

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena gegar budaya yang dialami oleh mahasiswa Indonesia dalam program ASEAN International Mobility for Students (AIMS) di Universitas Thai Nguyen, Vietnam. Berdasarkan temuan penelitian, mahasiswa mengalami berbagai tantangan yang berkaitan dengan perbedaan bahasa, sistem akademik, norma sosial, kebiasaan hidup, serta kondisi lingkungan fisik yang berbeda dari Indonesia. Namun, melalui strategi adaptasi yang beragam, mahasiswa mampu menyesuaikan diri secara bertahap dan mengatasi tantangan tersebut, sehingga tetap memperoleh manfaat akademik, sosial, dan kultural dari program pertukaran ini.

Secara lebih rinci, mahasiswa mengalami beberapa bentuk gegar budaya yang meliputi gegar bahasa, gegar sistem akademik, gegar sosial dan budaya, gegar pola konsumsi makanan, gegar terhadap iklim dan gaya hidup, serta homesick. Hambatan bahasa menjadi tantangan utama yang menyebabkan keterbatasan komunikasi dalam lingkungan akademik dan sosial. Perbedaan sistem pembelajaran yang lebih mandiri juga menjadi kendala, mengingat mahasiswa Indonesia terbiasa dengan metode pengajaran yang lebih terstruktur. Dalam kehidupan sosial, mahasiswa perlu menyesuaikan diri dengan pola interaksi yang

berbeda, seperti gaya komunikasi yang lebih langsung serta norma sosial yang tidak selalu sejalan dengan kebiasaan di Indonesia. Tantangan lainnya terkait dengan



sulitnya menemukan makanan halal, perubahan iklim yang cukup ekstrem, serta perasaan rindu terhadap kampung halaman yang memengaruhi kondisi psikologis mahasiswa.

Untuk menghadapi tantangan tersebut, mahasiswa menerapkan berbagai strategi adaptasi. Dalam menghadapi gegar bahasa, mereka berupaya belajar bahasa Vietnam dasar, menggunakan aplikasi penerjemah, serta meningkatkan interaksi dengan mahasiswa lokal. Dalam aspek akademik, mahasiswa menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran yang lebih mandiri dengan cara bergabung dalam kelompok belajar, berdiskusi dengan dosen, dan menggunakan platform pembelajaran daring. Dari sisi sosial, mahasiswa membangun jejaring dengan mahasiswa lokal maupun komunitas internasional, serta mengikuti berbagai kegiatan kampus untuk mempercepat proses adaptasi terhadap norma sosial yang berlaku di Vietnam.

Selain itu, mahasiswa mengatasi kendala makanan dengan memilih makanan vegetarian, memasak sendiri, atau mencari restoran halal. Untuk menjaga keseimbangan psikologis, mereka juga menjaga komunikasi rutin dengan keluarga, mengikuti aktivitas yang dapat mengurangi stres, serta mencari dukungan sosial dari sesama mahasiswa Indonesia. Secara keseluruhan, strategi ini membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri dan mengurangi dampak negatif dari gegar budaya yang mereka alami.

Faktor utama yang menyebabkan gegar budaya pada mahasiswa Indonesia di Vietnam adalah perbedaan dalam sistem akademik dan metode pengajaran,

hambatan bahasa, perbedaan dalam norma sosial dan kebiasaan hidup, serta kondisi lingkungan fisik seperti iklim dan makanan. Selain itu, minimnya persiapan sebelum keberangkatan menjadi faktor yang memperberat proses adaptasi, mengingat mahasiswa sering kali tidak memiliki bekal yang cukup untuk menghadapi tantangan budaya di negara tujuan.

Meskipun mahasiswa Indonesia mengalami berbagai tantangan dalam proses adaptasi di Vietnam, mereka tetap mampu menemukan cara untuk menyesuaikan diri melalui strategi yang efektif. Program AIMS tetap memberikan pengalaman berharga dalam meningkatkan keterampilan komunikasi lintas budaya, ketahanan mental, serta kemampuan beradaptasi di lingkungan internasional. Oleh karena itu, diperlukan persiapan yang lebih matang sebelum keberangkatan agar mahasiswa dapat menghadapi gegar budaya dengan lebih siap dan memperoleh manfaat maksimal dari pengalaman belajar di luar negeri

## **B. Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat beberapa saran yang dapat diberikan untuk mahasiswa, penyelenggara program AIMS, serta penelitian selanjutnya agar proses adaptasi mahasiswa Indonesia di Vietnam dapat berjalan lebih baik.

Bagi mahasiswa yang akan mengikuti program AIMS, sebaiknya mereka mempersiapkan diri dengan lebih matang sebelum keberangkatan. Salah satu langkah yang dapat dilakukan adalah dengan mempelajari bahasa Vietnam dasar serta memahami norma sosial dan budaya masyarakat setempat. Kemampuan berkomunikasi dalam bahasa lokal akan sangat membantu dalam interaksi sosial

dan akademik, sehingga dapat mengurangi hambatan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, mahasiswa juga perlu mengembangkan keterampilan kemandirian akademik, mengingat sistem pembelajaran di Vietnam menuntut mahasiswa untuk lebih proaktif dalam memahami materi, berpartisipasi dalam diskusi, serta menyesuaikan diri dengan metode evaluasi yang berbeda. Mahasiswa juga disarankan untuk mencari informasi mengenai lingkungan sosial dan fasilitas di negara tujuan, termasuk akses terhadap makanan halal, kondisi cuaca, serta pola hidup masyarakat lokal. Selain itu, membangun jejaring sosial sebelum keberangkatan, baik dengan mahasiswa Indonesia yang telah mengikuti program AIMS sebelumnya maupun dengan mahasiswa Vietnam, dapat membantu mempercepat proses adaptasi dan memberikan dukungan emosional selama menjalani masa pertukaran pelajar.

Penyelenggara program AIMS dan Universitas Thai Nguyen juga memiliki peran penting dalam mendukung proses adaptasi mahasiswa asing. Sebaiknya, pihak penyelenggara memberikan pembekalan budaya dan bahasa yang lebih intensif sebelum keberangkatan, agar mahasiswa lebih siap menghadapi tantangan yang ada di negara tujuan. Selain itu, dukungan akademik dan sosial bagi mahasiswa asing perlu ditingkatkan, misalnya dengan menyediakan tutor atau pendamping mahasiswa yang dapat membantu mereka memahami sistem akademik serta budaya lokal. Universitas Thai Nguyen juga diharapkan dapat lebih aktif dalam memfasilitasi komunitas mahasiswa internasional, sehingga mahasiswa Indonesia memiliki wadah untuk berinteraksi, berbagi pengalaman, dan saling mendukung dalam proses adaptasi. Selain itu, penyelenggara program juga perlu

memberikan informasi yang lebih jelas mengenai akses makanan halal serta akomodasi yang sesuai dengan kebutuhan mahasiswa internasional, mengingat aspek ini menjadi salah satu tantangan utama dalam proses adaptasi di Vietnam.

Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar dilakukan kajian yang lebih mendalam mengenai dampak jangka panjang gegar budaya terhadap pengalaman akademik dan psikologis mahasiswa Indonesia yang mengikuti program pertukaran pelajar. Selain itu, penelitian lebih lanjut juga dapat mengembangkan kajian mengenai pengalaman mahasiswa Indonesia di negara-negara tujuan AIMS lainnya, sehingga dapat diperoleh pemahaman yang lebih luas mengenai pola adaptasi mahasiswa dalam berbagai budaya yang berbeda. Penelitian selanjutnya juga dapat mengeksplorasi peran teknologi dalam membantu mahasiswa beradaptasi di lingkungan baru, seperti pemanfaatan aplikasi bahasa, platform pembelajaran daring, serta media sosial dalam membangun jejaring sosial di negara tujuan.

Dengan adanya saran ini, diharapkan mahasiswa yang akan mengikuti program AIMS dapat lebih siap menghadapi tantangan budaya, penyelenggara program dapat meningkatkan fasilitas dan dukungan bagi mahasiswa asing, serta penelitian akademik selanjutnya dapat memperdalam kajian mengenai gegar budaya dalam konteks pertukaran pelajar internasional. Jika langkah-langkah ini diterapkan, diharapkan pengalaman mahasiswa dalam program AIMS dapat lebih optimal, dengan tingkat adaptasi yang lebih baik dan dampak positif yang lebih besar bagi perkembangan akademik dan pribadi mereka