

**CULTURE SHOCK MAHASISWA ASAL KABUPATEN KUANTAN SINGINGI
RIAU DI YOGYAKARTA: STUDI KASUS ADAPTASI SOSIAL
DI LINGKUNGAN BARU**

Asri Wulandari¹, Muhammad Iqbal Birsyada²

^{1,2} Universitas PGRI Yogyakarta

¹asrywulandari123@gmail.com, ²iqbal@upy.ac.id

ABSTRACT

This study explores the culture shock phenomenon and the social adaptation process of migrant students within the context of intercultural communication. The high cultural diversity in Indonesia often causes migrant students to experience culture shock when relocating for higher education, which is characterized by language barriers, differences in social norms, and psychological impacts such as anxiety and lack of confidence. The objective of this research is to deeply understand these psychological dynamics and adaptation patterns to serve as a practical guide for students and regional organizations in minimizing the negative impacts of cultural transitions. This research employed a qualitative approach with a descriptive design. Participants were selected using purposive sampling. Data were collected through in-depth interviews, observations, and documentation, then analyzed via data reduction, data display, and conclusion drawing. Source and method triangulation were applied to ensure data validity. The results indicate that migrant students experience culture shock primarily due to differences in language and communication styles, leading to intercultural misunderstandings and emotional stress. To overcome these challenges, students engage in gradual social adaptation through proactive learning and adjusting their communication behavior. Furthermore, the development of intercultural communication competence and the presence of strong social support from family, peers, and the campus community play a crucial role in helping students build self-confidence, manage psychological stress, and accelerate their adaptation process toward a harmonious and inclusive cultural integration.

Keywords: Culture shock, intercultural communication, social adaptation.

ABSTRAK

Penelitian ini mengeksplorasi fenomena *culture shock* dan proses adaptasi sosial mahasiswa perantau dalam konteks komunikasi antarbudaya. Tingginya keberagaman budaya di Indonesia seringkali memicu gegar budaya bagi mahasiswa yang merantau untuk menempuh pendidikan tinggi. Permasalahan utama yang dihadapi meliputi hambatan bahasa, perbedaan norma sosial, serta dampak psikologis seperti kecemasan dan kurangnya rasa percaya diri. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami secara mendalam dinamika psikologis dan pola adaptasi tersebut agar dapat menjadi panduan praktis bagi mahasiswa serta organisasi kedaerahan dalam meminimalkan dampak negatif dari transisi budaya. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain deskriptif. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi yang kemudian dianalisis melalui tahapan

reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Keabsahan data dipastikan melalui teknik triangulasi sumber dan metode. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa perantau mengalami *culture shock* yang utamanya dipicu oleh perbedaan bahasa dan gaya komunikasi, sehingga menyebabkan misinterpretasi dan stres emosional. Untuk mengatasi tantangan tersebut, mahasiswa melakukan adaptasi sosial secara bertahap melalui pembelajaran proaktif dan penyesuaian perilaku komunikasi. Lebih lanjut, pengembangan kompetensi komunikasi antarbudaya serta hadirnya dukungan sosial yang kuat dari keluarga, teman sebaya, dan lingkungan kampus terbukti memainkan peran krusial. Faktor-faktor tersebut membantu mahasiswa membangun kepercayaan diri, mengelola tekanan psikologis, dan mempercepat proses adaptasi menuju integrasi kultural yang harmonis dan inklusif.

Kata Kunci: *Culture shock*, komunikasi antarbudaya, adaptasi sosial.

A. Pendahuluan

Indonesia merupakan negara yang memiliki tingkat keberagaman budaya yang tinggi, mencakup perbedaan suku, bahasa, nilai, serta kebiasaan sosial. Keberagaman ini menjadikan interaksi masyarakat tidak terlepas dari proses komunikasi antarbudaya yang kompleks dalam kehidupan sehari-hari. Komunikasi antarbudaya terjadi ketika individu dengan latar belakang budaya yang berbeda saling berinteraksi dan bertukar makna (Hernawan & Pienrasmi, 2021). Dinamika ini semakin nyata terlihat seiring meningkatnya mobilitas masyarakat di bidang pendidikan yang mendorong mahasiswa untuk merantau (Nugroho & Mareza, 2023). Kondisi perantauan tersebut secara langsung menuntut individu untuk mampu menyesuaikan diri dengan berbagai perbedaan

budaya di tempat yang baru (Nuzulunni'mah, 2024). Penyesuaian diri mahasiswa di lingkungan yang baru ini sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor multidimensional, seperti kompetensi, hambatan psikologis, serta pertemanan (Andari et al., 2025).

Dalam konteks komunikasi antarbudaya, perbedaan latar belakang budaya seringkali menimbulkan kesalahpahaman dalam proses interaksi sosial antarindividu. Kesalahpahaman tersebut muncul karena adanya perbedaan dalam menafsirkan makna pesan yang disampaikan oleh pemberi pesan (Hernawan & Pienrasmi, 2021). Secara kultural manusia memiliki naluri untuk berkumpul dan membentuk ikatan identitas yang sama demi keamanan sosial. Namun, kelompok yang tidak memiliki

kesamaan persepsi perihal kebudayaan seringkali memicu munculnya konflik horizontal (Birsyada et al., 2022). Secara empiris, tingkat heterogenitas yang tinggi dalam masyarakat Indonesia memang membuat lingkungan sosial rawan terhadap benturan yang sering kali dipicu oleh miskomunikasi antar kelompok dengan kepentingan berbeda (Baihaqi & Birsyada, 2022). Ketidaksesuaian nilai dan norma tersebut dapat menimbulkan hambatan komunikasi serta mengurangi efektivitas interaksi sosial (Nugroho & Mareza, 2023; Nuzulunni'mah, 2024). Lebih lanjut, perbedaan bahasa, kebiasaan komunikasi nonverbal, serta etiket sosial yang tidak dipahami dapat memperkuat stereotip dan prasangka negatif yang memperburuk konflik (Maesurah, 2025).

Secara sosio-kultural, lingkungan yang multikultural rentan memunculkan rasa tidak nyaman apabila individu kurang memiliki kesadaran budaya (Birsyada & Handoko, 2020). Fenomena ketidaknyamanan spesifik yang muncul saat individu berada di lingkungan asing dikenal dengan istilah culture shock (Nugroho &

Mareza, 2023). Kondisi tersebut umumnya dipicu oleh perbenturan bahasa, kebiasaan, pola komunikasi, serta nilai-nilai sosial di tempat baru. Lebih jauh lagi, culture shock akan berdampak pada psikologis individu seperti memunculkan rasa cemas dan kebingungan (Afridah & Muhazir, 2025). Fenomena ini kemudian memunculkan kebutuhan akan kemampuan adaptasi yang baik dalam menghadapi perbedaan budaya yang ada. Pada umumnya, gegar budaya ini terjadi secara signifikan pada tahun pertama ketika mahasiswa menghadapi tekanan kuat akibat hilangnya tanda-tanda kebudayaan yang familier dari daerah asalnya (Andari et al., 2025).

Mahasiswa perantau asal Kabupaten Kuantan Singingi merupakan salah satu kelompok yang rentan mengalami culture shock di lingkungan baru. Mereka tidak hanya dituntut menyesuaikan diri dengan sistem pendidikan, tetapi juga dengan lingkungan sosial yang berbeda (Nugroho & Mareza, 2023). Perbedaan bahasa, kebiasaan, dan pola interaksi seringkali menjadi hambatan utama dalam proses penyesuaian diri. Kondisi tersebut dapat menimbulkan perasaan

terasing, kurang percaya diri, serta kesulitan dalam menjalin hubungan (Afridah & Muhazir, 2025). Oleh karena itu, kemampuan adaptasi sosial menjadi hal yang sangat penting agar individu mampu berkembang di Yogyakarta. Keberhasilan menghadapi tantangan ini sangat bergantung pada strategi koping adaptif mandiri serta ketahanan mental mahasiswa dalam merespons lingkungan secara kognitif, afektif, dan perilaku (Andari et al., 2025).

Proses adaptasi sosial merupakan upaya individu menyesuaikan diri melalui tahapan yang melibatkan pengalaman dan proses belajar (Fardien et al., 2025). Dalam proses ini, mahasiswa dituntut untuk mampu memahami norma, nilai, dan kebiasaan yang berlaku. Keterbukaan terhadap budaya baru serta kemampuan menjalin hubungan menjadi faktor penting dalam keberhasilan adaptasi (Hernawan & Pienrasmi, 2021). Keberhasilan ini sangat ditentukan oleh kemampuan individu dalam membangun komunikasi yang efektif dan mendapatkan dukungan sosial (Fardien et al., 2025). Interaksi yang positif dapat membantu individu dalam

membangun rasa nyaman dan meningkatkan kepercayaan diri. Dukungan dari keluarga, teman sebaya, sesama perantau, hingga komunitas kampus terbukti mempercepat proses transisi dari fase stres menuju fase pertumbuhan identitas yang adaptif (Badri et al., 2024; Andari et al., 2025).

Penelitian ini menjadi sangat penting karena dapat memotret dinamika psikologis yang dihadapi mahasiswa asal Kuantan Singingi di Yogyakarta. Dengan memahami pola adaptasi yang dialami, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi panduan praktis bagi mahasiswa perantau. Selain itu, temuan ini sangat berguna bagi organisasi kedaerahan dalam menciptakan sistem pendukung bagi anggota baru. Pemetaan strategi adaptasi yang tepat akan membantu mahasiswa meminimalkan dampak negatif dari gegar budaya yang dialami. Melalui penelitian ini, diharapkan tercipta harmoni sosial yang lebih baik antara mahasiswa perantau dan lingkungan masyarakat lokal. Untuk mewujudkan harmoni tersebut, setiap individu perlu menghargai adanya perbedaan agama dan kepercayaan serta menjaga sikap toleransi di tengah

keberagaman masyarakat. Pada akhirnya, kemampuan mengelola perbedaan kultural tersebut akan melahirkan individu yang tidak hanya tangguh secara akademik, tetapi juga memiliki kesadaran lintas budaya yang inklusif di tengah keberagaman.

B. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk memahami secara mendalam fenomena *culture shock* dan proses adaptasi sosial mahasiswa perantau dalam konteks komunikasi antarbudaya. Penelitian kualitatif menekankan pada pemahaman mendalam terhadap fenomena sosial serta menghasilkan data dalam bentuk deskriptif atau naratif berdasarkan kondisi alamiah (Waruwu, 2024). Dengan demikian, pendekatan ini memungkinkan peneliti menggali pengalaman, persepsi, serta makna yang dirasakan individu secara langsung. Pendekatan ini juga bersifat interpretatif karena berusaha memahami realitas sosial dari sudut pandang partisipan. Oleh karena itu, metode ini dinilai tepat untuk

mengungkap dinamika sosial dan psikologis yang dialami oleh subjek penelitian.

Subjek dalam penelitian ini adalah mahasiswa perantau yang sedang menempuh pendidikan di luar daerah asalnya. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik *purposive sampling* berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Kriteria tersebut meliputi mahasiswa yang berasal dari daerah berbeda dan telah tinggal di lingkungan baru dalam kurun waktu tertentu. Dalam penelitian kualitatif, pemilihan informan didasarkan pada kemampuan subjek dalam memberikan informasi yang mendalam dan sesuai dengan fokus penelitian (Waruwu, 2024). Hal ini bertujuan agar data yang diperoleh lebih terarah dan sesuai dengan fenomena yang diteliti. Jumlah informan ditentukan secara fleksibel hingga mencapai titik kejenuhan data.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi secara langsung terkait pengalaman *culture shock* dan proses adaptasi sosial mahasiswa perantau. Observasi

digunakan untuk mengamati perilaku serta interaksi sosial subjek dalam kehidupan sehari-hari. Dalam hal ini peneliti melakukan wawancara yang mendalam dengan tiga orang, yaitu saudara MZ, AH, dan TK. Wawancara dilakukan pada Senin, 04 Mei 2026 di asrama mahasiswa IPRY Kom. Kuansing di Sleman.

Teknik pengumpulan data tersebut merupakan metode utama dalam penelitian kualitatif untuk memperoleh data yang komprehensif dan mendalam (Waruwu, 2024). Kombinasi teknik ini diharapkan mampu menghasilkan data yang lebih valid dan kaya informasi.

Teknik analisis data yang digunakan merujuk pada analisis data kualitatif model interaktif yang meliputi kondensasi data (*data condensation*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014). Proses kondensasi—yang dalam beberapa literatur juga sering disebut sebagai reduksi data—dilakukan dengan memilih, memfokuskan, dan menyederhanakan data yang diperoleh dari lapangan. Selanjutnya, data disajikan agar lebih mudah dipahami dan dianalisis. Tahap terakhir adalah penarikan kesimpulan

yang dilakukan secara bertahap selama proses penelitian berlangsung. Secara keseluruhan, analisis data kualitatif ini dilakukan secara sistematis dan interaktif sejak pengumpulan data hingga tahap interpretasi untuk memastikan hasil penelitian memiliki keterkaitan yang logis, dapat dipertanggungjawabkan, dan memberikan pemahaman yang mendalam (Waruwu, 2024; Miles, Huberman, & Saldaña, 2014).

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi sumber dan metode. Teknik ini dilakukan dengan membandingkan data dari berbagai sumber dan menggunakan lebih dari satu metode pengumpulan data. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa data yang diperoleh memiliki tingkat keakuratan yang tinggi. Triangulasi juga berfungsi untuk meminimalkan bias serta meningkatkan validitas hasil penelitian. Dengan membandingkan berbagai perspektif dan hasil metode yang berbeda, data menjadi lebih komprehensif (Luthfiyani & Murhayati, 2024). Oleh karena itu, teknik ini digunakan untuk memastikan bahwa hasil analisis mencerminkan kondisi yang sebenarnya.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa rantau mengalami gejala culture shock yang ditandai dengan perbedaan bahasa, kebiasaan, serta pola interaksi sosial di lingkungan baru. Berdasarkan hasil wawancara, Informan MZ mengungkapkan bahwa:

“pada awal kedatangan, saya mengalami kesulitan dalam memahami gaya komunikasi masyarakat setempat, terutama karena perbedaan nada bicara yang sering disalahartikan.”

Selain itu, Informan AH menyatakan bahwa:

“saya merasa canggung saat harus berinteraksi dengan lingkungan di luar latar belakang saya sebelumnya, sehingga menimbulkan kebingungan dalam bersikap.”

Kondisi tersebut menunjukkan bahwa culture shock tidak hanya terjadi pada aspek budaya, tetapi juga berdampak pada dimensi afektif dan perilaku individu (Andari et al., 2025).

Informan TK juga menambahkan bahwa:

“pada tahap awal, saya merasa tidak nyaman karena perbedaan kebiasaan, baik dalam komunikasi maupun makanan.”

Dengan demikian, culture shock menjadi fenomena awal yang umum dialami mahasiswa dalam proses perpindahan budaya.

Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan bahasa dan gaya komunikasi menjadi kendala utama dalam proses adaptasi mahasiswa rantau. Informan MZ mengungkapkan bahwa:

“perbedaan bahasa, khususnya penggunaan bahasa Jawa halus, menjadi kendala dalam memahami maksud pembicaraan masyarakat setempat.”

Hal serupa juga disampaikan oleh Informan AH yang menyatakan bahwa:

“saya sering mengalami kesulitan memahami bahasa daerah yang digunakan, sehingga lebih banyak memilih diam dalam interaksi.”

Selain itu, Informan TK menyampaikan bahwa:

“ketika percakapan menggunakan bahasa Jawa, saya sering tidak memahami isi pembicaraan dan hanya bisa mengikuti secara terbatas.”

Kondisi ini menunjukkan bahwa hambatan komunikasi menjadi faktor utama dalam munculnya misinterpretasi serta kesalahpahaman antarbudaya (Maesurah, 2025). Dengan demikian, kemampuan memahami bahasa lokal menjadi bagian penting dalam proses adaptasi mahasiswa rantau.

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami berbagai respon psikologis dalam menghadapi culture shock. Informan MZ menyatakan bahwa:

“pada awalnya saya merasa cemas dan khawatir jika cara berbicara saya dianggap tidak sopan.”

Informan AH juga mengungkapkan bahwa:

“saya merasa minder dan takut melakukan kesalahan dalam berinteraksi.”

Sementara itu, Informan TK menyampaikan bahwa:

“terdapat perasaan tidak percaya diri karena khawatir sulit diterima dalam lingkungan baru.”

Hal ini menunjukkan bahwa culture shock tidak hanya berdampak pada aspek sosial, tetapi juga pada kondisi emosional individu. Oleh karena itu, diperlukan proses adaptasi yang berkelanjutan untuk mengelola stres emosional menuju fase pertumbuhan yang positif (Badri et al., 2024).

Selain itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa melakukan berbagai upaya adaptasi sosial untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Informan MZ mengungkapkan bahwa:

“saya menyesuaikan diri dengan cara mengamati lingkungan dan mulai berinteraksi secara perlahan.”

Informan AH menyatakan bahwa:

“saya mencoba membiasakan diri dengan lingkungan baru melalui interaksi di kelas.”

Informan TK juga menyampaikan bahwa:

“saya menyesuaikan gaya komunikasi dengan menurunkan intonasi bicara dan mengikuti kebiasaan masyarakat setempat.”

Temuan ini menunjukkan bahwa adaptasi dilakukan melalui proses belajar yang proaktif dalam mengatasi hambatan komunikasi kultural secara bertahap (Maesurah, 2025). Dengan demikian, adaptasi sosial menjadi kunci dalam mengurangi dampak culture shock.

Selanjutnya, hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi antarbudaya dan dukungan sosial memiliki peran penting dalam proses adaptasi mahasiswa. Informan MZ mengungkapkan bahwa:

“dukungan dari teman-teman sangat membantu dalam memahami kebiasaan dan budaya setempat.”

Informan AH menyatakan bahwa:

“teman dan keluarga memberikan dukungan emosional yang membantu saya tetap semangat.”

Selain itu, Informan TK menyampaikan bahwa:

“dukungan dari lingkungan sekitar membuat saya merasa lebih diterima dan nyaman.”

Hal ini menunjukkan bahwa keberhasilan penyesuaian diri sangat bergantung pada kekuatan dukungan lingkungan sosial di sekitar mahasiswa (Andari et al., 2025). Dengan demikian, komunikasi dan dukungan sosial menjadi faktor penting dalam proses penyesuaian diri mahasiswa rantau.

2. Pembahasan

a. Analisis Gejala Culture Shock melalui Teori Culture Shock (Oberg)

Gejala culture shock yang dialami mahasiswa dalam penelitian ini dapat dianalisis menggunakan Teori Culture Shock (Oberg). Teori ini menjelaskan bahwa culture shock merupakan kondisi kecemasan akibat hilangnya pedoman sosial yang biasa digunakan individu dalam kehidupan sehari-hari. Berdasarkan hasil penelitian, mahasiswa mengalami kebingungan, kecanggungan,

serta kesulitan dalam berkomunikasi akibat perbedaan budaya. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Informan MZ bahwa: “terdapat kesulitan dalam memahami gaya komunikasi masyarakat setempat.”

Kondisi tersebut menunjukkan adanya respon psikologis terhadap perubahan budaya yang signifikan (Oberg dalam Nugroho & Mareza, 2023). Temuan yang sejalan dengan penelitian Fardien et al. (2025) ini menegaskan bahwa gegar budaya lazim mendominasi tahun pertama fase adaptasi kultural mahasiswa rantau (Andari et al., 2025).

Fenomena gegar budaya ini pada dasarnya merupakan reaksi emosional yang wajar ketika individu keluar dari zona nyamannya. Mahasiswa perantau harus menghadapi hilangnya isyarat sosial yang akrab dan dituntut untuk mempelajari kebiasaan baru. Keadaan ini memicu munculnya perasaan terasing, frustrasi, serta penurunan motivasi akademik pada fase krisis awal. Oleh karena itu, kemampuan individu

dalam mengidentifikasi masalah kultural tersebut menjadi langkah pertama yang sangat krusial. Apabila fase krisis ini tidak dikelola dengan baik, mahasiswa berisiko mengalami stres berkepanjangan yang menghambat interaksi sosial. Namun, pemahaman mendalam tentang dinamika lintas budaya memungkinkan mahasiswa bertransisi menuju fase penyesuaian yang lebih stabil (Maesurah, 2025).

b. Adaptasi Komunikasi Antarbudaya

Proses adaptasi mahasiswa menunjukkan bahwa komunikasi antarbudaya menjadi faktor utama dalam mengatasi perbedaan budaya. Dalam Teori Komunikasi Antarbudaya (Hernawan & Pienrasmi) dijelaskan bahwa keberhasilan komunikasi ditentukan oleh kesamaan makna antara pengirim dan penerima pesan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang aktif berkomunikasi lebih cepat memahami lingkungan baru. Hal ini didukung oleh pernyataan Informan AH bahwa:

“saya mencoba menyesuaikan cara berkomunikasi agar sesuai dengan lingkungan.”

Interaksi yang intensif tidak hanya mengurangi kesalahpahaman budaya, tetapi juga memperkuat rasa empati di tengah keberagaman (Maesurah, 2025). Sejalan dengan penelitian Fardien et al. (2025), komunikasi antarbudaya terbukti menjadi kunci utama dalam merajut keberhasilan adaptasi mahasiswa rantau.

Komunikasi yang efektif mensyaratkan adanya kesediaan kedua belah pihak untuk saling mendengarkan dan memahami konteks percakapan. Mahasiswa rantau yang mau mempelajari bahasa lokal cenderung mendapatkan respon positif dari masyarakat sekitar. Keterbukaan ini secara langsung mengikis batas etnosentrisme yang kerap menjadi penghalang utama dalam membangun interaksi. Penggunaan bahasa yang tepat serta penghormatan terhadap norma nonverbal memfasilitasi integrasi sosial yang lebih mulus. Seiring berjalannya waktu, keterampilan linguistik dan sosial

ini akan bertransformasi menjadi kompetensi menetap pada diri mahasiswa. Melalui paparan dan adaptasi yang terus-menerus, individu tidak hanya mencapai kecocokan fungsional tetapi juga pertumbuhan identitas antarbudaya (Badri et al., 2024).

c. **Peran Dukungan Sosial dalam Mengatasi Culture Shock**

Dukungan sosial memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi culture shock yang dialami. Kehadiran teman dan lingkungan sosial memberikan rasa aman serta meningkatkan kepercayaan diri individu dalam berinteraksi. Hal ini terlihat dari pernyataan Informan MZ bahwa:

“dukungan teman membantu dalam memahami kebiasaan lokal.”

Selain itu, dukungan emosional dari keluarga juga membantu menjaga stabilitas psikologis mahasiswa. Temuan ini menunjukkan bahwa keberhasilan adaptasi mahasiswa sangat dipengaruhi oleh kuatnya dukungan sosial (Andari et al., 2025). Sejalan dengan penelitian Fardien et al.

(2025), dukungan sosial tersebut terbukti mempercepat proses adaptasi dengan mengurangi tekanan psikologis.

Lingkungan pertemanan yang positif berfungsi sebagai wadah bagi mahasiswa untuk berbagi keluh kesah selama masa transisi. Keterlibatan dalam komunitas kampus atau organisasi kedaerahan juga memberikan ruang interaksi yang kaya akan nilai persaudaraan. Interaksi sosial yang hangat ini sangat membantu dalam menekan perasaan rindu kampung halaman atau rindu keluarga. Selain dukungan eksternal, ketahanan pribadi mahasiswa dalam membangun rutinitas adaptif juga memegang peranan yang tak kalah krusial. Integrasi antara perlindungan dari luar dan strategi koping internal ini menghasilkan pertahanan psikologis yang tangguh (Andari et al., 2025). Pada akhirnya, harmoni antara individu dan lingkungan barunya dapat terwujud secara optimal serta berkelanjutan.

d. **Pentingnya Kompetensi Komunikasi Antarbudaya**

Kompetensi komunikasi antarbudaya menjadi aspek penting dalam keberhasilan adaptasi mahasiswa rantau. Kemampuan memahami perbedaan budaya dan menyesuaikan cara berkomunikasi menjadi kunci dalam membangun hubungan sosial yang efektif. Dalam Teori Komunikasi Antarbudaya (Hernawan & Pienrasmi) dijelaskan bahwa pemahaman budaya memengaruhi keberhasilan komunikasi antarindividu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang mampu menyesuaikan gaya komunikasi cenderung lebih mudah diterima di lingkungan baru. Hal ini diperkuat oleh pernyataan Informan TK bahwa:

“menyesuaikan cara berbicara membantu dalam menjalin hubungan sosial.”

Kemampuan komunikasi ini pada akhirnya mengurangi konflik antarbudaya sekaligus mengarahkan mahasiswa pada fase pertumbuhan diri yang matang (Badri et al., 2024).

Kompetensi ini mencakup kepekaan terhadap norma-norma

tidak tertulis yang mengatur tata krama sosial masyarakat lokal. Mahasiswa yang peka secara kultural akan mampu membaca situasi dan menghindari tindakan yang berpotensi menyinggung perasaan. Pemahaman tersebut mendorong terciptanya dialog yang didasari oleh rasa saling menghormati dan tingkat toleransi yang tinggi. Lebih jauh lagi, kompetensi ini membekali mahasiswa dengan keterampilan kolaboratif dalam memecahkan masalah sehari-hari. Individu dengan keterampilan mumpuni tidak hanya bertahan di perantauan, tetapi juga mampu memberikan kontribusi positif bagi lingkungannya. Oleh sebab itu, pengembangan kemampuan komunikasi antarbudaya merupakan elemen fundamental untuk mencetak generasi yang inklusif di era globalisasi (Maesurah, 2025).

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa perantau mengalami culture shock sebagai dampak dari perbedaan budaya

antara daerah asal dan lingkungan baru. Gejala yang muncul meliputi kesulitan memahami bahasa, perbedaan gaya komunikasi, serta ketidaknyamanan dalam interaksi sosial, yang juga berdampak pada kondisi psikologis seperti rasa cemas, minder, dan ketidakpercayaan diri. Culture shock tersebut merupakan fase awal yang wajar dalam proses perpindahan budaya. Selanjutnya, proses adaptasi sosial berlangsung secara bertahap melalui interaksi dengan lingkungan sekitar, di mana mahasiswa melakukan penyesuaian terhadap kebiasaan, nilai, dan pola komunikasi yang berlaku. Dalam proses ini, komunikasi antarbudaya menjadi faktor utama yang membantu individu memahami perbedaan budaya dan mengurangi kesalahpahaman, sedangkan dukungan sosial dari teman dan keluarga berperan penting dalam meningkatkan kepercayaan diri serta mempercepat proses adaptasi.

Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar mahasiswa perantau memiliki sikap terbuka terhadap perbedaan budaya serta aktif mengembangkan kemampuan komunikasi antarbudaya guna memperlancar proses adaptasi.

Mahasiswa juga diharapkan lebih proaktif dalam berinteraksi dan tidak ragu untuk mempelajari norma serta kebiasaan di lingkungan baru. Bagi pihak kampus, perlu disediakan program pendukung seperti orientasi budaya, mentoring, dan kegiatan lintas budaya untuk menciptakan lingkungan yang inklusif dan suportif bagi mahasiswa perantau. Selain itu, dosen diharapkan lebih peka terhadap kondisi mahasiswa yang sedang beradaptasi. Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk mengembangkan penelitian dengan cakupan yang lebih luas dan mendalam, khususnya terkait strategi komunikasi antarbudaya yang efektif dalam mengatasi culture shock, sehingga dapat memberikan kontribusi yang lebih komprehensif dalam pengembangan kajian komunikasi dan pendidikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Afridah, N., & Muhazir. (2025). Adaptasi budaya mahasiswa perantau dalam lingkungan multikultural. *Jurnal Komunikasi dan Budaya*, 12(1), 45–58.
- Agestia, E., Safitri, D., & Sujarwo, S. (2024). Adaptasi mahasiswa dalam mengatasi culture shock dalam perkuliahan. *RISOMA: Jurnal Riset Sosial Humaniora dan Pendidikan*, 2(4), 253–264. doi:10.62383/risoma.v2i4.180
- Andari, S. K., Sessiani, L. A., & Ikhrom. (2025). Pola adaptasi mahasiswa rantau dalam menghadapi culture shock. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(2).
- Badri, R. A. R., Karimah, K. E., & Sunarya, Y. D. R. (2024). Adaptasi lintas budaya mahasiswa Indonesia di lingkungan perguruan tinggi Taiwan. *Filosofi: Publikasi Ilmu Komunikasi, Desain, Seni Budaya*, 1(4), 1–15.
- Baihaqi, M. K., & Birsyada, M. I. (2022). Agama dan ritual: Dinamika konflik Dusun Mangir Lor Sendangsari Pajangan. *Satwika: Kajian Ilmu Budaya dan Perubahan Sosial*, 6(2), 299-310. doi:10.22219/satwika.v6i2.21657
- Birsyada, M. I., & Handoko, S. (2020). Penanaman nilai-nilai karakter multikultural pada warga Dusun Gokerten Bantul. *Abdimas Dewantara*, 3(1), 60–72.
- Birsyada, M. I., Triwahana, Fahrudin, Wibowo, B. A., Darsono, & Siswanta. (2022). Pemantapan nilai-nilai karakter multikultural pada warga Dusun Sawahan

- Kalurahan Pandowoharjo
Kapanewon Sleman. *Abdimas Galuh*, 4(2), 1093–1101.
- Fardien, A., Rahman, M., & Putri, D. (2025). Culture shock dan proses adaptasi mahasiswa rantau di lingkungan perguruan tinggi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 10(2), 120–135.
- Hernawan, W., & Pienrasmi, H. (2021). Komunikasi antarbudaya dalam masyarakat multikultural. *Jurnal Komunikasi*, 8(1), 1–12.
- Luthfiyani, P. W., & Murhayati, S. (2024). Strategi memastikan keabsahan data dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 8(3), 45315–45328.
- Maesurah, S. (2025). *Lintas budaya: Dinamika dan tantangan komunikasi global*. Medan: PT Media Penerbit Indonesia.
- Maharani, T. F., & Misnawati, D. (2024). Culture shock and coping strategies in international mobility program for Indonesian students in Universiti Selangor Malaysia. *Dinasti International Journal of Education Management and Social Science*, 6(1), 520–529.
doi:10.38035/dijemss.v6i1
- Meilani, A., Widiyanarti, T., Faiz, M. A., Prasetyo, F. D., Azzahra, A., & Zulfa, F. I. (2024). Etika komunikasi antar budaya: Memahami perbedaan dan menghindari kesalahpahaman. *Indonesian Culture and Religion Issues*, 1(4), 1–13.
doi:10.47134/diksima.v1i4.108
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Los Angeles, CA: SAGE Publications.
- Nugroho, A., & Mareza, L. (2023). Culture Shock Mahasiswa Rantau Sebagai Kelompok Minoritas. *Jurnal Perspektif: Jurnal Kajian Sosiologi dan Pendidikan*, 6(3), 269-278.
doi:10.24036/perspektif.v6i2.789
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7(4), 177–182.
- Waruwu, M. (2024). Pendekatan penelitian kualitatif: Konsep, prosedur, kelebihan dan peran di bidang pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian dan Evaluasi Pendidikan*, 5(2).