

ABSTRAK

Univeritas Muhammadiyah Yogyakarta

Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Jurusan Ilmu Komunikasi

Konsentrasi Broadcasting

Fitria Fajar Nurcahyanti (20150530220)

***Anxiety/Uncertainty Management* Mahasiswa Bali di Yogyakarta dalam Proses Adaptasi Budaya dengan Masyarakat Yogyakarta Tahun 2020**

Tahun Skripsi : 2020 + 121 halaman

Daftar Pustaka : 26 Buku + 21 Jurnal + 12 Sumber Online

Penelitian ini membahas mengenai pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian yang dialami mahasiswa perantau yang berasal dari Bali dalam proses adaptasi budaya ketika menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Yogyakarta. Tujuan mereka datang ke Yogyakarta yakni untuk meningkatkan kualitas diri dan pendidikan agar menjadi pribadi yang lebih baik. Lingkungan baru dengan budaya yang berbeda akan merangsang perasaan cemas para mahasiswa perantau, sehingga menyebabkan terjadinya sebuah proses adaptasi.

Situasi yang *mindful* dapat membantu terciptanya komunikasi antarbudaya yang efektif. Pada tahapan ini situasi yang *mindful* dapat dicapai dengan cara memiliki kecakapan dalam berkomunikasi yakni diantaranya memiliki kekuatan kepribadian yang baik, memiliki keterampilan komunikasi yang baik, penyesuaian psikologis, dan memiliki kesadaran budaya. Pada proses penelitian menggunakan metode *in-dept interview* dengan cara tatap muka dengan menyesuaikan narasumber berdasarkan lokasi maupun waktunya.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa perantau asal Bali dapat mengelola kecemasan dan ketidakpastian yang mereka alami ketika proses adaptasi budaya di lingkungan barunya dengan cara memiliki konsep diri yang baik, meningkatkan rasa percaya diri, menjalin hubungan dengan orang di lingkungannya dan memahami budaya dan lingkungan di Yogyakarta. Karakter budaya dan lingkungan yang berbeda tidak menyebabkan para mahasiswa perantau trauma untuk menjalin komunikasi dengan lingkungan mereka.

Kata kunci: komunikasi antarbudaya, kecemasan, ketidakpastian, Bali, Yogyakarta.

ABSTRACT

Muhammadiyah University of Yogyakarta
Faculty of Social Science and Political Science
Department of Communication Science
Broadcasting Concentration
Fitria Fajar Nurcahyanti (20150530220)
Anxiety/Uncertainty Management of Balinese Students in Yogyakarta in the
Process of Cultural Adaptation with the Yogyakarta Community in 2020
Thesis Year : 2020 + 121 pages
Bibliography : 26 Books + 21 Journals + 12 Online Sources

This study discusses the management of anxiety and uncertainty experienced by expatriate students who came from Bali in the process of cultural adaptation when studying at tertiary institutions in Yogyakarta. Their purpose in coming to Yogyakarta is to improve their quality of self and education so that they become a better person. A new environment with a different culture will stimulate the feelings of anxiety of the overseas students, thus causing an adaptation process.

Mindful situations can help create effective intercultural communication. At this stage mindful situations can be achieved by having communication skills, including having good personality strength, good communication skills, psychological adjustment, and cultural awareness. In the research process using the method of in-dept interview by face to face by adjusting the source based on location and time.

Based on research that has been done shows that overseas students from Bali can manage the anxiety and uncertainty they experience when the process of cultural adaptation in their new environment by having a good self-concept, increasing self-confidence, establishing relationships with people in their environment and understanding culture and the environment in Yogyakarta. Different cultural and environmental characteristics do not cause trauma monitor students to establish communication with their environment.

Keywords: intercultural communication, anxiety, uncertainty, Bali, Yogyakarta.

PENDAHULUAN

Individu yang memiliki keinginan untuk mengubah diri menjadi lebih baik akan melakukan berbagai cara untuk mewujudkan keinginan tersebut, salah satu caranya adalah dengan cara pergi ke daerah lain atau biasa disebut dengan merantau. Para perantau yang pergi ke daerah lain dengan alasan peningkatan kualitas pendidikan pada umumnya adalah mahasiswa. Mahasiswa perantau adalah individu yang tinggal di daerah lain untuk menuntut ilmu di perguruan tinggi dan mempersiapkan diri dalam pencapaian suatu keahlian jenjang perguruan tinggi diploma, sarjana, magister atau spesialis (Budiman, 2006).

Yogyakarta dikenal sebagai kota pelajar, karena memiliki kualitas, fasilitas, dan jumlah perguruan tinggi yang hanya sekadar banyak, tetapi juga sudah terakreditasi, berkualitas, dan memiliki fasilitas yang memadai untuk mendukung potensi para mahasiswanya (Rumani, 2019). Selain dikenal sebagai kota pelajar, Yogyakarta juga dikenal sebagai kota yang masih kental dengan budaya Jawa dengan masyarakatnya yang masih menjunjung tinggi adat istiadat Jawa dalam tata perilaku mereka sehari-hari, berupa tata krama, dan nilai norma.

Perbedaan-perbedaan sosial budaya yang terjadi diantara masyarakat Yogyakarta dan pendatang ini bukanlah suatu hal yang muncul secara tiba-tiba. Bisa dikatakan bahwa pluralitas yang ada di Yogyakarta sudah ada sejak zaman dahulu. Menurut Muhammad Imarah (Imarah, 1999), pluralitas adalah kemajemukan yang didasari oleh keutamaan (keunikan) dan kekhasan.

Kenyataan ini menuntut manusia yang hidup di dalamnya untuk melakukan interaksi antarbudaya. Pada masyarakat majemuk, saat melakukan komunikasi sering dihadapkan pada kenyataan dimana terdapat perbedaan bahasa, aturan, dan norma yang membedakan antara satu orang dengan orang lainnya. Sehingga kondisi perbedaan budaya yang ada diantara warga perantauan maupun dengan penduduk asli sebagai tuan rumah tentunya dapat menimbulkan reaksi psikis berupa kekagetan budaya (culture shock) yang biasanya diikuti dengan munculnya hal-hal tidak menyenangkan yang disebabkan oleh perbedaan-perbedaan sosial budaya diantara mereka.

Seseorang yang mengalami *culture shock* untuk dapat bertahan di lingkungannya yang baru maka harus melakukan adaptasi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kecemasan dan ketidakpastian. Ketika seorang individu bertemu dengan orang asing, hal utama yang ia perhatikan adalah mengurangi tingkat ketidakpastian tersebut karena ketidakpastian itu membuatnya merasa tidak nyaman. Untuk menghadapi kecemasan dan ketidakpastian yang tidak bisa dihindari oleh seseorang yang datang ke tempat baru yakni dengan cara memiliki kompetensi komunikasi (Gudykunts, 2003).

METODE

Paradigma konstruktivistik memandang suatu realita sebagai sebuah konstruksi sosial yang kebenarannya merupakan sesuatu yang bersifat relatif. (Hidayat, 2002, pp. 201-204). Paradigma konstruktivistik membantu mendapatkan pemahaman dalam proses interpretasi suatu peristiwa.

Pendekatan penelitian kualitatif deskriptif digunakan karena bermaksud memahami, menggambarkan, dan meringkas berbagai situasi dan kondisi yang ada. Penulis mencoba menggambarkan kondisi nyata dari objek penelitian yang ada dan selanjutnya akan dihasilkan sebuah deskripsi tentang objek penelitian.

Wawancara mendalam (*in-dept interview*) digunakan untuk menemukan permasalahan secara lebih terbuka, dimana pihak yang diajak wawancara diminta pendapat dan ide-idenya. Dalam melakukan wawancara, peneliti perlu mendengarkan secara teliti dan mencatat apa yang dikemukakan oleh informan.

Informan pada penelitian ini adalah mahasiswa yang berasal dari Bali yang sedang menempuh pendidikan di perguruan tinggi di Yogyakarta, terdiri dari mahasiswa yang sudah dan sedang menempuh pendidikan selama satu sampai empat semester.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil temuan data dan analisis terhadap pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian yang dialami oleh informan berdasarkan variabel yang memengaruhi tingkat kecemasan dan ketidakpastian untuk mengurangi rasa takut dan ketidaktahuan yang mengancam keefektifan berkomunikasi. Berikut beberapa pengelolaan yang dilakukan oleh para informan untuk mengelola *anxiety uncertainty* tersebut.

1. Informan Ni Wayan Putri Damayanti Priyasa

a. Konsep Diri

Gambaran tentang diri atau menilai diri sendiri adalah salah satu variabel dalam membentuk konsep diri. Konsep diri dimulai dari pengamatan pada diri sendiri yang kemudian menghasilkan gambaran dan penilaian diri. Memiliki konsep diri yang kuat menjadikan Putri mampu mengelola kecemasan dan ketidakpastian selama berada di Jogja. Gudykunst dalam Griffin (Griffin, 2003, p. 428) dalam teori manajemen kecemasan dan ketidakpastian, menjelaskan bahwa meningkatnya harga diri dan positifnya konsep diri seseorang ketika berhadapan dengan orang asing akan meningkatkan kemampuan dalam mengelola kecemasan yang dimilikinya. Putri memiliki pandangan terhadap dirinya yakni ia memiliki kepribadian yang terbuka, ramah, dan mudah beradaptasi. Putri menjelaskan bahwa menjadi dirinya sendiri membantu mengurangi kecemasan dan ketidakpastian yang ia rasakan. Ia tahu siapa dirinya dan bagaimana ia ingin diperlakukan. Harga diri dan konsep diri yang kuat adalah langkah awal dalam menentukan apakah sebuah adaptasi akan berlangsung baik atau tidak.

b. Membangun Kepercayaan Diri

Ketika seseorang memiliki konsep diri yang kuat, maka hal ini juga akan berpengaruh pada peningkatan kepercayaan dirinya. Semakin tinggi kepercayaan diri seseorang maka akan semakin rendah tingkat kecemasan yang dialami (Siska, Sudardjo, & Purnamaningsih, 2003, p. 70). Putri

membangun kepercayaan diri agar dapat berbaur dengan teman-temannya di kampus. Dari situlah ia terus melakukan interaksi dengan orang asing sehingga rasa percaya dirinya untuk membangun relasi dengan orang asing semakin besar dan membuatnya lambat laun terhindar dari perasaan cemas di lingkungan baru. Putri juga selalu melakukan yang terbaik selama menempuh pendidikan di Jogja agar ia bisa sukses dan lulus tepat waktu dari kampusnya, hal itulah yang terus ditanamkan oleh Putri dalam dirinya sendiri hingga sekarang. Selain itu dukungan dan harapan orang tua bahwa ia harus lulus tepat waktu dan menjadi orang sukses membuat kepercayaan dirinya bertambah.

c. Berhubungan dengan Orang Lain

Putri yang memiliki kesadaran diri sebagai mahasiswa perantau di Jogja, berusaha melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan sosialnya agar dapat diterima dengan baik di lingkungan baru yang didatanginya. Membangun hubungan dengan orang asing juga menjadi salah satu cara Putri untuk mengurangi rasa cemas dan bingung dalam menjalani sebuah interaksi. Putri mendapat informasi bahwa masyarakat Jogja terkenal dengan keramahannya. Salah satu konsep dasar dalam teori manajemen kecemasan dan ketidakpastian (AUM Theory) menyebutkan *motivation to interact with strangers*, peningkatan kebutuhan akan rasa inklusi ketika berinteraksi dengan orang yang berbeda budaya akan menghasilkan kemajuan dalam mengatur kecemasan (Griffin, 2003, p. 428). Proses interaksi yang dialami Putri merupakan sebuah ketidakpastian yang kemudian menimbulkan kecemasan komunikasi bagi dirinya. Kecemasan dan ketidakpastian tersebut menyebabkan Putri melakukan prediksi terhadap orang-orang Jogja dan prediksi tersebut dapat mengurangi ketidakpastian dan kecemasan yang ia alami sehingga ia dapat melakukan adaptasi budaya dengan masyarakat Jogja.

Membangun sebuah interaksi dengan orang asing menjadi salah satu hal yang mudah untuk ia lakukan. Putri dapat dengan cepat berinteraksi dengan orang yang baru pertama kali ia jumpai sekalipun. Kondisi ini

merupakan sikap yang dilakukan oleh Putri untuk menciptakan keadaan yang lebih baik ketika berinteraksi dengan orang asing. Salah satu konsep dasar dalam teori anxiety/uncertainty management (AUM) menyebutkan peningkatan keteretarikan dengan orang yang berbeda budaya dapat membantu menurunkan kecemasan dan menumbuhkan kepercayaan diri untuk memprediksi perilaku mereka (Griffin, 2003, p. 430). Putri sangat senang dapat berinteraksi dengan orang Jogja walaupun hanya dengan tukang ojek ataupun pemilik rumah indekosnya. Ketika berinteraksi, ia selalu berusaha luwes dan mengikuti topik pembicaraan lawan bicara sesuai kemampuannya. Melalui interaksi tersebut, ia juga mendapatkan pembenaran atas informasi bahwa orang Jogja terkenal dengan keramahannya. Kesadaran diri (mindfulness) yang dimiliki oleh Putri membuatnya dapat mengelola kecemasan dan ketidakpastian sehingga menciptakan komunikasi yang efektif.

d. Memahami Budaya dan Lingkungan di Yogyakarta

Putri yang menyadari dirinya sebagai perantau terlebih sebagai mahasiswa, selalu berusaha untuk beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan, kebiasaan, maupun budaya yang ia tempati. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa ia tetap mengalami kesulitan dalam memahami bahasa Jawa, dan terkadang ia tidak terlalu menyukai makanan di Jogja yang cenderung memiliki cita rasa manis. Namun, ia juga terus berusaha untuk belajar memahami bahasa Jawa dan mencoba makanan-makanan khas Jogja. Hal tersebut ia lakukan dengan cara mencari informasi mengenai kebiasaan dan budaya di Jogja melalui teman-temannya yang lebih memahami hal tersebut. Seperti yang dikatakan dalam asumsi dasar teori anxiety/uncertainty management (AUM) bahwa situasi yang tidak formal akan menurunkan kecemasan ketika berkomunikasi dengan orang yang berbeda budaya (Griffin, 2003, p. 430).

Sebelum memulai sebuah interaksi, informan Putri memilih untuk melakukan pengamatan terlebih dahulu. Pengamatan ini adalah upaya untuk

mengumpulkan informasi yang cukup mengenai kebiasaan dan budaya Yogyakarta. Dengan bekal informasi yang memadai memudahkannya untuk berinteraksi dan dapat memiliki kecapakan komunikasi yang baik. Informasi yang memadai yang dimiliki oleh informan Putri juga membuatnya tidak memiliki kecurigaan atau pandangan negatif terhadap orang lain yang berasal dari budaya yang berbeda.

Hal-hal yang dilakukan informan Putri di atas telah membantunya dalam proses adaptasi budaya dan mampu mengelola kecemasan dan ketidakpastian yang dialaminya. Karakter mindfulness yang ia miliki terbangun selama proses adaptasi dan pengelolaan kecemasan tersebut berlangsung. Dengan karakter mindful yang telah ia miliki, menjadikannya dapat melakukan komunikasi dengan efektif dan sesuai dengan harapannya.

2. Informan Putu Reza Bimantara

a. Konsep Diri

Pada dasarnya Reza memiliki kepribadian yang terbuka, ramah, dan mudah bergaul. Ia dapat dengan mudah menjalin interaksi dengan orang yang baru ditemuinya. Ia selalu memberanikan diri untuk memulai sebuah komunikasi atau berkenalan terlebih dahulu sehingga Reza dapat memiliki banyak teman. Konsep diri yang ia miliki membuatnya dapat membentuk komunikasi yang positif dalam membangun hubungan dengan orang lain. Konsep diri sangat penting dalam sebuah interaksi sosial karena konsep diri memengaruhi perilaku seseorang dalam menanggapi pengalaman (Sarwarno & Meinarno, 2012, p. 53). Harga diri dan konsep diri yang informan Reza miliki membantunya dalam melanjutkan proses adaptasi budaya di lingkungannya. Kepribadiannya yang cenderung ekstrovert membantunya untuk lebih mudah masuk pada lingkup pergaulan di Yogyakarta dan membantunya dalam mengelola kecemasan dan ketidakpastian yang dialaminya.

b. Membangun Kepercayaan Diri

Konsep diri yang positif mengantarkan Reza pada peningkatan rasa kepercayaan dirinya. Ia membangun kepercayaan diri agar dapat lebih baik dalam melakukan adaptasi maupun interaksi antarbudaya dengan masyarakat Jogja. Reza juga berusaha membangun pikiran positif agar meningkatkan kepercayaan dirinya dengan cara memilih teman dekat yang positif sekaligus yang lebih memahami tentang budaya dan kebiasaan di Jogja. Kepercayaan diri terbentuk dan berkembang melalui proses belajar di dalam interaksi seseorang dengan lingkungannya.

c. Berhubungan dengan Orang Lain

Kesulitan Reza dalam melakukan adaptasi budaya salah satunya dikarenakan perbedaan bahasa. Berdasarkan pengalaman tersebut, Reza mencoba untuk mengurangi rasa cemas dan bingung dengan cara bertanya pada temannya yang lebih mengerti tentang bahasa Jawa. Kesadaran diri yang dimiliki Reza merupakan sebuah hal yang dapat menurunkan rasa cemasnya ketika melakukan interaksi antarbudaya. Konsep dasar dalam teori anxiety/uncertainty management menyebutkan bahwa peningkatan kebutuhan akan rasa inklusi ketika berinteraksi dengan orang lain yang berbeda budaya akan menghasilkan peningkatan dalam mengatur kecemasan (Griffin, 2003, p. 428).

Mengalami sebuah perbedaan bahasa membuat Reza dapat menoleransi keambiguitasan yang terjadi selama melakukan interaksi antarbudaya. Keambiguitan yang terjadi dalam sebuah komunikasi antara orang-orang yang berbeda budaya adalah hal yang wajar. Tidak menguasai atau bahkan tidak mengerti sama sekali bahasa pada tempat yang baru merupakan suatu hal yang wajar (Devinta, Hidayah, & Hendrastomo, 2015, p. 7). Namun, Reza tidak menutup diri untuk mempelajari dan memahami bahasa Jawa sebagai bahasa sehari-hari di Jogja. Kemampuannya untuk menoleransi keambiguitan ini juga dapat meningkatkan kemampuan untuk mengelola kecemasan yang ia rasakan. Seperti pada salah satu konsep teori anxiety/uncertainty management (AUM) menyebutkan *reaction to strangers*, peningkatan kemampuan untuk menoleransi ambiguitas ketika

berinteraksi dengan orang lain dapat meningkatkan kemampuan mengelola kecemasan dan dapat memprediksi perilaku orang asing (Griffin, 2003, p. 429).

d. Memahami Budaya dan Lingkungan di Yogyakarta

Reza sangat menikmati ketika berinteraksi dan melakukan adaptasi budaya dengan masyarakat Jogja. Walaupun berada pada lingkungan yang sangat berbeda dari segi budaya dan agama, Reza menjelaskan bahwa ia berhasil melewati masa culture shock dengan baik. Beberapa hal yang menyebabkan ia mengalami gegar budaya meliputi perbedaan bahasa, sosial, budaya, agama, makanan, serta perbedaan perilaku warga tuan rumah. Individu yang belum pernah melakukan pengalaman lintas budaya dan kurangnya informasi tentang lingkungan dan lokasi tempat rantauan akan lebih mudah mengalami gegar budaya (Devinta , Hidayah, & Hendrastomo, 2015, p. 7).

Reza memiliki kesadaran bahwa ia harus menyesuaikan diri dan memahami kebiasaan budaya dengan lingkungan dimana ia tinggal. Dengan melakukan hal tersebut ia dapat mengurangi rasa tidak nyaman dan cemas dalam melakukan adaptasi budaya. Selama proses adaptasi dan memahami budaya dan lingkungan di Jogja, Reza secara tidak sadar mengikuti kebiasaan masyarakat Jogja contohnya membungkukkan badan dan mengucapkan permisi kepada orang yang ingin ia lewati. Pengalaman adaptasi informan Reza yang berasal dari satu budaya masuk ke dalam budaya yang berbeda dengan mengadopsi nilai-nilai, sikap, dan kebiasaan dapat disebut sebagai proses akulturasi yang terjadi melalui tahap identifikasi dan internalisasi simbol atau lambang masyarakat tuan rumah (Samovar, Richard E, & Mcdaniel, 2010).

Selain kebiasaan membungkukkan badan tersebut, Reza juga membiasakan diri untuk melakukan komunikasi dengan teman-temannya menggunakan bahasa Jawa. Hal tersebut membuatnya dapat lebih menikmati pergaulannya dengan teman-temannya yang mayoritas orang Jawa. Salah satu konsep dalam teori anxiety/uncertainty management

(AUM) yakni situasional process bahwa peningkatan informalitas ketika berkomunikasi dengan orang asing akan menghasilkan penurunan kecemasan dan dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam memprediksi perilaku mereka (Griffin, 2003, p. 430). Proses adaptasi budaya dan pengelolaan kecemasan yang dialami oleh informan Reza, membuatnya memiliki karakter mindful yang membantunya mencapai komunikasi yang efektif.

3. Informan I Made Indra Danan Jaya

a. Konsep Diri

Danan menjelaskan bahwa gambaran tentang dirinya sendiri adalah orang yang memiliki kepribadian introvert. Beberapa ciri kepribadian introvert adalah individu yang berperilaku tidak terlalu banyak menggunakan aktifitas fisik, lebih suka menutupi perasaan yang sebenarnya, dan lebih menyukai beberapa teman khusus saja (Rosida & Astuti, 2015, p. 78). Danan menjelaskan bahwa menjadi diri sendiri dapat membantu mengurangi kecemasan yang kerap ia rasakan. Ia terus meyakinkan dirinya bahwa harus dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi di lingkungan yang ia tempati saat ini. Danan mengenal dirinya, ia tahu bagaimana harus bersikap pada orang lain dan ia tahu bagaimana ingin diperlakukan.

Pemahaman yang baik terhadap diri akan membantu keberhasilan mengerahkan potensi komunikasi dan dapat mengatasi kekurangan dan kelemahan yang ada dalam diri seseorang dalam sebuah komunikasi antarbudaya (Ibrahim, 2012, p. 191). Kepribadiannya yang cenderung introvert membuatnya mengalami kecemasan paling tinggi di antara tiga informan lainnya. Danan membutuhkan waktu dan tenaga ekstra untuk dapat melalui proses adaptasi dan mengelola kecemasan yang ia alami selama berada di lingkungan barunya.

b. Membangun Kepercayaan Diri

Danan membangun kepercayaan diri agar dapat berbaur dengan masyarakat dan teman-temannya di Jogja. Ia selalu berpikir positif bahwa ketika semakin sering melakukan interaksi dengan orang lain maka kepercayaan dirinya juga akan semakin bertambah. Dengan kepribadian introvert yang dimilikinya, ia sadar bahwa ia membutuhkan waktu lebih lama untuk dapat merasa nyaman ketika melakukan adaptasi budaya maupun interaksi antarbudaya dengan masyarakat Jogja. Ia juga memilih teman yang dapat membantunya mengenal dan memahami budaya serta kebiasaan di Jogja. Dari situlah rasa percaya dirinya tumbuh semakin besar untuk dapat membangun relasi dengan orang asing.

c. Berhubungan dengan Orang Lain

Mengenal dan beradaptasi pada lingkungan yang baru merupakan sebuah hal yang harus dikuasai oleh seseorang yang datang ke tempat baru. Bagi Danan, berada pada lingkungan yang baru berarti harus dapat mengerti, memahami, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan tersebut, terlebih ia adalah mahasiswa yang tinggal dengan waktu yang cukup lama di Jogja. Dengan sering melakukan interaksi dengan masyarakat Jogja membuat Danan mendapat informasi mengenai adat istiadat, budaya, maupun kebiasaan orang-orang Jogja. Seperti pada konsep teori manajemen kecemasan dan ketidakpastian (AUM Theory) yang dikemukakan oleh (Griffin, 2003, p. 428) yaitu *reaction to strangers* bahwa kemampuan untuk memproses informasi yang rumit tentang orang asing akan menghasilkan kemampuan memprediksi perilaku mereka.

Ketertarikan Danan terhadap masyarakat dan kehidupan di Jogja merupakan hal yang membuatnya dapat mengenal dan memahami budaya dan masyarakat Jogja. Interaksi yang ia lakukan berawal karena ia merasa mau tidak mau harus dapat beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan di sekitar tempat tinggalnya. Ketika berinteraksi tersebut, Danan dapat menjalin hubungan dengan pemilik rumah indekosnya, penjual makanan, maupun dengan warga sekitar rumah indekosnya. Dalam salah satu konsep teori anxiety/uncertainty management (AUM) yakni *connection*

with strangers yang mengatakan bahwa daya tarik terhadap orang lain yang berasal dari budaya yang berbeda dapat membantu menurunkan kecemasan saat berkomunikasi (Griffin, 2003, p. 430).

d. Memahami Budaya dan Lingkungan di Yogyakarta

Berbagai perbedaan yang Danan rasakan di Jogja baik dari segi agama islam dan budaya Jawa tidak lantas membuatnya merasa memiliki budaya yang lebih baik. Etnosentrisme merupakan sebuah sikap yang memandang bahwa masyarakat dan kebudayaan sendiri lebih baik dari masyarakat dan kebudayaan lain. Ia berusaha untuk menyesuaikan kebutuhan dan tindakannya dengan lingkungannya di Jogja. Selama proses menyesuaikan diri tersebut, secara tidak sadar Danan mengikuti kebiasaan di Jogja yakni membungkukkan badan dan mengucapkan permisi ketika ingin melewati orang di jalan. Dari keadaan tersebut, walaupun Danan mengalami kecemasan, ia mengalami akulturasi dalam proses komunikasi antarbudaya. Akulturasi tersebut terjadi ketika seseorang melalui proses sosialisasi memulai interaksi dengan budaya baru dan setelah memahami budaya baru tersebut, ia mulai menganut budaya lokal (Utari, 2015, p. 182).

Selama proses memahami budaya dan lingkungan di Jogja, selain perbedaan sosial dan norma masyarakat Jogja, Danan juga mengalami sebuah gegar budaya yakni dalam hal makanan. Danan menjelaskan bahwa ia belum bisa untuk menyukai makanan khas Jogja seperti gudeg karena cenderung memiliki cita rasa manis, oleh karena itu ia memilih untuk tidak memakannya. Ketika individu berada pada lingkungan yang baru dengan pola, jenis, rasa, dan porsi makanan yang berbeda, ia akan mengalami kekagetan dan mengarah pada terjadinya culture shock (Devinta, Hidayah, & Hendrastomo, 2015, p. 7). Selain makanan, bahasa juga menjadi salah satu unsur kebudayaan yang membuatnya tidak nyaman. Seseorang yang mengalami kekagetan budaya sering kali dihubungkan dengan masalah bahasa sebagai salah satu penghambat ketika menetap di tempat yang baru.

Kekagetan budaya yang dialami Danan membuatnya mengalami kecemasan dan ketidakpastian selama berada di Jogja. Guna mengurangi

kecemasan tersebut, ia belajar untuk menyesuaikan tindakannya dengan lingkungan di Jogja. Danan memiliki kesadaran bahwa ia harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia tinggal. Ia terus belajar memahami bahasa Jawa dan menyesuaikan makanan yang ada di Jogja. Melakukan komunikasi yang tidak formal untuk mengurangi kecemasan yang ia alami seperti sering berinteraksi dengan temannya menggunakan bahasa Jawa atau menjalin hubungan dengan penjual makanan dapat membuatnya mengelola kecemasan dengan lebih baik. Salah satu konsep *anxiety/uncertainty management* yakni situasional process menjelaskan peningkatan informalitas ketika berkomunikasi dengan orang lain yang berbeda budaya dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri ketika berinteraksi antarbudaya (Griffin, 2003, p. 430).

4. Informan Wayan Wiardefan

a. Konsep Diri

Pemahaman yang baik dalam mengenal diri sendiri akan menentukan keberhasilan dalam segala potensi komunikasi yang ada dalam diri seseorang (Deddy Mulyana, 2010, p. 104). Wayan memahami dirinya yang susah bergaul dengan orang asing, ia tidak luwes ketika harus berhadapan dengan orang asing untuk pertama kali. Namun, ia terus meyakinkan dirinya bahwa harus dapat menyesuaikan diri dan beradaptasi di lingkungan yang ia tempati saat ini. Guna mengurangi kecemasan yang ia alami ketika melakukan interaksi dengan orang asing, Wayan sering melakukan interaksi dan komunikasi dengan orang yang berbeda kebudayaan dan tidak segan untuk memulai sebuah percakapan ringan untuk mencairkan suasana. Melalui pengalaman membangun hubungan tersebut, membuat Wayan menjadi orang yang mudah bergaul ketika bertemu dengan orang asing dimanapun berada.

b. Membangun Kepercayaan Diri

Setelah memiliki konsep diri yang kuat, maka akan berpengaruh pada peningkatan kepercayaan diri Wayan. Kepercayaan dirinya tersebut

betambah seiring dengan kemampuannya melakukan adaptasi maupun interaksi antarbudaya dengan masyarakat Jogja. Wayan terus meningkatkan kepercayaan dirinya sama seperti empat informan di atas yakni agar dapat berbaur melakukan interaksi dan komunikasi dengan teman dan masyarakat Jogja. Ia juga memilih teman yang dapat membantunya mengenal dan memahami budaya serta kebiasaan di Jogja.

c. Berhubungan dengan Orang Lain

Wayan juga menyadari bahwasanya dirinya sebagai seorang perantau ketika berada di Jogja, terlebih dengan statusnya sebagai mahasiswa yang dianggap sebagai manusia yang berpendidikan. Ia menyadari bahwa ketika berada di lingkungan yang baru maka ia juga akan menemui orang baru atau orang asing. Meskipun terkadang Wayan masih merasakan kecemasan setiap memulai sebuah interaksi dengan orang asing, tetapi ia memiliki motivasi untuk terus melakukan interaksi antarbudaya. Menurut (Griffin, 2003, p. 428), kebutuhan akan rasa inklusi dalam sebuah grup ketika berinteraksi dengan orang lain yang berbeda kebudayaan akan menghasilkan sebuah kemajuan dalam mengatur kecemasan.

Ketika melakukan interaksi antarbudaya baik dengan teman maupun warga Jogja, Wayan tidak hanya mengatasi kecemasannya namun ia juga mendapat informasi mengenai adat istiadat, budaya, maupun kebiasaan orang-orang Jogja. Seperti pada konsep teori manajemen kecemasan dan ketidakpastian (AUM Theory) yaitu *reaction to strangers* bahwa kemampuan untuk memproses informasi yang rumit tentang orang asing akan menghasilkan kemampuan memprediksi perilaku mereka (Griffin, 2003, p. 428). Sehingga ketika Wayan telah memiliki motivasi yang kuat dan pengetahuan yang cukup mengenai masyarakat Jogja ia akan mengalami peningkatan ketertarikan terhadap orang asing sehingga dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kepercayaan dirinya dalam melakukan komunikasi antarbudaya. Seperti pada konsep teori *anxiety/uncertainty management (AUM)* yakni *connection with strangers* yang mengatakan bahwa daya tarik terhadap orang lain yang berasal dari

budaya yang berbeda dapat membantu menurunkan kecemasan saat berkomunikasi (Griffin, 2003, p. 430).

d. Memahami Budaya dan Lingkungan di Yogyakarta

Selama beberapa semester di perguruan tinggi, Wayan mulai dapat menyesuaikan diri dengan adat istiadat dan kebiasaan masyarakat Jogja. Salah satu unsur kebudayaan yang sangat ia sukai di Jogja adalah makanan khas Jogja yakni Gudeg. Ia merasa bahwa cita rasa masakan gudeg yang manis sangat cocok dengan lidahnya. Salah satu konsep anxiety/uncertainty yakni social categorizing of strangers yang menjelaskan bahwa peningkatan kesamaan pribadi antara diri sendiri dengan orang asing akan menghasilkan peningkatan kemampuan untuk mengelola kecemasan (Griffin, 2003, p. 429).

Salah satu unsur kebudayaan yang membuatnya mengalami kekagetan budaya selama berada di Jogja adalah bahasa. Seseorang yang mengalami kekagetan budaya sering kali dihubungkan dengan masalah bahasa sebagai salah satu penghambat ketika menetap di tempat yang baru. Kekagetan budaya yang dialami Wayan membuatnya mengalami kecemasan dan ketidakpastian ketika melakukan interaksi antarbudaya. Guna mengurangi kecemasan tersebut, ia belajar untuk menyesuaikan tindakannya dengan lingkungan di Jogja.

Wayan memiliki kesadaran bahwa ia harus dapat menyesuaikan diri dengan lingkungan dimana ia tinggal. Ia terus belajar memahami bahasa Jawa. Melakukan komunikasi yang tidak formal untuk mengurangi kecemasan yang ia alami seperti sering berinteraksi dengan temannya menggunakan bahasa Jawa atau menjalin hubungan dengan penjual makanan dapat membuatnya mengelola kecemasan dengan lebih baik. Salah satu konsep anxiety/uncertainty management yakni situasional process menjelaskan peningkatan informalitas ketika berkomunikasi dengan orang lain yang berbeda budaya dapat menurunkan kecemasan dan meningkatkan kepercayaan diri ketika berinteraksi antarbudaya (Griffin, 2003, p. 430).

KESIMPULAN

Pada tahap awal penyesuaian diri dengan lingkungan baru, konsep diri menentukan seseorang untuk mengenal lebih jauh tentang lingkungan barunya. Pandangan terhadap diri sendiri yang positif sangat menentukan langkah selanjutnya dalam proses adaptasi dan dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri. Kemudian pada tahapan ini, sebuah motivasi juga menentukan keberhasilan proses adaptasi yang sedang berlangsung. Motivasi seseorang untuk pindah ke lingkungan baru dapat dipengaruhi oleh stereotipe tentang lingkungan baru tersebut. Dalam hal ini, stereotipe tentang kuliah di Yogyakarta merupakan hal terbaik untuk mencapai cita-cita informan.

Ketertarikan dan keinginan untuk berinteraksi dengan individu lain di lingkungan baru membantu para mahasiswa untuk mengenal lebih jauh dan baik tentang lingkungan barunya. Mencari informasi merupakan cara yang dapat secara efektif membantu mahasiswa perantau dalam mengenal lingkungan baru. Kendala perbedaan bahasa membuat mereka merasa cemas untuk berkomunikasi dengan masyarakat Yogyakarta karena hal tersebut membuat mereka tidak dapat menunjukkan sikap yang sesuai dengan topik pembicaraan ketika berkomunikasi.

Mahasiswa asal Bali melakukan interaksi dengan lingkungan pergaulannya di Yogyakarta agar dapat menjalani kehidupan kampus dengan baik dan dapat melakukan adaptasi dengan kebiasaan dan budaya di Yogyakarta. Karakter *mindful* dalam berkomunikasi akan membentuk bagaimana seseorang mampu beradaptasi dan berinteraksi. Ketika terjadi komunikasi antarbudaya, diperlukan empat kecakapan untuk mencapai karakter *mindful*, yaitu kekuatan kepribadian (*personality strength*), kecakapan komunikasi (*communication skills*), penyesuaian psikologis (*psychological adjustment*), dan kesadaran budaya (*cultural awareness*).

Setelah jalannya proses adaptasi yang panjang dan pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian yang dialami keempat informan, dua diantaranya mampu mengadopsi budaya dan kebiasaan di lingkungan barunya. Hal lain yang dapat dicapai oleh mahasiswa perantau adalah kemampuan untuk berkomitmen dalam

membina hubungan pertemanan. Setiap tahap adaptasi yang dilalui oleh mahasiswa perantau dapat menentukan bentuk hubungan sosial yang akan dijalin di kemudian hari.

REFERENSI

Darmastuti, R. (2013). *Komunikasi Antarbudaya: Konsep, Teori, dan Aplikasi*. Yogyakarta: Buku Litera Yogyakarta.

Griffin, E. (2003). *A First Look at Communication Theory*. New York: The McGraw-Hill Companies.

Gudykunst, W. B. (2002). *Intercultural Communication Theories*. California: Sage Publication.

Gudykunst, W., & Kim, Y. (1992). *Communication With Strangers: An Approach to Intercultural Communication*. New York: The McGraw-Hill Companies.

Gudykunst, W. (2003). *Cross Cultural and Intercultural Communication*. California: Sage Publication.

Jandt, E. F. (2004). *An Introduction to Intercultural Communication: Identities in a Global Community. Fourth Edition*. USA: Sage Publication Inc.

Junaedi, F., & Sukmono, F. (2016). *Komunikasi Multikultur*. Yogyakarta: Buku Litera.

Lexy J, M. (2017). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Rosdakarya.

Liliwari, A. (2001). *Gatra-gatra Komunikasi Antarbudaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Liliwari, A. (2013). *Dasar-dasar Komunikasi Antarbudaya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Martin, J., & Nakayama, T. (2010). *Intercultural Communication In Context: Fifth Edition*. New York: The McGraw-Hill Companies.

Ridwan, A. (2016). *Komunikasi Antarbudaya: Mengubah Persepsi dan Sikap dalam Meningkatkan Kreativitas Manusia*. Bandung: Pustaka Setia.

Samovar, L., Richard E, P., & Mcdaniel, E. (2010). *Intercultural Communication 13th Edition*. Boston: Wardsworth.