

**ADAPTASI KULTURAL MAHASISWA-PERANTAU DALAM MENGHADAPI  
GEGAR BUDAYA SAAT PANDEMI**

***CULTURAL ADAPTATION OF MIDDLE STUDENTS IN DEALING WITH CULTURAL  
SHOCK DURING PANDEMIC***

**Nisya D. Anggraeni<sup>1</sup>, Amri Dunan<sup>2</sup>, Karman<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Universitas Guna Darma Depok

<sup>2,3</sup>Kementerian Komunikasi dan Informatika

[amri007@kominfo.go.id](mailto:amri007@kominfo.go.id), [amridunan007@gmail.com](mailto:amridunan007@gmail.com)<sup>2)</sup>

[karman@kominfo.go.id](mailto:karman@kominfo.go.id)<sup>3</sup>

**ABSTRAK**

Pandemi Covid-19 mengakibatkan terjadinya gegar budaya di kalangan mahasiswa perantau. Hal ini mengubah kebiasaan mereka. Perubahan kebiasaan ini membuat mahasiswa perantau merasa frustrasi karena ketidakmampuan beradaptasi dengan kebiasaan yang baru. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi proses adaptasi dan faktor-faktor dalam menghadapi gegar budaya pada mahasiswa perantau di masa pandemi Covid-19. Metode yang digunakan yaitu, kualitatif dan wawancara terstruktur dengan lima mahasiswa perantau dari universitas yang berbeda di Indonesia. Hasil penelitian ini menunjukkan, proses adaptasi mahasiswa perantau mengalami kesulitan. Sementara faktor yang mempengaruhi terjadinya gegar budaya yaitu pengalaman yang berbeda dan karakteristik fisik seperti penampilan, memakai masker, dituntut untuk selalu menjaga kesehatan, kegiatan yang berbeda dan menimbulkan prasangka, stereotip, serta intimidasi.

**Kata Kunci: Adaptasi, Gegar Budaya, Covid-19.**

**ABSTRACT**

*The Covid-19 pandemic has caused a cultural uproar among overseas students. This changes their habits. This change in habits makes overseas students feel frustrated because of their inability to adapt to new habits. This study aims to identify the adaptation process and the factors in dealing with culture shock in overseas students during the Covid-19 pandemic. The methods used are qualitative and structured interviews with five overseas students from different universities in Indonesia. The results of this study indicate that the adaptation process of immigrant students has difficulties. While the factors that influence the occurrence of culture shock are different experiences and physical characteristics such as appearance, wearing a mask, being required to always maintain health, different activities and giving rise to prejudice, stereotypes, and intimidation.*

**Keywords: Adaptation, Cultural Concussion, Covid-19.**

**PENDAHULUAN**

**M**usibah pandemi *Covid-19* ini sangat berpengaruh dengan perilaku budaya masyarakat di seluruh Indonesia. Dalam konteks ini, musibah ini telah memberikan pengaruh kepada mahasiswa perantau. Pengaruh ini ada pada gaya komunikasi, kebiasaan, pola perilaku dll. Mereka dalam situasi pandemi ini mengalami proses adaptasi budaya. Adaptasi budaya merupakan sebuah proses individu dalam memadukan kebiasaan pribadinya dan adat istiadat agar sesuai dengan budaya tertentu di masa pandemi *Covid-19*. Gegar budaya (*cultural shock*) merupakan hal yang selalu dan hampir pasti terjadi dalam adaptasi budaya. Gegar budaya sendiri merupakan gejala sosial yang dialami oleh seorang perantau ketika pindah ke daerah dan budaya baru. Masuknya *Covid-19* pada

bulan Maret 2020 membuat masyarakat mengubah perilaku mereka dari kesehatan hingga komunikasi yang dilakukan sehingga membuat budaya baru. Perubahan kebiasaan ini tak jarang membuat beberapa masyarakat mengeluh dan merasa frustrasi dengan keadaan. Rasa frustrasi itu timbul dari ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan kebiasaan yang baru. Hal inilah yang dinamakan gegar budaya.

Gegar budaya digunakan untuk menggambarkan perasaan terkejut, gelisah, keliru yang dirasakan apabila seseorang bersentuhan dengan kebudayaan yang berlainan sama sekali. Begitu pula yang dirasakan Mahasiswa perantau di masa pandemi *Covid-19*. Mahasiswa perantau adalah mahasiswa yang datang untuk menuntut ilmu dan merupakan individu yang di anggap asing dalam lingkungan kebudayaan kampus serta harus memulai untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Mahasiswa perantau dalam hal ini merupakan mahasiswa yang mengalami perubahan pada dirinya. Mahasiswa perantau biasanya rentan terkena gegar budaya karena mahasiswa perantau tersebut harus bersosialisasi dan mengenal budaya baru di masa pandemi *Covid-19*. Tinggal di daerah rantau sendiri bagaikan berada di negara asing karena pola kehidupan yang sangat berbeda dengan sebelumnya. Perasaan ini timbul akibat adanya perbedaan dan kesukaran dalam beradaptasi dengan budaya baru. Gegar budaya dapat mencakup aspek yang ada di kehidupan sehari-hari seperti makanan, cara berpakaian, harga barang, kebiasaan, dan lain sebagainya. Semakin berbeda budayanya, semakin besar efek yang ditimbulkan.

Menurut Oberg (dalam Ridwan, 2016), gegar budaya adalah sebuah penyakit yang diderita karena hidup di luar lingkungan budayanya, dan dalam proses untuk menyesuaikan diri di lingkungan barunya. Sementara, menurut Adler (1975) gegar budaya adalah sebuah reaksi emosional yang diakibatkan hilangnya penguatan dari budaya lama karena adanya kesalahpahaman pada pengalaman baru yang berbeda. *Gegar budaya* bukan hanya sebuah reaksi negatif yang dirasakan seseorang, tetapi juga merupakan proses pembelajaran.

Gegar budaya adalah proses penting yang harus dilewati individu yang berpindah ke lingkungan baru. Individu tersebut harus bisa menghadapi terpaan masalah sosial, psikologis, dan filosofis dari perbedaan budaya (Kim, 2001). Melalui proses pendidikan dan sosialisasi, kepribadian dan perilaku individu ditanamkan dapat melalui pola-pola budaya. Proses belajar yang diinternalisasikan ini memungkinkan individu untuk berinteraksi dengan anggota-anggota budaya lainnya yang juga memiliki pola-pola komunikasi serupa. Proses memperoleh pola demikian oleh individu itu disebut enkulturasi (Mulyana, Deddy & Rahmat, 2006).

Faktor-faktor yang memengaruhi gegar budaya faktor antar pribadi, antara lain keterampilan komunikasi, pengalaman dalam konteks lintas budaya, personal (mandiri atau toleransi), dan akses ke sumber daya. Karakteristik fisik seperti penampilan, umur, kesehatan, kemampuan sosialisasi juga mempengaruhi. Individu yang lebih muda cenderung mengalami gegar budaya yang lebih tinggi dari pada individu yang lebih tua dan wanita lebih mengalami gegar budaya dari pada pria (Pederson, 1995). Variasi budaya mempengaruhi transisi dari satu budaya ke budaya lain. Gegar budaya terjadi lebih cepat jika budaya tersebut semakin berbeda, hal ini meliputi sosial, perilaku, adat istiadat, agama, pendidikan, norma dalam masyarakat dan bahasa. Semakin beda antar dua budaya, maka interaksi sosial dengan mahasiswa lokal akan semakin rendah (Pederson, 1995). Manifestasi sosial politik juga mempengaruhi gegar budaya. Sikap dari masyarakat setempat dapat menimbulkan prasangka, stereotip dan intimidasi, dari pernyataan di atas menunjukkan gegar budaya dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal yang ada pada diri individu yang bersangkutan. Faktor internalnya adalah adanya pengaruh antar pribadi dalam diri individu sedangkan faktor eksternalnya antara lain adanya variasi antar budaya yang berbeda dan manifestasi sosial politik yang meliputi prasangka, *stereotip* dan intimidasi.

Gegar Budaya merupakan kecemasan yang timbul akibat hilangnya simbol hubungan sosial yang dikenal dan hadir pada situasi budaya yang tidak dikenal (Ward, Bochner, & Furnham, 2001). Proses aktif tersebut meliputi *afektif*, *perilaku*, dan *kognitif* individu yakni individu merasa, berperilaku dan berpikir ketika menghadapi budaya kedua. *Afektif* berhubungan dengan perasaan dan emosi yang dapat menjadi positif atau negatif. Individu akan merasa bingung, cemas, disorientasi, curiga, dan juga sedih karena datang ke lingkungan yang tidak dikenal (Ward et al., 2001).

Dimensi afektif berhubungan dengan perasaan dan emosi seseorang yang bisa mengarah pada hal positif atau negatif. Pendekatan afektif mengacu pada kebingungan yang banyak ditunjukkan sebagai pengaruh negatif: kebingungan, kecemasan, disorientasi, kecurigaan, bahkan kesedihan dan berkabung karena rasa kehilangan benda-benda fisik yang akrab dan hubungan sosial. Tetapi penyesuaian sosial-budaya juga memiliki respons yang aktif dan adaptif, selaras dengan *self-efficacy* (Bandura, 1977).

Dimensi perilaku berhubungan dengan proses belajar budaya dan keterampilan hidup di lingkungan sosial. Dimensi kognitif yang merupakan efek dari kondisi afektif dan perilaku mempengaruhi persepsi seseorang terhadap lingkungannya yang baru.

Berdasarkan latar belakang di atas, yang menjadi pokok permasalahan adalah: “Proses adaptasi mahasiswa perantau di masa pandemi *Covid-19* dalam menghadapi gegar budaya”. Dalam penelitian ini, permasalahan yang ingin diangkat oleh peneliti adalah: Bagaimana proses adaptasi *gegar budaya* bagi mahasiswa perantau pada pandemi *Covid-19*? Adapun tujuan ini adalah: untuk mengetahui dan menganalisis bagaimana proses adaptasi mahasiswa perantau di masa pandemi *Covid-19* dalam menghadapi *gegar budaya*.

### **Adaptasi Budaya**

Menurut Kim (2001) yang dimaksud dengan adaptasi budaya adalah proses jangka panjang yang dilakukan oleh individu untuk menyesuaikan diri dengan lingkungannya melalui pembelajaran dan pertukaran komunikatif hingga dirinya merasa nyaman di lingkungan yang baru. Ketika seorang jauh dari rumah, jauh dari tempat yang selama ini dianggap sebagai “rumah” jauh dari lingkungan tempat dia tumbuh besar, dan jauh dari kebiasaan-kebiasaan yang selalu dia lakukan (Ruben & Stewart, 2006). Orang tersebut mau tidak mau akan sadar atau tidak akan mempelajari hal-hal yang baru untuk bisa bertahan hidup. Ketika seseorang akan jauh dari zona nyamannya untuk waktu yang lama, contohnya kuliah maka akan terjadi transfer- transfer nilai yang biasa kita sebut dengan adaptasi budaya.

Adaptasi antarbudaya adalah permasalahan mengenai pembelajaran, pengembangan representasi diri, peta, dan citra budaya yang tepat, di mana diciptakan oleh adanya hubungan dua orang, kelompok, organisasi, dan masyarakat, yang di dalamnya seseorang menjadi anggotanya. Adaptasi budaya juga melibatkan persuasi yang diberikan berkat pendidikan keluarga, lembaga agama, dan sekolah di mana bertujuan untuk memberikan pengetahuan, nilai-nilai, dan peraturan yang dianggap perlu dalam masyarakat (Ruben & Stewart, 2006).

Berikut adalah uraian dan gambaran langkah-langkah dalam proses pengadaptasian budaya (Ruben & Stewart, 2006, p. dalam) adalah fase perencanaan, Fase bulan madu, Fase penyesuaian kembali, dan fase resolusi. Fase perencanaan adalah fase seseorang masih berada pada kondisi asalnya dan menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada kehidupan barunya. Pada fase bulan madu, seseorang telah berada di lingkungan baru, menyesuaikan diri dengan budaya baru dan lingkungan. Tahap ini adalah tahap di mana seseorang masih memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu-gebu dengan suasana baru yang akan dijalani. Individu

tersebut mungkin tetap akan merasa asing, *kangen* rumah dan merasa sendiri namun masih terlena dengan keramahan penduduk lokal terhadap orang asing.

Pada fase frustrasi, rasa semangat dan penasaran yang menggebu-gebu tersebut berubah menjadi rasa frustrasi, jengkel dan tidak mampu berbuat apa-apa karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi yang di miliki pada awal tahapan. Pada fase penyesuaian kembali penyesuaian kembali, adalah tahap penyesuaian kembali. Seseorang akan mulai untuk mengembangkan berbagai macam cara untuk bisa beradaptasi dengan keadaan yang ada. Seseorang mulai menyelesaikan krisis yang dialami di fase frustrasi. Penyelesaian ini ditandai dengan proses penyesuaian ulang dari seseorang untuk mencari cara, seperti mempelajari bahasa, dan budaya setempat. Fase resolusi adalah faset yang terakhir dari proses adaptasi budaya berupa jalan akhir yang diambil seseorang sebagai jalan keluar dari kondisi tidak nyaman yang dirasakannya.

Pada tahap resolusi, ada beberapa hal yang dapat dijadikan pilihan oleh orang tersebut. Pilihan tersebut adalah *flight*, *fight*, akomodasi, dan partisipasi penuh. Pilihan *flight* terjadi Ketika tidak tahan dengan lingkungannya dan merasa tidak dapat melakukan usaha untuk beradaptasi yang lebih dari apa yang telah dia lakukan. *Fight* terjadi pada kondisi ketika orang yang masuk pada lingkungan dan kebudayaan baru dan dia sebenarnya merasa tidak nyaman, namun dia berusaha untuk tetap bertahan dan berusaha menghadapi segala hal yang membuat dia merasa tidak nyaman. Akomodasi adalah tahapan di mana seseorang mencoba untuk menikmati apa yang ada di lingkungannya yang baru, awalnya mungkin orang tersebut merasa tidak nyaman, namun dia sadar bahwa memasuki budaya baru memang akan menimbulkan sedikit ketegangan, maka dia pun berusaha berkompromi dengan keadaan, baik eksternal maupun internal dirinya. Terakhir adalah partisipasi penuh. Ini terjadi Ketika seseorang sudah mulai merasa nyaman dengan lingkungan dan budaya barunya. Tidak ada lagi rasa khawatir, cemas, kondisi tidak nyaman, dan bisa mengatasi rasa frustrasi yang dialami dahulu.

Akomodasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan, memodifikasi, atau mengatur perilaku seseorang dalam responsnya terhadap orang lain (West, Turner, & Zhao, 2010). Teori Akomodasi Komunikasi memberikan perhatian pada interaksi memahami antara orang-orang dari kelompok yang berbeda dengan menilai bahasa, perilaku nonverbal dan penggunaan paralinguistik individu (Gudykunst & Mody, 2002). Akomodasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menyesuaikan, memodifikasi, atau mengatur perilaku seseorang dalam memberikan respons kepada orang lain. Hal ini biasanya cenderung dilakukan dalam keadaan tidak sadar.

Tujuan teori akomodasi komunikasi adalah untuk menjelaskan cara-cara di mana orang-orang yang berinteraksi dapat mempengaruhi satu sama lain selama interaksi. Teori akomodasi komunikasi berfokus pada mekanisme proses psikologi sosial mempengaruhi perilaku yang diamati dalam interaksi. Akomodasi merujuk pada cara individu - individu dalam interaksi, memantau dan mungkin menyesuaikan perilaku mereka selama interaksi (Rohim, 2009). Teori akomodasi komunikasi menyatakan bahwa dalam sebuah interaksi, seseorang memiliki pilihan. Terkadang menciptakan komunitas percakapan yang melibatkan penggunaan bahasa atau sistem nonverbal yang sama, mereka mungkin akan membedakan diri mereka dari orang lain, atau mereka akan berusaha keras untuk beradaptasi. Pilihan – pilihan ini diberi label konvergensi, divergensi, dan akomodasi berlebihan.

### **Metode Penelitian**

Metode yang digunakan pada penelitian gear budaya menghadapi masa Pandemi Covid-19 pada Mahasiswa Perantau adalah metode penelitian kualitatif. Metode kualitatif dilakukan dengan wawancara terstruktur dengan Mahasiswa perantau serta penelusuran dokumen (buku, tesis, skripsi, jurnal penelitian dan situs internet). Adapun lokasi penelitian dilaksanakan menggunakan via Zoom ataupun bertemu langsung. Subjek dalam penelitian ini adalah Mahasiswa Perantau dengan wawancara terstruktur. Sedangkan objek dalam penelitian ini adalah gear budaya. Pendekatan yang

digunakan dalam penelitian ini kualitatif yaitu peneliti adalah sebagai instrumen kunci, pengambilan sampel sumber data dilakukan secara purposif teknik pengumpulan data dengan triangulasi (gabungan), analisis data bersifat induktif kualitatif, dan hasil penelitian lebih menekankan makna dari pada generalisasi (Sugiyono: 2009).

Paradigma yang digunakan dalam penelitian ini adalah paradigma konstruktivis, dengan metode kualitatif. Pengumpulan data yang digunakan dengan melakukan wawancara terstruktur, dalam wawancara ini informan yang digunakan ada 5 orang mahasiswa perantau dari berbagai daerah dan Universitas di Indonesia. Unit analisis yang digunakan terdiri dari adaptasi dan *gegar budaya*. Adapun metode pengumpulan data pada penelitian ini meliputi: Wawancara Terstruktur. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan wawancara mendalam dengan Mahasiswa perantau untuk menggali informasi faktor – faktor apa yang menyebabkan terjadinya gegar budaya dan bagaimana cara mereka beradaptasi dalam menghadapi gegar budaya. Informan pada penelitian ini adalah Mahasiswa perantau dari NTT, Papua, Makassar, Batam dan Jakarta. Dasar dalam memilih informan adalah (1) mahasiswa asal perantau yang sempat mengalami kondisi gegar budaya; (2) Informan yang dapat menyampaikan informasi dengan relevan serta sesuai fakta; (3). mahasiswa aktif; (4) Mahasiswa yang tidak bisa pulang ke kampung halaman.

## PEMBAHASAN

Faktor-faktor yang menyebabkan gegar budaya adalah antara pribadi. Keterampilan komunikasi, pengalaman yang berbeda, serta karakteristik fisik seperti penampilan, umur, kesehatan, kemampuan sosialisasi menyebabkan gegar budaya yang dialami oleh para mahasiswa perantau yang tinggal di lingkungan yang baru dengan budaya yang baru di masa Pandemi *Covid-19* seperti yang di ungkapkan oleh informan dari NTT (Klaudia): “*Termasuk ka, tetapi tidak terlalu menjadi halangan yang paling besar. Penampilan iya, karena lebih sulit memakai jaket dan masker. Kalau umur tidak menjadi halangan, kesehatan iya karena kita menjadi lebih khawatir satu sama lain takut terkena Covid-19. Kemampuan sosialisasi tidak karena lingkungan sekitar sangat membantu satu sama lain.*” (Wawancara, 19/06/2020).

Berdasarkan hasil wawancara, Klaudia di atas menunjukkan bahwa faktor antar pribadi seperti karakteristik fisik yaitu penampilan dan kesehatan merupakan faktor yang membuat Klaudia mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk keterampilan komunikasi, pengalaman yang berbeda, umur dan kemampuan sosialisai bukan faktor yang membuatnya mengalami *culture shock*. Informan dari Papua (Shofi) ia mengungkapkan: “*Kalo keterampilan sih engga, kita cuma chattingan di wa, social media. Paling kita ngikut aja sih sama perkembangannya. Kalo kebiasaan yang berbeda sih jujur itu sulit. Iya sih selama di rumah aja penampilan gue jadi beda gitu loh muka gue jadi jerawat, kalo kesehatan fisik sih engga karena gue olahraga*” (Wawancara, 20/06/2020). Berdasarkan hasil wawancara, Shofi di atas menunjukkan bahwa faktor antar pribadi seperti pengalaman yang berbeda dan karakter fisik penampilan merupakan faktor yang membuat Shofi mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk keterampilan komunikasi, karakteristik seperti umur, kesehatan dan kemampuan sosialisasi bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Makassar (Yuyu) ia mengungkapkan: “*Kalo, keterampilan komunikasi sih engga. Tapi kalo kebiasaan sih iya banget kemana – kemana harus pake masker. Jujur ajasih gue paling mager kalo pake masker. Penampilan sih kayak gue harus pake masker dan jacket, taulah cuaca di Jakarta super panas. Kalo umur sih engga. Kesehatan iya jadi lebih was – was sih batuk dikit takut gitu*” (Wawancara, 22/06/2020).

Berdasarkan hasil wawancara, Yuyu di atas menunjukkan jika faktor antar pribadi seperti pengalaman yang berbeda dan karakter fisik penampilan, kesehatan merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk keterampilan komunikasi, karakter fisik seperti

umur dan kemampuan sosialisasi bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Batam (Elwing) mengungkapkan: *“Iya salah satunya itu. Kayak kebiasaannya yang berbeda sih. Gue tuh anaknya suka banget nongkrong nah ini tuh kita ga bisa nongkrong dengan bebas lagi ya. Terus tadinya bisa jalan – jalan sama pacar ini gue gak bisa gitu. Kalo penampilan sih engga. Cuma kalo umur juga sih di umur gue sekarang gue ngerasa belum punya cukup pengalaman buat ngatasin kayak Covid-19 ini loh”* (Wawancara, 22/06/2020).

Berdasarkan hasil wawancara, Elwing di atas menunjukkan jika faktor hubungan antar pribadi seperti pengalaman yang berbeda dan karakter fisik umur merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk keterampilan komunikasi, karakter fisik seperti penampilan, kesehatan dan kemampuan sosialisasi bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Jakarta (Veni) ia mengungkapkan: *“Kebiasaan yang berbeda itu bikin sulit sih kayak gue tuh suka banget travelling ini jadi ga bisa gituloh. Kalo kesehatan sih iya, jadi lebih was – was kalo misalnya orang batuk takutnya Covid-19 dan kalo gue batuk atau pilek jadi parno gitu sih”* (Wawancara, 23/06/2020).

Berdasarkan hasil wawancara, Veni di atas menunjukkan jika faktor antar pribadi seperti pengalaman yang berbeda dan karakter fisik kesehatan merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk keterampilan komunikasi, karakter terfisik seperti penampilan, umur dan kemampuan sosialisasi bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Penyebab Kedua Adalah Variasi Budaya. mi Covid-19. Seperti sosial, adat istiadat, agama, pendidikan, norma dalam masyarakat dan Bahasa adalah merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya gegar budaya yang dialami oleh para Mahasiswa perantau yang tinggal di lingkungan yang baru dengan budaya yang baru di masa pandemi Covid-19 seperti yang di ungkapkan oleh informan dari NTT (Klaudia): *“Sosialisasi mempengaruhi sih dikit. Kalo perilaku sih iya kayak lebih ribet aja harus rajin cuci tangan, social distancing. Kalo adat istiadat sih engga. Kalo agama aku bisa ibadah di kamar, pendidikan sih iya karena harus daring kan dan juga banyak bias jadi kalo mau nanya tuh susah karena lewat media. Norma sih engga ada ya kayak biasa dan Bahasa tidak”* (Wawancara, 19/06/2020).

Dari pernyataan Klaudia di atas menunjukkan bahwa variasi budaya seperti *social distance*, perilaku, pendidikan merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk adat istiadat, agama, norma dalam masyarakat dan Bahasa bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Papua (Shofi) ia mengungkapkan: *“Engga sih. Karena tiap orang punya kesulitan masing-masing dan gue berhasil ngelewat ini”* (Wawancara, 20/06/2020) Dari pernyataan Shofi di atas menunjukkan bahwa variasi budaya bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Makassar (Yuyu) mengungkapkan: *“Perilaku yang biasanya skinship sama temen kayak tosan, cipika –cipiki tuh ga bisa dan seakan – akan nih kita virus kalo kita ke warung depan nih, padahal mereka juga virus. Pendidikan yang biasanya bimbingan secara langsung, ini online gituloh. Paling itu sih yang bikin sulit”* (Wawancara, 22/06/2020)

Dari pernyataan Yuyu di atas menunjukkan bahwa variasi budaya seperti perilaku, pendidikan merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk sosial, adat istiadat, agama, norma dalam masyarakat dan Bahasa bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Batam (Elwing) mengungkapkan: *“Ya mempengaruhi banget sih, yang biasanya sholat jum’at di masjid. Ini tuh sekarang kalo sholat di rumah. Kalo perilaku sih iya banget lebih berjarak sedangkan gue lebih suka tosan gitu loh sama temen – temen, kalo pendidikan gue lebih suka bimbingan langsung di banding sama online. Kalo online dosen suka balesnya lama gitu.”* (Wawancara, 22/06/2020). Dari pernyataan Elwing di atas menunjukkan bahwa variasi budaya seperti perilaku, pendidikan dan agama merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk sosial, adat istiadat, norma dalam masyarakat dan Bahasa bukan faktor yang

membuatnya mengalami gegar budaya. Informan dari Jakarta (Veni) mengungkapkan: “*Ya mempengaruhi banget sih, pendidikan sih kalo ada urusan administrasi ribet gituloh, ada prosudernya harus janjianlah, pokoknya ribet dan Bahasa Palembang sih lumayan susah. Sholat idul fitri jadi di kosan aja yang tadinya di masjid kan terus gabisa teraweh di masjid. Revisi dan bimbingan online tuh susah banget kan kalo mau diskusi gitu.*” (Wawancara, 22/06/2020). Dari pernyataan Veni di atas menunjukkan bahwa variasi budaya seperti agama, pendidikan, dan Bahasa merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Sedangkan untuk sosialisasi, perilaku, adat istiadat, dan norma dalam masyarakat bukan faktor yang membuatnya mengalami gegar budaya.

Penyebab ketiga adalah Manifestasi Sosial Politik. Sikap dari masyarakat setempat dapat menimbulkan prasangka, stereotip, dan intimidasi adalah merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya gegar budaya yang dialami oleh para Mahasiswa perantau yang tinggal di lingkungan yang baru dengan budaya yang baru di masa pandemi *Covid-19*. Dari kelima informan hanya Shofi dari Papua yang mengalami manifestasi politik ia mengungkapkan “*Iyaa kalo orang tidak pakai masker gue jadi berprasangka dan merasa terintimidasi. Dan gue berstereotype kalo orang batuk. Apalagi orang yang sudah tua batuk jangan – jangan dia kena Covid-19 nih.*” (Wawancara, 20/06/2020). Dari pernyataan Shofi di atas menunjukkan jika manifestasi sosial politik seperti prasangka, stereotip, dan intimidasi merupakan faktor yang membuat dirinya mengalami gegar budaya. Berikut adalah tahapan dalam melakukan adaptasi.

#### a. Fase Perencanaan

Fase ini adalah Mahasiswa perantau masih berada pada kondisi asalnya dan menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19*. **Informan pertama dari NTT (Klaudia):** Klaudia menyiapkan diri untuk, ketahanan fisik di masa pandemi *Covid-19* seperti penyanitasi-tangan, masker dan vitamin, untuk kesiapan mental yaitu selalu bersikap tenang dan memanjakan diri dalam menghadapi pandemi *Covid-19*. Sedangkan untuk berkomunikasi dengan keluarga, teman dan lingkungan yang ia siapkan adalah pulsa dan wifi untuk berkomunikasi. Ia menyiapkan semua itu selama 2 minggu. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Klaudia sudah menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19*.

Informan kedua dari Papua (Shofi): Shofi menyiapkan diri untuk ketahanan fisik di masa pandemi *Covid-19* seperti penyanitasi-tangan, masker, tisu basah dan vitamin, untuk kesiapan mental yaitu membaca buku, olahraga, membersihkan rumah dan memanjakan diri dalam menghadapi pandemi *Covid-19*. Sedangkan untuk berkomunikasi dengan keluarga, teman dan lingkungan yang ia siapkan adalah kuota dan wifi untuk berkomunikasi. Ia menyiapkan semua itu selama 4 minggu. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Shofi sudah menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19*.

Informan ketiga dari Makassar (Yuyu): Yuyu tidak mempersiapkan diri untuk ketahanan fisik di masa pandemi *Covid-19* karena ia tidak berpikir bahwa virus *Covid-19* akan masuk ke Indonesia. Ia baru menyiapkan masker, penyanitasi-tangan, vitamin, frozen food dan minuman di saat *Covid-19* telah muncul di Indonesia, untuk kesiapan mental ia tidak mempersiapkannya, ia menyiapkannya setelah *Covid-19* telah muncul di Indonesia yang ia siapkan adalah bersikap tenang, tidak sering membaca artikel tentang *Covid-19*, baca buku, olahraga, Sedangkan untuk berkomunikasi dengan

keluarga, teman dan lingkungan ia tidak persiapan khusus karena di kosan ada wifi dan ia selalu *spend money* setiap bulan untuk kuota.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Yuyu tidak menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19* karena ia tidak berpikir bahwa virus *Covid-19* bakal masuk ke Indonesia.

**Informan keempat dari Batam (Elwing):** Elwing menyiapkan diri, untuk ketahanan fisik di masa pandemi *Covid-19* seperti penyanitasi-tangan, masker dan vitamin, untuk kesiapan mental yaitu memanjakan diri dan selalu bersikap positif dalam menghadapi pandemi *Covid-19*. Sedangkan untuk berkomunikasi dengan keluarga, teman dan lingkungan yang ia siapkan adalah kuota dan WIFI untuk berkomunikasi. Ia menyiapkan semua itu selama 1 minggu. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Elwing sudah menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19*.

Informan lima dari Jakarta (Veni): Veni menyiapkan diri, untuk ketahanan fisik di masa Pandemi *Covid-19* seperti penyanitasi-tangan, masker, sabun cuci tangan, vitamin, makanan dan minuman, untuk kesiapan mental yang ia siapkan yaitu tidak sering menonton berita tentang *Covid-19* dan menonton drama Korea dalam menghadapi pandemi *Covid-19*. Sedangkan untuk berkomunikasi dengan keluarga, teman dan lingkungan yang ia siapkan adalah kuota dan wifi untuk berkomunikasi. Ia menyiapkan semua itu selama 1 minggu. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Veni sudah menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik sampai kepada mental, termasuk kemampuan komunikasi yang dimiliki untuk dipersiapkan, yang nantinya digunakan pada masa pandemi *Covid-19*.

#### **b. Fase *Honeymoon***

Fase ini Mahasiswa perantau telah berada di lingkungan yang baru, menyesuaikan diri dengan budaya baru dan lingkungan di masa Pandemi *Covid-19*. Tahap ini Mahasiswa perantau memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu-gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya. Mahasiswa perantau mungkin akan tetap merasa asing, kangen rumah dan merasa sendiri namun terlena dengan keramahan penduduk sekitar terhadap Mahasiswa perantau.

**Informan pertama dari NTT (Klaudia):** Klaudia merasakan perasaan khawatir, takut dan kesepian ketika *Covid-19* muncul di Indonesia. Ia memiliki perasaan menggebu-gebu untuk mencari tahu tentang *Covid-19* lebih dalam. Suasana dan sikap masyarakat sekitar dengan Klaudia, di masa pandemi *Covid-19*. Lingkungan asrama UI sangat mendukung bagi mahasiswa perantau yang tidak bisa pulang ke kampung halaman. Mereka menyediakan pemeriksaan kesehatan, bagi – bagi makanan dan dosen – dosen di kampus yang selalu perhatian dengan mahasiswa perantau. Perasaan Klaudia saat jauh dari keluarga dan teman – teman di saat pandemi *Covid-19* adalah rindu kampung halaman. Perasaan menggebu – gebu untuk mencari tahu tentang virus *Covid-19*, rindu kampung halaman, khawatir dan takut ia rasakan selama 3 bulan yaitu dari bulan Maret hingga bulan Mei.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Klaudia, memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi. Serta menggebu – gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya, seperti mencari tahu tentang virus *Covid-19* lebih dalam. Klaudia mungkin akan tetap merasa asing, kangen rumah, khawatir, takut dan merasa sendiri namun terlena dengan keramahan dan kepedulian lingkungan sekitar terhadap Mahasiswa perantau. Seperti memberi bantuan sembako dan mendukung secara psikologis.

**Informan kedua dari Papua (Shofi):** Shofi merasakan perasaan bingung dan perasaan cemas. Ia tidak memiliki perasaan menggebu-gebu untuk mencari tahu tentang *Covid-19* lebih ke perasaan

takut tidak bisa menyesuaikan diri. Suasana dan sikap masyarakat sekitar dengan Shofi di masa pandemi *Covid-19* ini keadaan tetangga baik – baik saja, mereka melakukan kegiatan seperti biasa tetapi sesuai dengan protokol, sikap masyarakat dengan Shofi sangat *aware* seperti mengirimkan makanan pada saat lebaran. Perasaan Shofi saat jauh dari keluarga dan teman – teman di saat pandemi *Covid-19* adalah sedih, rindu kampung halaman dan cemas. Perasaan itu ia rasakan selama 1 bulan.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Shofi, tidak memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu-gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya. Seperti mencari tahu tentang virus *Covid-19* dan Shofi mungkin akan tetap merasa asing, bingung, kangen rumah, cemas dan merasa sendiri, namun terlena dengan keramahan dan kepedulian lingkungan sekitar terhadap Mahasiswa perantau. Seperti memberi perhatian dengan memberi makanan pada saat lebaran agar Shofi bisa merasakan lebaran seperti dengan keluarga. Informan ketiga dari Makassar (Yuyu): Yuyu merasakan perasaan terkejut dan jantung berdebar – debar. Ia tidak memiliki perasaan menggebu-gebu untuk mencari tau tentang *Covid-19*, karena info tentang *Covid-19* sudah menyebar, tanpa di cari tahu Yuyu sudah mendapatkan informasinya. Suasana dan sikap masyarakat sekitar dengan Yuyu di masa pandemi *Covid-19* mereka memperhatikan, mendukung Yuyu. Perasaan Yuyu saat jauh dari keluarga dan teman – teman di saat pandemi *Covid-19* adalah sedih. Perasaan itu ia rasakan selama 1 bulan.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Yuyu, tidak memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu-gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya. Seperti mencari info tentang virus *Covid-19* karena info tentang *Covid-19* sudah menyebar kemana – mana jadi tanpa di cari mencari tahu, Yuyu sudah mendapatkan informasinya dan Yuyu mungkin akan tetap merasa asing, bingung, terkejut, jantung berdebar- debar namun terlena dengan keramahan dan kepedulian lingkungan sekitar terhadap mahasiswa perantau seperti mengundangnya untuk merasakan lebaran bersama.

Informan keempat dari Batam (Elwing): Elwing merasakan perasaan terkejut. Ia memiliki perasaan menggebu-gebu untuk mencari informasi tentang *Covid-19* karena ia belum pernah mengalami kasus seperti ini sebelumnya. Suasana dan sikap masyarakat sekitar dengan Elwing di masa Pandemi *Covid-19* mereka sama saja tetapi lebih berjarak dan memakai masker. Perasaan Elwing saat jauh dari keluarga dan teman – teman di saat pandemi *Covid-19* adalah sedih tidak bisa pulang, semua kegiatan jadi terhambat. Perasaan itu ia rasakan selama 1 bulan. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Elwing memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu – gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya seperti mencari informasi tentang virus *Covid-19* karena ia belum pernah mengalami kasus seperti ini sebelumnya dan bagaimana penyebabnya serta Elwing mungkin akan tetap merasa asing, bingung dan terkejut.

Informan kelima dari Jakarta (Veni): Veni merasakan perasaan cemas. Ia tidak memiliki perasaan menggebu-gebu untuk mencari informasi tentang *Covid-19* lebih dalam. Ia cukup mengetahui informasi dasar tentang *Covid-19* dan berkontribusi dengan cara berdiam diri di Kosan. Suasana dan sikap masyarakat sekitar dengan Veni di masa pandemi *Covid-19* mereka menjalani kehidupan normal, kegiatan kampus ditiadakan, para pedagang daerah kosan Veni sudah bersih, memakai masker, jam operasional dibatasi dan para pengunjung supermarket di batasi. Perasaan Veni saat jauh dari keluarga dan teman – teman di saat pandemi *Covid-19* adalah sedih, rindu kampung halaman. Perasaan itu ia rasakan selama 1 bulan. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Veni, tidak memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu – gebu, dengan suasana baru yang akan di jalannya. Seperti mencari informasi tentang virus *Covid-19* lebih dalam. Ia cukup mengetahui informasi dasar tentang *Covid-19* dan berkontribusi dengan cara di kosan serta Veni mungkin akan tetap merasa asing, cemas.

### c. Fase Frustrasi

Tahap rasa semangat dan penasaran yang menggebu – gebu berubah menjadi rasa frustrasi, jengkel dan tidak mampu berbuat apa – apa karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*. Informan pertama dari NTT (Klaudia): Perasaan Klaudia saat harus tinggal di kota Depok yaitu rindu kampung halaman. Hal yang dirasakan berbeda saat sebelum dan sesudah pandemi *Covid-19* adalah komunikasi dengan orang tua, teman tidak intens tetapi, setelah *Covid-19* lebih intens, sedangkan untuk teman – teman seorganisasi tidak seintensnya saat sebelum *Covid-19* hal ini membuat koordinasi kerja menjadi sulit, untuk budaya di asrama orang – orang lebih aware akan kesehatan seperti menyiapkan tissue, penyanitasi-tangan, masker dan menjaga jarak. Lingkungan sekitar Klaudia petugas – petugas asrama, setiap hari lebih rajin untuk membersihkan asrama. Pembelajaran kuliah secara online, lebih sulit karena Klaudia kurang mengerti dan menyerap pembelajaran dengan baik kemudia tugasnya lebih banyak, yang Klaudia pikirkan saat melihat perbedaan – perbedaan itu adalah negatifnya merasakan kesal, jengkel dan kecewa karena tidak sesuai dengan harapan. Perasaan tidak nyaman itu ada saat muncul *Covid-19* di Indonesia membuat frustrasi karena belum terbiasa. Perasaan tidak nyaman itu Ia rasakan selama 1 minggu, Ia tidak berakseptasi apa pun mengenai kota Depok.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Klaudia mengalami dimana rasa semangat dan penasaran yang menggebu – gebu berubah menjadi rasa frustrasi, jengkel dan tidak mampu berbuat apa-apa karena realitas saat melihat perbedaan – perbedaan yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*. Informan kedua dari Papua (Shofi): Perasaan Shofi saat harus tinggal di kota Bogor yaitu Sedih. Hal yang dirasakan Shofi berbeda saat sebelum dan sesudah pandemi *Covid-19* adalah lebih mengenal tetangga karena, Shofi leluasa bisa bertemu dengan tetangganya. Cara komunikasi sama saja tetapi lebih berjarak dan memakai masker. Lingkungan lebih bersih dan lebih sunyi. Shofi merasakan kondisi tidak nyaman ketika melihat perbedaan – perbedaan itu saat pandemi *Covid-19* karena yang biasanya dekat, berjabat tangan jadi tidak bisa, yang Shofi pikirkan saat melihat perbedaan-perbedaan itu adalah kesal karena tidak bisa keluar rumah. Perasaan tidak nyaman itu Ia rasakan sekitar 1 bulan, Ia berakseptasi mengenai kota Depok sebelum masa pandemi *Covid-19* adalah Kota Depok banyak sekali tempat makan, cara berkomunikasi mereka menggunakan Bahasa Betawi dan Sunda. Ekspektasi Shofi tidak sesuai harapan karena harapan Shofi bisa berwisata kuliner seraya mengerjakan skripsi, tetapi karena *Covid-19* Ia tidak bisa, yang Ia rasakan ketika ekspektasi tidak sesuai harapan adalah kecewa. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Shofi mengalami dimana rasa kesal, kecewa dan tidak mampu berbuat apa – apa karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*.

**Informan ketiga dari Makassar (Yuyu):** Perasaan Yuyu saat harus tinggal berpisah dengan keluarga adalah Sedih, karena tahun ini tidak bisa berkumpul dengan keluarga, pulang, dan teman-teman di sana. Hal yang dirasakan berbeda saat sebelum dan sesudah pandemi *Covid-19* adalah tidak bisa Sholat di Masjid, suasananya terasa berbeda dari lebaran – lebaran sebelumnya. Sedih dan kesepian cara berkomunikasi lebih berjarak, harus memakai masker dan lingkungan sekitar menjadi sunyi. Yuyu merasakan kondisi tidak nyaman ketika melihat perbedaan – perbedaan itu saat pandemi *Covid-19* karena hal yang baru bagi dirinya dan yang terbiasa dekat harus berjarak. Yuyu berpikir saat melihat perbedaan – perbedaan itu adalah kesal karena merasa sendirian, asing dan terbiasa dengan keramaian. Hadirnya perasaan tidak nyaman itu, di rasakan Yuyu semenjak *lockdown*, seminggu sudah terasa. Ia berakseptasi mengenai kota Jakarta sebelum masa pandemi *Covid-19* adalah Kota Jakarta ibu kota metropololitan, pusat bisnis. Budaya orang Jakarta kerap berkumpul. Cara komunikasi

mereka *skinsip* seperti berjabat tangan dan berpelukan. Ekspektasi Yuyu tidak sesuai harapan karena kegiatan jadi berbeda terbiasa berkumpul dengan teman menjadi tidak bisa, harus berjarak dan menggunakan masker, yang Ia rasakan ketika ekspektasi tidak sesuai harapan adalah sedih dan kecewa karena tidak sesuai harapan. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Yuyu mengalami rasa kesal, kecewa dan tidak mampu berbuat apa – apa karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*.

**Informan keempat dari Batam (Elwing):** Perasaan Elwing saat harus tinggal berpisah dengan keluarga adalah sedih, harus tinggal sendirian. Hal yang dirasakan berbeda saat sebelum dan sesudah pandemi *Covid-19* adalah terbiasa bertemu langsung, sekarang sudah di rumah masing-masing dengan video call dan media sosial. Harus memakai masker dan cuci tangan. Lingkungan menjadi macet, awan lebih biru. Elwing merasakan kondisi tidak nyaman ketika melihat perbedaan – perbedaan itu saat pandemi *Covid-19* karena harus rajin cuci tangan sampai ditahap kering mengelupas, menjadikan Elwing harus memakai moisturizer dan memakai masker menjadi sesak napas karena Elwing memiliki riwayat asma, diharuskan untuk di kosan dan tidak bisa bertemu teman – teman, yang Elwing pikirkan saat melihat perbedaan-perbedaan itu adalah kesal. Perasaan tidak nyaman itu Ia rasakan selama Kurang lebih seminggu atau dua minggu. Ia berharap mengenai kota Jakarta sebelum masa pandemi *Covid-19* adalah masyarakatnya aware akan kesehatan, bersih dan pendidikannya bagus. Ekspektasi Elwing tidak sesuai harapan karena masih banyak orang Jakarta yang tidak aware akan kesehatan, keluar tidak memakai masker, pendidikannya kurang dan tingkat literasinya rendah, yang Ia rasakan ketika ekspektasi tidak sesuai harapan adalah kesal. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Elwing mengalami dimana rasa semangat dan penasaran yang menggebu – gebu berubah menjadi rasa frustrasi, sedih dan kesal karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*.

**Informan kelima dari Jakarta (Veni):** Perasaan Veni saat harus tinggal berpisah dengan keluarga adalah tidak menyangka, tidak di rencanakan. Hal yang dirasakan berbeda saat sebelum dan sesudah pandemi *Covid-19* adalah terbiasa dengan sarapan di luar, sekarang tidak bisa. Pedagang jarang berjualan. Di kampus karyawannya ada shift, staf administrasi sulit untuk di temui, seperti menulis surat mengharuskan janji-janji terlebih dahulu. Komunikasi lebih berjarak harus memakai masker. Kalau di UNSRI jika ingin masuk ke kampus di batasi. Wisuda dan yudisium di batalkan dan diganti menggunakan aplikasi Zoom. Lingkungan menjadi sunyi dan langit menjadi biru. Veni merasakan kondisi tidak nyaman ketika melihat perbedaan – perbedaan saat pandemi *Covid-19* karena aktivitas jadi terbatas, yang Veni pikirkan saat melihat perbedaan – perbedaan itu adalah kesal karena tidak bisa wisuda. Perasaan tidak nyaman itu Ia rasakan selama dua bulan. Ia berharap mengenai kota Palembang sebelum masa pandemi *Covid-19* adalah banyak kuliner, bisa jalan-jalan mengetahui daerah Palembang. Ekspektasi Veni tidak sesuai harapan karena adanya *Covid-19* tidak bisa keluar untuk kuliner dan jalan – jalan explore Palembang, yang Ia rasakan ketika ekspektasi tidak sesuai harapan adalah kesal. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa Veni mengalami rasa frustrasi, sebal, kaget, sedih dan kesal karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi di masa pandemi *Covid-19*.

#### **d. Fase *Readjustment***

Tahap penyesuaian kembali, mahasiswa perantau akan mulai mengembangkan berbagai macam cara untuk bisa beradaptasi di masa pandemi *Covid-19*. Mahasiswa perantau mulai menyelesaikan krisis di fase frustrasi. Penyelesaian ini ditandai dengan proses penyesuaian ulang dari mahasiswa perantau untuk mencari cara.

**Informan pertama dari NTT (Klaudia):** Cara Klaudia menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang tidak sesuai dengan harapan dan ketika terjadinya pandemi yaitu menanamkan diri bahwa Klaudia bukan orang yang melanggar syarat untuk di jadinya untuk New Normal. Cara Klaudia

mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel dll. saat pandemi *Covid-19* adalah *me-time* seperti menonton, belajar atau mengalihkan diri dari pikiran – pikiran negatif. Cara Klaudia menyesuaikan diri dengan perbedaan-perbedaan saat terjadinya *Covid-19* adalah menyesuaikan diri dengan rajin mengecek media sosial. Klaudia mulai merasa bisa mengatasi perasaan – perasaan tersebut di akhir Mei sudah mulai bisa beradaptasi. Perasaan Klaudia, ketika Ia sudah mulai bisa mengatasi rasa tidak nyaman tersebut adalah sudah mulai lega, seperti ketakutan Klaudia untuk keluar, beraktivitas di luar tidak sebesar seperti dahulu. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa cara Klaudia menyesuaikan diri dalam menghadapi masa pandemi *Covid-19* adalah dengan menanamkan diri bahwa Klaudia bukan orang yang melanggar syarat untuk di jadikannya untuk new normal, *me-time* seperti menonton, belajar atau mengalihkan diri dari pikiran – pikiran negatif dan dengan rajin memeriksa media sosial.

Informan kedua dari Papua (Shofi): Cara Shofi menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang tidak sesuai dengan harapan dan ketika terjadinya pandemi yaitu dibuat *happy* saja. Cara Shofi mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel dll. saat pandemi *Covid-19* adalah melakukan pengalihan karena melakukan sesuatu yang monoton akan berpengaruh terhadap mental Shofi. Cara Shofi menyesuaikan diri dengan perbedaan-perbedaan saat terjadinya *Covid-19* adalah menyesuaikan secara seiring berjalannya waktu karena penyesuaian itu butuh proses tidak bisa langsung. Jadi seiring berjalannya waktu melakukan kegiatan baru dan enjoy dengan kegiatan. Shofi mulai merasa bisa mengatasi perasaan-perasaan tersebut dengan masih berusaha untuk menyesuaikan diri. Jadi sampai sekarang masih belajar. Perasaan Shofi, ketika Ia sudah mulai bisa mengatasi rasa tidak nyaman tersebut adalah setelah shofi bisa menemukan kegiatan-kegiatan yang baru yang membuat Ia *enjoy*. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa cara Shofi menyesuaikan diri dalam menghadapi masa pandemi *Covid-19* adalah dengan dibawa *happy* saja, melakukan pengalihan, melakukan kegiatan baru, menyesuaikan secara seiring berjalannya waktu karena penyesuaian itu butuh proses tidak bisa langsung. Jadi seiring berjalannya waktu melakukan kegiatan baru, enjoy sama kegiatan dan terus belajar dengan segala situasi yang ada.

Informan ketiga dari Makassar (Yuyu): Cara Yuyu menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang tidak sesuai dengan harapan dan ketika terjadinya pandemi yaitu self healing, jangan terlalu berharap tinggi akan sesuatu hal. Cara Yuyu mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel dll saat pandemi *Covid-19* adalah mengobrol bersama teman, curhat dan menonton. Cara Yuyu menyesuaikan diri dengan perbedaan-perbedaan saat terjadinya *Covid-19* adalah beradaptasi sampai sekarang. Yuyu mulai merasa bisa mengatasi perasaan – perasaan tersebut dengan menyesuaikan secara seiring berjalannya waktu. Perasaan Yuyu, ketika Ia sudah mulai bisa mengatasi rasa tidak nyaman tersebut adalah masih berusaha untuk menyesuaikan diri, tapi sudah bisa sedikit nyaman karena sudah self healing. Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa cara Yuyu menyesuaikan diri dalam menghadapi masa pandemi *Covid-19* adalah dengan self healing, jangan terlalu berharap tinggi akan sesuatu hal, mengobrol bersama teman, curhat dan menonton, beradaptasi sampai sekarang dan dengan menyesuaikan secara seiring berjalannya waktu.

Informan keempat dari Batam (Elwing): Cara Elwing menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang tidak sesuai dengan harapan dan ketika terjadinya pandemi yaitu membiasakan diri dan jangan terlalu diambil pusing. Cara Elwing mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel dll. saat pandemi *Covid-19* adalah *me-time*, menonton film, mengerjakan skripsi, komunikasi dengan teman dan pacar. Cara Elwing menyesuaikan diri dengan perbedaan-perbedaan saat terjadinya *Covid-19* adalah menjadikan kebiasaan saja. Elwing mulai merasa bisa mengatasi perasaan – perasaan tersebut dengan dua bulan. Perasaan Elwing, ketika Ia sudah mulai bisa mengatasi rasa tidak nyaman tersebut adalah senang.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa cara Elwing menyesuaikan diri, dalam menghadapi masa pandemi *Covid-19* adalah dengan membiasakan diri dan jangan terlalu diambil pusing, *me-time*, menonton film, mengerjakan skripsi, komunikasi dengan teman dan pacar. Informan kelima dari Jakarta (Veni): Cara Veni menyesuaikan diri dengan ekspektasi yang tidak sesuai dengan harapan dan ketika terjadinya pandemi yaitu tidak di bawa pusing dan berpikir positif, karena bahagia itu pilihan. Cara Veni mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel dll. saat pandemi *Covid-19* adalah bermain dengan tetangga kost, berbagi cerita tentang drama Korea jadi tidak fokus dengan pandemi *Covid-19*. Cara Veni menyesuaikan diri dengan perbedaan-perbedaan saat terjadinya *Covid-19* adalah dengan membiasakan diri memakai masker setiap hari, cuci tangan, mandi jika sehabis dari luar, memakai media sosial lebih sering agar terbiasa karena pola komunikasi sudah berbeda, kalau dengan Bahasa daerahnya sudah bisa mengikuti ritmenya karena sering bertanya dengan teman asli Palembang. Veni mulai merasa bisa mengatasi perasaan – perasaan tersebut setelah Ia bisa beradaptasi, perasaan itu jadi sirna dan Ia sudah terbiasa. Perasaan Veni, ketika Ia sudah mulai bisa mengatasi rasa tidak nyaman tersebut adalah lebih tenang dan lega.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan bahwa cara Veni menyesuaikan diri dalam menghadapi masa pandemi *Covid-19* adalah tidak di bawa pusing dan berpikir positif, karena bahagia itu pilihan, bermain dengan tetangga kost, sharing tentang Drama Korea jadi tidak fokus dengan pandemi *Covid-19*, membiasakan diri memakai masker setiap hari, cuci tangan, mandi jika sehabis dari luar, memakai media sosial lebih sering agar terbiasa karena pola komunikasi sudah berbeda, dan kalau dengan Bahasa daerah Ia sudah bisa mengikuti ritmenya karena sering bertanya dengan teman asli Palembang.

#### e. Fase Resolusi

Fase terakhir dari adaptasi budaya, berupa jalan akhir yang diambil mahasiswa perantau sebagai jalan keluar dari kondisi tidak nyaman yang di rasakannya. Dalam tahap ini ada beberapa hal yang dapat dijadikan pilihan oleh orang tersebut, seperti:

- a) *Flight*, yaitu ketika seseorang tidak tahan dengan lingkungannya dan merasa tidak dapat melakukan usaha untuk beradaptasi yang lebih dari apa yang telah dia lakukan. *Fight*, yaitu orang yang masuk pada lingkungan dan kebudayaan baru dan dia sebenarnya merasa tidak nyaman, namun dia berusaha untuk tetap bertahan dan berusaha menghadapi segala hal yang membuat dia merasa tidak nyaman.
- b) *Accommodation*, yaitu tahapan seseorang mencoba untuk menikmati apa yang ada di lingkungannya yang baru, awalnya mungkin orang tersebut merasa tidak nyaman, namun dia sadar bahwa memasuki budaya baru memang akan menimbulkan sedikit ketegangan, maka dia pun berusaha berkompromi dengan keadaan, baik eksternal maupun internal dirinya.
- c) *Full participation*, yaitu ketika seseorang sudah mulai merasa nyaman dengan lingkungan dan budaya barunya. Tidak ada lagi rasa khawatir, cemas, kondisi tidak nyaman, dan bisa mengatasi rasa frustrasi yang dialami dahulu.

Informan pertama dari NTT (Klaudia): Proses adaptasi budaya yang di gunakan Klaudia adalah *fight* yaitu Klaudia yang masuk pada lingkungan dan kebudayaan baru dan dia sebenarnya merasa tidak nyaman, namun Ia berusaha untuk tetap bertahan dan berusaha menghadapi segala hal yang membuat Ia merasa tidak nyaman, ini dapat di lihat pada fase *honeymoon* perasaan Klaudia ketika *Covid-19* muncul di Depok khawatir, takut, dan kesepian. Fase frustrasi perasaan Klaudia ketika harus tinggal di Kota Depok berpisah dengan keluarga, saat pandemi *Covid-19* adalah awalnya Ia merasa rindu kampung halaman, tetapi berjalannya waktu Ia terbiasa, Fase *readjustment* cara Klaudia mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel, tidak nyaman dll. saat pandemi *Covid-19* adalah *me-time* seperti menonton, belajar atau mengalihkan diri dari pikiran-pikiran itu. Fase resolusi Klaudia merasakan bahwa dapat menyesuaikan diri dengan baik di kota Depok pada masa pandemi,

untuk dilingkungan asrama, lingkungan UI Ia merasa sudah dapat menyesuaikan diri dengan baik, tetapi untuk di kota Depok Ia belum bisa mengatakan sudah dapat menyesuaikan diri dengan baik, karena Ia belum keluar lagi.

Informan kedua dari Papua (Shofi): Proses adaptasi budaya yang di gunakan Shofi adalah *accomodation*, yaitu tahapan Shofi mencoba untuk menikmati apa yang ada di lingkungannya yang baru, awalnya mungkin orang tersebut merasa tidak nyaman, namun dia sadar bahwa memasuki budaya baru memang akan menimbulkan sedikit ketegangan, maka dia pun berusaha berkompromi dengan keadaan, baik eksternal maupun internal dirinya, ini dapat di lihat pada fase *honeymoon* perasaan Shofi ketika *Covid-19* muncul di Depok bingung, karena banyak kegiatan yang akhirnya terhambat. Fase frustrasi perasaan Shofi ketika harus tinggal di Kota Depok berpisah dengan keluarga, saat pandemi *Covid-19* adalah sedih. Fase *readjustment* cara Shofi mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel, tidak nyaman dll. saat pandemi *Covid-19* adalah melakukan kegiatan baru. Fase resolusi Shofi sudah mulai merasakan bahwa Ia dapat menyesuaikan diri tetapi Ia masih berproses karena pandemi *Covid-19* terus berproses.

Informan ketiga dari Makassar (Yuyu): Proses adaptasi budaya yang di gunakan Yuyu adalah *accomodation*, yaitu tahapan Yuyu mencoba untuk menikmati apa yang ada di lingkungannya yang baru, awalnya mungkin orang tersebut merasa tidak nyaman, namun Ia sadar bahwa memasuki budaya baru memang akan menimbulkan sedikit ketegangan, maka Ia pun berusaha berkompromi dengan keadaan, baik eksternal maupun internal dirinya, ini dapat di lihat pada fase *honeymoon* perasaan Yuyu ketika *Covid-19* muncul di Jakarta terkejut dan jantung berdebar kencang. Fase frustrasi perasaan Yuyu ketika harus tinggal di Kota Jakarta berpisah dengan keluarga, saat pandemi *Covid-19* adalah sedih, karena tahun ini tidak bisa berkumpul dengan keluarga, tidak bisa pulang, tidak bisa bertemu kedua orang tua dan teman - teman. Fase *readjustment* cara Yuyu mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel, tidak nyaman dll saat pandemi *Covid-19* adalah mengobrol dengan teman, curhat menonton. Fase resolusi Yuyu masih berproses dalam menyesuaikan diri di masa pandemi *Covid-19*.

Informan keempat dari Batam (Elwing): Proses adaptasi budaya yang di gunakan Elwing adalah *full participation*, yaitu ketika Elwing sudah mulai merasa nyaman dengan lingkungan dan budaya barunya. Tidak ada lagi rasa khawatir, cemas, kondisi tidak nyaman, dan bisa mengatasi rasa frustrasi yang dialami dahulu, ini dapat di lihat pada fase *honeymoon* perasaan Elwing ketika *Covid-19* muncul di Jakarta terkejut. Fase frustrasi perasaan Elwing ketika harus tinggal di Kota Jakarta berpisah dengan keluarga, saat pandemi *Covid-19* adalah sedih. Fase *readjustment* cara Elwing mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel, tidak nyaman dll saat pandemi *Covid-19* adalah *me-time*, menonton film, mengerjakan skripsi, berkomunikasi dengan teman dan pacar. Fase resolusi Elwing sudah bisa menyesuaikan diri di masa pandemi *Covid-19*, walaupun adaptasinya dengan waktu.

Informan kelima dari Jakarta (Veni): Proses adaptasi budaya yang di gunakan Veni adalah *full participation*, yaitu ketika Veni sudah mulai merasa nyaman dengan lingkungan dan budaya barunya. Tidak ada lagi rasa khawatir, cemas, kondisi tidak nyaman, dan bisa mengatasi rasa frustrasi yang dialami dahulu, ini dapat di lihat pada fase *honeymoon* perasaan Veni ketika *Covid-19* muncul di Palembang adalah panik. Fase frustrasi perasaan Veni ketika harus tinggal di Kota Palembang berpisah dengan keluarga, saat pandemi *Covid-19* adalah tidak menyangka, kesal, sedih dan rindu kampung halaman. Fase *readjustment* cara Veni mengatasi perasaan kecewa, frustrasi, jengkel, tidak nyaman dll saat pandemi *Covid-19* adalah bermain dengan tetangga kost. Fase resolusi Veni sudah bisa menyesuaikan diri di masa pandemi *Covid-19*.

## **PENUTUP**

Berdasarkan seluruh uraian pada bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut: faktor – faktor yang mempengaruhi terjadinya *gegar budaya* pada mahasiswa perantau di masa pandemi *Covid-19* yaitu faktor antar pribadi, variasi budaya. Dari lima informan hanya mahasiswa asal Papua (Shofi) yang tidak mengalami faktor variasi budaya dan manifestasi politik dari lima informan hanya mahasiswa asal Papua (Shofi) yang mengalami faktor manifestasi politik. Faktor antar pribadi seperti pengalaman yang berbeda dan karakteristik fisik, untuk variasi budaya sosialisasi, pendidikan, agama, bahasa yang digunakan dan manifestasi politik prasangka, *stereotip*, intimidasi.

Proses adaptasi yang dialami oleh mahasiswa perantau terdiri dari fase perencanaan dari lima informan hanya mahasiswa asal Makassar (Yuyu) yang tidak mengalami fase perencanaan, fase bulan madu dari lima informan terdapat tiga Mahasiswa perantau yang tidak mengalami fase bulan madu yaitu asal Papua (Shofi), Makassar (Yuyu), dan Jakarta (Veni), fase frustrasi, fase penyesuaian kembali dan fase resolusi. Fase perencanaan menyiapkan segala sesuatu, mulai dari ketahanan fisik seperti masker, penyanitasi-tangan, dan lain lain, sampai kepada mental seperti berpikir positif. Fase bulan madu mahasiswa perantau memiliki semangat dan rasa penasaran yang tinggi serta menggebu – gebu dengan suasana baru yang akan di jalannya di masa pandemi *Covid-19*. Fase frustrasi mahasiswa perantau mengalami rasa frustrasi, terkejut, sedih dan kesal karena realitas yang sebenarnya tidak sesuai dengan ekspektasi. fase penyesuaian kembali yaitu mahasiswa perantau akan mulai mengembangkan berbagai macam cara untuk bisa beradaptasi di masa pandemi *Covid-19* seperti waktu untuk diri sendiri, melakukan kegiatan baru, *self healing* dan membiasakan diri dengan selalu berpikir positif. Fase resolusi yaitu fase terakhir dari adaptasi budaya, mahasiswa asal NTT (Klaudia) menggunakan tahap *fight*, mahasiswa asal Papua (Shofi) menggunakan tahap akomodasi, dan 3 mahasiswa asal Makassar (Yuyu), Batam (Elwing), Jakarta (Veni) menggunakan tahap partisipasi penuh sebagai jalan keluar dari kondisi tidak nyaman yang di rasakannya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*.  
<https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Gudykunst, W. B., & Mody, B. (2002). *Handbook of international and intercultural communication*. Sage.
- Kim, Y. Y. (2001). *Becoming Intercultural: An Integrative Theory of Communication and Cross-Cultural Adaptation*. Thousand Oaks, CA.: SAGE Publication Inc.
- Mulyana, Deddy & Rahmat, J. (2006). *Komunikasi Antar Budaya “Panduan Berkomunikasi Dengan Orang-Orang Berbeda Budaya.”* Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Pederson, P. (1995). *The Five Stages of Culture Shock*. London: Greenwood Publishing Group.
- Ridwan, A. (2016). *Komunikasi Antar Budaya*. Bandung: CV. Pustaka Setia.
- Rohim, S. (2009). Teori Komunikasi: Perspektif, Ragam, dan Aplikasi. *Rineka Cipta*.
- Ruben, B., & Stewart, L. P. (2006). *Communication and Human Behavior*. USA: Alyn and Bacon.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The Psychology of Cultural Shock* (2nd ed.). Canada: Routledge & Kegan Paul.
- West, R. L., Turner, L. H., & Zhao, G. (2010). *Introducing communication theory: Analysis and application* (Vol. 2). New York: McGraw-Hill Higher Education.

