

# **PENGALAMAN KOMUNIKASI DALAM BERADAPTASI DENGAN *HOSTCULTURE* (STUDI PADA PROSES ADAPTASI MAHASISWA ETNIS BATAK DI KOTA SEMARANG)**

Dimas Obwid Robertus Belarmino Malau, Turnomo Rahardjo, Triyono Lukmantoro

[dimasmalau@students.undip.ac.id](mailto:dimasmalau@students.undip.ac.id)

**Program Studi S1 Ilmu Komunikasi**

**Fakultas Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik Universitas Diponegoro**

**Jl. Prof. Soedarto, SH, Tembalang, Semarang Kotak Pos 1269 Telepon (024) 746407**

**Faksimile (024) 746504 Laman : <https://www.fisip.undip.ac.id> Email : [fisip@undip.ac.id](mailto:fisip@undip.ac.id)**

## **ABSTRACT**

*Individuals pursuing studies outside their native cultural environment demand complex adaptation. Migration to a culturally distinct environment propels cross-cultural adaptation and communication, especially in Semarang which attracts diverse students, including those from the Batak ethnic group. In this context, cross-cultural communication, particularly with Javanese culture, becomes essential in Semarang's culturally diverse setting. This research examines the cultural adaptation of Batak ethnic students within the host culture during their educational journey in Semarang. The employed method is qualitative, grounded in the interpretive paradigm and phenomenological approach. Data for this study were obtained through in-depth interviews with four Batak ethnic students aged 18 and above, who had not previously resided in Semarang. The findings of this research reveal that the cultural adaptation of Batak ethnic students in Semarang follows several stages based on the U-Curve model. The stages experienced by Batak ethnic students in adapting to the new culture encompass entering the new culture, culture shock, adjustment to the new culture, and understanding the core of the new culture. In the first stage, Batak ethnic students encounter differences in values, norms, language, and lifestyle compared to Javanese culture, resulting in mixed feelings of excitement and enthusiasm, as well as anxiety stemming from unfamiliarity with the new environment. The second stage, termed as the culture shock phase, marks a period where feelings of alienation and discomfort start to arise due to significant cultural disparities, such as language, communication style, and cuisine. However, through effort and time, Batak ethnic students successfully transition into the adjustment phase, where they learn and adapt to new customs, including mastering Javanese language for daily interactions. In this stage, support from local peers plays a pivotal role in aiding Batak ethnic students to adapt more effectively. This adjustment process varies in duration, ranging from two weeks to six months. Ultimately, by grasping the essence of the new culture, Batak ethnic students feel more at ease and adept at functioning within Javanese culture. Understanding the language, customs, and local norms assists in overcoming anxiety and enhances comfort in interacting with the local community. Anxiety also emerges as a factor faced by Batak ethnic students during the adaptation process, primarily due to uncertainty in encountering unfamiliar culture, lack of peers from the same hometown, and a sense of longing for their place of origin.*

**Key Words: Cultural Adaptation, Batak Culture, Host Culture, U-Curve Theory**

## ABSTRAK

*Individu yang menempuh studi di luar wilayah budaya asal menuntut adaptasi yang kompleks. Migrasi ke lingkungan budaya berbeda mendorong adaptasi dan komunikasi antarbudaya, terutama di Semarang yang menarik beragam mahasiswa, termasuk etnis Batak. Dalam konteks ini, komunikasi lintas budaya terutama dengan budaya Jawa, penting diperhatikan di lingkungan Semarang yang memeluk keragaman budaya. Penelitian ini mengkaji tentang adaptasi budaya mahasiswa etnis Batak dengan host culture selama menempuh pendidikan di Kota Semarang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah tipe kualitatif, yang mengacu pada paradigma interpretif dan pendekatan fenomenologi. Data dalam penelitian ini diperoleh dengan melakukan wawancara mendalam dengan empat mahasiswa etnis Batak berusia 18 tahun ke atas yang belum pernah tinggal di Semarang.*

*Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa adaptasi budaya mahasiswa etnis Batak di Semarang menempuh beberapa tahap berdasarkan model Kurva U. Serangkaian tahap yang dijalani oleh mahasiswa etnis Batak dalam beradaptasi dengan budaya baru mencakup tahap memasuki budaya baru, gegar budaya, penyesuaian dengan budaya baru, dan pemahaman inti budaya baru. Pada tahap pertama, mahasiswa etnis Batak mengalami perbedaan dalam nilai, norma, bahasa, dan gaya hidup dengan budaya Jawa, yang menghasilkan perasaan campuran antara gembira dan antusiasme serta rasa cemas yang timbul akibat ketidakfamiliaran dengan lingkungan baru. Tahap kedua, yang disebut tahap gegar budaya, merupakan fase di mana perasaan keterasingan dan ketidaknyamanan mulai dirasakan oleh mahasiswa etnis Batak karena perbedaan budaya yang signifikan, seperti bahasa, gaya berkomunikasi, dan makanan. Namun, melalui upaya dan waktu, mahasiswa etnis Batak berhasil masuk ke tahap penyesuaian dengan budaya baru, di mana mereka belajar dan beradaptasi dengan kebiasaan baru, termasuk menguasai bahasa Jawa untuk interaksi sehari-hari. Dalam tahap ini, dukungan dari teman-teman lokal memiliki peranan penting dalam membantu mahasiswa etnis Batak beradaptasi lebih baik. Proses penyesuaian ini berlangsung selama jangka waktu yang bervariasi, antara dua minggu hingga enam bulan. Pada akhirnya, melalui pemahaman terhadap inti budaya baru, mahasiswa etnis Batak merasa lebih nyaman dan mampu berfungsi dengan baik dalam budaya Jawa. Pemahaman terhadap bahasa, kebiasaan, dan norma-norma setempat membantu mengatasi rasa cemas dan meningkatkan kenyamanan dalam berinteraksi dengan masyarakat lokal. Kecemasan juga menjadi faktor yang dihadapi oleh mahasiswa etnis Batak dalam proses adaptasi, terutama karena ketidakpastian dalam menghadapi budaya yang belum dikenal, kurangnya teman sebaya dari daerah asal yang sama, dan perasaan rindu akan kampung halaman.*

**Kata Kunci:** *Adaptasi Budaya, Budaya Batak, Budaya Tuan Rumah, Teori Kurva U*

## I. PENDAHULUAN

Universitas yang memiliki reputasi dan kualitas pendidikan yang unggul akan secara alami menarik minat para calon mahasiswa untuk mendaftar. Namun, fakta yang ada menunjukkan bahwa universitas terbaik di Indonesia masih cenderung terpusat di Pulau Jawa. Berdasarkan data yang dirilis oleh Kementerian Riset, Teknologi, dan Pendidikan Tinggi, dari 100 perguruan tinggi non-vokasi dengan peringkat tertinggi, sembilan dari sepuluh perguruan tinggi terbaik di Indonesia berlokasi di Pulau Jawa. (Kemenristek, 2022).

Menjalani perkuliahan di luar kampung halaman merupakan tantangan yang lebih besar

dibandingkan kuliah di tempat asal. Oleh karena itu, diperlukan penyesuaian dalam berbagai aspek kehidupan agar dapat mencapai kesuksesan yang diharapkan. Orang yang pindah ke lingkungan baru dengan budaya yang berbeda harus beradaptasi dengan budaya tuan rumah (host culture). Ketika budaya mirip, persepsi terhadap peristiwa atau objek sosial cenderung serupa. Namun, perbedaan budaya antara individu dari budaya yang berbeda dapat menghasilkan variasi dalam cara berkomunikasi dan berinteraksi.

Salah satu masalah yang paling sulit dan terus-menerus dihadapi dalam komunikasi antarbudaya adalah perbedaan bahasa. Perbedaan bahasa sangat memungkinkan dalam memengaruhi interaksi

antarbudaya (Samovar, 2017:270). Walaupun Bahasa Indonesia digunakan sebagai medium dalam proses perkuliahan, kenyataannya Bahasa Jawa tetap sering diucapkan baik dalam situasi komunikasi di luar maupun di dalam ruang kelas. Fenomena ini tidak dapat diabaikan karena Bahasa

Jawa adalah bahasa asli bagi penduduk suku Jawa yang tinggal di wilayah Jawa Tengah, Yogyakarta, dan Jawa Timur.

Salah satu contoh pengalaman komunikasi yang dikaji dalam penelitian yang dilakukan oleh Ignatius Silvester Djawa (2021) yang mengemukakan pengalaman mahasiswa pendatang beretnis Papua ke Surabaya dihadapkan pada berbagai rintangan dan kesulitan. Hambatan-hambatan ini muncul akibat pandangan negatif dan ketidaksesuaian dalam budaya, bahasa, serta rutinitas sehari-hari. Faktor lain yang mempersulit adalah isu kemerdekaan Papua dan insiden-insiden rasisme, yang berkontribusi pada kesulitan bagi mahasiswa Papua. Hasilnya, banyak mahasiswa Papua mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan yang berbeda.

Contoh lain dari pengalaman komunikasi dikemukakan oleh Rania Putri Faradibya (2022). Penelitian ini mengemukakan bahwa bahwa pengalaman mahasiswa yang berasal dari Batam dan pindah ke Jakarta membawa perbedaan dalam penggunaan bahasa, adat istiadat, dan gaya hidup sosial. Bahkan, kosa kata yang mereka gunakan dalam kehidupan sehari-hari dapat menjadi hambatan dalam komunikasi, mengakibatkan situasi di mana miskomunikasi sering terjadi dan komunikasi lintas budaya tidak berjalan secara efektif. Salah satu narasumber utama dalam penelitian ini mengalami rasa frustrasi yang membuatnya merasa cemas dan terpuruk karena menghadapi masalah yang muncul akibat perbedaan dalam adat istiadat.

Kota Semarang menjadi tempat yang sering dikunjungi oleh beragam individu dengan berbagai tujuan. Di antara tujuan tersebut adalah pendidikan, di mana mahasiswa dari berbagai daerah datang untuk mengejar ilmu di perguruan tinggi yang terletak di kota ini, baik yang dikelola oleh pemerintah maupun swasta. Ini juga termasuk mahasiswa etnis Batak, yang melakukan perpindahan ke Kota Semarang untuk melanjutkan pendidikan. Dalam konteks ini, mereka perlu melakukan interaksi antarbudaya dengan etnis

lain, termasuk etnis Jawa sebagai budaya tuan rumah (host culture).

Ketika seseorang pindah ke lingkungan budaya yang baru, penyesuaian diri menjadi suatu kebutuhan penting. Hal ini disebabkan oleh perbedaan antara budaya asal individu dan budaya tuan rumah (host culture). Karena adanya perbedaan tersebut, nilai-nilai dan norma budaya sebelumnya tidak selalu relevan atau dapat diaplikasikan dalam lingkungan yang baru ini.

Cara yang paling efektif untuk mengoptimalkan komunikasi antarbudaya adalah mempelajari satu budaya pada satu waktu dan belajar semua fitur komunikasi yang berbeda dan spesifik dari budaya. Pendekatan mengasumsikan bahwa orang tersebut bersiap untuk mengunjungi atau bekerja bersama anggota dari budaya lain; oleh karena itu, ini memerlukan orientasi khusus budaya yang mendalam (Samovar, 2017:63). Dalam menghadapi budaya dan lingkungan baru, individu etnis Batak diharapkan untuk melakukan adaptasi. Salah satu langkah adaptasi adalah mempelajari bahasa dan budaya Jawa. Namun, perlu diperhatikan bahwa dalam proses adaptasi ini, ada yang beradaptasi dengan cepat dan ada yang memerlukan lebih banyak waktu untuk beradaptasi.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ashmarita (2022) yang berjudul "Orang Batak Mempertahankan Identitas Budayanya" disebutkan bahwa etnis Batak termasuk salah satu kelompok yang sering melakukan perpindahan. Individu-individu dari etnis Batak cenderung merantau sebagai upaya untuk meningkatkan kondisi hidup keluarga mereka. Tujuan dari perantauan ini adalah untuk mencapai perubahan yang lebih baik dalam standar hidup.

Seorang mahasiswa etnis Batak yang bernama Riska Oktamariana sedang menempuh studi di program studi Pendidikan Akuntansi di Universitas Negeri Semarang. Dalam pengalamannya, Riska merasakan beberapa perbedaan budaya, terutama dalam hal logat atau gaya bicara. Masyarakat asli Kota Semarang memiliki logat yang cenderung halus, lembut, dengan nada suara yang pelan. Ini sangat berbeda dari logat asli Sumatera Utara yang lebih tegas dan memiliki intonasi yang keras. Selain itu, ada perbedaan dalam hal kebiasaan dasar masyarakat Semarang, khususnya dalam sapaan. Orang-orang di Kota Semarang cenderung sangat ramah dalam bertemu dengan orang lain, bahkan orang asing sekalipun.

Adaptasi adalah salah satu tantangan yang dihadapi oleh individu saat berinteraksi dengan orang lain yang berasal dari budaya yang berbeda. Umumnya, adaptasi terkait dengan perubahan dalam kebudayaan yang dialami oleh individu tersebut. Dalam konteks ini, individu perlu memiliki strategi adaptif untuk dapat mengubah perilaku mereka sesuai dengan kebutuhan. Gudykunts dan Kim (dalam Lusia, 2015:181) menunjukkan bahwa setiap individu memiliki motivasi yang berbeda dalam beradaptasi. Kemampuan individu untuk beradaptasi dengan lingkungan baru sangat penting agar mereka dapat menyatu dengan lingkungan tersebut. Selanjutnya, Gudykunts dan Kim menjelaskan bahwa individu yang mengalami perpindahan atau berinteraksi dengan lingkungan yang baru harus menjalani proses adaptasi terhadap budaya lingkungan baru tersebut.

Menurut Kim (dalam Martin & Nakayama, 2017:337), terdapat tiga dimensi adaptasi yang harus diperhatikan, yaitu kesehatan psikologis, kebugaran fungsional, dan identitas antarbudaya. Salah satu aspek dari proses adaptasi ini melibatkan kenyamanan individu dalam lingkungan budaya yang baru. Kesehatan psikologis merupakan dimensi adaptasi yang umum, dengan fokus pada keadaan emosional individu yang berpindah ke lingkungan baru.

## II. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kualitatif dengan paradigma interpretatif. Dalam penelitian ini, diterapkan pendekatan fenomenologi untuk menggambarkan dan mengorganisir makna dari pengalaman individu terkait dengan fenomena sosial yang mereka hadapi (Creswell, 2018).

### 2.1. Unit analisis

Unit analisis pada penelitian ini merupakan mahasiswa etnis Batak yang melakukan aktivitas merantau untuk pertama kalinya. Mereka melakukan studi di wilayah Kota Semarang setelah sebelumnya tinggal di wilayah Sumatera Utara.

### 2.2. Identitas Informan

Pada penelitian ini, terdapat 4 informan, yaitu individu etnis Batak yang menempuh pendidikan di wilayah Kota Semarang yaitu Universitas Diponegoro dan Universitas Negeri Semarang. Informan etnis Batak pada penelitian ini terdiri dari 3 orang perempuan dan 1 orang laki-laki.

Nama	Usia	Asal Daerah	Perguruan Tinggi
Veronika	18 Tahun	Pematangsi-antar	Universitas Diponegoro
Widia	20 Tahun	Tarutung	Universitas Negeri Semarang
Kezia	22 Tahun	Kabanjahe	Universitas Diponegoro
Benami	21 Tahun	Kabanjahe	Universitas Diponegoro

Tabel 1 Identitas Informan

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan, peneliti mendapatkan temuan penelitian sebagai berikut.

### 3.1. Proses Adaptasi Budaya

Pada saat memasuki budaya baru, individu akan mengalami rasa gembira, penuh harapan dan mengalami euforia. Hal itu disebut fase honeymoon dalam teori Kurva U. Lysgaard mengatakan bahwa hal ini adalah tahap pertama dalam penyesuaian antarbudaya yang biasanya juga disebut fase kegembiraan dimana individu pendatang penuh rasa gembira, penuh harapan, euforia ketika berhadapan dengan budaya baru dan sedikit rasa cemas atau gelisah (Ting-Toomey, 2012:102). Oberg menegaskan bahwa fase ini menunjukkan periode di mana para perantau merasa penasaran dan antusias tentang lingkungan budaya baru, dan emosi mereka cenderung bersemangat, bahagia, dan optimis (Chen dan Zhu, 2020:14).

Keseluruhan informan merasakan perasaan senang dan gembira saat memasuki budaya baru di Semarang. Pada umumnya, informan merasakan perasaan senang ketika dapat diterima untuk berkuliah di universitas pilihannya masing-masing, yaitu Universitas Diponegoro dan Universitas Negeri Semarang. Berdasarkan hasil wawancara, mahasiswa etnis Batak melakukan persiapan sebelum berangkat ke Semarang. Masing-masing individu melakukan persiapan dengan cara yang bervariasi seperti mencari informasi di internet untuk memahami lebih lanjut aspek sosial dan budaya Semarang. Ada juga yang memilih bertanya kepada kakak kelas yang telah berkuliah di Semarang sebelumnya. Pendekatan yang beragam ini membantu mereka mempersiapkan diri dan memahami budaya baru yang akan dihadapi. Meskipun memiliki cara yang

bervariasi semua informan melakukan dengan tujuan yang sama yaitu mengetahui bagaimana keadaan lingkungan sosial dan budaya di Kota Semarang.

Pada fase gegar budaya, kegembiraan yang mereka rasakan pada awal kedatangan mulai melemah dan digantikan oleh prasangka bahkan sikap bermusuhan terhadap lingkungan baru. Hal ini bisa menyebabkan sikap yang cenderung negatif terhadap fenomena budaya lokal, dan para perantau mungkin merasa frustrasi dan bingung secara emosional (Chen dan Zhu, 2020:14). Perbedaan budaya antara budaya Batak dan budaya Jawa di Semarang tampak dalam berbagai aspek kehidupan sehari-hari seperti makanan, bahasa, gaya berkomunikasi, kesopanan, gerakan, preferensi rasa, dan sikap dalam memberikan kritik.

Gegar budaya adalah keadaan stres mental dan fisik yang dialami oleh seorang individu ketika memasuki budaya baru yang berbeda dari budaya asalnya. Gegar budaya disebabkan oleh adanya perbedaan dalam nilai-nilai, norma, perilaku, bahasa, dan aspek-aspek budaya lainnya antara budaya asli dan budaya yang baru. Gegar budaya dapat mempengaruhi individu secara berbeda-beda, mulai dari tingkat ringan hingga tingkat yang parah. Saat mengalami gegar budaya, individu dapat mengalami kesulitan dalam beradaptasi dan berfungsi dengan baik dalam budaya baru (Samovar, 2017:383).

Informan mengalami kesulitan dalam berkomunikasi karena perbedaan bahasa dan gaya berkomunikasi antara bahasa Batak dan bahasa Jawa. Kesulitan yang terkait dengan paparan terhadap bahasa baru memiliki dua aspek utama, yaitu penguasaan bahasa dan gaya berbicara. Keduanya dapat menyebabkan gegar budaya dan menghambat proses penyesuaian (Samovar, 2017:385). Keseluruhan informan mengalami kendala perbedaan bahasa dan mengatakan bahwa mereka menjadi kesulitan ketika hendak berkomunikasi dengan orang Jawa. Hal ini menghambat mereka untuk berinteraksi dengan individu lainnya termasuk dalam perkuliahan. Hal ini menyebabkan kesalahpahaman dalam komunikasi dan membuat mereka seringkali bertanya arti kata-kata atau mengalami hambatan dalam berinteraksi dengan teman-teman sekelas. Perbedaan logat dan intonasi juga menjadi salah satu perbedaan yang ada. Dalam hal perbedaan cita rasa makanan, sebanyak tiga informan mengatakan bahwa mereka juga mengalami kesulitan

menyesuaikan diri dengan cita rasa makanan yang berbeda di Semarang, yang lebih manis daripada makanan Batak yang cenderung lebih pedas. Perbedaan tersebut salah satu informan lebih memilih untuk memasak makanan sendiri agar sesuai dengan selera pribadinya dibandingkan membeli makanan di warung-warung yang tersedia. Dalam aspek perbedaan dalam pola pergerakan dan kebiasaan sehari-hari juga menjadi sorotan, seorang informan mengamati bahwa orang Jawa cenderung memiliki pola pergerakan yang lebih lambat dibandingkan dengan orang Batak. Keseluruhan informan menyatakan bahwa budaya Jawa lebih sopan dalam hal berkomunikasi.

Oberg (dalam Ting Toomey, 2012:94) berpendapat bahwa gegar budaya menghasilkan keadaan disorientasi identitas, yang dapat menimbulkan stres dan tekanan yang luar biasa pada kesejahteraan seseorang. Samovar melanjutkan bahwa salah satu dampak dari gegar budaya adalah homesickness atau perasaan rindu kampung halaman (Samovar, 2017:382). Lebih lanjut, Stella Ting Toomey menegaskan bahwa pada fase mengalami gegar budaya, individu biasanya mengalami homesickness dan kesepian selama mengalami gegar budaya. Sebanyak tiga informan mengalami homesick (merindukan lingkungan dan kebiasaan dari daerah asal mereka). Terjadi perbedaan dalam tingkat *homesickness* di antara individu-individu dalam penelitian ini. Beberapa mengalami *homesick* yang mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk dalam perkuliahan, sementara yang lain mengalami homesick yang tidak terlalu mengganggu aktivitas mereka.

Individu akan mengalami fase penyesuaian dengan budaya baru yang terjadi setelah individu mengalami kesulitan awal dalam beradaptasi dengan budaya baru. Penyesuaian ini melibatkan proses pemulihan di mana individu mulai merasa lebih nyaman, memiliki lebih banyak pengetahuan tentang budaya baru, dan mampu membangun hubungan sosial yang lebih baik dengan anggota budaya tersebut (Martin & Nakayama, 2017:342). Oberg berpendapat bahwa pada fase ini seiring berjalannya waktu, kemampuan komunikasi lintas budaya para perantau meningkat, dan mereka bisa melakukan kontak yang lebih luas dengan budaya lokal (Chen dan Zhu, 2020:14).

Proses penyesuaian yang dilakukan oleh keseluruhan informan terhadap budaya baru di Semarang memiliki pengalaman penyesuaian yang unik. Dalam hal waktu yang dibutuhkan untuk penyesuaian, informan memiliki waktu berbeda-beda

antar informan. Beberapa mengalami penyesuaian dalam waktu satu semester, sementara yang lain hanya memerlukan waktu dua minggu untuk beradaptasi. Samovar menyatakan bahwa pengetahuan budaya dan pengetahuan yang berasal dari interaksi tentang budaya tuan rumah berfungsi sebagai faktor penting dalam proses adaptasi. Pengetahuan budaya dapat mencakup informasi tentang hal-hal seperti budaya dan sejarah etnis, geografi, politik dan sistem ekonomi, kepercayaan agama dan spiritual, beberapa sistem nilai, dan norma situasional. Pengetahuan yang berasal dari interaksi dapat mencakup bahasa, komunikasi verbal dan nonverbal (Samovar, 2017:74).

Pada fase penyesuaian dengan budaya baru, informan merasakan bahwa bantuan dari teman-teman sekitar sangat berperan dalam proses penyesuaian. Informan menggambarkan bahwa mereka menerima bantuan dan dukungan dari teman-teman di sekitar mereka. Teman-teman sekitar membantu mereka dalam belajar budaya setempat, termasuk bahasa Jawa. Mereka menjadi mentor yang membantu informan-informan tersebut dalam berperilaku sesuai dengan budaya, berbicara dalam bahasa Jawa, dan berinteraksi dengan orang-orang Jawa. Selain itu, teman-teman juga memberikan dukungan emosional yang membantu mengurangi rasa kangen pada rumah dan membuat informan-informan semakin terhubung dengan budaya baru.

Dalam hal bahasa Samovar menyebutkan bahwa para pendatang baru harus memperoleh keterampilan linguistik agar dapat berbaur dan menjadi berfungsi dalam budaya tuan rumah mereka, bahasa Jawa merupakan aspek penting dalam proses penyesuaian (Samovar, 2017:385). Keseluruhan informan menyebutkan pentingnya mempelajari bahasa Jawa untuk berkomunikasi dengan lebih lancar dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun belum sepenuhnya menguasai bahasa Jawa, informan-informan tersebut sudah mampu memahami arti percakapan dalam bahasa tersebut.

Dalam teori kurva U, fase *adjustment* merupakan fase terakhir yang dialami oleh individu dalam proses adaptasi dengan budaya baru. Pada fase ini, individu mulai merasa lebih nyaman dan mulai berfungsi dengan baik dalam budaya baru mereka. Mereka telah mengatasi masalah dan merasa lebih akrab dengan aturan, nilai, dan norma-norma budaya (Samovar, 2017:383). Oberg (dalam Chen dan Zhu, 2020:14) menyatakan bahwa pada fase *adjustment* adaptasi para perantau dengan budaya lokal mencapai kestabilan dan

mereka perlahan mengatasi masalah dalam kehidupan sehari-hari. Melalui integrasi budaya mereka sendiri dengan budaya lokal, para perantau mulai merasa nyaman dalam lingkungan budaya baru. Informan dalam fase *adjustment* atau berfungsi dengan efektif dapat mengatasi tantangan budaya yang mereka hadapi. Mereka mampu menavigasi kebiasaan sehari-hari, seperti makanan dan transportasi. Mereka juga dapat memahami etiket dan norma-norma sosial yang dianggap penting dalam budaya baru.

Pemahaman mengenai bahasa juga menjadi tantangan yang diatasi oleh para informan. Keseluruhan informan menyadari pentingnya bahasa Jawa dalam memahami elemen inti budaya terlihat dari pengalaman semua informan. Salah satu informan dalam penelitian ini mencatat bahwa meskipun belum lancar berbahasa Jawa, ia sudah mampu memahami arti dari percakapan yang menggunakan bahasa tersebut. Keseluruhan informan juga mencatat pentingnya mempelajari bahasa Jawa dalam berinteraksi dengan orang-orang Jawa. Dengan memahami bahasa Jawa, informan merasa lebih baik dan percaya diri ketika bergaul dengan teman-temannya. Bahasa Jawa menjadi alat komunikasi yang efektif dalam memahami budaya setempat dan membentuk hubungan yang lebih baik dengan masyarakat. Seorang informan juga menambahkan pengalaman uniknya yaitu mampu untuk menggunakan transportasi umum di Semarang dengan percaya diri dan nyaman. Informan tersebut merasa lebih percaya diri karena sudah memahami bahasa Jawa dan tidak takut untuk berinteraksi dengan masyarakat Jawa.

### **3.2. Kecemasan dalam Adaptasi Budaya**

Dalam komunikasi antarbudaya, kecemasan seringkali dialami dan menjadi tantangan bagi individu yang memasuki budaya baru. Kecemasan timbul dari kekhawatiran tentang kemungkinan konsekuensi negatif. Individu takut terlihat tidak berpengetahuan atau menyakiti seseorang karena tidak familiar dengan bahasa atau budaya orang tersebut (Martin & Nakayama, 2017:401). Teori Manajemen Kecemasan dan Ketidakpastian (*Anxiety-Uncertainty Management Theory*) yang dijelaskan oleh William B. Gudykunst (Littlejohn, 2017: 397-399) mengemukakan bahwa penting untuk mengelola ketidakpastian dan kecemasan agar komunikasi dengan orang asing menjadi efektif. Ketidakpastian terkait dengan kebutuhan dan keinginan akan prediktabilitas, sedangkan kecemasan adalah

perasaan kekhawatiran. Gudykunst (dalam Nurindra, 2021:624) menambahkan bahwa individu mengembangkan rencana komunikasi dengan orang lain untuk mengurangi ketidakpastian yang mereka hadapi.

Dalam penelitian ini, terdapat dua faktor yang menyebabkan kecemasan yang dialami oleh informan. Salah satu faktor utama penyebab rasa cemas adalah ketakutan menghadapi situasi budaya yang belum dikenal oleh informan. Beberapa informan merasa cemas karena mereka merantau jauh dari rumah tanpa memiliki saudara atau kenalan di Semarang. Mereka khawatir tentang bagaimana cara beradaptasi dengan budaya dan orang-orang di sana. Kendala bahasa yang belum dikuasai juga meningkatkan rasa cemas dan ketidakpastian mereka.

Faktor kedua adalah kurangnya teman dari daerah asal yang sama yang dapat menjadi penyebab rasa cemas. Beberapa informan mengungkapkan bahwa awal kedatangan mereka sebagai mahasiswa merantau dirasakan sebagai pengalaman yang menimbulkan kecemasan karena tidak memiliki teman dari daerah asal yang sama. Namun, kehadiran teman-teman lain yang berbeda kampus namun memiliki daerah asal yang sama memberikan sedikit rasa lega dan mengurangi rasa cemas. Hal ini menunjukkan pentingnya dukungan sosial dan keterikatan dengan orang-orang yang memiliki latar belakang yang serupa dalam mengurangi rasa cemas.

Komunikasi yang efektif menurut Gudykunst adalah suatu proses yang diukur dengan sejauh mana terjadinya kesalahpahaman yang minim. Komunikasi yang efektif adalah sejauh mana orang yang memahami pesan memberikan makna kepada pesan tersebut yang relatif sama dengan yang dimaksudkan oleh orang yang menyampaikannya. Dalam teori anxiety and uncertainty management, komunikasi dapat menjadi efektif dengan membutuhkan mindfulness yang melibatkan membuat pilihan tentang bagaimana berkomunikasi (Gudykunst dalam Atqina, 2022:214).

Mindfulness adalah ketika individu sadar akan gaya dan strategi komunikasi dirinya sendiri. Kesadaran diri sangat penting untuk komunikasi yang efektif dengan orang asing agar ketika berinteraksi tidak hanya mengandalkan nilai-nilai, kerangka pemahaman, dan gaya komunikasi diri sendiri. Hal ini memungkinkan individu untuk menyadari perbedaan dan beradaptasi dengan nilai-nilai, aturan, dan identitas orang lain (Littlejohn,

2017:397). Mindfulness adalah kemampuan individu untuk secara sadar dan penuh perhatian memahami dan merespons situasi komunikasi yang melibatkan budaya yang berbeda dengan kesadaran yang mendalam terhadap perbedaan budaya, norma-norma, nilai-nilai, serta sikap-sikap yang mungkin mempengaruhi interaksi tersebut (Ting-Toomey, 2012:31).

Pemahaman dan adaptasi terhadap budaya setempat merupakan strategi yang dilakukan oleh individu etnis Batak ketika berinteraksi dengan masyarakat Jawa. Keseluruhan informan memperoleh pengalaman dan pemahaman yang diperlukan selama proses adaptasi, sehingga rasa cemasnya dalam berinteraksi dengan orang Jawa semakin berkurang. Kecemasan dan ketidakpastian adalah dua elemen inti yang muncul selama interaksi dan komunikasi. Ketika dikelola dengan baik dan didukung dengan kesadaran sosial-budaya secara efektif akan membuat komunikasi antarbudaya yang efektif (Gul, 2023:147). Keseluruhan informan juga aktif belajar dan memahami bahasa Jawa yang digunakan dalam kehidupan sehari-hari, sehingga dapat lebih nyaman berkomunikasi dengan orang-orang Jawa di sekitarnya. Memahami kebiasaan, budaya, dan bahasa setempat membantu mereka merasa lebih percaya diri dan nyaman dalam berinteraksi dengan masyarakat lokal.

Dalam pengurangan kecemasan dan ketidakpastian, Gudykunts menyebutkan salah satu faktor yang dapat mengurangi ketidakpastian yaitu hubungan dengan orang lain dan variasi budaya. Gudykunts menyebutkan bahwa hubungan dengan orang yang berbeda budaya akan dapat meningkatkan kepercayaan diri seseorang ketika bertemu dengan orang asing dari budaya lain (Littlejohn, 2017:397). Lebih lanjut, Stella Ting-Toomey mengatakan bahwa mengupayakan untuk menjalin kontak yang luas dengan anggota budaya tuan rumah dan belajar berkomunikasi dengan mereka dapat meningkatkan pengetahuan lokal dan mengurangi kecemasan dan ketidakpastian. Membangun jaringan persahabatan yang lebih dalam dan penuh dukungan serta memasuki lingkungan baru secara perlahan juga dapat membantu mengembalikan keseimbangan identitas (Ting-Toomey, 2012:109). Keseluruhan informan mengungkapkan cara mengatasi kecemasan dalam proses adaptasi budaya di Semarang adalah dengan mencari dukungan sosial dan menjalin banyak pertemanan. Hal tersebut membantu informan dalam memahami serta beradaptasi dengan budaya setempat. Menemukan lingkungan sosial yang ramah, memiliki teman-teman yang bisa diandalkan, dan

memeroleh pemahaman tentang budaya setempat membantu mengurangi kecemasan dan memfasilitasi proses adaptasi yang lebih lancar.

Keseluruhan informan menyadari pentingnya dukungan sosial dalam mengatasi kecemasan. Mereka mencari teman baru dan bergaul dengan lingkungan sekitar. Dukungan sosial dari teman-teman mereka membantu mereka dalam mengurangi rasa cemas. Dengan memiliki orang-orang yang bisa diandalkan, mereka merasa lebih aman dan nyaman ketika menghadapi tantangan baru dalam lingkungan budaya yang berbeda.

Keseluruhan informan juga menjalin banyak pertemanan dengan teman-teman dari budaya tuan rumah. Dua orang informan mengungkapkan bahwa dengan memiliki banyak teman, ia merasa lebih terhubung dengan lingkungan sekitarnya dan mengurangi perasaan homesick. Dua informan lainnya juga mengikuti strategi yang serupa dengan mencari teman dan memiliki orang-orang yang bisa diandalkan saat membutuhkan bantuan. Pertemanan ini memberikan mereka rasa keterikatan dan dukungan sosial yang sangat diperlukan dalam mengatasi kecemasan.

#### IV. KESIMPULAN

Adaptasi budaya mahasiswa etnis Batak yang menempuh pendidikan di Semarang melibatkan sejumlah tahapan. Tahap pertama adalah pengalaman memasuki budaya baru, di mana mereka menghadapi perbedaan nilai, bahasa, dan gaya hidup yang berbeda dari budaya asal mereka yaitu budaya Batak. Pada tahap berikutnya, mereka mengalami gegar budaya, yang ditandai dengan keterasingan dan kebingungan akibat perbedaan budaya yang lebih dalam, seperti bahasa, gaya berkomunikasi dan makanan.

Namun, melalui dukungan sosial dari teman-teman setempat, mahasiswa etnis Batak mulai menyesuaikan diri dengan budaya baru dan memahami inti budaya setempat. Proses penyesuaian ini membutuhkan waktu yang berbeda bagi setiap mahasiswa yaitu selama dua minggu hingga enam bulan. Pada akhirnya, pemahaman terhadap bahasa, kebiasaan, dan norma-norma setempat membantu mereka merasa lebih nyaman dan berfungsi dengan baik dalam lingkungan budaya baru.

Dukungan sosial dari teman-teman setempat terbukti penting dalam membantu mahasiswa etnis Batak mengatasi keterasingan dan meningkatkan kenyamanan berinteraksi dengan masyarakat lokal. Dengan pemahaman dan dukungan yang tepat,

mahasiswa etnis Batak dapat mengatasi perbedaan budaya dan berfungsi dengan efektif dalam lingkungan budaya baru mereka. Penelitian ini memberikan pelajaran penting tentang pentingnya adaptasi budaya dalam lingkungan pendidikan yang multikultural dan beragam seperti di Semarang.

#### REFERENSI

- [1] Ashmarita, Cindy, Hartini, & Sumule, G. M. 2022. Orang Batak Mempertahankan Identitas Etnisnya. Indonesian Annual Conference Series.
- [2] Atqiya, Ashfiya Nur, Pawito, & Andrik Purwasito. 2022. Anxiety/Uncertainty Management in Santri's Cultural Communication of Al-Muayyad Surakarta Islamic Boarding School in 2021/2022. *Journal of International Conference Proceedings (JICP)*, 5(5): 212-221.
- [3] Chen, Jiexiu, & Junwen Zhu. 2020. Cross-Cultural Adaptation Experiences of International Scholars in Shanghai. Singapore: Springer.
- [4] Creswell, John W., & Cheryl N. Poth. 2018. *Qualitative Inquiry & Research Design: Choosing Among Five Approaches* Fourth Edition. California: SAGE Publications.
- [5] Darwanto, B. 2022. Sungkan, A Javanese Cultural Trait And The Willingness To Speak (WTS) Among Javanese Learners Of English. *Conscientia: Journal on Language, Literature, and Culture*, 18(2): 71-72.
- [6] Ginting, Eginta Sai Sari, Hasanah, & Ignasia Debbye Batuallo. 2021. Gegar Budaya Mahasiswi Rantau di Rusunawa Untan Kota Pontianak. *Balale': Jurnal Antropologi*, 2(1): 115-132.
- [7] Gudykunst, William B., & Tsukasa Nishida. 2001. Anxiety, Uncertainty, and perceived effectiveness of communication across relationships and cultures. *International Journal of Intercultural Relations*, 25(1): 55-71.
- [8] Gul, Nasim, Afia Tasneem Wasti, & Syed Sabih Ul Hassan. 2023. The Implications of Anxiety/Uncertainty Management Theory in Pakistani Context: A Critique from the Perspective of Sociolinguistics. *City University Research Journal of Literature and Linguistics*, 5(1): 144-163.
- [9] Hasyim, Farah Fadilah, Hasneni, Shabrina Cinnong, Nurfadhila Naifah Amar, &

- Juliette Tamarischa Pirri. 2023. Nilai Kerukunan Etnis Jawa terhadap Motivasi Berperilaku Masyarakat Jawa: Psikologi Budaya. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(1).
- [10] Koentjaraningrat. 1985. *Manusia dan Kebudayaan Indonesia*. Jakarta: Penerbit Djambatan.
- [11] Littlejohn, Stephen W., Karen A. Foss, & John G. Oetzel. 2017. *Theories of Human Communication Eleventh Edition*. Amerika Serikat: Waveland Press.
- [12] Martin, Judith. & Thomas Nakayama. 2017. *Intercultural Communication in Contexts*. New York: Mc Graw-Hill Education.
- [13] Peitila, Irja. 2010. *Intercultural Adaptation as a Dialogical Learning Process*. Disertasi, University of Tampere.
- Rachman, A. 2021. "Different Perspectives in Defining Culture." *Indonesian Journal of Social Sciences*, 13(2): 84-94.
- [14] Samovar, Larry A., Richard E. Porter, Edwin R. McDaniel, & Carolyn S. Roy. 2017. *Communication Between Cultures Ninth Edition*. Boston: Cengage Learning.
- [15] Sujarno. 2018. *Wayang Orang Ngesti Pandowo*. Yogyakarta: Kementerian Pendidikan Dan Kebudayaan Balai Pelestarian Nilai Budaya Daerah Istimewa Yogyakarta.
- [16] Ting-Toomey, Stella, & Leeva C. Chung. 2012. *Understanding Intercultural Communication Second Edition*. New York: Oxford University Press.
- [17] Utami, Lusia. 2015. Teori Teori Adaptasi Antarbudaya. *Jurnal Komunikasi*, 7(2): 180-196.
- [18] Valentina, Tience Debora, & Wisjnu Martani. 2018. Apakah Hasangapon, Hagabeon, dan Hamoraon sebagai Faktor Protektif atau Faktor Risiko Perilaku Bunuh Diri Remaja Batak Toba? Sebuah Kajian Teoritis tentang Nilai Budaya Batak Toba. *Jurnal Buletin Psikologi*, 26(1): 1-8.
- [19] Xu, Xing, Sit, Helena Hing Wa, & Chen, Shen. 2020. *Reflecting and Evaluating: Assessing the Doctoral Experience*. In: *The Eastern Train on the Western Track*. Singapura: Springer.