BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Mengikuti kegiatan pertukaran pelajar ke luar negeri, atau yang biasa disebut sebagai *student exchange* merupakan salah satu hal yang dapat meningkatkan potensi dan keahlian dalam diri seseorang. Potensi dan keahlian yang dikembangkan ketika melakukan kegiatan pertukaran pelajar yaitu minat dalam studi lebih lanjut, pribadi dan kompetensi antar budaya, *international networking,* kemampuan kerja, dan keterampilan untuk karir. Hal ini dikarenakan, ketika melakukan kegiatan pertukaran pelajar, seseorang dituntut untuk belajar mengenai banyak hal yang sebelumnya tidak pernah ia pelajari, misalnya seperti budaya, rutinitas, pola berpikir, bahasa pengantar di negara tersebut, dan lain-lain (Nunan, 2006).

Pertukaran pelajar ke luar negeri memiliki bentuk kegiatan yang bermacam-macam. Mulai dari *summer* dan *winter course, summer* dan *winter camp,* konferensi, *workshop, study tour,* bahkan hingga studi di luar negeri selama satu tahun. Negara tujuan yang ditawarkan pun juga beragam, seperti Amerika Serikat, Rusia, Mesir, Jepang, Australia, dan masih banyak lagi. Selain itu, kegiatan-kegiatan yang ditawarkan tidak hanya diperuntukkan bagi siswa saja, namun juga mahasiswa di perguruan tinggi. Dikarenakan hal tersebutlah tak jarang banyak siswa maupun

mahasiswa yang tertarik untuk mengikuti kegiatan pertukaran pelajar ke luar negeri dan jumlah peminatnya pun terus bertambah. Misalnya saja seperti yang diungkapkan oleh Koordinator Bidang Kebudayaan Kedutaan Besar Spanyol, Daniel Plasencia, bahwa peminat pelajar Indonesia untuk belajar di Spanyol semakin meningkat dari tahun 2013 yang hanya berjumlah 200-300 orang, hingga tahun 2016 yang berjumlah 468 orang (Rabbani, 2016).

Ketika mengikuti kegiatan pertukaran pelajar, tentunya mereka merasakan perbedaan antara negara asal dengan negara tujuan. Perbedaan tersebut memiliki bentuk yang macam-macam. Misalnya saja dalam penelitian yang dilakukan oleh Poedjiastutie (2011) pada mahasiswa asing yang melakukan pertukaran pelajar ke Indonesia, mahasiswa asing tersebut menemukan berbagai perbedaan kondisi antara negara asal dengan Indonesia, seperti hubungan antara laki-laki dan perempuan yang terlalu serius, level pertemanan, ikatan pada suatu komunitas dan keluarga, dan juga ‘ketidakwajaran’ minuman beralkohol (Poedjiastutie, 2011).

Perbedaan yang ada antara negara asal dengan negara yang disinggahi dapat menjadi sebab seseorang mengalami *culture shock*. *Culture shock* merupakan hal yang umum terjadi ketika seseorang datang ke suatu lingkungan yang baru dan asing. *Culture shock* adalah suatu keadaan dimana seseorang mengalami disorientasi pribadi yang terjadi ketika ia pindah ke lingkungan budaya yang berbeda dari lingkungan asalnya, sehingga ia merasakan cara hidup yang berbeda karena imigrasi, kunjungan ke negara baru, perpindahan antar lingkungan sosial, atau sekedar transisi ke jenis

kehidupan lain (Macionis & Gerber, 2010). Masalah umum pada *culture shock* yaitu biasanya meliputi hambatan bahasa, bosan, *homesick*, informasi yang berlebihan, gap generasi, gap teknologi, kemandirian, kemampuan untuk merespon, dan ketergantungan (Pedersen, 1995).

Suatu individu bisa mengalami *culture shock* dan juga bisa tidak mengalami *culture shock.* Hal ini dikarenakan faktor-faktor yang memengaruhinya, seperti letak geografis yang tidak jauh, perbedaan budaya yang tidak signifikan, adanya informasi-informasi yang diakses sebelum datang ke negara tersebut, dan juga durasi berkunjung yang tidak lama. Berdasarkan hasil survei *online* yang dilakukan peneliti mengenai ada atau tidaknya *culture shock* ketika responden pergi ke negara yang baru dikunjungi, menunjukkan bahwa sebesar 49,3% dari 81 responden mengatakan bahwa mereka mengalami *culture shock* dan sebesar 50,7% dari 81 responden mengatakan bahwa mereka tidak mengalami *culture shock*. Dalam hal ini, responden mengaku mengalami *culture shock* dikarenakan beberapa faktor, yaitu letak geografis negara asal yang tidak dekat dengan negara tujuannya, sehingga banyak hal dari negara tersebut yang berbeda dari negara asal, seperti musim, kebiasaan masyarakatnya, makanan, pakaian, kegiatan keagamaan, bahasa, *lifestyle*, biaya hidup, dan lain-lain. Sedangkan mereka yang tidak mengalami *culture shock* mengaku bahwa faktor-faktor yang memengaruhi yaitu letak geografis negaranya yang cukup dekat dengan negara tujuannya, sehingga budaya, makanan, dan kondisi negaranya kurang lebih sama. Selain itu, sebelum mereka pergi ke negara tersebut, mereka

mencari tahu informasi-informasi mengenai negara tersebut, sehingga mereka sudah berekspektasi bagaimana diri mereka ketika berada di negara tersebut.

Ketika terjadi *culture shock* pada diri seseorang, ia akan melakukan penyesuaian diri untuk mengantisipasinya. Hal itu dilakukan karena tinggal di tempat baru membuat seseorang merasa asing dengan lingkungannya, sehingga secara signifikan memengaruhi kemampuan seseorang untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru. Sebagai contoh, Chow dan Healy (2008) menemukan bahwa setelah pindah ke kota baru, seseorang merasa bahwa rumah mereka tidak lagi menjadi tempat tinggal mereka, hal tersebut membuat mereka *homesick* (Terrazzas-Carrillo, Hong, & Pace, 2014)

Seseorang yang berhasil menyesuaikan diri dengan baik akan menghilangkan perasaan-perasaan negatif seperti perasaan cemas, stress, dan depresi dari *culture shock* dan akan meningkatkan aspek-aspek positif dalam dirinya. Selain itu, ia bisa saja merasa tidak ingin meninggalkan negara tersebut. Hal ini dikarenakan ketika seseorang sudah melakukan penyesuaian diri dengan baik, maka ia akan dapat melakukan kegiatan kesehariannya tanpa merasa cemas meski pada saat-saat yang menegangkan. Menurut Oberg (1960), penyesuaian diri yang baik akan menyebabkan individu tersebut membawa hal-hal yang ia telah dapatkan dari negara tersebut dan membawanya ke negara asalnya, dan jika individu tersebut meninggalkan negara persinggahannya untuk selamanya, maka ia akan rindu dengan negara tersebut dan orang-orang yang biasa ditemui (Oberg, 1960 dalam Naeem, dkk., 2015).

Meski begitu, tak jarang ada orang yang tidak dapat menyesuaikan diri dengan baik saat tinggal di luar negeri. Hal ini dikarenakan setiap individu memiliki derajat pengaruh *culture shock* yang berbeda-beda dalam diri mereka masing-masing. Ketika seseorang tidak dapat mengatasi perasaan ketidaknyamanannya pada *culture shock* yang ia alami, maka ia akan merasakan beberapa periode penyakit mental seperti depresi berat, stress, atau kecemasan yang menyebabkan seseorang merasa kesulitan dalam bergaul, minder, dan tertutup (Sapriyo, 2008). Terlebih lagi, menurut Oberg (1960), ketika seseorang tidak dapat melakukan penyesuaian diri dengan baik, maka ia tidak dapat memerankan perannya dalam bekerja ataupun sebagai anggota dalam suatu komunitas. Meskipun ternyata tedapat individu yang tidak mengalami *culture shock*, penyesuaian diri pada lingkungan baru harus terus dilakukan karena seseorang yang berada pada lingkungan baru perlu menyesuaikan dirinya dengan budaya-budaya yang ada, seperti mengenai bagaimana rutinitas, makanan, gaya hidup, dan lain-lain yang terdapat pada lingkungan tersebut agar ia dapat memerankan perannya di lingkungan barunya. Penyesuaian diri seseorang terkait dengan budaya disebut sebagai penyesuaian lintas budaya (Oberg, 1960 dalam Naeem, dkk., 2015).

Secara konseptual, Kate Berardo (2015) mendefinisikan penyesuaian lintas budaya sebagai penyesuaian diri pada lingkungan asing yang memiliki budaya yang berbeda. Penyesuaian lintas budaya merupakan proses yang harus dilalui seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari dan hidup nyaman di lingkungan yang baru dan asing. Hidup di suatu lingkungan yang memiliki

budaya yang berbeda mengharuskan seseorang mempelajari pola dan perilaku budaya baru, hal ini yang menyebabkan seseorang mengalami tahap-tahap penyesuaiannya pada lingkungan yang baru dan asing (Bennett, J. & Bennett M., 1999 dalam State University, 2019).

Penyesuaian lintas budaya pada seseorang tentunya dipengaruhi oleh berapa lama individu tersebut tinggal di suatu negara. Fase-fase penyesuaian diri pada seseorang yang tinggal di suatu negara pada jangka waktu yang lama tentu akan berbeda dengan yang tinggal dalam jangka waktu yang singkat. Mereka yang berkunjung sebentar akan cenderung merasa senang, *excited*, dan merasa ingin bereksplorasi, karena mereka sudah punya prediksi bahwa mereka tidak akan lama di sini, sedangkan mereka yang berkunjung dan menetap dalam waktu yang lama secara alami mengalami banyak kecemasan dan perasaan tidak nyaman dalam berbagai hal seperti dalam mempelajari bahasa baru, menemukan pekerjaan, tempat tinggal, pertemanan, dan lain-lain (Naeem, dkk., 2015).

Variasi lama waktu kunjung dialami oleh setiap orang yang berkunjung ke negara asing, baik itu turis, mahasiswa atau pelajar yang mengikuti program pertukaran pelajar, petugas diplomatik yang harus bekerja di negara tersebut, dan sebagainya. Salah satu kegiatan yang memiliki variasi semacam itu adalah pertukaran pelajar ke luar negeri. Berdasarkan jangka waktunya, pertukaran pelajar dibagi menjadi dua, yaitu jangka waktu yang lama *(long term exchange program)* dan jangka waktu yang singkat *(short-term exchange program)*. *Long term exchange program* berdurasi lebih dari 8 minggu,

sedangkan *short-term exchange program* berdurasi 8 minggu atau kurang (Anthony dkk., 2009).

Long term exchange program memang merupakan pilihan yang paling baik untuk meningkatkan bahasa dan kecakapan budaya, namun *short-term exchange* program mampu menarik minat siswa maupun mahasiswa dengan jumlah yang besar dan signifikan. *Short-term exchange program* menjadi popular di kalangan pelajar dikarenakan biayanya yang lebih terjangkau, jangka waktu yang tidak lama, dan juga memberikan pengalaman internasional tanpa harus meninggalkan tahun ajarannya. Berdasarkan tren historis, jumlah partisipan pada *short-term exchange program* meningkat secara stagnan dari tahun ke tahun. Pada tahun ajaran 2005-2006, 52,8% pelajar memilih untuk mengikuti *short-term exchange program* (IIE, 2008 dalam Castañeda & Zirger, 2011). Pada tahun ajaran berikutnya, yaitu 2006-2007, jumlah pelajar yang memilih untuk mengikuti *short-term exchange* meningkat menjadi 56,3 %. Sedangkan pada jumlah pelajar yang memilih untuk mengikuti *long term exchange program* cenderung turun dari angka 5,5% ke 4,2% (IIE, 2009 dalam Castañeda & Zirger, 2011).

Minat pelajar dalam mengikuti *short-term exchange program* ini meningkat dikarenakan *short-term exchange program* mampu memperluas partisipasi belajar di luar negeri dengan menarik orang-orang dari kelompok yang cenderung tidak menyukai belajar di luar negeri selama satu semester atau satu tahun penuh, baik karena alasan keuangan, akademik, ataupun alasan pribadi lainnya. Meski berdurasi tidak lebih dari 8 minggu, *short-term*

exchange program yang dirancang dengan baik dapat memiliki dampak mendalam pada peserta dan dapat memberikan pengalaman awal yang mendorong mereka untuk mempertimbangkan studi masa depan atau bekerja di luar negeri (Anthony dkk., 2009). Selain itu, *short-term exchange program* juga dapat menumbuhkan kesadaran antar budaya, meningkatkan kemahiran dalam berbicara, memotivasi pelajar untuk berpergian ke luar negeri, dan memberikan pengalaman studi tambahan di luar negeri (Ingram, 2005 dalam Castañeda & Zirger, 2011). Secara khusus, keterampilan linguistik pada pelajar yang pergi ke Prancis untuk mempelajari bahasa Prancis meningkat dan kecemasan dalam berbahasa Prancis juga menurun setelah mereka kembali dari Prancis (Allen dan Herron, 2003 dalam Castañeda & Zirger, 2011).

Manfaat dari *short-term exchange program* dapat dirasakan dengan baik jika mereka melibatkan dirinya secara aktif dengan budaya asing dikarenakan mereka dapat dengan mudah bertemu dengan penduduk aslinya (Ingram, 2005 dalam Castañeda & Zirger, 2011). Keterlibatan diri secara aktif ini penting karena kualitas pengalaman dalam belajar di luar negeri muncul dari keinginan dalam berinteraksi, ekspektasi, dan ekspektasi pada sumber daya dan hubungan sosial yang tersedia di lingkungan mereka (Kinginger, 2008 dalam Castañeda & Zirger, 2011).

Salah satu cara yang sangat efektif untuk meningkatkan keterlibatan diri secara aktf dengan lingkungan mereka yaitu melalui keluarga angkat atau yang biasa disebut sebagai *host family*. Dalam studi jangka pendek di luar

negeri, *host family* secara inheren dapat meningkatkan kesempatan dalam mempelajari bahasa (Kinginger, 2008 dalam Castañeda & Zirger, 2011). Selain itu, Rinehart dan Knight (2004) menemukan bahwa tinggal dengan *host family* menyebabkan mereka mengubah 'studi' di luar negeri menjadi 'pengalaman' hidup di luar negeri yang lebih inklusif secara budaya bagi mayoritas pelajar (Rinehart dan Knight, 2004 dalam Castañeda & Zirger, 2011). *Host family* pada pelajar yang mengikuti *short-term exchange program* ini juga memainkan peran yang utama dalam menyediakan pembelajaran bahasa dan akses ke komunitas lokal. Hal ini dikarenakan *host family* membantu mereka dalam berinteraksi dengan penduduk setempat secara langsung (Gutel, 2008 dalam Castañeda & Zirger, 2011).

Salah satu organisasi yang menyelenggarakan *short-term exchange program* dan menyediakan *host* family sebagai akomodasi yaitu AIESEC (*Association Internationale des Etudiants en Sciences Economiques et Commerciales*). AIESEC merupakan organisasi yang mewadahi orang-orang dari berbagai negara untuk menjalankan proyek sosial dengan menjadi *ambassador* di luar negeri. Salah satu program AIESEC yaitu *Global Volunteer*. *Global volunteer* adalah program yang mewadahi orang-orang dari berbagai negara, atau yang biasa disebut sebagai *exchange participant* untuk berkontribusi terhadap masyarakat. Program ini bergerak melalui proyek-proyek yang sesuai dengan *Sustainable Development Goals* PBB yang berdampak pada isu-isu sosial di 127 negara melalui pemberdayaan masyarakat dengan mengembangkan sumber daya manusia dan

memungkinkan mereka untuk mengembangkan masa depan yang lebih berkelanjutan dan sehat. Lama program ini rata-rata berlangsung selama 6 minggu (AIESEC, About Us: AIESEC, 2019). Peserta yang mengikuti program ini umumnya adalah para mahasiswa yang berusia rata-rata pada tahap dewasa awal, dimana pada tahap tersebut seseorang berada pada periode penyesuaian diri dengan harapan-harapan sosial dan pola-pola kehidupan baru (Hurlock, 2005).

Berangkat dari hal ini, peneliti ingin mengetahui bagaimana gambaran penyesuaian lintas budaya pada dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program* dan bagaimana bentuk-bentuk penyesuaian diri yang mereka alami. Hal ini lah yang akan dieksplorasi melalui penelitian ini.

1.2. Fokus Penelitian

Pertanyaan utama dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran penyesuaian lintas budaya pada dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program*. Untuk memperdalam *grand tour question* tersebut, maka dirumuskan sub pertanyaan sebagai berikut:

1. Bagaimana proses terjadinya penyesuaian lintas budaya dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program*?
2. Bagaimana bentuk-bentuk penyesuaian penyesuaian lintas budaya dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program*?

1.3. Signifikansi dan Keunikan Penelitian

Artikel-artikel penelitian mengenai penyesuaian lintas budaya pada mahasiswa *exchange* di Indonesia masih terbilang jarang. Kebanyakan para peneliti meneliti mengenai adaptasi interaksi, *culture shock*, dan lain sebagainya . Misalnya saja seperti penelitian yang dilakukan oleh Nurul Hanifah (2015) mengenai adaptasi interaksi mahasiswa pertukaran pelajar asal Jepang di Universitas Padjajaran. Pada penelitiannya ditemukan bahwa terdapat perubahan pada kultur mengenai cara mahasiswa Jepang dalam berkomunikasi verbal maupun non verbal (Hanifah, 2015).

Ditambah lagi, penelitian mengenai AIESEC yang dikaitkan dengan penyesuaian lintas budaya juga masih jarang ditemukan, biasanya para peneliti mengaitkannya dengan komunikasi antar budaya, komitmen organisasi, promosi budaya, *organizational citizenship*, dan lain-lain. Misalnya saja

seperti penelitian yang dilakukan oleh Farah Khoirunnisa (2018). Ia melakukan penelitian mengenai partisipan *global volunteer* AIESEC yang dikaitkan dengan komunikasi antar budaya. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa ada empat hal yang berpengaruh pada komunikasi antar budaya, yaitu motivasi dalam mengikuti program, penyesuaian konflik lintas budaya, perbedaan jarak dan dinamika budaya, dan juga isu etnosentrisme dan stereotip (Khoirunnisa, 2018). Contoh lainnya yaitu penelitian yang dilakukan oleh Vemdia Garlisha Rasnadiputri (2014) mengenai *organizational citizenship behavior* pada pengurus AIESEC di Bandung. Pada penelitiannya dijelaskan bahwa pengurus AIESEC memiliki *organizational citizenship behavior* yang cenderung tinggi, yaitu 86%, sehingga perilaku tersebut dapat menunjang peningkatan efektivitas organisasi AIESEC (Rasnadiputri, 2014).

Selain itu, penyesuaian lintas budaya biasanya juga dibahas pada orang-orang yang tinggal di luar negeri dalam kurun waktu yang lama, misalnya pada imigran, mahasiswa internasional yang berkuliah S1/S2/S3 di luar negeri, dan mahasiswa *exchange* yang mengikuti program pertukaran pelajar selama satu semester atau enam bulan. Misalnya saja pada penelitian yang diteliti oleh Constantine, Anderson, Caldwel, Berkel, dan Utsey (2005) mengenai penyesuaian lintas budaya pada mahasiswa internasional Afrika yang melanjutkan studi di Amerika Serikat, sehingga mereka tinggal di Amerika selama beberapa tahun. Pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa dalam masa-masa penyesuaian diri, terdapat beberapa masalah yang muncul yaitu adanya *culture shock*, *homesick,* diskriminasi, iklim yang berbeda,

komunikasi, perasaan mudah marah, mudah merasa lelah, merasa kurang nyaman, dan depresi (Constantine dkk., 2005).

Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang meneliti penyesuaian lintas budaya pada orang-orang yang tinggal di luar negeri dalam kurun waktu yang lama, signifikansi dan keunikan dari penelitian ini yaitu penelitian ini memiliki spesifikasi yaitu penyesuaian lintas budaya pada dewasa awal berusia 20-39 tahun yang mengikuti *short-term exchange program*.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penyesuaian lintas budaya pada dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program.*

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

a. Sebagai sumber informasi atau pemahaman mengenai penyesuaian lintas budaya pada dewasa awal yang mengikuti *short-term exchange program.*
b. Dapat menjadi bahan kajian dan *literatur review* untuk peneliti selanjutnya.

1.5.2. Manfaat Praktis

a. Hasil penelitian ini dapat membantu pembaca yang akan tinggal di luar negeri untuk mengatasi *culture shock* yang mungkin muncul selama masa penyesuaian diri pada budaya yang baru.

b. Sebagai bahan pembelajaran bagi pembaca agar memahami bagaimana proses dan bentuk penyesuaian diri di lingkungan yang baru ketika akan melakukan *short term student exchange*.