

# PROSES ADAPTASI MAHASISWA PERANTAU MELALUI KOMUNIKASI ANTARBUDAYA (Studi Kasus Pada Alumni Komunitas Perhimpunan Pelajar Indonesia di Polandia)

Melinia Dwinatari<sup>1</sup>, Silviana Purwanti<sup>2</sup>

## Abstrak

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk melihat dan mengetahui proses adaptasi Mahasiswa Perantau asal Indonesia yang menempuh pendidikan di Polandia dan peran Komunikasi Antarbudaya dalam membantu mereka beradaptasi di lingkungan baru. Penelitian ini dilakukan di Samarinda dan melibatkan alumni PPI (Perhimpunan Pelajar Indonesia) di Polandia sebagai subjek penelitian. Metode penelitian yang digunakan ialah studi kasus, dimana penulis memfokuskan pada empat hal yaitu Alumni PPI Polandia sebagai informan, data yang dikumpulkan melalui observasi wawancara, dan studi dokumen. Penelitian ini menggunakan teori adaptasi budaya dari Kim Young Yun: Dinamika Stress-Adaptasi-Pertumbuhan. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor tertentu dapat mempengaruhi proses adaptasi mahasiswa perantau. Dalam fase stress, mereka harus berhadapan dengan culture shock seperti menyesuaikan diri dengan sistem pendidikan yang ada di Polandia terutama perbedaan bahasa. Dalam fase adaptasi, mereka mulai bisa beradaptasi melalui bahasa non-verbal seperti gesture tubuh. Pada fase pertumbuhan mereka akhirnya mulai membatasi diri mereka dan memberikan batasan pada pergaulan agar tetap berada dalam identitas diri mereka.

**Kata kunci:** Komunikasi Antar budaya, Adaptasi budaya, proses adaptasi, mahasiswa perantau

## Pendahuluan

Budaya tumbuh berawal dari kebiasaan suatu kelompok yang dilakukan dalam waktu yang cukup lama, dan sangat berpengaruh pada cara hidup individu maupun kelompok dalam wilayah tertentu. Budaya dapat membentuk cara pandang individu dan kelompok dalam memahami suatu pengetahuan, sehingga dapat membentuk nilai dan norma yang disepakati bersama.

Samovar dkk, (2010:392) mengatakan bahwa, “Budaya tidak dapat dipisahkan hubungannya dari pendidikan; orang yang dibesarkan seiring dengan berkembangnya budaya akan belajar sesuai dengan apa yang dibutuhkan budaya mereka.” Itu artinya walaupun manusia secara biologis sama, namun karena pengalaman budaya mereka yang secara sosial membuat mereka jadi tumbuh berbeda. Dalam salah satu tinjauan studi pada penelitian di luar negeri, Collentine (2009) mencatat asumsi umum yang mendasari kebanyakan studi, yaitu pelajar memperoleh manfaat dari studi di luar negeri karena memiliki berbagai kesempatan untuk memahami dan memakai bahasa asing dalam konteks komunikasi. Dikutip dari beritasatu.com berdasarkan studi organisasi Ikatan Konsultan Pendidikan Internasional Indonesia, terdapat lebih dari 35.000 siswa Indonesia yang belajar ke luar negeri setiap tahunnya. Sementara itu jumlah pelajar Indonesia yang berangkat ke Eropa untuk mengenyam pendidikan pada akhir 2017 sebanyak 6.300 orang. Salah satu negara Eropa yang banyak diminati para pelajar terutama

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Komunikasi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik Universitas Mulawarman. Email: [meliniadwinatali@gmail.com](mailto:meliniadwinatali@gmail.com)

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Ilmu Komunikasi dan Dosen Pembimbing, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman. Email: [silvianapurwanti@fisip.unmul.ac.id](mailto:silvianapurwanti@fisip.unmul.ac.id)

pelajar Indonesia adalah Polandia. Pada tahun 2015, Pemerintah Polandia mulai memberikan Beasiswa *Ignacy Lukaszewicz* (beasiswa pemerintah Polandia) melalui *The Polish National Agency for Academy Exchange*, dan NAWA, (*Polish: Narodowa Agencja Wymiany Akademickiej*) atau bagi mahasiswa pasca sarjana di negara-negara partner Polandia, salah satunya adalah Indonesia. Pendekatan pendidikan yang ada di Polandia memiliki sedikit perbedaan dengan pendidikan yang ada di Indonesia, di Polandia pendidikan lebih dipusatkan pada kemampuan mahasiswanya agar bisa berpikir kritis dan mandiri, serta bekerja sama dalam kelompok. Lingkungan kelas di Polandia yang lebih interaktif dan santai dan kurangnya hirarki di antara mahasiswa dan dosen membuat hal tersebut menjadi salah satu faktor yang membuat adanya perbedaan pendidikan di Polandia dan Indonesia.

Semenjak dibukanya beasiswa *Ignacy Lukaszewicz* yang ditawarkan oleh Pemerintah Polandia yang telah berlangsung sejak tahun 2015 dengan kuota 20-25 beasiswa setiap tahunnya, keberadaan mahasiswa Indonesia semakin meningkat. Ditambah dengan kemajuan dan keterbukaan sistem pendidikan Polandia, termasuk ramifikasi dari efek bergabungnya Polandia dalam Uni Eropa pada tahun 2004 menjadikan negara Polandia sebagai penerima beasiswa Erasmus dalam program "*Sandwich Course*", hal ini tentunya dimanfaatkan oleh para mahasiswa Indonesia yang sebelumnya menempuh studi di negara Uni Eropa lainnya.

Adanya perbedaan budaya antara Indonesia dan Polandia membuat kebanyakan pelajar Indonesia yang merantau menjadi memiliki beberapa hambatan ketika baru menetap disana, seperti; Bahasa yang berbeda, beradaptasi dengan makanan, beradaptasi dengan iklim, mengikuti budaya dan aturan yang ada di negara tersebut, Ada pula gaya hidup yang biasanya berbeda dengan negara Indonesia. Untuk membantu para Pelajar Indonesia yang merantau ke Polandia, KBRI setempat membentuk Perhimpunan Pelajar Indonesia (PPI) Polandia agar dapat bisa beradaptasi di negara tersebut. Biasanya hampir semua Pelajar Indonesia bergabung ke Perhimpunan Pelajar Indonesia (PPI) Polandia. Di Indonesia ada Peribahasa yang mengatakan, "Di mana bumi dipijak di situlah langit di junjung" dan ini akan berlaku secara umum di negara manapun. Dalam suatu kasus. Ada seorang mahasiswa Indonesia yang saat itu memberikan sebuah hadiah sepatu kepada teman sekamarnya yang orang asli Polandia dan sangat memercayai mitos-mitos yang ada di negara mereka. Dan salah satunya adalah memercayai mitos jika seseorang menghendahkan sepatu pada kita maka akan dipercayai bahwa orang yang diberikan sepatu akan pergi meninggalkan sang pemberi hadiah. Dan jika sang pemberi bersikeras untuk tetap menghendahkan sepatu maka si penerima hadiah harus membayar sepatu tersebut secara simbolis untuk menghilangkan efek buruk dari keperacayaan itu.

Dari latar belakang yang telah penulis paparkan, maka disinilah ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian. Penelitian yang akan dilakukan yakni mengenai proses adaptasi mahasiswa perantau melalui komunikasi antar budaya yang terjadi pada alumni PPI di Polandia. Peneliti memilih ini sebagai bahan penelitian karena masih sedikit yang telah melakukan penelitian tentang bagaimana proses adaptasi komunikasi antarbudaya di luar negeri.

## **Kerangka Dasar Teori**

### ***Komunikasi Antarbudaya***

Samovar, McDaniel, dan Porter (2013: 8) Pengertian komunikasi antarbudaya tersebut tidak jauh berbeda dengan milik Ting-Toomey dan Chung (2012) bahwa "Komunikasi antar budaya terjadi ketika faktor budaya dari beberapa kelompok (seperti nilai kebudayaan) mempengaruhi proses komunikasi." Mereka juga mengatakan jika komunikasi antar budaya tidak lain proses yang menyangkutpautkan simbol antara kelompok ataupun individu dengan perbedaan budaya yang bertujuan untuk meraih kesepakatan pemahaman dalam sebuah konteks. Dalam Liliweri (2003:24) Wahlstrom berpendapat bahwa, komunikasi antarbudaya yang interaktif berarti komunikasi yang dilakukan oleh komunikan bersama komunikator dalam dua arah (*two way communication*) tetapi masih dalam tahap rendah. Jika terjadi proses pertukaran

pesan yang memasuki tahap tinggi, misalnya saling mengerti, memahami perasaan dan tindakan bersama maka komunikasi tersebut telah memasuki tahap transaksional. Sebagai unsur komponen paling penting dalam melambangkan komunikasi, bahasa adalah karakteristik yang memisahkan manusia dengan binatang melalui perbedaan, juga etnis a dengan etnis lainnya, suatu bangsa dengan bangsa b dan sebagainya. Bahasa merupakan perwakilan dari budaya dalam merepresentasikan suatu „peta kasar“ termasuk pandangan dunia, kepercayaan, nilai, pengetahuan dan pengalaman yang dianut oleh suatu komunitas budaya yang berhubungan.

Sebagai unsur komponen paling penting dalam melambangkan komunikasi, bahasa adalah karakteristik yang memisahkan manusia dengan binatang melalui perbedaan, juga etnis a dengan etnis lainnya, suatu bangsa dengan bangsa b dan sebagainya. Bahasa merupakan perwakilan dari budaya dalam merepresentasikan suatu „peta kasar“ termasuk pandangan dunia, kepercayaan, nilai, pengetahuan dan pengalaman yang dianut oleh suatu komunitas budaya yang berhubungan.

### ***Proses Adaptasi Budaya melalui Komunikasi Antarbudaya***

Kim (2001:56) mengungkapkan mengenai pengalaman antarbudaya pendatang dalam budaya dan lingkungan baru akan selalu memiliki keterkaitan akan dinamika stress-adaptasi-pertumbuhan yang didalamnya mempunyai pergerakan fisik dan psikis yang akan membawa mereka dalam perjalanan dalam meningkatkan kesuksesan tuntutan-tuntutan dari tuan rumah. Tiga dinamika ini akan saling berkaitan satu dengan lain dan tidak berdiri sendiri untuk saling mempengaruhi.

Dibawah ini adalah penjelasan fase dinamika stress-adaptasi-pertumbuhan:

Menurut Kim (2001:60) Stress dapat dianggap sebagai bagian dari adaptasi budaya karena hal tersebut akan muncul ketika individu harus menghadapi perubahan signifikan dalam kehidupan, seperti halnya perubahan tempat tinggal, perubahan kebiasaan hidup, dan perubahan cara bersosialisasi. Tahap dinamika stress mengartikan jika pendatang mengalami culture shock, yang membuat perubahan dalam tempat yang segalanya terasa asing. Stress merupakan tahap awal seorang individu dan lingkungan mencapai evolusi. Sehingga tahap ini seseorang diminta agar mengembangkan sikap kesadarannya yang kurang pantas dan pantas dan tuan rumah diminta untuk lebih membuka sikap mereka pada pendatang.

Adaptasi menjadi faktor penting yang membantu individu untuk menghadapi perubahan dan menyesuaikan diri dalam lingkungan sosial yang berbeda. Ketika seorang individu telah berhasil melakukan adaptasi dengan baik, mereka dapat menciptakan hubungan yang sehat dan efektif dengan masyarakat dan lingkungan baru yang mereka temui. Selain itu, adaptasi juga membantu individu untuk memahami nilai-nilai dan kebiasaan dari budaya yang berbeda, sehingga dapat mencegah konflik dan meningkatkan kerja sama antara individu dan kelompok yang budayanya berbeda.

Fase Pertumbuhan adalah bagian dari adaptasi budaya karena dalam proses beradaptasi budaya, individu dan kelompok masyarakat juga harus berkembang dan tumbuh secara mental, fisik dan emosional. Saat seseorang beradaptasi dengan lingkungan sosial yang berbeda, seseorang harus mengembangkan dirinya agar bisa menghadapi tantangan yang lebih besar dan mengatasi kelemahan yang mungkin dimilikinya agar dapat berkembang secara efektif.

### ***Masyarakat Indonesia vs Masyarakat Polandia***

Koentjaraningrat dalam Sudikan (2001:6) mendefinisikan masyarakat seperti kesatuan hidup manusia yang berinteraksi menurut sistem adat istiadat tertentu yang bersifat terikat dan kontinu oleh sebuah rasa identitas bersama. Dalam pengertian tersebut terdapat unsur-unsur utama yang membentuk masyarakat ialah interaksi sosial, identitas bersama dan adat istiadat.

Dikutip dari pendapat Marion Leat, Sudikan (2001: 7) yang menjelaskan empat kriteria yang wajib dipenuhi agar suatu kelompok dapat disebut masyarakat:

1. Rekrutmen seluruh atau sebagian anggota melalui reproduksi.
2. Kemampuan bertahan melebihi masa hidup seorang individu.

3. Adanya sistem tindakan utama yang bersifat swasembada. Kesetiaan pada suatu sistem tindakan utama bersama.

Masyarakat Indonesia merupakan masyarakat dengan dengan tingkat heterogenitas yang sangat kompleks, demikian pula dengan struktur sosial yang dimilikinya. Aspek ekonomi, politik, sosial-kultural dan hukumnya sangatlah dinamik.

Kusomohamidjojo berpendapat bahwa masyarakat Indonesia lebih bersifat sosiologis-antropologis, sebagaimana dapat dicermati dari pernyataannya. “Masyarakat tidak dapat dibayangkan tanpa kebudayaan dan sebaliknya kebudayaan hanya relevan karena masyarakat yang menciptakannya.”

Dikutip dari *id.educations.com*, sistem pendidikan Polandia saat ini mengambil contoh dari proses Bologna dan memberikan penawaran pada institusi swasta dan publik dengan penawaran tiga jenis gelar, mulai dari Sarjana, Master dan PhD. Di Polandia tahun akademik biasanya akan berlangsung mulai Oktober sampai Juni dan akan dibagi jadi semester musim semi dan musim dingin. Di Polandia, terdapat pula bidang studi tertentu yang menawarkan program kuliah panjang. Diantaranya adalah acting, kedokteran gigi, seni, kedokteran umum, hukum, produksi sinematik dan psikologi, farmasi, dan kedokteran hewan. Program ini berlangsung selama enam tahun dengan nilai akhir 270-360 kredit *ETCS* yang diberikan gelar magister.

## **Metode Penelitian**

### **Jenis Penelitian**

Penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif yang bersifat deskriptif, yaitu metode penelitian yang menghasilkan data dengan mengumpulkan, menggambarkan, meringkas kata-kata yang tertulis maupun lisan. Metode penelitian kualitatif deskriptif merupakan metode yang dimaksudkan untuk mengumpulkan informasi mengenai subjek penelitian dan perilaku subjek penelitian pada suatu periode tertentu (Mukhtar, 2013: 11) Penelitian kualitatif penulis lebih diarahkan secara spesifik pada penggunaan metode studi kasus. Sebagaimana pendapat Lincoln dan Guba (Mulyana 2013: 199) yang mengatakan bahwa “Pendekatan kualitatif dapat juga disebut dengan *case study* ataupun *qualitative*, yaitu penelitian yang mendalam dan mendetail tentang segala sesuatu yang berhubungan dengan subjek penelitian.

### **Fokus Penelitian**

Fokus penelitian dalam sebuah penelitian dimanfaatkan untuk memberi batasan pada studi. Hal ini dimaksudkan agar mempermudah penelitian dan pengelolaan data yang kemudian menjadi sebuah kesimpulan. Sesuai dengan teori yang dirumuskan. Fokus penelitian berdasarkan tiga fase proses adaptasi budaya menurut Kim yaitu, fase stress, fase adaptasi, dan fase pertumbuhan.

## **Sumber Data**

### **Data Primer**

Data Primer adalah data yang dikumpulkan secara langsung oleh peneliti melalui hasil observasi terhadap situasi social melalui narasumber dengan melakukan dialog tanya jawab dari beberapa pertanyaan yang fokus kearah penelitian. Data primer dapat diperoleh melalui *key informan* yang peneliti gunakan untuk memperoleh data yang dibutuhkan.

### **Data Sekunder**

Data sekunder adalah data yang diperoleh peneliti melalui beberapa sumber informasi secara tidak langsung tetapi melalui sumber tangan kedua atau ketiga. Data sekunder sering disebut sebagai data pendukung atau pelengkap data utama yang digunakan oleh peneliti.

Data sekunder dapat berupa buku Pustaka, e-journal, grafik, dokumentasi, dan file yang dapat diunggah melalui internet

### ***Teknik Pengumpulan Data***

Penelitian kualitatif ini bersifat deskriptif, Creswell (2017:266) mendefinisikan teknik pengumpulan data sebagai langkah-langkah untuk membatasi topik penelitian, mengumpulkan informasi dengan observasi dan wawancara yang telah tersusun maupun tidak, serta melalui materi visual dan dokumentasi.

### ***Teknik Analisis Data***

Teknik analisis data adalah proses pencarian data, menyusun data secara sistematis yang didapatkan dari hasil catatan lapangan, dokumentasi, dan wawancara dengan cara mengelompokkan data ke dalam kategori, melakukan sintesis, memaparkan ke dalam unit-unit, menyusun dalam pola untuk memutuskan mana yang akan dipelajari dan menarik kesimpulan sehingga dapat dipahami oleh diri sendiri maupun orang lain. (Sugiyono 2010: 335) Teknik analisis data yang digunakan dalam peneliti ini adalah analisis data induktif. Analisis data induktif sendiri merupakan penarikan kesimpulan yang berangkat dari fakta-fakta khusus, untuk ditarik kesimpulannya secara umum.

## **Hasil Penelitian dan Pembahasan**

### **Proses Adaptasi Melalui Komunikasi Antarbudaya**

Proses adaptasi melalui komunikasi antarbudaya merupakan sebuah proses untuk memahami dan menyatu dengan budaya yang berbeda dengan budaya asli seseorang. Edward T. Hall (2000:56) berpendapat bahwa individu perlu memahami dan menghargai perbedaan untuk tersebut agar dapat berkomunikasi dengan efektif. Proses komunikasi antarbudaya menurut Edward (2000) melibatkan pemahaman dan integrasi dengan kode bahasa non-verbal budaya yang berbeda-beda. Berdasarkan pernyataan diatas, peneliti pun meneliti bagaimana proses adaptasi mahasiswa perantau melalui komunikasi antarbudaya yang dialami oleh beberapa alumni PPI Polandia. Menurut Gudykunst dan Kim (2003) proses adaptasi antar budaya adalah proses interaktif yang berkembang melalui aktivitas komunikasi dari individu pendatang dengan lingkungan sosial budayanya yang baru. Proses adaptasi melalui komunikasi antar budaya sangat penting agar seorang individu dapat memahami cara lawan bicaranya berkomunikasi dalam budaya mereka yang berbeda.

Berdasarkan hasil teori diatas bahwa para mahasiswa asal Indonesia yang merantau ke Polandia melakukan upaya individu untuk beradaptasi dengan lingkungan sosial yang berbeda dari budaya asal mereka. Para mahasiswa memperluas pengetahuan budaya, dengan memperdalam pengalaman dan keterampilan sosial, serta meningkatkan kesadaran diri mereka untuk mengetahui perbedaan dan kesamaan dalam budaya yang mereka temui. Dalam berkomunikasi antar budaya Indonesia itu sendiri ada kecenderungan individu untuk mengasumsikan bahwa cara berkomunikasi mereka sama dengan cara berkomunikasi dalam budaya Polandia. Namun, perbedaan dalam norma, nilai, dan perilaku sosial dapat menyebabkan kesalah pahaman, ketegangan dan konflik komunikasi, itu sebabnya para mahasiswa perantau perlu meningkatkan kesadaran diri mengenai perbedaan budaya, dan memperdalam keterampilan dalam komunikasi antar budaya.

### **Fase Stress**

Tahap yang pertama dalam mengetahui proses adaptasi budaya yang dialami oleh mahasiswa perantau yaitu Tahap dinamika: Stress. Kebanyakan dari mahasiswa perantau akhirnya memilih untuk memutuskan melanjutkan studi ke Polandia karena kemauan pribadi. Dalam kasus Komunikasi Antarbudaya yang terjadi antara pelajar yang merantau dari Indonesia dan menetap di Polandia sebagian besar dari mereka diharuskan untuk mempelajari bahasa *polish* lebih dulu karena tidak semua masyarakat disana dapat berbahasa inggris dan tidak semua para pengajar bisa lancar dan fasih dalam menjelaskan pembelajaran menggunakan bahasa inggris.

Perbedaan cuaca, serta makanan pokok yang dikonsumsi oleh orang Eropa dan orang Indonesia juga berbeda, sehingga membuat para perantau harus beradaptasi pula dengan makanan yang mereka konsumsi, yang biasanya di Indonesia mereka makan nasi namun begitu di Eropa mereka harus terbiasa mengkonsumsi gandum sebagai makanan pokok. Sementara itu saudara Reynaldo Ardi mengalami tahap stress saat membahas tentang agama yang dianut dengan teman-teman kuliahnya disana seperti:

“Dulu waktu pertama kali saya masih alim-alimnya karna masih tahun pertama sempat beberapa kali izin sholat ditempat kerja. . Di kantor itu ada tempat istirahat, dan disitu saya gunakan untuk beribadah, tapi yang namanya iman naik turun terus ya. Dan sempat stress beberapa kali. Saya gak munafik karena emang sempat keikut budaya sana. Kalau stress dibawa minum-minum alcohol. Dan dari situ saya sampai lulus rasanya hanya islam ktp. Karna memang mempertahankan iman kalau gak punya kawan agak berat rasanya, apalagi jika kebanyakan lawan. Kadang mereka suka menegejek kayak “lu gak sholat?” terus bukannya sholat saya hanya ketawa saja.” (wawancara, 30 Juni 2022)

Para Informan bersepakat bahwa salah satu faktor lain yang membuat mereka menjadi sulit beradaptasi di Polandia adalah karena penduduk lokalnya yang sangat jarang menunjukkan ekspresi mereka. Jadi pada tahap ini biasanya para mahasiswa perantau Awal mulanya mereka akan mengalami culture shock dari lingkungan yang baru karena perubahan signifikan dari kehidupan mereka yang sebelumnya. Seperti dengan perbedaan tempo berbicara. Menyesuaikan diri dengan sistem pembelajaran yang ada di Polandia. Pada tahap ini pula para mahasiswa Indonesia yang merantau mengalami tekanan baik itu emosional dan fisik serta akan mengalami perasaan cemas dan ketidaknyamanan karena harus beradaptasi dengan lingkungan mereka yang baru. Ketika akhirnya para mahasiswa perantau belajar untuk mengatasi stress mereka dengan cara yang tepat, maka mereka juga secara tidak sadar sedang belajar untuk mengelola tantangan dan kesulitan dalam proses adaptasi budaya. Oleh karena itu stress dapat dianggap dari bagian adaptasi budaya karena kemampuan seseorang dalam mengatasi stress akan mempengaruhi sejauh mana individu tersebut dapat berhasil beradaptasi dengan lingkungan dan budaya yang baru.

### **Fase Adaptasi**

Pada tahap ini biasanya diartikan sebagai proses bagaimana seorang individu mulai menjadwalkan dirinya untuk melalui siklus yang akan menuntunnya pada hasil yang akan ia dapat. Para mahasiswa perantau biasanya akan dihadapkan dengan berbagai situasi tertentu yang membuat diri mereka akan berusaha untuk beradaptasi secara tidak sadar. Orang Eropa juga cukup dikenal dengan budaya mereka yang kerap kali melakukan acara pesta untuk merayakan berbagai hal yang menurut mereka, mereka sudah melaluinya dengan kerja keras. Saudari Olivia Puspa Islami bercerita bahwa:

“Saya mulai paham bagaimana lingkungan para pelajar di Polandia itu setelah 6 bulan berada disana. Mereka menyukai party, mau di bar, di restaurant, di rumah, biasanya akan ada banyak alasan untuk melakukan selebrasi, saya menghargai mereka dengan bersifat terbuka, hanya ikut satu atau dua kali kesempatan, setelahnya saya merasa cara gaya hidup mereka tidak begitu cocok dengan saya dan akhirnya saya memilih untuk membatasi diri saya. Saya lebih senang dirumah saja karena selain bisa berhemat dengan cara itu juga saya merasa dapat menjaga diri saya. Mereka menghormati keputusan dan kepercayaan saya begitu pula sebaliknya.” (wawancara 29 Juni 2022)

Proses adaptasi disini yang dialami oleh saudara Olivia, adalah dengan membatasi dirinya untuk membuat keputusan dalam memilih hal-hal yang ia yakini benar dan salah. Menurutnya budaya pesta yang cukup sering dilakukan oleh teman-temannya yang ada di Polandia bukanlah budayanya. Maka dari itu ia memilih untuk beradaptasi dengan pikiran terbuka. Menurut Udrea & Dumitriu (2015:20) fase adaptasi adalah tahap dimana individu mencari cara untuk beradaptasi

dengan stressor yang dialami. Pada tahap ini Individu akan berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru.

Sementara itu Saudari Idha Fauziah merasakan dampak yang begitu besar ketika ia akhirnya mulai dapat beradaptasi dengan lingkungan disekitarnya setelah memahami bagaimana pola budaya yang ada pada masyarakat Polandia.

“Dampak pribadi yang terjadi pada diri saya adalah, saya menjadi lebih jujur. Jujur disini adalah, mungkin dari segi ekspresi wajah. Seperti yang kita tahu orang asli Indonesia pasti rata-rata ramah kan? Begitu juga dengan saya. Saya dulu kerap kali berusaha terlihat ramah agar bisa melebur dengan orang-orang disekitar saya. Mau saya sedang sedih, kesal, banyak pikiran saya sebisa mungkin untuk terlihat baik-baik saja. Namun lambat laun setelah sempat 4 tahun berada di Eropa khususnya Polandia, yang notabenehnya mereka jarang tersenyum dan hanya tersenyum ketika memang itu saatnya tersenyum, Saya terbawa hal tersebut sampai sekarang karna memang benar saja, bahkan didunia kerja pun kita tidak bisa tersenyum terus setiap hari.” (wawancara, 2 Juni 2022).

Dalam penelitian ini peneliti menanyakan kepada para informan tentang bagaimana cara mereka akhirnya mulai beradaptasi dengan lingkungan baru dan sudah sejalan dengan teori yang dipaparkan diatas bahwa mereka mulai beradaptasi dengan cara perlahan, dimulai dari dengan membatasi diri untuk membuat keputusan dalam memilih hal-hal yang ia yakini benar atau salah dari sisi pergaulan budaya Polandia yang cenderung cukup bebas. Selain itu para informan juga mengatakan bahwa dukungan dari orang disekitar mereka dapat membantu mereka dalam proses beradaptasi budaya. Menghindari pembahasan yang berbau politik atau agama juga menjadi salah satu faktor untuk menghindari konflik dengan masyarakat lokal karna dua hal tersebut merupakan hal yang sangat tabu dan sensitif di negara Polandia.

### **Fase Pertumbuhan**

Tahap terakhir dari tahap dinamika Kim Young Yun adalah tahap pertumbuhan. Pada tahap ini, seseorang akhirnya memilih untuk membuat keputusan untuk bertahan di lingkungan barunya tersebut atau sebaliknya. Perlu digaris bawahi bahwa sebenarnya siklus stress ketika seseorang beradaptasi di lingkungan baru biasanya akan terus terjadi hingga perantau memilih untuk bertumbuh seiring waktu.

Tahap ini antar individu telah memunculkan perilaku dan perasaan yang lebih spontanitas dan terbuka, pengungkapan pemikiran mereka sudah memasuki hubungan yang tinggi. Saudari Ravanna Azelia juga menceritakan bahwa sebenarnya masyarakat Polandia juga tidak jauh berbeda dengan masyarakat Indonesia jika sudah saling mengenal,

“Mereka memang pada awalnya kalau belum saling mengenal cueknya minta ampun. Tetapi jika sudah saling kenal pasti akrab & ramah juga kok kayak orang Indonesia. Saya bahkan akrab dengan tukang sapu komplek asrama karena memang dia orangnya humble dengan mahasiswa yang berasal dari luar.” (Wawancara, 2 Juli 2022)

Pada tahap ini Altman & Taylor berpendapat seseorang sudah dapat membangun sistem komunikasi mereka yang efisien, dimana pada tahap ini dapat ditafsirkan secara jelas dan tanpa keraguan bahwa masing-masing pihak sudah bisa mengklarifikasi apapun pesan yang disampaikan. Kim berpendapat bahwa, proses adaptasi budaya merupakan proses interaksi yang tumbuh dengan cara adanya kegiatan komunikasi individu yang berpindah ke suatu lingkungan sosial budaya baru alias perantau. Adanya adaptasi budaya ini biasanya tergambar melalui terdapat penyesuaian antara model komunikasi perantau dengan model komunikasi yang diinginkan oleh model komunikasi masyarakat dan budaya lokal setempat.

Para informan meyakini bahwa alasan bagaimana mereka akhirnya dapat menyesuaikan diri dan bertumbuh dalam kelompok masyarakat polandia adalah dengan bersifat terbuka agar tetap bisa menjaga hubungan baik dengan masyarakat lokal. Untuk dapat mencapai tujuan ini, individu harus mengembangkan keterampilan baru dan lebih professional dalam adaptasi mereka. Dalam perubahan budaya, pertumbuhan juga dapat membantu individu dan kelompok masyrak

untuk menyesuaikan diri dengan memodifikasi kebiasaan yang biasanya mereka lakukan. Melalui pertumbuhan individu akhirnya memiliki kesempatan untuk menemukan cara apapun dalam mengatasi konflik yang mungkin timbul dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Oleh karena itu, pertumbuhan adalah bagian dari adaptasi budaya dan membantu individu mengembangkan keterampilan dan kemampuan baru untuk bertahan dalam masyarakat yang memiliki perbedaan budaya dengan diri individu.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan pada hasil penelitian, penyajian data dan pembahasan yang telah peneliti uraikan maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan seseorang dalam berkomunikasi akan sesuai dengan nilai dan norma dari budaya setempat, Tergantung dari hasil proses adaptasi budaya yang telah terjadi. Bahasa menjadi salah satu faktor penting dalam komunikasi antarbudaya terutama dalam proses beradaptasi, baik itu melalui bahasa verbal maupun non-verbal, sebab hal tersebut yang memberikan identitas daripada suatu budaya, dan sudah terbaca dari pertama kali melakukan komunikasi. Dalam kesimpulan dari hasil penelitian yang penulis dapatkan dengan menggunakan acuan dari teori proses adaptasi budaya milik Kim Young Yun (2001):

- 1) Fase stress: Stress adalah proses dari adaptasi budaya sebab memungkinkan individu untuk mengidentifikasi tantangan yang memerlukan penyesuaian dan memberi dorongan untuk mempelajari cara budaya untuk berinteraksi dengan lingkungan budaya baru yang dihadapi.
- 2) Fase adaptasi: Adaptasi budaya yang dialami oleh mahasiswa perantau umumnya merupakan proses yang penting bagi setiap individu yang pindah ke lingkungan budaya yang berbeda. Proses adaptasi ini membantu individu menjalin hubungan yang kuat dengan lingkungan dan orang di sekitarnya, serta lebih mudah menyesuaikan diri di lingkungan sosial yang berbeda.
- 3) Fase pertumbuhan: Dalam kesimpulannya, pertumbuhan adalah proses terakhir yang dialami oleh para mahasiswa yang merantau di Polandia karena pertumbuhan menjadi tanda bahwa individu telah sepenuhnya teradaptasi dan siap untuk mengambil peran yang lebih besar dalam masyarakat baru yang mereka temui.

Selain tiga hal yang sudah penulis paparkan, Proses adaptasi mahasiswa yang merantau ke Polandia juga mempunyai motivasi untuk belajar, menjadikan pengalaman sebagai sesuatu yang berharga, membuat lingkungan menjadi lebih nyaman melalui diri sendiri, unsur saling menghormati terhadap agama dan budaya, menghadapi rasa takut, serta menghormati bahasa tuan rumah dengan cara mempelajari dan mempraktekannya. Saran dari peneliti pada calon mahasiswa yang akan merantau keluar negeri

1. Calon perantau harus memahami sistem pendidikan Polandia. Melakukan riset tentang sistem pendidikan Polandia, termasuk aturan, kebijakan, nilai, dan cara belajar yang umum digunakan.
2. Mencari teman belajar. Jangan takut untuk bertanya kepada teman kuliah atau join dengan organisasi yang berkaitan dengan organisasi yang berkaitan dengan bidang studimu.
3. Memanfaatkan layanan akademik. Setiap universitas biasanya menyediakan layanan akademik seperti layanan konseling dan tutorial yang dapat membantu untuk memahami dan mengatasi kesulitan dalam belajar.
4. Mengikuti les bahasa asing. Belajar bahasa asing seperti bahasa Polandia atau bahasa inggris dapat membantumu memahami isi perkuliahan, mengikuti diskusi, dengan mahasiswa dan dosen lokal, dan mencari informasi di media massa setempat.
5. Menjaga keseimbangan. Agar dapat menghindari kelelahan akademik dan mental, penulis sarankan untuk menyeimbangkan waktu antara belajar dan hiburan.

## Daftar Pustaka

### Buku:

- Samovar, Larry A DKK. 2010. *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Penerbit Salemba Humanika.
- Mulyana Deddy, dan Jalaluddin Rakhmat. 2010. *Komunikasi Antarbudaya*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Mulyana Deddy. 2011. *Komunikasi Lintas Budaya*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Harapan Edi & Syarwani Ahmad. 2014. *Komunikasi Antarpribadi*. Jakarta: PT. Rajagrafindo.
- Young Yun Kim. 2000. *Becoming Intercultural An Integrative Theory of Communication and Cross-Cultural Adaptation*. London: Sage Publications.
- Nisfa Mega, Hilda Arfiya dkk. 2020. *Jejak Alumni di Polandia Tentang Mimpi, Perjuangan, dan Kehidupan Pelajar Indonesia*. Malang: Penerbit Cempluk Aksara.
- Sugiyono. 20015. *Statistik Nonparametris untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. 2008. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Berger Charles R, Michaele E Roloff, D. R. 2014. *Handbook Ilmu Komunikasi*. Bandung: Nusa Media.
- Darmastuti, Rini. 2013. *Mindfulness Dalam Komunikasi Antar Budaya*, Yogyakarta: Buku Litera.
- Hikmat, Mahi M. 2011. *Metode Penelitian dalam Perspektif Ilmu Komunikasi dan Sastra*. Bandung: Graha Ilmu.
- Pavito, 2008. *Penelitian Komunikasi Kualitatif*. Yogyakarta: PT. LKIS Pelangi Aksara
- Martono, N. 2011. *Sosiologi Perubahan Sosial*. Jakarta: Raja Grafindo Perkasa
- Ruben, Brent D, Stewart, Lea P. 2013. *Komunikasi dan Perilaku Manusia*. Depok: PT. Rajagrafindo
- Littlejohn, S.W. & Foss, K.A. 2008. *Theories of Human Communication*. California. USA: Sage Publications.
- Jurnal:*
- Monique Olivias & Chi Sing Li. 2005. *Understanding Stressors of International Students in Higher Education: What College Counselors and Personnel Need to Know*. *Journal of Instructional Psychology*, Vol. 33, No. 3. 2005: 217-218
- Tseng, W. C., & Newton, F. B. 2002. *International Students Strategies for Well-Being*. *College Student Journal*, Vol. 36, 2002: 591-597
- Bhawuk, D.P.S. 2001. *The role of culture theory in cross-cultural training: A multimethod approach*. *International Journal of Intercultural Relations*, Vol. 25, No. 3 2001: 253-278
- Yoon, E., Chang, C.T., Kim, S., Clawson, A., & Cleary, S.E. 2013. *Borrowed Theory: Applying exchange theory to understand acculturation and cultural adaptation of international Students*. *Journal of International Students*, Vol. 3 No. 2. 2013: 83-101.
- Kuo, B.C.H. 2014. *Cultural diversity: Its social psychology*. Routledge Vol. 1
- Yeh, C. J., Inman, A. G., Kim, R. M., & Okubo, Y. 2006. *Cultural adjustment and psychological well-being of Asian and European International Students: A comparison Study*. *Journal of Counseling Psychology*, Vol. 53 No. 2, 2006: 137-147.
- Eduard Lukman. 2018. *Pengelolaan Kecemasan dan Ketidakpastian dalam Komunikasi*

Proses Adaptasi Mahasiswa Perantau Melalui Komunikasi Antarbudaya Perhimpunan Pelajar Mahasiswa Indonesia di Polandia (Melinia Dwinatari)  
Antarbudaya antara Auditor dan Auditee. *Jurnal Komunikasi Indonesia*. Vol. 8 no. 1.

*William B. Gudykunst*. 2003. *Cross Cultural and Intercultural Communication*. *Jurnal Transdisiplin Sosiologi, Komunikasi, dan Ekologi Manusia*. Vol 1. 2007: 467-475.

Lusia Savitri Setyo Utami. 2015. Teori-Teori Adaptasi Antar Budaya. *Jurnal Komunikasi* Vol. 7, No. 2, Desember 2015, Hal 180-197

Rejeki, MC Ninik Sri. 2017. Perbedaan Budaya dan Adaptasi Antar Budaya dalam Relasi Kemitraan Inti-Plasma. *Jurnal Ilmu Komunikasi*. Vol. 4, No. 2. 2017

*Internet:*

*Programme for International Student Assessment*, 2020 (Online)  
(<https://www.oecd.org/pisa/data/2018database/>) Diakses Pada tanggal 3 Januari 2021

*Top Sumbar, Eksistensi dan Kontribusi Perhimpunan Pelajar Indonesia di Polandia: Tinjauan Sejarah dan Kekinian (online)* (<https://www.topsumbar.co.id/eksistensi-dan-kontribusi-perhimpunan-pelajar-indonesia-di-polandia-tinjauan-sejarah-dan-kekinian/>) diakses pada tanggal 19 mei 2020