

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada era ini, jumlah individu yang melakukan mobilitas internasional mengalami peningkatan (Zhai, et al. 2022). Jumlah mahasiswa yang memilih untuk belajar di luar negeri juga semakin meningkat. Berdasarkan data dari UNESCO Institute for Statistics, pada tahun 2021, terdapat lebih dari 6,4 juta mahasiswa internasional di seluruh dunia, meningkat drastis dibandingkan pada tahun 2000 yang hanya mencapai dua juta mahasiswa (UNESCO Institute of Statistics, 2023). Di Indonesia, mahasiswa memiliki kesempatan untuk melanjutkan studi di luar negeri melalui program Indonesian International Student Mobility Awards (IISMA). Program ini merupakan salah satu program Kampus Merdeka yang digagas oleh Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi yang bekerja sama dengan Lembaga Pengelola Dana Pendidikan (LPDP), Kementerian Keuangan. Melalui program IISMA, mahasiswa dapat menempuh pendidikan di perguruan tinggi luar negeri selama satu semester. Mahasiswa yang dapat menjadi *awardee* IISMA yaitu yang sedang berada di semester lima dan semester tujuh dengan usia maksimal 24 tahun (IISMA, 2024).

Berdasarkan Pedersen (1991), mahasiswa internasional menghadapi tantangan yang lebih berat daripada mahasiswa lokal, Hal ini disebabkan karena adanya perbedaan signifikan antara budaya asal mahasiswa dan budaya di negara tujuan. Tantangan yang dihadapi seperti perbedaan kebiasaan dan norma, hambatan bahasa, perbedaan sistem pendidikan, dan kesulitan komunikasi secara verbal dan

non-verbal (Badri, Karimah, & Sunarya, 2024). Agar mengetahui lebih lanjut tentang tantangan-tantangan tersebut, peneliti melakukan wawancara dengan sejumlah *awardee* IISMA yang telah menempuh studi di luar negeri. Salah satu contoh nyata adalah pengalaman *awardee* IISMA berinisial LT yang menempuh studi di Polandia. Sebagai mahasiswa pertukaran yang hanya mengikuti perkuliahan selama satu semester, ia masuk langsung ke kelas yang berada di semester lima, bukan dari semester awal seperti semester satu. Hal ini menimbulkan kesulitan, karena ia harus menyesuaikan diri dengan materi dan dinamika kelas yang sudah berjalan jauh lebih mendalam.

Ia mengungkapkan bahwa terdapat tiga jenis kelas dalam satu mata kuliah, kelas ceramah, kelas seminar, dan kelas *workshop*. Kelas ceramah merupakan kelas besar yang terdiri dari 100 mahasiswa, sehingga ia merasa asing dengan kelas yang ramai tersebut. Ia juga merasa kesulitan di dalam kelas seminar dikarenakan dalam kelas tersebut hanya terdapat sepuluh hingga lima belas mahasiswa dan masing-masing dituntut untuk aktif berdiskusi dan mengemukakan pendapat. Ditambah lagi, sesuai dengan program IISMA yang mendukung kompetensi multidisiplin, ia juga mengambil kelas yang berbeda dari jurusan yang ia ambil di kampus asalnya, sehingga tantangan yang dihadapinya semakin bertambah. Selain itu, teman-teman sekelasnya sudah memiliki kelompok pertemanan sendiri, yang membuatnya semakin sulit untuk berintegrasi dan memahami perkuliahan.

Kesulitan lain juga disebutkan oleh MT yang merupakan *awardee* IISMA di Inggris. MT mengungkapkan kebingungannya ketika harus memanggil dosen hanya dengan nama mereka saja, tanpa menggunakan kata sapaan "Pak" atau "Bu"

seperti yang biasa dilakukan di Indonesia. Hal ini membuatnya merasa tidak sopan dan perlu menyesuaikan dengan norma dan nilai budaya setempat. Hambatan bahasa juga disebutkan dalam wawancara dengan *awardee* IISMA di Taiwan berinisial AD dan VL dikarenakan perkuliahan yang dilaksanakan dalam sistem bilingual menggunakan bahasa Mandarin dan Inggris sehingga hal tersebut terasa menyulitkan dan menyebabkan frustrasi dan kecemasan.

Awardee IISMA juga menghadapi tantangan saat bekerja dalam kelompok dengan mahasiswa lokal. Salah satu *awardee* IISMA berinisial FT yang menempuh studi di Korea mengungkapkan kesulitannya dalam berdiskusi dengan mahasiswa Korea. Menurutnya, mahasiswa Korea cenderung meremehkan kemampuan mahasiswa internasional, sehingga hanya memberikan tugas-tugas yang mudah tanpa melibatkan diskusi mendalam. Pernyataan ini didukung oleh hasil penelitian Hotta dan Ting-Toomey (2013) pada universitas di Amerika, yang menyatakan bahwa mahasiswa Amerika tidak suka berinteraksi dengan mahasiswa internasional, terutama dalam mengerjakan tugas kelompok.

Tantangan yang dihadapi mahasiswa internasional tersebut dapat menyebabkan mereka merasakan keterasingan klasik, terutama perasaan tidak berdaya, tidak berarti, dan merasa diasingkan secara sosial saat sedang berinteraksi dengan orang-orang baru di negara asing, yang pada akhirnya mengarahkan mereka kepada *culture shock* (Furham, 2012). *Culture shock* merupakan perasaan bingung dan tidak nyaman yang berkembang secara bertahap, yang muncul akibat perubahan besar, seperti lingkungan yang tidak familiar, yang dialami oleh seseorang saat tinggal atau belajar di luar negeri (Portela-Myers, 2006). *Culture*

shock terjadi karena adanya perbedaan budaya yang dirasakan oleh mahasiswa internasional (Akarowhe, 2018) dan dapat berdampak signifikan terhadap performa akademik mahasiswa (Mulbah, 2017). Di antaranya yaitu dapat meningkatkan stres, kecemasan, disorientasi, yang menyebabkan mahasiswa sulit untuk fokus dan berpartisipasi dalam kelas (Blessing, 2020).

Mahasiswa internasional dapat merasakan *culture shock* dimulai ketika mereka sampai di bandara dan juga ketika dalam perjalanan ke lokasi di kota tempat universitas mereka berada. Mereka mulai merasakan kecemasan dan juga stres terkait perjalanan mereka dari bandara ke lokasi universitas (Almukdad & Karadag, 2024). Perasaan bersemangat, depresi, ragu akan diri sendiri, merupakan emosi yang biasanya dirasakan individu dalam beberapa minggu pertama mereka dikarenakan sulitnya memahami diri sendiri di lingkungan baru (Hofstede, 1991). Pada umumnya, individu merasakan *culture shock* pada tingkatan yang berbeda-beda. Tingkat gangguan dapat bervariasi antar individu, mulai dari hampir tidak terasa hingga sangat mengganggu. Intensitasnya dipengaruhi oleh kepribadian, pemahaman budaya, dan risiko personal yang dihadapi (Taft, 1977).

Culture shock dapat terjadi di ketika berada di lokasi tujuan atau bahkan sebelum perjalanan dimulai dan dapat bertahan selama beberapa minggu hingga beberapa bulan setelah kedatangan mereka di negara tujuannya (Lin, 2006). Oberg (1960) menjelaskan bahwa *culture shock* mungkin tidak terjadi pada periode yang sistematis, terkadang dapat muncul kapan saja tergantung kepada perasaan dan emosi individu dari waktu ke waktu. Ketika individu menghadapi budaya baru dan mengalami *culture shock*, perubahan dan ketidakakraban dengan budaya tersebut

akan mempengaruhi penyesuaian psikologis dan partisipasi pada lingkungan budaya tersebut (Xia, 2009).

Dampak negatif dari *culture shock* seringkali menyebabkan beberapa gejala disorientasi psikologis seperti putus asa, bosan, kehilangan konsentrasi, agresif, perasaan tidak aman, perasaan marah, kebanyakan tidur ataupun mudah kelelahan, sering menunda rutinitas sehari-hari, dan juga berbagai gejala fisik seperti nyeri dan sakit pada tubuh (Narouz, 2018). Apabila gejala-gejala tersebut semakin menumpuk dan disorientasi psikologis meningkat, maka akan menyebabkan individu mengalami kesulitan dalam mempelajari budaya baru (Xia, 2009). Bahkan, disorientasi psikologis juga dapat mempengaruhi kemampuan seseorang dalam menyelesaikan masalah dan membuat keputusan sehingga menyebabkan menurunnya motivasi untuk menyesuaikan diri pada lingkungan baru (Xia, 2009). Ketika seseorang gagal dalam mengatasi gejala *culture shock*, mereka akan cenderung bersikap bermusuhan dengan hal-hal yang berkaitan dengan negara tuan rumah, yang dapat menyebabkan terhambatnya hubungan interpersonal (Jaenudin, Sahroni, & Ramdani, 2020). Kemampuan individu dalam membangun hubungan interpersonal disebut dengan *social adjustment*.

Menurut Baker dan Siryk (1984) *social adjustment* di perguruan tinggi mengacu pada kapasitas individu dalam memenuhi tuntutan dan kebutuhan sosial serta interpersonal yang muncul dalam kehidupan pendidikan mereka. Hal ini mencakup keterlibatan dalam pekerjaan kelompok, membentuk persahabatan sesama mahasiswa, serta berpartisipasi aktif dalam berbagai program ekstrakurikuler yang disediakan oleh perguruan tinggi tersebut. Baker dan Siryk

(1984) mendefinisikan *social adjustment* yang baik melalui empat aspek yaitu *general* yang mengacu pada kemampuan individu untuk terlibat aktif dalam lingkungannya, *other people* yang mengacu pada proses membangun hubungan interpersonal serta berintegrasi dengan masyarakat setempat, *nostalgia* yang merujuk pada kemampuan individu mengelola perasaan yang diakibatkan keterpisahan dari keluarga, dan yang terakhir *social environment* yang merujuk pada terbentuknya rasa memiliki dan diterima di dalam komunitas baru.

Saat mahasiswa memiliki kemampuan *social adjustment* yang baik maka mahasiswa tersebut memiliki rasa tanggung jawab, memiliki sikap realistis objektif yaitu dapat menilai situasi dan masalah, memiliki kemampuan mengendalikan diri dalam menghadapi masalah-masalah yang akan dihadapi, memiliki tujuan yang jelas dalam menjalani perkuliahan, dapat bekerja sama dengan orang lain, memiliki kemampuan membuka diri agar dapat berbaur dengan orang-orang yang belum pernah bertemu sebelumnya dan memiliki minat yang besar dalam melakukan sesuatu (Sandra, Sitasari, & Safitri, 2020). Dengan begitu mahasiswa tidak akan mengalami kesulitan di lingkungan kampusnya sehingga mahasiswa lebih mudah dalam mencapai prestasi dan memiliki kehidupan akademik yang sukses (Sandra, Sitasari, & Safitri, 2020).

Mahasiswa yang diduga tidak memiliki kemampuan *social adjustment* yang baik maka mahasiswa tersebut tidak memiliki rasa tanggung jawab, tidak dapat menilai situasi, tidak memiliki tujuan dalam menjalankan perkuliahan, tidak memiliki kemampuan membuka diri untuk berbaur dengan orang-orang yang belum pernah dikenal, tidak mampu bekerja sama dengan dosen dan teman-teman di

kampus dan tidak dapat mengendalikan diri dalam menghadapi masalah (Sandra, Sitasari, & Safitri, 2020).

Mahasiswa yang memiliki kemampuan *social adjustment* yang kurang di lingkungan kampus umumnya memiliki beberapa ciri khas. Salah satunya adalah kesulitan dalam berkomunikasi, terutama bagi mereka yang belum menguasai bahasa pengantar di kampus (Tayeh, 2018). Hal ini dapat menghambat interaksi sosial dan membatasi kemampuan mereka untuk membangun hubungan dengan teman sebaya. Akibatnya, mereka sering merasa kesepian dan terisolasi, terutama ketika tidak mampu menjalin hubungan yang baik dengan orang lain (Vidyanindita, Agustin, & Setyanto, 2017). Mereka sering kurang terlibat dalam kegiatan sosial dan organisasi kampus, yang sebenarnya penting untuk membangun jaringan sosial yang mendukung (Estiane, 2015).

Social adjustment merujuk kepada bagaimana mahasiswa mempertahankan rasa memiliki sebagai anggota dari komunitas di kampus dan rasa akrab dengan anggota lainnya dengan menumbuhkan hubungan interpersonal dan berpartisipasi aktif pada berbagai aktivitas, dalam hal ini adalah pada mahasiswa di lingkungan kampus (Lee, 2016). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Zhang dan Goodson (2011), sebanyak 15% - 20% mahasiswa internasional berisiko mengalami masalah kesehatan mental yang diakibatkan oleh kurangnya rasa memiliki dan diterima oleh komunitas. Mahasiswa yang memiliki latar belakang budaya yang berbeda diperlakukan sebagai orang asing dan juga mengalami diskriminasi gender, perlakuan rasis, serta diskriminasi bahasa (Zhou et al., 2008).

Ketika seseorang dapat memenuhi kebutuhan sosialnya dengan menjalin relasi hidup bermasyarakat pada keadaan sosial sekitarnya hal ini disebut dengan *social adjustment* (Ansary et al., 2022). *Social adjustment* merupakan penyesuaian individu dalam hubungan sosial dengan orang lain, baik di dalam kampus maupun di luar kampus yang dapat direfleksikan dari sikap dan perilaku (Ansary et al., 2022). Salah satu tujuan dari sistem pendidikan saat ini yaitu untuk membantu mahasiswa mencapai adaptabilitas sosial yang akan membantu mahasiswa dalam menyesuaikan diri mereka dalam kondisi sosial yang berbeda (Ansary et al., 2022). Mahasiswa yang memiliki tingkat *social adjustment* yang lebih tinggi di kampus memiliki tingkat depresi yang lebih rendah, lebih sedikit merasakan kesepian, dan mengalami stress yang lebih sedikit (Crede & Niehorster, 2012).

Kendala yang dialami setiap individu pada lingkungan barunya merupakan hal yang wajar karena masih mengalami proses penyesuaian dalam hubungan sosialnya. Namun, mahasiswa baru yang berasal dari latar belakang daerah dan budaya yang berbeda memerlukan upaya dan waktu lebih banyak untuk mengenal dan berinteraksi dengan mahasiswa dan masyarakat lokal di tempat studinya (Dara et al, 2020). Keberhasilan dalam menjalani proses interaksi dengan orang lain dari etnis dan suku bangsa yang berbeda ini pada akhirnya akan menghasilkan kemampuan penyesuaian diri yang baik (Dara et al., 2020). Sebaliknya, hambatan-hambatan yang dialami individu dalam berinteraksi dengan orang dari berbagai latar belakang yang berbeda akan menimbulkan dampak yang negatif (Dara et al., 2020).

Mahasiswa yang mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dalam domain sosial cenderung akan merasakan kesepian, kecemasan, dan juga depresi (Mounts, Valentiner, Anderson, & Bowsel, 2006). Baker dan Siryk (1986) mengungkapkan tingkat *social adjustment* yang rendah pada mahasiswa mengindikasikan bahwa mahasiswa kurang dapat berpartisipasi dalam kegiatan sosial di kampus, kekurangan kemampuan sosial, dan merasa bahwa mereka tidak memiliki dukungan sosial. Didukung penelitian yang dilakukan oleh Roberson, Fish, Olmstead, dan Fincham (2015) yang mengungkapkan bahwa mahasiswa yang menolak realitas dan lingkungan sosial cenderung merasa terasing dari lingkungannya. Kondisi ini menyebabkan mereka tidak merasakan kebahagiaan saat melakukan interaksi, baik dengan teman sebaya, senior, junior, dosen, maupun staf di lingkungan kampus. Kemampuan menyesuaikan diri yang buruk dapat menyebabkan individu menjadi lebih tertutup guna menghindari munculnya konflik dengan lingkungan sekitar (Christy, 2020).

Tantangan dalam penyesuaian yang dihadapi oleh mahasiswa internasional yang berkaitan dengan sosial budaya dapat ditemui dalam penelitian lainnya. Studi yang dilakukan oleh Gu et al. (2010) menjelaskan bahwa mahasiswa internasional mengalami "*acculturative tensions*" yang disebabkan oleh perbedaan budaya. Kebutuhan untuk menyesuaikan diri pada budaya yang baru, cara hidup, makanan, dapat menimbulkan stres pada mahasiswa internasional (Russell, Rosenthal, & Thomson, 2010). Semakin besar perbedaan budaya antara negara asal dan negara tujuan maka semakin sulit pula proses *adjustment* yang dilakukan mahasiswa (Kegel, 2015).

Terdapat beberapa penelitian yang menjelaskan terkait hubungan *social adjustment* dengan *culture shock*. Namun, hanya satu penelitian kuantitatif yang telah dilakukan dalam konteks ini, yaitu studi oleh Pramudiana dan Setyorini (2019). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa siswa Papua yang merantau ke Magelang mengalami kesulitan dalam penyesuaian sosial di Magelang akibat dari *culture shock*. Sementara itu, Samuel, Qalbi, dan Natsir (2022) melakukan penelitian kualitatif melalui wawancara menemukan bahwa hambatan penyesuaian mahasiswa Thailand yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Makassar juga disebabkan oleh *culture shock*.

Dalam konteks *awardee* IISMA, studi yang ada masih terbatas pada pendekatan kualitatif. Prasetyaningrum (2023) meneliti kompetensi interkultural dan penyesuaian *awardee* IISMA menggunakan metode wawancara. Demikian pula, Badri, Karimah, dan Sunarya (2024) melakukan penelitian kualitatif tentang proses adaptasi lintas budaya *awardee* IISMA di perguruan tinggi Taiwan. Namun, belum ada studi yang meneliti hubungan *social adjustment* dengan *culture shock* pada *awardee* IISMA dengan metode kuantitatif. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu untuk meneliti mengenai hubungan *social adjustment* dengan *culture shock* pada *awardee* IISMA.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah yang akan diangkat, yaitu apakah terdapat hubungan antara *social adjustment* dengan *culture shock* pada *awardee* IISMA?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *social adjustment* dengan *culture shock* dengan pada *awardee* IISMA.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dalam bidang psikologi dan sosial dan berfungsi sebagai sumber literatur terbaru yang digunakan untuk memahami hubungan antara *social adjustment* dengan *culture shock* dengan pada *awardee* IISMA. Selanjutnya, hasil penelitian ini juga diharapkan untuk dapat menjadi bahan referensi bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

Adapun manfaat dari penelitian ini secara praktis, antara lain:

- a. Bagi *awardee* IISMA, semoga penelitian ini dapat menambah pengetahuan serta pandangan bagaimana hubungan antara *social adjustment* dengan *culture shock* dengan pada *awardee* IISMA dapat mengetahui hal-hal terkait yang dapat dilakukan untuk mengatasi atau mengurangi kemungkinan tersebut.
- b. Bagi penyelenggara IISMA, semoga penelitian ini menambah pengetahuan serta pemahaman terkait hal-hal yang dapat dilakukan sebagai persiapan untuk mencegah dan mengatasi *culture shock* yang dialami *awardee*.