



Analisis Fenomena *Culture Shock* dan Proses Adaptasi Mahasiswa Rantau Pasca Pandemi Covid-19

Tengku Muhammad Hilal Alquzairi ^{1*}, Miftahul Rozaq ²

^{1,2} Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Komunikasi dan Bisnis, Universitas Telkom, Kota Bandung, Provinsi Jawa Barat, Indonesia.

article info

Article history:

Received 30 March 2024

Received in revised form

17 May 2024

Accepted 30 July 2024

Available online October 2024.

DOI:

<https://doi.org/10.35870/jti.k.v8i4.2447>.

Keywords:

Culture Shock; Adaptation Strategies; Phenomenological Approach.

Kata Kunci:

Culture Shock; Strategi Adaptasi; Pendekatan Fenomenologis.

abstract

The COVID-19 pandemic has significantly altered daily life, including the realm of education. International students, particularly the class of 2020 at Telkom University, face unique challenges in adapting to a new environment amidst the restrictions imposed by the pandemic. This research seeks to analyze the phenomenon of culture shock and the adaptation process experienced by international students at Telkom University, Bandung. The study employs a qualitative research method with a phenomenological approach. This approach provides a robust framework for examining individual experiences in navigating environmental changes and exploring the adaptation strategies they employ. By using this method, the study aims to offer a deeper understanding of the challenges and needs of international students in the post-COVID-19 era and provide valuable insights for higher education institutions to support students effectively as they navigate significant changes in their educational experience.

abstrak

Pandemi COVID-19 telah mengubah kehidupan sehari-hari secara signifikan, termasuk di bidang pendidikan. Mahasiswa internasional, khususnya angkatan 2020 di Telkom University, menghadapi tantangan unik dalam beradaptasi dengan lingkungan baru di tengah pembatasan yang disebabkan oleh pandemi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena gegar budaya (*culture shock*) dan proses adaptasi yang dialami oleh mahasiswa internasional di Telkom University, Bandung. Metode penelitian yang digunakan adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Pendekatan ini memberikan kerangka kerja yang kuat untuk meneliti pengalaman individu dalam menghadapi perubahan lingkungan dan mengeksplorasi strategi adaptasi yang mereka gunakan. Dengan menggunakan metode ini, penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tantangan dan kebutuhan mahasiswa internasional di era pasca-COVID-19, serta menawarkan wawasan berharga bagi lembaga pendidikan tinggi dalam mendukung mahasiswa secara efektif saat mereka menghadapi perubahan besar dalam pengalaman pendidikan mereka.

Corresponding Author. Email: tmhilalkuzairi@gmail.com ^{1}.

© E-ISSN: 2580-1643.

Copyright © 2024 by the authors of this article. Published by Lembaga Otonom Lembaga Informasi dan Riset Indonesia (KITA INFO dan RISE'I). This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License. 



Association for Computing Machinery
ACM Computing Classification System (CCS)

EBSCOhost

Communication and Mass Media Complete (CMMC)

1. Latar Belakang

Pada tahun 2020, dunia disibukkan dengan munculnya virus baru yang dikenal sebagai COVID-19, atau virus corona yang berasal dari Wuhan, China [1]. Jika terdampak virus corona akan mengalami sesak nafas, suhu tubuh yang naik, mati rasa, batuk, dan akan mengalami sesak nafas jika sudah masuk ke dalam paru-paru terutama di Indonesia pandemi COVID-19 ini berdampak berbagai sektor, baik dari sisi perekonomian maupun bidang pendidikan. Aktivitas belajar mengajar di sekolah maupun perguruan tinggi dilakukan secara virtual, yang biasanya pendidikan dilakukan secara offline atau tatap muka [2]. Akibat peralihan ke pembelajaran online, interaksi kesemua orang menjadi terbatas. Pandemi COVID-19 telah banyak menyita waktu dan mengganggu proses para mahasiswa luar kota untuk beradaptasi karena penutupan kampus yang disebabkan COVID-19. Penyebaran informasi COVID-19 yang muncul di televisi membuat mahasiswa yang ingin menuntut ilmu diluar kota menjadi cemas dan takut dengan keadaan diluar tentang berita COVID-19 yang telah beredar [3].

Mahasiswa baru angkatan 2020 yang telah resmi bergabung di kampus pilihan tidak merasakan OSPEK yang seharusnya diselenggarakan secara offline dengan tujuan agar mahasiswa baru saling mengenali sesama maupun senior yang menjadi panitia. Sehingga mahasiswa baru luar menjadi lebih tertutup dan tidak percaya diri ketika sudah kembalinya pendidikan secara offline. Pembelajaran yang berlangsung secara daring membuat para mahasiswa tidak fokus dan malas-malasan untuk memperhatikan pembelajaran yang sedang berlangsung. Mahasiswa yang berasal dari provinsi maupun kabupaten lain yang terkena dampak langsung maupun tidak, termasuk dalam hal keuangan [4]. Dalam proses adaptasi, mahasiswa menggunakan budaya sebagai pedoman untuk beradaptasi. Adaptasi terjadi sebagai tanggapan terhadap kebutuhan untuk menjalani kehidupan sekarang dan di masa depan sebagai hasil dari interaksi mahasiswa dengan lingkungannya [5]. Penyesuaian mahasiswa rantau dengan lingkungan baru pasca pandemi memiliki pengalaman yang berbeda, dan mengarahkan mahasiswa untuk terpacu dalam melakukan adaptasi budaya [6].

Pandemi Covid-19 ini telah mengakibatkan terjadinya *culture shock* di kalangan mahasiswa perantau. Apalagi yang sebelumnya terbiasa dengan pembelajaran tatap muka atau *offline*, harus beradaptasi dengan pembelajaran secara daring atau online dan ini membutuhkan proses agar dapat menyesuaikan diri dengan pembelajaran *online* ini. Transisi masuk ke dunia perkuliahan dari sekolah menengah atau SMA adalah hal yang normatif dialami oleh semua mahasiswa baru. Namun, transisi ini juga dapat menyebabkan stres karena transisi terjadi bersamaan dengan perubahan lain, baik dalam diri individu, dalam keluarga, maupun di universitas [7]. Kesulitan dalam penyesuaian menyebabkan *culture shock* bagi mahasiswa baru karena mahasiswa baru saat ini berada dalam fase perkembangan dewasa awal. Setiap tahap perkembangan memiliki karakteristik, tugas, dan tuntutan yang harus dipenuhi oleh individu [8]. Setiap orang yang hadir di lingkungan yang tidak ramah berpotensi mengalami *culture shock*. Para migran mengalami *culture shock* dari satu bulan hingga tahun pertama mereka tinggal di lokasi baru.

Pasca pandemi COVID-19, mahasiswa rantau menghadapi tantangan adaptasi signifikan, sering kali mengalami fenomena *culture shock* ketika memasuki lingkungan kampus yang baru dan beragam. Fenomena *culture shock*, yang merupakan respons terhadap perbedaan lingkungan sosial dan budaya yang drastis, menjadi semakin relevan [9]. Adaptasi yang sukses pada lingkungan akademik dan sosial baru memerlukan pemahaman mendalam mengenai dinamika interkultural dan mekanisme penyesuaian diri yang efektif. Dalam menghadapi tantangan ini, mahasiswa harus mengembangkan keterampilan sosial yang kuat, meningkatkan ketahanan emosional, dan menumbuhkan kepekaan terhadap keragaman budaya [10][11].

Menyoroti pentingnya pendekatan yang menyeluruh terhadap dukungan mahasiswa, mencakup intervensi psikososial dan program orientasi yang dirancang untuk meminimalkan *shock budaya* dan memfasilitasi transisi yang mulus ke kehidupan kampus, sehingga membantu mahasiswa rantau mengatasi hambatan adaptasi di era pasca pandemi. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa rantau angkatan 2020 di Telkom University, Bandung, dengan fokus pada mahasiswa asal Medan yang merupakan sebagian besar dari jumlah mahasiswa di universitas tersebut. Data dari

BAA Telkom University menunjukkan bahwa sekitar setengah jumlah total mahasiswa Telkom University berasal dari Medan. Pemilihan Telkom University sebagai tempat penelitian didasarkan pada peringkat universitas tersebut yang merupakan perguruan tinggi swasta terbaik pada tahun 2022 [12]. Mahasiswa baru Telkom University berasal dari berbagai daerah di Indonesia, bukan hanya dari Bandung. Ini membuat mereka rentan terhadap culture shock karena perbedaan budaya yang mereka hadapi. Perbedaan tersebut mencakup bahasa, corak kehidupan, iklim budaya, dan kebiasaan sehari-hari. Hal ini dapat terlihat dalam karakteristik individu yang semakin jelas seiring waktu, yang kemudian dapat memperkuat kemungkinan terjadinya *culture shock*.

Mahasiswa rantau menghadapi berbagai tantangan dalam proses adaptasi ke lingkungan kampus yang baru, termasuk mengalami *culture shock*. *Culture shock*, yang muncul akibat perbedaan budaya yang tajam, sering kali menimbulkan hambatan dalam adaptasi sosial dan akademis mahasiswa [13]. Studi yang dilakukan terhadap mahasiswa di sebuah universitas menunjukkan bahwa mahasiswa rantau mengalami lima tahap adaptasi budaya yang beragam, di mana mereka harus berjuang untuk menyesuaikan diri dengan norma, bahasa, dan nilai yang berbeda dari yang mereka kenal sebelumnya [14]. Faktor-faktor seperti bahasa, interaksi sosial, dan perbedaan dalam kegiatan sehari-hari menjadi penentu utama dalam proses adaptasi ini. Penelitian ini menyoroti pentingnya dukungan institusional dan pengembangan program yang mendorong integrasi budaya dan komunikasi antarbudaya untuk membantu mahasiswa mengatasi hambatan-hambatan ini dan sukses dalam lingkungan baru mereka [15].

Hasil wawancara pra riset peneliti ini ada beberapa masalah dalam proses adaptasi pada mahasiswa rantau pasca pandemi COVID-19. Salah satu masalah yang terjadi pada informan A ialah fokus adaptasi yang mencakup interaksi sosial, perilaku bersosial, dan pemahaman budaya yang diterapkan oleh mahasiswa [16]. Terdapat tantangan utama bagi informan A yaitu perbedaan budaya dan pengalaman pribadi dalam mengatasi *culture shock* yang kemudian didukung oleh efektivitas kegiatan di kampus terutama melalui kegiatan kemahasiswaan, dengan

tujuan untuk membantu mengatasi culture shock. Menurut informan A, perlunya menyesuaikan diri dari proses belajar online selama COVID-19 kemudian kembali belajar secara offline pasca pandemi COVID-19, tentunya ini membutuhkan proses untuk beradaptasi. Proses adaptasi mahasiswa rantau dalam menghadapi *Culture Shock* ini mencoba membaaur dengan orang sekitar, memperhatikan perilaku mereka dalam bersosial, ditambah juga memahami budaya sekitar [17]. Berdasarkan pra riset wawancara yang peneliti lakukan pada informan B ialah terdapat beberapa masalah yang terjadi dalam proses penyesuaian adaptasi pada mahasiswa rantau pasca pandemi COVID-19 berdasarkan pengalaman pribadinya. Informan B mengatakan beradaptasi di lingkungan baru merupakan tantangan utama yang dihadapinya.

Fokus penelitian melibatkan identifikasi tantangan utama dalam beradaptasi di lingkungan baru pasca pandemi dan cara mahasiswa mengatasi tantangan tersebut. Dukungan yang diberikan oleh lingkungan kampus, khususnya melalui frekuensi interaksi antar mahasiswa, yang dianggap sebagai faktor penting yang mempercepat proses adaptasi mahasiswa rantau. Hal ini berdampak pada mahasiswa rantau yang mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan berkomunikasi akibat *culture shock* [18]. Menurut Gerungan “kemampuan adaptasi adalah mengubah diri sendiri sesuai dengan lingkungan dan juga mengubah lingkungan sesuai dengan keinginannya tanpa menimbulkan konflik bagi diri sendiri dan tidak melanggar norma-norma masyarakat”.

Maka dari itu, penelitian ini mengkaji proses adaptasi yang dilakukan oleh mahasiswa rantau di Telkom University, yaitu melalui beberapa tahapan atau beberapa fase yang di dalamnya akan menghadirkan culture shock, sampai individu akhirnya bisa bertahan dan menerima budaya dan lingkungannya yang baru. Peneliti menemukan pada penelitian terdahulu bahwa individu yang mengalami *culture shock* cenderung kurang tertarik untuk berinteraksi dengan masyarakat setempat karena adanya banyak perbedaan antara budaya asli dan budaya baru (Ambarwati & Indriastuti, 2022). Sama halnya dengan pernyataan bahwa mahasiswa mengalami culture shock karena kesulitan beradaptasi dan berinteraksi dengan lingkungan baru serta budaya baru. Pada penelitian terdahulu menggunakan metode penelitian kualitatif

dengan metode studi kasus. Dimana penelitian tersebut memilih menggunakan metode studi kasus karena memiliki dasar yang sama dengan penelitian kualitatif. Sedangkan peneliti memiliki perbedaan mengenai metode dari penelitian terdahulu yaitu metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi, sebab peneliti ingin mendapat informasi dan wawasan mengenai pengalaman pribadi mahasiswa Rantau dalam beradaptasi pasca pandemi.

Penelitian terbaru dalam bidang adaptasi mahasiswa pasca pandemi telah memberikan wawasan yang berharga tentang tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa dalam menghadapi perubahan mendadak dalam lingkungan pendidikan mereka. Misalnya, penelitian menyoroti dampak pembelajaran online terhadap mahasiswa, termasuk kurangnya interaksi sosial dan kesulitan dalam mempertahankan motivasi dan fokus dalam pembelajaran. Hal ini menambah bukti bahwa peralihan ke pembelajaran online telah menyebabkan mahasiswa mengalami stres tambahan dan kesulitan dalam beradaptasi. Selain itu, penelitian juga menyoroti peran penting dukungan sosial dan akademik dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan adaptasi pasca COVID-19. Interaksi antar mahasiswa dan kegiatan kemahasiswaan di kampus telah terbukti menjadi faktor yang mempercepat proses adaptasi mahasiswa rantau. Temuan ini menegaskan pentingnya mempertimbangkan faktor-faktor dukungan sosial dalam merancang program pendukung bagi mahasiswa yang mengalami kesulitan adaptasi.

Pada penelitian ini terdapat urgensi mengenai proses adaptasi mahasiswa rantau angkatan 2020 pasca pandemi COVID-19 dalam menghadapi *culture shock* penting karena fenomena ini dapat berdampak signifikan pada kesejahteraan psikologis, sosial, dan akademis mahasiswa. Melalui pemahaman yang lebih baik terhadap tantangan adaptasi yang dihadapi, program dukungan yang lebih tepat guna, membantu mahasiswa mengatasi hambatan tersebut, dan mendukung pengalaman pendidikan yang lebih positif di tengah situasi yang berubah secara dinamis. Adapun penggunaan pendekatan yaitu fenomenologi yang penelitian terdahulu menggunakan pendekatan deskriptif. Sehingga penelitian ini menjembatani kesenjangan pengetahuan dengan mengkaji dan mengungkap potensi metode ini dalam konteks

tertentu. Berbeda dengan penelitian terdahulu membahas mengenai betapa pentingnya adaptasi mahasiswa yang baru mulai merantau setelah pandemi ini tentunya pasti individu mengalami gegar budaya dan ini memberikan wawasan dalam perubahan perilaku dan dampaknya dalam kehidupan individu. Selain itu, penelitian terdahulu menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan melakukan wawancara terencana dan tidak terstruktur. Pemilihan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi juga memperkuat relevansi penelitian dengan temuan terbaru. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam tentang pengalaman pribadi mahasiswa dalam beradaptasi pasca pandemi, yang sesuai dengan temuan bahwa pemahaman yang lebih baik tentang tantangan adaptasi yang dihadapi mahasiswa dapat membantu merumuskan program dukungan yang lebih efektif bagi mereka.

Pembaruan penelitian ini, diharapkan akan diperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang perubahan perilaku dan dampaknya terhadap kehidupan mahasiswa rantau dalam menghadapi *culture shock*. Penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan panduan yang lebih relevan dan berguna bagi lembaga pendidikan tinggi dalam menyediakan dukungan yang tepat bagi mahasiswa dalam mengatasi hambatan adaptasi mereka di tengah situasi yang terus berubah. Dalam penelitian terdahulu, teori akomodasi komunikasi sebagai teori yang dipilih sebagai kerangka kerja untuk mengkaji fenomena gegar budaya dan adaptasi budaya mahasiswa rantau. Sedangkan dalam penelitian yang dilakukan, menggunakan teori Differential Adaption sebagai mengetahui bagaimana proses adaptasi mahasiswa rantau dalam menghadapi tantangan *culture shock* pasca pandemi.

Dengan demikian, integrasi temuan terbaru dalam bidang adaptasi mahasiswa pasca pandemi dalam penelitian ini memperkuat argumen tentang urgensi dan relevansi penelitian dalam menghadapi tantangan yang aktual dan penting dalam konteks pendidikan tinggi saat ini. Berdasarkan uraian pada latar belakang penelitian ini, peneliti akan melakukan penelitian mengenai proses penyesuaian atau adaptasi mahasiswa rantau pasca COVID-19. Penelitian ini dapat memberikan informasi dan wawasan mengenai perubahan dalam perilaku dan dampaknya terhadap kehidupan mahasiswa rantau dalam pengalamannya

beradaptasi pasca pandemic COVID-19 dalam menghadapi *culture shock*. Maka dari itu peneliti akan mengkaji dengan pembaruan yang berbeda sesuai dengan temuan pra riset. Peneliti akan memecahkan temuan tersebut dengan melakukan penelitian yang berjudul, “Proses Adaptasi Mahasiswa Rantau Telkom University Angkatan 2020 Pasca Pandemi COVID-19 dalam Menghadapi *Culture Shock*.”

2. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode kualitatif merupakan suatu tindakan ilmiah yang terorganisir, terstruktur, dan sistematis dengan tujuan tertentu, baik dalam konteks praktis maupun teoritis. Penelitian ini memilih fenomenologi karena metode ini efektif dalam memahami pengalaman subjektif informan, fokus pada interpretasi dan deskripsi langsung dari pengalaman individu, serta memberikan pemahaman mendalam tentang makna yang terkandung dalam fenomena tersebut. Penelitian ini akan menggunakan wawancara sebagai metode utama untuk mengumpulkan data. Wawancara akan dilakukan dengan menggunakan panduan wawancara yang telah disusun sebelumnya berdasarkan kerangka teoritis fenomenologi. Wawancara akan dilakukan dengan mahasiswa rantau angkatan 2020 di Telkom University, Bandung, dengan fokus pada mahasiswa asal Medan. Wawancara akan dilakukan secara tatap muka atau melalui platform daring, tergantung pada ketersediaan dan preferensi informan.

Peneliti juga akan melakukan observasi partisipatif untuk mendapatkan pemahaman yang lebih dalam tentang konteks adaptasi mahasiswa rantau pasca pandemi. Observasi dilakukan dengan berpartisipasi dalam kegiatan mahasiswa dan lingkungan kampus secara langsung. Peneliti akan menganalisis dokumen-dokumen terkait, seperti catatan akademik, publikasi kampus, dan dokumen-dokumen lain yang relevan untuk memperkuat pemahaman tentang pendidikan tinggi pasca pandemi. Keabsahan penelitian akan dipastikan melalui penggunaan teknik triangulasi, di mana data dari berbagai sumber (wawancara, observasi, dokumen) akan digunakan untuk memverifikasi dan memvalidasi temuan. Penelitian ini juga menggunakan paradigma

penelitian yang digunakan adalah sudut pandang yang membimbing individu dalam menentukan sementara dari jawaban informan, dengan memahami perspektif mereka terhadap pengalaman hidup. Paradigma ini membantu dalam memahami kompleksitas dunia nyata dan proses adaptasi mahasiswa rantau setelah pandemi COVID-19.

3. Hasil dan Pembahasan

Mahasiswa rantau yang diwawancarai oleh peneliti ada 7 orang asal Medan dan Universitas Telkom menunjukkan bahwa telah mengalami *culture shock*, proses adaptasi, dan pengalaman adaptasi mahasiswa. Hal ini menggambarkan kompleksitas perjalanan mereka dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, baik dari segi budaya maupun lingkungan akademik. Pada penelitian ini terungkap beragam tantangan yang dihadapi oleh mahasiswa yang merantau dari Medan ke lingkungan Universitas Telkom, termasuk perbedaan budaya, bahasa, dan sistem pendidikan. Pengalaman-pengalaman ini memberikan gambaran yang mendalam tentang bagaimana mahasiswa menghadapi dan mengatasi tantangan tersebut selama proses adaptasi mereka. Mereka menggambarkan sisi berbeda dari fenomena *culture shock* yang dihadapi mahasiswa rantau. Pernyataan mereka tentang pengalaman *culture shock* dapat menjadi tantangan bagi beberapa mahasiswa rantau.

Faktor-faktor seperti perbedaan budaya, bahasa, dan norma sosial dapat menyebabkan stres dan kebingungan bagi mereka yang baru tiba. Secara keseluruhan, mereka mengalami *culture shock* terutama dalam hal bahasa, pergaulan, dan penyesuaian diri dengan lingkungan baru. Komunikasi antar budaya menjadi kendala bagi sebagian mahasiswa, terutama dalam pemahaman bahasa dan perbedaan budaya. Menurut Dayaksini, menggambarkan *culture shock* sebagai keadaan di mana seseorang mengalami ketidaktahuan dan kebingungan dalam menghadapi lingkungan baru, termasuk dalam menentukan arah, perilaku yang tepat, serta memahami norma dan nilai yang berlaku. Sedangkan, perspektif Ward (Ambarwati & Indriastuti, 2022) menyatakan bahwa *culture shock* merupakan proses aktif yang terjadi saat individu berada di lingkungan yang asing baginya, menyebabkan mereka tampak kebingungan dan

kurangnya perhatian terhadap lingkungan sekitarnya. Artinya, fenomena yang sering terjadi pada individu yang baru saja berpindah ke lingkungan baru, terutama ketika mereka belum terbiasa dengan norma, nilai, dan tata cara yang berlaku di lingkungan tersebut. *Culture shock* yang paling sering dirasakan oleh mahasiswa adalah gaya bahasa dan lingkungan.

Mahasiswa rantau mengalami tantangan dalam menyesuaikan diri dengan gaya bahasa yang digunakan dalam lingkungan akademik dan sehari-hari. Perbedaan bahasa yang mungkin lebih formal atau khusus dalam akademik dapat menjadi hambatan dalam komunikasi dan pemahaman materi. Selain itu, penggunaan istilah atau frase yang tidak familier bagi mereka dapat mempengaruhi kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan dosen dan teman sekelas, serta dalam mengekspresikan pemikiran dan ide-ide mereka dengan jelas dan tepat. Selain itu, lingkungan akademik yang berbeda akan membuat mahasiswa menarik diri, mempunyai perasaan ditolak, *homesick*, dan kesulitan untuk berkomunikasi. Para informan mengakui bahwa ada perbedaan dalam fokus belajar dan tingkat keterlibatan saat mengikuti perkuliahan. Pertanyaan tersebut bisa dikatakan bahwa kuliah *offline* menuntut mereka untuk lebih fokus dan terlibat secara langsung dalam proses pembelajaran, yang mungkin tidak terjadi dengan intensitas yang sama saat kuliah *daring*.

Hal tersebut menunjukkan perlunya penyesuaian dalam gaya belajar dan keterlibatan aktif dalam lingkungan perkuliahan yang baru, sehingga proses adaptasi membutuhkan waktu dan usaha ekstra untuk membentuk koneksi yang kuat dan memperluas lingkaran sosial mereka. Kebanyakan dari mahasiswa rantau merasa lebih terlibat dan fokus dalam pembelajaran, namun mereka juga menghadapi kendala dalam berkomunikasi dan berinteraksi langsung dengan dosen dan teman-teman. Namun, dengan berbagai strategi seperti mengikuti kegiatan organisasi dan bergaul dengan mahasiswa lainnya, mereka secara bertahap mulai merasa lebih nyaman dan mampu mengatasi tantangan-tantangan tersebut. Selain itu, mahasiswa juga menghadapi tantangan dalam mengelola beban tugas akademis mereka, terutama cara pembelajaran *online* dan *offline*. Berikut adalah pernyataan dari salah satu informan penelitian yang bernama Bagus.

Lingkungan baru bagi mahasiswa rantau tidak hanya melibatkan perubahan dalam hal kegiatan akademis, tetapi juga berbagai aspek kehidupan sehari-hari. Pengalaman adaptasi tersebut dapat memunculkan kesadaran akan pentingnya mengembangkan keterampilan sosial dan emosional yang diperlukan demi menciptakan lingkungan yang harmonis. Misalnya, kemampuan untuk membangun hubungan interpersonal yang baik, mengelola konflik, dan memahami budaya lokal menjadi aspek penting dalam proses adaptasi mahasiswa rantau. Oleh karena itu, pengalaman belajar *online* yang mendominasi selama periode pandemi telah mengubah cara mahasiswa berinteraksi dengan dosen dan teman-teman sebaya. Proses adaptasi terhadap perubahan ini membutuhkan kreativitas dan ketekunan dalam menyesuaikan diri dengan teknologi baru dan memahami dinamika pembelajaran jarak jauh. Penting juga untuk diakui bahwa proses adaptasi tidak selalu berjalan lancar bagi semua mahasiswa rantau. Penyesuaian budaya atau adaptasi budaya merupakan suatu proses yang memerlukan waktu yang cukup panjang untuk individu beradaptasi dan akhirnya merasa nyaman dalam lingkungan baru.

Proses adaptasi ini menuntut kesabaran dan komitmen yang tinggi, karena tidak hanya menyangkut perubahan pola pikir dan nilai-nilai personal, tetapi juga pemahaman mendalam terhadap aspek-aspek baru dalam lingkungan yang berbeda. Selama proses adaptasi, mahasiswa rantau terjadi transformasi identitas dan pemahaman diri yang memerlukan ketahanan mental dan emosional yang signifikan. Menurut Ruben dan Stewart menguraikan bahwa adaptasi antarbudaya adalah suatu proses pembelajaran dan pengembangan identitas yang terjadi melalui interaksi antar individu dan kelompok, bertujuan untuk memperoleh pemahaman tentang nilai-nilai tertentu dalam masyarakat, adaptasi budaya dan fenomena *culture shock* seringkali dianggap sebagai dua hal yang tak terpisahkan, di mana adaptasi menjadi kunci utama untuk mengatasi masalah *culture shock*. Melibatkan diri dan membina hubungan dengan lingkungan baru dianggap sebagai langkah penting dalam memahami budaya di lingkungan tersebut. Namun, proses adaptasi tidaklah mudah dan memerlukan penyesuaian terhadap budaya baru yang ada. Proses ini berlangsung secara perlahan dan bertahap.

Culture shock bisa berwujud dalam berbagai aspek, mulai dari gaya hidup, pakaian, tempat tinggal, hingga pengalaman menikmati hidangan. Selain itu, mahasiswa rantau dapat juga mengambil bentuk kesulitan dalam komunikasi yang bisa menjadi hambatan dalam membangun hubungan di lingkungan baru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peralihan dari pembelajaran *online* ke pembelajaran tatap muka pasca pandemi COVID-19 menimbulkan beragam respons emosional pada mahasiswa yang merantau, termasuk perasaan senang, kekhawatiran, dan kecemasan. Hal ini sejalan dengan teori adaptasi diferensial.

Teori adaptasi diferensial menekankan pentingnya mempertimbangkan pengalaman yang unik dan tidak biasa dalam proses adaptasi sambil menelusuri perubahan yang muncul pada individu dan masyarakat sebagai dampak dari pengalaman individual. Fokus utama dari teori dari adaptasi diferensial terletak pada pengakuan bahwa dalam proses akulturasi, bukan hanya budaya baru yang mengalami transformasi, melainkan juga diantisipasi bahwa imigran akan mengalami perubahan. Konsep saling memengaruhi dalam akulturasi membentuk kontribusi penting dari teori adaptasi diferensial, mengakui adanya pertukaran budaya yang berjalan dua arah. Terakhir, teori ini bertujuan menjelaskan kompleksitas enkulturasi dan dekulturasi, yaitu bagaimana individu memperoleh pengetahuan tentang unsur-unsur baru dari budaya tuan rumah sambil memperkuat identitas budaya asalnya.

Teori adaptasi diferensial juga sangat relevan dalam konteks adaptasi mahasiswa rantau pasca pandemi COVID-19 dan menegaskan pentingnya mempertimbangkan pengalaman yang unik dalam proses adaptasi. Mahasiswa tidak hanya berupaya menyesuaikan diri dengan budaya baru, tetapi juga diharapkan mengalami perkembangan positif dalam konteks yang baru. Pengalaman *culture shock* yang dihadapi oleh mahasiswa rantau mencakup berbagai aspek, seperti perbedaan budaya, bahasa, dan sistem pendidikan. Ini mencerminkan kompleksitas proses adaptasi mereka di lingkungan baru. Selain itu, perbedaan budaya dan bahasa menjadi tantangan utama bagi mahasiswa rantau, terutama dalam hal komunikasi interpersonal dan pemahaman materi akademik. Perbedaan dalam gaya bahasa dan lingkungan akademik dapat mempengaruhi

keterlibatan dan fokus belajar mereka, sehingga proses adaptasi mahasiswa rantau membutuhkan waktu dan usaha ekstra, serta strategi tertentu seperti bergabung dengan kegiatan organisasi dan memperluas lingkaran sosial mereka untuk merasa lebih nyaman dalam lingkungan baru. Adaptasi antarbudaya adalah proses pembelajaran dan pengembangan identitas yang memerlukan interaksi antar individu dan kelompok. Proses ini berlangsung secara bertahap dan membutuhkan penyesuaian terhadap budaya baru. Pengalaman belajar *online* selama pandemi COVID-19 telah mengubah cara mahasiswa berinteraksi dan memperluas tantangan adaptasi mereka, termasuk dalam hal teknologi baru dan dinamika pembelajaran jarak jauh. Keenam, teori adaptasi diferensial menekankan pentingnya mempertimbangkan pengalaman yang unik dalam proses adaptasi, serta konsep saling memengaruhi dalam akulturasi antara budaya baru dan budaya asal.

4. Kesimpulan

Mahasiswa rantau mengalami *culture shock* yang ditandai dengan rasa kebingungan, isolasi, dan ketidaknyamanan akibat perubahan lingkungan belajar dari tatap muka ke *online*, serta tantangan beradaptasi dengan budaya dan lingkungan sosial baru di Bandung. Mahasiswa rantau menunjukkan ketahanan dan fleksibilitas dalam menghadapi tantangan tersebut. Proses adaptasi melibatkan pembelajaran dan penyesuaian diri terhadap metode pembelajaran *online*, pengembangan strategi komunikasi baru untuk berinteraksi dengan teman dan dosen, serta upaya untuk mengintegrasikan diri ke dalam komunitas lokal dan universitas. Kegiatan kemahasiswaan dan interaksi sosial, meskipun terbatas tetapi berperan positif dalam proses adaptasi ini. Temuan menunjukkan bahwa dukungan sosial dari teman, keluarga, dan universitas, serta ketersediaan sumber belajar dan teknologi, memegang peranan dalam membantu mahasiswa rantau mengatasi *culture shock* dan memfasilitasi proses adaptasi. Universitas memiliki peran aktif dalam menyediakan layanan pendukung, seperti konseling dan aktivitas organisasi mahasiswa, untuk mendorong integrasi sosial dan akademik mahasiswa. Universitas dapat meningkatkan upaya untuk menyediakan dukungan sosial kepada mahasiswa rantau melalui program mentoring, kelompok diskusi, atau klub

mahasiswa. Dukungan dari teman, keluarga, dan dosen sangat penting dalam membantu mahasiswa mengatasi perasaan isolasi dan kebingungan. Penelitian lebih lanjut dapat mengeksplorasi faktor-faktor spesifik yang mempengaruhi proses adaptasi mahasiswa rantau, seperti dukungan keluarga, pengalaman sebelumnya, atau karakteristik lingkungan sosial baru mereka. Evaluasi lebih lanjut terhadap efektivitas program pendukung yang disediakan oleh universitas dalam membantu mahasiswa mengatasi *culture shock* dan memfasilitasi proses adaptasi mereka. Dengan demikian, para mahasiswa rantau diimbau untuk aktif berpartisipasi dalam kegiatan-kegiatan kampus dan organisasi mahasiswa sebagai sarana untuk beradaptasi dengan lingkungan baru dan membangun jaringan pertemanan dan proaktif mencari informasi dan sumber belajar yang dapat membantu dalam proses adaptasi akademik, seperti memanfaatkan layanan perpustakaan, sumber *online*, dan konsultasi dengan dosen atau senior.

5. Daftar Pustaka

- [1] Ambarwati, M., & Indriastuti, Y. (2022). Komunikasi Antarbudaya Mahasiswa Rantau Dalam Menghadapi Culture Shock Di Madura. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Bisnis*, 8(1), 9-24.
- [2] Chafsoh, A. M. (2020). Munculnya culture shock pada mahasiswa baru dalam perkuliahan daring selama pandemi covid-19. DOI: <https://doi.org/10.31234/osf.io/tmpn6>.
- [3] Jamali, Y., Irmayanti, A., & Riswan, Z. (2023). Akulturasi Mahasiswa Aceh Singkil Dalam Menghadapi Culture Shock Di Perguruan Tinggi Al Washliyah Banda Aceh. *Sustainable Jurnal Kajian Mutu Pendidikan*, 6(2), 768-775. DOI: <https://doi.org/10.32923/kjmp.v6i2.4164>.
- [4] Handayani, P. G., & Yuca, V. (2018). Fenomena culture shock pada mahasiswa perantauan tingkat 1 Universitas Negeri Padang. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 6(3), 198-204. DOI: <https://doi.org/10.29210/129000>.
- [5] Harijanto, J., & Setiawan, J. L. (2017). Hubungan antara dukungan sosial dan kebahagiaan pada mahasiswa perantau di Surabaya. *Psychopreneur Journal*, 1(1), 85-93. DOI: <https://doi.org/10.37715/psy.v1i1.361>.
- [6] Maizan, S. H., Bashori, K., & Hayati, E. N. (2020). Analytical theory: Gegar budaya (culture shock). *Psycho Idea*, 18(2), 147-154.
- [7] Maulani, S. (2022). Gegar Budaya Dan Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Perantauan Minang Di Jakarta. *Konvergensi: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 3(2), 377-391.
- [8] Mustofa, R. H., & Defiana, A. (2024). Culture Shock Akademik Mahasiswa Asing di Indonesia (Studi Kasus di Universitas Muhammadiyah Surakarta). *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 13(2), 1641-1654. DOI: <https://doi.org/10.58230/27454312.667>.
- [9] Olivia, H., Sudarsono, A. B., & Sarasati, F. (2024). Fenomena Culture Shock Mahasiswa Perantauan di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 7(1), 174-184. DOI: <https://doi.org/10.32509/pustakom.v7i1.371>.
- [10] Sembiring, Y. S. B., Kerebungu, F., & Salem, V. E. (2023). Proses Adaptasi dalam Menghadapi Komunikasi Antar Budaya Mahasiswa Rantau di FISH UNIMA. *Indonesian Journal of Social Science and Education*, 3(1), 21-33.
- [11] Faradyba, R. P., Sembada, W. Y., & Nathanael, G. K. (2022). Proses Adaptasi Mahasiswa Rantau Dari Batam Dalam Menghadapi Komunikasi Antarbudaya Di UPNVJ. *Communications*, 4(1), 94-113. DOI: <https://doi.org/10.21009/communications.4.1.5>.
- [12] Salmah, I. (2016). Culture shock dan strategi coping pada mahasiswa asing program darmasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(4).
- [13] Hatika, G. P., Maratning, A., Dias, M. F. A. A., Chrismilasari, L. A., Dhawo, M. S., & Tutpai, G. (2022). Culture Shock dan Proses Adaptasi Mahasiswa/i Tahun Pertama di Asrama

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan. *Jurnal Penelitian Pendidikan, Psikologi dan Kesehatan (J-P3K)*, 3(3), 183-193.

- [14] SIREGAR, R. S. (2022). Fenomena gegar budaya dan adaptasi budaya mahasiswa Sumatera Utara di Yogyakarta.
- [15] Syafrida, S., & Azhar, A. A. (2023). Culture Shock Dalam Interaksi Komunikasi Antarbudaya Suku Jawa dan Suku Batak di Kota Medan. *Reslaj: Religion Education Social Laa Roiba Journal*, 5(6), 3171-3187. DOI: <https://doi.org/10.47467/reslaj.v5i6.3870>.
- [16] Syaifulloh, M., & Riono, S. B. (2020). Pelatihan Menangani Culture Shock Pada Siswa Yang Akan Memasuki Dunia Pendidikan Baru Dan Dunia Kerja Di SMA Ikhsaniyah Kota Tegal. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(4), 579-587. DOI: <https://doi.org/10.31764/jmm.v4i4.2469>.
- [17] Ulfa, Z. D., & Mikdar, U. Z. (2020). Dampak pandemi Covid-19 terhadap perilaku belajar, sosial dan kesehatan bagi mahasiswa FKIP Universitas Palangka Raya. *JOSSAE (Journal of Sport Science and Education)*, 5(2), 124-138. DOI: <https://doi.org/10.26740/jossae.v5n2.p124-138>.
- [18] Winarti, S., Taib, B., Alhadad, B., & Achmad, F. (2021). Analisis Dampak Covid-19 Dalam Proses Pembelajaran Daring Pada Kelas B4 Di Paud Telkom Ternate. *Jurnal Ilmiah Cahaya Paud*, 3(1), 150-159. DOI: <https://doi.org/10.33387/cahayapd.v3i1.3140>.