
**DINAMIKA INTERAKSI MELALUI KARAKTER *MINDFUL COMMUNICATION*
DALAM MENGATASI GEGAR BUDAYA PADA MAHASISWA DI JAKARTA**

Bhernadetta Pravita Wahyuningtyas

Jurusan Marketing Communication, Fakultas Ekonomi dan Komunikasi

Universitas Bina Nusantara

bhernadetta@gmail.com

Abstract: *This study describes how mindful communication characters in the students that lead them in the process of adaptation of cultural shocks that arise due to interaction in educational institutions in their places of study, especially in academic life. Mindful communication character is one of the important character which ideally belongs to every individual because this character focuses on maximum communication behavior such as sympathy and empathy. This character is minimal irritation so that new environments and different cultures do not make individuals traumatized to establish communication with their environment. New environments with different cultures will stimulate anxiety and whack students' feelings, resulting in an adaptation background. This research is constructivist paradigm and is descriptive with qualitative approach, research method used is phenomenology. Someone who has a mindful communication character that is minimal has the potential to experience communication difficulties and irritate the feelings of others, even hurt the general social environment. Cultural shocks can be minimized and even overcome through one's willingness to interact with humility when seeking information about the environment to be lived.*

Keywords: *Mindful Communication, Adaptation, Interaction, Cultural Concussion*

Abstrak. Penelitian ini memaparkan tentang bagaimana karakter *mindful communication* pada para mahasiswa yang menuntun mereka dalam proses adaptasi atas gegar budaya yang muncul akibat interaksi di institusi pendidikan di tempat mereka belajar, khususnya dalam kehidupan akademis. Karakter *mindful communication* merupakan salah satu karakter penting yang idealnya dimiliki oleh setiap individu karena karakter ini menitikberatkan pada perilaku komunikasi yang maksimum seperti simpati dan empati. Karakter ini minim iritasi sehingga lingkungan baru dan budaya yang berbeda tidak membuat individu menjadi trauma untuk menjalin komunikasi dengan lingkungannya. Lingkungan baru dengan budaya yang berbeda akan menstimulasi kecemasan dan mendera perasaan mahasiswa, sehingga melatar belakangi adaptasi. Penelitian ini berparadigma konstruktivis dan bersifat deskriptif dengan pendekatan kualitatif, metode penelitian yang digunakan adalah fenomenologi. Seseorang yang memiliki karakter *mindful communication* yang minim berpotensi untuk mengalami kesulitan komunikasi dan mengiritasi perasaan orang lain, bahkan juga menyakiti lingkungan sosialnya secara umum. Gegar budaya dapat diminimalisir bahkan diatasi melalui kemauan seseorang untuk berinteraksi sepenuh kerendahan hati ketika mencari informasi tentang lingkungan yang akan dihidupi.

Kata kunci: *Mindful Communication, Adaptasi, Interaksi, Gegar Budaya*

PENDAHULUAN

Indonesia adalah negara multikultural yang memiliki lebih dari 250 suku yang tersebar di berbagai wilayah dari ujung Sumatera sampai Papua. Interaksi antar-suku bangsa dapat terjadi secara dinamis karena Indonesia menganut konsep multikultur yang mengakui dan mengagungkan perbedaan dalam tingkat atau level kederajatan yang seimbang dari sisi individu serta budaya. Interaksi antar budaya dapat terjadi secara sangat dinamis karena individu atau kelompok yang datang atau berkomunikasi ke wilayah budaya yang lain. Sebagai ibukota negara, Jakarta merupakan tempat berkumpulnya berbagai bangsa di dunia dan juga dari seluruh penjuru Indonesia (*the melting pot*). Jakarta merupakan pusat pendidikan tinggi, yang menjadi tujuan masyarakat. Jakarta juga barometer bagi gaya hidup masyarakat modern seluruh Indonesia.

Keterkaitan pokok antara individu manusia dan lingkungannya adalah bahwa manusia senantiasa berusaha untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Menyesuaikan diri tidak hanya berarti mengubah diri sesuai keadaan lingkungan, tetapi juga mengubah lingkungan sesuai keadaan. Pengalaman selama proses adaptasi yang dihadapi oleh tiap individu bervariasi. Masing-masing memiliki cara. Jika individu ingin diterima di dalam kelompok sosial yang baru, maka ia harus berusaha untuk menghadapi tekanan, dengan konsekuensi dan kemungkinan bahwa identitas budaya yang ia miliki tergantikan dan tercampur dengan budaya baru atau bahkan dapat hilang sama sekali.

Dalam berkomunikasi dengan orang yang berbeda budaya, seseorang bisa saja menemui masalah atau hambatan yang tidak diharapkan sebelumnya. Hambatan bisa berbentuk penggunaan bahasa yang berbeda, nilai-nilai, norma masyarakat, atau perilaku komunikasi yang berbeda. Syarat terjalannya hubungan yang baik adalah melalui komunikasi yang terbangun

atas dasar saling pengertian sehingga pertukaran informasi atau makna antara satu individu dengan individu lainnya dalam budaya yang berbeda dapat berlangsung tanpa kendala.

Perbedaan gaya berkomunikasi kerap kali menjadikan komunikasi tidak efektif. Hal ini terjadi karena perilaku komunikasi yang berbeda sering menimbulkan perbedaan persepsi. Kenyataan tersebut menunjukkan pentingnya memiliki karakter *mindful communication* dari setiap individu. Adaptasi terjadi dalam dan melalui komunikasi; karena komunikasi melibatkan interaksi dari seseorang dan lingkungan, maka kita dapat melihat bagaimana seorang dapat menghargai orang lain.

Sherman Zein (2012), dalam jurnalnya menceritakan bahwa komunikasi antar budaya berperan untuk menyelesaikan masalah-masalah yang terkait dengan masalah yang disebabkan oleh perbedaan budaya diantara aktor-aktor atau pelaku-pelaku baik individu maupun kelompok. Sebagai individu, masalah sosial dapat dipecahkan melalui analisis komunikasi antar budaya dengan pendekatan komunikasi interpersonal dan akulturasi.

Penelitian tentang kecemasan dan ketidakpastian juga telah dilakukan oleh Craig R. Hullet dan Kim Witte (2011), mereka mengadaptasi model Manajemen Anxiety/Uncertainty (AUM) menjadi sebuah model program paralel yang diperpanjang (*Extended Parallel Program Model*) dan menguji manajemen kecemasan dan ketidakpastian yang melanda para mahasiswa asing yang menempuh pendidikan di Universitas Michigan, Amerika Serikat.

Dinamika Interaksi: Berger (1979) mengatakan bahwa kita akan mencoba mengurangi ketidakpastian ketika kita menyadari bahwa orang yang kita temui sekarang akan kita jumpai lagi di masa mendatang. Maka wajarlah bila dikatakan

bahwa kita akan banyak mengurangi ketidakpastian ketika kita berkomunikasi dengan orang asing dari pada ketika kita berkomunikasi dengan seseorang yang sudah akrab (Griffin, 2006). Khusus pada mereka yang kultur ataupun etnisnya berbeda, Gudykunst mengembangkan interaksi menjadi lebih spesifik yaitu melihat ketidakpastian dan kecemasan di dalam situasi *intercultural* tersebut. Ia menemukan bahwa semua budaya mencoba untuk mengurangi ketidakpastian pada tahap-tahap tertentu dari sebuah hubungan, tetapi mereka melakukannya dengan cara yang berbeda.

Perbedaan ini bisa dijelaskan baik pada individu yang menjadi anggota sebuah konteks budaya tinggi (*high-context culture*) maupun anggota konteks budaya rendah (*low-context culture*). *High-context culture* sangat bergantung pada keseluruhan situasi untuk menginterpretasikan kegiatan-kegiatan, dan *low-context culture* lebih bergantung pada isi pesan yang eksplisit dan verbal. Individu anggota *high-context culture* bergantung pada tanda-tanda nonverbal dan informasi tentang latar belakang seseorang untuk mengurangi ketidakpastiannya. Sementara individu dari anggota *low-context culture* seperti bertanya secara langsung tentang semua hal yang berhubungan dengan pengalaman, sikap dan keyakinan (Littlejohn, 2012).

Pengurangan ketidakpastian pada individu dari budaya yang berbeda juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, seperti: pengalaman dan penguasaan bahasa. Pengalaman dan persahabatan dengan orang-orang dari budaya yang berbeda dapat meningkatkan kepercayaan diri kita ketika menghadapi individu dari kelompok lain atau asing. Demikian juga halnya bila kita menguasai bahasa lokal maka kemampuan bahasa tersebut dapat membantu kita dalam menoleransi pada hal-hal yang bersifat ambigu. Sehingga dapat disimpulkan bahwa dengan pengalaman dan penguasaan bahasa berarti

meningkatkan percaya diri dan tidak terlalu panik untuk bertemu dengan seseorang dari kelompok yang berbeda sehingga kita akan bekerja dengan baik dan dapat menggali informasi dan mengurangi ketidakpastian.

Ketidakpastian dan kecemasan dalam situasi interkultural disebabkan oleh ketidakefektifan dan kelemahan dalam beradaptasi. Semakin sedikit pengetahuan tentang budaya lain, semakin tidak pasti dan cemas seseorang. Ketidakpastian dan kecemasan merupakan sebab-sebab mendasar dari kegagalan komunikasi antar budaya atau dengan kata lain bahwa ketidakpastian dan kecemasan yang ada merupakan dua tantangan dasar utama yang menghadang pendatang dalam berkomunikasi dengan warga lokal. Gudykunst (1997) telah mengategorikan atau mengidentifikasi kedua faktor tersebut sebagai pusat penjelasan dari komunikasi antarbudaya yang efektif secara umum dan adaptasi lintas budaya khususnya).

Ketidakpastian dan kecemasan ini mengarahkan kita untuk berkomunikasi secara lebih efektif, kita akan mengumpulkan informasi untuk membantu mengurangi ketidakpastian dan kecemasan. Nakayama (2003) menyebutkan bahwa orang yang paling mampu mengelola kecemasan dan memprediksi serta menjelaskan perilaku orang lain adalah komunikator yang mampu berkomunikasi secara efektif. Orang-orang tersebut memiliki, antara lain: (1) Harga diri dan konsep diri yang kuat. (2) Mempunyai perilaku dan sikap yang fleksibel (toleran terhadap ambiguitas dan ber-empati). (3) Mudah dalam mengelompokkan orang lain (misalnya mampu mengidentifikasi persamaan dan perbedaan dan menghindari stereotip).

Adaptasi Budaya: Ketika beradaptasi dengan budaya tertentu kita belajar tentang representasi personal, aturan, dan gambaran dari sebuah hubungan, kelompok, organisasi, dan masyarakat

dimana kita menjadi anggota di dalamnya. Ketika seseorang akan jauh dari zona nyamannya untuk waktu yang lama, maka akan terjadi adaptasi budaya. Adaptasi budaya merupakan proses yang terjadi melalui dan dengan memanfaatkan komunikasi yang menjadi alat yang tidak tergantung untuk proses adaptasi (Littlejohn & Foss, 2009).

Beberapa reaksi yang mungkin dialami seseorang ketika beradaptasi dengan budaya baru (Samovar, Porter, & McDaniel, 2010) antara lain: (1) Permusuhan terhadap lingkungan baru, (2) Perasaan disorientasi atau perasaan tertolak (3) *Handycaps* hambatan fisik, (4) Rindu kampung halaman, teman, dan keluarga, (5) Perasaan kehilangan status dan pengaruh, (6) Menyendiri dan menganggap anggota budaya yang lain tidak sensitif.

Mindful Communication: Disadari atau tidak, karakter pada masa muda akan membentuk bagaimana seseorang mampu beradaptasi dan berkembang pada masa dewasanya. Jika ada masalah dalam komunikasi ketika masa usia tersebut ada kemungkinan akan menjadi masalah pula ketika dewasanya. Penghambat akan tampak dalam proses berpikir dan berperilaku ketika dewasa dalam meraih dan mewujudkan keinginannya.

Karakter terbentuk sebagai hasil pemahaman tiga hubungan yang pasti dialami setiap manusia (*triangle relationship*), yaitu hubungan dengan diri sendiri (intrapersonal), dengan lingkungan (hubungan sosial dan alam sekitar), dan hubungan dengan Tuhan (spiritual). Setiap hasil hubungan tersebut akan memberikan pemaknaan/pemahaman yang pada akhirnya menjadi nilai dan keyakinan individu. Cara seseorang memahami bentuk hubungan tersebut akan menentukan cara memperlakukan dunianya. Pemahaman negatif akan berimbas pada perlakuan yang negatif dan pemahaman yang positif akan memperlakukan dunianya dengan positif.

Selanjutnya adalah membangun hubungan spiritual dengan Tuhan Yang Maha Esa. Hubungan spiritual dengan Tuhan terbangun melalui pelaksanaan dan penghayatan ibadah ritual yang terimplementasi pada kehidupan sosial. (Hawking, 2011).

Mindfulness communication dimulai dari kebiasaan yang disosialisasikan dan diperkenalkan lalu diinternalisasikan pada diri seseorang. Salah satu dari kebiasaan yang diajarkan adalah bagaimana bersikap dan berinteraksi dengan orang lain. Untuk mempertahankan karakter *Mindfulness communication* apabila sudah terbentuk adalah dengan tidak menjatuhkan mental seseorang dalam konteks komunikasi berarti tidak meremehkan orang lain. Walaupun karakter yang terbentuk itu bertahan lama, tetapi seiring berjalannya waktu apabila individu tersebut mengalami tekanan yang terus menerus, maka dapat dipastikan karakter awal itu akan menghilang serta berubah ke arah yang lain.

Dalam konteks *mindful communication*, keterampilan dan kemampuan yang diutamakan adalah empati dan ketulusan untuk mendengarkan (*Listening*). *Listening* didefinisikan sebagai sebuah proses aktif yang mana didalam proses tersebut terdapat lima tahap, yaitu (1) menerima, (2) memahami, (3) mengingat, (4) mengevaluasi, dan (5) memberi respon.

Gegar Budaya: Komunikasi antar budaya melibatkan interaksi antara orang-orang yang persepsi budaya dan sistem simbolnya cukup berbeda (Samovar, Porter & McDaniel, 2010). Perbedaan persepsi antara pengirim pesan dan penerima pesan disebabkan oleh adanya pemaknaan simbol yang berbeda dari pengaruh latar belakang budaya individu yang terlibat dalam proses komunikasi (Allwood & Schroeder, 2000).

Terdapat dua jenis simbol yaitu konkret dan abstrak. Simbol konkret merupakan simbol yang merepresentasikan benda, sementara simbol abstrak adalah simbol

yang merepresentasikan sebuah pemikiran atau ide (tak benda). Penggunaan simbol dalam proses komunikasi dapat memengaruhi arti pesan yang disampaikan (Bennett, 1990). Apabila simbol yang dipahami oleh pengirim pesan dan penerima pesan berbeda maka maksud dan tujuan dari komunikasi yang sedang berlangsung tidak dapat tersampaikan dengan baik. Hal inilah yang juga sering menjadi penyebab adanya kesalahpahaman antara dua pihak yang berkomunikasi. Maka dari itu penting sekali bagi para pelaku komunikasi untuk mempunyai pemahaman yang sama terhadap simbol-simbol yang digunakan.

Budaya terdiri dari berbagai elemen-elemen yang tidak terhitung jumlahnya (Boyd & Ellison, 2007). Elemen tersebut diklasifikasikan secara umum sebagai berikut: (1) Sejarah (2) Agama (3) Nilai (4) Organisasi Sosial (5) Bahasa (Castells, 2000). Gegar Budaya ditimbulkan oleh rasa gelisah sebagai akibat dari hilangnya semua tanda dan simbol yang biasa kita hadapi dalam hubungan sosial. Tanda dan petunjuk ini terdiri dari ribuan cara di mana kita mengorientasikan diri kita sendiri dalam kehidupan sehari-hari seperti aturan memberikan petunjuk, aturan membeli sesuatu, disaat seperti apa tidak perlu meresponse. Petunjuk ini, dapat berupa kata-kata, gerakan, ekspresi wajah, kebiasaan atau norma yang diperlukan dalam proses pertumbuhan dan menjadi bagian dari budaya kita, sama halnya dengan bahasa yang kita ucapkan atau kepercayaan yang kita terima (Chen, 2000). Kita semua menginginkan ketenangan pikiran dan efisiensi petunjuk tersebut yang kebanyakan tidak kita sadari.

Gegar budaya merupakan keadaan mental yang datang akibat transisi yang terjadi ketika seseorang pergi dari lingkungan yang ia kenal ke lingkungan yang tidak ia kenal dan menemukan bahwa pola perilakunya yang dulu tidak lagi berlaku di lingkungan yang baru (Samovar, Porter, & McDaniel, 2010). Gegar budaya

akan dialami oleh hampir semua orang yang berpindah dari daerah asalnya ke daerah baru dengan latar belakang budaya yang berbeda. Masalah yang dihadapi seseorang dalam beradaptasi dengan budaya baru begitu beragam, baik hanya sebagai turis atau *permanent resident* (Smith, 2008).

Pada komunikasi dalam lingkup budaya yang sama, pihak yang berinteraksi secara implisit memiliki aturan dasar yang sama. Sementara kondisi sebaliknya terjadi dalam komunikasi antar budaya (Chen, 2005). Pihak yang berkomunikasi rentan mengalami kesulitan untuk fokus terhadap isi pesan yang disampaikan. Hal ini karena penangkapan dan interpretasi pesan menggunakan budaya yang berbeda. Kondisi ini kemudian dapat membuat kita menilai pihak lawan bicara secara negatif (William et al, 2009). Hal tersebut membuat komunikasi lintas budaya rentan mengalami masalah. Masalah atau kendala tersebut adalah: (1) Asumsi Kesamaan, (2) Perbedaan Bahasa, (3) Kesalahpahaman non-verbal, (4) Prekonsepsi dan stereotipe, (5) Kecenderungan untuk menilai negatif, (6) Kecemasan yang tinggi atau ketegangan.

Hambatan Komunikasi antar budaya sering kali berhubungan dengan kecemasan dan ketegangan. Hal tersebut dapat mempengaruhi proses berpikir dan perilaku kita dan kemudian rentan menjadi rintangan dalam proses komunikasi yang berlangsung.

Ada dua konsep utama yang mewarnai komunikasi antarbudaya (*interculture communication*), yaitu konsep kebudayaan dan konsep komunikasi (Kennedy, 2006). Hubungan antara keduanya sangat kompleks. Budaya mempengaruhi komunikasi dan pada gilirannya komunikasi turut menentukan, menciptakan dan memelihara realitas budaya dari sebuah komunitas/kelompok budaya (Kim, 2011). Dengan kata lain, komunikasi dan budaya ibarat dua sisi

mata uang yang tidak terpisahkan dan saling mempengaruhi satu sama lain.

Budaya tidak hanya menentukan siapa bicara dengan siapa, tentang apa dan bagaimana komunikasi berlangsung, tetapi budaya juga turut menentukan bagaimana orang menyandi pesan, makna yang ia miliki untuk pesan dan kondisi-kondisinya untuk mengirim, memperhatikan dan menafsirkan pesan. Sebenarnya seluruh perbendaharaan perilaku manusia sangat bergantung pada budaya tempat manusia tersebut dibesarkan. Konsekuensinya, budaya merupakan landasan komunikasi. Bila budaya beraneka ragam, maka beraneka ragam pula praktik-praktik komunikasi (McEwan & Sobre, 2011).

Dengan memahami kedua konsep utama itu, maka studi komunikasi antarbudaya dapat diartikan sebagai studi yang menekankan pada efek kebudayaan terhadap komunikasi. Kim, Sohn dan Choi (2011) mengatakan, tidak seperti studi-studi komunikasi lain, hal yang terpenting dari komunikasi antarbudaya yang membedakannya dari kajian keilmuan lainnya adalah tingkat perbedaan yang relatif tinggi pada latar belakang pengalaman pihak-pihak yang berkomunikasi (*the communications*) karena adanya perbedaan-perbedaan kultural.

Dalam perkembangannya, komunikasi antarbudaya dipahami sebagai proses transaksional, proses simbolik yang melibatkan atribusi makna antara individu-individu dari budaya yang berbeda. Sedangkan Pfister & Soliz (2011) menjelaskan komunikasi antarbudaya sebagai proses pertukaran simbolik dimana individu-individu dari dua (atau lebih) komunitas kultural yang berbeda menegosiasikan makna yang dipertukarkan dalam sebuah interaksi yang interaktif. Menurut Kim, asumsi yang mendasari batasan tentang komunikasi antarbudaya adalah bahwa individu-individu yang memiliki budaya yang sama pada umumnya berbagi kesamaan-kesamaan

atau homogenitas dalam keseluruhan latar belakang pengalaman mereka daripada orang yang berasal dari budaya yang berbeda (Parks & Floyd, 1996).

Komunikasi antarbudaya merujuk pada fenomena komunikasi dimana para partisipan yang berbeda dalam latar belakang kultural menjalin kontak satu sama lain secara langsung maupun tidak langsung. Ketika komunikasi antarbudaya mempersyaratkan dan berkaitan dengan kesamaan-kesamaan dan perbedaan-perbedaan kultural antara pihak-pihak yang terlibat, maka karakteristik-karakteristik kultural dari para partisipan bukan merupakan fokus studi dari komunikasi antarbudaya, melainkan proses komunikasi antara individu dengan individu dan kelompok dengan kelompok (Qian & Scott, 2007).

Sebagaimana sebuah aktivitas komunikasi yang efektif apabila terdapat persamaan makna pesan antara komunikator dan komunikan, demikian halnya dengan komunikasi antarbudaya. Tetapi hal ini menjadi lebih sulit mengingat adanya unsur perbedaan kebudayaan antara pelaku-pelaku komunikasinya. Itulah sebabnya, usaha untuk menjalin komunikasi antarbudaya dalam praktiknya bukanlah merupakan suatu persoalan yang sederhana. Terdapat banyak masalah-masalah potensial yang sering terjadi di dalamnya, seperti pencarian kesamaan, penarikan diri, kecemasan, pengurangan ketidakpastian, stereotip, prasangka, rasisme, kekuasaan, etnosentrisme dan culture shock (Parks & Floyd, 1996). Sedangkan Lewis dan Slade menguraikan tiga kawasan yang paling problematik dalam lingkup pertukaran antarbudaya, yaitu kendala bahasa, perbedaan nilai dan perbedaan pola perilaku kultural. Kendala bahasa merupakan sesuatu yang tampak, namun hambatan tersebut lebih mudah untuk ditanggulangi, karena bahasa dapat dipelajari, sedangkan dua hambatan lainnya, yaitu perbedaan nilai dan

perbedaan pola-pola perilaku kultural terasa lebih sulit untuk ditanggulangi (Pfister & Soliz, 2011).

Menurut Lewis dan Slade, perbedaan nilai merupakan hambatan yang serius terhadap munculnya kesalahpahaman budaya, sebab ketika dua orang yang berasal dari kultur yang berbeda melakukan interaksi, maka perbedaan-perbedaan tersebut akan menghalangi pencapaian kesepakatan yang rasional tentang isu-isu penting. Mengenai kesalahpahaman antarkultural dikarenakan perbedaan pola-pola perilaku kultural lebih diakibatkan oleh ketidakmampuan masing-masing kelompok budaya untuk memberi apresiasi terhadap kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh setiap kelompok budaya tersebut (McEwan & Sobre, 2011).

Usaha untuk mencapai komunikasi antarbudaya yang efektif, di samping dihadapkan pada ketiga hal tersebut juga dipengaruhi oleh beberapa faktor penghambat, yaitu etnosentrisme, stereotip dan prasangka. Etnosentrisme merupakan tingkatan dimana individu-individu menilai budaya orang lain sebagai *inferior* terhadap budaya mereka. Prasangka merupakan sikap yang kaku terhadap suatu kelompok yang didasarkan pada keyakinan atau pra-konsepsi yang keliru, juga dapat dipahami sebagai penilaian yang tidak didasari oleh pengetahuan dan pengujian terhadap informasi yang tersedia. Sedangkan stereotip merupakan generalisasi tentang beberapa kelompok orang yang sangat menyederhanakan realitas (Kim, 2011).

Sarbaugh mengemukakan tiga prinsip penting dalam komunikasi antarbudaya. *Pertama*, suatu sistem sandi bersama yang tentu saja terdiri dari dua aspek (verbal dan non verbal). Tanpa suatu sistem bersama, komunikasi akan menjadi tidak mungkin. Terdapat berbagai tingkat perbedaan, namun semakin sedikit persamaan sandi itu, semakin sedikit komunikasi yang mungkin terjadi. *Kedua*, kepercayaan dan perilaku yang berlainan di antara pihak-pihak yang berkomunikasi merupakan

landasan bagi asumsi-asumsi berbeda untuk memberikan respons (Kennedy, 2006). Sebenarnya kepercayaan-kepercayaan dan perilaku-perilaku kita mempengaruhi persepsi kita tentang apa yang dilakukan orang lain. Maka dua orang yang berbeda budaya dapat dengan mudah memberi makna yang berbeda kepada perilaku yang sama. Bila ini terjadi, kedua orang itu berperilaku secara berbeda tanpa dapat meramalkan respon pihak lainnya, padahal kemampuan meramalkan ini merupakan bagian integral dari kemampuan berkomunikasi secara efektif (William et al, 2009). *Ketiga*, tingkat mengetahui dan menerima kepercayaan dan perilaku orang lain. Cara kita menilai budaya lain dengan nilai-nilai budaya kita sendiri dan menolak mempertimbangkan norma-norma budaya lain akan menentukan keefektifan komunikasi yang akan terjadi (Tubbs dan Moss, 2005: 240).

Pengertian Komunikasi Antar Budaya adalah - Pada dasarnya kebudayaan yang dianut oleh suatu kelompok masyarakat itu sangat unik. Bahasa, cara makan, cara berpakaian, cara bersopan santun, standar moral dari satu komunitas berbeda dengan standar moral dari komunitas lain. Perbedaan itu memang tampak kontradiksi, namun kenyataan sejarah menunjukkan adanya *sharing of culture* yang dapat saling menerima dan mengerti perbedaan itu (Castell, 2000)

Pembicaraan tentang komunikasi antarbudaya tidak dapat dielakkan dari pengetahuan kebudayaan (budaya). Komunikasi dan kebudayaan tidak sekedar dua kata tetapi dua konsep yang tidak dapat dipisahkan. Komunikasi antarbudaya dapat diartikan melalui beberapa pernyataan sebagai berikut (Bennett, 1990): komunikasi antarbudaya adalah pernyataan diri antarpribadi yang paling efektif antara dua orang yang saling berbeda latar belakang budaya; komunikasi antarbudaya merupakan pertukaran pesan-pesan yang disampaikan secara lisan, tertulis, bahkan secara imajiner antara dua

orang yang berbeda latar belakang budaya; komunikasi antarbudaya merupakan pembagian pesan yang berbentuk informasi atau hiburan yang disampaikan secara lisan atau tertulis atau metode lainnya yang dilakukan oleh dua orang yang berbeda latar belakang budayanya (Allwood & Schroeder, 2000); komunikasi antarbudaya adalah pengalihan informasi dari seseorang yang berkebudayaan tertentu kepada seseorang yang berkebudayaan lain; komunikasi antarbudaya adalah pertukaran makna yang berbentuk simbol yang dilakukan oleh orang yang berbeda latar belakang budayanya; komunikasi antarbudaya adalah proses pengalihan pesan yang dilakukan seseorang melalui saluran tertentu kepada orang lain yang keduanya berasal dari latar belakang budaya yang berbeda dan menghasilkan efek tertentu; komunikasi antarbudaya adalah setiap proses pembagian informasi, gagasan atau perasaan diantara mereka yang berbeda latar belakang budayanya. Proses pembagian informasi itu dilakukan secara lisan dan tertulis, juga melalui bahasa tubuh, gaya atau penampilan pribadi, atau bantuan hal lain di sekitarnya yang memperjelas pesan.

Komunikasi antar budaya memiliki dua saluran yaitu antar pribadi dan media massa (Radio, surat kabar, TV, Film, Majalah), saluran komunikasi mempengaruhi proses dan hasil keseluruhan dari komunikasi antarbudaya (Lubis, 2002:5). Budaya setiap budaya mempunyai ciri khas tertentu, unik dan lokal. Setiap budaya mempunyai simbol yang berbeda-beda. Pandangan dunia memuat nilai-nilai dan norma dasar yang berkembang diantara komunitas masyarakat. Orang-orang asing selalu dianggap sebagai out-group, dipandang sebagai komunitas yang akan mengancam eksistensi in-group, ditandai dengan berbagai bentuk superioritas budaya yang ditampilkan. Mereka memproduksi stereotipe dengan mengembangkan suatu

penilaian umum terhadap budaya lain secara sepihak, yaitu berdasarkan pandangan umum yang biasanya negatif. Stereotipe yang diproduksi itu biasanya sulit berubah meskipun perubahan nilai dan norma berubah. Dalam kenyataan stereotipe sebagai cap negatif menempel terus sebagai referensi individu. Meskipun realitas sesungguhnya cap negatif tersebut hanya sebagai upaya perlindungan terhadap budaya sendiri sehingga stereotipe tidak benar-benar ada atau sungguh-sungguh terjadi demikian nyata dalam masyarakat.

Nilai dan norma dasar dari suatu budaya juga melahirkan sikap egoisme dan superioritas kultural yang disebut etnosentrisme, yakni suatu penilaian budaya orang lain berdasarkan ukuran budaya sendiri (Bennett, 1990). Penilaian tersebut dilakukan dengan cara memberi nilai yang baik pada budaya sendiri dan menilai budaya orang lain selalu lebih rendah sedangkan budayanya sendiri dianggap lebih tinggi, lebih baik dan lebih unggul. Hal ini membawa konsekuensi dan pengaruh yang luas dalam tindak komunikasi.

Komunikasi antar budaya lebih cenderung dikenal sebagai perbedaan budaya dalam mempersepsi obyek-obyek sosial dan kejadian-kejadian, di mana masalah-masalah kecil dalam Komunikasi sering diperumit oleh adanya perbedaan-perbedaan persepsi dalam memandang masalah itu sendiri. Dalam hal ini Komunikasi antar budaya diharapkan berperan memperbanyak dan memperdalam persamaan dalam persepsi dan pengalaman seseorang. Namun demikian karakter budaya cenderung memperkenalkan kita kepada pengalaman – pengalaman yang berbeda sehingga membawa kita kepada persepsi yang berbeda-beda atas dunia eksternal kita. komunikasi dan budaya yang mempunyai hubungan timbal balik, seperti dua sisi mata uang. Budaya menjadi bagian dari perilaku komunikasi, dan pada gilirannya

komunikasi pun turut menentukan, memelihara, mengembangkan atau mewariskan budaya, seperti yang dikatakan Edward T.Hall (dalam Castells, 2000). bahwa 'komunikasi adalah budaya' dan 'budaya adalah komunikasi'. Pada satu sisi, komunikasi merupakan suatu mekanisme untuk mensosialisasikan norma-norma budaya masyarakat, baik secara horizontal, dari suatu masyarakat kepada masyarakat lainnya, ataupun secara vertikal dari suatu generasi ke generasi berikutnya. Pada sisi lain budaya menetapkan norma-norma (komunikasi) yang dianggap sesuai untuk kelompok tertentu. Dari tema pokok demikian, maka perlu pengertian-pengertian operasional dari kebudayaan dan kaitannya dengan komunikasi antar budaya.

Untuk mencari kejelasan dan mengintegrasikan berbagai konseptualisasi tentang kebudayaan komunikasi antar budaya, ada 3 dimensi yang perlu diperhatikan (Boyd & Ellison, 2007): (1) Tingkat masyarakat kelompok budaya dari partisipan-partisipan komunikasi Istilah kebudayaan telah digunakan untuk menunjuk pada macam-macam tingkat lingkungan dan kompleksitas dari organisasi sosial. Umumnya istilah kebudayaan mencakup Kawasan – kawasan di dunia (budaya timur/barat), Sub kawasan-kawasan di dunia (budaya Amerika Utara/Asia), Nasional/Negara (budaya Indonesia/Perancis/Jepang) , Kelompok-kelompok etnik-ras dalam negara (budaya orang Amerika Hutam, budaya Amerika Asia, budya Cina Indonesia), Macam-macam sub kelompok sosiologis berdasarkan kategorisasi jenis kelamin kelas sosial. Countercultures (budaya Happie, budaya orang dipenjara, budaya gelandangan, budaya kemiskinan). (2) Konteks sosial tempat terjadinya komunikasi antar budaya, (3) Komunikasi dalam semua konteks merupakan persamaan dalam hal unsur- unsur dasar dan proses komunikasi manusia (transmitting, receiving,processing). Tetapi

adanya pengaruh kebudayaan yang tercakup dalam latar belakang pengalaman individu membentuk pola-pola persepsi pemikiran.Penggunaan pesan-pesan verbal/nonverbal serta hubungan-hubungan antarnya. Maka variasi kontekstual, merupakan dimensi tambahan yang mempengaruhi prose-proses komunikasi antar budaya misalnya komunikasi antar orang Indonesia dan Jepang dalam suatu transaksi dagang akan berbeda dengankomunikasi antarkeduanya dalam berperan sebagai dua mahasiswa dari suatu universitas.Jadi konteks sosial khusus tempat terjadinya komunikasi antar budaya memberikan pada para partisipan hubungna-hubungan antar peran. ekpektasi, norma-norma dan aturan- aturan tingkah laku yang khusus. (4) Saluran yang dilalui oleh pesan-pesan komunikasi antar budaya (baik yang bersifat verbal maupun nonverbal

Tujuan Komunikasi Antarbudaya:

Secara umum sebenarnya tujuan komunikasi antarbudaya antara lain untuk menyatakan identitas sosial dan menjembati perbedaan antarbudaya melalui perolehan informasi baru, mempelajari sesuatu yang baru yang tidak pernah ada dalam kebudayaan, serta sekedar menapatkan hiburan atau melepaskan diri. Komunikasi antarbudaya yang intensif dapat mengubah persepsi dan sikap orang lain, bahkan dapat meningkatkan kreativitas manusia. Berbagai pengalaman atas kekeliruan dalam komunikasi antarbudaya sering membuat manusia makin berusaha mengubah kebiasaan berkomunikasi, paling tidak melalui pemahaman terhadap latar belakang budaya orang lain. Banyak masalah komunikasi antarbudaya sering kali timbul hanya karena orang kurang menyadari dan tidak mampu mengusahakan cara efektif dalam berkomunikasi antarbudaya (Liliweri, 2004:254).

Menurut Kennedy (2006), setiap individu mempunyai tingkat kesadaran dan kemampuan yang berbeda-beda dalam berkomunikasi antarbudaya. Tingkat kesadaran dan kemampuan itu terdiri atas empat kemungkinan, yaitu: (1) Seorang sadar bahwa dia tidak mampu memahami budaya orang lain. Keadaan ini terjadi karena dia tahu diri bahwa dia tidak mampu memahami perbedaan-perbedaan budaya yang dihadapi. Kesadaran ini dapat mendorong orang untuk melakukan eksperimen bagi komunikasi antarbudaya yang efektif (2) Dia sadar bahwa dia mampu memahami budaya orang lain. Keadaan ini merupakan yang ideal artinya kesadaran akan kemampuan itu dapat mendorong untuk memahami, melaksanakan, memelihara dan mengatasi komunikasi antarbudaya (3) Dia tidak sadar bahwa dia mampu memahami budaya orang lain. Keadaan ini dihadapi manakala orang tidak sadar bahwa dia sebenarnya mampu berbuat untuk memahami perilaku orang lain, mungkin orang lain menyadari perilaku komunikasi dia. (4) Dia tidak sadar bahwa dia tidak mampu menghadapi perbedaan antarbudaya, keadaan ini terjadi manakala seseorang sama sekali tidak menyadari bahwa sebenarnya dia tidak mampu menghadapi perilaku budaya orang lain.

Komunikasi antarbudaya sangat penting karena juga memiliki tujuan antara lain yang pertama membangun saling percaya dan saling menghormati sebagai bangsa berbudaya dalam upaya memperkokoh hidup berdampingan secara damai dengan jalan mempersempit misunderstanding dengan cara mencairkan prasangka-prasangka rasial, etnik, primordial dari satu bangsa atas bangsa lain.

Parks & Floyd (1996) mengatakan bahwa dengan adanya komunikasi multikultural akan mempengaruhi secara langsung baik pengaruh yang bersifat kognitif maupun yang bersifat afektif

yaitu: (1) Memberi kepekaan terhadap diri seseorang tentang budaya asing sehingga dapat merangsang pemahaman yang lebih baik tentang budaya sendiri dan mengerti bias-biasnya, (2) memperoleh kemampuan untuk benar-benar terlibat dalam tindak komunikasi dengan orang lain yang berbeda-beda latar belakang budayanya sehingga tercipta interaksi yang harmonis dan langgeng, (3) Memperluas cakrawala budaya asing atau budaya orang lain, sehingga lebih menumbuhkan empati dan pengalaman seseorang, yang mampu menumbuhkan dan memelihara wacana dan makna kebersamaan (4) membantu penyadaran diri bahwa sistem nilai dan budaya yang berbeda dapat dipelajari secara sistematis, dapat dibandingkan dan dipahami.

Budaya dan Persepsi: Faktor-faktor internal bukan saja mempengaruhi atensi sebagai salah satu aspek persepsi, tetapi juga mempengaruhi persepsi kita secara keseluruhan, terutama penafsiran atas suatu rangsangan. Agama, ideologi, tingkat ekonomi, pekerjaan dan citra rasa sebagai faktor-faktor internal jelas mempengaruhi persepsi seseorang terhadap realitas. Dengan demikian persepsi tersebut terkait oleh budaya (*culture-bond*). Kelompok-kelompok budaya boleh jadi berbeda dalam mempersepsikan sesuatu. Orang Jepang berpandangan bahwa kegemaran berbicara adalah kedangkalan, sedangkan orang Amerika berpandangan bahwa mengutarakan pendapat secara terbuka adalah hal yang baik.

Qian dan Scott (2007), mengemukakan enam unsur budaya yang secara langsung mempengaruhi persepsi kita ketika berkomunikasi dengan orang dari budaya lain, yakni: (1) Kepercayaan (*beliefs*), nilai (*values*), dan sikap (*attitudes*) (2) pandangan dunia (*worldview*) (3) organisasi sosial (*social organization*) (4) tabiat manusia (*human nature*) (5) orientasi kegiatan (*activity orientation*) (6) persepsi tentang diri dan

orang lain (perception of self and others).

Ketika adanya komunikasi di antara orang-orang yang memiliki kebudayaan yang berbeda-beda, di situlah terjadinya komunikasi antarbudaya. *Stewart L. Tubis* mengatakan bahwa komunikasi antar budaya adalah komunikasi antara orang-orang yang berbeda budaya. Pernyataan ini beranggapan bahwa perbedaan cara hidup yang berkembang dan dianut oleh sekelompok orang serta berlangsung dari generasi ke generasi.

METODE

Penelitian ini menggunakan Paradigma Konstruktivis. Paradigma Konstruktivis memulai premis yang menganggap bahwa dunia manusia berbeda dengan dunia ilmu alam sehingga harus diteliti secara berbeda pula. Hal ini karena manusia mengembangkan kapasitas untuk menginterpretasi dan mengkonstruksi realitas bukan sebaliknya. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Penelitian deskriptif memfokuskan pada pertanyaan "bagaimana" dan "siapa". Penelitian ini lebih memfokuskan pada menggambarkan bagaimana sebuah peristiwa terjadi, dibandingkan dengan penggalan isu-isu yang baru.

Peneliti deskriptif menggunakan berbagai teknik pengumpulan data antara lain survei, penelitian lapangan, analisis isi, komparasi sejarah, atau pada kasus-kasus tertentu digunakan penelitian eksperimental. Penelitian deskriptif menyuguhkan gambaran atas detail-detail secara spesifik dari sebuah peristiwa, *setting* sosial, atau hubungan antar pihak yang diteliti.

Metode penelitian yang digunakan adalah fenomenologi, sebuah pendekatan metodologis yang mencakup berbagai variasi metode. Fenomenologi membantu peneliti untuk masuk dalam kehidupan seseorang dan memahami mengapa mereka mengalami kehidupan tersebut.

Fenomenologi bisa berbuat lebih banyak karena menyediakan sebuah cara bagi peneliti untuk menyimpan dugaannya tentang sebuah kejadian atau pengalaman untuk memahami kehidupan informannya dari lingkungan kehidupan informan.

Subyek Kajian dalam penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Indonesia asal daerah (Jawa dan Non-Jawa) yang maximal duduk di tahun ke 2 (dua). Pemilihan informan dilakukan dengan menggunakan teknik sampling secara *purposive* dengan menggunakan metode *snowball*. Metode *snowball* adalah suatu cara di mana peneliti akan memilih satu informan kunci sebagai titik awal penelitian mereka dan untuk informan berikutnya akan didasarkan pada rekomendasi dari informan pertama.

HASIL PENELITIAN

Ketika seseorang menghadapi situasi yang sama sekali baru, maka orang ada dalam suatu kondisi ketidakpastian. Namun seseorang akan berusaha mengurangi kondisi ketidakpastian ini dengan cara antara lain dengan mencari informasi sebanyak-banyaknya tentang lingkungan yang baru tersebut. Namun setiap orang mempunyai motivasi yang berbeda untuk melakukan pencarian tergantung dari kemampuan mereka untuk berinteraksi.

Motivasi seseorang untuk pindah ke lingkungan baru tergantung pada stereotip tentang lingkungan baru tersebut. Stereotipe merupakan sebuah anggapan yang dipunyai seseorang tentang orang lain, lingkungan lain atau keadaan lain diluar konteks. Dalam hal stereotype tentang kuliah di Jakarta, kuliah di Jakarta merupakan hal yang terbaik untuk mencapai cita-cita para informan.

Motivasi untuk berinteraksi dengan individu lain di lingkungan baru membantu seseorang untuk mengenal lebih jauh tentang lingkungan yang baru itu. Informan rata-rata mengkhawatirkan lingkungan pergaulan di Jakarta karena

informasi yang beredar di daerahnya atau tayangan televisi yang memperlihatkan kehidupan anak-anak Jakarta membuat informan khawatir akan tergerus dengan kehidupan Jakarta yang tergambar dalam film dan sinetron.

Memasuki sebuah Lingkungan Baru bukanlah perkara mudah. Banyak referensi dan persepsi yang berkecamuk di dalam tataran kognitif tentang hal-hal yang belum pernah dialami secara konkret oleh individu tersebut. Kemajuan teknologi dan kegigihan untuk mencari informasi merupakan cara yang dapat secara efektif membantu informan dalam mengenal lingkungan yang baru.

Teknologi internet khususnya media sosial merupakan sarana yang populer untuk mencari informasi bagi mahasiswa asal daerah yang ingin meneruskan kuliah di Jakarta. Pencarian informasi selain dilakukan dengan memanfaatkan teknologi internet juga dilakukan dengan pemanfaatan hubungan personal. Setelah mereka melakukan kontak melalui media sosial, informan juga berhubungan secara langsung (*face to face*). Biasanya mereka melakukan diskusi dan saling memberitahu apa yang seharusnya dilakukan oleh para mahasiswa yang tidak berasal dari Jakarta.

Berkaitan dengan proses adaptasi mahasiswa asal daerah dengan mahasiswa lokal, dapat disimpulkan bahwa adaptasi dapat berlangsung dengan baik bila seseorang dapat mengelola ketidakpastian dan kecemasan yang dimilikinya sehingga tetap dapat berkomunikasi efektif dengan warga lokal. Proses adaptasi mahasiswa asal daerah dengan mahasiswa Jakarta dan kota-kota sekitarnya, dapat disimpulkan berlangsung dengan baik, karena para mahasiswa pendatang itu dapat mengelola ketidakpastian dan kecemasan yang dimilikinya sehingga tetap dapat berkomunikasi efektif dengan mahasiswa lokal.

Sebagaimana dikatakan Wiseman (dalam Gudykunst & Mody 2002) bahwa beberapa faktor yang dapat mengurangi

dan meningkatkan ketidakpastian dan kecemasan, yaitu motivasi yaitu merujuk pada seperangkat perasaan, kehendak, kebutuhan, dan dorongan yang diasosiasikan dengan antisipasi atau keterlibatan dalam komunikasi antar budaya. Faktor-faktor seperti kecemasan, jarak sosial yang dipersepsikan, etnosentrisme, dan prasangka dapat mempengaruhi keputusan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain. Berdasarkan jawaban informan, kecemasan, jarak sosial yang dipersepsikan, etnosentrisme, dan prasangka dapat memengaruhi keputusan seseorang untuk berkomunikasi dengan orang lain.

Stereotyping mengenai pergaulan anak-anak Jakarta membuat mereka cemas dan membuat mereka menghindari berinteraksi dengan orang lain. Jika ketakutan, ketidaksukaan, dan kecemasan yang lebih menonjol, maka seseorang akan mempunyai motivasi yang negatif, dan ia akan menghindari interaksi dengan orang lain. Kendala dialek asal daerah mereka juga membuat mereka cemas untuk berkomunikasi dengan teman teman asal Jakarta.

Mahasiswa asal daerah berinteraksi dengan lingkungan pergaulannya di Jakarta sehingga mereka bisa menjalani kehidupan kampus untuk mendapatkan prestasi akademik yang maksimal dengan beragam cara, ada yang didukung oleh karakter individu yang ekstrovert sehingga mudah memasuki lingkup pergaulan Jakarta serta lebih mudah mengolah ketidakpastian dan kecemasan mereka; ada pula yang menguranginya dengan cara berusaha mencari informasi sebanyak banyaknya lewat dunia maya, karena ada forum-forum khusus mengenai mahasiswa asal daerah yg tinggal di Jakarta, selain program orientasi mahasiswa baru di kampus yang membantu mereka untuk beradaptasi.

Disadari atau tidak, karakter *mindfull* dalam berkomunikasi akan membentuk bagaimana seseorang mampu beradaptasi

dan berinteraksi. Betapa pentingnya kita fokus pada cara kita berkomunikasi karena kesuksesan tidak ditentukan oleh kecerdasan otak semata. Kesuksesan lebih dominan ditentukan oleh kecakapan membangun hubungan emosional seseorang dengan dirinya sendiri, orang lain dan lingkungannya.

Karakter seseorang terbentuk sebagai hasil pemahaman 3 hubungan yang pasti dialami setiap manusia (*triangle relationship*), yaitu hubungan dengan diri sendiri (intrapersonal), dengan lingkungan (hubungan sosial dan alam sekitar), dan hubungan dengan Tuhan (spiritual). Setiap hasil hubungan tersebut akan memberikan pemaknaan/pemahaman yang pada akhirnya menjadi nilai dan keyakinan seseorang. Cara seseorang memahami bentuk hubungan akan menentukan cara mereka memperlakukan dunianya.

Pemahaman negatif akan berimbas pada perlakuan yang negatif dan pemahaman yang positif akan berimbas pada perlakuan yang positif. Konfigurasi karakter dalam konteks totalitas proses psikologis dan sosio-kultural dikelompokkan menjadi: Olah Hati (*Spiritual and emotional development*), Olah Pikir (*intellectual development*), Olah Raga dan Kinestetik (*Physical and Kinesthetic development*), dan Olah Rasa dan Karsa (*Affective and Creativity development*) (Muslich, 2011).

Berdasarkan kelompok tersebut maka alur karakter *mindful communication* melibatkan hal-hal sebagai berikut: (1) unsur agama, (2) unsur teori pendidikan, psikologi, nilai, sosial, budaya yang didapat dari lingkungan, (3) pengalaman terbaik (*best practice*) dan praktik nyata yang dilihat, didengar dan dirasa.

Dalam proses pengimplentasian tersebut, perlu juga didukung oleh kebijakan, pedoman, sumber daya, lingkungan, sarana dan prasarana, kebersamaan, dan komitmen pemangku kepentingan, sehingga *out-putnya* adalah perilaku berkarakter *mindful communication*. Individu selalu memiliki

kesempatan mengembangkan potensi dirinya, melakukan proses internalisasi, dan penghayatan nilai-nilai menjadi kepribadian mereka dalam bergaul dengan masyarakat, mengembangkan kehidupan masyarakat yang lebih sejahtera.

Mindful Communication dilakukan melalui pengintegrasian ke dalam kegiatan sehari-hari, yaitu melalui hal-hal berikut: (1) Kegiatan Rutin, (2) Kegiatan Spontan, (3) Keteladanan, (4) Pengkondisian. Selain hal-hal tercantum di atas, perlu juga dikaji budaya institusi/universitas. Budaya universitas adalah suasana kehidupan tempat peserta didik berinteraksi dengan sesamanya, dosen dengan dosen, konselor dengan sesamanya, pegawai administrasi dengan sesamanya, dan antar civitas akademika. Interaksi internal kelompok dan antar kelompok terikat oleh berbagai aturan, norma, moral serta etika bersama yang berlaku di suatu institusi. Kepemimpinan, keteladanan, keramahan, toleransi, kerja keras, disiplin, kepedulian sosial, kepedulian lingkungan, rasa kebangsaan dan tanggungjawab merupakan nilai-nilai yang dikembangkan dalam budaya universitas.

Dalam berkomunikasi dengan orang yang berbeda budaya, seseorang bisa saja menemui masalah atau hambatan yang tidak diharapkan sebelumnya. Hambatan bisa berbentuk penggunaan bahasa yang berbeda, nilai-nilai, norma masyarakat, atau perilaku komunikasi yang berbeda di tiap budaya. Syarat terjalinnya hubungan yang baik adalah melalui komunikasi yang terbangun atas dasar saling pengertian sehingga pertukaran informasi atau makna antara satu dengan lainnya dalam budaya yang berbeda dapat berlangsung tanpa kendala.

Karakter *mindful communication* tidak bisa dibentuk dengan tiba-tiba. Pembentukan karakter ini memerlukan sebuah proses yang tidak sebentar, dan sebaiknya dimulai sejak awal. *Mindfulness* diartikan sebagai sebuah kondisi dimana

kita secara sadar berpikir dan berkomunikasi dengan cara tertentu. Sebaliknya, *mindlessness* adalah kurangnya kesadaran dalam berpikir dan berkomunikasi. Komunikasi dapat berjalan dengan tepat dan efektif apabila kita sepenuhnya menyadari keunikan situasi komunikasi, pilihan komunikasi yang tersedia, dan alasan mengapa pilihan tersebut adalah pilihan yang terbaik dari sekian banyak pilihan yang ada.

Berpikir cermat sebelum bertindak merupakan komponen penting dalam komunikasi, terutama dalam situasi-situasi yang sensitif, peka, dan canggung. Situasi yang canggung tidak dapat dihindari, dan ketika berada dalam situasi semacam itu yang harus dilakukan adalah menghadapinya. Ada baiknya kita hening sejenak dan berpikir masak-masak tentang tindakan atau ekspresi seperti apa yang akan kita berikan pada lingkungan tersebut, sehingga reaksi yang kita berikan adalah reaksi terbaik yang dapat kita tunjukkan.

Gegar budaya ditimbulkan oleh rasa gelisah sebagai akibat dari hilangnya semua tanda dan simbol yang biasa kita hadapai dalam hubungan sosial. Gegar ini dialami oleh mahasiswa perantau ketika ia memasuki lingkungan budaya barunya. Pun dalam tahap *honeymoon*. Adanya perbedaan dari salah satu unsur budaya yang ditemukan dapat menimbulkan gegar. Informan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa ia terkejut dengan lingkungan dan cara pergaulan Jakarta.

Gegar budaya yang ada semakin memberi tekanan ketika mereka mulai merasa kecewa akan hal-hal di daerah perantauan yang tidak memenuhi harapannya. Gembira dan juga semangat untuk memulai kehidupan di daerah yang baru menyamarkan frustasinya.

SIMPULAN : Berdasarkan penelitian ditemukan bahwa keberhasilan seseorang untuk beradaptasi dengan lingkungannya yang baru bergantung pada

kemampuannya dalam mengelola ketidakpastian dan kecemasannya. Ketidakpastian dan kecemasan dapat diminimalisir melalui kemauan seseorang untuk mencari informasi yang sebanyak-banyaknya tentang lingkungan yang akan dimasukinya. Tetapi sebaliknya semakin banyak seseorang mendapatkan informasi serta semakin banyaknya pilihan keputusan, seseorang malah akan semakin cemas karena bingung menentukan pilihan.

Keengganan seseorang untuk mencari informasi, mengakibatkan orang tersebut akan tetap mengalami kecemasan sehingga sulit beradaptasi dengan lingkungan. Perbedaan gender memperlihatkan tingkat keterbukaan seseorang untuk mencari dan menerima informasi. Berkaitan dengan proses adaptasi pendatang dengan warga lokal, dapat disimpulkan bahwa adaptasi dapat berlangsung dengan baik bila seseorang dapat mengelola ketidakpastian dan kecemasan yang dimilikinya sehingga tetap dapat berkomunikasi efektif dengan warga lokal.

Pemanfaatan internet merupakan cara yang cukup ampuh dalam mengontrol ketidakpastian dan kecemasan, karena melalui internet mahasiswa asal daerah bisa mencari informasi tentang segala sesuatu tentang lingkungan barunya. Syarat terjalannya hubungan yang baik adalah melalui komunikasi yang terbangun atas dasar saling pengertian sehingga pertukaran informasi atau makna antara satu dengan lainnya dalam budaya yang berbeda dapat berlangsung tanpa kendala.

SARAN : Sebagai saran dapat dikemukakan bahwa setiap orang yang akan melakukan adaptasi budaya memerlukan manajemen kecemasan dan ketidakpastian yang baik dalam berkomunikasi. Manajemen kecemasan dan ketidakpastian dapat dilakukan dengan pengamatan langsung terlebih dahulu kepada lawan bicara. Informasi atau pengetahuan yang di dapat melalui pengamatan ini dapat membantu individu

untuk mengurangi kecemasan dan ketidakpastian yang dirasakan, sehingga bisa menentukan sikap dalam berkomunikasi.

DAFTAR RUJUKAN

- Brashers, Dale E. & Judith L. Neidig, et.al. Communication in the management of uncertainty: The case of persons living with HIV or AIDS. *Communication Monographs*. Volume 67, Issue 1, 2000, Pages 63-84
- Brashers, Dale E. *Communication and Uncertainty Management*. *Journal of Communication*. Volume 51, Issue 3, September 2001, pages 477-497
- Daymon, Christine, & Immy Holloway. (2003). *Qualitative Research Methods in Public Relations and Marketing Communications*. New York: Routledge.
- Denzin, Norman K., & Yvonna Lincoln S. (2005). *Handbook of Qualitative Research. Third Edition*. Thousand Oaks: Sage Publications.
- Gudykunst, William B. & Mody Bella. (2002). *Handbook of International and Intercultural Communication. Second Edition*. California: Sage Publications.
- Gudykunst, William B. & Young Yun Kim. (1997). *Communicating With Strangers: An Approach to Intercultural Communications. Third Edition*. New York: McGraw-Hill.
- Gudykunst, William B., Stella Ting-Toomey, & Elizabeth Chua. (1988). *Culture and Interpersonal Communication*. New Delhi: Sage Publication.
- Hennink, Monique, Inge Hutter, & Ajay Bailey. (2011). *Qualitative Research Methods*. London: Sage Publications
- Hullett, Craig R. & Kim Witte, *Predicting intercultural adaptation and isolation: using the extended parallel process model to test anxiety/uncertainty management theory*. *International Journal of Intercultural Relations*, Volume 25, Issue 2, March 2001, pages 109-234
- Littlejohn, S. W. (2002). *Theories of Human Communication 7th Edition*. USA: Wadsworth Thomson Learning.
- Matsumoto, & Juang. (2014). *Budaya, Bahasa, Komunikasi, dan Perilaku Sosial*. In S. W. Sarwono, *Psikologi Lintas Budaya* (p. 65). Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Miller, Nicole Ann. (2009). *Individual and Cultural Factors Affecting Student's Anxiety During Language Study Abroad. Thesis*. University of Dayton, USA.
- Nakayama, Thomas. K., & Martin, Judith N. (2003). *Intercultural Communications in Contexts*. New York: McGraw-Hill.
- Neuman, William L. (2003). *Social Research Methods: Qualitative and Quantitative Approaches*. 5rd Edition. Boston: Pearson Education Inc.
- Oberg, K. (2010). *Memasuki Budaya Baru: Menjadi Kompeten*. In L. A. Samovar, R. E. Porter, & E. R. McDaniel, *Komunikasi Lintas Budaya* (p. 476). Jakarta: Salemba Humanika.
- Patton, Michael Quinn (2002). *Qualitative Research and Evaluation Methods*. 3rd Edition. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Rahardjo, Turnomo (2005). *Menghargai Perbedaan Kultural, Mindfulness dalam Komunikasi Antar Etnis*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Reuter, Thomas & Alexander Horstmann (2013). *Faith in The Future: Understanding the Revitalization of Religions and Cultural Traditions in Asia*. Leiden: Brill
- Rizona, Failani. (2009) *Manajemen Ketidak Pastian dan Kecemasan Pendatang di Aceh: Studi Tentang Anggota Badan Rehabilitasi dan Rekonstruksi (BRR) di Banda Aceh*. Thesis. Universitas Indonesia.
- Ruben, B. D., & Stewart, L. P. (2006). *Communication and Human Behavior - ed.5*. USA: Allan & Bacon A Viacom Company.
- Samochoiwiec, Jakub & Arnd Florack . *Intercultural contact under uncertainty: The impact of predictability and anxiety on the willingness to interact with a member from an unknown cultural group*. International Journal of Intercultural Relations, Volume 34, Issue 5, September 2010, Pages 507–515
- Samovar, L. A., Porter, R. E., & McDaniel, E. R. (2010). *Komunikasi Lintas Budaya, edisi 7*. Jakarta: Salemba Humanika.
- Samovar, Larry. A., & Potter, Richard. E. (1988). *Intercultural Communication: A Reader*. Fifth Edition. Boston: Wadsworth.
- Samovar, Larry. A., & Potter, Richard. E. (2001). *Communication Between Culture*. Fourth Edition. Boston: Wadsworth.