

PERBEDAAN RESILIENSI MAHASISWA RANTAU DITINJAU BERDASARKAN GEGAR BUDAYA

Herdi ¹

Fitriana Ristianingsih ²

Abstrak

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gejar budaya di Universitas Negeri Jakarta. Sampel pada penelitian ini berjumlah 1000 mahasiswa, sebanyak 105 mahasiswa memiliki gejar budaya sangat tinggi, 225 mahasiswa memiliki gejar budaya tinggi, 357 mahasiswa memiliki gejar budaya sedang, 237 mahasiswa memiliki gejar budaya rendah, dan 76 mahasiswa memiliki gejar budaya sangat rendah. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive random sampling*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei dengan studi komparasi. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan *Resilience Question Test* dan *Inventory Culture Shock*. Analisis uji validitas instrumen menggunakan *Product Moment Pearson* dengan bantuan aplikasi *IBM SPSS versi 26.0* hingga diperoleh 37 butir item valid pada *Resilience Question Test* dan diperoleh 23 butir item valid *Inventory Culture Shock*. Uji reliabilitas dengan rumus *Alpha Cronbach* hingga diperoleh koefisien sebesar 0.880 pada *Resilience Question Test* dan 0.929 pada *Inventory Culture Shock* yang berarti bahwa instrumen memiliki reliabilitas tinggi dan layak digunakan sebagai instrumen penelitian. Teknik analisis data dilakukan dengan teknik Uji *Kruskal Wallis Test* dan diperoleh nilai *Asymp. Sig* sebesar 0.000 (<0.05). Hasil menunjukkan bahwa terdapat 7,6% mahasiswa rantau mengalami gejar budaya sangat rendah, 23,7% mahasiswa rantau mengalami gejar budaya rendah, sebanyak 35,7% mahasiswa rantau mengalami gejar budaya sedang, sebanyak 22,5% mahasiswa rantau mengalami gejar budaya tinggi, selanjutnya 10,5% mahasiswa rantau mengalami gejar budaya sangat tinggi. Sebagian besar resiliensi mahasiswa rantau berdasarkan gejar budaya berada pada kategori sedang. Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gejar budaya. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa faktor yang mempengaruhi gejar budaya tidak hanya mengenai nostalgia kampung, disorientasi dan hilangnya kebiasaan, gaya hidup, bahasa, dan simbol. Namun, resiliensi juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya gejar budaya.

Kata kunci: resiliensi, gejar budaya, mahasiswa rantau

Abstract

This research was conducted to see changes, overseas students were reviewed based on cultural shocks at the State University of Jakarta. The sample in this study was 1000 students, as many as 105 students had very high culture shock, 225 students had high culture shock, 357 students had moderate culture shock, 237 students had low culture shock, and 76 students had very low culture shock. The sampling technique used purposive random sampling. The method used in this research is a survey with a comparative study. The data were collected by using the Resistance Question Test and the Culture Shock Inventory. Analysis of the validity of the instrument using Pearson Product Moment with the help of the IBM SPSS version 26.0 application to 37 valid items on the Resilience Question Test and obtained 23 valid items Inventory Culture Shock. Reliability test with Cronbach's Alpha formula up to a coefficient of 0.880 on the Resilience Question Test and

¹ Universitas Negeri Jakarta, herdi@unj.ac.id

² Universitas Negeri Jakarta, fitrianaristianingsih_1715160375@mhs.unj.ac.id, fitrianaristianingsih@gmail.com

0.929 on the Culture Shock Inventory, which means that the instrument has high reliability and is suitable for use as a research instrument. The data analysis technique was done by using the Kruskal Wallis Test technique and the Asymp value was obtained. Sig is 0.000 (<0.05). The results showed that there were 7.6% of overseas students experiencing very low culture shock, 23.7% of overseas students experiencing a low culture shock, as many as 35.7% of overseas students experiencing moderate cultural shock, as many as 22.5% of overseas students experiencing high culture shock, furthermore 10.5% of overseas students experienced a very high culture shock. Most of the resilience of overseas students based on cultural shock is in the medium category. The results showed that there were differences in the resilience of overseas students based on cultural shocks. The results of this study prove that the factors that influence culture are not only about village nostalgia, disorientation and habits, lifestyle, language, and symbols. However, resilience is also one of the factors that influence culture.

Keywords: resilience, cultural shock, overseas student

PENDAHULUAN

Pendidikan tinggi merupakan kebutuhan sekunder, namun tetap memiliki arti yang sangat penting karena dengan adanya pendidikan maka dapat menghasilkan manusia yang lebih berkualitas dan mampu bersaing (Elfian et al., 2017). Pentingnya pendidikan tinggi tersebut memicu minat masyarakat untuk melanjutkan pendidikan pada jenjang yang lebih tinggi. Banyak dari mereka yang rela merantau meninggalkan kampung halamannya untuk melanjutkan pendidikan di perguruan tinggi. Hal ini dapat dilihat dari data jumlah mahasiswa rantau pada beberapa perguruan tinggi di Indonesia. Diantaranya, Universitas Indonesia pada tahun 2018 terdapat 1.410 mahasiswa yang berasal dari luar negeri. Selanjutnya, pada Universitas Andalas terdapat sebanyak 2.817 mahasiswa rantau. Mahasiswa rantau sebagai pendatang akan tinggal pada lingkungan baru yang jelas berbeda dengan lingkungan asalnya.

Devinta et al (2015) mengatakan mahasiswa rantau juga akan mengalami kekecewaan budaya karena adanya perbedaan budaya dengan kebudayaan asalnya. Pernyataan tersebut sejalan dengan Smith & Khawaja (2014) yang mengemukakan bahwa tantangan yang dihadapi mahasiswa rantau mencakup penyesuaian, isolasi sosial, keterampilan bahasa, kesulitan akademik, pengharapan yang tidak terpenuhi, pekerjaan, gejar budaya, dan tekanan psikologis. Brandan (2017) mengatakan permasalahan lain yang dihadapi oleh mahasiswa rantau yaitu cenderung larut dalam suatu persoalan, sehingga sulit untuk mempertahankan diri. Hal

ini dapat menjadi tekanan bagi mahasiswa rantau.

Pada Mei 2020 peneliti melakukan wawancara kepada 23 mahasiswa rantau suku Jawa di Universitas Negeri Jakarta. Hasil yang diperoleh adalah mahasiswa rantau mengalami kesulitan untuk beradaptasi. Bahkan beberapa mahasiswa mengalami kesulitan beradaptasi hingga kuliah di semester akhir. Alasan utamanya adalah mahasiswa rantau sulit untuk bertahan pada lingkungan budaya yang baru, sulit membangun komunikasi dan adaptasi dengan lingkungan baru. Mahasiswa rantau mengatakan bahwa hal tersebut sangat berbeda dengan keadaan di kampung halamannya. Akibatnya banyak perilaku-perilaku negatif yang muncul pada mahasiswa rantau. Diantaranya menjadi rendah diri, menarik diri, menjadi lebih pendiam, tidak percaya diri, merasa cemas, sedih, putus asa, *homesick*, bahkan hingga mengalami stress dan mengakibatkan akademik menurun. Perilaku dan perasaan negatif tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa rantau mengalami kekecewaan budaya atau dikenal dengan nama gejar budaya (*culture shock*).

Mahasiswa rantau yang mengalami gejar budaya dapat dikatakan memiliki resiliensi yang rendah. Azzahra (2017) menunjukkan bahwa resiliensi memberikan pengaruh negatif yang signifikan sebesar 3,6% pada distress psikologis mahasiswa. Penelitian tersebut didukung oleh Uyun (2012) mengatakan bahwa individu yang tidak resilien akan mudah terpuruk dan putus asa apabila ditimpa permasalahan. Mahasiswa rantau dituntut untuk mampu melakukan penyesuaian dengan budaya baru tempat mereka tinggal.

Mesidor & Sly (2016) mengemukakan bahwa terdapat beberapa komponen penting dalam proses penyesuaian kebudayaan baru bagi kehidupan awal mahasiswa rantau yaitu resiliensi, efikasi diri, spiritual, dukungan sosial, strategi penyelesaian masalah, kepribadian, emosional, dan kecerdasan budaya.

Sejauh ini, peneliti belum menemukan riset yang menjelaskan khusus mengenai resiliensi dengan gear budaya pada mahasiswa rantau. Riset yang sudah ada yaitu tentang resiliensi dengan distress psikologi pada mahasiswa Azzahra (2017), resiliensi pada mahasiswa rantau Brandan (2017), resiliensi dan regulasi emosi mahasiswa rantau Pahlevi dan Salve (2018), profil *culture shock* mahasiswa rantau Bahtiar (2017), *culture shock* dan interaksi sosial Hasibuan et al (2016), gear budaya dengan stres Zakiah (2019), dan gear budaya dengan penyesuaian diri Amalia (2020).

Mahasiswa rantau perlu memiliki kemampuan beradaptasi dan mengatasi kejadian berat atau masalah yang terjadi dalam kehidupan yang dinamakan resiliensi. Reivich dan Shatte (2002) menyebutnya kemampuan resiliensi yaitu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi ketika ada sesuatu hal yang kacau. Berdasarkan uraian diatas, terlihat bahwa mahasiswa rantau rentan mengalami permasalahan khususnya bagi mahasiswa rantau yang mengalami gear budaya. Permasalahan tersebut dapat menimbulkan berbagai macam dampak, sehingga mahasiswa rantau perlu melakukan berbagai macam usaha untuk dapat mengatasinya. Salah satu usaha yang dapat dilakukan oleh mahasiswa rantau adalah meningkatkan resiliensi. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk mengetahui perbedaan resiliensi pada mahasiswa rantau di Universitas Negeri Jakarta ditinjau berdasarkan pengalaman gear budaya.

KAJIAN TEORITIK

Definisi Gear Budaya

Pedersen (1995) mengemukakan bahwa gear budaya dipandang sebagai proses penyesuaian awal ke lingkungan yang tidak dikenal. Ward et al. (2001) mendefinisikan gear budaya sebagai proses aktif dalam menghadapi perubahan ketika individu berada

pada lingkungan yang tidak familiar. Kemudian, Marshall dan Mathias (2016) mengungkapkan proses yang biasa dialami mahasiswa ketika beralih dari keadaan *familiar setting* ke keadaan yang *unfamiliar setting*.

Lebih lanjut, Oberg (1960) mendefinisikan gear budaya sebagai kejutan yang ditimbulkan oleh rasa gelisah sebagai akibat dari hilangnya semua tanda dan simbol yang biasa dihadapi oleh individu dalam hubungan sosial, yaitu kebiasaan dan norma, petunjuk, ekspresi wajah, dan gerakan. Hal ini sesuai dengan pendapat Samovar et al. (2010) yang menyebutkan gear budaya adalah ketidaknyamanan yang dirasakan individu yang termanifestasikan sebagai perasaan terasing, menonjol, dan berbeda sehingga memunculkan kesadarannya akan adanya ketidakefektifan pola perilaku yang dahulu diterapkan pada lingkungan lamanya untuk diterapkan di lingkungan yang baru. Sementara Shiraev dan Levy (2016) mengemukakan gear budaya merupakan stres akultural yang disebabkan oleh reaksi psikologis, dan hal tersebut menyebabkan stres terhadap lingkungan budaya yang tidak dikenal. Fenomena tersebut biasa didefinisikan sebagai serangkaian pengalaman psikologis yang kompleks, biasanya tidak menyenangkan dan mengganggu.

Dapat ditarik kesimpulan bahwa gear budaya diartikan sebagai kondisi psikologis yang negatif di mana individu tidak mampu mengendalikan dirinya ketika berada pada lingkungan budaya yang baru sehingga menyebabkan adanya perasaan terasingkan, kecemasan, stres, dan reaksi-reaksi negatif lainnya.

Faktor yang Mempengaruhi Gear Budaya

Pedersen (1995) mengemukakan bahwa faktor yang mempengaruhi individu mengalami gear budaya adalah sebagai berikut:

- 1) Gear budaya menyebabkan nostalgia kampung halaman dan teman. Individu tersebut merindukan kerabat, teman, dan tanda, serta pengalaman yang sudah dikenal.
- 2) Gear budaya menyebabkan disorientasi dan kehilangan kendali. Tanda-tanda akrab tentang bagaimana seharusnya orang lain berperilaku

hilang. Disorientasi menciptakan kecemasan, pemikiran depresif, dan rasa putus asa.

- 3) Gejar budaya menyebabkan ketidakpuasan atas rintangan bahasa. Kekurangan atau kesulitan dalam komunikasi dapat menyebabkan frustrasi dan perasaan terisolasi.
- 4) Gejar budaya menyebabkan hilangnya kebiasaan dan gaya hidup. Individu tidak mampu melakukan banyak latihan kegiatan yang dinikmati sebelumnya. Hal ini menyebabkan kecemasan dan perasaan kehilangan.
- 5) Gejar budaya menyebabkan perasaan berbeda. Adanya perbedaan antara budaya tuan rumah dan rumah adalah biasanya dibesar-besarkan dan tampaknya sulit diterima.
- 6) Gejar budaya menyebabkan adanya anggapan bahwa terdapat perbedaan dalam nilai dan segala hal. Perbedaan nilai biasanya dlebih-lebihkan, dan nilai-nilai baru tampak sulit diterima.

Definisi Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) mengatakan bahwa resiliensi merupakan kekuatan yang sehat dan produktif untuk menanggapi sebuah kemalangan atau trauma, dan merupakan kekuatan penting untuk mengelola stres pada kehidupan sehari-hari. Resiliensi bukanlah suatu kepribadian melainkan bersifat kontinum, sehingga setiap individu dapat meningkatkan resiliensinya. Hidayati dan Yuwono (2014) mendefinisikan bahwa individu perlu memiliki kemampuan resiliensi untuk menghadapi kesulitan dan bangkit dari kesulitan yang menjadi fondasi dari semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologis sehat.

Sagone dan De caroli (2013) memaparkan bahwa individu dengan faktor protektif internal (penerimaan diri, kemampuan diri, dan penerimaan lingkungan sekitar) memiliki resiliensi yang lebih baik. Sunarti et al., (2018) menjelaskan bahwa terdapat tiga aspek penting yang membentuk resiliensi, yaitu kegigihan, kemampuan beradaptasi, dan transformabilitas. Afnibar (2012) menganggap resiliensi adalah

faktor penting dalam kehidupan manusia saat ini. Mengingat besarnya perubahan dan tekanan kehidupan yang berlangsung begitu intens dan cepat. Untuk menghadapinya individu perlu mengembangkan kemampuannya agar mampu melewati perubahan tersebut dengan efektif. Individu dengan kemampuan resiliensi yang tinggi akan mampu keluar dari masalah dengan cepat dan tidak terbenam dengan perasaan sebagai korban keadaan atau lingkungan.

Dapat ditarik kesimpulan, resiliensi merupakan kondisi di mana individu mampu melakukan adaptasi dengan lingkungan baru, tidak menyalahkan diri sendiri, mampu menyelesaikan masalah dan bangkit dari permasalahan yang dihadapi, dan mampu bertahan pada lingkungan yang berbeda dengan lingkungan sebelumnya.

Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) mengemukakan bahwa terdapat tujuh kemampuan yang membentuk resiliensi, yaitu:

1) Regulasi emosi (*Emotion Regulation*)

Regulasi emosi merupakan kemampuan untuk tetap merasa tenang walaupun berada dalam tekanan sehingga individu mampu mengontrol emosi, perhatian, dan perilaku. *Self-regulated* merupakan hal penting dalam membentuk kedekatan, sukses di pekerjaan, dan membantu pemeliharaan kesehatan fisik seseorang.

2) Pengendalian Impuls

Pengendalian impuls merupakan kemampuan individu dalam mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan, serta tekanan yang muncul dalam diri. Individu yang memiliki pengendalian impuls tinggi maka akan mampu mencegah terjadinya kesalahan pemikiran sehingga dapat memberikan respon yang tepat pada masalah yang ada.

3) Optimisme

Optimisme menandakan adanya keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan dalam diri untuk mengatasi

kesulitan, kemalangan, dan ketidakberuntungan yang bisa terjadi di masa depan. Optimisme sangat penting karena mendorong individu menemukan solusi terhadap masalah dan mencoba untuk terus bekerja keras agar kondisi menjadi lebih baik.

4) Analisis penyebab masalah (*causal analysis*)

Analisis penyebab masalah adalah kemampuan individu dalam menganalisa dan mengidentifikasi penyebab masalah yang dialami. Kemampuan menyesuaikan diri secara kognitif dan dapat mengenali penyebab dari kesulitan yang sedang di hadapi.

5) Empati

Empati merupakan kemampuan menginterpretasikan bahasa *non-verbal* dari orang lain seperti ekspresi wajah, nada suara, bahasa tubuh, dan mampu menangkap sesuatu yang dipikirkan dan dirasakan oleh orang lain. Individu yang memiliki kemampuan empati cenderung memiliki hubungan sosial yang baik.

6) Efikasi Diri

Efikasi diri merupakan hal yang sangat penting untuk mencapai resiliensi. Efikasi diri diartikan sebagai keyakinan bahwa individu dapat menyelesaikan masalah dengan efektif melalui pengalaman dan keyakinan akan kemampuan untuk berhasil dalam hidupnya.

7) Pencapaian (*Reaching Out*)

Pencapaian merupakan kemampuan meraih sesuatu yang diinginkan. Kemampuan menemukan dan membentuk sebuah hubungan dengan orang lain, meminta bantuan, berbagi cerita dan perasaan, saling membantu menyelesaikan masalah secara personal maupun interpersonal. Hal ini terkait keberanian seseorang untuk mencoba mengatasi masalah ataupun melakukan hal-hal yang berada di luar batas kemampuan (berani mengambil resiko). Individu yang resilien

menganggap masalah sebagai suatu tantangan bukan ancaman.

Definisi Mahasiswa Rantau

Hurlock (1994) mendefinisikan mahasiswa sebagai individu yang berada pada tahap dewasa awal yang memiliki tugas perkembangan untuk memenuhi harapan masyarakat dengan bekerja sesuai studi yang ditempuh dan mendapatkan upah untuk memenuhi keperluan sehari-hari. Kuntarto (2015) menjelaskan mahasiswa merupakan makhluk multidimensional. Mereka secara hakiki memiliki empat dimensi yaitu individualitas, sosialitas, moralitas, dan religiusitas. Hartaji dan Damar (2012) berpendapat mahasiswa ialah seseorang yang sedang melakukan proses mencari ilmu atau belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada suatu institusi seperti universitas, politeknik, maupun institusi pendidikan lainnya.

Sedangkan perantau memiliki pengertian meninggalkan kampung halaman dengan tujuan tertentu, menuntut ilmu, dan mencari pengalaman namun suatu saat akan kembali pulang ke kampung halamannya atau biasa dikatakan tidak menetap (Naim, 2013). Merantau dapat pula diartikan sebagai kegiatan meninggalkan daerah asal atau tanah kelahiran yang bertujuan untuk mencari penghidupan atau melanjutkan Pendidikan (Tsuyoshi, 2005).

Berdasarkan pengertian diatas, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa rantau adalah individu yang meninggalkan kampung halaman atau daerah asal untuk menuntut ilmu dan mencari pengalaman pada suatu perguruan tinggi.

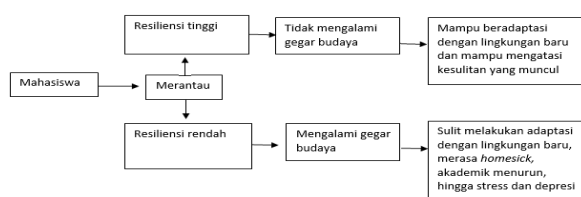
Kriteria Perantau

Naim (2013) mengatakan bahwa perantau memiliki enam unsur pokok sebagai berikut:

- 1) Individu yang meninggalkan kampung halamannya.
- 2) Meninggalkan kampung halaman atas dasar kemauan sendiri.
- 3) Individu meninggalkan kampung halaman untuk jangka waktu yang lama atau tidak lama.

- 4) Individu meninggalkan kampung halaman dengan tujuan mencari penghidupan.
- 5) Individu meninggalkan kampung halaman untuk menuntut ilmu dan mencari pengalaman.
- 6) Biasanya individu yang pergi merantau akan kembali untuk pulang ke kampung halamannya.

KERANGKA BERPIKIR



Berdasarkan teori dan kerangka berpikir yang telah dikemukakan, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “terdapat perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gear budaya”.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk mendapatkan gambaran perbedaan resiliensi mahasiswa rantau yang ditinjau berdasarkan gear budaya. Waktu penelitian dilakukan sejak Januari 2020 hingga Januari 2021. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan komparatif. Teknik sampling dalam penelitian ini adalah *nonprobability sampling* jenis *purposive sampling*. Kriteria yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah mahasiswa rantau aktif dari angkatan 2016 hingga 2019. Adapun peneliti mengambil sampel sejumlah 1000 responden.

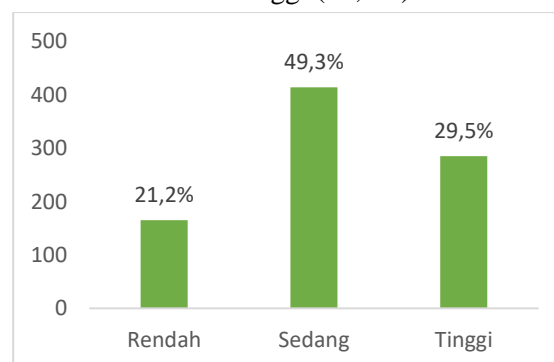
Dalam penelitian ini, data dikumpulkan dengan teknik komunikasi tidak langsung berupa *google form* menggunakan instrumen *Resilience Question Test* oleh Reivich dan Shatte, dan instrumen *Inventory Culture Shock* oleh Handayani dan Yuca. Skala yang digunakan dalam alat ukur ini adalah skala *Likert*. Sebelum melakukan penyebaran instrumen, peneliti melakukan analisis uji validitas dan reliabilitas instrumen menggunakan *Product Moment Pearson* dengan bantuan *software IBM SPSS 26.0* hingga diperoleh 37 butir item valid pada

Resilience Question Test dan diperoleh 23 butir item valid *Inventory Culture Shock*. Selain itu, diperoleh koefisien reliabilitas sebesar 0.88 pada instrumen *Resilience Question Test* dan sebesar 0.92 pada instrumen *Inventory Culture Shock* yang berarti bahwa instrumen memiliki reliabilitas tinggi.

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif dan analisis inferensial. Dalam penelitian ini diberlakukan norma kategorisasi sesuai dengan ketentuan Reivich dan Shatte untuk instrumen *Resilience Question Test*, dan sesuai ketentuan Handayani dan Yuca pada instrumen *Inventory Culture Shock*. Teknik analisis data untuk pengujian hipotesis menggunakan uji nonparametris *Kruskall Wallis*. Adapun untuk mengambil keputusan dalam uji hipotesis ini yaitu dengan melihat nilai sig. (2-tailed) > 0.05 maka H_0 diterima, sementara jika nilai sig. (2-tailed) < 0.05 maka H_1 diterima.

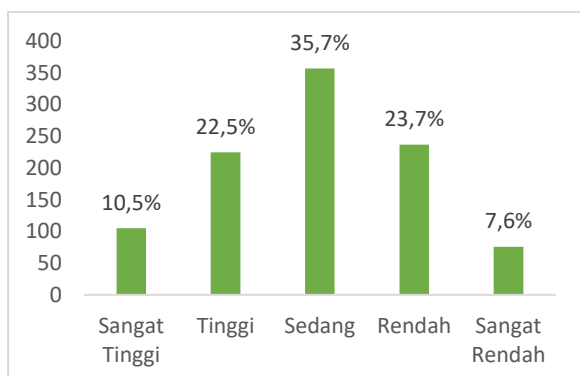
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penyebaran *Resilience Question Test* terdapat 212 mahasiswa rantau memiliki resiliensi rendah (21,2%), 493 mahasiswa rantau memiliki resiliensi sedang (49,3%), dan sebanyak 295 mahasiswa rantau memiliki resiliensi tinggi (29,5%).



Grafik 1. Persentase Resiliensi Mahasiswa Rantau

Sedangkan berdasarkan hasil penyebaran *Inventory Culture Shock* terhadap 1000 mahasiswa rantau, diperoleh hasil penelitian bahwa gear budaya yang dialami mahasiswa rantau pada kategori sedang (35,7%), sangat rendah (23,7%), tinggi (22,5%), sangat tinggi (10,5%), dan rendah (7,6%).



Grafik 2. Persentase Gejar Budaya Mahasiswa Rantau

Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi dialami oleh 105 mahasiswa. Sebanyak 41 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi memiliki resiliensi rendah, lalu sebanyak 43 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan sebanyak 21 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi memiliki resiliensi tinggi. Mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi cenderung memiliki resiliensi sedang. Selanjutnya, komponen terendah pada resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi ada pada komponen regulasi emosi dan kontrol impuls. Komponen tertinggi pada mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi yaitu analisis kausal.

Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi dialami oleh 225 mahasiswa. Sebanyak 101 mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi memiliki resiliensi rendah, lalu sebanyak 78 mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan sebanyak 46 mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi memiliki resiliensi tinggi. Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi cenderung rendah. Komponen terendah pada resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi yaitu empati dan analisis kausal. Sedangkan komponen tertinggi pada mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi yaitu pencapaian (*reaching out*).

Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya sedang dialami oleh 357 mahasiswa. Sebanyak 29 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sedang memiliki resiliensi rendah, lalu sebanyak 272 mahasiswa rantau dengan gejar

budaya sedang memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan sebanyak 56 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sedang memiliki resiliensi tinggi. Mahasiswa rantau dengan gejar budaya sedang memiliki kecenderungan resiliensi sedang di mana efikasi diri menjadi komponen tertinggi, namun optimisme menjadi komponen terendah. Temuan ini menarik karena efikasi diri dan optimisme saling keterkaitan, di mana individu yang memiliki efikasi diri baik maka optimisme diri individu tersebut baik pula. Hal ini sesuai dengan penelitian Chemers et al., (2001) mengatakan bahwa efikasi diri dan optimisme memiliki keterkaitan dan berperan penting pada kesuksesan dan penyesuaian mahasiswa tahun pertama.

Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah dialami oleh 237 mahasiswa. Sebanyak 34 mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah memiliki resiliensi rendah, lalu sebanyak 80 mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan sebanyak 123 mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah memiliki resiliensi tinggi. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah memiliki kecenderungan resiliensi tinggi. Komponen tertinggi pada mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah yaitu analisis kausal. Komponen terendah pada mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah yaitu empati.

Resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah dialami oleh 76 mahasiswa. Sebanyak 8 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah memiliki resiliensi rendah, lalu sebanyak 20 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah memiliki resiliensi pada kategori sedang, dan sebanyak 48 mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah memiliki resiliensi tinggi. Hasil penelitian menunjukkan mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah memiliki kecenderungan resiliensi tinggi. Komponen terendah pada resiliensi mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah adalah komponen optimisme. Selanjutnya, komponen tertinggi pada mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah adalah regulasi emosi.

Perbedaan Resiliensi Mahasiswa Rantau Berdasarkan Gear Budaya

Hasil penelitian ini dapat dikatakan terdapat perbedaan yang signifikan. Hasil menunjukkan bahwa mahasiswa rantau dengan gear sangat tinggi dan tinggi memiliki resiliensi rendah sedangkan mahasiswa rantau dengan gear budaya rendah dan sangat rendah memiliki resiliensi tinggi, serta mahasiswa rantau dengan gear budaya sedang memiliki kecenderungan resiliensi sedang. Selain itu, perbedaan yang signifikan juga dapat dilihat pada tiap aspek resiliensi. Mahasiswa rantau dengan gear budaya sangat rendah memiliki aspek optimisme rendah namun aspek regulasi emosinya tinggi. Pada mahasiswa rantau dengan gear budaya rendah, aspek terendahnya pada empati dan aspek tertingginya analisis kausal. Berikutnya, pada mahasiswa rantau dengan gear budaya sedang, aspek terendah ada pada optimisme dan aspek tertinggi ada pada efikasi diri. Selanjutnya, pada mahasiswa rantau dengan gear budaya tinggi, aspek terendahnya yaitu empati dan analisis kausal sedangkan aspek tertinggi pada pencapaian. Pada mahasiswa rantau dengan gear budaya sangat tinggi, aspek terendah yaitu regulasi emosi dan kontrol impuls sedangkan aspek tertinggi yaitu analisis kausal.

Mahasiswa rantau yang mengalami gear budaya sangat tinggi dan tinggi dapat dikatakan masih memiliki resiliensi yang rendah. Dapat dikatakan demikian karena mahasiswa rantau belum cukup memiliki ketahanan diri yang baik untuk menghadapi kenyataan pada lingkungan yang baru sehingga menyebabkan mahasiswa rantau mengalami gear budaya. Hal ini dikuatkan oleh Mesidor & Sly (2016) menyebutkan bahwa pengalaman awal kehidupan siswa internasional membutuhkan komponen penting seperti resiliensi, efikasi diri, spiritual, dukungan sosial, gaya coping, kepribadian, emosional dan kecerdasan budaya untuk proses penyesuaian.

Sedangkan resiliensi mahasiswa rantau dengan gear budaya sangat rendah dan rendah memiliki resiliensi tinggi. Mahasiswa rantau yang mempunyai resiliensi tinggi dapat mengatasi fenomena gear budaya yang terjadi karena mahasiswa tersebut dapat bertahan di

lingkungan yang baru. Mahasiswa rantau tersebut mampu mengatasi perbedaan-perbedaan yang terjadi di lingkungan yang bukan tempat asalnya. Mahasiswa rantau tersebut juga mampu bersosialisasi dan menjalin keakraban dengan lingkungan barunya. Hal ini sejalan dengan Ruswaningsih dan Afiatin (2015) mengatakan mahasiswa yang mampu menemukan hal positif dibalik suatu kemalangan dan memanfaatkannya sebagai tenaga untuk memantul bangkit, optimisme menggapai harapan, cita-cita dan kebahagiaan sebagai tujuan hidup.

Selain itu, mahasiswa rantau dengan gear budaya rendah dan sangat rendah berarti memiliki komponen-komponen resiliensi dalam dirinya seperti mampu meregulasi emosi, memiliki empati yang tinggi, efikasi diri yang kuat, dan mampu beradaptasi dengan baik. Sejalan dengan Ruswaningsih dan Afiatin (2015) yang mengatakan remaja dengan resiliensi tinggi memiliki identitas diri, regulasi emosi, efikasi diri, kompetensi pribadi, toleransi terhadap pengalaman negatif, penerimaan diri positif, hubungan yang baik dengan orang lain, memiliki kontrol diri, mampu mandiri dan memiliki religiusitas yang baik. Oleh karena itu, mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi tinggi akan mampu meminimalisir fenomena gear budaya. Abarbanel (2009) mengungkapkan bahwa mahasiswa rantau perlu memiliki resiliensi untuk pertukaran antar budaya yang positif dan melibatkan variabel psikologis penting. Grier-Reed et al. (2008) juga menyebutkan faktor yang mempengaruhi terjadinya gear budaya salah satunya adalah ketahanan (resiliensi).

Dapat dikatakan bahwa resiliensi mahasiswa rantau yang mengalami gear budaya tinggi dan sangat tinggi memiliki resiliensi yang lebih rendah daripada resiliensi mahasiswa rantau dengan gear budaya rendah dan sangat rendah. Hal ini dikuatkan oleh Hasibuan (2016) yang mengemukakan bahwa mahasiswa luar daerah menemui banyak perbedaan selama berada di lingkungan baru, mahasiswa yang mampu bertahan dan menerima lingkungan budaya baru dapat membantu mengurangi dampak gear budaya yang dialami. Hal tersebut diperoleh melalui interaksi sosial antara perbedaan budaya asal

dengan budaya baru yang akan menimbulkan penyesuaian bagi individu untuk menerima dan memahami budaya baru.

Mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah dan sangat rendah berarti telah memiliki kecenderungan resiliensi yang baik pada setiap komponennya, adapun mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi pada kategori sedang berarti pada setiap komponen resiliensi sudah cukup baik, sedangkan mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi dan tinggi menggambarkan bahwa kemampuan resiliensi yang mereka miliki masih sangat terbatas pada setiap komponen, sehingga perlu adanya peningkatan dalam pertahanan diri pada lingkungan yang berbeda budaya.

Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, sebagian besar referensi internasional dan masih sedikit referensi lokal yang ditemukan memungkinkan penelitian mengandung bias, sehingga penelitian ini masih terbatas pada referensi yang digunakan. Hasil penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan pada mahasiswa rantau pada universitas lain. Selain itu, dari semua faktor yang berpengaruh pada resiliensi, penelitian ini hanya memfokuskan pada pengalaman gejar budaya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dipaparkan, peneliti menarik kesimpulan bahwa terdapat perbedaan resiliensi mahasiswa rantau ditinjau berdasarkan gejar budaya. Sebagian besar resiliensi mahasiswa rantau berdasarkan gejar budaya berada pada kategori sedang (35,7%). Selain itu, diketahui dari hasil pengujian hipotesis menggunakan uji *Kruskal Wallis Test* diperoleh nilai *Asymp Sig* sebesar 0,000. Perbedaan yang signifikan juga terlihat pada uji beda pada setiap komponen resiliensi.

Adapun mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat tinggi memperoleh persentase terendah pada komponen regulasi emosi (12,4%) dan kontrol impuls (12,4%), sedangkan persentase tertinggi pada komponen analisis kausal (28,6%). Mahasiswa rantau dengan gejar budaya tinggi memperoleh

persentase terendah pada komponen empati (8,9%) dan analisis kausal (8,9%), sedangkan komponen tertinggi yaitu pencapaian (*reaching out*) sebesar 34,2%. Mahasiswa rantau dengan gejar budaya sedang memperoleh persentase terendah pada komponen optimisme (2,8%) dan komponen tertinggi efikasi diri (32,2%). Mahasiswa rantau dengan gejar budaya rendah memperoleh persentase terendah pada komponen empati (7,6%), dan komponen tertinggi analisis kausal (31,2%). Selanjutnya, mahasiswa rantau dengan gejar budaya sangat rendah memperoleh persentase terendah pada komponen optimisme (5,3%) dan komponen tertinggi regulasi emosi (30,3%).

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa faktor yang mempengaruhi gejar budaya tidak hanya mengenai hilangnya nilai, kebiasaan, gaya hidup, bahasa, dan simbol. Namun, resiliensi juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya gejar budaya.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti mengemukakan saran yang dapat menjadi pertimbangan:

1. Bagi Mahasiswa

Bagi mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi rendah, dibutuhkan usaha untuk dapat meningkatkan resiliensi khususnya bagi mahasiswa rantau yang juga mengalami gejar budaya. Jika memang diperlukan, mahasiswa rantau dapat meminta bantuan kepada *professional helper* untuk meningkatkan kemampuan resiliensinya.

2. Bagi Dosen Bimbingan dan Konseling

Bagi dosen guru diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai *pilot project* dalam pengembangan program perkuliahan multikultur. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan serta tambahan informasi dalam melakukan layanan konseling berbasis multikultur.

3. Bagi Bidang Kesiswaan

Bagi bidang kesiswaan, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data pendukung dalam pembuatan program atau kegiatan yang dapat membantu mahasiswa rantau untuk mengatasi gejar budaya dan meningkatkan resiliensi. Dalam hal ini, bidang kemahasiswaan dapat melakukan kolaborasi dengan berbagai pihak, khususnya pihak-pihak yang lebih

profesional mengenai fenomena gejar budaya dan resiliensi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian tindak lanjut kepada mahasiswa rantau yang memiliki resiliensi rendah yang disebabkan oleh faktor gejar budaya dengan menggunakan metode eksperimen.

DAFTAR PUSTAKA

- Abarbanel, J. (2009). Moving with Emotional Resilience Between and Within Cultures. *Journal Intercultural Education*, 133–141.
- Afnibar. (2012). Konseling Traumatik untuk Korban Gempa dan Resiliensi di Kalangan Masyarakat Minangkabau. *Prosiding International Seminar & Workshop Post Traumatic Counseling STAIN Batusangkar*, 45–56.
- Amalia, K. (2020). *Hubungan Culture Shock dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh.
- Azzahra, F. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Distres Psikologis pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Psikologi Terapan*, 5(1), 80–96.
- Bahtiar, A. (2017). *Profil Culture Shock Mahasiswa Perantau Luar Pulau Jawa Universitas Pendidikan Indonesia*. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Brandan, Y. . (2017). *Studi Deskriptif: Resiliensi pada Mahasiswa Perantau Tahun Pertama*. Sanata Dharma University.
- Chemers, M. ., Hu, L., & Gracia, B. (2001). Academic Self-efficacy and first-year college students performance and adjusment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55–64. doi:http://dx.doi.org/10.1037/0022
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 1–15.
- Elfian, Arwibowo, P., & Johan, R. S. (2017). Peran Pendidikan Tinggi dalam Meningkatkan Minat Masyarakat untuk Produktivitas Pendidikan. *SOSIO-E-KONS*, 9(3), 200–215.
- Grier-Reed, T. L., Madyun, N. H., & Buckley, C. G. (2008). Low Black Student Retention on a Predominantly White Campus: Two Faculty Respond with the African American Student Network. *Journal of College Student Development*, 49(5), 476–485.
- Hartaji, & Damar, A. (2012). *Motivasi Berprestasi pada Mahasiswa yang Berkuliah dengan Jurusan Pilihan Orang Tua*. Universitas Gunadarma.
- Hasibuan, R. M., Wijayanti, S., & Karyanta, N. A. (2016). *Hubungan antara Interaksi Sosial dengan Culture Shock pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Universitas Sebelas Maret.
- Hidayati, N. L., & Yuwono, S. (2014). Hubungan antara self esteem dengan resiliensi pada remaja di panti asuhan keluarga yatim Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1–14.
- Hurlock, E. B. (1994). *Psikologi Perkembangan : Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Kuntarto, E. (2015). *Penggunaan Metode The Core Conflictual Relationship Theme (CCRT) dan Cognitive-Emotion Regulation Questionnaire (CERQ) dengan Media Menulis Ekspresif untuk Mengungkapkan Sikap Asertif pada Mahasiswa Universitas Jambi*. 1–15.
- Marshall, C. A., & Mathias, J. (2016). *Culture Shock:Applying the Lessons from International Student Acculturation to Non-Traditional Student*. In *Widening,*

- Participation, Higher Education and Non Traditional Student*. Palgrave Macmillan.
- Mesidor, J. ., & Sly, K. (2016). Factor that Contribute to the Adjustment of International Students. *Journal of International Students*, 6(1), 262–282.
- Naim, M. (2013). *Merantau Pola Migrasi Suku Minangkabau Edisi Ketiga* (3rd ed.). Pt Raja Grafindo Persada.
- Oberg, K. (1960). Culture Shock : Adjustment to New Cultural Environments. *Practical Anthropology*, 177–182.
- Pahlevi, G. R., & Salve, H. R. (2018). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa Merantau yang Tinggal di Tempat Kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180–189.
- Pederson, P. (1995). *The Five Stages of Culture Shock: Critical Incidents Around the World*. Greenwood Press.
- Reivich, K., & Shatte. (2002). *The Resillience Factor : 7 Essential Skill for Overcoming Lifes's Inevitable Obstacle*. Broadway Books.
- Ruswayuningsih, M., & Afiatin, T. (2015). Resiliensi pada Remaja Jawa. *Gadjah Mada Journal of Psychology*, 1(2), 96–105.
- Sagone, E., & De Caroli, M. (2013). Relationships between resilience, self-efficacy, and thinkingstyles in Italian middle adolescents. *Procedia – Social and Behavioral Science*, 838–845.
- Samovar, L., Porter, R., & McDaniel, E. (2010). *Komunikasi Lintas Budaya*. Salemba Humanika.
- Shiraev, E. B., & Levi, D. A. (2016). *Cross Cultural Psychology: Critical Thinking and Contemporary Applications*. Routledge.
- Smith, R. A., & Khawaja, N. G. (2014). A Group Psychological Intervention to Enhance the Coping and Acculturation of International Students. *Advances in Mental Health*, 12(2), 110–124.
- Sunarti, E., Islamia, I., Rochmaniah, N., & Ulfa, M. (2018). Resiliensi Remaja : Perbedaan Berdasarkan Wilayah, Kemiskinan, Jenis Kelamin, dan Jenis Sekolah. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konseling*, 11(2), 157–168.
- Tsuyoshi, K. (2005). *Adat Minangkabau dan Merantau dalam Prespektif Sejarah*. PT Balai Pustaka.
- Uyun, Z. (2012). Resiliensi dalam Pendidikan Karakter. *Jurnal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta*, 1, 200–208.
- Furnham, A. (2001). *The Psychology of Culture Shock*. Hove.
- Zakiah, K. N. (2019). *Hubungan Gear Budaya dengan Stres Mahasiswa Baru Luar Pulau Jawa di Universitas Jember*. Universitas Jember.