

Adaptasi Budaya pada Mahasiswa Gen Z Asal Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin

Cultural Adaptation of Gen Z Students From Makassar at Antasari State Islamic University Banjarmasin

Wardatun Ni'mah

Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Email: wardatunn023@gmail.com

Shanty Komalasari. S.Psi, M.Psi, Psikolog

Program Studi Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Humaniora, Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin.

Email: shantykomalasari@uin-antasari.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi adaptasi budaya pada mahasiswa asal Makassar yang belajar di lingkungan Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Adaptasi budaya adalah proses yang kompleks di mana individu harus menyesuaikan diri dengan lingkungan baru yang berbeda secara budaya. Adaptasi budaya ini melibatkan berbagai aspek seperti bahasa, budaya lokal, lingkungan fisik, dan kondisi sosial yang berbeda antara Makassar dan Banjarbaru. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan teknik pendekatan fenomenologi dengan metode wawancara mendalam sebagai alat utama pengumpulan data. Partisipan penelitian ini menggunakan seorang mahasiswa yang berasal dari Makassar. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa meskipun awalnya menghadapi beberapa tantangan, termasuk kesulitan berbahasa dan penyesuaian dengan lingkungan, mahasiswa tersebut berhasil menemukan kenyamanan dan merasa seperti rumah kedua di Banjarbaru. Strategi adaptasi yang dilakukan termasuk belajar Bahasa Banjar dari teman-teman sekitar dan terlibat aktif dalam kegiatan sosial. Penelitian ini menggaris bawahi pentingnya dukungan sosial dalam memfasilitasi proses adaptasi bagi individu yang mengalami perubahan lingkungan dan budaya.

Kata kunci : Adaptasi Budaya, Mahasiswa, Kualitatif

Abstract

This study aims to investigate cultural adaptation among students from Makassar studying in the environment of Antasari State Islamic University in Banjarmasin. Cultural adaptation is a complex process whereby individuals must adjust to a new environment that differs culturally. This adaptation involves various aspects such as language, local culture, physical environment, and social conditions that differ between Makassar and Banjarbaru. The research utilized a qualitative method with a phenomenological approach using in-depth interviews as the primary data collection tool. The participant in this study was a student originating from Makassar. The results of the study reveal that despite initial challenges, including language difficulties and adjusting to the environment, the student managed to find comfort and feel at home in Banjarbaru. Adaptation strategies employed included learning the Banjar language from local friends and actively

<i>engaging in social activities. This research underscores the importance of social support in facilitating the adaptation process for individuals experiencing environmental and cultural changes.</i>	
Key word : <i>Culture Adaptation, Students, Qualitative</i>	
Article History	
Submitted : <i>02-07-2024</i>	 <p><i>This is an open access article under the CC-BY license</i></p> <p><i>Copyright © 2024 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya</i></p>
Final Revised : <i>08-07-2024</i>	
Accepted : <i>11-07-2024</i>	

Generasi Z merupakan generasi yang terukur kelahirannya antara tahun 1996 hingga 2012. Berdasarkan statusnya, Generasi Z dianggap datang setelah generasi milenial, yang muncul di tengah kemajuan teknologi, dengan contohnya merupakan keturunan dari Generasi X dan Milenial. Mahasiswa termasuk dalam rentang usia generasi ini dan merupakan bagian dari Generasi Z (Ridlo dkk., 2021). Mahasiswa yang diberi gelar "Maha," yang berarti tertinggi, tidak dipilih secara sembarangan; hal ini karena peran yang diemban oleh mahasiswa memiliki arti penting bagi perkembangan masa depan bangsa. Tidak mengherankan bahwa mahasiswa juga disebut "Agen Perubahan" karena diharapkan dapat menghadirkan perubahan terhadap isu-isu di sekitarnya dan menumbuhkan kesadaran sosial serta pemikiran kritis untuk memberikan solusi atas permasalahan masyarakat (Fitriah, 2020).

Mahasiswa merujuk pada individu yang tengah mengejar pendidikan tinggi di universitas, institut, atau akademi. Mereka yang secara resmi terdaftar sebagai siswa di lembaga pendidikan tinggi bisa diidentifikasi sebagai mahasiswa. Namun, definisi mahasiswa sebenarnya melampaui makna formal tersebut. Pendaftaran resmi di lembaga pendidikan hanyalah satu elemen administratif yang mendefinisikan status mahasiswa, namun esensi sejati menjadi mahasiswa jauh lebih luas daripada sekadar peraturan administratif semata. Konsep mahasiswa berakar dari kata dasar "mahasiswa". Dalam bentuknya, kata mahasiswa terbagi menjadi dua bagian, yaitu "maha" dan "siswa" (Anselmus Agus Tinus, 2021).

Mahasiswa yang berasal dari Makassar diharapkan mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan budaya yang ada di Banjarbaru. Karena perbedaan dalam kepribadian dan latar belakang, para mahasiswa yang datang dari luar daerah perlu melakukan proses adaptasi. Proses adaptasi ini penting agar mahasiswa asal Makassar dapat berinteraksi dan berkomunikasi dengan baik dengan masyarakat lokal maupun mahasiswa perantau lainnya. Perbedaan dalam latar belakang, budaya, bahasa, adat istiadat, dan tradisi menjadi tantangan bagi mahasiswa asal Makassar dalam upaya adaptasi mereka (Batubara, 2023).

Menurut Pelly (2008), adaptasi adalah kemampuan atau kecenderungan alami makhluk hidup untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan baru demi memastikan kelangsungan hidup yang optimal. Proses adaptasi ini juga dapat diinterpretasikan sebagai strategi yang digunakan oleh individu atau kelompok yang berpindah tempat tinggal (perantau) untuk mengatasi tantangan-tantangan yang dihadapi dan mencapai keseimbangan positif dengan kondisi lingkungan baru tempat mereka tinggal. Ini melibatkan penyesuaian perilaku, nilai, dan norma-norma sosial yang baru, sehingga memungkinkan mereka untuk berinteraksi secara efektif dan produktif dalam lingkungan yang baru tersebut (Laksono, 2020).

Menurut perspektif Ward (2011) yang dikutip oleh Handriani (2019), adaptasi dapat didefinisikan lebih dari sekadar perubahan sederhana, melainkan sebagai sebuah proses yang bersifat sosio-kultural. Dalam konteks ini, adaptasi adalah proses di mana individu secara aktif mengubah perilaku mereka untuk menyesuaikan diri dengan berbagai perubahan yang terjadi di lingkungan sekitar mereka. Proses ini juga dapat terjadi sebagai bentuk respons terhadap berbagai tekanan sosial yang dihadapi. Artinya, individu tidak hanya berusaha untuk menyesuaikan diri secara pasif, tetapi juga secara proaktif mengembangkan strategi-strategi baru untuk beradaptasi dengan dinamika sosial dan budaya yang terus berkembang. Adaptasi ini melibatkan penyesuaian dalam cara berpikir, bertindak, dan berinteraksi dengan orang lain, sehingga individu dapat tetap berfungsi dan berperan secara efektif dalam masyarakat yang berubah. Beberapa pandangan menyatakan bahwa adaptasi merupakan suatu proses penyesuaian yang dialami oleh individu, kelompok, atau unit sosial terhadap berbagai norma-norma yang berlaku, proses perubahan yang terjadi, atau kondisi-kondisi yang telah terbentuk di lingkungan sekitarnya. Proses ini melibatkan penyesuaian perilaku, pemikiran, dan tindakan agar selaras dengan perubahan dan tuntutan lingkungan tersebut. Adaptasi juga dapat mencakup upaya-upaya untuk mengintegrasikan nilai-nilai baru atau memodifikasi cara-cara lama dalam menjalani kehidupan sehari-hari sehingga individu, kelompok, atau unit sosial tersebut dapat berfungsi secara efektif dan harmonis dalam konteks yang terus berubah. (Arifin & Fauzan, 2021).

Proses adaptasi ini terjadi sebagai hasil dari penggabungan antara adat istiadat dan karakteristik pribadi yang dimiliki oleh mahasiswa sebelum mereka berpindah ke lingkungan budaya yang baru. Ketika mahasiswa perantau mampu mengintegrasikan nilai-nilai dan kebiasaan yang telah mereka bawa dari daerah asal dengan budaya baru yang mereka temui, mereka tidak hanya melalui proses adaptasi budaya semata. Lebih dari itu, mereka juga mendapatkan berbagai pengalaman baru yang berbeda dari apa yang pernah mereka alami sebelumnya di tempat asal mereka. Penggabungan ini memungkinkan mahasiswa untuk mengembangkan cara pandang dan pendekatan yang lebih luas terhadap kehidupan, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan di lingkungan baru dengan lebih efektif dan terbuka. Pengalaman-pengalaman baru ini tidak hanya memperkaya kehidupan pribadi mereka tetapi juga memberikan wawasan yang lebih mendalam tentang keberagaman budaya dan cara-cara hidup yang berbeda di berbagai tempat (BIDANG dkk., 2018). Adaptasi budaya merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan mahasiswa yang berasal dari berbagai wilayah dan memilih melanjutkan pendidikan tinggi di luar daerah asal mereka. Fenomena ini semakin relevan di era globalisasi saat ini, di mana mobilitas penduduk semakin tinggi, dan mahasiswa sering kali harus menyesuaikan diri dengan budaya yang berbeda ketika mereka memutuskan untuk melanjutkan pendidikan di universitas yang terletak di daerah yang berbeda. Proses adaptasi budaya harus dilakukan oleh siapa pun, termasuk mahasiswa yang sedang mengejar pendidikan di perguruan tinggi. Adaptasi merupakan proses panjang untuk menyesuaikan diri dan merasa nyaman dalam lingkungan yang baru (Astuti, 2021).

Koentjaraningrat (2015) menjelaskan bahwa kebudayaan meliputi serangkaian sistem gagasan, tindakan, serta hasil karya manusia yang berkembang dalam konteks kehidupan masyarakat. Sistem ini tidak hanya terdiri dari pemikiran atau ide-ide yang dimiliki oleh individu dan kelompok, tetapi juga mencakup berbagai tindakan dan perilaku yang diwujudkan dalam aktivitas sehari-hari. Selain itu, kebudayaan juga mencakup hasil-hasil karya manusia, baik yang bersifat material maupun non-material, yang dihasilkan melalui proses kreatif dan inovatif. Keseluruhan elemen kebudayaan ini dipelajari oleh individu sejak dini melalui proses sosialisasi dan pendidikan, kemudian diadopsi dan diterapkan dalam kehidupan mereka sehari-hari. Dengan demikian, kebudayaan menjadi fondasi penting yang membentuk identitas dan cara hidup masyarakat secara keseluruhan. (Astuti, 2021).

Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin (UIN Antasari) adalah salah satu institusi pendidikan tinggi di Indonesia yang menerima mahasiswa dari berbagai daerah, termasuk Mahasiswa asal Makassar. Ketika mahasiswa asal Makassar memutuskan untuk melanjutkan pendidikan di UIN Antasari, mereka dihadapkan pada tantangan adaptasi budaya yang mungkin tidak dapat dihindari. Perbedaan bahasa, budaya, dan lingkungan sosial dapat menjadi hambatan dalam proses adaptasi ini. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menggali lebih dalam tentang bagaimana mahasiswa asal Makassar menghadapi dan mengatasi tantangan adaptasi budaya di UIN Antasari Banjarmasin. Hal ini akan memberikan wawasan yang lebih dalam tentang dinamika adaptasi budaya di lingkungan pendidikan tinggi multikultural.

Metode

Penelitian ini mengadopsi metode penelitian kualitatif yang bertujuan untuk memahami atau menafsirkan fenomena dalam perspektif partisipan. Menurut Sugiyono (2018: 2), metode penelitian secara esensial adalah pendekatan ilmiah untuk memperoleh data dengan tujuan dan manfaat tertentu, dengan berfokus pada empat aspek kunci yang meliputi pendekatan ilmiah, data, tujuan, dan manfaat (Widiansyah dkk., 2021). Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif bertujuan untuk mengungkap secara mendalam bagaimana proses adaptasi sosial budaya mahasiswa yang berasal dari Makassar di lingkungan UIN Antasari Banjarmasin. Tujuan utama penelitian kualitatif adalah untuk menggambarkan dan menganalisis fenomena, peristiwa, kegiatan sosial, sikap, kepercayaan, persepsi, serta pemikiran individu dan kelompok secara komprehensif (Batubara, 2023).

Partisipan

Dalam penelitian ini, pemilihan subjek dilakukan berdasarkan kriteria tertentu. Tujuannya adalah untuk memastikan bahwa partisipan yang terlibat memiliki pemahaman dan pengetahuan yang memadai terkait dengan topik penelitian yang akan diselidiki. Hal ini bertujuan untuk memudahkan peneliti dalam mengumpulkan data dari partisipan sesuai dengan fokus tema penelitian yang ditetapkan (Rahma, 2023). Penelitian ini menggunakan 1 partisipan yang bersedia di wawancarai akan pengalamannya merantau ke kota lain dan beradaptasi dengan budaya kota tersebut. Adapun kriteria partisipan meliputi: mahasiswi asal Makassar berusia 18-19 tahun, sedang merantau di kota orang.

Pengumpulan data

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, yakni penelitian yang mengandalkan data dari apa yang dilihat di lapangan atau setting alamiah. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi terhadap keseharian responden. Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Menurut Herdiansyah (2010), wawancara semi terstruktur adalah jenis wawancara yang tidak mengikuti panduan secara ketat, sehingga diharapkan memberikan ruang bagi responden untuk menjawab pertanyaan secara santai. Teknik wawancara semi terstruktur juga memberikan peluang bagi peneliti untuk mengadaptasi panduan wawancara sesuai dengan situasi yang ada di lapangan. Proses wawancara ini dilakukan peneliti dengan membuat janji untuk bertemu secara khusus dengan responden.

Analisis data

Proses analisis data dilakukan dengan beberapa langkah, yaitu: (1) Reduksi data, yaitu mengumpulkan semua data yang diperoleh di lapangan, kemudian memilih data yang penting, mengkategorikannya, dan menghapus data yang tidak diperlukan. (2) Penyajian data, yaitu memilah-milah data yang telah diperoleh dan menyajikannya dalam bentuk pola yang relevan dengan fokus penelitian. (3) Peneliti kemudian melakukan analisis lanjutan terhadap data yang telah direduksi dan disajikan untuk menarik kesimpulan. Untuk memastikan keabsahan data, peneliti menggunakan metode triangulasi dengan memeriksa sumber data dan teknik pengumpulan data, termasuk hasil observasi dan wawancara (Laksono, 2020).

Hasil

Penelitian ini berkaitan dengan adaptasi budaya pada mahasiswa Gen Z asal Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari. Berdasarkan hasil wawancara dari 1 responden ini akan terungkap beberapa aspek yang berkaitan dengan pengalaman ZN dalam beradaptasi dan menyesuaikan diri. Adapun penjelasan hasil penelitian sebagai berikut :

Penyesuaian terhadap lingkungan baru

Berdasarkan hasil yang didapatkan dari wawancara yang telah dilakukan ditemukan bahwa ZN mengungkapkan adanya banyak penyesuaian yang terjadi terhadap adaptasi yang terjadi. "Pas awal pindah dari Banjarmasin ke Banjarbaru itu kan di asrama dulu, butuh penyesuaian yang banyak menurut ulun sendiri. Pas baru nyampe disini tu dari kulit sendirilah, kaya langsung *breakout* lah dimuka, terus ngerasa kaya belang langsung gitu, terus lebih polusi juga kalo di Banjarbaru, kalau di Banjarmasin itu lebih aman sih, 11/12 aja sama di Makassar." (ZN, 25 September 2023)

Tantangan dalam adaptasi budaya

Berdasarkan hasil wawancara, ditemukan bahwa informan menghadapi beberapa tantangan dalam proses adaptasi. Pertama, dalam hal bahasa, informan mengungkapkan kesulitan awal dalam memahami Bahasa Banjar. Hal ini menunjukkan bahwa perbedaan bahasa dapat menjadi hambatan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru. "Pasti, pas awal itu sama sekali ga ngerti sama yang Namanya Bahasa Banjar. Awalnya itu pake Bahasa formal yang orang bilang tu Bahasa Jakarta yang gitu, awalnya ga tau kalo pake ulun, ternyata kata aku, kamu itu ga sopan disini, awalnya tu pake Bahasa aku, kamu ke kaka tingkat gitu, lama-lama tu baru dibilangin sama temen 'aku itu kurang sopan kalonya di Banjar sini, kalo hendak bilang sama yang lebih tua itu pake ulun, pian gitu,' nah, dari situ mulai belajar" (ZN, 25 September 2023).

Selain itu, informan mengalami kesulitan dalam memahami budaya lokal, seperti adat istiadat dan norma sosial. Dia perlu belajar cara berkomunikasi yang dianggap sopan dan sesuai di daerah baru. "Pasti pas awal susah banget, terutama memulai..awalnya tu dibilangin coba mulai bepadah aku kamu itu ulun pian terutama kalo buat senior awalnya, teman tu bilangin terus.. 'eh ulun-ulun' kan kada ini..apa lah ga sengaja. Misalnya 'aku kada bisa kaya' (di senggol-senggol sama kawan 'eh ulun-ulun') gitu..untungnya ada kawan yang selalu ngingetin terus ngajarin Bahasa Banjar gitu" (ZN, 25 September 2023).

Perubahan lingkungan fisik dari Makassar ke Banjarbaru juga menjadi tantangan, termasuk perbedaan polusi udara dan kondisi geografis. "Kesulitannya lebih ke lingkungannya, cuaca, ee..bukan cuaca sih kaya polusinya gitu, soalnya kan misalnya ke kampus itu jalanan

yang dilalui itu kan jalanan yang dilalui trek-trek besar itu, jadinya lebih terganggu" (ZN, 25 September 2023).

Pada awalnya, informan mengalami rasa kesepian dan rindu pada rumah karena kebiasaan sebelumnya yang tinggal bersama keluarga. Namun, dengan waktu, dia mulai menyesuaikan diri dengan keadaan baru. "Pernah waktu masih di asrama, baru berapa minggu di asrama situ. Kan shock belum pernah Namanya masuk asrama pas masih di Makassar sampai sini pun, tiba-tiba disini seminggu tu langsung di asramakan. Nah terus shock banget ikut kegiatan tu kaya kemarin itu ada kegiatan, terus di asrama ni banyak banget larangannya, harus bangun jam segini, tidur jam segini, belum lagi tugas kuliah, itu kaya di kekang banget waktu itu, terus langsung nelpon orangtua, kemarin tu bilang banget pokoknya besok harus ada tiket mau pulang, pokoknya malam itu nangis banget..pokoknya ga mau lagi di Banjar ini pindah kuliah, terus langsung dimatikan. Terus kaka yang di Jakarta nelpon, dibilangin lah kaya awalnya udah punya niat disini, ingat lagi perjuangannya yang kemarin, terus kaya terbuka lagi pikiran. Yaaa.. nenangin diri sendiri gitu" (ZN, 25 September 2023).

Meskipun awalnya sulit, informan mampu beradaptasi dengan lingkungan sosial baru dan berhasil membangun hubungan pertemanan dengan orang-orang di sekitarnya. "Belum..awalnya tu eee... numpang dulu di tempatnya sepupu kan ada sepupu disini, terus untuk yang pertama kali bantuin inget banget ketua HMJ tahun lalu..terus ketemu sama temen yang ngekos bareng sekarang..itu temen pertama. Kalaunya ulun sendiri ga sulit sih..ga tau kaya ngalir aja, tiba-tiba dapet kawan, terus rasuk, gitu aja" (ZN, 25 September 2023).

Perbedaan kondisi iklim antara Makassar dan Banjarbaru menjadi tantangan, terutama dalam hal adaptasi terhadap perubahan cuaca dan musim yang berbeda. "Sebetulnya sulit. Kaya misalnya kalau tiba-tiba panas, terus kalau disini tu misalnya tiba-tiba hujan tu hujannya ga main-main.. langsung yang kaya badai. Yaaa gimana lagi yaa..hehehe" (ZN, 25 September 2023).

Informan juga perlu menyesuaikan pengeluaran dengan kondisi baru, termasuk memahami perbedaan biaya hidup antara dua daerah yang berbeda. "emmmm...menurut ulun waktu disini tu malah lebih murah dari pada di Makassar. Kalaunya dari segi makanan lebih murah disini, kaya standar aja. Waktu di Makassar itu kan misalnya makan sendiri itu misal beli di warung atau tempat makan itu 20.000 ribu keatas ga ada sudah yang kebawah, nah waktu disini itu 10.000-an itu sudah cukup banget, waktu disana ga ada, dari segi makanan sih" (ZN, 25 September 2023).

Pembahasan

Adaptasi budaya pada mahasiswa merupakan subjek yang erat kaitannya dengan peralihan dari lingkungan sosial yang akrab ke lingkungan budaya yang berbeda. Proses ini melibatkan penyesuaian terhadap nilai-nilai budaya, praktik sosial, dan bahasa yang berbeda. Signifikansi topik ini terletak pada dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis, sosial, dan akademik mahasiswa. Menurut Ruben dan Stewart (2016), adaptasi lintas budaya adalah proses pembelajaran dan pembentukan identitas yang berasal dari interaksi antara individu dan kelompok, dengan tujuan untuk memahami nilai-nilai khusus dalam konteks sosial (Ambarwati & Indriastuti, 2022). Menurut Gerungan (1996), adaptasi merujuk pada kemampuan untuk berkelanjutan dengan lingkungan. Terkait dengan permasalahan ini, hal yang sama juga dialami oleh mahasiswa perantau yang memilih melanjutkan pendidikan tinggi di daerah lain (Anselmus Agus Tinus, 2021).

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memahami bagaimana proses adaptasi budaya dilakukan oleh mahasiswa yang berasal dari Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Fokus penelitian difokuskan pada tahapan-tahapan yang dialami dalam proses penyesuaian diri. Adaptasi diartikan sebagai proses penyesuaian diri dalam jangka waktu tertentu agar seseorang merasa nyaman dalam lingkungan baru (Hidayat dkk., 2022). Secara umum, adaptasi merupakan konsep yang membicarakan tentang proses penyesuaian diri. Berdasarkan definisi Burhanuddin dalam kamus ilmiah populer (2005:8), adaptasi dijelaskan sebagai penyesuaian diri terhadap lingkungan dan kondisi lingkungan. Sementara menurut William (1993: 26), adaptasi adalah hasil interaksi antara perubahan yang diakibatkan oleh organisme terhadap lingkungannya dan perubahan yang diakibatkan oleh lingkungan terhadap organisme (Rahayu, 2016).

Menurut Liliweri (2004:19) yang merujuk pada Gudykunst dan Kim (2003), interaksi antar masyarakat sebagai makhluk sosial merupakan suatu keharusan, tetapi kemampuan individu untuk berkomunikasi sesuai dengan norma dan nilai budaya lokal bergantung pada proses penyesuaian atau adaptasi dari para pendatang (Soemantri, 2019). Schneider (1964) mengungkapkan bahwa penyesuaian diri melibatkan serangkaian respons mental dan perilaku individu untuk mengatasi kebutuhan, tekanan, konflik, dan rasa frustrasi. Upaya ini bertujuan untuk mencapai keselarasan dan keseimbangan antara tuntutan internal individu dan tuntutan lingkungan (Zain, 2020).

Pembahasan dari hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa adaptasi budaya pada mahasiswa Gen Z asal Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari melibatkan berbagai aspek yang meliputi lingkungan fisik, bahasa, perbedaan budaya, kesepian, lingkungan sosial, kondisi iklim, dan pengaturan keuangan. Dari hasil wawancara dengan responden ZN, ditemukan beberapa temuan penting terkait proses adaptasinya di Banjarbaru. Pertama, ZN mengalami penyesuaian yang signifikan terhadap lingkungan baru, terutama dalam menghadapi perbedaan polusi udara antara Banjarbaru dan Makassar. Selain itu, ZN juga menghadapi tantangan bahasa dan budaya awal, dimana kesulitan dalam memahami Bahasa Banjar dan adat istiadat lokal menunjukkan pentingnya untuk memahami dan menghormati budaya setempat. Selain itu, perubahan lingkungan fisik, termasuk perbedaan cuaca dan geografis, menjadi tantangan lain yang memerlukan adaptasi agar ZN dapat berfungsi secara efektif di lingkungan baru. Pada awalnya, ZN juga mengalami kesulitan karena merasa kesepian dan rindu pada rumah, tetapi dengan waktu, dia berhasil menyesuaikan diri dengan keadaan baru. Meskipun sulit pada awalnya, ZN berhasil membangun hubungan sosial yang baik dengan teman-teman sekitar, yang sangat membantu proses adaptasinya di lingkungan sosial baru.

Perbedaan kondisi iklim antara dua kota juga menjadi tantangan yang signifikan, dimana ZN perlu menyesuaikan diri dalam menghadapi perubahan cuaca dan musim yang berbeda. Terakhir, ZN juga harus menyesuaikan pengeluarannya dengan perbedaan biaya hidup antara dua daerah, yang penting untuk memastikan keseimbangan keuangan dalam lingkungan baru yang lebih murah dari Makassar, terutama dari segi makanan. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan 1 informan mahasiswa asal Makassar, diketahui bahwa dalam proses adaptasi budaya informan melalui fase-fase tertentu. Adapun fase adaptasi budaya yang dikemukakan oleh Young Y. Kim (dalam Oriza, 2016: 2380) yaitu fase *honeymoon*, fase *frustasi*, fase *readjustment*, dan fase *resolution* (Purba & Silaban, 2021). Pada fase *honeymoon* ini seseorang berada di lingkungan baru dan beradaptasi dengan budaya dan lingkungan baru. Tahapan ini merupakan tahapan ketika seseorang masih memiliki semangat dan rasa ingin tahu yang besar serta bergairah dengan suasana baru yang dijalani. Orang-orang ini mungkin masih

merasa terasing, rindu kampung halaman, dan kesepian, tetapi keramahan penduduk setempat terhadap orang asing membuat mereka menjadi mulai nyaman (BIDANG dkk., 2018).

Fase *readjustmen* yaitu ketika individu mulai berusaha mengembangkan berbagai cara untuk beradaptasi dengan keadaan yang ada dan mengatasi permasalahan-permasalahan yang dihadapi sebelumnya dengan cara belajar bahasa, berusaha mengolah makanan sendiri, berupaya meningkatkan keamanan diri, serta lebih membuka diri dan fleksibel dalam bergaul.

Fase *resolution* yang disebut sebagai fase akhir dari upaya penyesuaian diri mahasiswa terhadap lingkungan budaya baru (Wardah & Sahbani, 2020). Di fase ini ada beberapa hal yang dapat dijadikan pilihan, yaitu: *Flight* (memutuskan untuk meninggalkan lingkungan), *Fight* (memutuskan untuk tetap bertahan dan berusaha menghadapi segala hal), *Accommodation* (kompromi), dan *Full Participation* (enjoy) (Purba & Silaban, 2021).

Dari penelitian tersebut, ditemukan beberapa dampak negatif dari proses adaptasi budaya yang dihadapi oleh mahasiswa Gen Z asal Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari. Pertama, masalah kesehatan mental menjadi salah satu dampak utama, dimana rasa kesepian, kecemasan, dan rindu pada rumah dapat memengaruhi kesehatan mental mahasiswa. Kesulitan dalam beradaptasi dengan lingkungan baru dan tekanan akademik yang tinggi dapat meningkatkan risiko stres dan depresi. Kedua, terdapat penurunan kinerja akademik akibat tantangan dalam memahami bahasa, budaya, dan lingkungan fisik baru. Hal ini dapat mengganggu fokus dan konsentrasi mahasiswa, yang pada akhirnya memengaruhi pencapaian akademik mereka.

Selain itu, isolasi sosial juga menjadi dampak negatif yang signifikan. Rasa kesulitan dalam membangun hubungan sosial dan kesulitan dalam berkomunikasi dapat menyebabkan isolasi sosial, yang memperburuk perasaan kesepian dan kecemasan yang dialami oleh mahasiswa. Adaptasi terhadap perbedaan iklim dan lingkungan fisik baru, seperti polusi udara dan perbedaan cuaca, juga memberikan dampak negatif pada kesehatan fisik mahasiswa, seperti masalah pernapasan dan kesehatan kulit. Terakhir, masalah keuangan menjadi tantangan lainnya. Kesulitan dalam mengatur keuangan, terutama untuk mahasiswa yang tidak terbiasa dengan biaya hidup di daerah baru, dapat memicu masalah keuangan yang berkelanjutan, yang pada akhirnya dapat menambah stres mahasiswa. Secara keseluruhan, proses adaptasi budaya bagi mahasiswa Gen Z asal Makassar di UIN Antasari Banjarmasin tidak hanya melibatkan penyesuaian praktis, tetapi juga menghadirkan sejumlah dampak negatif yang perlu diperhatikan dan dikelola dengan baik.

Dampak-dampak negatif tersebut menekankan pentingnya dukungan sosial, lingkungan belajar yang inklusif, dan sumber daya yang tepat dari pihak kampus untuk membantu mahasiswa mengatasi tantangan adaptasi budaya dan memastikan kesejahteraan mereka selama masa kuliah.

Kesimpulan

Penelitian ini mengungkapkan proses adaptasi budaya mahasiswa Gen Z asal Makassar di Universitas Islam Negeri Antasari Banjarmasin. Melalui wawancara dengan satu informan, ditemukan bahwa adaptasi budaya mencakup penyesuaian terhadap lingkungan fisik, tantangan bahasa dan budaya, perubahan sosial, penyesuaian terhadap iklim dan cuaca, serta pengaturan keuangan. Mahasiswa mengalami berbagai fase adaptasi, mulai dari fase *honeymoon*, frustrasi, *readjustment*, hingga *resolution*. Dalam setiap fase, mahasiswa harus menghadapi dan mengatasi tantangan yang berbeda, seperti perbedaan polusi udara, kesulitan memahami bahasa dan budaya lokal, serta rasa kesepian dan rindu rumah. Penelitian ini menyoroti pentingnya dukungan sosial dan program orientasi yang baik dari pihak kampus untuk membantu mahasiswa dalam proses adaptasi budaya. Dukungan tersebut dapat membantu

mahasiswa dalam mengatasi tantangan yang dihadapi, meningkatkan kesejahteraan psikologis, dan mencapai keberhasilan akademik.

Saran

Mengingat pentingnya proses adaptasi budaya, disarankan agar institusi pendidikan memberikan perhatian lebih kepada mahasiswa yang berasal dari luar daerah. Dukungan sosial dari lingkungan kampus dan kegiatan adaptasi budaya dapat membantu mahasiswa mengatasi perasaan *homesick* dan perubahan lingkungan yang signifikan. Selain itu, program sosialisasi budaya lokal juga dapat membantu mahasiswa merasa lebih diterima dan terlibat dalam kehidupan masyarakat setempat. Sedangkan saran untuk peneliti selanjutnya adalah dengan menggunakan metode pendekatan yang lain guna untuk meneliti secara optimal dengan tema adaptasi budaya pada mahasiswa rantau.

Daftar Pustaka

- Ambarwati, M., & Indriastuti, Y. (2022). Komunikasi Antarbudaya Mahasiswa Rantau Dalam Menghadapi Culture Shock di Madura. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Bisnis*, 8(1), 9–24. <https://doi.org/10.36914/jikb.v8i1.777>
- Anselmus Agus Tinus. (2021). Adaptasi Sosial Mahasiswa Sabah Dalam Lingkungan Universitas Bosowa Makassar. *Universitas Bosowa Makassar*, 1(1), 1–8. <https://journal.unibos.ac.id/jsk/article/view/1157>
- Arifin, S. C., & Fauzan, A. (2021). Bentuk Adaptasi Komunikasi Mahasiswa Asing Asia (Studi Resiliensi Mahasiswa Thailand di Indonesia). *Jurnal Dimensi Pendidikan Dan Pembelajaran*, 9(2), 75–78. <https://doi.org/10.24269/dpp.v9i2.3650>
- Astuti, T. (2021). Strategi Adaptasi Budaya Mahasiswa Program Studi Pgsd Tegal Unnes Dalam Menghadapi Perbedaan Kebudayaan. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 11(2), 197–203. <https://doi.org/10.24176/re.v11i2.5431>
- Batubara, M. Z. (2023). Dari Sumatera Ke Kalimantan: Adaptasi Sosial Budaya Mahasiswa Baru Asal Sumatera Utara Di Palangka Raya. *Jurnal Ilmu Budaya*, 11(1), 173–180. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jib/article/view/25233>
- BIDANG, A. S., ENDANG, E., & SARY, K. A. (2018). Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan. *Ilmu Komunikasi*, 6(3), 212–225. <https://ejournal.ilkom.fisip-unmul.ac.id/site/?p=3457>
- Fitriah, F. (2020). Penyesuaian Diri Mahasiswa Pada Budaya Masyarakat (Studi Kasus Mahasiswa Pasca Kkn). *Social Landscape Jurnal*, 1(2), 19–30. <https://shorturl.at/eYwmh>
- Hidayat, Z., Suminar, J. R., & Prasanti, D. (2022). PENGALAMAN KOMUNIKASI ADAPTASI MAHASISWA MINANGKABAU (Studi Fenomenologi Mengenai Komunikasi Adaptasi Mahasiswa Minangkabau Program Studi Di Luar Kampus Utama Universitas Padjadjaran Pangandaran). *Komunikologi*, 19(2), 75–84. <https://komunikologi.esaunggul.ac.id/index.php/KM/article/view/503>

- Laksono, P. (2020). Adaptasi Sosial Mahasiswa Asing Di Institut Kh. Abdul Chalim Pacet Mojokerto. *Al-Mada: Jurnal Agama, Sosial, Dan Budaya*, 3(1), 1–13. <https://doi.org/10.31538/almada.v3i1.484>
- Purba, C. A., & Silaban, Y. N. (2021). Pola Komunikasi Dan Adaptasi Budaya Mahasiswa Asing Di Universitas Prima Indonesia. *Jurnal Bahasa Indonesia Prima (BIP)*, 3(1), 108–113. <https://doi.org/10.34012/bip.v3i1.1639>
- Rahayu, S. (2016). Proses Adaptasi Mahasiswa Baru Di Pendidikan Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial Universitas Negeri Makassar. *Jurnal Sosialisasi Pendidikan Sosiologi*, 3(1), 1–5. <https://ojs.unm.ac.id/sosialisasi/article/view/2356/1205>
- Rahma, J. F. (2023). Pengungkapan Diri Pada Perempuan Dewasa Awal Pengguna Dating Self - Disclosure In Early Adult Female Dating App (Bumble) Users Abstrak. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 10(02), 184–201. <https://shorturl.at/XpgVH>
- Ridlo, M., Satriyadi, Y., Nasution, A. H., & Arandri, N. A. (2021). Analisis Pengaruh Bahasa Gaul Di Kalangan Mahasiswa Terhadap Bahasa Indonesia Di Zaman Sekarang. *Jurnal Kewarganegaraan*, 5(2), 561–569. <https://doi.org/10.31316/jk.v5i2.1940>
- Soemantri, N. P. (2019). Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia Di Australia. *WACANA, Jurnal Ilmiah Ilmu Komunikasi*, 18(1), 46–56. <https://doi.org/10.32509/wacana.v18i1.727>
- Wardah, & Sahbani, U. D. (2020). Adaptasi Mahasiswa Terhadap Culture Shock. *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)*, 2(2), 120–124. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/jko/article/view/8077>
- Widiansyah, S., Naim, M., Soetrisnaadisendjaja, D., & Saputra, D. Y. (2021). Bahasa sebagai media dalam proses adaptasi sosial mahasiswa asal papua. *Jurnal Membaca*, 6(2), 149–160. <https://jurnal.untirta.ac.id/index.php/jurnalmembaca/article/viewFile/13065/8070>
- Zain, M. R. (2020). Penyesuaian Diri dan Komunikasi Interpersonal Pada Mahasiswa Asing yang Mengalami Geger Budaya. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(1), 90. <https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i1.4863>