

## MENGHADAPI DAN MENGELOLA KECEMASAN DAN KETIDAKPASTIAN PADA MAHASISWA PENDATANG

(Fenomena Dalam Konteks Komunikasi Antarbudaya)

Erna Mariana Susilowardhani<sup>1</sup>, Nur Idaman<sup>2</sup>, Lidia Djuhardi<sup>3</sup>, Maharani Imran<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Universitas Tanri Abeng, Jakarta-Indonesia <sup>2</sup>Universitas

Persada Indonesia YAI, Jakarta-Indonesia <sup>3</sup>Universitas

Persada Indonesia YAI, Jakarta-Indonesia <sup>4</sup>Universitas

Persada Indonesia YAI, Jakarta-Indonesia

ernawardhani05@gmail.com<sup>1</sup>, idanurfikom@yahoo.com<sup>2</sup>, lidia.lilaya@yahoo.com<sup>3</sup>,

maharaniimran@gmail.com<sup>4</sup>

**ABSTRAK.** Lingkungan baru bagi banyak orang menjadi hal yang tidak nyaman. Mereka merasa takut, cemas, dan cenderung menciptakan ketidakpastian. Kegagalan dalam berkomunikasi dapat dimungkinkan terjadi sebagai dampak dari kecemasan dan ketidakpastian itu sendiri. Hal ini dapat dirasakan oleh mahasiswa pendatang yang pindah di suatu tempat untuk melanjutkan studi. Oleh karena itu, adaptasi harus dilakukan agar kehidupan dan aktivitas normal dapat berjalan dengan baik. Bagaimana kita beradaptasi dan mengelola kecemasan kita, itu bisa berbeda untuk setiap orang. Penelitian ini menggunakan Teori Manajemen Kecemasan/Ketidakpastian dengan menggunakan tiga strategi, yaitu strategi pasif, strategi aktif, dan strategi interaktif. Selain itu, penelitian ini menggunakan konsep-konsep yang berkaitan dengan komunikasi antarbudaya. Pendekatan dalam penelitian ini adalah kualitatif-deskriptif. Hasil dari penelitian ini adalah bahwa seseorang yang pindah ke suatu tempat tentunya akan merasakan kecemasan dan ketidakpastian. Namun, kondisi tersebut bisa dengan kadar yang berbeda-beda pada setiap orang. Ada yang sangat cemas, ada juga yang tidak terlalu khawatir. Dalam menghadapi kecemasan dan ketidakpastian, banyak cara yang dapat dilakukan, antara lain: beradaptasi dengan teman baru yang berasal dari daerah yang sama; menggunakan potensi, perilaku, dan budi pekerti yang dimiliki oleh diri sendiri; mengamati seseorang dengan potensi kebaikan untuk berteman, dan mengikuti kegiatan positif.

**Kata kunci:** Komunikasi antarbudaya; Kecemasan dan ketidakpastian; Mahasiswa pendatang.

*ABSTRACT.* The new environment for many people becomes uncomfortable. They feel afraid, anxious, and tend to create uncertainty. Failure to communicate may occur as a result of anxiety and uncertainty itself. This can be felt by immigrant students who move somewhere to continue their studies. Therefore, adaptation must be done so that normal life and activities can run well. How we adapt and manage our anxiety, it can be different for each person. This study uses Anxiety/Uncertainty Management Theory by using three strategies, namely passive strategies, active strategies, and interactive strategies. In addition, this research uses concepts related to intercultural communication. The approach in this research is qualitative-descriptive. The result of this study is that someone who moves to a place will certainly feel anxiety and uncertainty. However, this condition can be with different levels in each person. Some are very anxious, some are not too worried. In dealing with anxiety and uncertainty, there are many ways that can be done, including: adapting to new friends who come from the same area; use one's own potential, behavior, and character; observe someone with good potential to make friends, and engage in positive activities.

**Keywords:** Intercultural communication; Anxiety and uncertainty; Immigrant student.

---

### PENDAHULUAN

Dalam hidup, orang selalu bertemu dengan sesuatu yang baru, lingkungan baru dan teman-teman baru. Pada dasarnya manusia adalah makhluk sosial yang tentunya membutuhkan interaksi dengan lingkungan sosialnya. Salah satu prinsip dasar komunikasi adalah setiap perilaku memiliki potensi komunikasi: bahwa “manusia tidak bisa tidak berkomunikasi” (Mulyana, 2005:98). Dalam berkomunikasi dan berinteraksi dengan

lingkungan baru, terkadang kita merasa tidak nyaman, merasa canggung, cemas, dan takut berkomunikasi, kemudian takut juga untuk bertindak.

Saat akan bertemu dengan orang baru biasanya banyak pertanyaan yang muncul di benak kita. Upaya yang dilakukan untuk mengurangi kecemasan, ketidakpastian, itu menjadi dimensi penting ketika membangun hubungan dengan orang lain, atau memasuki

lingkungan baru. Menurut Berger, ketika kita berkomunikasi, kita membuat rencana untuk mencapai tujuan yang diinginkan, semakin

Kecemasan adalah perasaan gugup, tegang, atau khawatir tentang apa yang akan terjadi pada individu. Sedangkan ketidakpastian adalah keraguan tentang kemampuan individu dalam memprediksi hasil pertemuan dengan orang asing dan keraguan mereka terhadap individu terkait dengan kejadian di masa lalu.

Kecemasan dan ketidakpastian sangat menghambat dan bahkan dapat mengakibatkan kegagalan untuk berinteraksi. Sulit beradaptasi bahkan bisa terjadi ketakutan untuk berkomunikasi. Bisa menimpa siapa saja, begitu juga dengan mahasiswa dari daerah yang pindah ke Jakarta untuk melanjutkan studi. Mereka tentu merasakan ketidakpastian dan kecemasan di awal keberadaan mereka di tempat baru. Untuk mengatasi masalah ini diperlukan kemampuan mengelola kecemasan dan ketidakpastian untuk mencapai komunikasi yang baik dan kemampuan beradaptasi.

Begitu pula dengan penelitian ini, dimana bagi mahasiswa yang datang ke Jakarta, dihadapkan pada lingkungan baru dan bertemu dengan orang-orang dari budaya yang berbeda. Oleh karena itu mereka akan membutuhkan proses-proses (mengelola ketidakpastian) dalam mengurangi ketidakpastian dan membuat komunikasi (interaksi) yang dilakukan berhasil.

Selain itu, William mengembangkan karya Berger melalui pandangan tentang ketidakpastian dan kecemasan dalam situasi interaksional. Di mana menurutnya bahwa setiap budaya berusaha untuk mengurangi ketidakpastian pada tahap awal suatu hubungan, dilakukan dengan metode yang berbeda-beda (Littlejohn, 2009:220). Intinya, dijelaskan bahwa cara tersebut tergantung dari latar belakang yang dimiliki oleh orang yang dibidik.

Berkenaan dengan konteks penelitian, maka cara menghadapi orang dengan konteks budaya tinggi akan berbeda dengan orang dengan konteks budaya rendah. Konteks budaya tinggi yang cenderung menggunakan bahasa nonverbal, misalnya masyarakat Jawa Tengah yang lebih banyak menggunakan komunikasi nonverbal (menggunakan ibu jari untuk menunjuk, menghormati dengan membungkukkan badan), akan berbeda dengan masyarakat dengan konteks budaya rendah, misalnya masyarakat di Sumatera Utara yang cenderung berkomunikasi secara verbal dengan menggunakan nada tinggi dan suara yang tegas dan jelas.

besar ketidakpastian dan kecemasan maka kita akan berhati-hati, kita akan mengandalkan data yang kita miliki (Morissan, 2013:205).

Berdasarkan permasalahan tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tentang pengelolaan kecemasan dan ketidakpastian yang dilakukan mahasiswa pendatang dalam memasuki lingkungan baru dalam konteks komunikasi antarbudaya.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Bogdan dan Taylor mendefinisikan metode kualitatif sebagai prosedur penelitian yang mengumpulkan data deskriptif melalui kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang serta perilaku mereka yang diamati (Moleong, 2007:3).

Pendekatan yang ditujukan kepada latar belakang (lingkungan) dan individu secara holistik, dimana melalui metode ini peneliti dapat menggambarkan secara holistik bagaimana individu (subjek) beradaptasi dengan lingkungan barunya dan metode yang digunakan oleh mereka untuk mengelola kecemasan.

Penelitian ini menggunakan fenomenologi sebagai metode penelitian. Fenomenologi bertujuan untuk mengetahui dunia dari perspektif mereka yang terkena dampak langsung atau terkait dengan kualitas alami pengalaman manusia, dan makna yang melekat padanya (Kuswarno, 2009:35). Fenomenologi percaya bahwa realitas dikonstruksi secara sosial (Irawan, 2007:11). Realitas juga merupakan hasil dari berbagi pengalaman berinteraksi antara satu orang dengan orang lain (Irawan, 2007:11).

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa di luar Jakarta yang harus menghadapi kecemasan pada saat pertama kali berinteraksi dengan lingkungan barunya. Subjek dalam hal ini adalah informan, yaitu orang yang mengetahui informasi tentang keadaan dan kondisi penelitian, sehingga harus banyak mengetahui pengalaman terkait dengan latar belakang penelitian (Moleong, 2007:90).

Peneliti kualitatif mengumpulkan berbagai bentuk data, seperti wawancara, observasi, dan dokumen, daripada mengandalkan satu sumber data. Kemudian peneliti meninjau semua data, memahaminya, dan mengaturnya ke dalam kategori atau tema yang melintasi semua sumber data (Creswell, 2009:175). Berdasarkan bentuk pendekatan penelitian kualitatif dan sumber data yang akan

digunakan, maka teknik pengumpulan data utama yang digunakan adalah wawancara dan observasi terhadap subjek, ditambah dengan data pendukung (dokumentasi). Kegiatan penelitian sebagai upaya pengumpulan data, berdasarkan kegiatan yang dikemukakan oleh Creswell dinyatakan sebagai “Lingkaran Pengumpulan Data” (Yaputra, 2011:96).

Data dalam penelitian ini menggunakan analisis data model interaktif dari Miles dan Huberman yaitu: reduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan dan verifikasi (Silalahi, 2009:339) reduksi data (memisahkan data yang dikumpulkan berdasarkan kebutuhan penelitian); penyajian data (menyajikan hasil observasi dan wawancara); dan kesimpulan.

Teknik validitas data yang dilakukan dalam penelitian ini dengan menggunakan autentisitas, yaitu memperluas konstruksi pribadi yang ada. Peneliti memberikan kesempatan dan memfasilitasi konstruksi pribadi yang ada lebih detail sehingga lebih dapat dipahami dan mendalam (Kriyantono, 2014:72).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Komunikasi antarbudaya akan efektif jika komunikasi tersebut dapat menciptakan/membuat/ apa yang disebut dengan atribusi isomorfik, yaitu pembentukan kualitas atau pembentukan karakteristik terhadap suatu usaha agar serupa (Darmastuti, 2013:63). Dengan kata lain harus ada penyesuaian untuk mencapai kesamaan dalam berkomunikasi. Oleh karena itu, proses penyesuaian yang seharusnya dilakukan oleh mahasiswa pendatang (yang tinggal di tempat tinggal baru) yang datang ke Jakarta, agar komunikasi yang terjalin dengan mahasiswa lain yang berasal dari berbagai budaya dapat mencapai penyesuaian.

Selanjutnya, pada bagian ini, peneliti menganalisis temuan-temuan yang berkaitan dengan penelitian yang diangkat. Berikut penjelasannya.

### A. Kecemasan dan Ketidakpastian Mahasiswa Pendatang

Gudykunst berasumsi bahwa setidaknya ada satu orang yang berada dalam pertemuan antarbudaya, dengan demikian orang tersebut akan menjadi orang asing. Melalui rangkaian krisis awal, pengalaman dari orang asing tentang keraguan dan ketidakpastian mereka tidak akan merasa aman dan mereka tidak merasa yakin bagaimana beradaptasi. Meskipun orang asing dan anggota kelompok menghadapi beberapa tingkat keraguan dan

ketidakpastian dalam setiap situasi interpersonal yang baru, ketika pertemuan mereka dilakukan antara orang-orang yang budayanya berbeda, orang asing tersebut berperilaku sangat hati-hati terhadap budaya yang berbeda (Darmastuti, 2013:111).

Dalam pandangan Gudykunst, perbedaan persepsi tersebut terjadi karena perbedaan latar belakang budaya antar peserta komunikasi akan menimbulkan ketidakpastian dan kecemasan (Darmastuti, 2013:67). Seperti yang dikatakan LaRay M. Bana, bahwa kecemasan merupakan salah satu hambatan dalam komunikasi antarbudaya (Jandt, 2007:71).

Seperti yang telah dijelaskan pada bagian pendahuluan, bahwa seseorang merasa tidak nyaman, merasa canggung, cemas, dan takut ketika pertama kali berada di lingkungan yang baru. Apalagi jika keberadaannya sangat jauh dari orang tua atau lingkungan tempat tinggalnya dulu. Hal ini juga dirasakan oleh mahasiswa pendatang yang berasal dari luar Jakarta.

Seperti yang dirasakan Adi, mahasiswa yang berasal dari Sidoarjo, Jawa Timur. Ia menuturkan pengalamannya pertama kali datang ke Jakarta sebagai berikut:

*“Jakarta sebenarnya panas dan terasa sesak, apalagi Jakarta lebih besar dari kota kelahiran saya. Tentu ada rasa waswas karena ketika saya datang ke Jakarta untuk menuntut ilmu, baru pertama kali tinggal jauh dari orang tua dan saya akan menjadi mandiri itu perubahan drastis bagi saya karena jarak Jakarta-Sidoarjo cukup jauh yaitu 12 jam perjalanan dengan kereta api. Kekhawatiran saya adalah akan hidup sendiri dalam waktu yang lama dan ini adalah pertama kalinya saya hidup jauh dari orang tuaku.”*

Kemudian, Adi melanjutkan, *“Perasaan takut dan rasa mandiri karena tidak banyak orang yang saya kenal di Jakarta. Memang saya punya keluarga di daerah Jakarta, tapi jauh dari tempat tinggal saya dan yang paling saya takutkan adalah karena saya tidak melihat orang tua saya setiap hari seperti biasanya.”*

Sementara Fian, mahasiswa asal Halmahera, Maluku Utara yang merupakan salah satu mahasiswa sebuah universitas di Jakarta, mengatakan, *“Pertama kali saya datang ke Jakarta, saya merasa cemas karena ini pertama kalinya saya dan saya tidak tahu apa-apa tentang Jakarta. Saya khawatir dan berpikir bahwa saya adalah orang asing di sini dan saya takut tidak dapat menyesuaikan diri*

di sini. Yang sulit adalah, untuk beradaptasi dalam bahasa verbal dan nonverbal karena perbedaan budaya saya.”

Bayu, mahasiswa yang berasal dari Pekanbaru, Riau menyatakan, “Perasaan saya cukup cemas karena saya takut tidak bisa beradaptasi dengan cepat. Dari segi sosial dan bahasa.”

Lilis memiliki pengalaman yang berbeda. Mahasiswi asal Makassar, Sulawesi Selatan yang kuliah di Jakarta ini mengatakan, “Tidak ada. Karena sebelumnya saya memang sering berkunjung ke Jakarta. Dan ini bukan pertama kalinya saya tinggal jauh dari orang tua saya, jadi secara pribadi saya tidak memiliki kekhawatiran apapun.”

Indira, mahasiswi asal Padang bercerita bahwa pertama kali ke Jakarta untuk kuliah, Indira hanya berpikir seandainya bisa tinggal di Jakarta dan jauh dari orang tuanya. Apalagi dia belum pernah ke Jakarta sebelumnya. Dia baru tahu Jakarta dari televisi. Awalnya dia tidak mau kuliah di Jakarta. Namun, karena bibinya yang tinggal di Jakarta membawanya untuk belajar di sana dan orang tuanya setuju, dia akhirnya setuju untuk belajar di Jakarta. Kemudian, Indira menjelaskan,

“Awalnya saya tidak nyaman dengan itu. Sulit beradaptasi, dalam pikiran saya orang-orang di Jakarta sangat bebas, ini yang saya alami selama 3 bulan pertama, karena saya menemukan teman baik saya menceritakan semua hal yang membuat saya khawatir, dia orang baik, dari Jawa, dia bilang terlalu banyak nonton drama jadi tiap kali khawatir, takut. Dari teman-teman dan tante saya yang memberi penjelasan, bahwa apa yang ada di pikiran saya itu tidak benar, ini sangat mengganggu kemajuan saya di semester pertama dan itu membuat saya tidak mengikuti studi saya. Semester kedua saya mulai merasa nyaman, saya sudah tahu banyak, hanya saya masih memiliki persepsi tentang Jakarta yang negatif, tetapi saya menyadari bahwa memang saya agak pendiam, kalau tidak tahu saya diam saja dan mengamati.”

Asep, mahasiswa asal Jawa Barat, menjelaskan saat datang ke Jakarta untuk menuntut ilmu, ia tidak terlalu khawatir. Dia tipe orang yang percaya diri. Dia memiliki prinsip bahwa jika Anda tidak dapat beradaptasi dengan lingkungan, itu membuat Anda sulit untuk berteman. Karena itu, ia berusaha mengenal orang-orang di sekitarnya. Asep mulai aktif mengikuti kegiatan, baik di daerah dia tinggal, maupun kegiatan yang diadakan di kampus. Dia belajar dan mencari tahu banyak.

Sinta, mahasiswi asal Tegal menyatakan bahwa: “Pertama kali datang ke Jakarta, saya bersemangat, apalagi pertama kali kuliah, ada rasa malu, khawatir, karena saya memiliki dialek yang berbeda, saya tidak bisa berbicara dalam bahasa (dengan dialek seperti orang) Jakarta, jadi saya takut ditertawakan. Kemudian saya juga takut tidak bisa menyesuaikan diri, itu pengalaman saya selama 3 bulan pertama. Namun, saya bersyukur menemukan teman yang baik. Awalnya saya ragu, tetapi karena dia terlihat baik jadi saya ingin berteman dengannya.”

Informan dalam penelitian ini berbagi pengalaman dan perasaan yang mereka rasakan. Di antara para informan, ternyata tingkat kecemasannya berbeda-beda. Ada yang mengaku sangat cemas, namun ada juga yang tidak begitu khawatir. Mereka yang sangat cemas adalah mereka yang baru pertama kali datang ke Jakarta atau yang belum pernah mengalami perpisahan dengan keluarga sebelumnya.

Sedangkan mahasiswa yang tidak begitu cemas, cenderung memiliki rasa percaya diri yang tinggi. Selain itu, mereka sudah beberapa kali datang ke Jakarta. Jadi, setidaknya mereka punya gambaran tentang Jakarta. Mereka yang sebelumnya terbiasa tinggal terpisah dari orang tua juga merasa tidak terlalu cemas. Seperti kisah Lilis, karena sudah terbiasa menjadi santri. Jadi, Lilis merasa biasa untuk hidup terpisah dengan orang tuanya.

## **B. Mengelola Perasaan Ketidakpastian dan Kecemasan yang Dialami Mahasiswa Pendatang**

Cara mengatasi dan mengatur perasaan ketidakpastian dan kecemasan tentu berbeda-beda pada setiap orang. Berikut upaya yang dilakukan oleh mahasiswa pendatang yang menjadi informan dalam penelitian ini. Adi menyampaikan upayanya menghadapi ketidakpastian dan kecemasan. Dia bercerita, “Saya menelepon ibu saya untuk dukungan dan saran. Dulu ketika saya pertama kali tinggal sendirian di Jakarta, hampir setiap hari saya selalu menelepon ibu saya. Saya juga menanamkan dalam pikiran saya bahwa memiliki banyak teman itu penting.”

Sedangkan Fian mengatakan, “Saya mencoba menjadi pendengar yang baik dan belajar tentang budaya Jakarta. Mencoba untuk percaya diri dan menanyakan pertanyaan dasar seperti nama, asal, dan sebagainya.”

Bayu mengatasi kegelisahan tersebut dengan berteman dengan seseorang yang masih satu daerah. Kedekatan karena mereka berasal dari satu daerah yang sama membuatnya lebih tenang. Bagi seorang pendatang, biasanya memilih untuk tidak banyak bicara.

Lilis lebih suka melawan perasaan cemas dan takut. Menurut dia:

*“Satu-satunya cara yang saya pikirkan adalah menghadapinya terlebih dahulu. Jadi saya tahu situasinya seperti apa. Jadi jika saya sudah tahu situasinya maka itu kembali ke masing-masing individu bagaimana cara memperbaikinya. Secara pribadi, saya tidak punya ketakutan spesifik kepada orang yang baru saya kenal. Tapi tetap saja, kewaspadaan tetap dibutuhkan.”*

Sementara Indira punya cara berbeda, berikut penjelasannya:

*“Indira 3 bulan pertama agak bingung, takut, apalagi dialek minangnya masih kuat, kalau mau ngomong saya harus mikir dulu, tapi saya harus mulai mengamati dulu bagaimana teman-teman dari Jakarta, khususnya dialektanya. Kemudian mulai berdiskusi jika ada tugas kelompok walaupun sebenarnya saya tidak mau ikut. Agar dapat diterima di lingkungan kampus, saya belajar dengan rajin, maka sebelum ujian tengah semester dan ujian akhir, banyak orang yang ingin meminjam buku catatan saya. Hal ini membuat saya untuk terus banyak belajar. Saya mengamati banyak orang yang ingin mengenal saya. Hal lain yang juga saya lakukan untuk mengatasi kecemasan adalah dengan mengikuti kegiatan Is'lah, di sini saya mendapatkan banyak informasi tentang kehidupan Jakarta khususnya di lingkungan kampus, mungkin karena adanya kelompok kegiatan agama sehingga ada rasa terlindungi karena jika ada masalah saya ceritakan kepada senior saya di sana.”*

Sedangkan Asep menyatakan:

*“Sebenarnya saya tipe orang yang tidak peduli dan saya juga tidak khawatir untuk memasuki lingkungan baru, karena saya cepat dalam proses beradaptasi. Saya orang yang mandiri, sering datang ke Jakarta, dan saya tahu lingkungan Jakarta. Hal-hal yang membuat saya khawatir jika saya tidak bisa menyelesaikan kuliah saya.”*

Kemudian Sinta menjelaskan sebagai berikut:

*“Saya mencari teman yang berasal dari suku yang sama, yaitu Jawa. Saya suka berteman dengan mereka karena saya merasa nyaman dan kami memiliki dialek yang sama*

*meskipun sedikit berbeda karena saya berasal dari Tegal, tetapi setidaknya saya merasa nyaman karena kami satu suku. Namun seiring berjalannya waktu, akhirnya saya menemukan seorang teman bernama Sasa, dia selalu mengajak saya jalan-jalan, dan juga berdiskusi. Dan akhirnya saya bisa beradaptasi, dan saya belajar menerima apa yang ada di depan saya. Saya juga mendapatkan beberapa pemahaman dari kuliah; mereka kadang memberi saya motivasi dan hal-hal lain yang bisa saya dapatkan dari kuliah, sehingga sekarang saya lebih nyaman di tahun kedua saya.”*

Berbagai cara dalam menghadapi kecemasan dan ketidakpastian dilakukan oleh para informan dalam penelitian ini. Seperti Bayu dan Sinta, mereka lebih suka beradaptasi dengan teman-teman yang berasal dari daerah yang sama dengan mereka. Karena berasal dari daerah yang sama, kedekatan, kesamaan bahasa, budaya, adat istiadat, akan memudahkan mereka untuk saling mengenal. Berawal dari persahabatan daerah, mereka sudah mulai beradaptasi dengan lingkungan baru. Lebih mudah bagi mereka untuk bertemu lagi dengan lebih banyak teman.

Berperilaku yang baik dan dapat menguasai diri juga menjadi cara bagi sebagian informan untuk menghadapi kecemasan dan ketidakpastian. Misalnya, berpikir bahwa memiliki banyak teman itu penting, menilai positif kepada orang baru, percaya diri, pendengar yang baik, selalu belajar memahami budaya lain, berusaha bersikap baik kepada orang lain, dan bersikap terbuka. Dalam hal ini, potensi yang ada pada diri kita juga memiliki peran penting dalam beradaptasi dengan lingkungan baru.

Kecermatan dalam mengamati seseorang juga diperlukan untuk mengawali pertemanan dan beradaptasi dengan lingkungan baru. Apalagi, jika tidak ada orang yang berasal dari daerah yang sama dengan kita. Dengan mengamati seseorang, pada akhirnya kita bisa menduga bahwa orang tersebut bisa menjadi teman kita atau tidak. Hal ini dilakukan oleh beberapa informan untuk menjalin pertemanan di lingkungan barunya.

Salah satu upaya yang dilakukan adalah memilih untuk mengikuti kegiatan yang diadakan di kampus. Misalnya, mengikuti kegiatan rohani. Dengan mengikuti berbagai kegiatan, mereka berharap bisa mendapatkan teman di sana. Apalagi jika aktivitasnya positif, mereka semakin yakin jika mereka akan

menemukan teman-teman yang baik.

### C. Adaptasi di Lingkungan Baru: Strategi Memulai Hubungan Pertemanan

Sebagai orang baru dalam suatu lingkungan, seperti yang diuraikan di atas, berkaitan dengan hasil yang diperoleh, mereka cenderung merasakan kecemasan dan ketidakpastian. Sulit untuk memulai pertemanan. Namun, karena harus beradaptasi dengan lingkungan baru, tentunya kita harus punya teman.

Manusia kebanyakan merasa kesulitan dengan ketidakpastian; mereka didorong untuk mencari informasi tentang orang lain (Littlejohn, 2009:218). Charles Berger membagi beberapa strategi untuk mengumpulkan informasi tentang orang lain, yaitu: strategi pasif, yaitu melakukan pengamatan terhadap orang yang menjadi sasaran. Strategi aktif, yaitu melakukan sesuatu untuk mengumpulkan informasi tentang orang yang dituju (*reactivity searching*). Strategi interaktif di mana sangat tergantung pada komunikasi atau interaksi yang dilakukan oleh orang-orang yang menjadi sasaran (Littlejohn, 2009:219).

Pada bagian ini, peneliti memaparkan temuan terkait bagaimana strategi informan untuk memulai pertemanan. Bagi Adi, karena mengaku sebagai orang yang cenderung tertutup, ia memilih menggunakan strategi pasif, yaitu dengan mengamati seseorang. Selain itu, ia menggunakan strategi aktif, yaitu mencari informasi dari orang lain tentang orang yang akan ia kenal. Berikut penjelasannya.

*“Keduanya, saya mengamati dan menerima informasi dari orang-orang yang sudah saya kenal tentang orang-orang yang menurut saya menarik dan dapat terhubung dengan saya sebagai teman. Tujuannya adalah untuk memiliki dasar awal tentang siapa orang itu sebenarnya (calon teman) dan juga bisa menjadi pembicaraan awal percakapan saat menggali lebih dalam dan belajar lebih banyak.”*

Hal yang sama juga dilakukan oleh Fian. Dia menggunakan strategi pasif dan aktif. Dia berkata, *“Yang pertama saya amati, apakah dia cocok sebagai teman. Kemudian tanyakan kepada orang lain yang mengenalnya, seperti apa dia.”*

Sedangkan Bayu memilih strategi pasif terlebih dahulu. Dia tipe orang yang pemalu sehingga tidak memilih untuk berkenalan langsung. Kemudian, menggunakan strategi interaktif. Setelah dia mengamati, dia mencoba

untuk mengenalnya dengan mencoba bergabung dalam suatu kelompok terlebih dahulu. Di sana ia mulai berbicara dengan lebih banyak teman.

Berbeda dengan informan lainnya, Lilis cenderung memilih strategi interaktif. Dia berkata:

*“Dengan menjadi diri sendiri. Menjadi diri sendiri adalah cara pertama untuk bisa menjalin hubungan pertemanan. Dengan menjadi diri sendiri kita bisa melihat apakah orang baru bisa langsung menerima kita, atau perlu melakukan pendekatan tertentu terlebih dahulu. Saya berteman dengan siapa saja. Selama saya merasa nyaman berteman dengannya, itu berarti kita bisa berteman.”*

Sinta memiliki pengalaman yang berbeda. Berikut pemaparannya.

*“Saya amati dulu, bagaimana dia berbicara. Saya perhatikan di kelas dan kemudian saya berpikir positif tentang dia. Itulah yang saya alami sehingga saya bisa berteman dengan Sasa. Saya mengamati prosesnya, lalu mencoba menegur dan sekarang saya berteman baik dengannya. Kami selalu bersama-sama dalam satu kelompok saat ditugaskan oleh dosen. Bahkan, saya memilih mata kuliah yang sama di awal semester kami.”*

Sinta menggunakan strategi pasif, kemudian strategi interaktif. Strategi pasif dilakukan dengan mengamati teman. Ini mungkin membutuhkan waktu yang lebih lama. Setelah dia yakin bahwa temannya itu baik dan pantas menjadi teman, maka dia mencoba untuk berkenalan dengan teman tersebut.

Asep melakukan hal yang sama dengan Lilis. Dia menjelaskan:

*“Kalau saya menunggu waktu kuliah, saya menegur siapa saja mahasiswa yang ada di dekat saya, saya tidak peduli dia mau menjawab atau tidak. Tapi tidak semua jadi sahabat sejati. Nah, sekarang saya berteman baik dengan Dina, dia orangnya ramah, berasal dari Jawa Timur. Waktu itu saya sama-sama mengambil Mata Kuliah Pengantar Sosiologi. Saya menilai dia rajin, ya sudah, berteman sampai sekarang terhitung 3 tahun.”*

Asep menggunakan strategi interaktif di awal pertemanan. Karena Asep adalah tipe orang yang ramah. Dia mudah bergaul dengan siapa saja. Bahkan, dia tidak mempedulikan respons awal saat bertemu. Menurutnya, seiring berjalannya waktu, pertemanan akan terseleksi, apakah bisa dilanjutkan atau tidak. Sementara Indira, dia melakukan strategi yang sama dengan Bayu dan Sinta. Indira menggunakan strategi pasif,

setelah itu strategi interaktif.

“Saat saya memilih teman, saya akan amati dulu, jika saya pikir dia baik, maka saya mencoba menegurnya. Karena saya pemalu, sehingga tidak ingin salah melangkah. Kali ini saya berteman dengan Rani, karena saya pikir dia baik, saya perhatikan ketika di kelas, dia ramah dan baik. Sejauh ini saya berteman baik dengannya.”

Dari pengalaman yang diceritakan oleh para informan, dapat disimpulkan bahwa strategi yang digunakan masing-masing informan berbeda-beda. Faktor kepribadian sangat mungkin yang membedakan strategi yang digunakan untuk setiap orang. Jika seseorang tipe orang yang introvert dan pemalu, dia biasanya memilih strategi pasif terlebih dahulu. Kemudian strategi lain dilanjutkan, apakah menggunakan strategi aktif ataukah strategi interaktif.

Namun, jika seseorang terbuka, ramah, mudah berinteraksi dengan siapa saja, mereka akan segera menggunakan strategi interaktif untuk memulai pertemanan. Hal ini dilakukan oleh Lilis dan Asep. Mereka memilih untuk langsung berinteraksi dengan orang tersebut untuk memulai pertemanan. Dari hasil interaksi tersebut, tentu juga akan terseleksi apakah orang tersebut bisa menjadi teman atau tidak.

## SIMPULAN

Seseorang yang pindah ke suatu tempat pasti akan mengalami kecemasan dan ketidakpastian. Namun, bisa jadi dengan kadar yang berbeda tiap orang. Dalam penelitian ini, mereka yang sangat cemas adalah mereka yang baru pertama kali datang ke Jakarta atau yang belum pernah hidup terpisah dengan keluarga sebelumnya. Sedangkan yang merasa kurang cemas, biasanya terjadi pada seseorang yang memiliki rasa percaya diri tinggi dan sudah beberapa kali datang ke Jakarta.

Setiap orang melakukan berbagai cara untuk menghadapi kecemasan dan ketidakpastian ketika berada di lingkungan baru. Cara yang bisa dilakukan adalah: beradaptasi dengan teman-teman yang berasal dari daerah yang sama; menggunakan potensi yang dimiliki, berperilaku yang baik, dan menunjukkan sifat yang baik, serta berpikir positif. Misalnya, berpikir bahwa memiliki banyak teman itu penting, berpikir positif kepada orang baru, percaya diri, pendengar yang baik, selalu belajar memahami budaya lain, berusaha berbuat baik kepada orang lain, dan bersikap terbuka; mengamati seseorang

dengan potensi kebaikan untuk menjadikannya teman; mengikuti kegiatan positif yang diadakan di kampus. Dengan mengikuti berbagai kegiatan, mereka berharap bisa mendapatkan teman di sana. Apalagi jika aktivitasnya positif, mereka semakin yakin jika teman-temannya adalah orang-orang yang baik.

Setiap orang memiliki strategi yang berbeda dalam mendapatkan informasi tentang orang lain. Faktor kepribadian sangat mungkin yang membedakan strategi yang akan digunakan oleh seseorang. Jika seseorang memiliki sifat introvert dan pemalu, biasanya dia akan memilih strategi pasif terlebih dahulu. Strategi berikutnya akan berlanjut antara strategi aktif atau strategi interaktif. Namun, jika seseorang memiliki sifat terbuka, ramah, mudah bergaul, dia akan segera langsung menggunakan strategi interaktif untuk memulai pertemanan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, John W. 2009. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Method Approaches*. Third Edition. California: Sage Publications, Inc.
- Darmastuti, Rini. 2013. *Mindfulness Dalam Komunikasi Antarbudaya*. Yogyakarta: Buku Litera.
- Irawan, Prasetya. 2007. *Penelitian Kualitatif & Kuantitatif untuk Ilmu-Ilmu Sosial*. Depok: Departemen Ilmu Administrasi FISIP Universitas Indonesia.
- Jandt, Fred E. 2007. *An Introduction to Intercultural Communication: Identities in a Global Community*. Fifth Edition. California: Sage Publications, Inc.
- Kriyantono, Rachmat. 2014. *Teknik Praktis Riset Komunikasi*. Jakarta: Kencana Pranada Media Group.
- Kuswarno, Engkus. 2009. *Metodologi Penelitian Komunikasi Fenomenologi: Konsep, Pedoman, dan Contoh Penelitiannya*. Bandung: Widya Padjadjaran.
- Littlejohn, Stephen W. 2009. *Teori Komunikasi “Teori of Human Communication”*, 9<sup>th</sup> Edition. Jakarta: Salemba Humanika.
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Morissan. 2013. *Teori Komunikasi: Individu Hingga Massa*. Jakarta: Kencana

Prenada Media Group.

Mulyana, Deddy. 2005. *Pengantar Ilmu Komunikasi: Suatu Pengantar*. Bandung: Rosda Karya

Silalahi, Ulber. 2009. *Metode Penelitian Sosial*. Bandung: PT Refika Aditama.

Yaputra, Albert. 2011. *Makna Hubungan Indonesia-Malaysia (Studi Fenomenologi pada Masyarakat di Perbatasan Entikong, Sanggau Kalimantan Barat)*. Tesis. Magister Ilmu Komunikasi Pascasarjana UNPAD, Bandung.