

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Di era globalisasi seperti sekarang, banyak sekali perantau yang datang ke perantauan guna mendapatkan sesuatu yang lebih baik, baik dari segi pendidikan, materi serta guna mendapat pekerjaan yang layak. Namun dengan merantainya individu tersebut, tentu mereka akan bertemu dengan lingkungan baru yang mengharuskan mereka untuk melakukan penyesuaian diri. Sebab penyesuaian diri sangat dibutuhkan oleh individu yang suatu ketika harus dihadapkan oleh lingkungan baru dimana ia berada. Di lingkungan barunya tersebut, ia akan bertemu dengan berbagai macam adat, kebiasaan serta bahasa yang berbeda dari lingkungan sebelumnya (Intan, 2019).

Menurut Basri dan Ridha (2020) adanya penyesuaian diri perantau dengan lingkungan baru yang ia tinggali yang memiliki perbedaan budaya, akan menuntun individu tersebut melakukan penyesuaian budaya. Penyesuaian diri sendiri memiliki pengertian proses dimana individu sedang terlibat dalam suatu interaksi lintas budaya lalu individu tersebut berusaha untuk merubah pola perilaku komunikasinya agar mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dimana ia berada (Karpiński & Klessa, 2018). Nadyfah dan Kustanti (2008) mengatakan individu dapat dikategorikan berhasil merantau apabila ia mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan barunya dimana individu tersebut tinggal. Penyesuaian diri merupakan salah satu aspek terpenting yang wajib dimiliki oleh individu guna menguasai rasa tidak nyaman maupun tekanan yang muncul dari luar lingkungan,

usaha untuk menyeimbangkan antara tuntutan dan kebutuhan lingkungan, dan juga menyesuaikan antara lingkungan dengan hubungan individu secara lebih luas (Ghufroon & Risnawita dalam Nadlyfah & Kustanti, 2018).

Selanjutnya menurut Fatimah (2010) penyesuaian diri merupakan suatu proses dimana individu tersebut mampu menyeimbangkan dirinya dalam memenuhi kebutuhan sesuai dengan lingkungan dimana individu tersebut berada. Penyesuaian diri sendiri bukanlah proses yang dapat dengan mudah dilalui, bertemu dengan kebudayaan baru umumnya dapat menimbulkan perasaan tertekan, sebab belajar mengerti serta memahami nilai-nilai kebudayaan dari daerah lain memang sesuatu yang sulit, apalagi jika nilai-nilai kebudayaan tersebut berbanding jauh dengan daerah asal (Basri & Ridha, 2020). Apabila individu tersebut tidak mampu melakukan penyesuaian diri dengan baik, tentu kedepannya individu tersebut akan mengalami banyak kesulitan di lingkungan barunya, baik dari sisi bahasa atau komunikasi, pertemanan, kebiasaan dan lainnya.

Menurut Al-Sharideh dan Goe (dalam Hutapea, 2014) individu yang tidak memiliki penyesuaian diri yang baik bukan hanya akan mengalami masalah psikologis, tetapi juga akan mengalami masalah perilaku, menurunnya kepercayaan diri, harga diri, kesepian, perasaan alienasi, serta psikosomatis, stres emosional, gangguan komunikasi, dan isolasi. Bisa dikatakan penyesuaian diri merupakan hal yang sangat penting untuk individu yang berada dalam lingkup lingkungan baru (Oktaria, Siregar & Kustanti, 2018). Selanjutnya Nadlyfah dan Kustanti (2008) mengatakan bahwa pada dasarnya individu merupakan makhluk yang unik, karena individu satu dengan lainnya mereka memiliki pengalaman yang berbeda satu sama lain, sehingga hal tersebut menyebabkan adanya perbedaan sikap, nilai individu dan kemampuan, termasuk dalam proses individu tersebut

menyesuaikan diri. Pada penelitian Devinta, Nur dan Grendi (dalam Oktaria dkk., 2018) mengungkapkan bahwa dalam diri individu yang merantau akan muncul dengan sendirinya suatu pemahaman penyesuaian diri dikarenakan mereka melakukan kebiasaan-kebiasaan baru di lingkungan barunya, selanjutnya dari aspek bahasa, budaya serta makanan akan sering individu tersebut jumpai selama ia membiasakan diri di lingkungan barunya tersebut.

Dalam hal ini tak terkecuali para atlet basket, dikatakan Prawistri dan Masykur (2016) sebagai atlet yang berstatus sebagai pelajar juga atlet tentu mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan baik, mereka harus pandai mengatur diri dan waktu baik untuk latihan juga lainnya, mereka harus mampu mengatasi konflik dalam diri mereka sehingga tercipta keselarasan antara dirinya dan lingkungan tempatnya tinggal. Menurut informasi dari salah satu narasumber yaitu GD, berusia 21 tahun, yang mana GD adalah seorang atlet basket yang berasal dari Bali, juga seorang mahasiswi. Di klub basket Sahabat Semarang saja ada sekitar 40 atlet rantau yang menimba ilmu di klub basket Sahabat Semarang, mereka berasal dari beragam daerah, seperti Blitar, Riau, Bali, Jakarta, Solo dan Cirebon. Mengutip dari situs resmi Main Basket (2017) yang menyatakan bahwa Jawa Tengah menjadi tim terbaik pada Kejuaraan Nasional Bola Basket KU-18. Selain itu pada tahun 2012 dan 2016 tim putri Jawa Tengah berhasil membawa pulang medali emas pada ajang bergengsi yaitu Pekan Olahraga Nasional 2016 (Sporta News, 2016). Hal ini membuktikan bahwa Jawa Tengah memang memiliki kualitas basket di atas rata-rata, sehingga tidak mengherankan apabila hal tersebut menarik perhatian para atlet basket dari luar Jawa Tengah untuk datang guna mendapatkan ilmu yang lebih baik. Seperti dikatakan Indriane (2012) seseorang yang berani mengambil keputusan untuk merantau ke luar kampung

halaman, mereka akan memiliki kesempatan untuk mendapatkan pendidikan yang lebih layak daripada sebelumnya. Dengan merantau para atlet ini, tentu mereka harus mampu menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya, adat, bahasa, kebiasaan dan hal lainnya dengan lingkungan barunya.

Perlunya membiasakan diri kepada lingkungan tempat tinggal baru memang penting bagi seorang perantau, latar belakang budaya yang berbeda bahkan bertolak belakang dapat menjadi masalah besar apabila individu tersebut enggan untuk melakukan penyesuaian diri (Prabowo, Sugiyanto & Doewes, 2019). Termasuk para atlet basket rantau yang harus hidup bersama dengan temannya yang berasal dari beragam daerah, apabila mereka tidak mampu melakukan penyesuaian diri tentu akan menimbulkan beragam permasalahan, seperti komunikasi di lapangan, permainan tim yang jadi buruk akibat komunikasi yang buruk antar pemain, juga tidak mempunya bekerja sama diluar maupun di dalam lapangan. Hal ini sesuai dengan wawancara yang dilakukan peneliti pada atlet basket rantau di Jawa Tengah.

Berdasarkan hasil wawancara didapatkan beberapa informasi mengenai penyesuaian diri. Subjek pertama berinisial GD, seorang atlet basket rantau yang berasal dari Bali, berjenis kelamin perempuan, berusia 21 tahun. Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 20 September 2020, GD merupakan salah satu pemain dari klub basket terkenal di Kota Semarang. GD mengungkapkan bahwa awalnya GD memutuskan untuk merantau karena GD memang memiliki kecintaan pada dunia basket sejak kecil, sehingga ketertarikannya pada dunia basket membuatnya bercita-cita untuk menjadi pemain basket profesional. Pada tahun 2016 GD mengaku mulanya dari Bali merantau ke Pontianak, dan bergabung dengan salah satu klub terbaik Pontianak.

Namun pada tahun 2018 GD dibeli oleh klub tempatnya bernaung sekarang, sehingga GD pindah ke Kota Semarang dan tinggal di asrama klubnya tersebut. GD mengaku sulit melakukan penyesuaian diri, sebab budaya Bali yang memang sangat berbeda dengan Semarang. Pertama dari segi bahasa, GD mengaku bahwa logat orang Semarang sangat *medhok*, yang membuatnya sulit untuk mengerti. Selain itu dari kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh teman-temannya di asrama juga sangat bermacam-macam, ada yang GD suka dan ada yang GD benci. Adat di Kota Semarang pun membuatnya cukup canggung dan kurang nyaman, seperti harus menunduk ketika lewat di depan orang yang lebih tua. Hal ini menurut GD mempengaruhi permainannya dengan tim ketika bertanding, karena komunikasi yang kurang.

Subjek kedua berinisial SR merupakan mahasiswa di salah satu universitas swasta di Kota Salatiga, berjenis kelamin laki-laki, berusia 22 tahun, SR berasal dari Cirebon. Peneliti melakukan wawancara pada SR pada tanggal 23 September 2020, SR mengaku basket merupakan salah satu hobi favoritnya sehingga SR berlatih keras agar bisa menjadi atlet profesional. Akhirnya SR pada tahun 2016 memutuskan untuk merantau ke Kota Salatiga, untuk mendapat beasiswa basket dari salah satu club profesional di Kota Salatiga, dan juga berkuliah di salah satu universitas swasta disana serta tinggal di asrama dari klub tersebut. SR mengatakan teman satu asramanya rata-rata memang bukan orang Jawa, sehingga SR merasakan perbedaan budaya yang cukup besar disana. SR mengaku ada salah satu teman asramanya yang berasal Palopo, Sulawesi Selatan, kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan temannya sangatlah berbeda dengan kebiasaan SR, terkadang apa yang dilakukan oleh temannya tersebut membuatnya tidak nyaman.

Selain itu, SR sering tidak mengerti apa yang dikatakan oleh teman-teman satu asramanya karena mereka berasal dari suku yang beragam. Sehingga SR mengaku sungkan untuk berkomunikasi ataupun berusaha dekat dengan teman-temannya tersebut. Dari kedua hasil wawancara singkat peneliti dengan kedua subjek, hal ini menunjukkan bahwa kedua subjek mengalami proses penyesuaian diri terhadap lingkungan baru mereka dan keduanya mengaku cukup kesulitan menyesuaikan diri karena adanya perbedaan budaya yang cukup Nampak serta perbedaan adat di lingkungan baru tempat mereka tinggal. Padahal menurut Intan (2019) seharusnya individu yang datang di lingkungan baru harus mampu menyesuaikan diri, sebab individu tersebut akan bersinggungan dengan budaya lain yang besar kemungkinan berbeda dengan adat maupun kebiasaan darinya. Ketika individu berhadapan dengan situasi seperti ini maka individu tersebut dapat mengalami suatu gejala psikologis dan kultural, yang biasa kita sebut dengan istilah *culture shock* atau yang biasa kita sebut dengan gegar budaya. Menurut Fatimah (2010), ada beberapa faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, baik faktor internal maupun eksternal.

Adapun faktor internal yang dimaksud adalah faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman, seperti : persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain, determinasi diri, faktor belajar dan faktor konflik. Sedangkan faktor eksternal meliputi perkembangan dan kematangan sosial, faktor lingkungan, agama dan budaya.

Berdasarkan uraian faktor-faktor penyesuaian diri yang diungkapkan para tokoh, dapat disimpulkan yang menjadi faktor dari penyesuaian diri adalah : faktor fisiologis, faktor psikologis yang mencakup faktor pengalaman (meliputi persepsi, kematangan emosi, harga diri dan lain-lain, determinasi diri, faktor belajar dan

faktor konflik), faktor lingkungan, faktor religiusitas atau agama dan tidak kalah penting yaitu faktor budaya atau *culture* yang mana apabila individu tidak mampu memenuhi faktor tersebut maka individu akan mengalami gegar budaya, seperti yang di katakan Samovar, Richard dan Edwin (dalam Oktaria dkk., 2018) individu yang mengalami gegar budaya dapat dikatakan seperti orang yang sedang mengalami reaksi bingung, gelisah untuk berinteraksi dengan lingkungan sekitarnya, dan juga akan merasa bahwa dirinya tidak cocok serta dibenci oleh lingkungan barunya, akan merasa tidak diterima, menarik diri dari lingkungan, beranggapan bahwa orang di sekitarnya tidak peka terhadapnya dan rindu kampung halamannya (*homesick*). Apabila gegar budaya ini tidak mampu diatasi maka mampu berdampak buruk bagi individu tersebut.

*Culture shock* sendiri adalah sebuah keadaan yang dapat membuat individu merasakan kebingungan terhadap lingkungan dengan *culture* yang baru, sehingga dapat menyebabkan timbulnya emosi yang bersifat negatif (Hutapea dalam Mitasari & Istikomayanti, 2018). Lalu Boncher (dalam Maizan, Bashori, & Hayati, 2020) mengatakan gegar budaya merupakan reaksi dari individu ketika individu berada di dalam lingkungan baru yang belum individu tersebut kenali sebelumnya sehingga memicu reaksi awal berupa cemas karena individu tersebut kehilangan tanda-tanda yang dikenalnya dari lingkungan sebelumnya. Gegar budaya sendiri mampu memicu suatu ketegangan dan stress ketika perantau tersebut dihadapkan dalam situasi yang belum pernah dijumpai sebelumnya, contohnya adanya perbedaan makanan, adat, bahasa, cara berpakaian, relasi interpersonal, cuaca, perbedaan tingkah laku pria dan wanita, kebersihan, bidang ekonomi, sistem pendidikan, sistem pengajaran, maupun sarana transportasi umum (Indriane, 2012). Hal ini wajar terjadi, seperti yang dikatakan Syamsuri, Hariyanto, dan Lubis

(2019) gegar budaya memang wajar dialami oleh individu yang baru saja pindah ke tempat dengan budaya yang baru.

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan Oktaria dkk. (2018) mengenai Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Bersuku Minang Di Universitas Diponegoro, subjeknya adalah 145 mahasiswa bersuku Minang di lingkungan Universitas Diponegoro. Dalam penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif antara variabel bebas yaitu gegar budaya dengan variabel tergantung yaitu penyesuaian diri. *Culture shock* sendiri memberikan sumbangan efektif sebesar 41,4% terhadap penyesuaian diri dalam penelitian ini. Lalu ada penelitian dari Amalia (2020) yang meneliti tentang Hubungan *Culture Shock* Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Malaysia Di Uin Ar-Raniry Banda Aceh, yang mana menunjukkan hasil koefisien korelasi ( $r$ ) = -0,357 dengan  $p=0,005$  ( $p<0,05$ ), hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh.

Kedua penelitian di atas sesuai dengan pernyataan Dhei dkk. (2020) bahwa dampak gegar budaya atau *culture shock* yang dialami individu dapat mempengaruhi proses bersosialisasi dan penyesuaian diri. Melihat latar masalah di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji kembali bagaimana hubungan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada para perantau, melihat banyaknya fenomena individu yang pergi merantau dari kampung halaman mereka demi mendapatkan pengalaman baru serta ilmu yang lebih baik, tak terkecuali para atlet basket rantau di Jawa Tengah.

## 1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada atlet basket rantau di Jawa Tengah?

### 1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada atlet basket rantau di Jawa Tengah.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### a. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan kontribusi pada bidang psikologi khususnya yang berkaitan dengan penelitian ini yaitu psikologi sosial dan juga bisa memberikan pengetahuan secara faktual mengenai hubungan *culture shock* dengan penyesuaian diri pada atlet basket rantau di Jawa Tengah.

#### b. Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan referensi baru atau tambahan pengetahuan dan juga wawasan khususnya mengenai hal yang berhubungan dengan *culture shock*, budaya serta kemampuan menyesuaikan diri individu ataupun perantau di lingkungan barunya.