menjadi pengalaman belajar yang mencakup pengembangan keterampilan, aturan, dan peran yang dibutuhkan dalam setting budaya yang baru. Gegar budaya juga menjadikan hilangnya kendali seseorang saat ia berinteraksi dengan orang lain dengan budaya yang berbeda. Kehilangan kontrol umumnya menyebabkan kesulitan adaptasi namun tidak selalu merupakan gangguan psikologis.⁴³

Pedersen mengemukakan dalam salah satu teori gegar budaya melihat gegar ini sebagai sebuah penyesuaian awal terhadap lingkungan baru yang diasosiasikan dengan perkembangan individu, pendidikan, dan bahkan pertumbuhan personal. Secara singkat segala bentuk stress mental maupun fisik yang dialami oleh perantau selama berada di lingkungan baru disebut sebagai gejala culture shock, namun gejala culture shock yang dialami pada setiap individu memiliki tingkatan atau kadar yang berbeda mengenai sejauh mana culture shock mempengaruhi kehidupannya. Ada beberapa gejala dan reaksi yang biasanya ditunjukkan individu saat mengalami culture shock dapat dilihat dari tabel berikut:⁴⁴

Tabel 1 Gejala dan Reaksi Gegar Budaya (*Culture Shock*)

No.	Gejala <i>Culture Shock</i>	Deskripsi Reaksi <i>Culture Shock</i>
1.	Gegar budaya sebagai nostalgia.	Orang merasa rindu keluarga, kawan, dan pengalaman lain yang sudah familiar bagi Individu.
2.	Gegar budaya sebagai disorientasi dan hilangnya kontrol.	Hilangnya hal-hal yang familiar tentang perilaku orang lain. Disorientasi menimbulkan kecemasan, depresi, dan merasa putus asa
3.	Gegar budaya sebagai ketidakpuasan atas hambatan bahasa	Kurangnya komunikasi atau sulitnya komunikasi bisa menimbulkan frustrasi dan perasaan terasing.
4.	Gegar budaya	Individu tidak mampu melakukan banyak aktifitas

⁴³ Deddy Mulyana, *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya* (Bandung: Remaja Rosdakarya., 2006).

⁴⁴ B.S Shiraev, B.E, Levy, D.A, Dan Tribowo, *Psikologi Lintas Kultural Pemikiran Kritis Dan Terapan Modern (Edisi Keempat)* (Jakarta : Prenada Media Group., 2012).

	sebagai hilangnya kebiasaan dan gaya hidup.	yang sebelumnya ia nikmati : ini menyebabkan kecemasan dan perasaan kehilangan
5.	Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan.	Perbedaan antara budaya baru dengan budaya kampung halaman biasanya dlebih-lebihkan dan sulit diterima.
6.	Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan nilai.	Perbedaan ini biasanya dlebihlebihkan: nilai-nilai baru tampaknya sulit diterima.

b. Fase-Fase Gegar Budaya (*Culture shock*)

Samovar menyatakan bahwa orang biasanya melewati empat tahapan dalam *culture shock*. Keempat tahapan tersebut biasa di sebut dengan istilah *U-curve*, antara lain yaitu:⁴⁵

- 1) Fase optimistik, fase ini berisi kegembiraan, rasa penuh harapan, dan euforia sebagai antisipasi individu sebelum memasuki budaya baru.
- 2) Masalah kultural, fase kedua di mana masalah dengan lingkungan baru mulai berkembang, misalnya karena kesulitan bahasa, system lalu lintas baru, tempat studi baru, dan lain-lain. Fase ini biasanya ditandai dengan rasa kecewa dan ketidakpuasan. Ini adalah periode krisis dalam *culture shock*. Orang menjadi bingung dan terkejut dengan lingkungan sekitarnya, dan dapat mengakibatkan rasa frustrasi dan mudah tersinggung, bersikap bermusuhan, mudah marah, tidak sabaran, dan bahkan menjadi tidak kompeten.
- 3) Fase *recovery*, fase ketiga dimana orang mulai mengerti mengenai budaya barunya. Pada tahap ini, individu secara bertahap membuat penyesuaian dan perubahan dalam caranya beradaptasi dengan budaya baru. Orang-orang dan peristiwa dalam lingkungan baru mulai dapat di prediksi dan tidak terlalu merasa tertekan.
- 4) Fase penyesuaian, fase terakhir, orang telah mengerti elemen

⁴⁵ Richard L. P. dan Edwin R M. Samovar, L.A, *Komunikasi Lintas Budaya*. (Jakarta: Salemba Humanika., 2010).

kunci dari budaya barunya seperti nilai-nilai, adab khusus, pola komunikasi, keyakinan, dan lain-lain.

Mahasiswa perantau kaitannya dengan penelitian ini yaitu mahasiswa luar pulau Jawa yang notabene sudah terbiasa menjalankan dan mengembangkan budayanya dalam kehidupan sehari-hari di daerah asalnya masing-masing, mereka akan saling berinteraksi satu sama lain setiap harinya dengan orang-orang yang mayoritas memiliki kebudayaan sama dan hidup bersama dalam satu daerah dalam kurun waktu yang lama. Keseluruhan cara hidup tersebut termasuk nilai-nilai, kepercayaan, standar estetika, ekspresi, linguistik/ bahasa, pola berpikir, nilai-norma, tata perilaku dan gaya komunikasi yang kesemuanya cara yang terjalin secara terus menerus mengiringi kelangsungan hidup masyarakat dalam kelompok lingkungan fisik beserta lingkungan sosial suatu kebudayaannya.⁴⁶

Akibatnya mahasiswa luar daerah tersebut terbiasa dengan kebudayaan mereka sendiri, hingga tanpa disadari membentuk karakter dan menjadi ciri khas yang melekat pada diri individu sejak ia lahir. Sehingga ketika mereka memutuskan untuk merantau untuk kepentingan pendidikan dan memilih berkuliah di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto dan memasuki budaya yang tentunya berbeda dengan budaya asalnya, hal itu sama saja dengan menghadapi mahasiswa perantau tersebut dengan situasi-situasi yang berpotensi menimbulkan keterkejutan, ketidaknyamanan serta kecemasan temporer tidak beralasan dalam diri individu yang berakibat pada goyahnya konsep diri dan identitas budaya. Kondisi ini dapat menyebabkan sebagian besar mahasiswa luar daerah mengalami gangguan mental dan fisik dalam jangka waktu tertentu.

2. Dimensi Gegar Budaya (*Culture Shock*)

Gegar budaya atau *culture shock* adalah fenomena yang sering dialami oleh individu ketika mereka memasuki lingkungan baru yang

⁴⁶ Helen Olivia, Achmad Budiman Sudarsono, and Fitri Sarasati, "Fenomena Culture Shock Mahasiswa Perantauan Di Kabupaten Bekasi," *Jurnal Pustaka Komunikasi* 7, no. 1 (2024): 174–84, <https://doi.org/10.32509/pustakom.v7i1.3741>.

berbeda secara budaya dari lingkungan asal mereka. Konsep ini dapat dibedah menjadi beberapa dimensi yang dikenal sebagai ABCs of *Culture Shock*, yaitu *Affective*, *Behavior*, dan *Cognitive*. Setiap dimensi memberikan gambaran yang lebih lengkap tentang bagaimana individu merespons lingkungan baru.⁴⁷

Dimensi *Affective* berkaitan erat dengan perasaan dan emosi individu ketika menghadapi lingkungan baru. Perasaan ini bisa positif, seperti rasa ingin tahu dan antusiasme, atau sebaliknya, negatif, seperti kebingungan dan kewalahan. Ketika seorang mahasiswa Sumatera mulai menjalani kehidupan di Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, mereka mungkin merasa terombang-ambing oleh lingkungan yang asing ini, bahkan saat mereka berusaha mencari kenyamanan dalam interaksi sehari-hari.

Dimensi *Behavior* menitikberatkan pada bagaimana individu belajar beradaptasi dengan budaya baru dan mengembangkan keterampilan sosial yang sesuai. Mahasiswa yang datang dari Sumatera harus cepat mempelajari aturan-aturan sosial, kebiasaan, serta asumsi yang mengatur interaksi interpersonal dalam budaya baru ini. Ini termasuk memahami variasi dalam komunikasi verbal dan nonverbal yang berbeda-beda di setiap budaya.⁴⁸

Sementara itu, dimensi *Cognitive* menggambarkan perubahan persepsi individu dalam mengenali identitas etnis dan nilai-nilai mereka sendiri ketika terpapar budaya baru. Ketika mahasiswa melakukan kontak budaya, mereka mungkin merasa nilai-nilai yang selama ini mereka anut benar mulai dipertanyakan atau tergeser dengan pengalaman baru.

Proses gegar budaya sendiri biasanya terdiri dari beberapa fase yang dilalui oleh mahasiswa asing saat berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Fase pertama dikenal sebagai Fase Bulan Madu, di mana mahasiswa merasa antusias dan penuh harapan akan pengalaman

⁴⁷ Mulyana, *Komunikasi Antarbudaya Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*.

⁴⁸ Samovar, L.A., *Komunikasi Lintas Budaya*.

baru yang menyenangkan. Pada tahap ini, semuanya terasa menarik dan menggembirakan, seolah-olah menjalani bulan madu dalam hubungan baru.⁴⁹

Namun, tidak lama kemudian, mereka memasuki Fase Pesakitan. Ini adalah momen krisis ketika realitas budaya baru mulai terasa membingungkan dan menekan. Perasaan kehilangan simbol dan kebiasaan yang dulu akrab menjadi tantangan yang harus dihadapi mahasiswa ini. Ketidaknyamanan ini dapat membuat mereka merasa asing dan terasing dalam lingkungan yang belum mereka pahami sepenuhnya.⁵⁰

Seiring waktu, mahasiswa mulai memasuki Fase Adaptasi. Ini adalah saat ketika mereka mulai menerima dan memahami aspek-aspek budaya baru. Rutinitas harian dan kebiasaan mulai bisa diantisipasi dan tidak lagi terasa mengintimidasi. Mahasiswa mulai menemukan ritme baru dalam kehidupan akademik dan sosial mereka.

Akhirnya, mahasiswa mencapai Fase Penyesuaian Diri, di mana mereka telah mengintegrasikan elemen kunci dari budaya baru ke dalam kehidupan sehari-hari mereka. Banyak mahasiswa mendapati diri mereka mampu hidup dengan nyaman di antara dua budaya yang berbeda, merasa puas dan menikmati keberadaan mereka yang baru. Meski demikian, mereka tetap merasa perlu untuk terhubung kembali dengan budaya asal mereka, menciptakan kombinasi harmonis antara dua dunia.

Proses menghadapi dan beradaptasi dengan gegar budaya ini tidak selalu mudah, namun ia menyediakan peluang besar untuk pertumbuhan pribadi dan pemahaman lintas budaya. Dalam konteks mahasiswa Sumatera di Prodi BKI, menghadapi gegar budaya bisa memperkaya pengalaman mereka baik secara akademik maupun sosial. Pengalaman ini juga menantang mahasiswa untuk mempertanyakan asumsi mereka terhadap identitas budaya dan mungkin menginspirasi mereka untuk mengembangkan perspektif baru mengenai keragaman budaya. Mahasiswa

⁴⁹ Ghina Hadiniyati, "Gegar Budaya Mahasiswa Indonesia Dalam Komunikasi Antarbudaya Di Luar Negeri."

⁵⁰ Samovar, L.A., *Komunikasi Lintas Budaya*.

yang mampu beradaptasi dengan baik biasanya akan memperluas wawasan mereka dan memperkaya jaringan sosial mereka, meningkatnya keterampilan berkomunikasi dan berkolaborasi dalam lingkungan multikultural.⁵¹

Proses penyesuaian diri ke dalam budaya baru juga mendorong mahasiswa untuk menggali sifat, kemampuan, dan ketahanan diri mereka. Mereka belajar untuk lebih fleksibel, menerima perbedaan dengan kepala dingin, dan lebih menghargai keragaman yang ada di sekitar mereka.

Kesediaan untuk mempelajari dan mempraktikkan norma-norma budaya baru dapat membantu mahasiswa dalam menjalani keseharian mereka dengan lebih lancar. Ini juga bisa meningkatkan kemampuan mereka dalam menyelesaikan masalah dan bernegosiasi dalam konteks-konteks yang berbeda secara budaya. Untuk berhasil melewati proses gegar budaya, para mahasiswa ini perlu memiliki sikap keterbukaan dan rasa ingin tahu yang tinggi. Membangun jaringan dukungan sosial, baik dari teman sesama perantau maupun penduduk lokal, memainkan peran penting dalam proses adaptasi mereka.⁵²

Pemahaman yang lebih dalam mengenai dinamika budaya, mahasiswa akan mendapatkan perspektif yang lebih kaya dan lengkap mengenai dunia. Ini adalah kesempatan yang berharga bagi mahasiswa untuk mengembangkan diri mereka di luar lingkup akademik. Pada akhirnya, pengalaman menavigasi gegar budaya dapat memegang peran penting dalam membentuk identitas pribadi dan profesional mahasiswa, menyiapkan mereka untuk kontribusi yang lebih bermakna dalam masyarakat global.⁵³

Deskripsi di atas dapat disimpulkan, bahwa *Culture shock* kedalam beberapa dimensi yang disebut dengan *ABCs of Culture*

⁵¹ Anggraeni, Duan, and Karman, "Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Gegar Budaya Saat Pandemi."

⁵² Susanto, "Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Gegar Budaya Di Lingkungan Kerja."

⁵³ Sari, "Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau."

Shock, yakni:⁵⁴

a. *Affective*.

Dimensi ini berhubungan dengan perasaan dan emosi yang dapat menjadi positif atau negatif. Individu mengalami kebingungan dan merasa kewalahan karena datang ke lingkungan yang tidak familiar.⁵⁵

b. *Behavior*.

Dimensi ini berhubungan dengan pembelajaran budaya dan pengembangan keterampilan sosial. Individu mengalami kekeliruan aturan, kebiasaan dan asumsi-asumsi yang mengatur interaksi inter-personal mencakup komunikasi verbal dan nonverbal yang bervariasi di seluruh budaya⁵⁶.

c. *Cognitive*.

Dimensi ini adalah hasil dari aspek *affectively* dan *behaviorally* yaitu perubahan persepsi individu dalam identifikasi etnis dan nilai-nilai akibat kontak budaya. Saat terjadi kontak budaya, hilangnya hal-hal yang dianggap benar oleh individu tidak dapat dihindarkan.⁵⁷

d. Proses *Culture Shock*.

Mahasiswa asing yang datang ke lingkungan yang tidak familiar akan mengalami *culture shock* dengan serangkaian proses. Siti Harunasari, dkk mengungkapkan adanya empat fase untuk *culture shock*, yaitu :⁵⁸

- 1) Fase Bulan Madu, yaitu fase ini berisi kegembiraan, rasa penuh harapan, dan *euphoria* sebagai antisipasi individu sebelum memasuki budaya baru. Pada fase ini mahasiswa asing merasa-

⁵⁴ Balmer, "Experiencing Culture Shock in College. Participation Helps Students Adapt to an Unfamiliar Lifestyle."

⁵⁵ Balmer.

⁵⁶ Balmer.

⁵⁷ Balmer.

⁵⁸ Dkk Harunasari, Siti, "Gegar Bahasa Pada Program Pertukaran Mahasiswa Indonesia Di Jepang: Sebuah Studi Kasus," *Diglosia: Jurnal Kajian Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya* 4, no. 4 (2021).

kan sesuatu hal yang berbeda dari semula, jadi mahasiswa asing menikmati suasana yang terjadi oleh karena sesuatu yang baru dengan lingkungan yang lain dari sebelumnya. Pada fase ini semuanya merasakan kesenangan, kegembiraan dan kenikmatan. Layaknya seperti pasangan baru yang merasakan bulan madu yang belum ada termasuk kesulitan-kesulitan dalam menjalani hubungan dan budaya yang baru.

- 2) Fase Pesakitan, yaitu fase krisis dalam *culture shock*, karena lingkungan baru mulai berkembang. Oleh karena itu, perubahan lingkungan yang mereka rasakan, mereka mendapati hal-hal yang mereka tidak inginkan di lingkungan yang baru. Disinilah perasaan hilangnya simbol-simbol, adat kebiasaan yang dulu menjadi identitas dirinya, saat ini harus dihadapkan dengan suatu keadaan yang berlawanan.
 - 3) Fase Adaptasi, yaitu fase dimana individu mulai mengerti mengenai budaya barunya. Pada fase ini individu dan peristiwa dalam lingkungan baru mulai dapat terprediksi dan tidak terlalu menekan.
 - 4) Fase Penyesuaian Diri, yaitu fase dimana individu telah mengerti elemen kunci dari budaya barunya. Pada fase ini para mahasiswa asing tidak mendapatkan kesulitan lagi karena telah melewati masa adaptasi yang begitu panjang. Kemampuan untuk hidup dalam dua budaya yang berbeda, biasanya disertai dengan rasa puas dan menikmati. Namun beberapa hal menyatakan, bahwa untuk dapat hidup dalam dua budaya tersebut, individu akan perlu beradaptasi kembali dengan budayanya terdahulu, dan memunculkan gagasan.
- d. Faktor yang mempengaruhi *Culture Shock*

Menurut Yeni Febrianty, dkk faktor-faktor yang mempengaruhi individu mengalami *culture shock* saat berinteraksi dengan

budaya baru adalah sebagai berikut :⁵⁹

- 1) Adanya perbedaan budaya, kualitas, kuantitas dan lamanya *culture shock* yang dialami individu yang dipengaruhi oleh tingkat perbedaan budaya antara lingkungan asal dan lingkungan baru individu. *Culture shock* lebih cepat jika budaya tersebut sangat berbeda, seperti sosial, perilaku, adat istiadat, agama, pendidikan, norma dalam masyarakat, dan bahasa. Semakin berbeda kebudayaan antar dua individu yang berinteraksi, semakin sulit kedua individu tersebut membangun dan memelihara hubungan yang baik.
- 2) Adanya perbedaan individu. Berkaitan dengan perbedaan dalam kepribadian dan kemampuan individu menyesuaikan diri di lingkungan barunya. Selain itu juga merujuk pada variabel demografis seperti usia, jenis kelamin, kelas sosial-ekonomi dan pendidikan.
- 3) Pengalaman lintas budaya individu sebelumnya, pengalaman individu di masa lalu saat berada di lingkungan baru yang sangat berpengaruh pada proses adaptasi seperti pengalaman bagaimana individu menerima perlakuan dari penduduk lokal.

3. Menentukan Seseorang Mengalami Gegar Budaya

a. Identifikasi Gejala Gegar Budaya

Berkaitan dengan proses adaptasi terhadap lingkungan baru, individu sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan yang mempengaruhi aspek emosional, perilaku, maupun kognitifnya. Tantangan-tantangan tersebut, apabila tidak segera diatasi, dapat berkembang menjadi fenomena yang dikenal sebagai gegar budaya (*culture shock*).⁶⁰

Untuk memahami sejauh mana seseorang mengalami gegar

⁵⁹ Dkk Febrianty, Yeni, "Pengaruh Culture Shock Terhadap Kehidupan Sosial Mahasiswa Rantau Di Yogyakarta," *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)* 2, no. 3 (2022).

⁶⁰ Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, "Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya."

budaya, penting untuk mengidentifikasi gejala-gejala yang muncul. Gejala-gejala ini menjadi indikator awal yang menunjukkan bahwa individu sedang mengalami kesulitan beradaptasi dengan budaya baru. Secara umum, gejala gegar budaya meliputi perubahan dalam perasaan, perilaku, serta cara berpikir individu terhadap lingkungan sekitarnya.

Identifikasi terhadap gejala ini tidak hanya membantu dalam proses penanganan *culture shock*, tetapi juga memberikan gambaran mengenai tahap-tahap adaptasi yang sedang dilalui oleh individu tersebut. Menurut Koentjaraningrat, gejala tersebut mencakup tiga aspek utama, yaitu⁶¹:

1. Aspek Emosional

Individu mengalami perubahan perasaan seperti kecemasan berlebihan, rasa takut, *homesick* (rindu rumah), kesepian, depresi ringan, hingga ketidakpastian dalam menghadapi situasi baru.

2. Aspek Perilaku

Terjadi perubahan perilaku, seperti menarik diri dari lingkungan sosial, menunjukkan ketidakaktifan dalam kegiatan sosial, menghindari interaksi dengan orang lokal, atau bahkan munculnya perilaku defensif.

3. Aspek Kognitif

Kesulitan dalam memahami norma sosial baru, nilai budaya, sistem komunikasi, hingga kesalahpahaman terhadap perilaku masyarakat sekitar. Apabila seseorang menunjukkan sebagian besar dari gejala-gejala di atas setelah memasuki lingkungan budaya baru, maka dapat disimpulkan bahwa individu tersebut mengalami gegar budaya.

b. Kriteria Seseorang Mengalami Gegar Budaya

Berdasarkan uraian di atas, Mahasiswa dapat dinyatakan mengalami gegar budaya apabila memenuhi kriteria berikut:⁶²

⁶¹ Koentjaraningrat, *Ilmu Antropologi* (Jakarta: Rineka Cipta., 2009).

⁶² Anggraeni, Dunan, and Karman, "Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi

1. Mengalami perubahan signifikan secara emosional, perilaku, atau kognitif setelah berpindah ke lingkungan budaya baru.
2. Melalui tahapan-tahapan perubahan emosi dan perilaku sebagaimana dijelaskan dalam fase gegar budaya.
3. Merasakan adanya kesulitan yang nyata dalam beradaptasi dengan budaya baru, yang mengganggu aktivitas sosial, akademik, atau kehidupan sehari-harinya.

Pemahaman mengenai identifikasi gejala dan tahapan ini sangat penting, terutama dalam upaya membantu mahasiswa perantauan agar dapat mengelola gegar budaya secara lebih baik dan mempercepat proses adaptasi mereka di lingkungan baru.

B. Adaptasi Budaya

1. Pengertian Adaptasi Budaya

Adaptasi adalah sebuah proses dinamis yang melibatkan penyesuaian diri terhadap hal-hal baru, terlepas apakah kita menyukainya atau tidak. Dalam konteks ini, adaptasi bukan sekadar menerima apa adanya, melainkan sebuah perjalanan menuju penyesuaian yang lebih mendalam. Sebagaimana dijelaskan oleh Kim, adaptasi adalah proses interaktif yang berkembang melalui komunikasi antara individu pendatang dengan lingkungan sosial dan budaya yang baru baginya. Proses ini memungkinkan individu untuk menavigasi dan memahami norma serta nilai-nilai baru di lingkungan tersebut.⁶³

Dalam interaksi antar budaya, adaptasi tercermin dalam kesesuaian pola komunikasi antara individu pendatang dan masyarakat lokal. Ini bukan hanya tentang pemahaman verbal, melainkan juga melibatkan isyarat non-verbal dan konteks budaya yang lebih luas. Kesesuaian ini bisa dianggap sebagai tolok ukur keberhasilan adaptasi, di mana individu dapat berkomunikasi secara efektif dan harmonis dengan lingkungan barunya.

Gegar Budaya Saat Pandemi.”

⁶³ Kim Young Yun, *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation* (USA: Sage Publication., 2001).

Namun, penting untuk diingat bahwa setiap orang mengalami proses adaptasi yang berbeda. Beberapa individu mungkin memulainya dengan langkah sederhana, seperti memberikan senyuman. Senyuman adalah bentuk komunikasi universal yang dapat mengurangi ketegangan dan menciptakan nuansa kehangatan. Langkah kecil ini bisa menjadi gerbang bagi perantauan mahasiswa untuk merasa nyaman dan diterima di lingkungan baru.⁶⁴

Bagi mahasiswa yang merantau, proses adaptasi ini memerlukan motivasi dari dalam diri. Sadar akan tujuan utama mereka di tempat baru, yaitu belajar, mereka didorong untuk mengembangkan sikap saling menghormati. Dalam konteks UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, mahasiswa Sumatera misalnya, dihadapkan pada ragam agama dan budaya yang berbeda. Sikap saling menerima dan menghormati ini menjadi landasan penting dalam menciptakan lingkungan belajar yang kondusif dan harmonis.

Proses adaptasi tidak dapat dihindari ketika seseorang memasuki lingkungan dan budaya yang berbeda. Setiap individu harus menghadapinya, baik dengan membiasakan diri terhadap kebiasaan baru, maupun dengan belajar menghargai perbedaan. Ini adalah perjalanan transformasi yang memerlukan keterbukaan pikiran dan hati, serta kesediaan untuk meninggalkan zona nyaman.⁶⁵

Di sisi lain, adaptasi dengan lingkungan baru sering kali diasumsikan menjadi lebih mudah jika terjadi komunikasi yang lebih intens dan sering. Frekuensi interaksi dapat mempercepat proses pencairan kesenjangan budaya, karena semakin sering kita berkomunikasi, semakin banyak pula kita belajar tentang sudut pandang dan kebiasaan lokal yang berbeda.⁶⁶

⁶⁴ Setyorini, "Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Papua Di Magelang."

⁶⁵ Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, "Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya."

⁶⁶ Jalaluddin Rakhmat dan Deddy Mulyana, *Komunikasi Antarbudaya Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. (Bandung: Remaja Rosdakarya., 2005).

Kesimpulannya, adaptasi adalah sebuah proses interaktif dan berkesinambungan yang melibatkan penyesuaian diri terhadap lingkungan baru. Dalam hal ini, komunikasi memainkan peran kunci dalam memfasilitasi adaptasi tersebut. Bagi mahasiswa perantauan, seperti mereka yang belajar di Purwokerto, proses ini tidak hanya tentang bertahan hidup, tetapi lebih kepada berkembang dan menemukan kenyamanan dalam keberagaman budaya yang dihadapi. Proses ini, meski menantang, dapat memperkaya pengalaman dan pemahaman individu tentang dunia yang lebih luas.

2. Proses Adaptasi Budaya

Adaptasi budaya merupakan fenomena kompleks yang sering dialami oleh individu saat mereka memasuki lingkungan baru. Menurut teori Kim,⁶⁷ proses adaptasi ini dapat dibagi menjadi tiga tahap utama: stress, adaptation, dan growth. Ketika seseorang pertama kali tiba di lingkungan yang asing, mereka cenderung mengalami fase stress. Ini adalah respons alami terhadap perbedaan budaya yang mencolok antara lingkungan asal dan lingkungan baru. Rasa stress ini tidak selamanya negatif, karena dapat menjadi pendorong yang kuat bagi individu untuk mulai menyesuaikan diri dan mencari cara untuk meraih keseimbangan dalam kehidupan sehari-hari mereka.

Pada tahap awal ini, stress yang dialami mendorong individu untuk memahami dan belajar tentang norma, nilai, dan perilaku yang berlaku di lingkungan baru. Kadang-kadang, ini bisa mencakup belajar bahasa baru, mengenal adat istiadat setempat, atau sekadar beradaptasi dengan kebiasaan sehari-hari yang berbeda. Keinginan untuk mengatasi stress menjadi motivasi yang kuat untuk melakukan adaptasi. Sebagai mahasiswa dari Sumatera yang belajar di Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, contohnya, individu mungkin harus menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya yang ada di Jawa Tengah.

⁶⁷ Kim Young Yun, *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation* (USA: Sage Publication, 2001).

Tahap kedua dari adaptasi adalah adaptasi itu sendiri. Ini melibatkan proses akulturasi dan dekulturasi. Akulturasi adalah penggabungan elemen dari budaya baru ke dalam kehidupan sehari-hari, sedangkan dekulturasi adalah melepaskan beberapa aspek dari budaya asal yang mungkin tidak cocok lagi dalam konteks yang baru. Proses ini tidak terjadi dalam semalam; melainkan, adaptasi adalah perjalanan yang panjang dan bertahap. Mahasiswa Sumatera, contohnya, mungkin akan mulai mengapresiasi masakan lokal, terlibat dalam kegiatan masyarakat, atau bahkan terpengaruh oleh cara pandang dan filosofi baru.

Namun, adaptasi tidak berarti kehilangan identitas asal sepenuhnya. Ini lebih kepada menemukan titik keseimbangan antara mempertahankan bagian penting dari warisan budaya sambil menerima aspek-aspek yang baru. Proses ini bisa memberikan pengayaan pribadi yang mendalam, memperluas pandangan dan meningkatkan kemampuan berinteraksi dengan orang-orang dari latar belakang yang berbeda. Untuk mahasiswa yang berada di lingkungan akademik, kemampuan beradaptasi ini bisa muncul dalam cara berkomunikasi, berkolaborasi dalam pekerjaan kelompok, dan berkontribusi dalam diskusi kelas.⁶⁸

Tahap akhir dalam proses ini adalah growth, di mana individu mengalami perkembangan yang dinamis, dan seringkali bergejolak, antara stress dan adaptasi. Fase growth menandakan pencapaian keseimbangan baru, di mana individu tidak hanya mampu bertahan dalam lingkungan baru, tetapi juga berkembang di dalamnya. Mahasiswa yang telah mencapai tahap ini akan mulai merasa lebih nyaman, percaya diri, dan mampu berfungsi secara efektif di lingkungan barunya.⁶⁹

Perlu disadari bahwa pertumbuhan ini bukan proses linear. Akan ada pasang surut saat individu mengalami stress baru yang perlu diatasi. Misalnya, perubahan dalam lingkungan belajar atau hubungan sosial dapat memicu stres baru, tetapi dengan pengalaman yang telah diperoleh

⁶⁸ Soemantri, "Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia Di Sumatera."

⁶⁹ Maizan, Bashori, and Hayati, "Analytical Theory : Gegar Budaya (Culture Shock)."

dari fase sebelumnya, individu dapat mengatasinya dengan lebih baik. Pendulum stress-adaptation yang terus bergerak ini adalah bagian dari proses menjadi lebih resilien dan berpengalaman dalam menghadapi perubahan budaya.

Secara keseluruhan, perjalanan adaptasi budaya yang dialami mahasiswa Sumatera di Purwokerto ini adalah perjalanan pertemuan pribadi dengan pluralitas dan dinamika budaya. Dengan melewati fase stress, menavigasi adaptasi, dan akhirnya mencapai growth, mereka tidak hanya memperkaya pengalaman akademis dan sosial mereka, tetapi juga membentuk diri mereka sebagai individu yang lebih tangguh dalam menghadapi tantangan global.

3. Tahapan Adaptasi Budaya

Kim⁷⁰ menemukan dua tahap adaptasi, yaitu *cultural adaptation* dan *crosscultural adaptation*. Pertama, *Cultural adaptation* merupakan proses dasar komunikasi yaitu adanya penyampai pesan, medium dan penerima pesan. Proses dasar ini akan memunculkan encoding dan decoding. Hal ini terjadi ketika individu pindah ke lingkungan yang baru. Adanya proses pengiriman pesan oleh penduduk lokal di lingkungan baru tersebut yang dapat dipahami oleh individu pendatang dan dikenal dengan enkulturasi. Enkulturasi ini biasanya terjadi pada saat sosialisasi.

Kedua, *Cross-Cultural Adaptation* yang meliputi tiga hal penting yaitu akulturasi, dekulturasi, dan asimilasi. Menurut Kim⁷¹ proses akulturasi terjadi ketika pendatang yang sudah melalui proses sosialisasi dapat mulai berinteraksi dengan budaya baru atau budaya asing bagi si pendatang. Seiring dengan berjalannya waktu pendatang tersebut mulai tahu budaya baru dan memilih untuk mengikuti budaya yang telah ia tempati namun pola budaya terdahulu juga masih mempengaruhi proses adaptasi.

Dekulturasi terjadi saat pola budaya terdahulu yang tetap mempe-

⁷⁰ Kim Young Yun, *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. (USA: Sage Publication., 2001).

⁷¹ Kim Young Yun, *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. (USA: Sage Publication., 2001).

ngaruhi. Perubahan akulturasi tersebut mempengaruhi psikologis dan perilaku sosial para pendatang dengan identitas baru, norma dan nilai budaya baru. Ini yang kemudian dianggap memicu terjadinya resistensi terhadap budaya baru, sehingga bukannya tidak mungkin pendatang akan mengisolasi diri dari penduduk lokal. Dalam proses adaptasi harus dipahami bahwa ada yang berubah dan ada yang tidak berubah.

Walaupun begitu William Gudykunts⁷² menyatakan bahwa kemungkinan individu untuk mengubah lingkungan sangatlah kecil. Hal ini dikarenakan dominasi dari budaya penduduk lokal sehingga akan mengontrol kelangsungan hidup sehari-hari dan memaksa para pendatang untuk menyesuaikan diri. Hal ketiga dari proses adaptasi adalah asimilasi dimana pendatang dianggap mampu meminimalisir budaya lama sehingga ketika ia berada di lingkungan baru ia terlihat seperti penduduk asli yang dia tempati.

4. Faktor Adaptasi Budaya

Terdapat lima hal yang menjadi faktor dalam adaptasi yaitu, *personal communication, host social communication, ethnic social communication, environment, dan predisposition*.⁷³ Dampak dari faktor-faktor ini adalah apa yang disebut dengan transformasi antar budaya (*intercultural transformation*), yang merupakan proses untuk mencapai *functional fitness, psychological health, dan intercultural identity*.

Pertama adalah *Personal Communication* atau komunikasi personal yang terjadi apabila seseorang merasakan adanya hal-hal yang terdapat dalam lingkungannya, kemudian memberi makna serta mengadakan reaksi terhadap obyek maupun orang lain yang terdapat dalam lingkungannya tersebut. Dalam tahap ini akan terjadi proses penyesuaian dengan menggunakan kompetensi komunikasi pribadi yang diturunkan menjadi tiga bagian yaitu aspek kognitif, afektif, dan operasional. Hal ini

⁷² William B Gudykunst, *Bridging Differences: Effective Intergroup Communication (4th Edition)*. (USA: Mc-Graw Hill Companies, Inc., 2004).

⁷³ Kim Young Yun, *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. (USA: Sage Publication., 2001).

terjadi di dalam diri pribadi individu.

Selanjutnya faktor yang kedua adalah *Host social communication* yaitu komunikasi interpersonal dan komunikasi massa. Komunikasi interpersonal mengacu pada interaksi antara individu yang satu dengan yang lain pada level interpersonal. *Host social communication* terjadi antara individu pendatang dengan individu dari budaya setempat sehingga ada perbedaan budaya antara keduanya.

Faktor ketiga adalah *Ethnic social communication* yang sama halnya dengan *Host social communication* yang berasal dari komunikasi interpersonal dan komunikasi massa. Hanya saja pada *ethnic social communication* terjadi antara individu-individu dengan latar belakang budaya yang sama, misalnya individu pendatang berinteraksi dengan individu yang mempunyai asal dan budaya yang sama dengannya. Adapun komunikasi massa disini sehubungan dengan sarana-sarana yang digunakan dalam mendistribusikan dan mengabadikan budaya. Komunikasi massa ini berfungsi sebagai tenaga dalam proses adaptasi dengan melakukan transmisi topik peristiwa-peristiwa, nilai-nilai sosial, norma perilaku, perspektif interpretasi lingkungan tradisional. Komunikasi massa berarti adanya interaksi antara individu dengan massa baik melalui media maupun non media.

Faktor ke empat yaitu *Environment*, dibagi menjadi penerimaan tuan rumah, tekanan akan adanya kesesuaian dari tuan rumah, dan kekuatan kelompok etnis. Tekanan akan adanya kesesuaian dari tuan rumah merupakan kombinasi dari tekanan yang sadar maupun tidak sadar terhadap pendatang untuk mengadopsi praktek-praktek budaya setempat, dan toleransi tuan rumah dalam menghormati praktek-praktek budaya yang berbeda dari budaya mereka. Salah satu faktor yang penting disini adalah adanya perbedaan antara ideologi asimilatif atau pluralis.

Ideologi asimilatif mendorong adanya kesesuaian, sedangkan ideologi pluralis mendorong adanya kekhasan etnis. Hal tersebut membawa kepada kekuatan kelompok etnis yang merujuk pada kekuatan kelompok

dari budaya atau etnis yang sama dengan asal individu pendatang. Terakhir adalah *Predisposition* yang mengacu pada keadaan pribadi pendatang ketika mereka tiba dalam kelompok budaya setempat, jenis latar belakang yang mereka miliki, dan apa jenis pengalaman yang mereka punya sebelum bergabung dengan budaya setempat.

5. Budaya Yang Dimaksud Dalam Penelitian Ini

Dalam konteks penelitian ini, budaya yang dimaksud meliputi perbedaan nilai sosial, bahasa, adat istiadat, pola komunikasi, gaya hidup, serta norma yang berlaku antara budaya asal mahasiswa Sumatera dan budaya lokal di Purwokerto (budaya Jawa). Beberapa perbedaan budaya tersebut meliputi:

Pertama yaitu Bahasa, Mahasiswa Sumatera umumnya menggunakan bahasa daerah masing-masing (seperti Minang, Melayu Palembang) yang lebih lugas, sedangkan di Purwokerto, masyarakat menggunakan bahasa Jawa yang memiliki tingkatan tutur (ngoko, madya, krama dan terutama ngapak untuk daerah purwokerto) tergantung pada status sosial dan usia lawan bicara.⁷⁴

Kedua yaitu Pola Komunikasi, Orang Sumatera cenderung berbicara langsung, blak-blakan, dan ekspresif. Sebaliknya, budaya komunikasi masyarakat Jawa lebih halus, sopan, dan menghindari konflik secara terbuka.

Ketiga yaitu Norma Sosial, Dalam budaya Jawa, sopan santun, penghormatan terhadap orang tua atau yang lebih tua, dan keharmonisan kelompok lebih diutamakan dari pada menonjolkan pendapat pribadi.⁷⁵

Keempat yaitu Gaya Hidup, Mahasiswa Sumatera mungkin terbiasa dengan ritme kehidupan kota atau komunitas yang lebih aktif,

⁷⁴ S Putra and J A P Waruwu, "Pengaruh Hambatan Komunikasi Antar Budaya Dikalangan Mahasiswa Perantau," *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah ...* 3, no. 6 (2024): 77–82, <https://journal-nusantara.com/index.php/JIM/article/view/3402%0Ahttps://journal-nusantara.com/index.php/JIM/article/download/3402/2811>.

⁷⁵ Iin Turyani, Erni Suharini, and Hamdan Tri Atmaja, "Norma Dan Nilai Adat Istiadat Dalam Kehidupan Sehari-Hari Di Masyarakat," *SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS* 2, no. 2 (2024): 234–43.

sedangkan di Purwokerto, kehidupan masyarakat cenderung lebih tenang dan bersahaja.⁷⁶

Kelima yaitu Makanan dan Kebiasaan Sehari-hari, Cita rasa makanan di Sumatera (seperti masakan Padang) umumnya lebih pedas dan berbumbu kuat, sedangkan makanan khas Jawa Tengah lebih manis dan ringan.⁷⁷

C. Mahasiswa Perantauan

1. Pengertian Mahasiswa Perantauan

Mahasiswa rantau adalah individu yang berani meninggalkan kampung halaman demi mengejar pendidikan dan pengalaman baru.⁷⁸ Mereka adalah sosok yang memutuskan untuk melanjutkan studi di tempat yang jauh dari orang tua dan keluarga, dengan tujuan menggali pengetahuan lebih dalam di institusi pendidikan yang mereka pilih. Langkah ini tentu bukanlah hal yang mudah, karena mereka harus beradaptasi dengan lingkungan baru, budaya berbeda, dan cara hidup yang mungkin tidak selalu sejalan dengan kebiasaan awal mereka. Keberanian ini menunjukkan tekad dan motivasi yang kuat untuk mencapai tujuan akademis dan personal mereka.⁷⁹

Memasuki dunia baru sebagai mahasiswa rantau, tantangan pertama yang dihadapi adalah mengenal dan menyesuaikan diri dengan budaya lokal. Mereka harus belajar untuk berinteraksi dengan orang-orang dan situasi yang sebelumnya asing bagi mereka. Proses ini bisa menjadi sebuah tantangan tersendiri, namun juga merupakan kesempatan yang berharga untuk memperkaya wawasan dan mengembangkan keterampilan sosial mereka. Dalam konteks prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, mahasiswa berkesempatan

⁷⁶ Alifuddin Ubaidillah Alifuddin and Bagus Wahyu Setyawan, "Pengaruh Budaya Dan Tradisi Jawa Terhadap Kehidupan Sehari-Hari Pada Masyarakat Di Kota Samarinda," *Jurnal Adat Dan Budaya Indonesia* 3, no. 2 (2021): 67–73, <https://doi.org/10.23887/jabi.v3i2.38310>.

⁷⁷ Wiwiek Pertiwi Yusuf, Enik Suryanti Saptorini, and Suwijah, "Tradisi Dan Kebiasaan Makan Pada Masyarakat Tradisional Di Jawa Tengah" 1 (1997): 103.

⁷⁸ Fauzia Nadia, "Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan."

⁷⁹ Kadek Kurnia Paramitadewi and Nicholas Simarmata, "Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau : Sebuah Kajian Literatur" 6, no. 4 (2024): 1–16.

untuk mempelajari nilai-nilai religius dan lokal yang dapat memperdalam pemahaman mereka akan keberagaman.

Selain itu, kehidupan jauh dari orang tua menuntut kemampuan mahasiswa untuk mandiri dan bertanggung jawab. Mereka harus mengatur keuangan, merencanakan waktu dengan bijak, dan mengambil keputusan besar tanpa dukungan langsung dari keluarga. Situasi ini mengajarkan mahasiswa keterampilan hidup yang esensial, seperti manajemen diri dan pemecahan masalah, yang akan sangat berguna di masa depan, baik dalam karier maupun kehidupan pribadi mereka. Tanggung jawab dan kedewasaan yang diperoleh sepanjang studi di perantauan menjadi modal penting dalam menjalani kehidupan setelah lulus.⁸⁰

Menjadi mahasiswa rantau juga membuka peluang untuk membangun jejaring sosial yang lebih luas. Di lingkungan kampus dan komunitas sekitar, mahasiswa dapat berkenalan dengan teman-teman dari berbagai latar belakang dan budaya. Interaksi ini tidak hanya memperkaya wawasan, tetapi juga melatih kemampuan komunikasi antarbudaya yang sangat berharga di era globalisasi. Jejaring ini dapat menjadi dukungan moral dan sumber informasi yang bermanfaat selama masa studi dan setelahnya, memberi warna dan makna tersendiri dalam pengalaman hidup mereka.⁸¹

Pada akhirnya, menjadi mahasiswa rantau adalah sebuah perjalanan pembentukan karakter yang penuh tantangan dan peluang. Proses adaptasi budaya, belajar mandiri, dan membangun jaringan baru merupakan bagian integral dari pengalaman tersebut. Bagi mahasiswa Sumatera di prodi BKI UIN Purwokerto, perjalanan ini tidak hanya tentang mencapai pencapaian akademis, tetapi juga mengenali dan mengapresiasi keberagaman budaya yang ada di sekitar, yang memperkaya perjalanan hidup mereka. Dengan demikian, mereka tidak hanya belajar ilmu, tetapi juga merajut pengalaman

⁸⁰ Suci Marta, "Konstruksi Makna Budaya Merantau Di Kalangan Mahasiswa Perantau," *Jurnal Kajian Komunikasi* 2, no. 1 (2014): 27, <https://doi.org/10.24198/jkk.v2i1.6048>.

⁸¹ Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, "Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya."

yang akan membentuk jati diri mereka sebagai individu yang terbuka, adaptif, dan siap menghadapi tantangan masa depan.⁸²

2. Masalah yang Dialami mahasiswa

Memasuki dunia perkuliahan menandai fase penting dalam kehidupan seorang mahasiswa, terutama bagi mereka yang datang dari daerah yang berbeda, seperti mahasiswa dari Sumatera yang melanjutkan studi di Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Mereka dihadapkan pada berbagai tantangan adaptasi, baik dari segi akademis maupun sosial. Tantangan ini menuntut kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan cepat terhadap lingkungan baru. Penyesuaian ini meliputi interaksi dengan orang-orang dari berbagai latar belakang dan adaptasi terhadap norma-norma budaya lokal. Proses ini bukan hanya esensial untuk keberhasilan akademis, tetapi juga bagi kesejahteraan emosional mahasiswa.

Mahasiswa dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian diri dengan situasi dan tuntutan yang baru. Karena didalam perkembangan selama hidupnya, manusia dihadapkan pada dua peran yaitu sebagai makhluk sosial. Sebagai makhluk sosial, manusia selalu membutuhkan kehadiran orang lain untuk melakukan interaksi. Apabila penyesuaian yang dilakukan mahasiswa dengan kehidupan di Universitas buruk, mungkin akan berakibat dengan mahasiswa berhenti kuliah.⁸³

Sebagai individu yang hidup dalam masyarakat, mahasiswa pada dasarnya adalah makhluk sosial yang tidak dapat hidup sendiri. Interaksi dengan orang lain adalah kebutuhan dasar yang harus dipenuhi, karena manusia secara sosial saling bergantung satu sama lain. Di dalam lingkungan kampus, mahasiswa tidak hanya sekedar belajar di dalam kelas, tetapi juga terlibat dalam aktivitas sosial, organisasi, dan kegiatan ekstrakurikuler yang memperdalam hubungan interpersonal. Keterlibatan

⁸² Anggraeni, Dunan, and Karman, "Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Geger Budaya Saat Pandemi."

⁸³ Muhammad Fakhurrozi Frensen Salim, "Efikasi Diri Akademik Dan Resiliensi Pada Mahasiswa," *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2020).

dalam aktivitas sosial ini⁸⁴ merupakan salah satu cara efektif untuk menjalani adaptasi budaya dan mengatasi tantangan-tantangan interaksi sosial yang baru.⁸⁵

Jika mahasiswa gagal menyesuaikan diri dengan lingkungan universitas, dampaknya dapat cukup serius. Ketidakmampuan untuk beradaptasi bisa menyebabkan stress, perasaan terisolasi, dan bahkan depresi. Hal ini berpotensi mengganggu fokus dan motivasi belajar, yang akhirnya dapat mempengaruhi hasil akademis mereka. Dalam beberapa kasus ekstrem, mahasiswa mungkin merasa tidak punya pilihan lain selain menghentikan studinya. Dengan demikian, penting bagi universitas untuk menyediakan dukungan, seperti konseling dan program orientasi, untuk membantu mahasiswa baru beradaptasi dengan baik.⁸⁶

Selain dari dukungan eksternal, penting bagi mahasiswa sendiri untuk mengembangkan strategi penyesuaian diri yang efektif. Ini termasuk mempelajari budaya lokal, memahami etika sosial yang berlaku, dan memulai hubungan yang positif dengan sesama mahasiswa maupun dosen. Keterlibatan aktif dalam komunitas kampus juga dapat mendorong pengembangan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial yang bermanfaat. Kemampuan untuk beradaptasi dalam situasi baru tidak hanya memperkaya pengalaman hidup, tetapi juga mempersiapkan mereka untuk menghadapi tantangan di masa depan.⁸⁷

Pada akhirnya, perjalanan adaptasi budaya yang dijalani oleh mahasiswa Sumatera di UIN Purwokerto adalah peluang untuk pertumbuhan pribadi dan akademis. Lewat proses ini, mereka memperoleh pemahaman yang lebih dalam mengenai diri mereka sendiri dan dunia di

⁸⁴ Anggraeni, Dunan, and Karman, "Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Gegar Budaya Saat Pandemi."

⁸⁵ Devi Permatasari and Eva Kartika Wulan Sari, "Pengaruh Gegar Budaya Terhadap Interaksi Sosial Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Dan Konseling," *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 63–69, <https://doi.org/10.21067/jki.v8i2.8681>.

⁸⁶ M.S. Dr. Alo Liliweri, *Makna Budaya Dalam Komunikasi AntarBudaya*, ed. Uzair Fauzan (Yogyakarta: LKiS Yogyakarta, 2002).

⁸⁷ Ridwan Aang, *Komunikasi Antar Budaya: Mengubah Persepsi Dan Sikap Dalam Meningkatkan Kreativitas Manusia*. (Bandung: Pustaka Setia, 2018).

sekitar mereka. Dengan dukungan yang tepat dan usaha untuk menyesuaikan diri, mahasiswa tidak hanya dapat mengatasi gegar budaya, tetapi juga memanfaatkan pengalaman ini untuk mencapai kesuksesan akademis dan pengembangan diri yang berkelanjutan.

3. Mahasiswa Perantau Asal Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Merasakan budaya baru dalam lingkungan pendidikan adalah perjalanan yang menantang sekaligus memperkaya, terutama bagi mahasiswa dari Sumatera yang berkuliah di Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Kampus ini telah lama menjadi magnet bagi mahasiswa dari seluruh pelosok Indonesia, termasuk dari Sumatera, yang merantau untuk mengejar pendidikan berkualitas dan pengalaman hidup yang berharga. Merantau bukan hanya sekedar berpindah tempat, namun merupakan langkah awal untuk meraih mimpi dan membuka cakrawala baru yang lebih luas.

Motivasi utama bagi banyak mahasiswa Sumatera untuk merantau ke Purwokerto adalah dorongan untuk mendapatkan ilmu yang lebih maju dan relevan dengan kebutuhan masa kini. Dengan sumber daya pendidikan yang berkualitas, UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri menawarkan kesempatan belajar yang tidak hanya berfokus pada aspek akademis, namun juga pengembangan kepribadian dan keterampilan sosial. Mahasiswa ini didorong untuk menjadi pribadi yang mandiri, berani, dan percaya diri dalam menghadapi berbagai tantangan, baik di lingkungan akademis maupun kehidupan sehari-hari.⁸⁸

Tidak dapat dipungkiri, keberanian memainkan peran penting dalam keputusan untuk merantau. Bagi mahasiswa, meninggalkan kampung halaman dan pindah ke tempat yang baru adalah langkah besar yang menuntut atribut mental yang kuat. Keberanian ini kemudian diimbangi dengan kemampuan adaptasi yang baik, yang kelak sangat berguna saat

⁸⁸ Inda Wulandari, Karolin Rista, and Fakultas Psikologi, "Motivasi Belajar Mahasiswa Rantau Dari Luar Jawa: Adakah Peran Penyesuaian Diri?," *INNER: Journal of Psychological Research* 2, no. 4 (2023): 567–77.

harus menghadapi budaya, bahasa, dan lingkungan sosial yang berbeda. Dalam konteks ini, merantau menjadi sarana pembentukan karakter yang kokoh, mendorong seseorang untuk berkembang menjadi individu yang siap menghadapi segala situasi.⁸⁹

Fenomena ini secara khusus dapat dilihat pada mahasiswa Prodi BKI asal Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri. Mereka datang dengan tujuan jelas: mengejar kesuksesan melalui pendidikan berkualitas di bidang bimbingan dan konseling Islam, sambil membuktikan kepada diri sendiri dan keluarga bahwa mereka dapat mandiri dan bertanggung jawab. Ketika cita-cita ini terwujud, mereka tidak hanya mencapai kesuksesan individu, tetapi juga membawa dampak positif bagi komunitas asal mereka di Sumatera.

Namun, proses adaptasi tidaklah selalu mulus. Mahasiswa asal Sumatera harus menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya yang cukup kentara, seperti tradisi, dialek bahasa, dan makanan di Jawa. Dialek Jawa yang lembut dan penuh tata krama mungkin terdengar asing bagi mereka yang terbiasa dengan bahasa yang lebih lugas dan tegas. Di sisi lain, kuliner Purwokerto yang cenderung manis mungkin memerlukan penyesuaian bagi lidah yang terbiasa dengan cita rasa Sumatera yang kuat dan berbumbu.⁹⁰

Contohnya adalah ANS dan MUH, dua mahasiswa dari Sumatera yang merasakan langsung tantangan dan keunikan saat merantau ke Purwokerto. Bagi mereka, setiap hari adalah kesempatan untuk mempelajari lebih banyak tentang kehidupan dan budaya di Jawa. Berada di Purwokerto membuka jalan bagi mereka untuk mengenal keberagaman di Pulau Jawa dan berinteraksi dengan teman-teman dari berbagai latar belakang. Pengalaman ini menjadi aset berharga yang memperkaya pemahaman mereka tentang toleransi dan kebhinekaan.

⁸⁹ Permatasari and Sari, "Pengaruh Gear Budaya Terhadap Interaksi Sosial Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Dan Konseling."

⁹⁰ Khefti Al Mawalia and Marfuah Sri Sanityastuti, "Komunikasi Antar Budaya Madura Dan Yogyakarta (Studi Etnografi Adaptasi Speech Code Mahasiswa Madura Pada Masyarakat Yogyakarta)," *Panangkaran: Jurnal Penelitian Agama Dan Masyarakat* 3, no. 2 (2020): 169, <https://doi.org/10.14421/panangkaran.2019.0302-02>.

Tidak hanya belajar dan beradaptasi, ANS dan MUH juga memainkan peran sebagai duta budaya Sumatera di kampus mereka. Melalui interaksi sehari-hari, mereka memperkenalkan teman-teman mereka pada kekayaan budaya Sumatera, dari cerita rakyat hingga kebiasaan dan tradisi khas. Aktivitas ini tidak hanya mempererat tali persaudaraan antar mahasiswa, tetapi juga menumbuhkan rasa saling pengertian dan menghargai perbedaan.

Pada akhirnya, pengalaman merantau dan adaptasi budaya ini memberikan para mahasiswa perspektif yang lebih luas tentang kehidupan. Mereka belajar tidak hanya bagaimana beradaptasi, tetapi juga bagaimana menumbuhkan toleransi dan rasa empati terhadap perbedaan. Ini adalah pelajaran berharga yang tidak hanya membantu mereka dalam menjalani kehidupan akademis dan profesional di masa depan, tetapi juga menjadi bekal dalam kehidupan bermasyarakat yang lebih harmonis dan inklusif.⁹¹

⁹¹ J. M. & Tuapattinaja, "Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau," *Predicara* 1, (2) (2022): 60.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif fenomenologi, yang bertujuan untuk memahami dan menjelaskan pengalaman serta makna mendalam dari fenomena tertentu bagi individu.⁹² Dalam proses ini, peneliti melibatkan diri secara langsung dengan melakukan wawancara mendalam terhadap sejumlah partisipan. Langkah ini memungkinkan peneliti untuk menangkap esensi dari pengalaman subjektif para individu yang mengalami fenomena tersebut. Melalui pendekatan ini, penelitian berusaha untuk menggali narasi personal dari para responden, yang memungkinkan peneliti untuk memperoleh wawasan yang kaya dan mendalam mengenai bagaimana fenomena gegar budaya serta adaptasi budaya dialami dan dimaknai oleh mahasiswa Sumatera di prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

Pendekatan fenomenologi dalam penelitian ini mendorong peneliti untuk membiarkan fenomena yang ada mengungkapkan dirinya secara alami dan autentik. Hal ini dilakukan dengan mengedepankan sikap terbuka dan tidak menghakimi, sehingga pengalaman subjektif para responden dapat tersampaikan dengan jujur dan jelas. Peneliti bertindak sebagai pengamat yang berusaha memahami fenomena dari sudut pandang subjek, bukan dari asumsi atau penilaian pribadi. Dengan cara ini, pendekatan fenomenologi memungkinkan peneliti untuk menyelami realitas yang dialami oleh mahasiswa, mengungkap tantangan dan proses adaptasi yang mereka lalui dalam menghadapi gegar budaya di lingkungan baru.

Tujuan akhir dari pendekatan fenomenologi ini adalah untuk menggali kesadaran terdalam dari subjek penelitian mengenai pengalaman

⁹² M. A. Siyoto, S., & Sodik, *Dasar Metodologi Penelitian*, 2015.

mereka dalam peristiwa yang dihadapi. Melalui interaksi langsung dan eksplorasi mendalam, peneliti mampu mengungkapkan inti dari pengalaman dan makna yang dirasakan oleh mahasiswa Sumatera di prodi BKI. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berfokus pada deskripsi permukaan, tetapi lebih jauh mengedepankan pemahaman yang komprehensif dan mendetail. Pada akhirnya, pendekatan ini memungkinkan untuk menyajikan temuan yang tidak hanya informatif, tetapi juga memberikan gambaran holistik mengenai dampak gegar budaya serta strategi adaptasi yang dilakukan oleh para mahasiswa tersebut.

2. Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif, sebuah metode yang menonjolkan pemahaman mendalam atas fenomena yang tengah ditelaah, berbeda dengan pendekatan kuantitatif yang lebih mengedepankan data statistik dan angka. Penelitian kualitatif tidak mencari jawaban dalam bentuk angka atau data statistik, melainkan mendalami nuansa, motivasi, dan makna dari pengalaman individu atau kelompok.⁹³ Pendekatan ini sangat berguna ketika kita ingin menggali lebih dalam tentang apa yang dirasakan dan dialami oleh mahasiswa Sumatera di Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, khususnya berkaitan dengan gegar budaya dan proses adaptasi budaya mereka.

Metode kualitatif menawarkan gambaran yang lebih kaya dan lebih detail tentang fenomena tertentu, yang dalam hal ini adalah pengalaman adaptasi kultur mahasiswa. Prosedur kualitatif memungkinkan peneliti untuk mengungkap lapisan-lapisan kompleks dari pengalaman subjektif yang mungkin tersembunyi jika pendekatan kuantitatif yang lebih umum diterapkan. Dalam konteks ini, wawancara mendalam, observasi, dan diskusi kelompok terfokus menjadi alat utama untuk menggali persepsi, perasaan, dan tantangan yang dihadapi mahasiswa dalam merajut identitas dan menerapkan nilai-nilai baru dalam lingkungan akademik mereka.

⁹³ M Rahardjo, *Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif: Konsep Dan Prosedurnya*, 2017.

Walaupun fokus utama penelitian ini adalah kualitatif, data kuantitatif tetap digunakan sebagai pelengkap untuk memperkuat narasi yang ditemukan. Data kuantitatif berperan sebagai dukungan tambahan yang mampu memberikan gambaran umum tentang fenomena ini, membantu menyoroti pola atau kecenderungan yang mungkin muncul. Secara keseluruhan, kombinasi kedua jenis data ini diharapkan mampu memberikan pemahaman yang lebih komprehensif dan mendalam, sekaligus menawarkan perspektif yang lebih holistik dalam menangkap dinamika gegar budaya dan adaptasi budaya yang dialami mahasiswa Sumatera di lingkungan akademik baru tersebut.

B. Lokasi dan Waktu Penelitian

Lokasi penelitian yaitu di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto, Kabupaten Banyumas, Jawa Tengah. Waktu penelitian dilakukan mulai dari bulan Oktober-Desember 2024. Penelitian dilakukan pada Mahasiswa Sumatera prodi BKI angkatan 2023 yang kuliah di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto.

C. Subjek dan Objek Penelitian

1. Subjek Penelitian

Subjek adalah narasumber atau sumber utama yang bisa memberikan informasi-informasi utama atau data yang di butuhkan dalam penelitian.⁹⁴ Dalam hal ini, peneliti mengambil subjek penelitian berdasarkan kriteria yang telah peneliti tentukan. Kriteria tersebut adalah:

- a. Laki-laki atau perempuan
- b. Merupakan mahasiswa baru prodi BKI 2023 UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto
- c. Mahasiswa perantauan UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri, Purwokerto khususnya dari Sumatera
- d. Mahasiswa yang tinggalnya di pondok/kost
- e. Pertama kali di purwokerto
- f. Domisili sekarang bukan tinggal di saudara atau keluarga

⁹⁴ Basrowi & Suwandi, *Memahami Penelitian Kualitatif*. (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008).

Berdasarkan kriteria diatas, subjek yang dipilih menjadi informan penelitian dan akan dimintai informasi sebanyak 2 orang. Masing-masing terdiri dari 2 orang perempuan yang merupakan mahasiswa perantauan yang berasal dari Sumatera yaitu Kota Padang dan Palembang dengan prodi BKI Angkatan 2023.

2. Objek Penelitian

Objek penelitian adalah suatu atribut dari orang, obyek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.⁹⁵ Objek dari penelitian ini adalah Fenomena Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Pada Prodi BKI di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.

D. Metode Pengumpulan Data.

1. Observasi

Observasi adalah salah satu metode pengumpulan data yang sering dilakukan dengan cara mengamati suatu kejadian atau gejala yang muncul dengan panca indera sebagai instrumen utamanya. Karena sifatnya yang sistematis, maka metode observasi ini diharapkan bisa mengungkap suatu gejala atau masalah dengan sebenarnya⁹⁶.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan pengumpulan data observasi non-partisipan, yaitu peneliti hanya melakukan satu fungsi mengadakan pengamatan tanpa harus melakukan aktivitas yang sama dengan informan. Pada tahap ini peneliti mengamati tentang aktifitas para mahasiswa luar daerah dalam beradaptasi, bersosial dan bagaimana interaksinya dengan lingkungannya. Setelah melihat hal tersebut kemudian peneliti mencoba untuk mencari informasi lebih mendalam dan mengaitkannya dengan *culture shock*.

⁹⁵ Bakhrudin All Habsy, "Seni Memahami Penelitian Kualitatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur," *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 90, <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>.

⁹⁶ A Rukajat, *Pendekatan Penelitian Kualitatif (Qualitative Research Approach)*. Deepublish, 2018.

2. Wawancara

Wawancara merupakan suatu metode pengambilan data yang dilakukan dengan cara melakukan komunikasi langsung antara peneliti dengan subjek dalam penelitian untuk mendapatkan informasi dan data yang lebih lengkap dan detail terkait masalah yang akan diteliti.⁹⁷ Wawancara ini kemudian menjadi salah satu hal yang paling penting dalam suatu penelitian karena dengan bertanya langsung pada subjek penelitian maka data yang diambil dianggap akan lebih akurat.

Wawancara dalam penelitian ini adalah peneliti akan menggali informasi yang lebih dalam pada Informan. Wawancara yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik bebas terpimpin. Pada teknik ini, pertanyaan yang ada di dalam wawancara tidak terpaku pada pedoman, namun dapat disesuaikan dengan situasi dan kondisi untuk memperdalam informasi. Wawancara ini akan dilakukan pada mahasiswa yang ada di UIN Prof. K.H Saifuddin Zuhri Purwokerto khususnya prodi BKI Angkatan 2023 yang berasal dari Sumatera. Waktu pelaksanaan penelitian bersifat kondisional karena menunggu waktu senggang informan agar proses penelitian tidak mengganggu aktivitas yang dilakukan oleh informan. Sebelum melaksanakan penelitian, peneliti terlebih dahulu saling menyepakati waktu luang maupun senggang untuk melangsungkan wawancara atau penggalian informasi. Setelah waktu disepakati oleh peneliti dan informan maka peneliti akan bertemu secara langsung dengan informan dan selanjutnya peneliti akan menyampaikan maksud dan tujuan dari penelitian tersebut.

3. Dokumentasi

Dokumentasi juga menjadi salah satu hal penting sebagai sarana untuk kelengkapan data yang kita peroleh. Dokumentasi ini bisa dilakukan dengan pengambilan gambar di lapangan, rekaman saat wawancara, dan lain sebagainya sehingga informasi yang didapat akan lebih lengkap sesuai dengan keadaan yang sebenarnya baik berasal dari bahasa

⁹⁷ Rukajat.

verbal maupun nonverbal dari subjek penelitian.⁹⁸ Dokumentasi yang ada dalam penelitian adalah foto dan rekaman saat proses pengambilan data.

E. Teknik Analisis Data

Menurut penelitian kualitatif, teknik analisis data memegang peranan penting sebagai jembatan yang menghubungkan antara data mentah dan kesimpulan yang koheren. Proses ini melibatkan pengumpulan data secara terstruktur dan teratur, sehingga memudahkan peneliti dalam menafsirkan dan memahami temuan mereka. Pentingnya analisis data tidak hanya terletak pada pengelolaan data itu sendiri, tetapi juga pada kemampuan untuk menyajikan informasi yang dapat diakses dan dimengerti oleh orang lain. Ini menciptakan alur yang mempermudah proses deduksi menuju pemahaman yang lebih mendalam tentang fenomena yang diteliti.

Menurut pandangan Bogdan, yang dikutip oleh Sugiyono,⁹⁹ analisis data dapat dipahami sebagai upaya untuk mencari dan menyusun kembali data yang diperoleh melalui berbagai metode seperti wawancara, catatan lapangan, dan sumber lainnya. Tujuan akhirnya adalah untuk menjadikan data tersebut lebih mudah dipahami. Proses ini memerlukan kemampuan untuk merangkai data mentah menjadi informasi yang koheren dan dapat dipertanggungjawabkan. Dengan demikian, analisis data sebagai alat yang mengubah kompleksitas informasi menjadi temuan yang lebih sederhana dan bermakna.

Di dalam konteks penelitian kualitatif, analisis data bersifat induktif, dimana peneliti membangun kesimpulan berdasarkan data yang terkumpul. Ini berarti bahwa peneliti memulai dari data konkret menuju konsep dan aspek teoretis yang lebih luas. Pendekatan induktif ini menuntut peneliti untuk memiliki keterbukaan dan kepekaan terhadap data, memungkinkan eksplorasi dan pemahaman yang fleksibel terhadap fenomena budaya, seperti gear budaya dan adaptasi. Sebuah analisis yang baik akan melahirkan rangkaian temuan yang tidak hanya mendalam, tetapi juga relevan dengan konteks sosial dan budaya yang diteliti.

⁹⁸ Rukajat.

⁹⁹ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. (Sumatra: Alfabeta, 2016).

Menurut Miles & Huberman, analisis terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan, yaitu: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan/verifikasi.¹⁰⁰ Mengenai ketiga alur tersebut secara lebih lengkapnya adalah sebagai berikut:

1. Reduksi Data

Setelah kita melakukan penelitian maka kita akan memperoleh data lapangan. Data yang kita peroleh ini sifatnya masih mentah dan perlu kemudian diolah untuk mendapatkan data yang diinginkan. Pada tahap reduksi ini, data yang diperoleh di lapangan akan dianalisis untuk dipilah-pilah, memusatkan perhatian, mentransformasikan pada topik tertentu sehingga terbentuk suatu bentuk rangkuman data yang fokus pada hal-hal penting sesuai dengan topik permasalahan yang diteliti.¹⁰¹ Hasil reduksi data ini akan memudahkan peneliti terkait data apa saja yang sudah diperoleh dan belum didapatkan.

2. Penyajian Data

Setelah data yang diperoleh direduksi maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data. Pada penelitian kualitatif, data yang diperoleh akan disajikan dengan bentuk narasi yang ditulis secara deskriptif. Penyajian data yang baik dan jelas alurnya akan sangat mempengaruhi hasil penelitian agar tercapai analisis hasil penelitian yang valid dan handal.¹⁰²

3. Verifikasi Data

Verifikasi data ini sering disebut dengan peninjauan ulang terhadap data yang sudah didapatkan. Setelah data yang kita peroleh disajikan maka langkah selanjutnya adalah penarikan suatu kesimpulan atau inti dari topik permasalahan yang sedang dibahas. Namun bukan berarti ini menjadi akhir dalam penelitian, bisa saja kemudian kesimpulan ini berubah jika dalam perjalanan penelitian ditemukan data terbaru yang lebih valid.¹⁰³

¹⁰⁰ Sugiyono.

¹⁰¹ S. E. Baso Iping, *Teknik Pengolahan Dan Analisis Data Penelitian*, 2021.

¹⁰² Baso Iping.

¹⁰³ Rijali Ahmad, "Analisis Data Kualitatif," *Jurnal Alhadharah* 17, no. 33 (2018).

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Objek Penelitian

1. Profil Prodi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di Fakultas Dakwah UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto adalah salah satu program studi dengan sejarah yang panjang dan prestasi yang membanggakan. Berdiri sejak tahun 1997, program studi ini awalnya dikenal sebagai Bimbingan dan Penyuluhan Islam (BPI), sebelum kemudian berganti nama menjadi Bimbingan dan Konseling Islam. Menurut Ketua Jurusan BKI, program studi ini telah berhasil meraih akreditasi A, menunjukkan dedikasi dan komitmen terhadap kualitas pendidikan yang diberikan.¹⁰⁴

Selain fokus pada keilmuan dan keterampilan adalah peningkatan kualitas akademik dan non-akademik seluruh elemen civitas akademika. Penelitian dan pengabdian kepada masyarakat juga menjadi bagian integral dari misi ini. Program studi ini menyadari bahwa keberhasilan implementasi misi tersebut bergantung pada keterlibatan semua pihak, baik dosen, mahasiswa, maupun tenaga kependidikan.

Fasilitas yang memadai turut mendukung pencapaian visi dan misi Program Studi BKI. Fasilitas tersebut mencakup ruangan konseling individu dan kelompok yang dirancang khusus untuk memberikan pelayanan konseling yang optimal. Selain fasilitas fisik, program studi ini juga didukung oleh berbagai komunitas pendukung yang aktif, salah satunya adalah Komunitas Mitra Remaja.

Secara keseluruhan, Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam di UIN SAIZU Purwokerto adalah program yang terus berinovasi dalam menyediakan kualitas pendidikan terbaik. Dengan dukungan

¹⁰⁴ Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) BKI UIN SAIZU Purwokerto, "Profil Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto."

fasilitas yang mumpuni dan komunitas yang aktif, program studi ini siap mencetak lulusan yang tidak hanya kompeten secara akademik, tetapi juga memiliki kepedulian sosial yang tinggi untuk berkontribusi bagi masyarakat.

2. Visi dan Misi Program Studi Bimbingan dan Konseling Islam UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

Universitas Islam Negeri (UIN) Prof. K.H. Saifuddin Zuhri di Purwokerto adalah salah satu lembaga pendidikan yang menawarkan berbagai program studi di lingkungan fakultas yang berbeda, termasuk Fakultas Dakwah. Fakultas ini menjadi rumah bagi sejumlah program studi unggulan, masing-masing dengan fokus keilmuan yang spesifik. Program Studi Komunikasi dan Penyiaran Islam (KPI) misalnya, berfokus pada pengembangan komunikasi yang efektif dalam penyiaran nilai-nilai Islam. Sementara itu, Program Studi Manajemen Dakwah (MD) lebih menitikberatkan pada keterampilan manajerial untuk mendukung kegiatan dakwah. Jangan lupakan juga Program Studi Pengembangan Masyarakat Islam (PMI) yang bertujuan mempersiapkan lulusannya untuk berkontribusi dalam kemajuan sosial kemasyarakatan melalui perspektif Islam.

Salah satu program studi yang patut mendapat perhatian khusus adalah Bimbingan dan Konseling Islam (BKI). Program ini berdiri dengan visi yang kuat, yakni ‘Menjadi Program Studi yang Unggul, Progresif dan Integratif dalam Pengkajian dan Pengembangan Ilmu Bimbingan dan Konseling Islam di Tahun 2040.’ Diharapkan, prodi ini menjadi pelopor keunggulan, progresifitas, dan integrasi dalam ilmu bimbingan dan konseling Islam. Dengan target ambisius untuk meraih visi ini pada tahun 2040, Program Studi BKI berkomitmen untuk tidak hanya menyediakan pemahaman teoritis tetapi juga menerapkan pendekatan-pendekatan praktis yang relevan bagi mahasiswanya. Ini bertujuan mempersiapkan para calon konselor untuk menangani isu-isu kehidupan dari perspektif Islam secara lebih mendalam dan aplikatif.

Dalam konteks mahasiswa dari Sumatera yang menempuh

pendidikan di Program Studi BKI, fenomena gegar budaya dan adaptasi budaya menjadi isu yang menarik untuk diteliti. Proses perpindahan dari satu budaya ke budaya lain sering kali menantang, dimana mahasiswa harus beradaptasi dengan lingkungan baru serta berbagai nuansa sosial dan akademik yang tidak mereka kenal sebelumnya. Program Studi BKI tidak hanya mendidik mahasiswanya secara akademik, tetapi juga mendukung proses adaptasi ini dengan menyediakan lingkungan belajar yang inklusif dan adaptif. Dengan demikian, mahasiswa diharapkan dapat menemukan harmoni antara pengetahuan berdimensi lokal yang mereka bawa dan wawasan global yang mereka peroleh selama studi.

Sedangkan untuk Misi Bimbingan dan Konseling Islam adalah sebagai berikut :

- a. Menyelenggarakan pendidikan dan pengajaran yang unggul di bidang ilmu bimbingan dan konseling islam.
- b. Menyelenggarakan penelitian di bidang ilmu bimbingan dan konseling islam secara progresif dan integratif berbasis nilai keislaman, lokalitas, dan ke indonesiaan.
- c. Menjelaskan model pengabdian masyarakat berbasis ilmu bimbingan dan koseling islam.
- d. Membangun kerjasama dengan berbagai lembaga (stakeholder) untuk meningkatkan saling pembelajaran, penelitian, pengabdian.

B. Profil Informan Mahasiswa Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto Angkatan Tahun 2023

Mahasiswa yang berkuliah di UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri tidak hanya berasal dari Purwokerto dan sekitarnya saja, melainkan dari berbagai wilayah di Indonesia. Sebagian mahasiswa yang berasal dari luar kota tersebut bertempat tinggal di pondok pesantren maupun kos yang terdekat dari kampus. Berikut merupakan data umum mahasiswa UIN Prof. KH. Saifuddin Zuhri Purwokerto program studi Bimbingan dan Konseling Islam angkatan tahun 2023 secara keseluruhan sebagai berikut:

Para mahasiswa ini berasal dari keluarga dengan berbagai macam

latar belakang sosial dan ekonomi yang berbeda-beda, hal ini karena mata pencaharian orang tua mahasiswa yang berbeda-beda pula, yang meliputi: Petani, Pegawai Negeri Sipil (PNS), Pensiunan PNS, Karyawan, Nelayan, dan Wiraswasta. Daerah tempat asal mahasiswa BKI angkatan 2023 sebagian besar berasal dari luar pulau Jawa di antaranya: Kota Padang dan Palembang.

Mahasiswa prodi BKI angkatan 2023 sebanyak 250 mahasiswa. Dalam hal ini penulis menggunakan informan dari program studi Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2023. Program studi Bimbingan dan Konseling Islam angkatan 2023 memiliki jumlah mahasiswa sebanyak 250 mahasiswa, namun penulis hanya menggunakan 2 mahasiswa indekos sebagai informan yang diwawancarai. Berikut profil mahasiswa prodi BKI yang terpilih menjadi narasumber penulis :

1. Informan 1

Nama	:	Amelia Nur Sabrina
Umur	:	20 Tahun
Jenis Kelamin	:	Perempuan
Asal Daerah	:	Kota Padang
Tempat tinggal saat ini	:	Kos
Di Purwokerto Sejak	:	Juli 2023

Informan penelitian yang pertama ini berasal dari Taeh Baruah, Payakumbuh, Kabupaten Lima Puluh, Kota Padang Provinsi Sumatera Barat. Informan tinggal di daerah yang sangat jauh dari pusat Kota Padang. Informan memiliki bentuk fisik khas orang padang pada umumnya. Informan adalah anak pertama dari tiga bersaudara. Informan memiliki dua orang adik. Lingkungan tempat tinggal informan merupakan kawasan perkotaan dengan penduduknya yang tidak terlalu padat. Informan terbiasa berbicara dengan lantang dan tegas di daerahnya. Informan adalah lulusan SMA Negeri 1 Payakumbuh tahun 2023.

Informan memutuskan untuk pergi melanjutkan studi di Purwokerto karena memiliki seorang kakak tingkat yang melanjutkan studi ke UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri di Purwokerto. Saat ini informan sedang

duduk di Semester tiga (3) di ke UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri. Ketika wawancara dilakukan, informan tidak keberatan untuk menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh penulis.

2. Informan 2

Nama : Marya Ulfa Hasana
Umur : 19Tahun
Jenis Kelamin : Perempuan
Asal Daerah : Kota Palembang
Tempat tinggal saat ini : Pondok
Di Purwokerto Sejak : Juli 2023

Informan penelitian kedua berasal dari Desa Muara Tiku Lubuk Linggau Kota Palembang Provinsi Sumatera Selatan. Informan tinggal di daerah yang sangat jauh dari pusat kota, menempuh jarak kurang lebih 11 jam untuk ke pusat kota Palembang. Informan memiliki bentuk fisik khas orang Palembang pada umumnya. Informan adalah anak pertama dari tiga bersaudara. Informan itu memiliki dua orang adik. Lingkungan tempat tinggal informan merupakan kawasan pedesaan yang biasanya lebih sederhana, dekat dengan alam, dan penuh dengan nilai-nilai kebersamaan. Informan terbiasa berbicara dengan lantang dan tegas di daerahnya.

Informan adalah lulusan Pondok Pesantren Terpadu Darrutaqwa tahun 2023. Informan memutuskan untuk pergi melanjutkan studi di Kota Satria Purwokerto karena mengikuti UMPTKIN dari pondok dan memilih UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri. Informan memilih UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto karena Kota Purwokerto ini sering disebut sebagai “Kota Satria” dan terkenal dengan suasana yang asri, ramah, serta udaranya yang sejuk karena berada di kaki Gunung Slamet, gunung tertinggi di Jawa Tengah. Ketika wawancara dilakukan, informan dengan sigap menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh pewawancara. Informan terlihat serius saat menjawab pertanyaan. Hal ini terlihat dari antusias para informan dalam mendengarkan pertanyaan lawan bicaranya.

C. Hasil dan Pembahasan Penelitian

1. Hasil

Pengalaman menjadi mahasiswa di perguruan tinggi merupakan fase penting yang penuh tantangan, terutama bagi mahasiswa yang menempuh studi jauh dari kampung halaman. Penelitian ini berfokus pada kasus mahasiswa asal Sumatera yang menempuh pendidikan di Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto. Mahasiswa ini sering kali menghadapi fenomena culture shock atau gegar budaya karena harus beradaptasi dengan lingkungan dan budaya yang berbeda dari yang biasa mereka alami di daerah asal. Penelitian ini memaparkan hasil temuan mengenai penyebab terjadinya gegar budaya dan strategi adaptasi yang dilakukan oleh mahasiswa untuk mengatasi perubahan tersebut.

Salah satu penyebab utama gegar budaya adalah perbedaan kebiasaan dan nilai budaya antara masyarakat Sumatera dan lingkungan di Purwokerto. Mahasiswa Sumatera mungkin merasa asing dengan norma sosial, adat istiadat, dan gaya hidup masyarakat setempat. Misalnya, mereka mungkin menghadapi kebiasaan komunikasi yang berbeda, baik dalam hal bahasa maupun ekspresi sosial yang bisa menghasilkan kesalahpahaman. Selain itu, perbedaan dalam sistem pendidikan dan metode pengajaran juga dapat menjadi faktor penyebab stress akademik yang memperburuk gegar budaya.

Faktor lain yang turut berkontribusi adalah perasaan kesepian dan kurangnya dukungan sosial. Jarak yang jauh dari keluarga dan teman dekat membuat mahasiswa merasa terisolasi secara emosional. Kesulitan dalam membangun jaringan sosial baru di lingkungan yang berbeda mempersulit proses penyesuaian diri. Faktor-faktor tersebut dapat menimbulkan rasa kerinduan, kecemasan, dan ketidakpastian, sehingga memperparah dampak gegar budaya yang dialami.

Berbicara mengenai upaya mengatasi gegar budaya, penelitian ini

menemukan bahwa dukungan dari komunitas lokal dan sesama mahasiswa asal Sumatera sangat membantu dalam proses adaptasi. Mahasiswa yang aktif mencari teman baru, berpartisipasi dalam kegiatan kampus, dan bergabung dengan kelompok atau organisasi kemahasiswaan mampu lebih cepat beradaptasi. Selain itu, pembekalan informasi sebelum keberangkatan dan adanya program orientasi kampus juga memberikan gambaran awal yang membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Strategi pribadi seperti meningkatkan keterampilan komunikasi, mengadopsi pola pikir yang terbuka, serta mencoba untuk mempelajari dan menghargai kebudayaan lokal juga terbukti efektif dalam mengurangi dampak gegar budaya. Selain itu, penggunaan teknologi untuk berkomunikasi dengan keluarga dan teman-teman di kampung halaman dapat mengurangi perasaan rindu dan isolasi. Dengan kombinasi dukungan sosial dan strategi adaptasi yang tepat, mahasiswa dapat mengatasi gejala-gejala gegar budaya dan menjalani kehidupan akademik dengan lebih baik di lingkungan baru. Penelitian ini berharap dapat menjadi referensi bagi institusi pendidikan dalam mendukung mahasiswa yang mengalami fenomena serupa.

Tabel 2
Struktur Hasil Wawancara Informan 1

No	Hasil Wawancara	Gejala Gegar Budaya	
1.	<i>“Penyebabnya mungkin karena faktor makanan yang berbeda antara lidah sumatera dan lidah jawa, kemudian faktor bersosiali-sasinya yang mana notabenenya masyarakat sumatera cenderung berbicara dengan logat yang sedikit keras dan ngegas dibanding dengan masyarakat Jawa yang sedikit lebih lemah</i>	<i>Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan</i>	Perbedaan antara budaya baru dengan budaya kampung halaman biasanya dilebih-lebihkan dan sulit diterima

	<i>lembut”</i>		
2.	<i>“Iya, kurang maksimal dikarenakan saya merupakan masyarakat pendatang yang masih berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar sehingga ketika saya berdiskusi dengan teman-teman saya yang berasal dari berbagai daerah khususnya teman saya dari pulau Jawa, saya harus membiasakan berbicara dengan lemah lembut untuk menyesuaikan diri saya”</i>	<i>Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan nilai</i>	Perbedaan ini biasanya dilebih-lebihkan : nilai-nilai baru tampaknya sulit diterima.
3.	<i>“Ya, Nyaman, dan cocok saja sebenarnya, tetapi butuh waktu adaptasi, dan adaptasi tiap orang berbeda-beda, kalau saya nyamannya itu di Purwokerto setelah lewat 3 bulanan”</i>	<i>Gegar budaya sebagai hilangnya kebiasaan dan gaya hidup</i>	Individu tidak mampu melakukan banyak aktifitas yang sebelumnya ia nikmati : ini menyebabkan kecemasan dan perasaan kehilangan.
4.	<i>“Awal-awal tinggal disini, saya sering merasa rindu sekali dengan suasana kampung halaman. Saya kangen keluarga, terutama momen kumpul bareng di rumah, makan masakan ibu, dan ngobrol santai dengan teman-teman lama”</i>	<i>Gegar budaya sebagai nostalgia</i>	Orang merasa rindu keluarga, kawan, dan pengalaman lain yang sudah familiar bagi individu.
5.	<i>“Saya pernah merasa kesulitan saat awal-awal pindah kesini. Saya takut berbicara atau ketemu orang pada saat keluar terutama</i>	<i>Gegar budaya sebagai ketidakpuasan atas hambatan bahasa</i>	Kurangnya komunikasi atau sulitnya komunikasi bisa menimbulkan

	<i>pada saat saya ingin membeli makan, karena saya gak bisa Bahasa Jawa dan logat nya berbeda akhirnya saya seharian gak makan”</i>		frustasi dan perasaan terasing.
6.	<i>“Waktu awal-awal disini saya merasa cemas, bingung dan gak tau harus bersikap seperti apa. Gaya berbicara dan cara bersosialisasi disini tuh sangat berbeda dengan yang biasa saya temui ditempat asal. Saya juga waktu awal perkuliahan sampai minggu ketiga gak kuliah gara-gara merasa bingung harus bagaimana cara bersosialisasi dengan teman-teman yang ada dikampus”</i>	<i>Gegar budaya sebagai disorientasi dan hilangnya kontrol</i>	Hilangnya hal-hal yang familiar tentang perilaku orang lain. Disorientasi menimbulkan kecemasan, depresi, dan merasa putus asa

Hasil wawancara di atas, bahwa informan menggambarkan gejala gegar budaya (*culture shock*) yang dialami ketika beradaptasi dengan lingkungan budaya yang berbeda. Berikut gejalanya:

a. Perbedaan Lidah atau Preferensi Makanan

Sebagai mahasiswa asal Sumatera yang menuntut ilmu di Prodi Bimbingan Konseling Islam (BKI) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, mereka tidak hanya menghadapi tantangan akademis tetapi juga tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan budaya yang baru. Salah satu aspek yang paling mencolok dari pengalaman ini adalah perbedaan dalam cita rasa makanan.

Bagi banyak mahasiswa Sumatera ini, makanan di Jawa memiliki rasa yang berbeda dari apa yang biasa mereka konsumsi di kampung halaman. Perbedaan ini sering kali membuat mereka merasa asing dan jauh dari rumah, memicu perasaan rindu yang lebih mendalam akan kampung halaman dan masakan yang sudah dikenal.

Kesulitan adaptasi terhadap cita rasa makanan ini merupakan salah satu bagian dari fenomena gegar budaya yang dialami mahasiswa. Makanan, sebagai elemen penting dalam kehidupan sehari-hari, memiliki makna lebih dari sekadar pemenuhan kebutuhan fisik. Itu juga berkaitan dengan kenyamanan emosional dan identitas budaya seseorang.

Ketika mahasiswa harus menghadapi perbedaan rasa yang signifikan, misalnya, perbedaan dalam tingkat kepedasan, bumbu yang digunakan, atau cara penyajian. Mereka dihadapkan pada tantangan untuk menemukan keseimbangan antara merangkul budaya baru dan mempertahankan identitas kuliner asal mereka.

Proses adaptasi ini bukanlah sesuatu yang terjadi dalam semalam. Mahasiswa ini belajar untuk berkompromi dan berinovasi, mencoba menggabungkan unsur-unsur dari masakan Jawa dengan selera Sumatera mereka, atau bahkan berusaha menemukan komunitas setempat yang menyediakan cita rasa kampung halaman. Usaha ini merupakan wujud dari koping aktif dalam menghadapi gegar budaya, menandakan bagaimana individu dapat berkembang melalui pemahaman dan penerimaan terhadap perbedaan budaya. Dengan dukungan yang tepat dan keterbukaan untuk mencoba hal-hal baru, tantangan ini dapat berubah menjadi peluang untuk memperluas wawasan dan memperkaya pengalaman pribadi mereka.

b. Perbedaan Gaya Komunikasi dan Logat Bahasa

Mahasiswa yang dijadikan sebagai informan oleh peneliti, asal Sumatera yang menempuh pendidikan di Prodi Bimbingan dan Konseling Islam (BKI) di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto sering kali menghadapi tantangan untuk beradaptasi dengan cara komunikasi masyarakat Jawa. Dalam konteks budaya Jawa, komunikasi cenderung dilakukan dengan nada yang lebih lembut dan halus, berbeda dengan gaya komunikasi yang lebih lugas dan tegas yang biasa ditemui di Sumatera.

Perbedaan ini menyoroti beragam norma komunikasi yang ada di

Indonesia dan bagaimana perbedaan tersebut dapat memengaruhi dinamika interaksi sosial di kalangan mahasiswa. Ketika informan ini berusaha memahami dan menyesuaikan diri dengan norma-norma komunikasi yang berbeda, mereka tidak hanya berhadapan dengan tantangan linguistik tetapi juga beradaptasi dengan cara berpikir dan merasakan yang baru.

Gegar budaya atau *cultural shock*, adalah bagian dari perjalanan adaptasi ini, di mana mahasiswa menghadapi berbagai dimensi perbedaan budaya. Informan menyadari bahwa kebiasaan sehari-hari seperti berbicara, berpikir, dan merasa berbeda dari yang biasa mereka alami di lingkungan asal. Aspek kognitif terkait dengan kesadaran akan perbedaan budaya ini sering kali disertai dengan respons emosional, mulai dari rasa kaget hingga kebingungan ketika dihadapkan pada hal-hal baru.

Selain itu, ada kebutuhan sosial untuk menyesuaikan diri dengan pola interaksi yang berlaku di masyarakat baru. Proses ini bukan hanya tentang mempelajari cara baru berbicara, melainkan juga bagaimana menjalin hubungan sosial yang efektif dalam kerangka norma-norma baru.

Menavigasi fase-fase adaptasi dalam gegar budaya dapat menjadi perjalanan yang menantang bagi banyak individu. Mereka mungkin merasakan disorientasi yang diakibatkan oleh perbedaan kebiasaan sosial dan kuliner antara lingkungan asal mereka dan tempat baru mereka menetap. Kondisi-kondisi ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan baik secara fisik maupun sosial, yang terkadang diperburuk oleh perasaan cemas atau iritabilitas berlebihan. Namun, dukungan dari lingkungan sekitar, terutama melalui pertemanan yang baik, memainkan peran kunci dalam membantu individu melewati masa-masa sulit ini.

Meskipun tantangan yang dihadapi nyata dan kompleks, para informan berhasil menemukan jalan menuju fase adaptasi positif. Seiring waktu, dan dengan adanya dukungan sosial, banyak di antara mereka mulai merasakan kenyamanan dan kepuasan dengan lingkungan baru yang mereka hadapi.

Pada fase ini sering kali dikenal sebagai fase *honeymoon*, di mana

individu mengalami euforia awal terhadap aspek-aspek positif dari perubahan yang mereka alami. Periode ini ditandai dengan rasa ingin tahu dan semangat yang tinggi, yang membuat proses transisi terasa lebih lancar dan menyenangkan. Dengan semangat dan kemauan untuk belajar, mahasiswa dapat menavigasi tantangan ini, berakhir dengan pengalaman yang memperkaya dan memperluas wawasan budaya mereka.

Tabel 3
Struktur Hasil Wawancara Informan 2

No	Hasil Wawancara	Gejala Gegar Budaya	
1.	<i>“Menurut Saya yang menjadi penyebab gegar budaya orang sumatera di Purwokerto adalah dari bahasa lah beda, Budaya saling menyapa, biasanya di daerah tempat saya tinggal ketika bertemu dengan orang yang dikenal ya hanya lewat-lewat saja, tidak menyapa”</i>	<i>Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan.</i>	Perbedaan antara budaya baru dengan budaya kampung halaman biasanya dlebih-lebihkan dan sulit diterima
2.	<i>“Kalau menurut saya dari pendidikan nya itu luar biasa ya karena teman-teman di kelas itu kompetitif banget beda dengan gaya belajar di Palembang yang santai dan orang-orang nya disini itu ambisius banget”</i>	<i>Gegar budaya sebagai anggapan adanya perbedaan nilai</i>	Perbedaan ini biasanya dlebih-lebihkan : nilai-nilai baru tampaknya sulit diterima
3.	<i>“luar biasa ya culture nya beda sekali, untuk Palembang itu kan tegas ya beda dengan orang purwokerto, tegas ini dalam artian logat atau gaya bicara, kalo disini kan lembut ramah, jadi setiap kali ketemu orang itu menyapa, beda sekali dengan orang di Palembang itu sih kalo dari masyarakat nya”</i>	<i>Gegar budaya sebagai ketidakpuasan atas hambatan bahasa</i>	Kurangnya komunikasi atau sulitnya komunikasi bisa menimbulkan frustasi dan perasaan terasing.

4.	<p>“Sejak merantau ke sini, banyak kebiasaan yang nggak bisa saya lakukan seperti dulu. Misalnya, di kampung, saya biasa jalan sore ke sawah atau kebun dekat rumah buat cari angin dan ngobrol sama teman-teman. Tapi di sini saya tinggal di daerah yang lebih ramai dan sempit, jadi aktivitas itu sudah nggak bisa dilakukan lagi”</p>	<p>Gegar budaya sebagai hilangnya kebiasaan dan gaya hidup</p>	<p>Individu tidak mampu melakukan banyak aktifitas yang sebelumnya ia nikmati : ini menyebabkan kecemasan dan perasaan kehilangan.</p>
5.	<p>“Mungkin masih terbawa budaya atau kebiasaan yang ada dirumah”</p>	<p>Gegar budaya sebagai nostalgia</p>	<p>Orang merasa rindu keluarga, kawan, dan pengalaman lain yang sudah familiar bagi Individu</p>
6.	<p>“Jujur ya mba awal-awal saya cukup kaget dengan perilaku orang-orang disini berbeda dengan yang biasa saya lihat di kamung halaman saya. Contoh nya gaya bicara saya yang tegas dianggap terlalu keras, padahal itu sudah biasa di lingkungan saya dulu. Hal-hal yang dulu terasa wajar jadi terasa asing di sini. Saya merasa kehilangan pegangan, seolah semua yang familiar hilang begitu saja.”</p>	<p>Gegar budaya sebagai disorientasi dan hilangnya kontrol</p>	<p>Hilangnya hal-hal yang familiar tentang perilaku orang lain. Disorientasi menimbulkan kecemasan, depresi, dan merasa putus asa</p>

Dari hasil wawancara informan diatas menggambarkan proses penyesuaian diri terhadap gegar budaya yang dialami olehnya dan sedang beradaptasi di Purwokerto. Berikut adalah penjelasan untuk setiap bagian dari wawancara tersebut:

a. Penyebab Gegar Budaya

Perbedaan Cara Berinteraksi, Informan merasakan perbedaan budaya dalam hal interaksi sosial, seperti kebiasaan saling menyapa. Di daerah asal,

mereka tidak terbiasa menyapa orang yang dikenal di jalan, sementara di Purwokerto budaya saling menyapa lebih umum. Ini menunjukkan tantangan pertama dalam beradaptasi dengan budaya baru.

b. Kendala dan Akibat Gegar Budaya

Fase Adaptasi Positif, Meskipun ada perbedaan budaya, Informan belum merasakan kendala signifikan dalam penyesuaian diri. Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi berjalan dengan lancar dan tanpa hambatan besar.

c. Perasaan Ketika Sudah Tinggal di Purwokerto

Perbedaan Komunikasi, Norma Sosial, dan Pola Pendidikan, Informan merasakan perbedaan dalam cara berkomunikasi (logat dan gaya bicara) serta norma sosial (budaya menyapa). Selain itu, juga merasakan perbedaan dalam pola pendidikan, di mana pendidikan di Purwokerto lebih kompetitif dan ambisius dibandingkan dengan gaya belajar yang lebih santai di Palembang. Ini menunjukkan adanya ketidaknyamanan awal dalam beradaptasi dengan perubahan tersebut, meskipun tidak terlalu mengganggu.

d. Upaya Mengatasi Gegar Budaya

Fase Adaptasi Positif, Informan berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru, salah satunya dengan lebih banyak bersosialisasi. Ini merupakan langkah positif yang diambil untuk beradaptasi dengan budaya baru di Purwokerto.

e. Gegar Budaya Sebagai Nostalgia

Walaupun berusaha menyesuaikan diri, informan masih merasa terbawa oleh kebiasaan atau budaya asalnya, yang menghambat proses adaptasi sempurna. Hal ini menunjukkan adanya kesulitan adaptasi terhadap kebiasaan baru yang berbeda dengan kebiasaan di rumah.

f. Motivasi

Fase Honeymoon, Meskipun ada tantangan dalam penyesuaian, informan merasa nyaman dan puas dengan Purwokerto karena kota ini merupakan kota impian untuk kuliah. Ini menunjukkan bahwa mereka

berada dalam fase honeymoon, yaitu fase awal adaptasi yang penuh dengan rasa puas dan nyaman dengan lingkungan baru.

Berdasarkan hasil wawancara, Informan ini mengalami gegar budaya yang melibatkan perbedaan dalam cara berinteraksi sosial, komunikasi, norma sosial, dan pola pendidikan antara Sumatera dan Purwokerto. Meskipun ada beberapa tantangan dalam beradaptasi dengan kebiasaan baru, Informan belum merasakan kendala signifikan dan berusaha menyesuaikan diri dengan lebih banyak bersosialisasi. Meskipun masih terbawa kebiasaan dari rumah, Informan merasa nyaman dengan lingkungan Purwokerto dan termotivasi untuk melanjutkan studi di kota tersebut karena merupakan kota impian mereka. Proses adaptasi menunjukkan adanya fase honeymoon, di mana mereka merasa puas dan nyaman dengan aspek-aspek positif dari lingkungan

2. Pembahasan

a. Gegar Budaya Mahasiswa Sumatera Pada Prodi BKI UIN SAIZU

Teori gegar budaya (*culture shock*) pertama kali dicetuskan oleh Hall,¹⁰⁵ sebagai sebuah gangguan pada semua hal yang biasa dihadapi di tempat asal menjadi sangat berbeda dengan hal yang dihadapi di tempat baru dan asing. Kemudian, gegar budaya diteliti pertama kali oleh Oberg,¹⁰⁶ dengan menggambarkan respon yang mendalam dan menunjukkan adanya ketidakmampuan yang dialami oleh individu dalam lingkungan barunya, yang mana ketidakmampuan tersebut terjadi pada kognitif, sehingga menyebabkan gangguan pada identitas.¹⁰⁷ Gegar budaya adalah reaksi emosi terhadap perbedaan budaya yang tidak terduga dan terjadi kesalahpahaman pada pengalaman yang berbeda, sehingga mengakibatkan munculnya perasaan tidak berdaya, mudah terpancing emosi, takut akan

¹⁰⁵ Edward.T. Hall, *The Silent Language* (New York: Doubleday, 1959).

¹⁰⁶ Kalervo Oberg, *Symptoms of Culture Shock* (Practical Anthropology, 1960).

¹⁰⁷ S. (1999). *Communicating Across Cultures*. New York: Guilford Press. Ting-Toomey, *Communicating Across Cultures* (New York: Guilford Press., 1999).

dibohongi, dan dilukai serta diacuhkan.

Gegar budaya adalah reaksi individu pada lingkungan baru yang belum dikenalnya sehingga menimbulkan reaksi awal berupa cemas akibat individu kehilangan tanda-tanda yang dikenalnya di lingkungan lama¹⁰⁸. Gegar budaya (*culture shock*) terjadi karena adanya ketidaksetaraan pandangan antara budaya satu dengan lainnya, sehingga membuat suatu budaya baru yang datang ke budaya lainnya mengalami kehilangan harapan atau antisipasi terhadap kesamaan.

Gegar budaya juga bias diartikan sebagai keadaan dimana seseorang tidak mengenal kebiasaan sosial dari kultur baru, sehingga seorang individu tersebut tidak dapat menampilkan perilaku yang sesuai dengan aturan di lingkungan baru. Perbedaan dalam cara berkomunikasi dan minimnya pemahaman dalam berbudaya juga merupakan salah satu pemicu timbulnya gegar budaya pada seorang individu yang baru berpindah ke daerah baru¹⁰⁹.

Gegar budaya yang paling jarang disadari oleh makhluk sosial adalah gegar budaya dalam berbahasa, yang mana berbahasa sangat penting dalam komunikasi untuk menjalin hubungan dengan orang lain, seperti; adanya perbedaan penuturan kata, perbedaan pelafalan, perbedaan intonasi, dan adanya bahasa gaul, sehingga setiap individu yang memiliki perbedaan bahasa yang sangat signifikan akan sangat bermasalah dengan keadaan tersebut.¹¹⁰

Secara ringkas dapat diartikan semua bentuk stress mental maupun fisik yang dialami oleh individu pendatang selama berada di daerah asing disebut sebagai gegar budaya (*culture shock*) Pada dasarnya gegar budaya umum terjadi pada individu rantau yang

¹⁰⁸ Stephen Bochner, "Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures," *Online Readings in Psychology and Culture* 8, no. 1 (2003): 1–12.

¹⁰⁹ Rulli Nasrullah, *Komunikasi Antarbudaya Di Era Budaya Siber (Pertama)* (Jakarta, Indonesia : KENCANA, 2012).

¹¹⁰ Ira Mayasari Bambang Sumadyo, "Culture Shock (Gegar Budaya) Penutur Jawa Dan Jakarta," *Jurnal Lentera* 1, no. 2 (2021): 7–20.

memulai kehidupan baru di daerah baru dengan situasi dan kondisi budaya yang berbeda dengan budayanya aslinya.

Hal tersebut memungkinkan adanya tuntutan untuk memahami budaya yang baru, dan respon yang nampak tidak selalu dapat langsung menunjukkan hasil yang sesuai dengan harapan, yang mana keadaan seperti itu disebabkan karena adanya perbedaan bahasa, adat istiadat, tata cara berkomunikasi, yang mana memerlukan proses dalam mempelajari hal baru yang kemudian akan dipahami dan diterapkan oleh individu perantau di kesehariannya.¹¹¹

Gegar budaya dapat diatasi bila seorang individu mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan budaya tempat individu berada, sehingga terjalin komunikasi yang efektif dan lancar, perasaan lebih nyaman, serta permasalahan ketegangan akibat perbedaan budaya dapat terselesaikan. Gegar budaya adalah suatu fenomena akibat tempat tinggal, beraktifitas atau pekerjaan yang dialami oleh orang yang tiba-tiba pindah atau pindah ke lingkungan baru.

Gegar budaya dihasilkan dari kecemasan yang disebabkan oleh hilangnya tanda dan simbol dalam interaksi sosial. Gegar budaya didefinisikan sebagai kecemasan terus-menerus yang muncul dari hilangnya semua simbol dan simbol yang sudah dikenal dalam hubungan sosial, termasuk seribu satu cara yang membimbing kita dalam situasi sehari-hari.

Berdasarkan temuan penelitian, terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi mahasiswa asal Sumatera yang merantau melanjutkan Pendidikan di Purwokerto mengalami gegar budaya ketika berinteraksi dengan budaya baru adalah sebagai berikut:

b. Perbedaan Budaya antara Lingkungan Lama dan Lingkungan Baru

Perbedaan lingkungan lama dan baru seperti adat, budaya,

¹¹¹ Devinta, M. Hidayah, "Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta."

pergaulan, Bahasa, karakteristik masyarakat hingga kuliner dan keadaan lingkungan menyebabkan mahasiswa asal Sumatera di Purwokerto mengalami fenomena gegar budaya yang dapat mempengaruhi kelancaran kegiatan mereka dalam beraktifitas menjalankan perkuliahan di berbagai macam Perguruan Tinggi yang ada di Purwokerto. Gegar budaya dapat menjadi masalah yang cukup serius ketika seseorang yang mengalaminya tidak dapat mengatasi fenomena tersebut atau dapat dikatakan sulit untuk beradaptasi dengan lingkungan baru yang ada. Sebagaimana yang disampaikan oleh Informan 1 (ANS) sebagai berikut:

"Penyebabnya mungkin karena faktor makanan yang berbeda antara lidah sumatera dan lidah jawa, kemudian faktor bersosialisasinya yang mana notabenenya masyarakat sumatera cenderung berbicara dengan logat yang sedikit keras dan ngegas dibanding dengan masyarakat Jawa yang sedikit lebih lemah lembut"...

Hal tersebut juga disampaikan oleh informan 2 (MUH) sebagai berikut:

"gegar budaya orang sumatera di Purwokerto adalah dari bahasa lah beda, Budaya saling menyapa, biasanya di daerah tempat saya tinggal ketika bertemu dengan orang yang dikenal ya hanya lewat-lewat saja, tidak menyapa"

Banyaknya mahasiswa dari berbagai daerah dari seluruh Indonesia yang datang untuk melanjutkan pendidikan di Purwokerto menyebabkan munculnya berbagai suku dan budaya yang berkumpul di Purwokerto. Perbedaan bentuk, simbol, dan gaya komunikasi yang ada tentu menjadi kendala tersendiri bagi mahasiswa luar daerah.

Berbeda budaya, berbeda cara berkomunikasi dalam menyikapi dan mengatasi berbagai perbedaan yang mungkin timbul dalam proses komunikasi pada dimensi antar budaya. Perbedaan tersebut tidak hanya pada bahasa, tetapi adat istiadat, budaya dan makanan juga mempengaruhi terjadinya gegar budaya seperti yang dialami oleh mahasiswa di atas.

Budaya Sumatera sesuai dengan budaya yang kokoh, berani

dan blak-blakan, tidak seperti budaya Jawa, khususnya Purwokerto yang memiliki budaya lunak yang menekankan moral dan sastra. Karena perbedaan mendasar tersebut menyebabkan terjadinya gegar budaya dalam proses dan dinamika komunikasi serta mempengaruhi proses selama belajar di Purwokerto yang akan terjadi pada mahasiswa asal Sumatera saat berinteraksi dengan mahasiswa lain dari daerah asal dengan adat yang berbeda dan budaya, menyebabkan efek negatif.

Gegar budaya merupakan perasaan kehilangan identitas diri, kecemasan, lekas marah, depresi, keengganan untuk berinteraksi dengan orang lain dari budaya yang berbeda. Selain itu, hal ini juga mempengaruhi kenyamanan mahasiswa asal Sumatera yang notabene mempunyai tujuan melanjutkan studi di Purwokerto untuk meraih kesuksesan dan mendapatkan pendidikan yang lebih baik.

c. Komunikasi Antarbudaya di antara Mahasiswa Pendatang

Interaksi yang terjadi ketika individu mengalami kontak budaya dan komunikasi dengan budaya orang lain tentunya memiliki latar belakang budaya yang berbeda dan menimbulkan perasaan tidak nyaman, baik psikis maupun fisik, karena hubungan tersebut sering disebut dengan gegar budaya. Setiap orang pasti memiliki hubungan keterkaitan satu sama lain. Dalam setiap hubungan dengan masyarakat atau sesama mahasiswa tentu saja terdapat konflik dan kesalahpahaman dalam berkomunikasi.

Hal ini sangat normal ketika individu baru tiba di budaya baru untuk pertama kalinya dan meninggalkan budaya asli. Mahasiswa pendatang seringkali mengalami kesulitan bahkan mengalami tekanan mental yang tidak mampu menerima kesulitan dalam beradaptasi dan mengatasi perbedaan budaya. Kesalahpahaman biasanya terjadi di lingkungan sosial budaya mahasiswa asal Sumatera yang masih mengusung budaya Sumateranya dalam berinteraksi dan berkomunikasi antar masyarakat atau sesama mahasiswa yang ada di Purwokerto.

Sebagaimana yang disampaikan oleh Informan 2 (MUH) sebagai berikut:

”Luar biasa ya culture nya beda sekali, untuk Palembang itu kan tegas ya beda dengan orang Purwokerto, tegas ini dalam artian logat atau gaya bicara, kalo disini kan lembut ramah, jadi setiap kali ketemu orang itu menyapa beda sekali dengan orang di Palembang itu sih kalo dari masyarakat nya, kalo dari pendidikan nya itu luar biasa lagi karna teman-teman di kelas itu kompetitif banget beda dengan gaya belajar di Palembang yang santai, orang-orang nya ambisius disini”.

Berdasarkan apa yang disampaikan oleh informan 2 diatas, dapat diketahui bahwasannya komunikasi antarbudaya yang terjadi diantara mahasiswa perantau asal Sumatera dengan budaya yang ada di Pulau Jawa Khususnya Purwokerto sering terjadi di lingkungan kampus atau dalam menjalani kegiatan perkuliahan. Komunikasi Antarbudaya adalah komunikasi yang terjadi bila pemberi pesan adalah anggota suatu budaya dan penerima pesanya adalah anggota suatu budaya lainnya.¹¹²

Komunikasi antarbudaya adalah proses pembagian informasi, gagasan atau perasaan diantara mereka yang berbeda latar belakang budayanya. Proses pembagian informasi itu dilakukan secara lisan dan tertulis, juga melalui bahasa tubuh, gaya atau tampilan pribadi, atau bantuan hal lain disekitarnya yang memperjelas pesan. Menurut Adilla Warni komunikasi antarbudaya (*Inter Cultural Communication*) adalah proses pertukaran fikiran dan makna antar orang-orang yang berbeda budayanya.¹¹³

¹¹² P Hastuti B Purba, S Gaspersz, M Bisyrri, A Putriana, *Ilmu Komunikasi: Sebuah Pengantar*, 2020,

https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=YkwCEAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&ots=eDsIrVdb0d&sig=g_TLZYYGmxykb7xJjfvS7jiAn8.

¹¹³ Adilla Warni and Penmardianto, “Hambatan Komunikasi Antar Budaya Pendetang Jawa Terhadap Masyarakat Suku Minang Di Nagari Sungai Pua Kabupaten Agam,” *Student Research Journal* 1, no. 2 (2023): 304–5, <http://journal-stiyappimakassar.ac.id/index.php/srj/article/view/356%0Ahttp://journal-stiyappimakassar.ac.id/index.php/srj/article/download/356/361>.

d. Penyesuaian Komunikasi Mahasiswa Pendatang

Communication Accomodation Theory (CAT)¹¹⁴ memberikan perhatian pada interaksi, memahami antara orang-orang dari kelompok yang berbeda dengan menilai bahasa, perilaku nonverbal dan penggunaan paralinguistik individu.

1) Persamaan dan perbedaan berbicara dan berperilaku

Pengalaman dan latar belakang yang bervariasi akan menentukan sejauh mana seseorang akan mengakomodasi orang lain, semakin mirip sikap dan keyakinan seseorang dengan orang lain, ia semakin tertarik dan mengakomodasi orang tersebut. Masyarakat Padang, yang sebagian besar berasal dari etnis Minangkabau, memiliki kekayaan budaya yang tercermin dalam cara berbicara dan berperilaku mereka. Sebagai salah satu kelompok etnis terbesar di Indonesia, masyarakat Padang terkenal dengan adat istiadat yang kaya, falsafah hidup yang berlandaskan "adat basandi syarak, syarak basandi Kitabullah," serta sistem kekerabatan matrilineal yang unik.

Dalam konteks berbicara, masyarakat Padang dikenal menggunakan bahasa Minangkabau yang khas dengan dialek yang beragam di setiap daerah. Gaya komunikasi mereka sering kali lugas, bersemangat, dan penuh humor. Di sisi lain, terdapat kecenderungan untuk menyampaikan pesan secara tidak langsung atau berbentuk kiasan, terutama dalam situasi formal atau adat. Hal ini mencerminkan nilai-nilai budaya mereka yang menghargai sopan santun dan menjaga harmoni sosial. Sementara itu, perilaku masyarakat Padang dipengaruhi oleh nilai-nilai adat dan agama. Sikap ramah, semangat berdagang, dan menjunjung tinggi pendidikan merupakan ciri khas yang sering dijumpai. Namun, dalam beberapa situasi, masyarakat Padang juga dapat menunjukkan sifat tegas dan prinsipial, terutama dalam memper-

¹¹⁴ Gudykunst, *Bridging Differences: Effective Intergroup Communication (4th Edition)*.

tahankan adat dan nilai-nilai yang diyakini.

Persamaan dalam berbicara dan berperilaku biasanya muncul dalam konteks penghormatan terhadap norma budaya dan agama, misalnya cara mereka menyapa tamu atau berbicara dengan orang yang lebih tua. Namun, perbedaan sering terlihat pada tingkat individu, seperti gaya komunikasi yang lebih modern di kalangan anak muda dibandingkan dengan generasi tua, atau variasi perilaku yang dipengaruhi oleh lingkungan tempat tinggal (desa atau kota).

Sedangkan Masyarakat Palembang, yang berasal dari etnis Melayu Palembang di Sumatera Selatan, memiliki budaya yang dipengaruhi oleh berbagai peradaban, seperti Melayu, Jawa, dan Arab. Pengaruh ini menciptakan keunikan dalam cara berbicara dan berperilaku masyarakat Palembang. Palembang, sebagai pusat kebudayaan dan sejarah Kesultanan Palembang Darussalam, memperkaya karakter masyarakatnya dengan nilai-nilai keislaman yang kental dan tradisi lokal yang kuat. Dalam aspek berbicara, masyarakat Palembang menggunakan bahasa Palembang yang terdiri atas dua tingkatan: basa alus (bahasa halus) yang digunakan dalam situasi formal atau dengan orang yang dihormati, dan basa jeme (bahasa sehari-hari) yang digunakan untuk komunikasi santai. Intonasi yang lembut dan kosakata khas seperti "gawe" (bekerja) dan "mak mano" (bagaimana) menjadi ciri utama bahasa mereka. Gaya berbicara ini menunjukkan keramahan dan keakraban khas masyarakat Palembang.

Dari sisi perilaku, masyarakat Palembang dikenal dengan keramahan, toleransi, dan semangat gotong royong. Pengaruh adat Melayu membuat mereka menjunjung tinggi nilai-nilai kesopanan dan penghormatan terhadap orang lain. Dalam kehidupan sehari-hari, mereka juga memiliki kebiasaan bersikap terbuka dan mudah bergaul. Selain itu, semangat menjaga tradisi,

seperti dalam acara adat pernikahan Palembang yang megah, mencerminkan rasa bangga terhadap budaya mereka. Persamaan dalam berbicara dan berperilaku biasanya terletak pada penggunaan bahasa Palembang sebagai identitas serta sikap ramah dan menghargai orang lain. Namun, terdapat perbedaan yang dipengaruhi oleh generasi dan latar belakang pendidikan. Anak muda di Palembang cenderung menggunakan bahasa Indonesia dengan logat Palembang yang khas dalam percakapan sehari-hari, sementara generasi tua lebih konsisten menggunakan bahasa daerah. Dalam perilaku, masyarakat perkotaan yang lebih modern mungkin memiliki gaya hidup berbeda dibandingkan masyarakat pedesaan yang masih sangat menjaga tradisi.

Sementara itu pada percakapan sehari-hari suku Jawa sangat memperhatikan kaidah bahasa. Menurut falsafah suku Jawa yang paling tahu baik buruknya dan tepat kelirunya kaidah bahasa yang digunakan seseorang penutur tentu saja penutur bahasa yang bersangkutan, karena merekalah yang menguasai dengan sepenuh penghayatan bahasa yang berlaku dalam kehidupan bermasyarakat. Pengetahuan dan kemampuan mengetahui itu telah menjadi sebagian dari dirinya dan ada sebagai intuisi kebahasaan. Hal ini lah yang melandasi mengapa dalam kehidupan sehari-hari bahasa suku Jawa selalu lebih halus dan memperhatikan kaidah-kaidah yang berlaku sesuai adat suku Jawa.

Dari segi bahasa sebenarnya suku Jawa juga memiliki empat tingkatan kasar lembutnya yaitu yang pertama *Ngoko* adalah bahasa yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, yang kedua *Ngoko* alus adalah gabungan dari bahasa *ngoko* dan *kromo inggil* dimana bahasa ini digunakan untuk orang yang dianggap lebih tinggi derajatnya baik dari segi jabatan, ilmu pengetahuan, umur dan status sosialnya, yang ketiga *Kromo* adalah bahasa

yang menggunakan bahasa *kromo inggil* biasanya digunakan untuk berbicara dengan orang lain dimana kata awal dan akhirnya tidak perlu dikrama inggilkan, yang empat *Kromo Alus* adalah bahasa yang menggunakan gabungan dari *krama* dan *krama inggil* dan kata katanya jauh lebih halus dan sopan serta awal dan akhir kalimat sudah ikut dikramakan.

Beda budaya beda kebiasaan, beda kebiasaan beda persepsi. Perbedaan persepsi antar budaya akan menemukan kesalahpahaman dalam berkomunikasi apabila kita tidak menyadari berbagai hambatan komunikasi yang muncul. Satu pemahaman yang harus kita tanamkan saat berkomunikasi dengan orang lain adalah bahwa beda budaya beda cara berkomunikasi. Hal ini ditemukan dalam komunikasi beda budaya yang dilakukan oleh suku Jawa dan Sumatera yang tinggal dalam satu tempat tinggal kost dan pondok. Tidak jarang dari mereka menemukan pertengkaran kecil akibat terjadinya kesalahpahaman diantara mereka.

2) Proses Tururan dan Perilaku

Setiap orang mempunyai gaya komunikasi yang bersifat personal sebagai gaya khas seseorang waktu berkomunikasi. Gaya komunikasi merupakan kepribadian sehingga sukar diubah. Untuk memahami gaya berkomunikasi maka setiap orang harus berusaha menciptakan dan mempertahankan gaya komunikasi personal sebagai ciri khas pribadinya. Memang sulit untuk mengubah gaya komunikasi, karena gaya komunikasi melekat pada kepribadian seseorang.¹¹⁵ Gaya komunikasi (*communication style*) didefinisikan sebagai seperangkat perilaku antarpribadi yang terspesialisasi digunakan dalam suatu situasi tertentu. Gaya yang dimaksud sendiri dapat bertipe verbal yang

¹¹⁵ M.S. Dr. Alo Liliwari, *Makna Budaya Dalam Komunikasi AntarBudaya*, ed. Uzair Fauzan (Yogyakarta: LKiS Yogyakarta, 2002).

berupa kata-kata atau nonverbal berupa vokalik, bahasa badan, penggunaan waktu, dan penggunaan ruang dan jarak.

Mahasiswa asal Sumatera tentu tidak bisa terlepas dari pengaruh budaya daerah asal mereka dan juga tidak bisa menghindari untuk berhadapan dengan budaya Jawa yang dimiliki oleh warga Purwokerto. Berdasarkan pengalaman mahasiswa asal Sumatera sebagai informan pada penelitian ini maka terbentuk persepsi informan khususnya mengenai gaya komunikasi warga Purwokerto. Hasil penelitian menunjukkan bahwa persepsi informan tentang gaya komunikasi warga Purwokerto meliputi aspek yang melekat pada gaya komunikasi yaitu: gaya verbal dalam hal ini bahasa Jawa dan gaya non verbal berupa bahasa tubuh, nada suara, dan volume suara.

Mengenai gaya verbal yaitu bahasa maka sudah menjadi kebiasaan warga Purwokerto untuk menggunakan bahasa Jawa dalam percakapan sehari-hari. Bahkan kepada orang yang bukan suku Jawa sekalipun tidak jarang mereka secara spontan berbicara dalam bahasa Jawa. Kebiasaan ini menyebabkan kebingungan bagi informan karena mereka tidak mengerti bahasa Jawa. Pemakaian bahasa Jawa ini dipersepsi berbeda-beda oleh para informan. Ada yang menilai positif ada juga yang menilai sebagai sesuatu yang negatif karena dianggap menghambat proses komunikasi.

kebiasaan gaya bicara warga Purwokerto termasuk gaya bicara non-linier, yaitu berbicara berbelit-belit tidak langsung kepada intinya dan lebih banyak berbasa-basi dan tidak lugas. Kebiasaan lain adalah warga Purwokerto juga terbiasa tersenyum dengan sedikit menganggukkan kepala kepada setiap orang yang melintas di depan mereka. Kebiasaan ini dianggap aneh oleh para informan pada awalnya. Informan terkejut ketika pertama kali bertemu mengalami kebiasaan warga tersebut. MUH (Informan

2) menyatakan jika pada awalnya ada warga Purwokerto yang tersenyum kepadanya saat melintas padahal tidak saling mengenal, dirinya terkejut dan bingung karena mereka bisa ramah seperti itu.

Namun setelah beberapa kali mengalaminya MUH merasa risih dan terganggu karena baginya orang yang tidak saling mengenal tidak perlu seramah itu. MUH menganggap kebiasaan tersebut seperti dipaksakan. Secara umum sebagian besar informan akhirnya bisa menerima dengan baik kebiasaan tersebut karena menurut mereka tersenyum yang terkadang disertai sapaan kepada orang yang melintas adalah bentuk keramahan yang menjadi sifat warga purwokerto. Warga purwokerto bukan hanya ramah kepada orang lain tetapi juga lembut dan di saat berbicara. Sangat berbeda dengan orang Sumatera pada umumnya yang terkesan kasar ketika berbicara.

Orang-orang Sumatera biasanya tidak merasa perlu berbasa-basi dengan orang yang tidak dikenal dan memilih untuk bersikap acuh. Berbeda dengan sikap warga Purwokerto yang selalu ramah dan tersenyum kepada siapa saja yang melintas bahkan ada yang menyapa meskipun tidak mengenal sama sekali orang yang melintas tersebut. Orang Padang dan Palembang apalagi yang berasal dari Sumatera berbicara dengan volume suara yang keras dan lugas dalam setiap kalimat yang diucapkan. Berbeda dengan warga Purwokerto/orang Jawa yang dikenal lembut dan santun saat berbicara.

3) Bahasa dan Perilaku

Asumsi ini berkaitan dengan dampak yang dimiliki bahasa terhadap orang lain. Secara khusus, bahasa memiliki kemampuan untuk mengomunikasikan status dan keanggotaan kelompok di antara para komunikator dalam sebuah percakapan.

Mengenai bahasa masyarakat asli Purwokerto sebagai

orang Jawa menggunakan bahasa Jawa saat berkomunikasi dengan sesama orang Jawa. Bahasa yang digunakan saat berkomunikasi dengan mahasiswa yang berasal dari Sumatera di Purwokerto adalah bahasa Indonesia, walaupun terkadang mereka secara tidak sengaja menggunakan bahasa Jawa.

Mahasiswa asal Sumatera juga demikian, saat berkomunikasi dengan sesama orang Padang dan Palembang menggunakan bahasa Minangkabau dan Melayu. Bahasa Minangkabau dan Melayu yang digunakan tergantung daerah asalnya, bagi orang Padang menggunakan bahasa Minang-kabau yang khas dengan dialek yang beragam di setiap daerah, sedangkan bagi orang Palembang menggunakan basa alus (bahasa halus) yang digunakan dalam situasi formal atau dengan orang yang dihormati, dan basa jeme (bahasa sehari-hari) yang digunakan untuk komunikasi santai. Bahasa yang digunakan saat berkomunikasi dengan masyarakat asli Purwokerto menggunakan bahasa Indonesia, dikarenakan bahasa Indonesia merupakan alat penghubung yang paling tepat digunakan dalam berkomunikasi.

Kesimpulan utama yang perlu diambil bahwa kehidupan masyarakat asli Purwokerto jelas berbeda dengan masyarakat di Sumatera. Teori etnosentrisme,¹¹⁶ beranggapan bahwa budaya kelompok yang diikuti oleh seorang individu dianggap lebih baik dibanding budaya yang dianut oleh kelompok lain. Hal ini terlihat saat mahasiswa asal Sumater tidak cocok dengan makanan yang ada di Purwokerto, dan beranggapan bahwa makanan daerahnya yang paling cocok dengan lidahnya. Dari hal tersebut mempengaruhi kehidupan mahasiswa asal Sumatera sebagai pendatang, sehingga sulit sekali beradaptasi dengan makanan yang ada di Purwokerto mempengaruhi kehidupan mahasiswa

¹¹⁶ Ratih Baiduri, *Teori-Teori Antropologi (Kebudayaan)*, ed. Daniel HP. Simanjuntak (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2020).

asal Sumatera sebagai pendatang, sehingga sulit sekali beradaptasi dengan makanan yang ada di Purwokerto.

Sebagai pendatang, biasanya mengalami *culture shock* atau *gegar budaya* saat awal-awal tinggal di lingkungan barunya karena lingkungan barunya memiliki budaya yang berbeda dari daerah asalnya. *Culture shock* ditimbulkan oleh kecemasan yang disebabkan oleh kehilangan tanda-tanda dan lambang-lambang dalam pergaulan sosialnya. Berdasarkan informan dalam penelitian ini yang merupakan Mahasiswa asal, semuanya pernah mengalami *Culture shock* saat awal-awal mereka tinggal di Purwokerto. Perbedaan budaya yang ada di Purwokerto yaitu karakteristik masyarakat, bahasa, makanan, dan interaksisosial masyarakat yang berbeda menjadi penyebab utama mahasiswa asal Sumatera mengalami *culture shock*.

e. Analisis Penyebab Gegar Budaya yang terjadi pada Mahasiswa Asal Sumatera di Purwokerto

1) Budaya

Hubungan sosial budaya antara mahasiswa asal Sumatera dan masyarakat yang ada di Purwokerto harus saling berdam-pingan secara harmonis. Mahasiswa dan masyarakat menciptakan perilaku yang bekerja sama antara perbedaan budaya dan interaksi masing-masing individu. Perilaku dan interaksi mahasiswa asal Sumatera saat bersentuhan dengan lingkungan kampus, organisasi dan masyarakat dapat dilihat dalam bersosialisasi walaupun memiliki perbedaan budaya.

Perbedaan budaya menjadi faktor penyebab terjadinya gegar budaya bagi mahasiswa asal Sumatera untuk beradaptasi dan berbaur dengan lingkungan sosialnya. Sifat dan perilaku yang diperlihatkan mahasiswa asal Sumatera dalam adaptasi dan interaksi dapat membentuk konsep diri dan pemahaman nilai terhadap gegar budaya dalam adaptasi. Menurut Graham Murdock

(1989), setiap kelompok masyarakat akan terus-menerus terlibat dalam percakapan, penciptaan makna, dan pembentukan sifat ekspresif kehidupan sosial. Hal ini menentukan makna, identitas diri, dan pengaruh individu dalam membentuk ide dan pemahaman nilai dalam memaknai diri terhadap kejutan budaya dan perbedaan budaya.

Kebudayaan juga mencakup banyak hal dalam kehidupan sosial, seperti bahasa, cara berkomunikasi, perilaku, adaptasi dan interaksi dalam adaptasi. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa adaptasi diri dan perilaku individu dalam adaptasi terjadi karena adanya dimensi persepsi, kognitif dan perilaku individu dalam persepsi diri terhadap gegar budaya dan perbedaan budaya. Adaptasi dengan lingkungan dan penyesuaian diri sangat penting dalam kehidupan sosial, terutama dalam gegar budaya dan perbedaan budaya. Hal tersebut sesuai dengan apa yang disampaikan oleh informan 1 dalam wawancara sebagai berikut:

"Ya, Nyaman, dan cocok saja sebenarnya, tetapi butuh waktu adaptasi, dan adaptasi tiap orang berbeda-beda, kalau saya nyamannya itu di Purwokerto setelah lewat 3 bulanan" ...

Pernyataan dari informan 1 di atas dapat diartikan bahwasannya proses adaptasi dengan lingkungan baru membutuhkan waktu. Proses adaptasi biasanya membutuhkan tahap pengenalan setelah kenal kemudian lanjut ke tahap pemahaman dan apabila sudah memahami lingkungan barunya, maka dapat menyesuaikan dengan lingkungan baru tersebut.

2) Bahasa

Faktor bahasa dan sifat serta keyakinan individu tentang budaya baru merupakan dua hal utama dan penting dalam berinteraksi dan beradaptasi dengan situasi tertentu. Proses penyesuaian diri bagi mahasiswa asal Sumatera tentunya membutuhkan banyak waktu untuk berinteraksi dan belajar

tentang budaya baru. Oleh karena itu, penggunaan bahasa dan konsep diri yang muncul dalam komunikasi dengan lingkungan sosial dapat menciptakan pemahaman dan evaluasi sosial yang terpisah, di mana bahasa dan konsep diri yang digunakan dalam komunikasi menolak bentuk-bentuk komunikasi yang memberdayakan semua kelompok masyarakat.

Bahasa merupakan faktor komunikasi yang sangat penting dalam berkomunikasi. Kendala bahasa merupakan keterbatasan dalam budaya efektif, dan kurangnya pengetahuan serta cara kelompok tertentu berbicara dapat menurunkan tingkat pemahaman diri mahasiswa asal Sumatera dengan individu lain dalam berkomunikasi di Purwokerto yang menggunakan Bahasa Jawa. Selain itu, penggunaan bahasa universal dapat menciptakan pemahaman bahasa yang mendorong cara dan nilai pemahaman wacana percakapan dalam komunikasi dan konsep diri mahasiswa asal Sumatera Utara dalam berinteraksi dengan faktor adaptif gear budaya dalam komunikasi dan interaksi.

Hampir semua informan tidak mengenal percakapan yang menggunakan bahasa Jawa karena bukan bahasa Jawa dan bukan bahasa pengantar yang digunakan di. Penggunaan bahasa Jawa dalam komunikasi di Purwokerto menimbulkan gear budaya bagi mereka. Dalam beberapa keadaan formal, terkadang mereka juga tidak luput dari penggunaan bahasa Jawa, seperti dosen yang mengajar di kelas dalam bahasa Jawa dan mahasiswa Jawa yang spontan berbicara bahasa Jawa.

Berdasarkan observasi dan pengalaman pribadi penulis terdapat beberapa kata atau ucapan yang memiliki makna berbeda ketika diucapkan di Sumatera dan Yogyakarta. Orang-orang di Sumatera (Padang) selalu menyebut dicelup atau diambil sebagai "Cilok". Orang di Purwokerto menggunakan kata "Cilok" untuk menyebut nama jajanan berupa bakso tusuk yang

dimakan dengan sais kacang. Sedangkan orang Sumatera (Palembang) selalu menyebut suka atau ingin sebagai “Galak”.

Orang di Purwokerto menggunakan kata “Galak” artinya marah atau seram. Ketika seorang mahasiswa asal Sumatera (Padang) menyebut kata "Cilok" untuk dicelup atau diambil, sedangkan Sumatera (Palembang) menyebutkan kata “Galak” untuk suka atau ingin, kesalahpahaman muncul ketika kata itu diucapkan sehubungan dengan rekan-rekan mereka dari Purwokerto. Arti kata tersebut bisa sangat berbeda bila ditafsirkan oleh masyarakat budaya lain. Oleh karena itu, tidak ada hubungan mutlak antara kata dan rujukannya. Tanpa memahami makna kontekstual dari kata-kata yang kita gunakan, kita bisa salah paham dan kebingungan.

d. Analisis Upaya yang dilakukan Mahasiswa Asal Sumatera untuk Mengatasi Gegar Budaya di Purwokerto

Gegar budaya merupakan fenomena yang umum dialami oleh individu yang berpindah dari satu lingkungan budaya ke lingkungan budaya yang berbeda. Mahasiswa asal Sumatera yang menempuh studi di Program Studi Bimbingan Konseling Islam (BKI) UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri di Purwokerto memiliki tantangan tersendiri dalam menghadapi perubahan budaya ini. Dalam menghadapi perbedaan budaya antara Sumatera dan Purwokerto, berbagai upaya telah dilakukan oleh para mahasiswa tersebut untuk mengatasi gegar budaya.

Setibanya di Purwokerto, mereka dihadapkan pada lingkungan sosial dan tata cara hidup yang berbeda. Bahasa, adat istiadat, serta iklim sosial yang baru seringkali menjadi sumber dari gegar budaya. Pada awalnya, hal ini dapat memicu perasaan cemas dan canggung dalam berinteraksi dengan masyarakat sekitar. Namun, seiring waktu, mahasiswa asal Sumatera melakukan berbagai upaya untuk membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru.

Salah satu upaya utama yang dilakukan adalah meningkatkan kemampuan komunikasi dalam bahasa Jawa, yang menjadi lingua franca di Purwokerto. Meskipun Bahasa Indonesia tetap digunakan dalam lingkup kampus, kemampuan berkomunikasi dalam bahasa daerah setempat membantu mereka membangun hubungan yang lebih akrab dengan masyarakat lokal. Dalam hal ini, mahasiswa seringkali memanfaatkan waktu senggang untuk berlatih dan berinteraksi dengan penduduk setempat.

Orientasi budaya merupakan strategi lain yang digunakan mahasiswa untuk mengatasi gegar budaya. Dengan mempelajari budaya lokal, mereka dapat menyesuaikan diri dengan lebih mudah. Kegiatan seperti mengikuti acara-acara budaya lokal, seperti upacara adat atau festival daerah, menjadi kesempatan berharga untuk memahami nilai-nilai dan norma-norma sosial yang berlaku di Purwokerto.

Di samping itu, dukungan sosial juga memegang peranan penting dalam proses adaptasi budaya. Memiliki sesama mahasiswa asal Sumatera yang mengalami pengalaman serupa dapat memberikan rasa nyaman dan dukungan emosional yang penting. Kelompok-kelompok diskusi atau organisasi mahasiswa dari daerah yang sama seringkali menjadi tempat untuk berbagi pengalaman, tantangan, dan strategi adaptasi.

Mencari panduan dari senior atau alumni yang telah berhasil beradaptasi juga merupakan praktik umum. Dengan berbagi kisah dan nasihat, mahasiswa baru dapat belajar dari pengalaman orang lain, sehingga mempercepat proses adaptasi mereka di lingkungan yang baru. Alumni seringkali memberikan tips mengenai cara menghadapi tantangan sehari-hari, termasuk cara menjalin hubungan baik dengan masyarakat lokal.

Selain pendekatan interpersonal, banyak mahasiswa yang melakukan refleksi pribadi sebagai cara untuk mengatasi gegar budaya. Proses ini melibatkan evaluasi pengalaman pribadi, merenungkan

perbedaan budaya, dan menemukan cara untuk menyelaraskan identitas pribadi mereka dengan lingkungan yang baru. Refleksi ini membantu mereka mengenali emosi tertentu yang muncul akibat perbedaan budaya dan mencari cara untuk menanggulangnya.

Adaptasi budaya juga melibatkan pembelajaran tentang kebiasaan sehari-hari yang mungkin berbeda, seperti cara berpakaian, makanan, dan gaya hidup. Beberapa mahasiswa memutuskan untuk mengadopsi beberapa aspek dari budaya lokal, sementara yang lain memilih untuk menciptakan keseimbangan antara budaya asal dan budaya baru. Fleksibilitas dan keterbukaan dalam mengadopsi kebiasaan baru ini seringkali memperlancar proses adaptasi.

Sebagai bagian dari adaptasi, mahasiswa seringkali terlibat dalam kegiatan kemahasiswaan atau komunitas lokal untuk memperluas jaringan sosial mereka. Keterlibatan dalam kegiatan semacam ini tidak hanya memfasilitasi interaksi sosial, tetapi juga memberikan kesempatan untuk memperkaya pengalaman budaya dan keterampilan interpersonal. Banyak mahasiswa yang merasa bahwa aktivitas di luar akademik ini memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai budaya lokal.

Pengajaran di kelas juga mencerminkan kesempatan untuk belajar lebih lanjut tentang budaya Purwokerto. Beberapa dosen secara aktif memasukkan materi yang memfasilitasi pemahaman antarbudaya dalam kurikulum, sehingga membantu mahasiswa asing dalam memahami konteks budaya yang mereka hadapi. Diskusi di kelas seringkali menjadi sarana untuk saling berbagi dan memahami perspektif yang berbeda.

Dengan segala upaya tersebut, penting bagi mahasiswa untuk tetap menjaga identitas budaya asal mereka. Mengadakan pertemuan rutin yang menonjolkan budaya Sumatera, seperti acara kuliner atau seni tradisional, memungkinkan mereka untuk merayakan keunikan budaya mereka sambil terus belajar dan beradaptasi. Ini membantu

mereka menemukan keseimbangan antara penyesuaian dengan lingkungan baru dan pelestarian identitas budaya mereka sendiri.

Keinginan untuk sukses dalam pendidikan dan tumbuh sebagai individu mendorong mahasiswa untuk mengatasi rintangan-rintangan adaptasi ini. Dengan memfokuskan pada tujuan jangka panjang dan manfaat dari dua budaya yang berbeda, mereka menjadi lebih termotivasi untuk terus berkembang dan menyesuaikan diri. Pendidikan dianggap sebagai jembatan yang memungkinkan mereka merangkul perbedaan budaya dan memanfaatkannya sebagai keuntungan pribadi dan profesional.

Tidak bisa dipungkiri bahwa proses adaptasi budaya memerlukan waktu dan kesabaran. Namun, pengalaman ini seringkali menjadi pelajaran hidup yang sangat berharga. Mahasiswa asal Sumatera yang berhasil melewati gegar budaya di Purwokerto tidak hanya mempelajari bagaimana beradaptasi dengan lingkungan baru, tetapi juga mengembangkan kemandirian, ketahanan, dan kemampuan untuk menghadapi tantangan yang akan datang dalam kehidupan mereka.

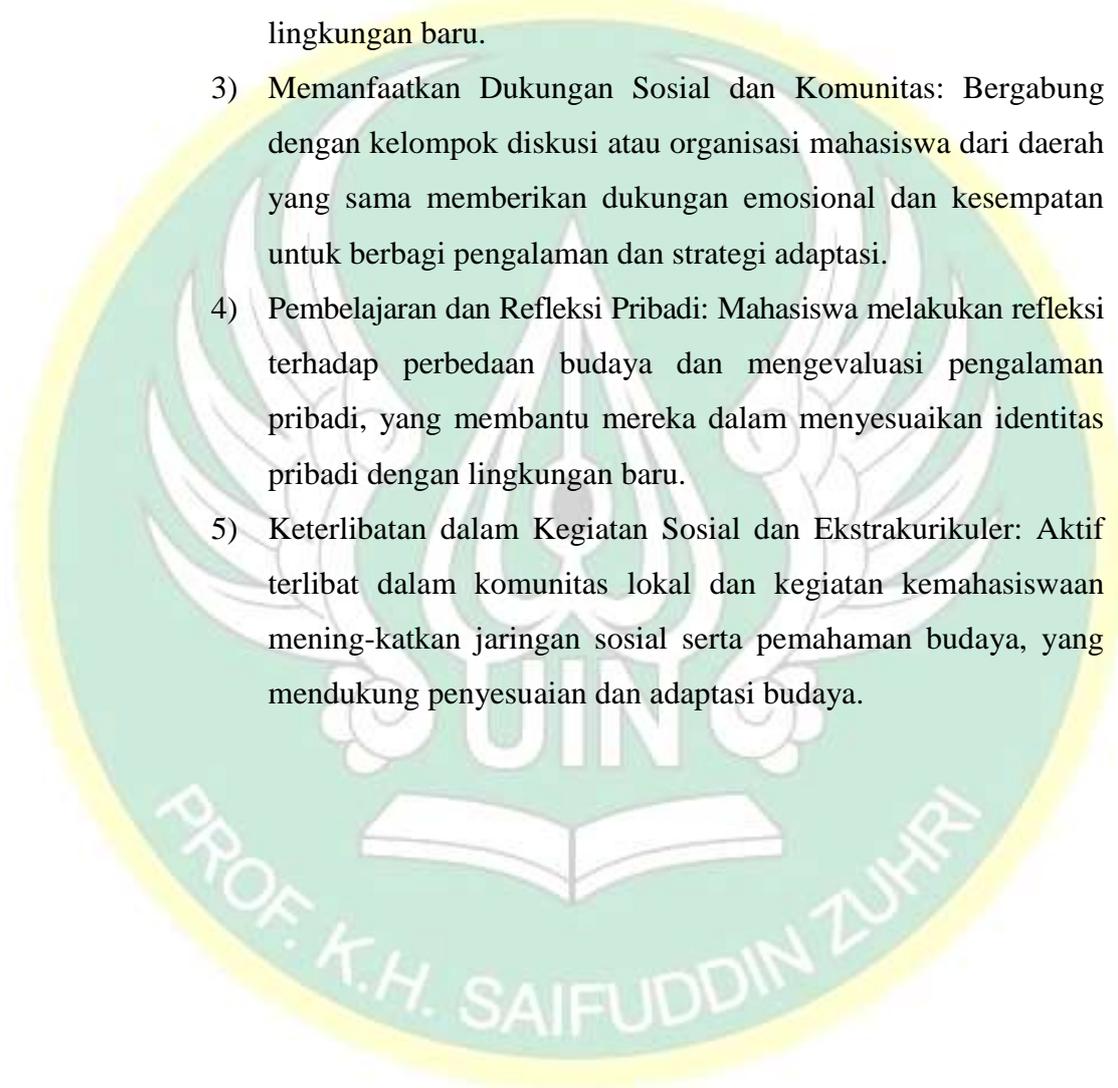
Melalui beragam strategi yang diterapkan, mahasiswa asal Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri menunjukkan bahwa dengan dukungan yang tepat dan kemauan untuk belajar, gegar budaya dapat diatasi. Pengalaman ini memperkaya hidup mereka dan memberikan mereka pandangan yang lebih luas tentang keberagaman budaya di Indonesia. Adaptasi mereka menjadi salah satu contoh tentang bagaimana individu dapat berhasil mengarungi perbedaan dan membangun jembatan antarbudaya.

Jadi, dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa ada lima upaya yang digunakan oleh mahasiswa asal Sumatera untuk mengatasi gegar budaya di Purwokerto:

- 1) Meningkatkan Kemampuan Komunikasi dalam Bahasa Lokal:
Mahasiswa mempelajari dan berlatih menggunakan bahasa Jawa

untuk memfasilitasi interaksi sosial dan untuk membangun hubungan yang lebih dekat dengan masyarakat lokal.

- 2) Orientasi dan Partisipasi dalam Budaya Lokal: Dengan mengikuti acara dan kegiatan budaya setempat, mahasiswa mendapatkan pemahaman yang lebih baik tentang nilai dan norma sosial di Purwokerto, yang membantu mereka menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.
- 3) Memanfaatkan Dukungan Sosial dan Komunitas: Bergabung dengan kelompok diskusi atau organisasi mahasiswa dari daerah yang sama memberikan dukungan emosional dan kesempatan untuk berbagi pengalaman dan strategi adaptasi.
- 4) Pembelajaran dan Refleksi Pribadi: Mahasiswa melakukan refleksi terhadap perbedaan budaya dan mengevaluasi pengalaman pribadi, yang membantu mereka dalam menyesuaikan identitas pribadi dengan lingkungan baru.
- 5) Keterlibatan dalam Kegiatan Sosial dan Ekstrakurikuler: Aktif terlibat dalam komunitas lokal dan kegiatan kemahasiswaan meningkatkan jaringan sosial serta pemahaman budaya, yang mendukung penyesuaian dan adaptasi budaya.



BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana penyebab dan upaya mahasiswa asal Sumatera dalam menghadapi fenomena gegar budaya Ketika melanjutkan Pendidikan di Daerah Purwokerto. Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan, maka didapati kesimpulan sebagai berikut:

1. Gegar budaya yang dialami mahasiswa Sumatera di UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto disebabkan oleh perbedaan bahasa, cara berkomunikasi, adat istiadat, cita rasa makanan, gaya hidup masyarakat, serta rasa kehilangan dukungan sosial. Perbedaan ini membuat mahasiswa merasa asing, bingung, dan membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan budaya yang baru.
2. Upaya untuk mengatasi hal ini, mereka melakukan berbagai upaya, seperti belajar bahasa lokal, mengikuti kegiatan budaya, mencari dukungan dari teman dan komunitas, belajar dari pengalaman pribadi, serta aktif dalam kegiatan sosial dan ekstrakurikuler. Langkah-langkah ini membantu mereka menyesuaikan diri dan merasa lebih nyaman di lingkungan baru.

B. Saran

Setelah peneliti melaksanakan penelitian terkait Gegar Budaya dan Adaptasi Budaya Pada Mahasiswa Sumatera Prodi Bimbingan dan Konseling Islam, peneliti ingin memberikan saran yang diharapkan dapat bermanfaat baik saat ini maupun masa depan. Saran yang diberikan yaitu:

1. Bagi Mahasiswa Perantau Asal Sumatera Prodi BKI

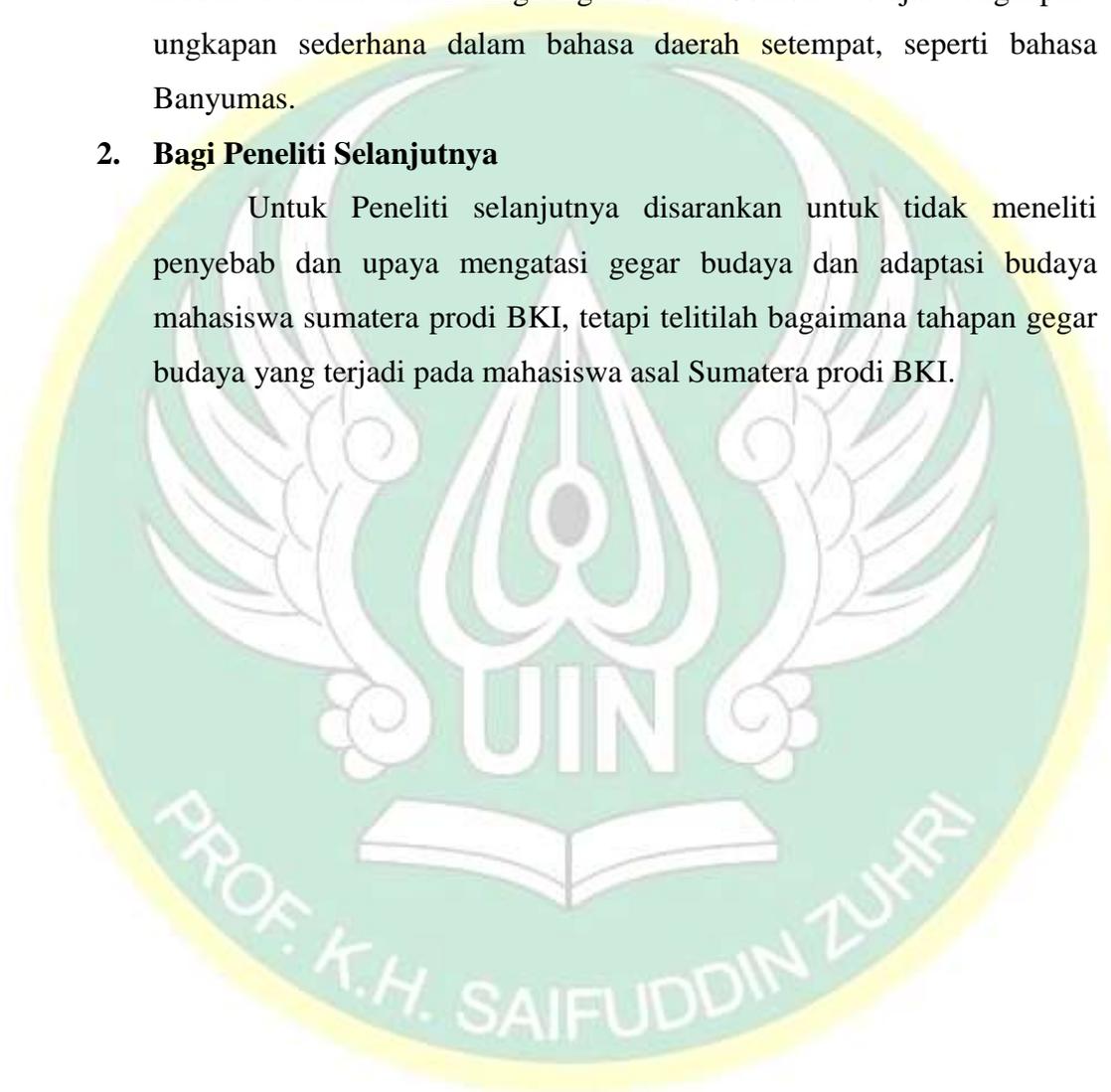
Bagi mahasiswa perantau, masalah perbedaan budaya adalah masalah yang wajib kita fahami, karena dengan memahami budaya orang lain akan membantu dalam kenyamanan ketika berada di lingkungan baru. Setiap mahasiswa perantau pasti mengalami namanya gegar budaya atau *culture shock*, hal ini bisa diatasi dengan belajar budaya lain dimana

kita tinggal, fahami karakter budayanya sebelum memutuskan untuk menetap di lingkungan baru tersebut.

Mempelajari Budaya Lokal itu sangat penting Sebagai mahasiswa yang merantau ke Pulau Jawa, penting untuk mengenal adat, bahasa, dan kebiasaan masyarakat sekitar. Hal ini akan membantu mahasiswa lebih mudah diterima dalam lingkungan baru. Contoh: Pelajari ungkapan-ungkapan sederhana dalam bahasa daerah setempat, seperti bahasa Banyumas.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk Peneliti selanjutnya disarankan untuk tidak meneliti penyebab dan upaya mengatasi gegar budaya dan adaptasi budaya mahasiswa sumatera prodi BKI, tetapi telitilah bagaimana tahapan gegar budaya yang terjadi pada mahasiswa asal Sumatera prodi BKI.



DAFTAR PUSTAKA

- Aang, Ridwan. *Komunikasi Antar Budaya: Mengubah Persepsi Dan Sikap Dalam Meningkatkan Kreativitas Manusia*. Bandung: Pustaka Setia, 2018.
- Afikah, Aulia. “Hubungan Antara Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Santriwati VII MTS NU Putri 3 Buntet Pesantren Cirebon (Skripsi, UIN Maulana Malik Ibrahim Malang),” 2019.
- Ahmad, Rijali. “Analisis Data Kualitatif.” *Jurnal Alhadharah* 17, no. 33 (2018).
- Alamsyah, Femi. “Literasi Digital Sebagai Upaya Penanganan Culture Shock Pasca Pandemi Covid-19.” *Jurnal Studi Islam* 3 (2022).
- Albina, Meyniar, Universitas Islam, and Negeri Sumatera. “Jurnal Kalacakra” 05 (2025): 100–109.
- Alifuddin, Alifuddin Ubaidillah, and Bagus Wahyu Setyawan. “Pengaruh Budaya Dan Tradisi Jawa Terhadap Kehidupan Sehari-Hari Pada Masyarakat Di Kota Samarinda.” *Jurnal Adat Dan Budaya Indonesia* 3, no. 2 (2021): 67–73. <https://doi.org/10.23887/jabi.v3i2.38310>.
- Anggraeni, Nisya D, Amri Dunan, and Karman. “Adaptasi Kultural Mahasiswa-Perantau Dalam Menghadapi Gejar Budaya Saat Pandemi.” *Majalah Semi Ilmiah Populer Komunikasi Massa* 2, no. 2 (2021): 145–60.
- Aqila, Cindenia&Nur. “Komunikasi Keluarga Dalam Hubungan Jarak Jauh Pada Mahasiswa Perantau Di Kota Lhokseumaw.” *Jurnal Jurnalisme*, 2018.
- B Purba, S Gaspersz, M Bisyri, A Putriana, P Hastuti. *Ilmu Komunikasi: Sebuah Pengantar*, 2020. https://books.google.com/books?hl=id&lr=&id=YkwCEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&ots=eDsIrVdb0d&sig=g_TLZYYGmxykb7xJjfvS7jiAn8
- Baiduri, Ratih. *Teori-Teori Antropologi (Kebudayaan)*. Edited by Daniel HP. Simanjuntak. Medan: Yayasan Kita Menulis, 2020.
- Balmer, Starr. “Experiencing Culture Shock in College. Participation Helps Students Adapt to an Unfamiliar Lifestyle,” 2017.
- Bambang Sumadyo, Ira Mayasari. “Culture Shock (Gejar Budaya) Penutur Jawa Dan Jakarta.” *Jurnal Lentera* 1, no. 2 (2021): 7–20.
- Baso Iping, S. E. *Teknik Pengolahan Dan Analisis Data Penelitian*, 2021.
- Bisri, Kasan. “Culture Shock Dan Adaptasi Mahasiswa Asing Studi Pada Mahasiswa Thailand Jurusan PAI UIN Walisongo Semarang.” *Prosiding The Annual Conference on Islamic Religious Education* 2, no. 1 (2022).
- Bochner, Stephen. “Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures.” *Online Readings in Psychology and Culture* 8, no. 1 (2003): 1–12.
- Cahyono, Kamila. “Adaptasi Komunikasi Mahasiswa Asal Indonesia Di Turki

- Dalam Menghadapi Culture Shock.” *Jurnal Penelitian Ilmu Sosial Dan Eksakta* 3 (2023): 19–27.
- Chairunnisa, Meyniar Albina. “Fenomena Culture Shock Dan Strategi Adaptasi Lintas Budaya Pada Era Digital.” *Jurnal Kalacakra* 05, no. 02 (2024).
- Cristina Agnes Pongantung, Yeremia Djefri Manafe, Yohanes K. Nula Liliweri. “Dinamika Masyarakat Dalam Proses Adaptasi Budaya.” *Udana Universitas Nusa Cendana Kupang*. 2022.
- Dakwah, Akademik Fakultas. “Laporan Data Mahasiswa Bimbingan Dan Konseling Islam Angkatan 2023.” 2023.
- Dakwah, Jurnal, Dan Komunikasi, Lina Amiliya Uin, Sunan Kalijagayogyakarta, Nanda Elma Fitriani, Uin Sunan, and Kalijaga Yogyakarta. “Al-Idza’Ah Gegar Budaya Perspektif Komunikasi Antar Budaya,” 2023, 113–21.
- Devinta, M. Hidayah, N. dan Grendi H. “Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta.” *Jurnal Pendidikan Sosiologi.*, 2015.
- Dr. Alo Liliweri, M.S. *Makna Budaya Dalam Komunikasi AntarBudaya*. Edited by Uzair Fauzan. Yogyakarta: LKiS Yogyakarta, 2002.
- Fauzia Nadia, Komalasari Asmaran. “Dinamika Kemandirian Mahasiswa Perantauan.” *Jurnal Al Husna*, 2020.
- Febrianty, Yeni, Dkk. “Pengaruh Culture Shock Terhadap Kehidupan Sosial Mahasiswa Rantau Di Yogyakarta.” *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media Sosial (JKOMDIS)* 2, no. 3 (2022).
- Fitriani, Lina Amiliya dan Nanda Elma. “Gegar Budaya Perspektif Komunikasi Antar Budaya.” *Dakwah Dan Komunikasi* 5, no. 2 (2023).
- Frensen Salim, Muhammad Fakhrurozi. “Efikasi Diri Akademik Dan Resiliensi Pada Mahasiswa.” *Jurnal Psikologi* 16, no. 2 (2020).
- Geofanny, Nova, Dkk. “Penerapan Culture Intelligence Pada Mahasiswa Rantau Yang Mengalami Culture Shock Dalam Pembelajaran.” *Jurnal Khazanah* 14 (2022).
- Ghina Hadiniyati, Dkk. “Gegar Budaya Mahasiswa Indonesia Dalam Komunikasi Antarbudaya Di Luar Negeri.” *Pekommas* 8, no. 2 (2023).
- Gudykunst, William B. *Bridging Differences: Effective Intergroup Communication (4th Edition)*. USA: Mc-Graw Hill Companies, Inc., 2004.
- Habsy, Bakhrudin All. “Seni Memahami Penelitian Kuliitatif Dalam Bimbingan Dan Konseling : Studi Literatur.” *JURKAM: Jurnal Konseling Andi Matappa* 1, no. 2 (2017): 90. <https://doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.56>.
- Hall, Edward.T. *The Silent Language*. New York: Doubleday, 1959.
- Harunasari, Siti, Dkk. “Gegar Bahasa Pada Program Pertukaran Mahasiswa Indonesia Di Jepang: Sebuah Studi Kasus.” *Diglosia: Jurnal Kajian*

- Bahasa, Sastra, Dan Pengajarannya* 4, no. 4 (2021).
- Hasibuan, Rizky. “Hubungan Antara Interaksi Sosial Dengan Culture Shock Pada Mahasiswa Luar Jawa i Universitas Sebelas Maret Surakarta.” *Digilib.Uns.Ac.Id*, 2019.
- Junaedi, Akhmad. “Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Dalam Menghadapi Perbedaan Kebudayaan Kota Tegal (Studi Kasus Mahasiswa PGSD UPP Tegal FIP UNNES.” *Kreatif*, 2021.
- Koentjaraningrat. *Ilmu Antropologi*. Jakarta: Rineka Cipta., 2009.
- Komunikasi, Ilmu, Ilmu Komunikasi, Ilmu Komunikasi, and Ilmu Komunikasi. “Pengaruh Culture Shock Terhadap Kesehatan Mental Mahasiswa 2024 Di Yogyakarta” 01, no. 03 (2025): 45–55.
- Maizan, Sabrina Hasyiyati, Khoiruddin Bashori, and Elly Nur Hayati. “Analytical Theory : Gegar Budaya (Culture Shock).” *Psycho Idea* 18, no. 2 (2020): 147. <https://doi.org/10.30595/psychoidea.v18i2.6566>.
- Marta, Suci. “Konstruksi Makna Budaya Merantau Di Kalangan Mahasiswa Perantau.” *Jurnal Kajian Komunikasi* 2, no. 1 (2014): 27. <https://doi.org/10.24198/jkk.v2i1.6048>.
- Mawalia, Khefti Al, and Marfuah Sri Sanityastuti. “Komunikasi Antar Budaya Madura Dan Yogyakarta (Studi Etnografi Adaptasi Speech Code Mahasiswa Madura Pada Masyarakat Yogyakarta).” *Panangkaran: Jurnal Penelitian Agama Dan Masyarakat* 3, no. 2 (2020): 169. <https://doi.org/10.14421/panangkaran.2019.0302-02>.
- Mudrik, Nizar, Zhaldi Enji, and Irsyad Fawwaz. “Komunikasi Lintas Budaya : Konsep , Tantangan , Dan Strategi Pengembangannya” 4, no. 2 (2024): 168–81.
- Mulyana, Deddy. *Komunikasi Antar Budaya: Panduan Berkomunikasi Dengan Orang- Orang Berbeda Budaya*. Bandung: Remaja Rosdakarya., 2006.
- Mulyana, Jalaluddin Rakhmat dan Deddy. *Komunikasi Antarbudaya Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya*. Bandung: Remaja Rosdakarya., 2005.
- Nasrullah, Rulli. *Komunikasi Antarbudaya Di Era Budaya Siber (Pertama)*. Jakarta, Indonesia : KENCANA, 2012.
- Nugroho, Agung, and Lia Mareza. “Culture Shock Mahasiswa Rantau Sebagai Kelompok Minoritas.” *Jurnal Perspektif* 6, no. 3 (2023): 269–78. <https://doi.org/10.24036/perspektif.v6i3.789>.
- Oberg, Kalervo. *Symptoms of Culture Shock*. Practical Anthropology, 1960.
- Olivia, Helen, Achmad Budiman Sudarsono, and Fitri Sarasati. “Fenomena Culture Shock Mahasiswa Perantauan Di Kabupaten Bekasi.” *Jurnal Pustaka Komunikasi* 7, no. 1 (2024): 174–84. <https://doi.org/10.32509/pustakom.v7i1.3741>.
- Paramitadewi, Kadek Kurnia, and Nicholas Simarmata. “Kesepian Pada

- Mahasiswa Yang Merantau : Sebuah Kajian Literatur” 6, no. 4 (2024): 1–16.
- Permatasari, Devi, and Eva Kartika Wulan Sari. “Pengaruh Gegar Budaya Terhadap Interaksi Sosial Dan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Program Studi Bimbingan Dan Konseling.” *JKI (Jurnal Konseling Indonesia)* 8, no. 2 (2023): 63–69. <https://doi.org/10.21067/jki.v8i2.8681>.
- Pertiwi, Anugrah. “Hubungan Culture Shock Terhadap Resiliensi Diri Mahasiswa Di IAIN Surakarta (Skripsi, IAIN Surakarta). Hlm 20,” 2020.
- Purwokerto, Himpunan Mahasiswa Program Studi (HMPS) BKI UIN SAIZU. “Profil Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto.” 2021.
- Putra, S, and J A P Waruwu. “Pengaruh Hambatan Komunikasi Antar Budaya Dikalangan Mahasiswa Perantau.” *ULIL ALBAB: Jurnal Ilmiah ...* 3, no. 6 (2024): 77–82. <https://journal-nusantara.com/index.php/JIM/article/view/3402%0Ahttps://journal-nusantara.com/index.php/JIM/article/download/3402/2811>.
- Putri, V. A, Dkk. “Culture Shock Yang Dialami Mahasiswa Baru.” *Parade Riset Mahasiswa*, 2023.
- Rahardjo, M. *Studi Kasus Dalam Penelitian Kualitatif: Konsep Dan Prosedurnya*, 2017.
- Raissa, Pramitha & Astuti Yulianti. “Hubungan Kesejahteraan Psikologis Dengan Kesepian Pada Mahasiswa Yang Merantau Di Yogyakarta.” *Jurnal Sosial Dan Teknologi* 1 (2021).
- Rukajat, A. *Pendekatan Penelitian Kualitatif (Qualitative Research Approach)*. Deepublish, 2018.
- Samovar, L.A, Richard L. P. dan Edwin R M. *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Salemba Humanika., 2010.
- Sari, Laras. “Pengaruh Culture Shock Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Yang Merantau.” *Jrnal Riset Psikologi* 4 (2019).
- Setyorini, Inosensia Dini Pramudiana dan Theresia Dewi. “Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Sosial Siswa Papua Di Magelang.” *PRAXIS* 1, no. 2 (2019).
- Shirae, B.E, Levy, D.A, Dan Tribowo, B.S. *Psikologi Lintas Kultural Pemikiran Kritis Dan Terapan Modern (Edisi Keempat)*. Jakarta : Prenada Media Group., 2012.
- Simatupang, Oktalina. “Gaya Berkomunikasi Dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Batak Di Yogyakarta.” *Jurnal Komunikasi ASPIKOM* 2 (2015).
- Situmorang, Iyen. “Culture Shock Dalam Interaksi Komunikasi Antar Budaya Pada Mahasiswa Asal Papua Di Universitas Negeri Medan (Skripsi, Universitas Negeri Medan). Hlm 49-50,” 2022.
- Siyoto, S., & Sodik, M. A. *Dasar Metodologi Penelitian*, 2015.

- Soemantri, Nathalia Perdhani. "Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia Di Sumatera." *Ilmiah Ilmu Komunikasi (WACANA)* 18, no. 1 (2019).
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Dan R&D*. Sumatra: Alfabeta, 2010.
- Susanto, Ellya Pratiwi dan Yanti Oktavianti. "Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Gegar Budaya Di Lingkungan Kerja." *Ilmiah Ilmu Komunikasi* 19, no. 2 (2020).
- Suwandi, Basrowi &. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2008.
- Tania, Intan. "Gegar Budaya Dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Annee Chez Les Francaiz Karya Fouad Laroui." *Ilmu Budaya* 7, no. 2 (2019).
- Tilaar, H.A.R. *Multikulturalisme : Tantangan-Tantangan Global Masa Depan Dalam Transformasi Pendidikan Nasional / H.A.R. Tilaar*. Jakarta : Grasindo, 2004.
- Ting-Toomey, S. (1999). *Communicating Across Cultures*. New York: Guilford Press. *Communicating Across Cultures*. New York: Guilford Press., 1999.
- Tuapattinaja, J. M. &. "Gambaran Virtue Mahasiswa Perantau." *Predicara* 1, (2) (2022): 60.
- Turyani, Iin, Erni Suharini, and Hamdan Tri Atmaja. "Norma Dan Nilai Adat Istiadat Dalam Kehidupan Sehari-Hari Di Masyarakat." *SOSIAL: Jurnal Ilmiah Pendidikan IPS* 2, no. 2 (2024): 234–43.
- Ujam, Jaenudin, Dkk. "Culture Shock Sebagai Mediator Antara Kepribadian Reformer Terhadap Sojourner Adjustment." *Jurnal Ilmiah Psikologi* 7, No. 1 (2020).
- Uno, Sufandi A K, Sitti Syawaliyah Gismin, and Musawwir. "Pengaruh Prasangka Sosial Terhadap Culture Shock Pada Mahasiswa Perantau Luar Pulau Sulawesi Di Kota Makassar." *Jurnal Psikologi Karakter* 3, no. 1 (2023): 92–99. <https://doi.org/10.56326/jpk.v3i1.2274>.
- Warni, Adilla, and Penmardianto. "Hambatan Komunikasi Antar Budaya Pendatang Jawa Terhadap Masyarakat Suku Minang Di Nagari Sungai Pua Kabupaten Agam." *Student Research Journal* 1, no. 2 (2023): 304–5. <http://journal-stiyappimakassar.ac.id/index.php/srj/article/view/356>
<http://journal-stiyappimakassar.ac.id/index.php/srj/article/download/356/361>.
- Wiradharma, Gunawan. "Lingkungan Baru : Adaptasi Budaya Oleh Dosen CPNS". *Ilmu Komunikasi* 9, no. 2 (2020).
- Wulandari, Inda, Karolin Rista, and Fakultas Psikologi. "Motivasi Belajar Mahasiswa Rantau Dari Luar Jawa: Adakah Peran Penyesuaian Diri?" *INNER: Journal of Psychological Research* 2, no. 4 (2023): 567–77.
- Young Yun, Kim. *Becoming Intercultural : An Integrative Communication*

- Theory and Cross-Cultural Adaptation*. USA: Sage Publication., 2001.
- . *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. USA: Sage Publication., 2001.
- . *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. USA: Sage Publication., 2001.
- . *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. USA: Sage Publication., 2001.
- Young Yun, KIm. *Becoming Intercultural: An Integrative Communication Theory and Cross-Cultural Adaptation*. USA: Sage Publication, 2001.
- Yusuf, Wiwiek Pertiwi, Enik Suryanti Saptorini, and Suwijah. “Tradisi Dan Kebiasaan Makan Pada Masyarakat Tradisional Di Jawa Tengah” 1 (1997): 103.



LAMPIRAN-LAMPIRAN

Lampiran 1.1 : Daftar Pertanyaan Wawancara

1. Informan Wawancara

Mahasiswa Prodi BKI yang tinggal di kost/ Pondok Pesantren UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri

2. Pedoman Wawancara Penelitian Informan

Nama :
 Umur :
 Jenis Kelamin :
 Asal Daerah :
 Tempat tinggal saat ini :
 Di Purwokerto Sejak :

a. Penyebab Gegar Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri purwokerto

- 1) Menurut anda, apakah yang menjadi penyebab anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ketika sudah berada di Purwokerto?
- 2) Apakah setiap aktifitas yang anda kerjakan kurang maksimal dikarenakan anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ? Jika iya, menurut anda mengapa hal tersebut bisa terjadi ?
- 3) Apa yang anda rasakan ketika pertama kali datang ke Purwokerto ?

b. Bagaimana Upaya Yang Dilakukan Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk Mengatasi Gegar Budaya di Purwokerto ?

- 1) Apakah faktor penghambat yang membuat proses peyesuaian lebih lama ?
- 2) Apa faktor pendukung yang membuat proses peyesuaian lebih cepat ?
- 3) Apa yang menjadi motivasi untuk tetap melanjutkan belajar di Purwokerto ?

Lampiran 1.2 : **Data Informan****Data Informan Mahasiswa BKI'2023 Uiversitas Islam Negeri
Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto**

No	Nama	Gender	Tempat tinggal saat ini	Umur	Asal daerah
1.	Amelia Nur Sabrina	Perempuan	Kos	20	Kota Padang
2.	Marya Ulfa Hasana	Perempuan	Pondok	19	Kota Palembang



Lampiran 1.3: Hasil Wawancara

Informan 1

Nama : Amelia Nur Sabrina

Umur : 20 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Asal Daerah : Kota Padang

Tempat tinggal saat ini : Kos

Di Purwokerto Sejak : Juli 2023

a. Penyebab Gegar Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri purwokerto

- 1) Menurut anda, apakah yang menjadi penyebab anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ketika sudah berada di Purwokerto?

Jawab : *“Penyebabnya mungkin karena faktor makanan yang berbeda antara lidah sumatera dan lidah jawa, kemudian faktor bersosialisasinya yang mana notabenenya masyarakat sumatera cenderung berbicara dengan logat yang sedikit keras dan ngegas dibanding dengan masyarakat Jawa yang sedikit lebih lemah lembut”*

- 2) Apakah setiap aktifitas yang anda kerjakan kurang maksimal dikarenakan anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ? Jika iya, menurut anda mengapa hal tersebut bisa terjadi ?

Jawab : *“Iya, kurang maksimal dikarenakan saya merupakan masyarakat pendatang yang masih berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar sehingga ketika saya berdiskusi dengan teman-teman saya yang berasal dari berbagai daerah khususnya teman saya dari pulau Jawa, saya harus membiasakan berbicara dengan lemah lembut untuk menyesuaikan diri saya”*

- 3) Apa yang anda rasakan ketika pertama kali datang ke Purwokerto ?

Jawab : *“Ya, Nyaman, dan cocok saja sebenarnya, tetapi butuh waktu adaptasi, dan adaptasi tiap orang berbeda-beda, kalau saya nyamannya itu di Purwokerto setelah lewat 3 bulanan”*

b. Bagaimana Upaya Yang Dilakukan Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk Mengatasi Gegar Budaya di Purwokerto ?

1) Apakah faktor penghambat yang membuat proses peyesuaian lebih lama ?

Jawab : *“Mungkin menurut saya pribadi terkait dengan faktor penghambatnya belum ditemukan sejauh ini”*

2) Apa faktor pendukung yang membuat proses penyesuaian lebih cepat ?

Jawab : *“Lingkungan sekitar terutama, pada lingkungan pertemanan yang sangat berpengaruh dalam proses penyesuaian”*

3) Apa yang menjadi motivasi untuk tetap melanjutkan belajar di Purwokerto ?

Jawab : *“Tempatnya enak, masyarakatnya ramah, dan pastinya biaya hidupnya murah”*

Informan 2

Nama : Marya Ulfa Hasana

Umur : 19Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Asal Daerah : Kota Palembang

Tempat tinggal saat ini : Pondok

Di Purwokerto Sejak : Juli 2023

a. Penyebab Gegar Budaya Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri purwokerto

1) Menurut anda, apakah yang menjadi penyebab anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ketika sudah berada di Purwokerto?

Jawab : *“Menurut Saya yang menjadi penyebab gegar budaya orang sumatera di Purwokerto adalah dari bahasa lah beda, Budaya saling menyapa, biasanya di daerah tempat saya tinggal ketika bertemu dengan orang yang dikenal ya hanya lewat-lewat saja, tidak menyapa”*

2) Apakah setiap aktifitas yang anda kerjakan kurang maksimal dikarenakan anda mengalami gegar budaya (*culture shock*) ? Jika iya, menurut anda

mengapa hal tersebut bisa terjadi ?

Jawab : *“Bagi saya sampai saat ini belum ada yang menjadi kendala”*

3) Apa yang anda rasakan ketika pertama kali datang ke Purwokerto ?

Jawab : *“luar biasa ya culture nya beda sekali, untuk Palembang itu kan tegas ya beda dengan orang purwokerto, tegas ini dalam artian logat atau gaya bicara, kalo disini kan lembut ramah, jadi setiap kali ketemu orang itu menyapa, beda sekali dengan orang di palembang itu sih kalo dari masyarakat nya, kalo dari pendidikan nya itu luar biasa lagi karna teman-teman di kelas itu kompetitif banget beda dengan gaya belajar di palembang yg santai, orang-orang nya ambisius disini”*

b. Bagaimana Upaya Yang Dilakukan Mahasiswa Sumatera Prodi BKI UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto untuk Mengatasi Gejar Budaya di Purwokerto ?

1) Apakah faktor penghambat yang membuat proses peyesuaian lebih lama ?

Jawab : *“Mungkin masih terbawa budaya atau kebiasaan yang ada dirumah”*

2) Apa faktor pendukung yang membuat proses penyesuaian lebih cepat ?

Jawab : *“Lebih banyak bersosialisasi dengan orang-orang”*

3) Apa yang menjadi motivasi untuk tetap melanjutkan belajar di Purwokerto ?

Jawab : *“Saya sudah nyaman berada di purwokerto, karena kota ini memang kota impian saya untuk kuliah jadi saya tetap melanjutkan belajar dikota ini”*

Lampiran 1.4 : Dokumentasi



Wawancara bersama Informan 1



Wawancara bersama Informan 2

Lampiran 1.5 : **Verbatim Informan****VERBATIM WAWANCARA INFORMAN****INFORMAN 1**

Nama : Amelia Nur Sabrina
 Usia : 20 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tanggal Wawancara : 7 November 2024
 Waktu Wawancara : 10.30-11.30
 Lokasi : Perpustakaan UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto

No.	Transkrip Verbatim
1	H : "Halo amel, gimana kabarmu?"
2	A : "Halo mba, Alhamdulillah baik"
3	H : "Hari ini berapa matkul mel"
4	A : "4 matkul mba dari jam 6.45 sampai 15.30 mba"
5	H : "Padett banget ya hari ini jadwal kamu, berarti ini abis matkul?"
6	A : "Iya mba ini habis matkul"
7	H : "Btw, kamu sudah berapa lama di Purwokerto?"
8	A : "Aku di sini sudah sekitar 1 tahunan mba"
9	H : "Oalah udah lumayan ya, gimana, udah betah di sini mel?"
10	A : "Awalnya agak sulit sih mba, tapi sekarang sudah mulai nyaman. Ya,
11	namanya juga adaptasi, kan butuh waktu."
12	H : "Betul banget. Kalau boleh tahu, apa yang bikin kamu agak sulit di
13	awal?"
14	A : "Hmm, mungkin karena faktor makanan dan cara bersosialisasi, ya.
15	Lidah Sumatera kan beda sama Jawa, terus logat dan cara bicara kami
16	di Sumatera itu cenderung lebih keras dan tegas. Sementara orang Jawa
17	lebih lembut. Jadi, itu butuh penyesuaian."
18	H : "Oh iya, aku dengar logat Sumatera memang khas. Terus, aktivitas
19	kamu sempat terganggu nggak karena hal itu?"
20	A : "Iya, sempat sih. Soalnya aku masih belajar menyesuaikan diri.
21	Apalagi kalau lagi diskusi sama teman-teman yang kebanyakan dari
22	Jawa, aku harus berusaha bicara lebih lemah lembut biar nggak
23	terkesan keras."
24	H : "Paham banget. Aku juga dulu butuh waktu buat adaptasi. Nah, waktu
25	pertama kali sampai di sini, apa yang kamu rasakan?"
26	A : "Sebenarnya, aku merasa nyaman dan cocok. Tapi ya tetap butuh

27	waktu adaptasi. Kalau aku, baru benar-benar merasa nyaman setelah
28	tiga bulan di sini."
29	H : "Wah, tiga bulan termasuk cepat lho. Ada nggak faktor penghambat
30	yang bikin adaptasi kamu jadi lebih lama?"
31	A : "Kalau soal penghambat, sejauh ini aku belum menemukan apa-apa
32	sih. Semua masih aman-aman saja."
33	H : "Kalau faktor pendukungnya apa? Ada yang bantu mempercepat
34	adaptasi kamu?"
35	A : "Lingkungan, terutama pertemanan. Teman-teman di sini ramah-
36	ramah dan banyak membantu aku untuk menyesuaikan diri."
37	H : "Wah, keren ya! Dengan semua pengalaman itu, apa sih motivasi
38	kamu untuk tetap bertahan belajar di Purwokerto?"
39	A : "Tempatnya enak, masyarakatnya ramah, dan yang paling penting
40	biaya hidup di sini murah. Jadi, aku nggak keberatan untuk terus
41	melanjutkan belajar di sini."
42	H : "Setuju banget mel, oke mungkin cukup segini sih wawancaranya.
43	Makasih ya sudah mau jadi informan aku. Semoga sukses selalu ya selama
44	di Purwokerto!"
45	A : "Aamiin, terima kasih mba, semoga mba juga lancar-lancar ya
46	skripsinya!"
	H : "Aamiin makasih amel"



VERBATIM WAWANCARA INFORMAN

INFORMAN 2

Nama : Marya Ulfa Hasana
 Usia : 19 Tahun
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Tanggal Wawancara : 21 November 2024
 Waktu Wawancara : 08.00-09.00
 Lokasi : Pondok Pesantren

No.	Transkrip Verbatim
1	H : "Halo Ulfa, akhirnya kita ketemu offline ya, sebelumnya salam kenal
2	ya"
3	U : "Haloo kak, iyaa hehe, salam kenal juga kak"
4	H : "Akhir-akhir ini kamu lagi sibuk apa nih?"
5	U : "Biasa kak sibuk kuliah dan organisasi aja sih kak"
6	H : "Oalahh, si paling organisasi nih"
7	U : "Engga kak, mengisi waktu kosong aja hehehe"
8	H : "Gimana nih ulfa, km udah betah di Purwokerto?"
9	U : "Betah kok kak, alhamdulillah."
10	H : "Alhamdulillah, Pas pertama kali datang ke Purwokerto, kamu sempat
11	nggak sih ngalamin culture shock?"
12	U : "Iya, lumayan sih kak. Menurut aku, penyebab gegar budaya buat
13	orang Sumatera di Purwokerto itu salah satunya dari bahasa yang beda.
14	Terus, budaya saling menyapa juga. Di daerah tempat aku tinggal,
15	kalau ketemu orang yang dikenal ya seringnya cuma lewat-lewat aja,
16	nggak ada kebiasaan menyapa seperti di sini."
17	H : "Oh iya, aku juga perhatiin orang Purwokerto memang suka menyapa.
18	Trus, culture shock itu sempat bikin aktivitas kamu kurang maksimal
19	nggak?"
20	U : "Sejauh ini sih, alhamdulillah, belum ada kendala ya kak. Jadi
21	aktivitas aku tetap berjalan normal."
22	H : "Syukurlah kalau gitu. Nah, apa sih yang kamu rasain waktu pertama
23	kali sampai di Purwokerto?"
24	U : "Luar biasa banget! Culture di sini beda banget sama di Palembang.
25	Orang Palembang itu kan tegas ya, dalam arti logat atau gaya
26	bicaranya. Sedangkan orang di sini lebih lembut dan ramah. Mereka
27	juga selalu menyapa kalau ketemu. Dari segi pendidikan juga beda,
28	lho. Teman-teman di kelas itu kompetitif banget, lebih ambisius

29	dibanding gaya belajar di Palembang yang santai."
30	H : "Wah, adaptasi yang menarik, ya. Kalau boleh tahu, apa yang bikin
31	proses adaptasi kamu jadi lebih lama?"
32	U : "Mungkin karena aku masih dibawa budaya atau kebiasaan yang ada
33	di rumah. Jadi butuh waktu untuk benar-benar menyesuaikan diri."
34	H : "Tapi ada nggak faktor yang bikin adaptasi kamu jadi lebih cepat?"
35	U : "Ada dong kak. Dengan banyak bersosialisasi sama orang-orang di
36	sini, proses penyesuaian jadi lebih cepat kak"
37	H : "Setuju banget. Kalau begitu, apa yang jadi motivasi kamu buat tetap
38	melanjutkan belajar di Purwokerto?"
39	U : "Aku udah nyaman banget di Purwokerto. Ini memang kota impian
40	aku untuk kuliah, jadi aku bakal terus melanjutkan belajar di sini."
41	H : "Keren banget semangatnya. Makasih ya ulfa atas informasinya, aku
42	cukupkan wawancara kita sampai disini. Semoga kamu sukses ya
43	selama kuliah di sini!"
44	U : "Aamiin, kakak juga ya lancar-lancar skripsi nya dan cepet lulusnya"
45	H : "Aamiin Ya Allah"



Lampiran 1.6 : *Inform Consent Informan*

1. Informan Amelia Nur Sabrina

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN KUNCI
(Key Informant)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

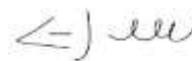
Nama : Amelia Nur Sabrina
Usia : 20 Tahun
Alamat : Kost (belakang UIN SAIZU PURWOKERTO)

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai pelaksanaan observasi/wawancara yang bertopik ***“FENOMENA CULTURE SHOCK DAN ADAPTASI BUDAYA MAHASISWA SUMATERA PADA PRODI BKI DI UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO”***
2. Pelaksanaan observasi pada Hari Kamis, 7 November 2024 sejak pukul 10.30-11.30
3. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi dalam observasi/wawancara ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.
4. Semua informasi yang saya berikan akan terjamin kerahasiaanya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, Kamis 7 November 2024
Yang membuat pernyataan,



Amelia Nur Sabrina

2. Informan Marya Ulfa Hasana

SURAT PERNYATAAN KESEDIAAN MENJADI INFORMAN KUNCI
(Key Informant)

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Marya Ulfa Hasana
Usia : 19 Tahun
Alamat : Pondok Pesantren (Mitra UIN)

Menyatakan bahwa,

1. Saya telah mendapatkan penjelasan mengenai pelaksanaan observasi/ wawancara yang bertopik ***“FENOMENA CULTURE SHOCK DAN ADAPTASI BUDAYA MAHASISWA SUMATERA PADA PRODI BKI DI UIN PROF. K.H. SAIFUDDIN ZUHRI PURWOKERTO”***
2. Pelaksanaan observasi pada Hari Kamis, 21 November 2024 sejak pukul 08.00-09.00
3. Saya memahami semua informasi yang dijelaskan dan bersedia berpartisipasi dalam observasi/wawancara ini dengan memberikan data yang benar dan sesuai keadaan.
4. Semua informasi yang saya berikan akan terjamin kerahasiaanya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan kesadaran dan tanpa paksaan dari pihak manapun untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Purwokerto, Kamis 21 November 2024
Yang membuat pernyataan,



Marya Ulfa Hasana

Lampiran 1.7 : **Biodata Mahasiswa****DAFTAR RIWAYAT HIDUP**

Nama : **Habibah Ma'rifat Ilmi**
NIM : 214110101198
Program Studi : Bimbingan dan Konseling Islam
Tempat, Tanggal Lahir : Bekasi, 07 Desember 2003
Alamat : Jl. Ampera, No. 26 RT 03/RW 06, Kecamatan Bekasi Timur, Kelurahan Duren Jaya
Email : habibahmarifatilmi@gmail.com
Nomor HP : 085883035917
Riwayat Pendidikan :
1. SD : SD Negeri Duren Jaya 06
2. SMP : MTs Negeri 1 Kota Bekasi
3. SMA : SMA Neger 1 Tambun Utara
4. Perguruan Tinggi :
a. S1 : UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto
Pengalaman Organisasi :
1. Komunitas Mitra Remaja (UIN Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto)