



Nivedana

Jurnal Komunikasi dan Bahasa

E-ISSN: 2723-7664



@ the Author(s) 2024

Volume 5 Number 4, December 2024

Submitted: Nov 15, 2024

Revised Nov 25, 2024

Accepted Dec 10, 2024

DOI : <https://doi.org/10.53565/nivedana.v5i4.1440>

KOMUNIKASI ANTARBUDAYA DALAM PROSES ADAPTASI MAHASISWA IPB ASAL BALI DI KOTA BOGOR

M.Fadli¹, Mohamad Ghozali Moenawar², Sutisna Riyanto³, Leonard Dharmawan⁴
Nabhila Manisyah⁵ Maharani Azzahra⁶

Abstrak

Komunikasi antarbudaya dan adaptasi budaya merupakan konsep yang sangat penting dalam interaksi sosial di masyarakat multikultural. Komunikasi antarbudaya merujuk pada pertukaran informasi, nilai, dan norma antara individu yang berasal dari latar belakang budaya yang berbeda. Adaptasi budaya adalah proses penyesuaian diri yang dilakukan individu saat menghadapi lingkungan budaya baru, yang melibatkan perubahan dalam cara berkomunikasi, berpikir, dan bertindak. Dalam konteks pendidikan, mahasiswa yang berasal dari budaya yang berbeda seringkali menghadapi tantangan dalam berkomunikasi dan menyesuaikan diri dengan kebudayaan yang ada di lingkungan kampus. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses adaptasi dan komunikasi antarbudaya mahasiswa IPB asal Bali di Kota Bogor serta mengidentifikasi hambatan yang mereka hadapi dalam beradaptasi dan berkomunikasi. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan pengumpulan data melalui wawancara mendalam dan studi pustaka. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa asal Bali mengalami beberapa tahap adaptasi dalam menyesuaikan diri dengan budaya dan kebiasaan masyarakat di Kota Bogor. Hambatan yang mereka hadapi meliputi perbedaan budaya, bahasa, cita rasa makanan, akses ke tempat ibadah, serta perbedaan dalam nilai dan norma sosial. Meskipun demikian, mahasiswa Bali di IPB menunjukkan kemampuan untuk menyesuaikan perbedaan budaya tersebut dengan strategi komunikasi yang beragam. Mahasiswa IPB asal Bali telah melewati beberapa fase seperti kegembiraan akan budaya baru, gegar budaya, pemulihan, dan diakhiri dengan penyesuaian kebudayaan. Penelitian ini memberikan wawasan tentang pentingnya pemahaman komunikasi antarbudaya dalam mendukung proses adaptasi mahasiswa dari daerah dengan latar budaya yang berbeda.

Kata Kunci: Komunikasi, Budaya, Adaptasi, Bali, Mahasiswa

¹Sekolah Vokasi IPB University, email: mfadli07082003@gmail.com

²Sekolah Vokasi IPB University, email: ghozali@uai.ac.id

³Sekolah Vokasi IPB University, email: sutisnari@apps.ipb.ac.id

⁴Sekolah Vokasi IPB University, email: leonarddharmawan@apps.ipb.ac.id

⁵Sekolah Vokasi IPB University, email: nabilamanisyah@gmail.com

⁶Sekolah Vokasi IPB University, email: maharaniazhr@gmail.com

Nivedana: Journal of Communication and Language

Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Raden Wijaya Wonogiri

Volume 5, Number 4, December 2024 / nivedana@radenwijaya.ac.id

Abstract

Intercultural communication and cultural adaptation are crucial concepts in social interaction within multicultural societies. Intercultural communication refers to the exchange of information, values, and norms between individuals from different cultural backgrounds. Cultural adaptation is a process of self-adjustment carried out by individuals when encountering a new cultural environment, which involves changes in the way they communicate, think, and act. In the educational context, students from diverse cultures often face challenges in communicating and adapting to the campus culture. This research aims to analyze the adaptation process and intercultural communication of IPB students from Bali in Bogor City, as well as identify the obstacles they face in adapting and communicating. The research employs a qualitative descriptive method, gathering data through in-depth interviews and literature review. The results reveal that students from Bali experience several stages of adaptation to the culture and habits of the people in Bogor. The obstacles they encounter include differences in culture, language, food preferences, access to places of worship, and differences in values and social norms. Despite these challenges, IPB students from Bali demonstrate the ability to adapt to these cultural differences using various communication strategies. These students have undergone several phases, including excitement about a new culture, culture shock, recovery, and ultimately cultural adjustment. This research highlights the importance of understanding intercultural communication in supporting the adaptation process of students from diverse cultural backgrounds.

Keywords: Communication, Culture, Adaptation, Bali, Students

PENDAHULUAN

Komunikasi merupakan proses perilaku manusia dimana individu berinteraksi dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan mereka sebagai makhluk sosial. Sebagai bagian dari kehidupan sosial, setiap orang membutuhkan interaksi untuk bertukar informasi satu sama lain. Menurut Rahmawati (2020) komunikasi adalah aktivitas interaktif yang melibatkan pertukaran makna melalui simbol dan bahasa sebagai upaya membentuk pemahaman bersama. Komunikasi yang berkualitas adalah komunikasi yang efektif. Komunikasi efektif adalah proses interaksi komunikasi, pesan oleh komunikator dapat tersampaikan dengan baik dan memberi efek pada si penerima pesan atau komunikator. Melalui informasi dan pesan yang disampaikan melalui proses komunikasi, seseorang yang tadinya tidak mengetahui apa-apa menjadi tahu, menjadi lebih paham akan pesan yang disampaikan. Komunikasi dalam konteks kehidupan sosial yang semakin beragam, komunikasi berperan penting dalam menjembatani perbedaan budaya, sehingga mempermudah adaptasi dan interaksi antar individu dari latar belakang yang berbeda.

Berbicara mengenai komunikasi, komunikasi memiliki banyak ragam dan pembagiannya. Komunikasi sendiri tidak hanya terjadi antara sesama etnis dan budaya, namun komunikasi sendiri juga bisa terjalin antara dua budaya yang berbeda, itulah yang biasa disebut dengan komunikasi antarbudaya. Komunikasi antarbudaya adalah proses di mana individu dengan latar belakang budaya yang berbeda saling berinteraksi, bertukar makna, dan memahami perbedaan

Nivedana: Journal of Communication and Language

Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Raden Wijaya Wonogiri
Volume 5, Number 4, December 2024 / nivedana@radenwijaya.ac.id

satu sama lain. Menurut Gudykunst (2020), komunikasi lintas budaya mencakup bagaimana individu menavigasi perbedaan-perbedaan tersebut dalam situasi sosial dan bagaimana mereka mengatasi hambatan komunikasi yang mungkin timbul akibat perbedaan bahasa, nilai, atau norma sosial. Berkaca terhadap konteks adaptasi budaya, komunikasi antarbudaya menjadi salah satu aspek kunci yang menentukan keberhasilan individu dalam berinteraksi dengan lingkungan baru.

Indonesia memiliki semboyan “Bhinneka Tunggal Ika” yang berarti walaupun berbeda-beda tetapi tetap satu jua, Semboyan ini merupakan sebuah simbol bahwa negara Indonesia adalah negara yang memiliki keberagaman budaya atau yang sering disebut bangsa yang majemuk. Kemajemukan bangsa Indonesia bisa terlihat dari keberagaman budaya, bahasa, adat istiadat, agama serta suku bangsa atau etnis yang tersebar diseluruh wilayah tanah air Indonesia. Menurut Davidson dan Hanley (2018) di Indonesia konsep 'Bhinneka Tunggal Ika' bukan hanya sekedar slogan, melainkan prinsip dasar yang menegaskan pentingnya menghormati perbedaan dan keberagaman. Setiap daerah yang ada di Indonesia memiliki ciri khas dan adat istiadatnya sendiri yang harus terus dikembangkan dan dipertahankan. Perbedaan budaya tersebut bukan seharusnya menjadi hal yang harus diperdebatkan namun, menjadi suatu kebanggaan bagi bangsa Indonesia itu sendiri ke mata dunia.

Salah satu budaya yang identik dan memiliki adat istiadat yang unik adalah etnis Bali. Budaya Bali dikenal dengan tradisi Hindu yang kental, kehidupan sehari-hari mereka dipenuhi oleh upacara-upacara keagamaan dan ritual adat. Menurut Sudirga *et al.* (2024) Budaya Bali dikenal melalui tradisi dan spiritualitasnya yang kuat, yang mencerminkan harmoni antara manusia, alam, dan Tuhan. Berdasarkan perbedaan dan keunikan tersebut, mahasiswa Bali yang berkuliahan di IPB harus dapat menyesuaikan diri dengan budaya Sunda yang berada di Kota Bogor. Daerah Bogor sebagai bagian dari Provinsi Jawa Barat, didominasi oleh masyarakat Sunda yang memiliki budaya dan tradisi Islam yang lebih menonjol. Perbedaan mendasar ini dapat menimbulkan tantangan dalam adaptasi bagi mahasiswa Bali, terutama dalam berkomunikasi dan memahami norma sosial di Bogor.

Penelitian mengenai komunikasi antarbudaya di kalangan mahasiswa berbeda etnis di Indonesia telah menunjukkan pentingnya komunikasi dalam menjembatani perbedaan budaya. Namun, masih terdapat *gap* penelitian yang signifikan terkait pemahaman mendalam tentang bagaimana mahasiswa dari etnis yang berbeda beradaptasi dan mengelola interaksi antarbudaya di

lingkungan akademik. Banyak studi yang berfokus pada interaksi antarbudaya secara umum, tetapi sedikit yang secara spesifik menyoroti pengalaman mahasiswa di Indonesia, terutama dalam konteks perbedaan etnis yang ada di perguruan tinggi. Seperti yang diungkapkan oleh Suryani (2019) penelitian terkait adaptasi antarbudaya mahasiswa di Indonesia masih terbatas pada aspek sosial, sementara aspek psikologis dan komunikasi intensif antar kelompok etnis belum banyak dieksplorasi. Gap ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut. Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Komunikasi Antarbudaya dalam Proses Adaptasi Budaya Mahasiswa Bali di Kota Bogor. Teori yang digunakan dalam penelitian ini adalah penyesuaian diri model *U-curve* yang digagas oleh Lysgaard. Teori ini terdiri dari 4 fase dalam proses penyesuaian yaitu fase *honeymoon*, *crisis* atau *culture shock*, *recovery*, dan *adjustment*.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif (kualitatif-deskriptif). Menurut Kriyantono (2020) penelitian kualitatif adalah penelitian yang menekankan pada penggalian kedalaman data dari pada keluasan data. Penelitian ini dipilih bertujuan untuk memahami adaptasi dan komunikasi mahasiswa Institut Pertanian Bogor (IPB) asal Bali terhadap budaya di Kota Bogor. Melalui wawancara mendalam penelitian ini dapat menggali perspektif mahasiswa terkait tantangan adaptasi, strategi komunikasi lintas budaya, serta faktor yang mempengaruhi keberhasilan mereka dalam berinteraksi di lingkungan baru. Metode ini diharapkan memberikan pemahaman yang komprehensif tentang proses adaptasi budaya mahasiswa Bali. Penelitian ini dilakukan di Kampus IPB Dramaga yang terletak di Jalan Raya Dramaga, Babakan, Kecamatan Dramaga Kabupaten Bogor, Jawa Barat, Indonesia. Penelitian dilaksanakan pada bulan September hingga bulan November 2024.

Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data dengan cara wawancara dan studi pustaka. Kegiatan wawancara ini dilakukan secara langsung dan mendalam agar peneliti dapat secara jelas mendapatkan informasi yang dibutuhkan dan digunakan untuk mendapatkan data primer. Wawancara dilaksanakan dengan panduan wawancara atau daftar pertanyaan. Wawancara ini dilaksanakan bersama 3 informan diantaranya Ida Bagus Shiva Mahaputra sebagai ketua dari organisasi mahasiswa daerah atau OMDA asal Bali yang ada di IPB Kota Bogor. Selain itu

wawancara juga akan dilakukan bersama dengan dua orang anggota dari OMDA tersebut yaitu I Gusti Agung Dewi Supraba Putri dan Ida Ayu Komang Werdhi Utami, agar mendapatkan informasi lebih banyak dan akurat. Sedangkan untuk teknik berikutnya adalah studi pustaka, studi pustaka merupakan sebuah kegiatan mengumpulkan, mencatat, dan mengolah data yang didapatkan dari buku-buku referensi, jurnal, dan internet yang memuat informasi dan data tentang komunikasi dan adaptasi budaya. Metode analisis data yang digunakan yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adaptasi budaya merupakan proses penting bagi individu yang berpindah ke lingkungan baru dengan budaya yang berbeda. Bagi mahasiswa asal Bali yang menempuh studi di IPB, Bogor, proses adaptasi ini melibatkan berbagai tantangan dalam menghadapi perbedaan budaya dan lingkungan yang signifikan. Salah satu teori yang dapat membantu memahami proses adaptasi ini adalah teori *U-Curve* dari Sverre Lysgaard pada tahun 1955, Lysgaard mengembangkan model penyesuaian antarbudaya yang terdiri dari tiga tahap: penyesuaian awal, krisis, dan penyesuaian kembali (Christanti & Mardani, 2022). yang menggambarkan tahapan-tahapan emosional dan psikologis yang dialami individu saat beradaptasi dengan budaya baru. Selanjutnya dengan memahami teori *U-Curve* kita dapat mengeksplorasi lebih dalam bagaimana mahasiswa Bali di Bogor mengalami berbagai fase *honeymoon stage, crisis atau culture shock, recovery, dan adjustment*.

Fase *Honeymoon Stage*

Teori *U-Curve Model* membagi fase adaptasi seseorang kedalam empat bagian, yang pertama adalah *honeymoon stage*. Fase ini sering juga disebut dengan fase kegembiraan. Tahap ini, seseorang telah masuk ke dalam lingkungan dan budaya baru. Ia akan merasa takjub dengan segala sesuatu yang dialaminya, karena semuanya terlihat begitu menarik dan menyenangkan. Selanjutnya ketika seseorang pindah dan mulai berinteraksi dengan budaya setempat, maka akan terjadi berbagai bentuk pertemuan yang dapat mempengaruhi identitas budayanya. Tahapan ini adalah fase di mana seseorang masih dipenuhi dengan antusiasme dan rasa penasaran yang kuat terhadap suasana baru yang akan dihadapi. Seseorang akan memiliki ekspektasi yang tinggi terhadap lingkungan barunya. Ekspektasi tersebut cenderung menghadirkan rasa bahagia karena

Nivedana: Journal of Communication and Language

Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Raden Wijaya Wonogiri
Volume 5, Number 4, December 2024 / nivedana@radenwijaya.ac.id

individu tersebut memiliki *euforia* yang menggebu-gebu (Fadillah, 2020).

Begitu juga yang dirasakan oleh mahasiswa IPB Asal bali saat berpindah tempat menuju kota Bogor. Banyak hal baru yang mereka rasakan dan merasa senang dengan kebiasaan atau budaya baru yang mereka temui di Kota Bogor. Hal tersebut sempat disampaikan oleh salah satu informan, MH yang mengatakan dirinya terheran dengan suara azan, namun itu tidak terlalu menjadi masalah baginya, melainkan sesuatu yang baru untuknya.

“Kan selama ini biasanya saya dengar suara adzan di TV saja, ternyata pas di Bogor saya mendengarnya secara langsung,, owalahh seperti inikah suara aslinya kalau suara adzan itu. Karena memang di daerah saya jarang sekali terdengar suara azan seperti disini.” (Wawancara dengan MH, 2024)

Jawaban yang diberikan oleh informan, disertai senyum di wajahnya, menunjukkan perasaan terkejut sekaligus senang akan hal-hal baru yang ia temui. Meskipun pada awalnya pengalaman tersebut membuat mereka kaget, pada akhirnya semua hal baru ini menambah ilmu dan wawasan mereka tentang kebudayaan di Kota Bogor. Selain MH, ada pula informan lain, yaitu TM, yang merasakan kegembiraan serupa terhadap budaya baru yang ia temui. TM merasa bahwa di Kota Bogor orang-orang bersikap ramah, saling menyapa meskipun tidak saling mengenal.

“Sunda itu lebih ke Word of Affirmation si aku bilangnya, Balik lagi kayak yang aku bilang di Bali lebih bodo amat. Nah disini tu lebih aware, mereka tu manggil orang setiap lewat mampir dulu jadi kek bikin aku ngerasa disambut dan senang, walaupun mereka gak kenal aku” (Wawancara dengan TM, 2024)

Melihat beberapa hasil wawancara tersebut, terlihat bahwasanya sebuah proses adaptasi akan dimulai dengan fase kegembiraan atau *Honeymoon Stage*. Beberapa tahapan yang dilalui seseorang pada fase ini adalah sangat senang dan bersemangat, merasa senang dan penasaran dan merasa sangat senang dan bersemangat. (Pratiwi & Amri, 2023).

Fase Crisis atau Culture Shock

Setelah melewati fase bulan madu yang penuh rasa kebahagian, seseorang akan melewati fase krisis yang ditandai dengan perasaan kecewa, stres, kesulitan beradaptasi, kesepian, dan kebingungan. Perasaan-perasaan ini muncul akibat kondisi yang bertolak belakang, di mana terdapat simbol dan norma baru yang asing bagi individu tersebut, sehingga ia merasa kehilangan

simbol-simbol atau kebiasaan lama yang telah lama menjadi bagian dari identitasnya. Fase krisis ini sering juga dikenal dengan *culture shock* atau gegar budaya yang sering dialami oleh seseorang yang baru beradaptasi. Gegar budaya, atau dikenal sebagai *culture shock*, adalah perasaan yang muncul ketika seseorang mengalami tekanan dan keterkejutan akibat berhadapan dengan lingkungan atau budaya baru (Setiawan *et al*, 2015). *Culture shock* atau gegar budaya sendiri berarti reaksi seseorang terhadap lingkungan baru yang belum dikenali sehingga menimbulkan rasa takut atau cemas terhadap kebudayaan di lingkungan tersebut. Gegar budaya juga dapat didefinisikan sebagai keadaan ini terjadi ketika seseorang tidak akrab dengan kebiasaan sosial dalam budaya baru, sehingga individu tersebut kesulitan menyesuaikan perilakunya agar sesuai dengan norma yang berlaku di lingkungan barunya (Dayakisni & Yuniardi, 2017).

Gegar budaya yang sering kali tidak disadari oleh banyak orang adalah gegar budaya dalam berbahasa. Bahasa memiliki peran penting dalam komunikasi untuk membangun hubungan dengan orang lain. Hal ini dapat mencakup perbedaan dalam pilihan kata, pelafalan, intonasi, serta penggunaan bahasa gaul. Akibatnya, individu dengan perbedaan bahasa yang signifikan akan menghadapi tantangan dalam beradaptasi dengan kondisi tersebut (Mayasari & Sumadyo, 2018). Selain dalam bahasa yang sering terjadi di antara budaya di Indonesia adalah berpakaian hal ini tentunya memiliki ciri khas dari masing-masing daerah dalam berpakaian. Ada yang mengenakan baju serba tertutup sesuai dengan ajaran agama setempat, namun juga ada yang mengenakan baju terbuka sebagai budaya yang berkembang di daerah tersebut. Hal tersebut juga telah dirasakan oleh mahasiswa IPB asal Bali yang berkuliah di Kota Bogor. Perbedaan agama dan budaya yang cukup signifikan membuat mahasiswa IPB asal Bali mengalami *culture shock* saat pertama beradaptasi di Kota Bogor.

“Selain kaget dengan banyak masjid, juga kaget dengan banyaknya teman-teman yang menggunakan nama waktu dengan istilah ashar, habis maghrib, habis dzuhur. Sehingga saya bingung, jam berapa ya habis ashar, dan jam berapa ya habis maghrib itu.” (Wawancara dengan MH, 2024)

Bukannya hanya aksen atau bahasa yang menjadi perbedaan tetapi penggunaan istilah agama atau daerah menjadi *culture shock* sendiri bagi informan pertama yaitu MH dalam berinteraksi sesama mahasiswa di Kota Bogor. Seiring berjalaninya waktu, istilah tersebut sudah mulai melekat di pikiran MH dan tidak lagi kaget dengan hal tersebut. Berbeda dengan PB

sebagai informan kedua, ia merasa kaget dengan lingkungan yang mengenakan pakaian serba tertutup atau juga dengan semua wanita yang mengenakan kerudung, tentunya hal itu disebabkan dengan kebudayaan lamanya yang tidak menggunakan pakaian tertutup.

“Nah pernah waktu itu saya memakai pakaian ga terlalu ketat namun ga terlalu besar, nah sempat mendapatkan diskriminasi non verbal. Seperti dapat perhatian dari lingkungan gitu. oh ternyata cara berpakaian jadi perhatian juga ya di bogor. Jadinya saya membeli baju yang besar besar deh sekarang.” (Wawancara dengan PB, 2024)

Kemampuan beradaptasi adalah salah satu faktor penting untuk mencapai kesehatan mental yang baik. Ketika seseorang kesulitan menyesuaikan diri dengan lingkungannya, hal ini sering kali dapat memicu munculnya stres atau bahkan depresi. Apabila seseorang dapat beradaptasi dengan baik terhadap lingkungannya, maka ia akan mampu mencapai keseimbangan dalam memenuhi kebutuhan pribadi maupun tuntutan dari lingkungannya. Begitu juga yang harus terus dilakukan mahasiswa Bali di IPB untuk dapat melewati gejear budaya dengan kemampuan beradaptasi. Menurut hasil penelitian oleh Bidang et al. (2018), proses gejear budaya yang dialami individu meliputi beberapa tahap, yaitu: (1) munculnya stereotip negatif terhadap lingkungan baru, (2) kemampuan untuk mempelajari kenyataan tentang budaya di lingkungan yang baru, dan (3) keterampilan dalam menyatukan pandangan dari budaya asal dengan budaya baru.

Fase Recovery

Fase ketiga ini, seseorang mulai memahami budaya barunya atau pemulihan dari krisis yang sebelumnya dihadapi. Secara perlahan, ia beradaptasi dan mengalami perubahan untuk menghadapi budaya tersebut. Ciri utama dari fase ini adalah munculnya sikap positif terhadap masyarakat di lingkungan baru (Akiriningsih, 2014). Fase pemulihan ini, individu terus mempelajari berbagai aturan dari budaya baru. Pada tahap pemulihan ini juga, individu sudah memiliki waktu yang cukup untuk memahami bahasa dan kebiasaan budaya setempat. Meskipun demikian, individu masih dapat mempertahankan budaya asalnya sesuai dengan keinginannya. Krisis terhadap perbedaan harus segera dipulihkan agar dapat terus menjalin interaksi di kehidupan mahasiswa IPB asal Bali di Kota Bogor.

Fase *recovery* dalam teori *U-Curve* adalah tahap ketika individu mulai pulih dari gejear budaya dan beradaptasi dengan lingkungan barunya. Pada fase ini, perasaan frustasi dan kebingungan berkurang seiring individu semakin memahami bahasa, kebiasaan, dan norma di

budaya baru tersebut (Smith & Kline, 2015). Kemampuan untuk menavigasi interaksi sosial dengan lebih lancar dan memahami aturan yang berlaku membuat individu merasa lebih nyaman dan positif terhadap lingkungannya. Meskipun masih ada perbedaan budaya, individu menjadi lebih fleksibel dan mampu mengintegrasikan pengalaman barunya dengan budaya asalnya, menciptakan keseimbangan yang memungkinkan mereka menjalani hidup dengan lebih baik di lingkungan tersebut (Johnson, 2020).

Tahapan pemulihan ini juga dirasakan oleh para informan saat adaptasi di Kota Bogor. Banyak kebudayaan yang mereka harus sesuaikan namun butuh sebuah pengorbanan karena harus meninggalkan sementara budaya lama yang telah biasa dilakukan. Salah satu cara untuk dapat bertahan dalam lingkungan baru, seseorang harus dapat pulih dan bangkit serta terus berusaha menyesuaikan diri dengan lingkungan sekitar. Seperti yang dilakukan oleh informan kedua yaitu PB yang mencoba terus bangun pagi waktu subuh walau sebelumnya sangat kaget dengan kebiasaan teman teman sekitarnya.

“Awal-awal saya terganggu dengan dibangunin subuh, namun saya berdamai dengan mengubah mindset untuk bangun pagi-pagi bersiap melakukan kegiatan. Awalnya saya berontak ga mau bangun, namun sadar jika selalu seperti ini, saya ga akan berproses” (Wawancara dengan PB, 2024)

Terlihat bahwasanya ada penolakan di saat gegar budaya atau krisis menimpa PB. Seharusnya waktu subuh PB hanya untuk istirahat atau tidur tiba-tiba digunakan untuk bangun dan bersiap-siap. Itu merupakan sebuah contoh bentuk pemulihan dari krisis yang dilakukan PB untuk dapat bertahan di lingkungannya.

Fase Adjustment

Setelah melewati tiga tahap sebelumnya, individu telah memperoleh pemahaman dan menguasai elemen-elemen kunci dari budaya baru. Pada tahap ini, individu tidak lagi menghadapi hambatan yang signifikan terkait perbedaan budaya, serta mulai merasa puas dan menikmati budaya baru yang telah dipelajari. Tahap *adjustment* menjadi fase akhir di mana penyesuaian diri berhasil dilakukan, meskipun mungkin belum sepenuhnya seseorang dapat mengadaptasi budaya barunya secara keseluruhan. Gejala-gejala gegar budaya, bagaimanapun, umumnya sebagian besar sudah bisa ditanggulangi (Pratiwi & Susanto, 2020). Selain itu, fase *adjustment* juga disebut fase penyesuaian, di mana banyak aspek dari budaya lama yang harus disesuaikan dengan budaya

baru tempat seseorang berada.

Pada tahap ini, seseorang menyesuaikan diri dengan budaya baru melalui berbagai cara, seperti menghindari unsur-unsur budaya yang tidak sesuai, meninggalkan beberapa aspek budaya asal, atau menerima budaya baru yang sejalan dengan nilai-nilai asalnya. Proses penyesuaian ini biasanya berlangsung antara enam bulan hingga satu tahun, tergantung pada kondisi fisik dan psikologis individu. Saat seseorang melewati tahap ini, ia mulai merasa lebih nyaman, seolah-olah berada di lingkungan asalnya. Hal ini juga dialami oleh para informan, yang setelah satu hingga dua tahun tinggal di Bogor, mulai menyesuaikan diri dengan adat, budaya, dan kebiasaan masyarakat setempat. Berbagai penyesuaian dilakukan, termasuk dalam penggunaan bahasa. Seperti yang diungkapkan oleh informan ketiga, perbedaan istilah seperti "lalapan" sempat menimbulkan salah paham antara dirinya dan teman-temannya. Seiring berjalannya waktu, ia pun mampu menyesuaikan diri dengan bahasa dan istilah yang umum digunakan di Kota Bogor.

"Eee sejauh ini belum si, kalau salah paham ga pernah tapi kalau salah arti pernah. Contoh pernah kalau di bali itu lalapan itu ya ayam dan lele atau lauk nya. nah kalau disini tu kan kek sayurnya, kemangi dan mentimunnya kan. terus suatu hari aku nitip lalapan ke teman apa aja yang ada, ternyata dia bawain kol dan kemangi tok aja hehe. Terus gedang artinya pepaya kalau disini tu gedang pisang ternyata. salah arti sering sih" (Wawancara dengan TM, 2024)

Berbeda dengan informan kedua, PB berusaha menyesuaikan cara berpakaianya dengan lingkungan baru. Ia merasa bahwa menyesuaikan gaya berpakaian dengan orang-orang di sekitarnya membuatnya lebih nyaman dan santai dalam menjalani aktivitas sehari-hari. Selain itu, ketiga informan juga berupaya menyesuaikan diri dalam aspek makanan. Jika biasanya mereka mengkonsumsi daging babi setiap minggu, di Kota Bogor mereka harus menahan diri untuk tidak mengkonsumsinya. Hal ini disebabkan bukan hanya oleh faktor budaya, tetapi juga karena sulitnya akses ke penjual daging babi dan harga yang cukup tinggi. Perbedaan cita rasa makanan Bogor, yang cenderung kurang pedas dan tidak seberempah masakan Bali, membuat mahasiswa Bali perlu membiasakan diri dengan pilihan makanan yang ada. Mereka juga telah beradaptasi dengan jarak tempat ibadah yang jauh, dan justru melihatnya sebagai kesempatan untuk saling mempererat solidaritas dengan mahasiswa Bali lainnya saat berangkat ibadah bersama.

Hasil dari pengumpulan data bersama informan telah memberikan jawaban bagaimana

Nivedana: Journal of Communication and Language

Sekolah Tinggi Agama Buddha Negeri Raden Wijaya Wonogiri
Volume 5, Number 4, December 2024 / nivedana@radenwijaya.ac.id

mereka dapat beradaptasi dan menghadapi berbagai hambatan dalam adaptasi mereka. Adaptasi mahasiswa Bali di Kota Bogor dapat dipahami melalui tahapan-tahapan dalam teori *U-Curve*, yang mencakup fase *honeymoon*, *culture shock*, *recovery*, hingga *adjustment*. Melalui berbagai tantangan dan penyesuaian dalam hal budaya, bahasa, makanan, dan kebiasaan sehari-hari, para mahasiswa ini perlahan-lahan berhasil mengatasi gegar budaya dan mencapai fase *adjustment* di mana mereka merasa lebih nyaman dan seolah berada di lingkungan asal mereka. Proses ini tidak hanya membantu mereka beradaptasi, tetapi juga memperkaya pengalaman sosial dan budaya, membentuk identitas baru yang selaras dengan nilai budaya asal serta lingkungan baru yang mereka tinggali.

KESIMPULAN

Seseorang berpindah ke suatu lingkungan budaya yang berbeda dengan budaya asalnya, sudah dapat dikatakan bahwa pertemuan antarbudaya telah terjadi. Pertemuan dua atau lebih kebudayaan diperlukan semua komunikasi yang tepat agar mempermudah adaptasi antara kebudayaan tersebut. Komunikasi yang dimaksud adalah komunikasi antarbudaya. Mahasiswa IPB asal Bali contohnya, yang berpindah ke Bogor tentunya akan menghadapi gegar budaya saat melakukan adaptasi dan interaksi. Tahapan yang dialami seseorang dalam menghadapi gegar budaya berlangsung dalam jangka waktu tertentu hingga mencapai tahap penyesuaian terhadap budaya baru. Setelah menghadapi krisis saat berhadapan dengan budaya baru mahasiswa Bali akan berusaha pulih dan menyesuaikan dengan kebudayaan yang ada di Kota Bogor.

Mahasiswa IPB asal Bali di Kota Bogor menghadapi berbagai hambatan adaptasi, seperti perbedaan budaya, bahasa, dan cita rasa makanan. Sulitnya akses ke makanan dengan bumbu khas Bali dan jarak tempat ibadah yang jauh menjadi tantangan tambahan. Meski demikian, hambatan-hambatan ini mendorong mereka untuk beradaptasi, menciptakan keseimbangan antara budaya asal dengan budaya baru di Bogor. Saran untuk mendukung adaptasi mahasiswa IPB asal Bali di Kota Bogor meliputi penyediaan program orientasi budaya, pembentukan komunitas mahasiswa daerah, dan akses lebih baik ke makanan khas daerah. Selain itu, kampus dapat bekerja sama dengan tempat ibadah untuk mempermudah akses spiritual mahasiswa dan mengadakan sosialisasi budaya antara mahasiswa Bali dan masyarakat lokal. Langkah-langkah ini diharapkan dapat membantu mahasiswa asal Bali merasa lebih nyaman, diterima, dan beradaptasi dengan baik di

lingkungan barunya.

DAFTAR PUSTAKA

- Akiriningsih, T. (2014). Analisis Tahapan *Culture Shock* (Kejutan Budaya) Pada Film *Anna and The king*. *Jurnal Pariwisata Indonesia*.
- Andung, P.A., Hana, F.T., & Tani, A.B.B. (2019). Akomodasi Komunikasi pada Mahasiswa Beda Budaya di Kota Kupang. *Jurnal Manajemen Komunikasi*. 4(1): 1-19
- Anismar & Anita. (2018). Komunikasi Antarbudaya Mahasiswa Etnis Minangkabau dengan Mahasiswa Etnis Aceh. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. 7(2)
- Bidang, A. S., Erawan, E., & Sary, K. A. (2018). Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan Dalam Menghadapi Gegar Budaya. *EJournal Ilmu Komunikasi*, 6(3), 212–225.
- Davidson, J.S., & Henley, D. (2018). *The Revival of Tradition in Indonesian Politics: The Deployment of Adat from Colonialism to Indigenism*. Routledge
- Dayakisni, T., & Yuniardi, S. (2017). Psikologi Lintas Budaya (Edisi Revisi). Malang: UMM Press.
- Fadillah, P. B. (2020). Adaptasi Antarbudaya Mahasiswa Asal Aceh di Universitas Pertamina dalam Menghadapi Gegar Budaya. Jakarta: Universitas Pertamina
- Gudykunst, W.B. (2020). *Cross-Cultural and Intercultural Communication*. Sage Publications.
- Johnson, T. (2020). *Cultural Adjustment and Recovery: Moving Through the U-Curve*. *International Journal of Intercultural Relations*, 74, 35-48.
- Kriyantono, R. (2020). Teknik Praktik Riset Komunikasi Kuantitatif dan Kualitatif Disertai Contoh Praktis Skripsi, Tesis, dan Disertai Riset Media, Public Relation, Advertising, Komunikasi Organisasi, Komunikasi Pemasaran. Rawamangun: Prenadamedia Group.
- Mayasari, I., & Sumadyo, B. (2018). Culture Shock (Gegar Budaya) Penutur Jawa Dan Jakarta : *Jurnal Lentera*, 1(2), 7–20
- Nurdiana, E.E.P., Gucci, Y.C., Rachmat, A.P., & Safitri Dini. (2020). Akomodasi Komunikasi Mahasiswa Pendatang. *Jurnal Komunikasi Global*. 9(2)
- Pratiwi, E., & Susanto, Y.O. (2020). Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Gegar Budaya di Lingkungan Kerja. *WACANA: Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*. 19(2)
- Rahmawati, D. (2020). Komunikasi sebagai Proses Interaktif dalam Masyarakat Multikultural. *Jurnal Komunikasi Indonesia*. 12(2): 123-135
- Setiawan, Y., Kosasih, A., & Komariah, S. (2015). Pola Adaptasi Sosial Budaya Kehidupan Santri Pondok Pesantren Nurul Barokah. *Sosietas*, 5(1)
- Smith, A., & Kline, R. (2015). *Understanding Cultural Adaptation and the U-Curve Theory*. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 46(4), 514-530.
- Sudirga I, et al. (2024). Pengaruh Nilai-nilai Budaya dalam Kehidupan Sehari-hari Masyarakat Bali. *Jurnal Budaya dan Masyarakat Bali*. 12(1): 45-60.
- Sulistyaningrum, D., & Rahman, I. (2022). Identitas Budaya Etnis Sunda dalam Konteks Multikultural Indonesia. *Jurnal Budaya dan Masyarakat*, 11(4), 75-89.
- Suryani, A. (2019). Adaptasi Antarbudaya dan Interaksi Sosial Mahasiswa di Perguruan Tinggi Multietnis. *Jurnal Komunikasi dan Budaya*. 7(1): 45-58