



***PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT* DITINJAU DARI
ACCULTURATION STRATEGIES PADA *SOJOURNER* YANG
SEDANG MELAKSANAKAN TUGAS BELAJAR DI UNNES**

SKRIPSI

**disajikan sebagai salah satu syarat memperoleh
gelar Sarjana Psikologi**

Oleh

Ferdian Akbar Yunanto

1511413155

**JURUSAN PSIKOLOGI
FAKULTAS ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa yang tertulis dalam skripsi dengan judul "*Psychological Adjustment* Ditinjau dari *Acculturation Strategies* pada *Sojourner* yang Sedang Melaksanakan Tugas Belajar Di UNNES" benar-benar hasil karya saya sendiri. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah.

Semarang, 31 Januari 2019

Yang menyatakan



Ferdian Akbar Yunanto

1511413155

PENGESAHAN

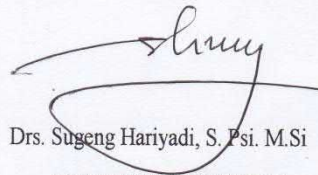
Skripsi dengan judul “*Psychological Adjustment* Ditinjau dari *Acculturation Strategies* pada *Sojourner* yang Sedang Melaksanakan Tugas Belajar Di UNNES” telah dipertahankan dihadapan Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang pada 31 Januari 2019

Panitia Penguji Skripsi:



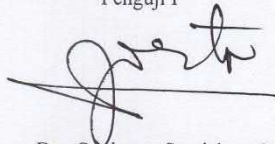
Ketua
Dr. Sungkwo Edy Mulyono, s.Pd., M.Si
NIP. 196807042005011001

Sekretaris



Drs. Sugeng Hariyadi, S. Psi. M.Si
NIP. 195701251985031001

Penguji I



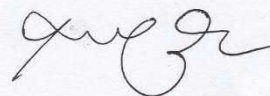
Drs. Sugiyarta Stanislaus, M.Si.
NIP. 196008161985931003

Penguji II/Pembimbing I



Nuke Martiarini, S.psi., M.A.
NIP. 198103272012122001

Penguji III/Pembimbing II



Rulita Hendriyani, S.Psi., M. Si
NIP. 197202042000032001

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto :

“Sebaik-baik manusia adalah manusia yang paling bermanfaat bagi orang lain”.

(HR.Ahmad)

Tahun-tahun terbaik dalam hidupmu adalah saat di mana engkau memutuskan setiap masalah yang kau hadapi adalah milikmu sendiri. Engkau tidak menyalahkan ibumu, alam atau bahkan presiden. Engkau menyadari bahwa dirimu sendirilah yang mengendalikan takdirmu sendiri (Albert Ellis)

Persembahan:

Skripsi ini penulis persembahkan kepada

Ibu Retno Dwi Yanti dan Almarhum Bapak Suhadi

Atas semua pengorbanan dan cinta kasihnya,

Kakakku Irfan Yanuardi dan para sahabat yang

Telah member dukungan dan doa kepada penulis

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah rabbil'alamin. Puji Syukur kepada Allah SWT, atas berkat, rahmat dan Hidayah-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “*Psychological Adjustment Ditinjau dari Acculturation Strategies pada Sojourners yang Sedang Melaksanakan Tugas Belajar Di UNNES*”.

Skripsi ini sebagai tugas akhir memperoleh gelar Sarjana Psikologi di Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Semarang. Penyusunan skripsi ini telah menerima banyak bimbingan, dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. Fakhrudin, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
2. Drs. Sugeng Hariyadi, M.S., Ketua Jurusan Psikologi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang.
3. Drs. Sugiyarta Stanislaus, M. Si. selaku penguji I yang telah memberikan bimbingan, masukan, dan kritik terhadap skripsi penulis.
4. Nuke Martiarini, S.psi., M.A., selaku dosen wali dan dosen pembimbing I atas perhatian dan kesabarannya membimbing serta memberi saran dalam penyelesaian skripsi ini
5. Rulita Hendriyani, S.psi.,M.Si., selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, masukan, kritik dan bantuan kepada penulis.

6. Seluruh Dosen Jurusan Psikologi Universitas Negeri Semarang yang telah membimbing dan mengarahkan penulis selama studi
7. Kepada ibu penulis, Retno Dwi Yanti yang selalu memberikan do'a dan dukungan kepada peneliti dalam setiap kegiatan. Kepada Almarhum bapak penulis, Suhadi yang sudah berada di surga.
8. Kepada kakak penulis, Irfan Yanuardi yang memberikan motivasi kepada penulis agar segera menyelesaikan studi.
9. Kepada keluarga besar Subroto di Salatiga yang telah membantu membiayai kuliah penulis hingga selesai.
10. Universitas Negeri Semarang bagian Kerjasama Internasional yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
11. Kepada semua teman-teman yang telah membantu penulis menyelesaikan studi dan teman-teman angkatan 2013 jurusan psikologi yang telah mewarnai kisah selama penulis menjalani studi.
12. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, terima kasih atas semua bantuan dan do'a yang telah diberikan kepada penulis.

Akhirnya penulis mengucapkan terimakasih dengan setulus hati kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat untuk pembaca dan berkontribusi untuk perkembangan ilmu pengetahuan khususnya psikologi.

Semarang, 31 Januari 2019

Penulis

ABSTRAK

Ferdian Akbar Yunanto, 2019 *Psychological Adjustment* ditinjau dari *Acculturation Strategies* pada *Sojourner* yang Sedang Melaksanakan Tugas Belajar di UNNES. Skripsi Jurusan Psikologi. Fakultas Ilmu Pendidikan. Universitas Negeri Semarang. Pembimbing I Nuke Martiarini, S.psi., M.A. Pembimbing II Rulita Hendriyani, S.psi.,M.Si.

Kata kunci: *Psychological Adjustment, Acculturation Strategies, Sojourner*

Menempuh kehidupan sebagai pelajar di Negara sendiri dengan di luar negaranya pastilah berbeda. Dengan latar belakang budaya dan masyarakat yang berbeda, mahasiswa asing harus menyelaraskan antara kehidupannya sehari-hari dengan kehidupan akademisnya. Diperlukan strategi atau cara yang tepat untuk dapat mencapai *psychological adjustment*. Penelitian ini bertujuan untuk mencari tahu *acculturation strategies* yang dilakukan oleh mahasiswa asing agar dapat mencapai *psychological adjustment*. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode komparasi. Subjek dalam penelitian ini sebanyak 33 orang mahasiswa asing yang sedang melaksanakan tugas belajar di UNNES.

Teknik sampling yang digunakan adalah *sampling jenuh* dengan menggunakan alat ukur skala *psychological adjustment* dan skala *acculturation strategies*. Skala *psychological adjustment* berisi 20 item dengan koefisien validitas item antara 0,164 sampai 0,798 dengan taraf signifikansi 5 % dan koefisien reliabilitas 0,749 dan skala *acculturation strategies* berisi 29 item yang dibagi kedalam 4 jenisstrategi; Asimilasi memiliki koefisien antara 0,41- 0,62; Separasi memiliki koefisien antara 0,34 - 0,63; Separasi memiliki koefisien antara 0,34 - 0,63; Marginalisasi memiliki koefisien antara 0,49 - 0,63 dan koefisien reliabilitas yang dibagi kedalam 4 jenis strategi; Integrasi sebesar 0,74; Asimilasi sebesar 0,77; Separasi sebesar 0,76; dan Marginalisasi sebesar 0,85.

Uji hipotesis menggunakan analisis data *One-way Anova* dengan nilai signifikansi dari penelitian $0,001 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis (H_a) dari penelitian ini diterima. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan *acculturation strategies* antara 4 jenis strategi untuk mencapai *psychological adjustment*. Perbedaan terdapat antara strategi inetgrasi dengan strategi asimilasi; strategi integrasi dengan strategi separasi; dan strategi integrasi dengan strategi marginalisasi.

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN.....	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERUNTUKAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB	
1 PENDAHULUAN	
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah.....	15
1.3. Tujuan Penelitian	15
1.4. Manfaat Penelitian	15
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	15
1.4.2 Manfaat Praktis	16
2 LANDASAN TEORI	
2.1 <i>Psychological Adjsutment</i>	17
2.1.1 Pengertian <i>Psychological Adjustment</i>	17
2.1.2 Tahap-tahap <i>Psychological Adjustment</i>	18
2.1.3 Aspek-aspek <i>Psychological Adjustment</i>	20
2.2 <i>Sojourner</i>	21
2.2.1 Pengertian <i>Sojourner</i>	21

2.3	Inkulturasi	22
2.3.1	Pengertian Inkulturasi	20
2.4	Akulturasi.....	22
2.4.1	Pengertian Akulturasi.....	22
2.4.2	Tahap-tahap Akulturasi.....	23
2.4.3	Faktor-faktor Akulturasi	23
2.5	<i>Acculturation Strategies</i>	25
2.5.1	Pengertian <i>Acculturation Strategies</i>	25
2.5.2	Jenis-jenis <i>Acculturation Strategies</i>	26
2.6	Kerangka Berpikir.....	25
2.7	Hipotesis	30
3 METODE PENELITIAN		
3.1	Jenis Penelitian.....	31
3.2	Variabel Penelitian.....	32
3.2.1	Identifikasi Variabel Penelitian.....	32
3.2.2	Definisi Operasional Variabel.....	32
3.2.3	Hubungan Antar Variabel.....	34
3.3	Populasi dan Sampel	34
3.3.1	Populasi.....	34
3.3.2	Sampel.....	35
3.4	Metode Pengumpulan Data.....	35
3.4.1	Skala <i>Psychological Adjustment</i>	36
3.4.2	Skala <i>Acculturation Strategies</i>	39
3.5	Validitas dan Reliabilitas	41

3.5.1	Validitas	41
3.5.1.1	Hasil Uji Validitas Skala <i>Psychological Adjustment</i>	41
3.5.1.2	Hasil Uji Validitas Skala <i>Acculturation Strategies</i>	41
3.5.2	Reliabilitas	40
3.5.2.1	Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Psychological Adjustment</i>	42
3.5.2.2	Hasil Uji Reliabilitas Skala <i>Acculturation Strategies</i>	42
3.6	Metode Analisis Data	42
4 HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Persiapan Penelitian	43
4.1.1	Orientasi Kancuh Penelitian	43
4.1.2	Perijinan Penelitian	44
4.1.3	Penentuan Subjek Penelitian	45
4.1.4	Penyusunan Alat Ukur	45
4.2	Pelaksanaan Penelitian	46
4.2.2	Proses Pengumpulan Data	46
4.2.2	Proses Skoring	47
4.3	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen	47
4.3.1.	Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	47
4.3.1.1	Hasil Uji Validitas	48
4.3.1.2	Hasil Uji Reliabilitas	48
4.4	Hasil Penelitian	48
4.4.1	Data Demografi	48
4.4.2	Gambaran Umum <i>Psychological Adjustment</i>	51

4.4.3	Gambaran Spesifik <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan tiap Aspek	53
4.4.3.1	Gambaran Spesifik <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Perubahan Kehidupan	53
4.4.3.2	Gambaran Spesifik <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Faktor Kepribadian	55
4.4.3.3	Gambaran Spesifik <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Dukungan Sosial	56
4.4.3.4	Ringkasan Gambaran Spesifik <i>Psychological Adjustment</i>	58
4.4.4.	Gambaran Umum <i>Acculturation Strategies</i>	59
4.4.4.1	Gambaran Spesifik <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Integrasi.....	61
4.4.4.2	Gambaran Spesifik <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Asimilasi	63
4.4.4.3	Gambaran Spesifik <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Separasi	65
4.4.4.4	Gambaran Spesifik <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Marginalisasi.....	67
4.4.5.	Hasil Uji Asumsi.....	70
4.4.1	Uji Normalitas.....	70
4.4.5.2	Uji Homogenitas	71
4.4.5.3	Uji Hipotesis	72

4.5.	PEMBAHASAN	
4.5.1	Pembahasan Analisis Inferensial <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i>	75
4.5.2	Pembahasan Analisis Deskriptif <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i>	76
4.5.3	Pembahasan Analisis Deskriptif <i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i>	80
4.5.4	Pembahasan Analisis Deskriptif <i>Psychological Adjustment</i> Ditinjau dari <i>Acculturation Strategies</i> Pada <i>Sojourner</i> Yang Sedang Melaksanakan Tugas Belajar Di UNNES	81
4.6	Keterbatasan Penelitian	84
5	PENUTUP	
5.1	Simpulan	85
5.2	Saran	86
	DAFTAR PUSTAKA	87
	LAMPIRAN.....	89

DAFTAR TABEL

Daftar

	Halaman
1.1 Data Hasil Studi Pendahuluan	5
3.1 Blue Print Skala <i>Psychological Adjustment</i>	38
3.2 Blue Print Skala <i>Acculturation Strategies</i>	40
4.1 Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Asal Negara	49
4.2 Penggolongan Kriteria Analisis Berdasarkan Mean Teoritik.....	50
4.3 Distribusi Frekuensi <i>Psychological Adjustment</i> Secara Umum	52
4.4 <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Perubahan Kehidupan.....	54
4.5 <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Faktor Kepribadian	55
4.6 <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Aspek Dukungan Sosial	57
4.7 Ringkasan Gambaran <i>Psychological Adjustment</i> yang Ditinjau dari tiap Aspek.....	58
4.8 Skor Interval Kategorisasi <i>Acculturation Strategies</i>	59
4.9 Kategorisasi Frekuensi <i>Acculturation Strategies</i>	60
4.10 <i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Jenis Strategi Integrasi	62
4.11 <i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Strategi Asimilasi	64

4.12	<i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Strategi Separasi..	66
4.13	<i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i> Berdasarkan Strategi Marginalisasi	68
4.14	Ringkasan Perbandingan <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan tiap Jenis Strategi.....	69
4.15	Hasil Uji Normalitas.....	71
4.16	Hasil Uji Homogenitas	72
4.17	Hasil Uji <i>One-Way Anova</i>	72
4.18	Hasil Deskriptif Interpretasi Uji Anova	73
4.19	Hasil Uji Post Hoc	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar	
halaman	
2.1	Kerangka Berpikir29
3.1	Hubungan Antar Variabel34
4.1	Kategorisasi Subjek Penelitian Berdasarkan Asal Negara.....50
4.2	Diagram Kategorisasi <i>Psychological Adjustment</i> pada <i>Sojourner</i> Secara Umuum.....52
4.3	Diagram Gambaran <i>Psychological Adjustment</i> Berdasarkan Aspek Perubahan Kehidupan54
4.4	Diagram Gambaran <i>Psychological Adjustment</i> Berdasarkan Aspek Faktor Kepribadian56
4.5	Diagram Gambaran <i>Psychological Adjustment</i> Berdasarkan Aspek Dukungan Sosial58
4.6	Ringkasan Gambaran <i>Psychological Adjustment</i>59
4.7	Diagram Kategorisasi <i>Acculturation Strategies</i> pada <i>Sojourner</i>61
4.8	Diagram Gambaran <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Integrasi.....63
4.9	Diagram Gambaran <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Asimilasi.....65
4.10	Diagram Gambaran <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Separasi67
4.11	Diagram Gambaran <i>Acculturation Strategies</i> Berdasarkan Jenis Strategi Marginalisasi69

4.12 Diagram Perbandingan <i>Acculturation Strategies</i> Ditinjau dari Tiap Jenis Strategi	70
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Skala Penelitian	91
2 Tabulasi Data Skor Penelitian	103
3 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Penelitian	106
4 Uji Hipotesis Penelitian	111

BAB I

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Pada tahun-tahun sebelumnya, perjalanan ke tempat yang lebih jauh dari daerah asal sangat jarang dilakukan karena keterbatasan akses transportasi. Seiring dengan mulai berkembangnya banyak teknologi baru pada era globalisasi hingga sekarang membuat segala aktivitas menjadi mudah. Pesatnya perkembangan teknologi dan transportasi menyebabkan banyak orang dari negara satu berkunjung ke negara lainnya. Dengan begitu, budaya dari individu yang bepergian ke luar dari negara asalnya akan bertemu dengan budaya dari negara tujuan sehingga terjadilah pertukaran budaya. Semakin banyak individu membangun tempat tinggal di luar negeri. Individu-individu tersebut kemudian saling terhubung satu sama lain dan membentuk kelompok-kelompok sesuai dengan kepentingan masing-masing kelompok. Biasanya kelompok-kelompok tersebut hanya tinggal dalam jangka waktu yang relatif singkat tergantung dengan kepentingannya.

Kelompok yang termasuk ke dalam kategori penghuni sementara ini mencakup siswa internasional, pendatang atau pelancong, pekerja bantuan asing, ekspatriat organisasi, *self-initiate expatriate*, dan personil militer. Salah satu kelompok yang memiliki jumlah cukup banyak di Indonesia adalah siswa/mahasiswa internasional. Siswa yang belajar di luar negeri adalah populasi yang tepat untuk pengujian pendahuluan tentang konsep *psychological adjustment*.

Era globalisasi membuat laju pendidikan berkembang semakin dinamis yang menjadikan segala aspek dalam kehidupan dapat dijadikan sebagai bahan untuk belajar. Indonesia menjadi salah satu negara tujuan tempat mahasiswa asing menuntut ilmu. Para mahasiswa asing ini tersebar di perguruan tinggi negeri dan swasta di seluruh Indonesia.

Berdasarkan data yang didapat dari sub bagian kerjasama luar negeri, bagian kerjasama, BAKK, Universitas Negeri Semarang per-tahun 2018 terdapat 59 orang mahasiswa asing yang tersebar diberbagai fakultas dan program studi. Fakultas Ilmu Pendidikan 1 orang mahasiswa, Fakultas Bahasa dan Seni sebanyak 13 orang mahasiswa, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam sebanyak 2 orang mahasiswa, Fakultas Ekonomi sebanyak 5 orang mahasiswa, Fakultas Hukum sebanyak 3 orang mahasiswa, Fakultas Teknik sebanyak 3 orang mahasiswa, Fakultas Ilmu keolahragaan 4 orang mahasiswa, Mahasiswa Pasca Sarjana sebanyak 14 orang mahasiswa, program darmasiswa sebanyak 8 orang mahasiswa dan program BIPA (Bahasa Indonesia untuk Penutur Asing) sebanyak 5 orang dan program PPL UPSI FT sebanyak 4 orang.

Menempuh kehidupan sebagai pelajar di negara sendiri dengan di luar negaranya pastilah berbeda. Dengan latar belakang budaya dan masyarakat yang berbeda, mahasiswa asing harus menyelaraskan antara kehidupannya sehari-hari dengan kehidupan akademisnya. Kegagalan dalam proses penyesuaian dengan lingkungan dan budaya yang baru selama berada pada kehidupan *host country*-nya menjadi faktor yang menjadi kegagalan mahasiswa asing dalam menjalani proses studinya.

Berbagai kendala baik fisik maupun psikis pasti akan dialami oleh setiap mahasiswa asing (perbedaan kedua negara) dilihat dari kondisi fisik antara negara asalnya dengan di Indonesia sudah sangat berbeda. Sebagian mahasiswa asing berasal dari negara-negara maju di berbagai bidang seperti teknologi dan perekonomiannya. Begitu juga dengan aktivitas-aktivitas sehari-hari orang di Eropa yang sudah terbiasa dengan kehidupan yang serba teratur dan tertib terhadap setiap aturan yang ada. Kondisi tersebut akan sulit mahasiswa asing temukan ketika berada di Indonesia yang masih menjadi negara berkembang.

Penelitian sebelumnya telah mengkonfirmasi pola adaptasi yang sama khusus untuk siswa asing dan pendatang yang tinggal sementara di luar negeri (Brien & David, 1971; church, 1982). Secara khusus, pelancong yang mengalami differensiasi paling banyak antara budayanya sendiri dan tuan rumah mereka lebih cenderung mengalami kesulitan beradaptasi dengan budaya tuan rumah. Diantara siswa yang tinggal di luar negeri, pemisahan rumah dan budaya tuan rumah ternyata terkait dengan kesulitan sosial (Furnham & Bochner, 1982). Hubungan yang tidak memuaskan dengan warga negara tuan rumah dan kemampuan bahasa yang buruk memprediksi kesulitan sosial dan mengurangi penyesuaian sosiokultural di kalangan siswa internasional (Ward & Kennedy, 1993).

Dengan demikian, faktor resiko untuk penyesuaian yang buruk di luar negeri termasuk hubungan yang tidak memuaskan dengan warga negara tuan rumah, identifikasi negara tuan rumah yang lemah di luar negeri dan kemampuan bahasa yang buruk, sementara faktor pelindung mencakup identifikasi dan kuantitas rumah tuan rumah yang kuat dengan rumah tangga (Ward & Kennedy,

1993; 1994; Ward & Rana-Deuba, 1990; 2000; Ward & Searle, 1991). Pertemuan antara budaya tuan rumah dengan budaya yang dibawa oleh *sojourner* memberikan efek yang cukup besar dirasakan oleh *sojourner*. istilah tersebut biasa dikenal dengan *culture shock*.

Oberg (1960) memperkenalkan istilah *culture shock*, melihatnya sebagai “penyakit pekerjaan” yang diderita oleh orang-orang yang diperkenalkan secara tiba-tiba ke budaya yang sangat berbeda dari mereka sendiri. *Culture shock* dipicu oleh kegelisahan yang dihasilkan dari kehilangan semua tanda-tanda dan simbol hubungan sosial. Tanda-tanda atau isyarat ini mencakup ribuan dan satu cara di mana kita mengarahkan diri kita sendiri ke situasi kehidupan sehari-hari.

Culture shock paling sering dipandang sebagai proses adaptasi normal terhadap stress budaya yang melibatkan gejala seperti kegelisahan, ketidakberdayaan dan mudah tersinggung. *Culture shock* terjadi pada tahap *crisis* sesuai 4 tahapan yang dilalui mahasiswa asing yaitu dimana seseorang merasa frustrasi, marah dan gelisah yang disebabkan ketidaknyamanan lingkungan barunya.

Untuk mengetahui fenomena terkait masalah penyesuaian oleh *sojourner* di budaya yang baru, penulis telah melakukan studi pendahuluan dengan metode angket pertanyaan tertutup kepada 10 mahasiswa asing yang sedang melaksanakan tugas belajar di UNNES. Responden terdiri dari 7 orang mahasiswa asal Turki, 2 orang mahasiswa asal Thailand dan 1 orang mahasiswa asal Madagaskar. Berikut data hasil dari studi pendahuluan

Tabel 1.1. Data Hasil Studi Pendahuluan

No. Item	Pernyataan Item	Hasil
1.	Merasa senang dengan budaya yang baru	10 (100%)
2.	Terbuka dengan budaya yang baru	9 (90%)
3.	Tidak nyaman dengan budaya yang baru	1 (10%)
4.	Merasa tidak diterima dengan budaya yang baru	5 (50%)
5.	Merasa cocok dengan budaya yang baru	7 (70%)
6.	Menganggap budaya yang baru sebagai budayanya	6 (60%)
7.	Menjadi bagian dari budaya yang baru	5 (50%)

Berdasarkan data hasil dari studi pendahuluan yang telah dilakukan pada 10 orang responden mahasiswa asing yang ada di UNNES, disebutkan terdapat 10 (100%) orang mahasiswa asing merasa senang dengan budaya yang baru, kemudian sebanyak 9 (90%) orang mahasiswa asing yang terbuka dengan budaya baru sedangkan hanya 1 (10%) orang mahasiswa asing yang tidak terbuka dengan budaya yang baru. Sebanyak 9 (90%) orang mahasiswa asing merasa nyaman dengan budaya baru sedangkan hanya 1 (10%) orang mahasiswa asing yang merasa tidak nyaman dengan budaya baru. Kemudian terdapat sebanyak 10 (100%) orang mahasiswa asing merasa mulai diterima di budaya barunya. Data yang sudah disebutkan diatas adalah pernyataan yang diambil dari aspek *psychological adjustment* yaitu *honeymoon*. Dimana seseorang merasakan kesenangan terhadap budaya yang baru. Berdasarkan data diatas terlihat bahwa sebagian besar mahasiswa asing menunjukkan perasaan senang terhadap budaya yang baru. Walaupun mereka senang dengan budaya yang baru, namun sebagian dari mereka merasa tidak cocok dengan budaya yang baru. Dapat dilihat dari

persentase pada pernyataan merasa cocok dengan budaya baru sebanyak 3 (30%) orang mahasiswa asing. Kemudian, walaupun mahasiswa asing senang dengan budaya yang baru, terdapat sebanyak 4 (40%) orang mahasiswa asing tidak menganggap budaya yang baru sebagai budayanya. Kemudian terdapat sebanyak 5 (50%) orang mahasiswa asing yang merasa menjadi bagian dari budaya baru dan 5 (50%) orang mahasiswa asing yang tidak merasa menjadi bagian dari budaya yang baru. Berdasarkan data yang sudah disebutkan diatas terdapat mahasiswa asing yang merasa sulit untuk dapat menyesuaikan karena merasa tidak cocok dengan budaya yang baru.

Perbedaan budaya yang sangat terasa dialami oleh para mahasiswa asing menuntutnya untuk mampu menyesuaikan diri dengan budaya dan hal-hal baru yang terdapat di negara yang menjadi tempat tujuannya menempuh studi. Hubungan yang tidak memuaskan dengan warga negara tuan rumah dikaitkan dengan penyesuaian sosiokultural yang berkurang bagi siswa asing (Ward & Kennedy, 1993). Budaya yang terdapat dalam suatu negara tidak hanya berupa fisik seperti makanan, cuaca dan udara tetapi juga berupa psikis seperti lingkungan sosial dan hubungan dengan masyarakat. Hal tersebut diperkuat dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada salah satu mahasiswa asing yang berasal dari Jepang mengenai apa saja kendala yang dihadapinya sejak ia tinggal di Indonesia:

“Pernah saya merasa sangat ingin pulang ke Jepang karena makanan disini. Kalau di Jepang makanan goreng-goreng itu sedikit, kalau disini banyak makanan goreng-gorengan, perut saya sakit kalau makan goreng-gorengan.”

(wawancara personal, subjek HO, perempuan 24 tahun, 19 mei 2016).

Makanan menjadi suatu kebutuhan manusia. Aktivitas manusia yang beragam menuntutnya untuk selalu memenuhi asupan gizi agar aktivitas berjalan lancar. Berdasarkan hasil wawancara pada subjek, diketahui bahwa subjek merasakan perbedaan yang cukup signifikan pada makanan yang ia konsumsi sehari-harinya. Hal tersebut berdampak pada terhambatnya aktivitas sehari-hari subjek. Subjek yang berasal dari Jepang jarang atau bahkan tidak pernah mengonsumsi makanan dengan cara digoreng. Sebaliknya, di Indonesia justru hampir seluruh makanannya dimasak dengan cara digoreng. Hal ini lah yang membuat subjek sangat ingin kembali ke negaranya.

Cuaca juga menjadi salah satu faktor aspek fisik yang mempengaruhi kehidupan *sojourner* di Indonesia. Indonesia adalah negara tropis yang hanya memiliki 2 musim dalam satu tahun yang apabila sedang musim kemarau maka cuaca akan terasa cukup panas begitu juga sebaliknya apabila sedang dalam musim hujan maka cuaca juga akan terasa dingin. Pernyataan ini didukung oleh pernyataan dari subjek yang sama yang berasal dari Jepang. Berikut kutipan wawancaranya :

“aktivitas sehari-hari disini beda dengan Jepang, di jepang saya hanya mandi sekali sehari pada malam hari saat selesai beraktivitas. Tapi disini saya harus mandi dua kali karena selain disini cuacanya panas, teman saya menyuruh saya untuk selalu mandi pada pagi hari sebelum berangkat kuliah, saya bingung, katanya itu memang sudah budaya disini, karena kalau tidak mandi dianggap tidak sopan”.

(Wawancara personal, subjek HO, perempuan 24 tahun, 19 mei 2016).

Meskipun Jepang masih berada dalam satu benua dengan Indonesia yaitu benua Asia tetapi perbedaan cuaca cukup terasa bagi subjek. Selain itu juga perbedaan budaya dalam menjalankan aktivitas sehari-hari juga dirasakan oleh subjek. Setiap individu merespon perubahan baru dengan berdasarkan pengalaman mereka. Mereka menerima apa yang menguntungkan dan menolak apa yang merugikan. Sebagian menerima budaya pribumi daripada sebagian yang lainnya.

Dilihat dari latar belakang perkembangannya, pada mulanya penyesuaian diri diartikan sama dengan adaptasi (*adaptation*). Padahal adaptasi ini pada umumnya lebih mengarah pada penyesuaian diri dalam arti fisik, fisiologis atau biologis. Oleh sebab itu, jika penyesuaian diri hanya diartikan sama dengan usaha mempertahankan diri maka hanya selaras dengan keadaan fisik saja, bukan penyesuaian dalam arti psikologis. Akibatnya, adanya kompleksitas kepribadian individu dengan lingkungan menjadi terabaikan. Padahal, dalam penyesuaian diri sesungguhnya tidak sekadar penyesuaian fisik, melainkan yang kompleks dan lebih penting lagi adalah adanya keunikan dan keberadaan kepribadian individu dalam hubungannya dengan lingkungan. (Moh. Ali dan Moh. Asrori, 2016:173).

Menurut Ward (2006) *psychological adjustment* adalah respon afektif yang dikaitkan dengan proses adaptasi dan juga suatu hal yang memotivasi individu untuk lebih menyesuaikan diri (*adjustment*) dalam *host culture* guna mencapai kesejahteraan (*well being*). *Psychological adjustment* sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu perubahan kehidupan, kepribadian dan variabel dukungan sosial lainnya. Mahasiswaasing yang menjalani studi ke luar negeri (*study aboard*) bisa diartikan sebagai *sojourn*. *Sojourner* didefinisikan sebagai orang

baru yang tinggal di tempat baru untuk sementara waktu (Ward, 2001). Perbedaan budaya negara asal *sojourner* dengan budaya di negara yang menjadi tujuan dari *sojourner* untuk melaksanakan studi menimbulkan gesekan yang mengakibatkan *sojourner* mengalami *culture shock*. *Sojourner* yang mengalami *culture shock* dalam proses studi ke luar negeri (*study aboard*) harus bisa menyesuaikan diri secara psikologis (*psychological adjustment*) guna menghadapi kendala yang terjadi dalam proses akulturasi terhadap budaya baru di lingkungan baru (Oberg, 1998).

Proses dalam menjalani *psychological adjustment* dinilai sangat penting terutama bagi *sojourner* yang berada didalam kurun masa 3 bulan sampai 1 tahun pertama. *Sojourner* yang berhasil dalam proses *psychological adjustment* akan mencapai kesejahteraan (*well being*). Ketika kesejahteraan tercapai maka *sojourner* akan cenderung merasa puas dengan kehidupan *host country* (ward, 2006) dan sebaliknya apabila kesejahteraan tidak tercapai *sojourner* cenderung akan menarik diri dari lingkungan sekitarnya dan menutup diri dari budaya luar (Bochner, 2006).

Berbagai kendala yang dihadapi *sojourner* pada umumnya menurut Ward (2006) adalah faktor individual seperti dukungan sosial, *locus of control*, kepercayaan diri serta *sense of coherence*. Faktor-faktor tersebut akan mempengaruhi respon stress dan kemampuan diri *sojourner* dalam penyesuaian pada tugas yang diberikan. Jika *sojourner* berhasil dalam *psychological adjustment*, maka seperti yang disampaikan Ward (2006) mereka akan lebih

,mudah untuk mencapai kesejahteraan daripada *sojourner* yang tidak berhasil menyesuaikan diri.

Dengan masih membawa budaya asli dari negara asalnya, *sojourner* harus bisa menyesuaikan dengan budaya di negara baru tanpa menghilangkan budaya aslinya atau biasa dikenal dengan istilah akulturasi. Akulturasi dapat didefinisikan sebagai proses sosial yang timbul bila suatu kelompok manusia dengan suatu kebudayaan tertentu dihadapkan dengan unsur-unsur dari suatu kebudayaan asing dengan sedemikian rupa, sehingga unsur-unsur kebudayaan asing tersebut lambat laun diterima dan diolah ke dalam kebudayaan sendiri tanpa menyebabkan hilangnya kepribadian kebudayaan itu sendiri.

Selain akulturasi dalam proses penyesuaian *sojourner* selama berada di *host country*, terdapat juga inkulturasi yang tidak bisa dilepaskan dari *sojourner* atau imigran yang tinggal di budaya baru. Arrupe (1975) mendefinisikan inkulturasi sebagai hasil dari kehidupan beragama dalam konteks budaya lokal tertentu, sehingga pengalaman tidak hanya menemukan ekspresi melalui unsur-unsur yang sesuai dengan budaya yang bersangkutan (bukan hanya adaptasi yang dangkal), tetapi menjadi sebuah prinsip yang menjiwai, mengarahkan, dan menyatukan budaya, mentransformasikan dan memperbaikinya untuk menghasilkan sesuatu yang baru. Konsep dasar budaya di sini yaitu konteks simbol di mana peristiwa sosial, perilaku dan lembaga. Simbol-simbol agama merumuskan kesesuaian dasar antara gaya hidup tertentu.

Akulturasi terjadi bila kelompok-kelompok individu yang memiliki kebudayaan yang berbeda saling berhubungan secara langsung dengan intensif,

dengan timbulnya perubahan-perubahan besar pada pola kebudayaan dari salah satu atau kedua kebudayaan yang bersangkutan. Diantara variabel-variabelnya yang banyak itu termasuk tingkat perbedaan kebudayaan, keadaan, intensitas, frekuensi, dan semangat persaudaraan dalam hubungannya, siapa yang dominan dan siapa yang tunduk, dan apakah datangnya pengaruh itu timbal balik atau tidak.

Kemiripan antara budaya asli (imigran) dan budaya pribumi mungkin merupakan faktor terpenting yang menunjang potensi akulturasi. Seorang imigran dari Kanada ke Amerika Serikat, misalnya, akan mempunyai potensi akulturasi yang lebih besar daripada seorang imigran Vietnam dari Asia Tenggara. Bahkan dua imigran dari budaya yang sama mungkin mempunyai latar belakang subkultur yang berbeda. Seorang imigran dari kota metropolitan akan mempunyai potensi akulturasi yang lebih besar daripada seorang petani dari suatu desa.

Diantara faktor-faktor atau karakteristik-karakteristik demografik, usia pada saat berimigrasi dan latar belakang pendidikan terbukti berhubungan dengan potensi akulturasi. Imigran yang lebih tua umumnya mengalami lebih banyak kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan budaya yang baru dan mereka lebih lambat dalam memperoleh pola-pola budaya baru (kim, 1976). Latar belakang pendidikan imigran sebelum berimigrasi mempermudah akulturasi (kim, 1976, 1980). Pendidikan, terlepas dari konteks budayanya, ternyata memperbesar kapasitas seseorang untuk menghadapi pengalaman baru dan mengatasi tantangan hidup.

Penelitian-penelitian yang memperhatikan masalah akulturasi dimulai kira-kira sekitar tahun 1910, dan bertambah banyak sekitar tahun 1920. Penelitian-penelitian itu sebagian besar bersifat deskriptif, yaitu melukiskan satu peristiwa akulturasi yang konkret pada satu atau beberapa suku bangsa tertentu yang sedang mendapat pengaruh unsur-unsur kebudayaan Eropa Amerika.

Penelitian akulturasi terutama berlaku untuk individu yang membangun tempat tinggal permanen di lingkungan asing, dan konsep tersebut mungkin tidak sepenuhnya berlaku bagi individu yang tinggal sementara di lingkungan asing. Akulturasi penuh mungkin tidak terjadi karena harapan waktu tinggal yang terbatas di lingkungan dan keterbatasan fungsional untuk mengintegrasikan sepenuhnya ke dalam budaya.

Menurut Argyle (1982) permasalahan lintas budaya muncul karena *sojourners* mengalami kesusahan dalam menyesuaikan diri (*adjustment*) di kehidupan sehari-hari. Kemudian Bochner (2001) mengemukakan bahwa murid yang menjalani studi ke luar negeri (*study aboard*) akan mengalami dampak *culture shock* selama proses pencapaian tujuan dari akhir pendidikan mereka. Mahasiswa yang mengalami *culture shock* dalam proses studi ke luar negeri (*study aboard*) harus bisa menyesuaikan diri secara psikologis (*psychological adjustment*) guna menghadapi kendala yang terjadi dalam proses akulturasi terhadap budaya baru di lingkungan baru (Oberg,1998).

Ada berbagai strategi yang dapat ditempuh *sojourner* agar dapat menyesuaikan dengan lingkungan barunya. *Sojourner* dapat mempelajari sumber-sumber tertulis mengenai negara yang akan menjadi tujuan studinya. Apabila

sumber tertulis tidak ada, *sojourner* dapat melakukan wawancara kepada mantan *sojourner* dengan negara yang sama yang sudah kembali ke negaranya.

Penyesuaian selalu menjadi permasalahan bagi *sojourner* sehingga dibutuhkan strategi-strategi agar *sojourner* bisa tepat dalam melakukan penyesuaian dengan budaya di negara lain. Berry (1997; 2003) dan (Searle & Ward, 1990; Ward & Rana-Deuba, 1999) menunjukkan bahwa individu dengan sikap integrasi yaitu berusaha untuk mempertahankan budaya asli dan untuk meningkatkan hubungan antar kelompok atau asimilasi yaitu menghargai hubungan positif dan lebih menekankan pada hubungan dengan budaya *host culture* tapi tidak peduli untuk mempertahankan budaya mereka sendiri paling tidak mengalami kesulitan penyesuaian sosiokultural dan penyesuaian psikologis selama tinggal sementara di luar negeri. Sedangkan, Mereka yang memisahkan diri dari lingkungan luar negeri atau yang tidak berhubungan dengan rumah (*home*) atau negara tuan rumah (*host country*) atau disebut dengan marginalisasi berisiko paling tinggi mengalami stres akulturatif (Berry, 1998; Berry & Sam, 1997) sehingga mengalami kesulitan dengan proses akulturasi ditandai dengan pengurangan kesehatan fisik dan mental.

Penelitian Furnham dan Bochner (1986) menyimpulkan bahwa para pelajar asing tidak memiliki satupun sahabat karib dari tuan rumah, bahkan selama bertahun-tahun bermukim di tempat itu, sehingga secara sosial sangat terisolasi dari masyarakat tuan rumah. Temuan yang lain menunjukkan perceraian lebih banyak terjadi pada perkawinan antar budaya daripada perkawinan dari budaya yang sama. Penelitian pada perilaku menolong menunjukkan bahwa orang lain

yang sebangsa lebih banyak mendapatkan pertolongan daripada orang asing. Dapat disimpulkan bahwa hubungan lintas budaya lebih sulit dikelola daripada hubungan dalam budaya yang sama.

Sulitnya untuk dapat menjalani kehidupan sebagai *sojourner* di budaya lain mengharuskan *sojourner* mempunyai strateginya masing-masing. Strategi-strategi ini telah ditemukan terkait dengan fitur lain dari proses akulturasi seperti pendidikan, status sosial ekonomi, pola pertemanan, dan penggunaan bahasa (Berry, 1988: 330).

Berry (1988) menyebutkan 4 strategi yaitu integrasi, separasi, asimilasi, marginalisasi. Individu yang menghargai pemeliharaan budaya dan hubungan antar kelompok terlihat mendukung strategi integrasi. Mereka yang mendukung pemeliharaan budaya tapi tidak menghargai hubungan antar kelompok mengadopsi posisi separatis. Sebaliknya, mereka yang menghargai hubungan antar kelompok namun relatif tidak peduli dengan pemeliharaan budaya menjalani strategi asimilasi. Sedangkan, individu yang menghargai baik pemeliharaan budaya maupun hubungan antar kelompok dianggap terpinggirkan atau menjalani strategi marginalisasi. Strategi yang tepat bisa mengantarkan *sojourner* kepada kesejahteraan psikologis yang menjadi tujuan dari proses *psychological adjustment*.

Perbedaan antara budaya asli *sojourner* dengan budaya di *host country* menjadi kesulitan tersendiri untuk *sojourner* selama menjalani kehidupan di *host country* sehingga penelitian ini perlu dilakukan untuk mencari tahu strategi apa yang *sojourner* lakukan untuk bisa mencapai *psychological adjustment*. Selain itu

masih sedikit yang meneliti tentang *sojourner* yang ada di Indonesia, khususnya di Universitas Negeri Semarang. Strategi yang tepat dapat menentukan kesuksesan studinya mengingat tidak mudah untuk bagi *sojourner* untuk membagi pikiran antara urusan akademiknya dengan kehidupannya sehari-hari dengan budaya yang berbeda.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *psychological adjustment* pada *sojourner* ?
2. Bagaimana gambaran *acculturation strategies* pada *sojourner* ?
3. Adakah perbedaan *psychological adjustment* yang ditinjau dari *acculturation strategies* ?

1.2 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui gambaran *psychological adjustment* pada *sojourner* ?
2. Mengetahui gambaran *acculturation strategies* pada *sojourner* ?
3. Mengetahui perbedaan *psychological adjustment* yang ditinjau dari *acculturation strategies* pada *sojourner* ?

1.3 Manfaat penelitian

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik yang bersifat teoritis maupun bersifat praktis sebagai berikut:

1.3.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan bagi perkembangan teori-teori dalam psikologi terutama dalam psikologi sosia dan psikologi lintas budaya. Selain itu juga dapat digunakan sebagai literatur atau referensi dalam melakukan penelitian yang relevan di masa yang akan datang.

1.3.2 Manfaat Praktis

1. Bagi pihak Universitas Negeri Semarang

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan sebagai membuat kebijakan atau program dan kegiatan-kegiatan yang dapat membantu para *sojourner* yang ada di Universitas Negeri Semarang untuk mendapatkan kesejahteraan dan kenyamanan selama masa studinya.

2. Bagi *sojourner* yang sedang melaksanakan studinya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu para *sojourner* yang akan dan sedang melakukan studi di Universitas Negeri Semarang untuk bisa mendapatkan kenyamanan dan kesejahteraan selama melaksanakan studinya. Sehingga mendapatkan hasil studi yang maksimal.

BAB 2

LANDASAN TEORI

2.1 *Psychological Adjustment*

2.1.1 Pengertian *Psychological Adjustment*

Weiten dan Lloyd (2006) menyebutkan bahwa *psychological adjustment* merupakan proses psikologis yang dilakukan oleh individu dalam mengatur atau mengatasi kebutuhan dan tantangan dalam kehidupannya sehari-hari. Penyesuaian diri berhubungan dengan bagaimana individu mengatur atau mengatasi berbagai kebutuhan dan tekanan.

Ward (2001) mendefinisikan *psychological adjustment* sebagai respon afektif yang dikaitkan dengan proses adaptasi kita dan juga suatu hal yang memotivasi individu untuk lebih menyesuaikan diri (*adjustment*) dalam *host culture* guna untuk mencapai *well-being* atau kepuasan dalam transisi lintas budaya.

Lebih lanjut dalam teori Kingsley dan Dakhari (2006) menambahkan bahwa proses *psychological adjustment* terhadap proses adaptasi *cross cultural* dapat dipengaruhi oleh beberapa dimensi budaya, seperti cara berpakaian, cuaca, makanan, bahasa, masyarakat sekitar, sekolah, nilai-nilai kebudayaan. Nilai-nilai kebudayaan dalam hal ini adalah nilai-nilai yang disepakati dan tertanam dalam suatu lingkungan masyarakat, yang mengakar pada suatu kebiasaan, kepercayaan (*believe*), simbol-simbol, dengan karakteristik tertentu yang dapat dibedakan satu dan lainnya dan juga berperan sebagai acuan perilaku.

Tjahyadi (1997) dengan demikian *psychological adjustment* diartikan penulis sebagai respon afektif dalam menghadapi lingkungan dan budaya baru untuk mendapatkan kepuasan hidup. *Psychological adjustment* yang dialami paling berat adalah pada masa 3 bulan sampai 1 tahun pertama.

Oberg (1960) *psychological adjustment* umumnya dikreditkan dengan memperkenalkan istilah *culture shock*, melihatnya sebagai “penyakit pekerjaan” yang diderita oleh orang-orang yang diperkenalkan secara tiba-tiba ke budaya yang sangat berbeda dari mereka sendiri. Konstrak *psychological adjustment* muncul dari teori “*culture shock*” (Oberg, 1960) dimana individu mengalami kesulitan beradaptasi dengan budaya yang berbeda dari mereka sendiri. Seperti pada tekanan akulturatif, *culture shock* dimanifestasikan sebagai kecemasan, kesedihan, penolakan terhadap budaya *host culture* dan isolasi sosial.

Dari berbagai definisi menurut para ahli maka dapat disimpulkan bahwa *psychological adjustment* yaitu proses psikologis berupa respon afektif untuk mengatasi tantangan dan memenuhi kebutuhan dalam kehidupannya sehari-hari dalam kehidupan *host culture* agar dapat mencapai kesejahteraan.

2.1.2 Tahap-tahap *Psychological Adjustment*

Sojourner yang memasuki lingkungan budaya baru akan mengalami 4 tahapan emosional yang berbentuk kurva U (Oberg, 1960: 540).

1. *Honeymoon*

yaitu masa dimana adanya perasaan euphoria, antusias dengan budaya baru. Tahap ini ditandai dengan daya tarik, kegembiraan dan optimisme yang

berlangsung dari beberapa bulan sampai 6 bulan tergantung seberapa cepat koping dan komunikasi sehari-hari dengan budaya baru harus dimulai.

2. *Crisis*

yaitu masa dimana timbulnya perasaan frustrasi, gelisah dan marah. Ditandai oleh sikap bermusuhan dan emosional stereotip terhadap negara tuan rumah dan meningkatnya asosiasi dengan sesama pendatang.

3. *Recovery*

yaitu masa dimana masa krisis telah berlalu dan sedang mempelajari budaya baru. Ditandai dengan meningkatnya bahasa dan kemampuan untuk mengetahui tentang budaya baru, sikap superior terhadap orang-orang tuan rumah dan selera humor yang meningkat.

4. *Psychological adjustment*

yaitu masa dimana individu sudah berhasil menyesuaikan diri dan mulai menikmati lingkungan barunya. Dengan penyesuaian yang hampir sempurna, kecemasan sebagian besar hilang dan kebiasaan baru diterima dan dinikmati.

Dari tahapan-tahapan *psychological adjustment* diatas, dapat ditarik kesimpulan bahwa setiap individu/*sojourner* yang memasuki budaya baru dan tinggal budaya baru untuk pertama kalinya akan merasakan kesenangan. Kemudian beberapa bulan setelahnya, *sojourner* akan merasakan kegelisahan yang ditandai dengan permusuhan dengan warga negara tuan rumah. Kegelisahan berangsur berkurang ditandai dengan mulai meningkatnya selera humor dan kemampuan mempelajari budaya baru hingga akhirnya *sojourner* mencapai *psychological adjustment*.

2.1.3 Aspek- aspek *Psychological Adjustment*

Aspek-aspek *psychological adjustment* menurut Ward (2006) adalah :

1) Perubahan Kehidupan

Perubahan kehidupan pada individu yang pindah ke lingkungan baru dapat mempengaruhi *psychological adjustment*-nya. Perspektif dan cara mengatasi stress pada proses akulturasi mengkonseptualisasikan transisi lintas budaya yang melibatkan serangkaian perubahan kehidupan yang menjadi pemicu sumber stress.

2) Faktor Kepribadian

Karakteristik dari individu yang membedakan setiap individu dalam *psychological adjustment*. Literatur lintas budaya berisi banyak bukti anekdotal yang berteori tentang kualitas pengalaman kepribadian dan akulturasi adaptif. Ciri-ciri kepribadian yang mempengaruhi kesejahteraan *sojourner* yaitu *locus of control* dan ekstreversion. *Locus of control* dikaitkan dengan gangguan psikologis dan emosional. *Locus of control* eksternal adalah prediktor yang lebih kuat dari gejala kejiwaan pada *sojourner* daripada variabel demografi, sosial dan ekonomi. tingkat kepuasan hidup yang lebih rendah terkait dengan *locus of control* eksternal.

Otoritarianisme, kekakuan dan etnosentrisme dianggap menghambat *psychological adjustment* selama transisi lintas budaya sementara ekstreversion dan sensitivitas, perwujudan 'komunikator universal' dianggap memfasilitasi adaptasi.

3) Dukungan Sosial

Dalam menjalani proses *psychological adjustment* adanya dukungan sosial dari teman, guru ataupun orang tua baik yang di *host country* maupun negara asal. Dukungan sosial telah dilihat sebagai sumber utama dalam stres dan sebagai faktor yang signifikan dalam memprediksi baik *psychological adjustment* dan kesehatan fisik selama berada di *host country*. Memiliki teman di *host country* telah dikaitkan dengan penurunan masalah psikologis pada imigran dan kepuasan dengan tuan rumah. Hubungan dengan teman di *host country* adalah sumber dukungan yang paling menonjol dan kuat untuk para pendatang dan imigran. Kepuasan dengan hubungan sesama negara adalah prediktor *psychological adjustment*.

Dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek pada *psychological adjustment* adalah Perspektif dan cara mengatasi stress pada proses akulturasi yang mengkonseptualisasikan transisi lintas budaya yang melibatkan serangkaian perubahan kehidupan yang menjadi pemicu sumber stress yang melibatkan faktor kepribadian yang mempengaruhi kesejahteraan *sojourner* serta hubungan pada *host country* yang merupakan sumber dukungan yang paling menonjol dan kuat untuk para *sojourner*.

2.2 Sojourner

2.2.1 Pengertian Sojourner

Sojourn didefinisikan sebagai tempat tinggal sementara di tempat baru. *Sojourner* didefinisikan sebagai orang baru yang tinggal di tempat baru untuk sementara waktu (Ward, 2001: 142). Hal tersebut terjadi secara sukarela untuk

periode waktu yang tidak ditentukan, walaupun relatif singkat. Meskipun tidak ada kriteria tetap untuk menentukan masa tinggalnya, biasanya sekitar 6 bulan sampai 5 tahun tergantung dari kepentingannya.

2.3 Inkulturasi

2.3.1 Pengertian Inkulturasi

Starkloff (1994) Inkulturasi yaitu penciptaan persatuan baru dan komunikasi dalam budaya yang bersangkutan.

Arrupe (1975) mendefinisikan inkulturasi sebagai hasil dari kehidupan beragama dalam konteks budaya lokal tertentu, sehingga pengalaman tidak hanya menemukan ekspresi melalui unsur-unsur yang sesuai dengan budaya yang bersangkutan (ini bukan hanya adaptasi yang dangkal), tetapi menjadi sebuah prinsip yang menjiwai, mengarahkan, dan menyatukan budaya, mentransformasikan dan memperbaikinya untuk menghasilkan sesuatu yang baru.

2.4 Akulturasi

2.4.1 Pengertian Akulturasi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008: 33), Akulturasi diartikan sebagai pencampuran dua kebudayaan atau lebih yang saling bertemu dan saling mempengaruhi. Ada berbagai teori akulturasi dari beberapa ahli.

Koentjaraningrat (2009: 202) menyebut bahwa akulturasi terjadi bila kelompok-kelompok individu yang memiliki kebudayaan yang berbeda saling berhubungan secara langsung dengan intensif, dengan timbulnya kemudian perubahan-perubahan besar pada pola kebudayaan dari salah satu atau kedua kebudayaan yang bersangkutan.

Menurut Berry akulturasi adalah proses dari perubahan budaya dan psikologis yang terjadi sebagai akibat dari hubungan antara dua atau lebih kelompok budaya dan anggotanya. Dalam tahap individual, hal ini melibatkan perubahan dalam perilaku seseorang.

Redfield, Linton, dan Hersoviks (1936: 7) mempresentasikan akulturasi sebagai memahami fenomena yang terjadi ketika kelompok individu yang memiliki budaya berbeda masuk ke dalam kontak langsung pertama dengan perubahan selanjutnya dalam budaya asli pola dari kedua atau kedua kelompok.

Dari beberapa definisi diatas maka dapat disimpulkan bahwa akulturasi yaitu terjadinya perubahan yang diakibatkan oleh bertemunya dua kebudayaan yang berhubungan secara intensif pada suatu individu atau kelompok.

2.4.2 Tahap-tahap Akulturasi

Para ahli antropologi menggunakan istilah-istilah berikut untuk menguraikan apa yang terjadi dalam akulturasi

1. Subtitusi

Dimana unsur atau kompleks unsur-unsur kebudayaan yang ada sebelumnya diganti oleh yang memenuhi fungsinya, yang melibatkan perubahan struktural yang hanya kecil sekali. Dalam akulturasi, pergantian unsur atau kompleks yang ada oleh yang lain yang mengambil alih fungsinya, dengan perubahan struktural yang minimal.

2. Sinkretisme

Di mana unsur-unsur lama bercampur dengan yang baru dan membentuk sebuah sistem baru, kemungkinan besar dengan perubahan kebudayaan yang

berarti. Dalam akulturasi, percampuran unsur-unsur lama untuk membentuk sistem baru.

3. Adisi

Di mana unsur atau kompleks unsur-unsur baru ditambahkan pada yang lama. Di sini dapat terjadi atau tidak terjadi perubahan struktural. Dalam akulturasi, tambahan unsur atau kompleks-kompleks baru

4. Dekulturasi

Di mana bagian substansial sebuah kebudayaan mungkin hilang. Dalam akulturasi, hilangnya bagian penting sebuah kebudayaan.

5. Orijinasi

Unsur-unsur baru untuk memenuhi kebutuhan-kebutuhan baru yang timbul karena perubahan situasi. Dalam akulturasi, tumbuhnya unsur-unsur baru untuk memenuhi kebutuhan situasi yang berubah

6. Penolakan

Di mana perubahan mungkin terjadi begitu cepat. Sehingga sejumlah besar orang tidak dapat menerimanya. Ini menimbulkan penolakan sama sekali, pemberontakan atau gerakan kebangkitan. Dalam akulturasi, perubahan-perubahan dapat begitu cepat, sehingga sejumlah besar orang tidak dapat menerimanya, yang menyebabkan penolakan total.

2.4.3 Faktor-faktor Akulturasi

Ada 3 faktor akulturasi menurut Berry yaitu:

1. Kesukarelaan

Beberapa kelompok telah melakukan proses akulturasi secara sukarela (misalnya imigran) sementara yang lain mengalami akulturasi tanpa harus mencarinya (misalnya pengungsi, masyarakat adat).

2. Mobilitas

Kelompok lain masuk kontak karena mereka telah bermigrasi ke lokasi baru (misalnya imigran dan pengungsi), sementara yang lain memiliki budaya baru yang diajukan kepada mereka (misalnya masyarakat adat dan "minoritas nasional").

3. Keabadian

Di antara mereka yang telah bermigrasi, beberapa di antaranya secara permanen menetap dalam prosesnya (misalnya imigran), sedangkan untuk orang lain situasinya bersifat sementara (mis., pendatang seperti pelajar internasional dan pekerja tamu, atau pencari suaka yang pada akhirnya dapat dideportasi).

2.5 *Acculturation strategies*

2.5.1 *Pengertian Acculturation Strategies*

Acculturation strategies yaitu strategi yang berhubungan dengan dua isu utama yang biasanya dilakukan oleh kelompok dan individu dalam pertemuan sehari-hari mereka satu sama lain (Berry, 1997: 9). Isu-isu ini adalah pemeliharaan budaya yang sejauh mana identitas budaya dan karakteristik dianggap penting, dan pemeliharaan mereka diupayakan. Kemudian adanya

kontak dan partisipasi mereka sampai sejauh mana mereka harus terlibat dalam kelompok budaya lain, atau tetap berada di antara mereka sendiri.

2.5.2 Jenis-jenis *Acculturation Strategies*

Berry dan Kim (1988) menguraikan 4 strategi akulturasi sebagai berikut:

1. Integrasi

Integrasi yaitu individu yang menghargai pelestarian budayanya dan hubungan antar kelompok. Bila ada ketertarikan untuk mempertahankan budaya asli seseorang, sementara dalam interaksi sehari-hari dengan kelompok lain.

2. Separasi

Separasi yaitu mereka yang mendukung pelestarian budaya tapi tidak menghargai hubungan antar kelompok. ketika individu menempatkan nilai pada mempertahankan budaya asli mereka, dan pada saat yang sama ingin menghindari interaksi dengan orang lain.

3. Asimilasi

Asimilasi adalah mereka yang menghargai hubungan antar kelompok tetapi mereka tidak peduli dengan budayanya sendiri. Dari sudut pandang kelompok non-dominan, ketika individu tidak ingin mempertahankan identitas budaya mereka dan mencari interaksi sehari-hari dengan budaya lain

4. Marginalisasi

Marginalisasi adalah mereka yang memisahkan diri dari budaya aslinya dan memilih untuk tidak berhubungan dengan budaya di luar negaranya. Apabila ada sedikit kemungkinan atau kepentingan dalam pemeliharaan budaya (sering karena

alasan kerugian budaya yang ditegakkan) dan sedikit minat untuk berhubungan dengan orang lain (seringkali karena alasan pengecualian atau diskriminasi).

2.6 Kerangka Berpikir

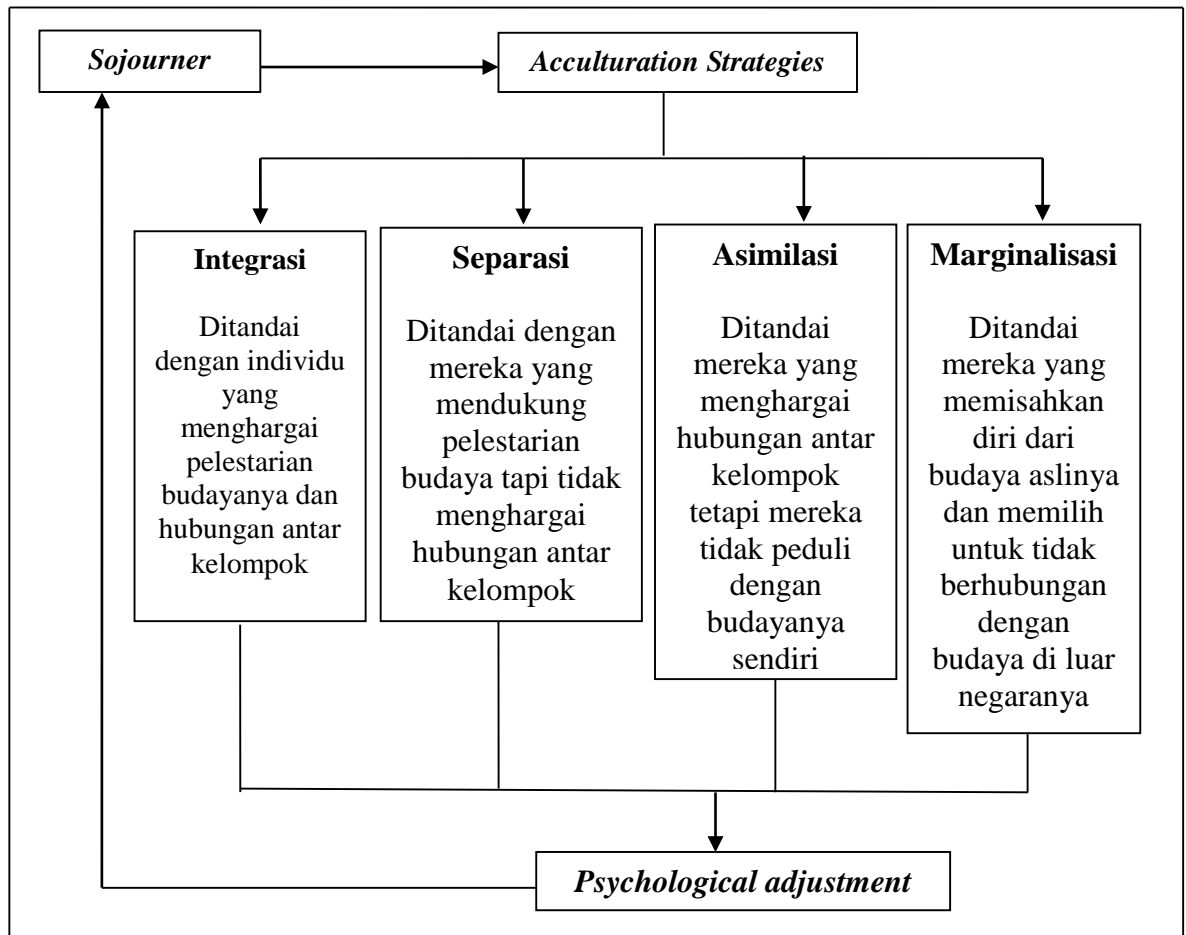
Psychological adjustment adalah masa dimana individu sudah berhasil menyesuaikan diri dan mulai menikmati lingkungan barunya. Oberg (1960) *psychological adjustment* umumnya dikreditkan dengan memperkenalkan istilah *culture shock*, melihatnya sebagai “penyakit pekerjaan” yang diderita oleh orang-orang yang diperkenalkan secara tiba-tiba ke budaya yang sangat berbeda dari mereka sendiri.

Ada 4 tahapan dimana individu/sojourner dapat mencapai *psychological adjustment*, yaitu *honeymoon*, *crisis*, *recovery*, dan *psychological adjustment* itu sendiri. Individu yang hidup dan tinggal relatif lama di negara lain pasti akan mengalami berbagai kesulitan dan hambatan karena perbedaan budaya yang sangat terasa.

Tanpa menghilangkan budaya aslinya, *sojourner* akan menjalani kehidupan dengan budaya yang bukan dari negara aslinya. Proses tersebut dinamakan akulturasi. Koentjaraningrat (2009: 202) menyebutkan bahwa akulturasi terjadi apabila kelompok-kelompok individu yang memiliki kebudayaan yang berbeda saling berhubungan secara langsung dengan intensif dengan timbulnya kemudian perubahan-perubahan besar pada pola kebudayaan dari salah satu atau kedua kebudayaan yang bersangkutan.

Hasil dari berbagai penelitian mengenai akulturasi dan *psychological adjustment*, dan dari hasil wawancara yang sudah dilakukan oleh peneliti

menunjukkan adanya permasalahan penyesuaian yang terjadi pada *sojourner* yang sedang melaksanakan studi di Universitas Negeri Semarang. Permasalahan penyesuaian yang dialami *sojourner* dikarenakan perbedaan kebudayaan asli *sojourner* dengan kebudayaan di negara yang ditinggali untuk sementara waktu. Adanya perbedaan antara budaya *host culture* dengan budaya asli *sojourner* menjadikan kehidupan di *host culture* menjadi sulit karena *sojourner* dituntut untuk dapat hidup di dalam budaya yang bukan dari asalnya. Ditambah lagi *sojourner* harus menyeimbangkan antara kehidupannya sehari-hari dengan urusan akademik sebagaimana tujuan *sojourner* itu sendiri. Hal-hal tersebut lah yang kemudian mendorong *sojourner* harus memilih strategi yang tepat agar kehidupannya di *host country* dapat berhasil.



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir *Psychological Adjustment* ditinjau dari *Acculturation Strategies* pada *Sojourner*

2.7 Hipotesis

Berdasarkan landasan teori, maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “ada perbedaan *psychological adjustment* ditinjau dari *acculturation strategies* pada *sojourner* yang sedang melaksanakan tugas belajar di Unnes”.

BAB 5

PENUTUP

5.1 Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka simpulan yang dapat diambil antara lain:

1. Gambaran *psychological adjustment* pada *sojourner* yang sedang melaksanakan tugas belajar di Universitas Negeri Semarang berada pada kategori sedang. Aspek perubahan kehidupan berada pada kategori sedang. Aspek faktor kepribadian berada kategori rendah. Aspek dukungan sosial berada kategori sedang.
2. Gambaran *acculturation strategies* pada *sojourner* yang sedang melaksanakan tugas belajar di Universitas Negeri Semarang berada pada kategori sedang. Strategi integrasi berada pada kategori sedang. Strategi asimilasi berada pada kategori sedang. Strategi separasi berada pada kategori sedang. Strategi marginalisasi berada pada kategori sedang.
3. Ada perbedaan *psychological adjustment* yang ditinjau dari *acculturation strategies*. Pertama, ada perbedaan strategi integrasi dengan strategi asimilasi. Kedua, ada perbedaan strategi integrasi dengan strategi separasi. Ketiga, ada perbedaan strategi integrasi dengan strategi marginalisasi. Terakhir, peneliti menemukan bahwa secara umum terdapat perbedaan yang cukup signifikan pada strategi asimilasi dengan ketiga strategi lainnya.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil analisis data, pembahasan dan kesimpulan, maka peneliti mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Subjek

Pihak subjek (*sojourner*) atau mahasiswa asing yang berasal dari luar Indonesia. Pertama, peneliti ingin menyarankan kepada *sojourner* terkait *study abroad* agar terlebih dahulu mempelajari tentang budaya negara *host country* yang menjadi tujuan studinya. Tujuannya adalah *sojourner* dapat menyiapkan apa-apa saja yang diperlukan seperti bahasa, cuaca dan makanan untuk dapat menyesuaikan dengan budaya yang baru dan mencapai kesejahteraan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Terdapat beberapa hal saran bagi peneliti. Pertama, peneliti dapat mempertimbangkan jumlah subjek yang lebih banyak dalam pengambilan populasi keseluruhan *sojourner* atau mahasiswa yang ada di Semarang, karena ada beberapa universitas di Semarang yang juga membuka program untuk mahasiswa asing. Kedua, agar mempertimbangkan untuk melakukan penelitian pada variabel lain yang masih berhubungan dengan *psychological adjustment* dan *acculturation strategies*. Ketiga, gunakan metode penelitian yang lain agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adelia, C. I., & Rika, E. (2012). Peran dimensi kepribadian big five terhadap penyesuaian psikologis pada mahasiswa indonesia yang studi keluar negeri. *Psikologia-online* , Vol. 7, No. 2, hal. 74-80.
- Ali, M., & Asrori, M. (2016). *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* . Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2010). *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2004). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. (2011). *Reliabilitas dan Validitas* . Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Barry, D. T. (2001). Development of a New Scale for Measuring Acculturation: The East Asian Acculturation Measure (EAAM). *Journal of Immigrant Health*. Vol. 3, No. 4 , 193-197.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: an international review* , 46 (1), 5-46.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, Acculturation, and Adaptation. *Applied Psychology: An International Review* , 5-68.
- Carl F. Starkloff, S. (1994). Inculturaion And Cultural Systems. *Theological Studies* , 66-81.
- Choi, K.-s. (2012). A Study of Asian Inculturation: A Case Study of Aloysius Pieris' Basic Human Communities. *Madang* , 5-34.
- Church, A. (1982). Sojourner Adjustment. *Psychological Bulletin* , 540-572.
- Koentjaraningrat. (Edisi Revisi 2009). *Pengantar Ilmu Antropologi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Larry A. Samovar, R. E. (2010). *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Lian, Y., & Tsang, K.-k. (2010). The Impact of Acculturation Strategies and Social Support on the Cross-Cultural Adaptation of Mainland Chinese

- Students in Hong Kong. *Educational Research Journal*. Vol. 25. No.1 , 82-102.
- Samovar, L. A. (2010). *Komunikasi Lintas Budaya*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Schneiders, A. (1964). *Personal Adjustment and Mental Health*. New York: Rinehart & Winston. .
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Tri, D., & Salis, Y. (2012). *Psikologi Lintas Budaya*. Malang: UMM Press.
- Ward, C., & Deuba-Rana, A. (1999). Acculturation And Adaptation Revisited. *Journal of Cross-Cultural Psychology*. Vol. 30. No. 4 , 422-442.
- Ward, C., & Kennedy, A. (1994). Acculturation Strategies, Psychological Adjustment, And Sociocultural Competence During Cross-Cultural Transitions. *International Journal Intercultural* , 329-343.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The Psychologi of Culture Shock* . Philadelphia: Routledge.
- Yu, W., & Wang, S. (2011). An Investigation into the Acculturation Strategies. *Intercultural Communication Studies* , 190-210.