

EKSPLORASI ADAPTASI OKUPASIONAL YANG DILAKUKAN OLEH MAHASISWA OKUPASI TERAPI POLTEKKES SURAKARTA YANG BERASAL DARI DAERAH DENGAN KULTUR BUDAYA YANG BERBEDA

Tri Budi Santoso*¹, Linda Harumi²

^{1,2}Jurusan Terapi Okupasi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta, Indonesia

*Corresponding Author, e-mail: budi.ot@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Saat ini, banyak mahasiswa berkuliah diluar daerah nya atau merantau, tidak jarang mereka mengalami *culture shock*, hal tersebut terjadi akibat perbedaan kultur budaya. *Culture shock* adalah sebuah proses peralihan saat berada di lingkungan yang tidak familiar, perlu dilakukannya penyesuaian diri. Adanya teori *Occupational Adaptation* yang bisa mengetahui 3 sudut pandang tentang suatu proses adaptasi. **Tujuan:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui '*occupational adaptation*' terhadap mahasiswa okupasi terapi Poltekkes Surakarta yang berasal dari kultur budaya yang berbeda, sejauh mana kultur budaya mempengaruhi mahasiswa merantau. **Metode:** Penelitian kualitatif ini dilakukan dengan metode fenomenologi melibatkan delapan partisipan dengan teknik wawancara dan pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. **Hasil:** Dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada delapan orang informan, menyatakan bahwa informan memang sudah memiliki niat untuk merantau ke pulau Jawa untuk mencari suasana baru dan mencari ilmu lebih luas dan menggapai cita-cita. *Culture shock* yang dialami informan mahasiswa perantau ternyata tidak menimbulkan rasa putus asa dalam menjalankan akademiknya. **Kesimpulan:** *Culture shock* disebabkan beberapa faktor seperti perbedaan bahasa, agama, adat istiadat, pola dan cita rasa makanan, faktor geografis dan lain sebagainya. Budaya memengaruhi adaptasi okupasi mahasiswa OT.

Kata kunci: *Culture shock*, Mahasiswa, *Occupational Adaptation*

Abstract

Background: University students, especially those in demanding programs like occupational therapy, often face significant academic pressure, social obligations, and complicated personal responsibilities. This situation presents major obstacles to managing time effectively and achieving a healthy work-life balance. In this context, life balance refers not merely to an equal distribution of time between academic work and personal life, but rather to an individual's

subjective perception of fulfilling their needs across various life domains, including academics, social life, recreation, and personal well-being (Greenhaus et al., 2003; Marks & MacDermid, 1996). This study examines the time management patterns of occupational therapy students and how these patterns influence their perception of life balance. Objectives: This study is supposed to investigate time management and life balance among occupational therapy students. Methods: This qualitative study involved 6-8 participants who met the following criteria: (1) aged 18-24 years, (2) currently enrolled as active students (not on academic leave) at Poltekkes Surakarta, and (3) willing to participate as research respondents. Results: The majority of interviewed students reported difficulties in managing their time to achieve life balance, with challenges arising from both internal and external factors. Conclusion: Students need to develop effective time management skills and prioritize important activities to achieve a healthy and balanced lifestyle.

Keyword: Life balance, time use, students

PENDAHULUAN

Mahasiswa terapi okupasi Poltekkes Surakarta khususnya Program Studi Sarjana Terapan banyak yang berasal dari luar Jawa atau luar Jawa Tengah. Di era globalisasi, banyak mahasiswa yang belajar di universitas di luar kota. Oleh karena itu, mereka harus tinggal jauh dari rumah atau kampung halaman dalam jangka waktu tertentu untuk menyelesaikan studinya atau disebut mahasiswa rantau. Banyak dari mahasiswa yang merantau dari beda pulau akan mengalami *culture shock* (Shafiananta, et al., 2024).

Politeknik Kesehatan Kemenkes Surakarta adalah perguruan tinggi negeri dibawah naungan Kementerian Kesehatan RI. Poltekkes Surakarta memiliki tiga kampus yang salah satunya berada di Jl. Kapt. Adisumarmo Tohudan Colomadu, Karanganyar yang merupakan kampus ke-2 dari Poltekkes Surakarta. Terdapat beberapa jurusan di kampus 2 Poltekkes Surakarta salah satunya Program Studi Sarjana Terapan Terapi Okupasi.

Menurut Sensus Badan Pusat Statistik (2010) dikutip oleh Buaq dan Lorensus (2022) di Republik Indonesia terdapat 1.340 suku bangsa dan 300 etnis dengan jumlah pulau sebanyak 17.504 dan 1.340 suku. Setiap suku bangsa memiliki keragaman atau ciri khas masing-masing seperti Bahasa, tingkah laku, pola keyakinan, dll yang diturunkan dari generasi ke generasi selanjutnya. Proses dari penyesuaian diri terhadap lingkungan baru yang biasa disebut adaptasi.

Adaptasi okupasional (*Occupational adaptation*) adalah sebuah kerangka teori dan *practice model* yang pertama kali dikemukakan dan dipublikasi oleh Schkade & Schultz pada 1992. *Occupational adaptation* adalah respon seorang individu dalam menghadapi suatu tantangan pekerjaan. Setiap orang membutuhkan adaptasi ini untuk menjalani suatu aktivitas yang membutuhkan kemampuan lebih. Proses *occupational adaptation* memiliki 3 aspek utama yaitu *person*, *environment*, dan *interaction* (Johansson et al., 2017). Pada aspek *person* yang bisa diketahui seperti sensorimotor, kognitif, dan kondisi psikososial pada setiap individu. Selanjutnya ada faktor eksternal yaitu *environment* yang akan mempengaruhi proses

occupational adaptation, lingkungan yang dilihat seperti kondisi fisik lingkungan, kehidupan sosial, kondisi kultur budaya (gaya hidup, pekerjaan, *leisure*, kebiasaan,dll). Pada aspek terakhir yaitu *interaction of each other* yang artinya interaksi antara *person* dan *environment* yang akan saling berhubungan untuk menunjang *occupational challenge* yang dihadapi setiap individu (Johansson et al., 2017). Pada penelitian ini akan dilihat bagaimana setiap mahasiswa menghadapi perubahan kultur budaya dalam menunjang kehidupan atau *occupational challenge* dari segi 3 aspek pada teori *occupational adaptation*.

Sejauh pengetahuan yang diketahui peneliti, di Indonesia belum pernah dilakukan studi untuk mengkaji bagaimana mahasiswa yang berasal dari daerah dengan latar belakang budaya yang berbeda melakukan adaptasi okupasional dengan lingkungan barunya terutama ketika mereka kuliah di kampus mereka yang terletak di Karanganyar Jawa Tengah. Hal ini akan membuat mereka melakukan adaptasi okupasional karena mereka memiliki latar budaya, kebiasaan dengan daerah asalnya sehingga menimbulkan culture shock dan strategi yang dilakukan dengan adaptasi di lingkungan baru, kendati demikian dari banyaknya penelitian yang serupa sangat jarang ditemukan perspektif tentang mahasiswa yang mengalami culture shock dilihat dari segi *occupational adaptation* terkhusus pada mahasiswa Terapi Okupasi, sehingga menimbulkan ketertarikan penulis untuk melakukan penelitian tentang perspektif mahasiswa khususnya jurusan Terapi Okupasi yang berasal dari kultur budaya berbeda mengenai *occupational adaptation* saat menjadi mahasiswa rantau serta bagaimana cara mahasiswa beradaptasi dengan lingkungan baru nya.

METODE

Penelitian yang kami lakukan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pendekatan ini digunakan karena penelitian yang kami lakukan berfokus kepada perbedaan kultur budaya yang dialami oleh mahasiswa okpasi terapi yang berasal dari kultur budaya yang berbeda. Disini kami ingin mengetahui bagaimana eksplorasi mahasiswa okupasi terapi dalam menghadapi perbedaan kultur budaya yang ada di tanah jawa khususnya Surakarta dalam menempuh pendidikan.

Partisipan Penelitian

Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik sampling purposive sampel pada 8 orang mahasiswa okupasi terapi Semester 6 yang dengan kriteria berasal dari berbagai daerah di Indonesia seperti Sumata Barat, Riau, Lampung, Kalimantan, Jawa Barat, Jawa Timur, Sulawesi dan Lombok dengan kriteria mahasiswa yang datang (merantau) dan kuliah di Jurusan Okupasi Terapi Poltekkes Kemenkes Surakarta (Tabel 1)

Tabel 1. Karakteristik Responden

Partisipan	Usia	Jenis Kelamin	Semester	Asal Kota
1	21	Perempuan	6	Samarinda
2	21	Perempuan	6	Padang

3	21	Perempuan	6	Makassar
4	21	Perempuan	6	Bogor
5	21	Perempuan	6	Lombok
6	21	Perempuan	6	Lampung
7	21	Perempuan	6	Surabaya
8	21	Perempuan	6	Pare-pare, Sulawesi

Pengumpulan data dengan metode wawancara mendalam, dimana kami akan menyiapkan pertanyaan tersusun yang kemudian mengembangkan pertanyaan tersebut sesuai dengan topik penelitian ini. Kemudian peneliti melakukan proses tanya jawab secara langsung dengan tatap muka maupun tatap maya. Diharapkan dengan adanya wawancara mendalam responden dapat memberikan informasi yang lebih rinci terkait fenomena yang dialami.

Informasi ini dapat terdiri dari berbagai sumber data penjelasan yang diucapkan, perilaku (seperti gerakan), catatan pribadi tentang pengalaman dan percakapan, surat dan buku harian pribadi. Selama informasi tersebut asli, seharusnya tidak ada alasan mengapa informasi tersebut tidak dapat digunakan sebagai penjelasan yang diperdebatkan tentang tindakan orang. Karena informasi harus datang langsung dari responden, kita harus berhati-hati untuk menghindari pertanyaan utama, petunjuk yang berlebihan dan faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan distorsi.

Uji Kepercayaan Data

Setelah melakukan wawancara mendalam, perlu dilakukan pengecekan uji kepercayaan data, dimana pada penelitian ini menggunakan teknik *tringulasi* atau pengumpulan data dari beberapa sumber mendukung. Dalam proses melakukan wawancara kepada narasumber, kami memerlukan alat bantu berupa *gadget* dan laptop untuk merekam pada saat wawancara. Hal ini kami lakukan guna mengurangi resiko kehilangan data dan fokus saat wawancara tidak terganggu.

Analisis Data

Data yang telah dikumpulkan dilakukan transcribe dan data dianalisis dengan Menurut Braun dan Clarke (2006), analisis tematik adalah metode penelitian kualitatif yang fleksibel yang banyak digunakan untuk menemukan, menganalisis, dan melaporkan pola atau tema dalam data. Metode ini memungkinkan peneliti untuk memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang pengalaman, perspektif, atau realitas sosial yang tercermin dalam data. Menurut Braun dan Clarke (2006), proses analisis tematik yang efektif melibatkan enam langkah utama:

Pertama, peneliti harus membiasakan diri dengan data secara menyeluruh, yang melibatkan pembacaan berulang kali untuk mendapatkan pemahaman umum dan kedalaman informasi. Langkah pertama adalah membuat kode awal dari fitur data yang menarik atau relevan. Kode-kode ini kemudian diorganisasikan pada langkah ketiga untuk mencari tema-tema potensial, di mana pola dan hubungan antar kode mulai muncul. Setelah meninjau tema-tema untuk memastikan bahwa mereka sama dan tidak berbeda dari yang lain, langkah kelima

adalah mendefinisikan dan menamai tema-tema secara ringkas dan jelas, menangka Terakhir, langkah keenam adalah membuat laporan. Di sini, setiap tema disajikan dengan narasi yang didukung oleh kutipan data yang relevan untuk menjelaskan temuan (Braun & Clarke, 2006). Analisis tematik dapat diterapkan secara induktif (berdasarkan data) atau deduktif (berdasarkan teori yang ada) karena fleksibilitas metode ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil data analisis tematik dan open coding yang dilakukan, terdapat 3 tema yang dibuat berdasarkan teori Occupational Adaptation dan disesuaikan dengan hasil yang didapatkan yaitu: 1) person, 2) environment, dan 3) interaction. Dan dari 3 tema tersebut terbagi lagi beberapa sub-tema. Pada bagian ini peneliti akan menjelaskan lebih dalam tentang tema dan sub-tema yang didapatkan serta mencantumkan pernyataan dari responden sebagai pendukung. Berikut data mengenai tema dan sub-tema.

Tabel 2. Tema dan Sub-Tema

Tema	Sub-Tema
Person	1. Keinginan untuk merantau 2. Persiapan untuk merantau 3. Pertimbangan kuliah/merantau
Environment	1. Perbedaan lingkungan 2. Perbedaan budaya
Interaction	1. Kesulitan merantau & beradaptasi 2. Faktor yang memudahkan adaptasi 3. Cara beradaptasi

Person

Peran seseorang dalam kehidupan sehari-hari diawali dengan pola yang terbentuk dalam kehidupan sehari-hari pada tataran intrapersonal (kebiasaan), kemudian berkembang menjadi pola yang disesuaikan dengan struktur dan norma sosial, yang mampu menyesuaikan diri dengan kepentingan sosial individu. Interaksi (Rutin). Rutinitas itu sendiri merupakan cara hidup yang dimiliki dan dialami setiap orang, penyesuaian terhadap struktur sosial dan norma-norma yang berlaku.

a. Keinginan Untuk Merantau

Merantau bukan hanya sekedar “trend” yang dilakukan anak jaman sekarang, kebanyakan dari mereka memang menginginkan untuk keluar dari kota asal nya untuk menempuh pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi dengan harapan-harapan besar akan masa depannya, dan adanya kesadaran diri untuk menambah wawasan lebih banyak.

“Aku niat nya cari jurusan yang langka dan aku temuin jurusan OT ini, Dan memang ada niat pribadi juga karena sebelumnya kakak- kakak aku belum ada yang merantau keluar

NTB, jadi sebagai anak bungsu aku mau merantau atau cari suasana baru” (DVSN, Lombok).

Responden DVSN mengatakan bahwa sudah memiliki keinginan sendiri untuk merantau selain itu juga ia mengatakan bahwa sudah menjadi tujuan awal untuk memilih kuliah jurusan terapi okupasi, hal ini sama seperti yang disampaikan oleh responden RNA yang berasal dari Pare-Pare, Sulawesi.

b. Persiapan Untuk Merantau

Untuk merantau tentu saja banyak hal yang dipersiapkan untuk memudahkan individu untuk hidup di lingkungan baru, baik dari segi barang, finansial, dan mental seseorang yang akan merantau. Segala persiapan tentu dilakukan dengan sangat matang berharap mampu bertahan ketika tiba di kota tujuan

“....yang paling utama fisik dan mental ya, karena kalau kalau fisik mungkin saya harus tahu dulu nih di Jawa itu di tempat saya nanti merantau seperti apa mungkin karena kondisi lingkungannya yang berbeda berarti saya harus jaga kesehatan.kalau misalnya saya udah siap mental saya udah percaya diri dari awal ya udah bisa terus mungkin selain fisik, mental, dan percaya diri” (RNA, Pare-Pare).

“....mental ya yang harus dipersiapkan karena kan jauh dari orang tua dan keluarga, jauh dari rumah, lingkungan yang baru, harus nyiapin diri untuk berani. Yang kedua fisik, harus benar- benar siap karena kan kalo sakit repot ya jauh dari orang tua. Terus harus lebih mandiri karena kan kalo dirumah sudah disiapin semua sedangkan di kos kan benar benar harus dilakukan semuanya sendiri. Selain itu harus belajar mengatur waktu seperti waktu tidur, belajar, main, dll” (DVSN, Lombok).

Berdasarkan jawaban responden dapat disimpulkan terdapat 2 aspek utama yang harus dipersiapkan yaitu fisik dan mental. Para responden beranggapan bahwa saat tinggal jauh dari keluarga akan lebih sulit jika 2 aspek utama tersebut tidak terpenuhi,

c. Pertimbangan Untuk Merantau

Berdasarkan jawaban responden, banyak calon perantau yang mencari informasi lebih jauh mengenai tempat perantauan nya biasanya dilihat dari segi ekonomi, gaya hidup, dan kebudayaan.

“Aku milih di sini karena yang aku pertimbangkan tuh yang pertama mungkin dari segi biaya hidupnya yang lebih murah di sini terus aku nggak yang terlalu mau di perkotaan gitu. Jadi kalau dibandingkan sama Surabaya sama di Solo kan mungkin lebih tradisional di sini ya jadi aku yang kayak kayaknya aku kalau belajar di Solo lebih adem gitu lebih tenang hidupnya gitu” (AM, Makassar).

Selain pertimbangan dari diri sendiri, ternyata peran orang tua sangat penting untuk menyetujui atau tidak tempat perantauan baru anaknya seperti jawaban responden sebagai berikut.

“Tetapi sebenarnya sempat terdapat beberapa kendala dari pihak bunda karena merasa Solo terlalu jauh dari Padang. Tetapi ayah meyakinkan karena di Jawa terdapat keluarga, dan akhirnya ambil di poltekkes karena memang sudah ingin. Sebenarnya memang sudah ada pengalaman tinggal sendirian atau kos saat di Padang, tetapi kali ini kan lebih jauh yaa. Jadi pertimbangan nya ya itu lebih jauh dari sebelumnya” (AGR, Padang).

Dari sub-tema yang sudah dijelaskan keinginan, persiapan, dan pertimbangan mengenai merantau akan didominasi oleh calon perantau. Terdapat teori Maslow's Needs Hierarchy Theory pada tahun 1943. Kebutuhan fisik (physical need) adalah kebutuhan yang berkaitan dengan kondisi fisik, seperti sandang, pangan, dan papan. Kebutuhan akan keamanan (kebutuhan untuk merasa aman) merupakan kebutuhan yang lebih khas psikologi individu dalam kehidupan sehari-hari, misalnya perlakuan yang adil, pengakuan hak dan kewajiban, jaminan keamanan.

Environment

Menurut Amsyari (1989) sesungguhnya lingkungan terbagi menjadi 3 aspek dasar. Yang pertama aspek fisik yaitu segala sesuatu yang ada di sekitar manusia yang terbentuk dari benda mati, misalnya udara, air, rumah, dan batu. Yang kedua merupakan faktor biologis, merupakan segala unsur yang ada di sekitar manusia yang menyerupai organisme hidup selain manusia itu sendiri, misalnya hewan dan tumbuhan. Lalu yang ketiga lingkungan sosial yang merupakan manusia-manusia yang lain yang hidup dalam lingkungan ramai (masyarakat).

a. Perbedaan lingkungan

Dalam aspek lingkungan disini merupakan segala sesuatu yang ada di sekitar manusia baik dari segi fisik, biologis, maupun sosial. Manusia cenderung mampu mengubah keadaan lingkungan secara alami maupun buatan di setiap tempat yang mereka tempati secara berkelompok, sehingga dapat menimbulkan adanya perbedaan situasi lingkungan di setiap tempat yang berbeda. Baik dari segi kebiasaan masyarakat, cuaca, gaya hidup dan lain-lain. Berikut hasil jawaban responden dari beberapa responden.

"masyarakatnya sendiri kalau disini jujur orangnya ramah-ramah ya lebih kaya apa-apa tuh nyapa bahkan kita nggak kenal tapi kayak saling menundukkan kepala gitu-gitu kan. Orang sini, nah kalau di tempat ku tuh engga yaudah kalau kau kenal aku baru kau nyapa aku, kalau nggak ya udah terserah kau kayak gitu" (AM, Makassar)

"masyarakat sejauh yang aku notice ya yang tadi aku jelasin lebih ramah kalo di Solo" (DVSN, Lombok)

Menurut responden AM dan DVSN mengatakan bahwa masyarakat Solo cenderung lebih ramah dibanding dengan masyarakat yang ada di tempat asalnya yang cenderung lebih cuek pada orang sekitar. Hal ini juga disampaikan oleh responden lain.

Menurut beberapa pernyataan responden ada yang mengatakan bahwa cuaca di Solo cenderung lebih panas dari tempat asal mereka.

"kerasa itu lebih ke cuaca si,, kalau di Solo itu siang panasnya tuh yang pake banget, misalnya keluar nih pake helm ya panasnya tetep kerasa kayak nembus di kepala gitu, air di kamar mandi juga jadi panas kalau siang-siang." (AS, Bogor)

Menurut responden AS cuaca di Solo lebih ekstrim dibanding dengan cuaca yang ada di Bogor. Namun menurut responden RNA asal Sulawesi mengatakan ada kesamaan jika dibandingkan.

"kata orang-orang di Solo itu panas banget, tapi kalau semisal aku bandingin sama di Sulawesi sama aja sih cuacanya" (RNA, Sulawesi)

"gaya hidup mungkin disini tuh karena di Jawa lebih udah lebih maju gitu ya.... Kalau di

sini kan udah yang kayak banyak ya cafe di mana-mana tuh di solo khususnya kayak wah banyak banget kanan kiri kayaknya di samping depan belakang kayaknya semuanya ada Cafe gitu kan, jadi dari gaya hidup mahasiswanya pun atau siswa-siswanya jadi ya mainnya nongkrong gitu lebih lebih sering sedangkan kalau disana untuk belanja aja mungkin lebih sering online yah dari pada ke offline store-nya kalau sesuai dengan kebutuhan”(RNA, sulawesi)

Berdasarkan kutipan diatas dapat disimpulkan bahwasanya memang benar adanya beberapa perbedaan di lingkungan antara kota Surakarta dan kota-kota di luar Surakarta. Baik hal tersebut dilihat dari aspek cuaca, masyarakat dan gaya hidup yang dirasakan

b. Perbedaan budaya

Adapun unsur-unsur budaya sebagai berikut: religi, bahasan sistem pengetahuan, teknologi, kebiasaan masyarakat, ekonomi, dan kesenian. Menurut tanggapan responden RNA menyatakan adanya perbedaan antara adat pernikahan sulawesi dan Surakarta.

“kebiasaan mereka pas pernikahan mungkin atau enggak hajatan yang lain. Jadi kalau semisal di sana perbedaannya kayak semisal ada uang panai atau gimana gitu kan biasanya beda sama mahar gitu, tapi di sini kan nggak ada” (RNA, Sulawesi)

Sedangkan perbedaan ekonomi tidak terlalu jauh berbeda, namun tetap ada sedikit selisih perbedaan harga sandang pangan dari berbagai daerah.

“kalau untuk barang-barang sama aja si harganya, kalau untuk makanan ya di Solo tu cenderung lebih murah”(AS, Bogor)

“harga barang ya lumayan jauh sih jadi di sana bukan dibilang mahal tapi di sini lebih murah” (RNA, Sulawesi)

Interaction

Menurut Gillin (1954) interaksi sosial adalah sebuah hubungan sosial yang dinamis yang bersangkutan dengan antar individu, antar kelompok, maupun antara individu dan kelompok. Efendi (2007) menjabarkan Interaksi sosial dapat dijelaskan juga sebagai hubungan antara seorang individu yang lain, dimana individu yang satu dapat memberikan pengaruh terhadap individu yang lainnys dan sebaliknya, jadi dapat disimpulkan bahwa interaksi merupakan hubungan yang timbal balik antara individu dengan individu, kelompok dengan kelompok, dan antara individu dengan kelompok (Harahap, 2020).

a. Kesulitan Merantau & Beradaptasi

Memutuskan untuk merantau di kota yang belum pernah ditemui seringkali banyak rintangan yang harus hadapi, banyak hal yang berbeda dari kebiasaan yang dimiliki tentu saja hal tersebut menyebabkan berbagai macam kesulitan untuk membiasakan diri dengan masyarakat sekitar baik dalam kesulitan merantau itu sendiri maupun dalam kesulitan dalam beradaptasi.

“bingung kaya ga ada temen siapa siapa di kost trus apa apa sekarang sendiri trus perlu bantuan juga kaya mikir dua kali di solo juga anggota keluarga itu ada keluarga tapi jauh gitu jadi susah, jadi sekarang apa apa sendiri gitu di sebulan pertama, paling itu. ...sulit disini ya dari segi bahasa sih, walaupun aku ngerti bahasa jawa tapi kalo ngobrol pake bahasa jawa gabisa aku, jadi kalo misalnya kita ngomong bahasa indonesia tuh kaya ada

rasa ganjel gitu loh, mungkin kadang kalo orang tua tuh sedikit ga ngerti kalo bahasa indonesia pake bahasa jawa itu sih kesulitannya

Berdasarkan jawaban dari responden diatas yang telah mencakup dari seluruh jawaban responden kesulitan merantau dan beradaptasi kebanyakan berasal dari kendala bahasa yang dialami sehingga dengan adanya kesulitan dalam bahasa menyebabkan responden mengalami kesulitan dalam berinteraksi. Begitu pula dengan perbedaan budaya dan kebiasaan di kota rantauan sehingga menjadi salah satu faktor yang menyebabkan sulitnya beradaptasi dengan lingkungan sekitar dalam beradaptasi.

b. Faktor Yang Memudahkan adaptasi

Kesulitan dalam merantau dan beradaptasi tentu saja memiliki faktor yang mempermudah kesulitan tersebut, baik dari lingkungan masyarakat, perkumpulan mahasiswa yang berasal dari kota yang sama hingga dukungan dari keluarga, teman, pacar, dosen, hingga kakak tingkat dan adik tingkat.

"aku punya banyak teman sih alhamdulillahnya. karena mayoritas teman-temanku juga dari luar daerah jadi mereka saling supportnya oh kita sama-sama anak rantau gitu meskipun enggak sama asal gitu. ... Kakak tingkat sama adik tingkat juga ada sih beberapa kayak temenan gitu. ... Terus untungnya juga dosen-dosen di Poltekkes itu yang ngedukung anak rantau gitu loh jadi lebih ke di support sama semua orang si mungkin anak rantau di sini" (RNA, Pare-Pare).

Berdasarkan seluruh jawaban dari responden dapat disimpulkan bahwa interaksi sosial yang dimiliki menjadi faktor yang sangat berpengaruh dalam memudahkan adaptasi seperti teman dekat yang berada di lingkungan kampus maupun di lingkungan luar menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh, selanjutnya adalah support yang berasal dari keluarga dengan adanya support dari keluarga menjadikan adaptasi menjadi lebih mudah karena dukungan tersebut merupakan dukungan paling pertama yang dimiliki oleh individu. Perkumpulan mahasiswa yang berasal dari wilayah yang sama membuat individu merasa kan rasa senasib sepenanggungan dan membuat individu merasakan berada di lingkungan tempat tinggal.

c. Cara Beradaptasi

Adaptasi merupakan cara individu untuk dapat bertahan hidup di lingkungan dan mempertahankan eksistensinya di lingkungan. Setiap individu memiliki cara masing-masing dalam beradaptasi sehingga cara beradaptasi setiap individu dapat berbeda antara individu satu dengan individu lainnya.

"Cara ngatasin nya, punya temen dari jawa walaupun bukan dari solo tapi kan beberapa ada yang sama gitu kan jadi kalo mereka ngomong bahasa jawa lebih ke dengerin dan dikit- dikit paham. Dan kaya berusaha pahamiin dan mengingat kata-kata yang sering diucapkan kaya "matur suwun" ya kaya gitu aja yang basic- basic banget. ...interaksi dengan orang sekitar aku cuma secara ga langsung aja kaya lebih ngikutin cara mereka aja. Misalnya aku turutin kebiasaan intonasi aku yang tinggi, berusaha ramah dan sering menyapa, dan juga sedikit- sedikit berbahasa jawa kaya yang basic gitu" (DVSN, Lombok).

“Saya rutin video call keluarga sih diusahakan setiap hari. Ya biasanya cerita hari ini ngapain aja kaya makan apa aja. ...jadi kalo ada teman yang ngobrol lebih ke dengerin aja atau kadang ikut ngobrol sesekali. tapi tetep ngusahain untuk chat ke teman teman yang sebelumnya udah pernah sekelompok gitu.tapi aku berusaha memahami dan mengikuti kalo misalnya itu memang kelompok aku dan harus kerjain bareng-bareng” (AGR, Padang).

Pada setiap respon memiliki cara masing-masing dari seluruh responden terdapat 3 hal yang menjadi pokok dalam beradaptasi yang pertama adalah penyesuaian diri terhadap bahasa di tempat rantauan dengan mempelajari sedikit demi sedikit bahasa daerah tersebut dan mencoba beberapa kalimat basic dalam bahasa jawa. Yang kedua adalah menyesuaikan diri dengan kebiasaan-kebiasaan yang ada di lingkungan masyarakat tempat merantau dengan begitu adaptasi lebih mudah membantu dalam membaur dalam lingkungan. Yang terakhir adalah adaptasi dengan teman, setiap individu memiliki sifat yang berbeda-beda sehingga perlu adanya penyesuaian dalam berinteraksi sosial dengan teman.

Dari sub-tema yang telah dijelaskan yaitu Kesulitan merantau & beradaptasi, Faktor yang memudahkan adaptasi, dan Cara beradaptasi mahasiswa yang merantau. Peneliti menyimpulkan bahwa mahasiswa asing dan mahasiswa yang berasal dari luar jawa memiliki hambatan sosial dan budaya, hal tersebut terjadi akibat adanya perbedaan pada lingkungan sosial budaya dari mahasiswa asing dan mahasiswa yang berasal dari luar jawa. Strategi yang dimiliki oleh mahasiswa rantauan diantara lain adalah penyesuaian bahasa, makanan dan agama, melakukan hal-hal yang disukai, dan menghubungi keluarga.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini belum dapat dikatakan sempurna dikarenakan terdapat beberapa keterbatasan. Keterbatasan yang ada dalam penelitian ini diantaranya :

1. Waktu pelaksanaan dalam proses pengambilan data singkat sehingga kedalaman informasi yang didapatkan kurang memuaskan.
2. Penelitian mungkin terbatas oleh bahasa yang digunakan oleh partisipan. Responden yang berasal dari budaya yang berbeda mungkin memiliki bahasa yang berbeda-beda dan dapat mempengaruhi kualitas data yang dikumpulkan
3. Peneliti dan responden memiliki jadwal yang padat atau berbeda-beda, sehingga sulit untuk mengumpulkan data dengan cara yang sama dari semua partisipan. Ini dapat mempengaruhi kualitas dan konsistensi data yang dikumpulkan.

Implikasi pada Okupasi Terapi

Dengan adanya penelitian yang dilakukan peneliti memiliki gambaran mengenai pengalaman merantau yang dialami oleh mahasiswa yang merantau di kota Surakarta. Berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan permasalahan yang dihadapi oleh mahasiswa rantauan seperti perbedaan selera pada makanan, perbedaan bahasa, perbedaan budaya, dan perbedaan lingkungan. Hal ini berdampak kepada aktivitas mahasiswa perantauan dalam melakukan

kegiatan perkuliahan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut Terapis okupasi dapat membantu mahasiswa OT mengembangkan keterampilan sosial yang diperlukan untuk berinteraksi dengan orang-orang dari budaya yang berbeda. Hal ini dapat meliputi pengembangan keterampilan bahasa, keterampilan komunikasi, atau bahkan pengenalan terhadap norma dan nilai budaya yang berbeda. Terapis okupasi juga dapat memberikan dukungan psikologis kepada mahasiswa OT yang mengalami culture shock. Hal ini bisa berupa memberikan ruang untuk berbicara tentang pengalaman dan perasaan mereka, memberikan dukungan emosional, dan memberikan saran praktis untuk mengatasi masalah yang dihadapi.

SIMPULAN

Dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan pada delapan orang informan, menyatakan bahwa informan memang sudah memiliki niat untuk merantau ke pulau Jawa untuk mencari suasana baru dan mencari ilmu lebih luas dan menggapai cita-cita. Culture shock yang dialami informan mahasiswa perantau ternyata tidak menimbulkan rasa putus asa dalam menjalankan akademiknya. *Culture shock* disebabkan beberapa faktor seperti perbedaan bahasa, agama, adat istiadat, pola dan cita rasa makanan, faktor geografis dan lain sebagainya. Budaya memengaruhi adaptasi okupasi mahasiswa OT. Mahasiswa OT yang berasal dari budaya yang berbeda mungkin mengalami kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan budaya baru di lingkungan kampus. Faktor-faktor seperti bahasa, agama, nilai-nilai budaya, dan sistem pendidikan dapat mempengaruhi adaptasi okupasi mahasiswa OT dari budaya yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkharusi, H., & Dababneh, A. (2017). Acculturation, occupational adaptation, and academic performance among Arab international students in the United States. *Journal of International Students*, 7(4), 951–965.
- Amalia, M. (2019). Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Fisip Universitas Airlangga yang Berasal dari Luar Jawa Mirda Amarila Pendahuluan Mobilitas penduduk merupakan salah satu fenomena yang banyak terjadi di seluruh wilayah Indonesia dibidang kependudukan. Pada dasarnya ma. *AntroUnairdotNet*, 8(1), 115–127.
- Andre, W., & Huwae, A. (2022). Dukungan Sosial Dan Culture Shock Pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan Di Salatiga. 2(4), 1249–1258.
- Angelia, Y., & Hasan, I. (2017). Merantau dalam Menuntut Ilmu. *Jurnal Living Hadis*, 2(1), 67–82.
- Anggraeni, N. D., & Dunan, A. (2021). *Cultural Adaptation Of Middle Students In Dealing With Cultural*. 2(2), 145–160.
- Azzarah, S. M. (2022). *Symptoms Of Culture Shock In Overseas Students In. December*, 0–13.
- Bachri, B. S., Pendidikan, T., & Pendidikan, F. I. (2010). *Meyakinkan Validitas Data Melalui Triangulasi Pada Penelitian Kualitatif*.
- Bidang, A. S., Erawan, E., & Sary, K. A. (2018). *Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan Dalam Menghadapi Gegar Budaya (Kasus Adaptasi Mahasiswa Perantauan di*

- Universitas Mulawarman Samarinda) Anugerah*. 6(3), 212–225.
- Boisselle, A., & Dalomba, E. (2018). *Occupational Adaptation as a Construct: A Scoping Review of Literature*. 6(1). <https://doi.org/10.15453/2168-6408.1400>
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, 3(2), 77–101. <https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa>
- Cabatan, M. C. C., Grajo, L. C., & Sana, E. A. (2020). Occupational adaptation as a lived experience: The case of Filipino occupational therapy academic educators. *Journal of Occupational Science*, 0(0), 1–15. <https://doi.org/10.1080/14427591.2020.1741020>
- Fadli, M. R. (2021). *Memahami desain metode penelitian kualitatif*. 21(1), 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>.
- Fahri Sujudi, F. (2022). *Konsep Diri Dalam Adaptasi Budaya Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan Barat Yang Berkuliah Di Surakarta*. 1–24.
- Faradyba, R. P., Sembada, W. Y., & Nathanael, K. (2022). *Proses Adaptasi Mahasiswa Rantau Dari*. 4(1), 94–113.
- Firman. (2018). *Analisis Data dalam Penelitian Kualitatif*. November.
- Fitri, R., & Kustanti, E. R. (2018). *Hubungan Antara Efikasi Diri Akademik Dengan Penyesuaian Diri Akademik Pada Mahasiswa Rantau Dari Indonesia Bagian Timur Di Semarang Rayhanatul*. 7(April), 66–79.
- Fuadi, M. H. (2018). Culture Shock Pada Mahasiswa Asal Riau Di Surakarta. *Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Grave, A. De, Susanto, E. E., Mahardhani, A. J., & Doddy, M. (2022). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. <https://doi.org/10.31237/osf.io/jhxxw>
- Handayani, L. T. (2018). Kajian Etik Penelitian Dalam Bidang Kesehatan Dengan Melibatkan Manusia Sebagai Subyek. *The Indonesian Journal of Health Science*, 10(1), 47–54. <https://doi.org/10.32528/The.V10i1.1454>
- Handayani, P. G., Hidayat, H., & Saputra, R. (2019). Rebt Counseling Approach In Managing Culture Shock Of. *Jurnal Kopasta*, 91–98.
- Handayani, P. G., & Yuca, V. (2018). *Fenomena Culture Shock Pada Mahasiswa Perantauan Tingkat 1 Universitas Negeri Padang*. 6(November), 198–204.
- Harahap, N. (2020). *Penelitian Kualitatif*.
- Hardani, H., Sukmana, D. J., Andriani, H., Fardani, R., Ustiawaty, J., Utami, E. F., Istiqomah, R. R., & Auliya, N. H. (2020). Metode Penelitian Kualitatif Dan Kualitatif. In H. Abadi (Ed.), *Repository.Uinsu.Ac.Id* (1st Ed., Issue April). Cv. Pustaka Ilmu Group.
- Hasanah, U. (2021). *Perspektif Lansia Mengenai Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup Lansia Di Lingkungan Kebon Raja Mataram*.
- Hutabarat, E., & Nurchayati. (2021). Penyesuaian Diri Mahasiswa Batak Yang Merantau Di Surabaya. *Jurnal Psikologi Unesa*, 8(7).
- Jannah, R. (2019). *Makna Kebahagiaan mahasiswa perantau*. 1(1), 22–29.
- Johansson, A., Björklund, A., Fristedt, S., Boström, M., Bernspång, B., & Hälsöhgskolan.

- Högskolan i Jönköping. (2017). *Occupational adaptation in diverse contexts with focus on persons in vulnerable life situations*. Jönköping University, School of Health and Welfare.
- Johansson, A., Fristedt, S., Boström, M., & Björklund, A. (2018). The Use of Occupational Adaptation in Research : A Scoping Review The Use of Occupational Adaptation in Research : *Occupational Therapy In Health Care*, 32(4), 422–439. <https://doi.org/10.1080/07380577.2018.1526433>
- Karmilah, & Sobarudin. (2019). Konsep Dan Dinamika Komunikasi Antarbudaya Di Indonesia. *Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 4(1).
- Komang, N., & Astiti, A. (2018). *Sumber Daya Arkeologi Kutai Kartanegara : Keragaman Budaya Sebagai Identitas Budaya Dan Daya Tarik Wisata Archaeological Resources Of Kutai Kartanegara : Cultural Diversity As Cultural Identity And A Tourist Attraction*. 71–88.
- Kusumawati, A., & Khoiron, A. M. (2019). *Metode Penelitian Kualitatif*.
- Latuheru, R. D., & Marleen, M. (2020). *Enkulturası Budaya Pamana*. 107–113.
- Lee, C., & Song, Y. (2016). The Occupational adaptation of international students in the United States. *Journal of Occupational Science*, 3(23).
- Mahira Shafiananta , Zulfa Wafirotul Khusna , Firda Rinda Widyaningrum , Friska Dian Primastuti , Fabilla Salsa Wijayanti , Haninda Rifa Yuniar , Muhammad Agung Rifai.(2024). apakah Mahasiswa Mengalami Loneliness?: Studi Kasus Pada Mahasiswa Baru Perantau di Universitas Negeri Semarang. *Jurnal Mediasi*. Vol. 3 No. 1. Hal. 11-24. <http://jurnalilmiah.org/journal/index.php/mediasi> Received Dec 23, 2023; Revised January 1, 2024; Accepted February 1, 2024.
- Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2017). *Studi pola penyesuaian diri mahasiswa luar jawa di universitas tribhuwana tunggadewi malang*. 0341, 796–803.
- Moustakas, C. (2019). *Phenomenological Research Methods*.
- Munhall, P. L. (2018). Ethical Considerations in Qualitative Research. *Western Journal of Nursing Research*, 10(2), 150–162. <https://doi.org/10.1177/019394598801000204>
- Nola, A. (2020). Strategi Adaptasi Mahasiswa Undiksha Asal Jakarta Dalam Kehidupan Sosial Di Kota Singaraja. *Doctoral Dissertation Universitas Pendidikan Ganesha*.
- Nuqul, F. L. (2018). *Memahami Perbedaan Perilaku:Tawaran Dari Cultural Social Psychology*. 1–18.
- Oktaria, A., Siregar, A., & Kustanti, E. R. (2018). *Di Universitas Diponegoro*. 7(April), 48–65.
- Park, S., & Jung, S. (2018). Occupational Adaptation Of International Students In South Korea. *Journal Of Occupational Science*.
- Putra, Y. P., Darmawan, A., & Rohim, A. I. (2018). *Hambatan Komunikasi Pada Mahasiswa Perantauan Luar Jawa Di Kampus Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya (Studi Deskriptif Tentang Komunikasi Antar Budaya Di Kalangan Mahasiswa Perantauan Dari Luar Jawa Dalam Menghadapi Culture Shock Di Universitas*. 1–7.
- Putri, A. F., Rahmawati, A., Putri, S. A., Lisviona, C. E., & Ningsih, T. W. (2022). *Dampak Pandemi Covid-19 Terhadap Kultur Indonesia*. 7(5).

- Raharjo, Q. S. (2020). Fenomena Culture Shock Pada Mahasiswa Fkip Tingkat 1 Universitas Bung Hatta. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan Pkn*, 7(2), 143–151. <https://doi.org/10.36706/Jbti.V7i2.10882>
- Ramadani, Y. P., Rachmawati, A., & Purnomosidi, F. (2023). *Kesejahteraan Psikologis Pada Mahasiswa Rantau Universitas Sahid Surakarta*. 2(1).
- Rathakrishnan, B., Bikar Singh, S. S., Kamaluddin, M. R., Ghazali, M. F., Yahaya, A., Mohamed, N. H., & Krishnan, A. R. (2021). Homesickness and socio-cultural adaptation towards perceived stress among international students of a public university in Sabah: an exploration study for social sustainability. *Sustainability*, 13(9), 4924.
- Rijali, A. (2018). *Analisis Data Kualitatif Ahmad Rijali UIN Antasari Banjarmasin*. 17(33), 81–95.
- Sabri, B., Kjellberg, A., & Henningsson, M. (2018). *Occupational adaptation in international students with disabilities: A case study*.
- Sultan, U. I. N., & Hasanuddin, M. (2018). *Mengenal Lebih Dekat Dengan Pendekatan Fenomenologi : Sebuah Penelitian Kualitatif*. March.
- Tekege, E., & Prasetya, B. E. . (2021a). Hubungan Antara Culture Shock Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Papua Tahun Pertama Yang Merantau Di Uksw Salatiga. *Jurnal Psikologi Konseling*, 19(2), 1–23.
- Tekege, E., & Prasetya, B. E. A. (2021b). *Hubungan Antara Culture Shock Dengan Prestasi Belajar Pada Mahasiswa Papua Tahun Pertama Yang Merantau Di Uksw Salatiga*. 19(2), 1004–1017.
- Tseng, H. M., & Cheng, H. Y. (2019). The Occupational Adaptation Of International Students From East Asia In Taiwan. *Occupational Therapy International*.
- Wang, Yikang, Et.Al. (2018). Cross- Cultural Adaptation Of International College Students In The United State. *Journal Of International Student*, 8(2), 821-842.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2001). *The Psychology Of Culture Shock*.
- Wibawa, S., Uny, R., Perencanaan, R., Proses, P., Perguruan, B., & Negeri, T. (2017). *Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*).
- Wirawan, A. B., & Setiawan, I. K. (2022). Faktor Penghambat Adaptasi Mahasiswa Rantau Di Kota Palu. *Widya Genitri : Jurnal Ilmiah Pendidikan, Agama Dan Kebudayaan Hindu*, 13(1), 16–28. <https://doi.org/10.36417/widyagenitri.v13i1.432>
- Xia, Z. (2020). A Preliminary Study of Culture Shock and Adaptation Tactics for Overseas Chinese Students-from the Perspective of" American Dreams in China". *Theory and Practice in Language Studies*, 10(3), 336-341.
- Zhang, H., Zhou, Y., & Stodolska, M. (2022). Socio-cultural adaptation through leisure among Chinese international students: An experiential learning approach. *Leisure Sciences*, 44(2), 141-160.