

AKULTURASI PSIKOLOGIS MAHASISWA INDONESIA DI THAILAND

Khalimatus Sa'diyah

lmasakdiyah@yahoo.com

Program studi Tasawuf Psikoterapi, IAIN Tulungagung

Arman Marwing

Arman_marwing@yahoo.com

Program Studi Tasawuf Psikoterapi, IAIN Tulungagung

Abstract: This study aims to understand the psychological acculturation dynamics of participant of KKN-PPL integrated programme in Thailand through identifying and understanding the motivation of participants to participate on KKN-PPL integrated programme in Thailand. How did Barrier as stressor which they face it, what coping strategies was used by participants, and how did the psychological acculturation process of participants in Thailand. This study is a qualitative research with phenomenological approach. the results of this research is there are basic needs such as need to have fun, need to love and belonging and need to power which are realized through their participation on the KKN- PPL integrated programme in Thailand. As for this research found that stressor was different among participants.. Subjects who face initial stressor without advance stressor tend to using coping strategies focused on the problem consistently and coping strategies centered emotions simultaneously without adaptation switching otherwise subjects who face the advance stressors tend to being decreased in pattern or transition coping strategies gradually. Furthermore, the psychological acculturation process of participant of KKN-PPL integrated programme in Thailand are the result of interaction of complex factors which affect participants to be success or failure to be integrated self or to be new self identity.

Key words: *Psychological acculturation, Acculturation stress, Coping strategies*

PSIKOISLAMIKA. Jurnal Psikologi Islam (JPI) copyright © 2016 Pusat Penelitian dan Layanan Psikologi. Volume 13. Nomor 1, Tahun 2016

PENDAHULUAN

Dalam beberapa tahun terakhir, beberapa perguruan tinggi agama Islam Negeri maupun swasta di tanah air gencar menjalankan program KKN-PPL terpadu bagi para mahasiswanya untuk ditempatkan di di luar negeri khususnya di beberapa kawasan asia Tenggara yang memiliki masyarakat atau komunitas minoritas muslim di tengah-tengah dominasi masyarakat non-muslim seperti komunitas muslim yang berbasis di Thailand Selatan, di tengah-tengah mayoritas masyarakat Thailand yang beragama Budha.

IAIN Tulungagung merupakan salah satu PTAIN yang memasukkan program KKN-PPL terpadu di luar negeri tersebut sebagai program unggulan dengan pertimbangan program ini membantu dalam membangun jejaring akademik (*networking*) dengan lembaga-

lembaga pendidikan di dunia internasional, juga peningkatan kualitas akademisi dalam ilmu pendidikan sehingga nantinya dapat menghasilkan para pendidik berkualitas dan *sustainable* terutama dalam menghadapi masyarakat Ekonomi Asean (MEA).

Secara operasional, para peserta KKN- PPL terpadu akan ditempatkan selama 4 bulan di wilayah Thailand selatan, terutama Pattani, Songkhla, Narathiwat dan Yala, dengan mengemban tugas ganda, yakni bidang formal yang berkaitan dengan pelaksanaan pembelajaran di lembaga pendidikan maupun informal yang lebih menekankan pada interaksi sosial dengan lingkungan baru. Beban peserta dengan pelaksanaan tugas ganda di tempat KKN-PPL di Thailand dapat dikatakan cukup berat karena mereka akan berhadapan dengan

lingkungan baru dengan karakteristik, nilai dan norma yang berbeda dengan lingkungan asal para peserta. Tentang tantangan karakteristik yang berbeda dipaparkan IM seorang alumni KKN-PPL Thailand sebagai berikut:

“ ya kalau saya sendiri tidak ya, pak, baik-baik saja, tapi dari teman-teman yang lain, ada juga cerita, kebetulan mendapat lingkungan yang konservatif , harus menggunakan pakaian yang lebih tertutup bahkan ada pula yang mengharuskan menggunakan cadar,laki-laki dan perempuan tidak bebas seperti di sini,kalau di kelas, siswa dan murid disana beda dengan disini, kurang menghargai guru dan pelajaran, sibuk sendiri dengan gadgetnya di kelas , jam karetnya juga melebihi kita di sini, kadang juga pernah ada seorang pengendara mobil ditembak tentara dan ancaman pengeboman di pesantren.” (Wawancara KR, 29 Mei 2015)

Kondisi-kondisi sebagaimana tersebut di atas, mengharuskan para peserta melakukan penyesuaian-penyesuaian psikologis dalam dirinya secara terus menerus ketika berinteraksi dengan lingkungan di lokasi KKN-PPL. Kondisi inilah yang kemudian dikenal dengan istilah akulturasi psikologis, yakni proses perubahan pada individu yang berpartisipasi dalam situasi kontak budaya yang dipengaruhi oleh budaya dominan dan budaya non-dominan dimana individu menjadi anggotanya (Berry & Safdar, 2007).

Dalam kondisi Inter kultural, anggota dalam budaya non-dominan seperti halnya para peserta KKN-PPL terpadu, menurut Hogg dalam Berry (2006) selain akan mendapatkan pengalaman berharga dan mengakibatkan perubahan yang bermanfaat, kontak inter kultural juga dapat menimbulkan ancaman bahkan kebencian yang mengarah kepada konflik atau disebut dengan istilah *stress acculturation*, suatu kondisi yang oleh Berry (2006), dinyatakan dapat menimbulkan efek domino mengarah pada kecemasan, depresi bahkan psikopatologi , namun apabila *stress acculturation* tersebut dapat diatasi dengan adaptasi secara psikologis dengan membaiknya hubungan dengan golongan budaya yang berbeda, maka para peserta KKN-PPL juga memiliki potensi untuk menghadapi stressor dalam kehidupannya dan mampu beradaptasi.

Dengan demikian pemahaman proses akulturasi psikologis secara individual dari para peserta akan membantu mengenali pola adaptasi mereka selama menjalani program KKN-PPL terpadu di Thailand , sehingga menghasilkan pemahaman bahwa program ini tidak hanya terkait dengan kesiapan peserta dengan administrasi pengajaran, seperti metode pengajaran, materi belajar, absensi, RPP semata,melainkan juga mendudukan para peserta sebagai manusia dengan aspek psikologisnya yang kompleks, sehingga pembimbingan keterampilan coping yang efektif agar terhindar dari gangguan psikologis dan keberhasilan menghadapi stressor secara mandiri selama berada di lokasi KKN-PPL menjadi prioritas yang harus diperhatikan. Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian ini mengangkat judul akulturasi psikologis mahasiswa Indonesia di Thailand (Studi Fenomenologi Pada Peserta KKN-PPL Terpadu IAIN Tulungagung).

Tujuan penelitian ini yakni memaparkan akulturasi psikologis mahasiswa Indonesia di Thailand (Studi Fenomenologi Pada Peserta KKN-PPL Terpadu IAIN Tulungagung, yang dapat dirinci motif atau pendorong keterlibatan dalam program KKN-PPL terpadu hambatan yang dialami para peserta KKN-PPL terpadu di Thailand sebagai kejadian menekan, bagaimana strategi strategi pengatasan masalah (*coping*) terhadap kejadian menekan, serta bagaimanakah proses akulturasi psikologis peserta KKN-PPL terpadu di Thailand.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan fenomenologi dengan harapan peneliti dapat menyelidiki serta menggambarkan pengalaman hidup (*lived experience*) subjek secara detail serta memahami bagaimana fenomena dinamika akulturasi psikologis para peserta KKN-PPL IAIN Tulungagung tersebut dipandang oleh pelaku dalam suatu situasi dan menekankan pada pentingnya perspektif dan interpretasi individu (Lester, 1999).

Subjek studi fenomenologi ini adalah empat (4) mahasiswa aktif di IAIN Tulungagung yang telah menyelesaikan program KKN-PPL IAIN Tulungagung di Thailand dan bersedia untuk menjadi subjek penelitian dan mengikuti prosedur yang telah ditetapkan oleh peneliti.

Dengan demikian, pemilihan subjek dalam penelitian ini tidak didasarkan atas strata, maupun random, melainkan dengan adanya tujuan tertentu.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan triangulasi metode (*multi-method*). Data primer diperoleh dengan pengamatan dan wawancara mendalam (*in-depth interview*). Observasi partisipan digunakan untuk menggali data-data yang bersifat gejala. Sementara, wawancara mendalam digunakan untuk menggali kategori data kesan atau pandangan (Moleong, 2001). Penggunaan kedua metode tersebut memungkinkan peneliti untuk melakukan pengecekan kembali terhadap jawaban subjek serta menghindarkan diri pada jawaban-jawaban yang bias dari subjek selama proses pengumpulan data berlangsung. Selain itu peneliti juga menggunakan metode dokumentasi yang mendukung penelitian ini. Dokumentasi itu di antaranya meliputi aktivitas-aktivitas subjek selama aktivitas formal dalam proses belajar mengajar di kelas maupun dalam aktivitas informal dalam bentuk interaksi dengan masyarakat Thailand Selatan.

Pelaksanaan wawancara mendalam diawali dengan mencari subjek yang diperlukan sesuai dengan criteria yang telah ditetapkan. selanjutnya peneliti menggunakan strategi metode *snow ball*, yakni peneliti memulai pencarian subjek yang memenuhi kriteria penelitian melalui penggalan informasi kepada pihak-pihak yang disebut sebagai *key person* seperti staff Lembaga penelitian dan pengabdian masyarakat (LP2M) yang bertanggung jawab terhadap program KKN-PPL terpadu di Thailand, dosen pembimbing lapangan, maupun ketua angkatan KKN-PPL.

Melalui *Key person* tersebut dilanjutkan dengan pendekatan atau membangun *rapport* yang baik dengan beberapa subjek yang memenuhi kriteria penelitian sebelum nantinya melakukan wawancara. Pada pertemuan selanjutnya, peneliti melakukan wawancara pada waktu dan tempat yang telah disepakati bersama, yakni laboratorium psikologi IAIN Tulungagung maupun lokasi di luar kampus yang memungkinkan subjek dapat leluasa dan nyaman untuk diwawancarai. Pelaksanaan wawancara dilakukan secara semi terstruktur, yakni peneliti memiliki keleluasaan dan

kebebasan untuk mengkondisikan proses wawancara sesuai dengan kondisi dan situasi subjek, sepanjang tidak menyimpang dari substansi pertanyaan yang terdapat pada pedoman wawancara.

Model analisis data dalam penelitian ini menggunakan modifikasi metode Stevick-Colaizzi-Keen dari Moustakas, yaitu suatu model analisis data yang sering digunakan untuk kajian fenomenologi karena mampu membantu menyajikan dan mengungkap makna di balik data yang diperoleh ke dalam tema-tema tertentu (Creswell, 1998). Adapun prosedur analisis dan interpretasi data meliputi : (a) Memulai dengan deskripsi tentang pengalaman peneliti terhadap *phenomenon*; (b) Peneliti kemudian mencari pernyataan (dalam interview) mengenai bagaimana individu-individu mengalami topik (*Phenomenon*) tersebut, membuat daftar dari pernyataan-pernyataan tersebut (*horizontalization*) dan perlakuan tiap pernyataan dengan dengan seimbang (mempunyai nilai yang sama), dan mengembangkan daftar dari pernyataan yang tidak berulang (*nonrepetitive*) atau tidak tumpang tindih (*nonoverlapping*). (c) Pernyataan kemudian dikelompokkan ke dalam unit-unit makna (*meaning units*), buat daftar dari unit-unit ini, dan menuliskan deskripsi dari tekstur (deskripsi tekstural) dari pengalaman, yaitu apa yang terjadi, disertai contoh-contoh verbatim; (d) Peneliti kemudian merefleksikan berdasarkan deskripsinya sendiri dan menggunakan *imaginative variation* atau deskripsi struktural, mencari semua makna yang memungkinkan dan perspektif yang divergen, memperkaya kerangka pemahaman dari *phenomenon*, dan membuat deskripsi dari bagaimana *phenomenon* dialami; (e) Peneliti kemudian membuat deskripsi keseluruhan dari makna dan esensi dari pengalaman; (f) Dari deskripsi tekstural-struktural individu, berdasarkan pengalaman tiap partisipan, peneliti membuat *composite textural- structural description* dari makna-makna dan esensi pengalaman, mengintegrasikan semua deskripsi tekstural-struktural individual menjadi deskripsi yang universal dari pengalaman, yang mewakili kelompok (responden) secara keseluruhan (Moustakas, 1994).

Adapun untuk menguji atau memeriksa keabsahan data yang diperoleh , penelitian ini

menggunakan kriteria-kriteria antara lain, derajat kepercayaan (*credibility*), keteralihan (*transferability*), kebergantungan (*dependability*), serta kepastian (*confirmability*) (Moleong, 2007).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini merupakan pemaparan dari wawancara mendalam, catatan lapangan, hasil observasi dan dokumentasi yang dilakukan terhadap subjek penelitian. Data pendukung lainnya diperoleh dari hasil diskusi dengan informan pelaku dan tahu, pelaksana program KKN-PPL Thailand, maupun data-data yang mendukung untuk melengkapi hasil penggalan data yang dilakukan oleh peneliti. Subjek penelitian adalah peserta KKN-PPL Thailand IAIN Tulungagung yang memulai pengabdian di lokasi selama 5 bulan mulai dari tanggal 03 Nopember 2014- hingga tanggal 23 Maret 2015. Adapun Tempat kegiatan KKN-PPL di Thailand yakni pattani, Yala, Narathiwat, Songkhla, Phattalung dan phuket, sebagai daerah dengan basis mayoritas muslim.

Dinamika motif/ Pendorong Keterlibatan peserta dalam KKN-PPL Terpadu di Thailand

Setiap tindakan manusia untuk mewujudkan suatu tujuan yang dituntutnya tidak lepas dari faktor-faktor pendorong. Keterlibatan seseorang dalam mengikuti kegiatan, dalam hal ini program KKN-PPL sangat berkaitan dengan persepsi mengenai suatu kegiatan yang bersifat individual, oleh karena itu, dalam memetakan serta memahami motif atau kebutuhan masing-masing subjek menjadi hal yang penting karena erat kaitannya dengan pemilihan coping yang akan digunakan ketika menghadapi stressor yang muncul dalam proses pelaksanaan KKN-PPL di Thailand.

Dari perspektif ini pula, Glasser mengajukan bahwa semua keputusan perilaku individu yang terus-menerus terkait dengan pemenuhan kebutuhan dasar manusia yang menurut Glasser, terdiri atas lima hal, yaitu *survival, love and belonging, power, freedom and fun* (Glasser, 1998). Temuan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika kebutuhan yang ingin dipenuhi dari keterlibatan dalam program KKN-PPL di Thailand, pada setiap individu berbeda-beda, meskipun terdapat beberapa kebutuhan dominan yang hampir selalu ada pada keseluruhan subjek dalam penelitian ini,

yaitu kebutuhan untuk bersenang-senang atau *need to have fun*, sebagai kebutuhan yang diperoleh dengan tertawa atau bermain atau hal-hal yang bersifat rekreasional. Melalui keterlibatan subjek dalam program KKN-PPL di Thailand, keseluruhan subjek berharap dapat memenuhi kebutuhan untuk bersenang yang ditunjukkan dengan keinginan untuk mendapatkan pengalaman yang menyenangkan menjalani situasi baru dan berbeda dengan lingkungan asalnya.

Konsep kebutuhan untuk bersenang-senang ini dapat menjelaskan mengenai asumsi Hofstede dan Hofstede (2005) mengenai fase *euphoria* yang dialami subjek di awal proses akulturasi atau kontak dengan budaya atau lingkungan lain sebagai kondisi emosi yang dilandasi oleh kebutuhan untuk bersenang-senang tersebut. Hanya saja dalam penelitian ini juga menemukan bahwa sebagian subjek seperti halnya subjek NS dan FR menjadikan pemenuhan kebutuhan untuk bersenang-senang sebagai dorongan utama atau tunggal keterlibatan mereka dalam kegiatan KKN-PPL di Thailand. Pada subjek NS, kebutuhan untuk bersenang – senang selain ditempuh melalui pencarian pengalaman baru, juga diperoleh dengan membuat persepsi mengenai kesamaan karakteristik masyarakat Thailand di lokasi KKN-PPL dengan mahasiswa Thailand yang kuliah di IAIN Tulungagung, yang dalam pengertian subjek NS tidak jauh berbeda karakteristiknya dibanding keadaan umum masyarakat Indonesia. Persepsi mengenai kesamaan karakteristik dimaknai akan membawa kesenangan karena ia merasa tidak harus berusaha keras dalam beradaptasi terlebih lagi tertekan dengan pengalaman baru tersebut. Adapun pada subjek FR, Kebutuhan untuk bersenang – senang selain ditempuh melalui pencarian pengalaman baru, juga diperoleh dengan membuat persepsi bahwa proses seleksi yang akan dijalannya minim pendaftar dan seleksi tidak ketat. Dengan persepsi tersebut menunjukkan bahwa keterlibatannya dalam program tersebut tidak mengharuskannya untuk berpikir dan berusaha keras untuk dapat terpilih dalam program tersebut, dari disini sangat nampak bahwa pemenuhan kebutuhan untuk bersenang-senang pada subjek sangat dominan dan utama melalui keterlibatannya dalam program KKN-PPL di Thailand ini.

Kondisi tersebut merupakan penyebab primer yang menjadikan para subjek dengan kebutuhan akan rasa senang sebagai motif tunggal subjek cenderung rentan mengalami stres akulturasi yang berdampak buruk pada fisik dan psikologis mereka. Alasan paling dapat diterima adalah motif untuk bersenang-senang pada dasarnya merupakan kebutuhan yang adiktif (membuat candu) karena selalu menuntut peningkatan kesenangan, serta tidak realistis sehingga membuat kedua subjek rentan (vulnerability) mengalami stress ketika kenyataan yang ada tidak mendukung pemenuhan kebutuhannya tersebut. Hal ini sesuai dengan pendapat Cabanac bahwa kesenangan cenderung berhubungan dengan stimulus yang meningkatkan kemampuan untuk bertahan hidup sehingga konsekuensi menyakitkan atau menyebabkan frustrasi dikaitkan dengan peristiwa yang mengancam kelangsungan hidup. Dalam konteks ini, peningkatan akan kebutuhan untuk bersenang-senang berbanding lurus dengan peningkatan resiko atau konsekuensi menyakitkan atau menyebabkan frustrasi (Cabanac, 1992).

Lebih lanjut menurut Cabanac, kesenangan telah berubah fungsi menjadi peran psikologis dasar yakni membentuk perilaku dengan membantu mendefinisikan satu "mata uang umum" psikologis yang mencerminkan nilai dari tiap tindakan yang individu lakukan (Cabanac, 1992).

Berbeda halnya dengan subjek NS dan FR yang menjadikan pemenuhan kebutuhan untuk bersenang-senang (*need to have fun*) sebagai motivasi utama dan tunggal melalui keterlibatan dalam program KKN-PPL di Thailand, maka pada subjek KR dan AT ditemukan bahwa di samping kebutuhan untuk bersenang-senang sebagai kebutuhan yang ingin dipenuhi, terdapat pula beberapa kebutuhan lainnya yang ingin mereka penuhi dalam melakukan kegiatan-kegiatan KKN-PPL misalnya kebutuhan akan cinta dan dimiliki (*need to love and belonging*) yang ditunjukkan KR, dengan pengakuan adanya kepercayaan penuh dari orang tuayang didapatkannya berupa dukungan, doa serta fasilitas yang memungkinkannya mencapai apa yang diinginkan dan diharapkannya. Sementara pada subjek AT bentuk pemenuhan kebutuhan akan cinta dan dimiliki diperolehnya melalui dorongan

dari orang-orang yang dihormatinya yaitu ustadz dan ustadzahnya untuk terlibat dari program ini. Dengan penerimaan yang tulus dan hangat (*secure attachment*) dari orang-orang yang terdekatnya mendorong subjek dalam meningkatkan kepercayaan dirinya sehingga lebih positif dan tahan banting (*hardiness*).

Kondisi ini menjadi modal penting bagi subjek untuk mengulangi pemenuhan kebutuhan yang sama yang diharapkan diperoleh dari pencarian dan mempertahankan relasi interpersonal meskipun dalam proses tersebut subjek akan menghadapi persoalan atau tekanan dari lingkungan sosial. Kondisi ini terlihat dari kecenderungan subjek untuk mengarahkan tingkah lakunya dalam berhubungan dengan orang lain seperti berinteraksi secara intensif dan membangun hubungan personal bertujuan untuk memperoleh penerimaan yang tulus dan hangat (*secure attachment*) sebagai pemenuhan kebutuhan personal akan cinta dan dimiliki.

Secara singkat, kebutuhan akan cinta dan dimiliki selain merupakan pendorong lahirnya kebutuhan afiliasi juga memberi atau menguatkan modal kepercayaan diri dan *hardiness* bagi subjek di saat mengalami stressor pada program KKN-PPL di Thailand sehingga mereka lebih positif dan tidak mudah putus asa dan sulit menyemangati diri sendiri. Hal ini sesuai dengan pendapat dari maddi yang menyatakan bahwa *hardiness* merupakan suatu karakteristik kepribadian yang membuat individu menjadi lebih kuat, tahan, stabil dan optimis dalam menghadapi stress dan mengurangi efek negatif dari timbulnya stress yang harus dihadapi. (Nurhidayah & Hidayanti, 2009)

Individu yang memiliki *hardiness* tinggi memiliki serangkaian sikap yang membuat tahan terhadap stress, senang bekerja keras karena dapat menikmati pekerjaan yang dilakukan, senang membuat keputusan dan melaksanakannya karena memandang hidup ini sebagai sesuatu yang harus dimanfaatkan dan diisi agar mempunyai makna, selain itu sangat antusias menyongsong masa depan karena perubahan-perubahan dalam kehidupan dianggap sebagai suatu tantangan dan sangat berguna untuk perkembangan hidupnya, dengan kata lain dalam hidupnya mereka selalu optimis (Nurtjahjanti dan Ratnaningsih, 2011).

Meskipun subjek KR dan AT memiliki kesamaan motif untuk bersenang-senang dan

cinta dan dimiliki sebagai pendorong keterlibatan mereka dalam program KKN-PPL di Thailand, namun pada subjek KR, ditemukan pemenuhan kebutuhan lainnya yang tidak dimiliki oleh subje AT, yaitu pemenuhan kebutuhan kekuasaan. Pemenuhan kebutuhan kekuasaan dalam keputusan keterlibatan subjek terlihat dengan menjadikan program KKN-PPL sebagai tempat mengaktualisasikan diri.

Melalui aktualisasi diri subjek hendak menunjukkan kekuasaannya melalui keberhasilan, prestasi, pencapaian serta pengakuan dan penghormatan orang lain terhadap apa yang telah dilakukannya selama proses KKN-PPL. Temuan penelitian menunjukkan bahwa subjek KR merupakan salah satu peserta KKN yang mampu memerankan peran dan tanggung jawab secara baik, dengan hasil yang memuaskan, sehingga proses akulturasi yang dijalannya berlangsung dengan baik dan optimal. Temuan ini menunjukkan bahwa kebutuhan akan kekuasaan dalam Glasser ini tidak sama dengan konsep *nPow- Need for Power* McClelland yang lebih mengedepankan kebutuhan individu untuk mempengaruhi perilaku orang lain, melalui penanaman pengaruh dan kekuasaan, sementara kebutuhan akan kekuasaan Glasser secara spesifik terwujud melalui kebutuhan akan prestasi (*nAchievement*), yaitu dorongan untuk menggungguli, berprestasi sehubungan dengan seperangkat standar, dan berusaha keras untuk sukses (Robbin, 2003)

Kemampuan subjek KR yang mamapu memerankan peran dan tanggung jawab secara baik, dengan hasil yang memuaskan, sehingga proses akulturasi yang dijalannya berlangsung dengan baik dan optimal, dibandingkan dengan subjek lainnya sejalan dengan riset McClelland mengenai pribadi yang dilandasi kebutuhan akan prestasi (*need for achievement*) sebagai individu yang mempunyai dorongan yang kuat sekali untuk berhasil. Mereka bergulat untuk prestasi pribadi bukannya untuk ganjaran sukses itu semata-mata. Mereka mempunyai hasrat untuk melakukan sesuatu dengan baik atau lebih efisien daripada yang telah dilakukan sebelumnya. (Robbin, 1996)

Lebih lanjut, menurut Mc Clelland, peraih prestasi tinggi memperbedakan diri mereka dari orang –orang lain adalah hasrat mereka untuk menyelesaikan-hal-hal dengan lebih baik.

Individu tersebut akan mencari situasi dimana mereka dapat mencapai tanggung jawab pribadi untuk menemukan pemecahan terhadap problem-problem, mendapat umpan balik yang cepat atas kinerja mereka sehingga mereka dapat mengetahui dengan mudah apakah mereka menjadi lebih baik atau tidak, dan dimana mereka dapat menentukan tujuan-tujuan yang sedang –sedang tantangannya.

Berdasarkan keseluruhan kebutuhan individu tersebut diatas, dapat disimpulkan bahwa keefektifan seseorang dalam melakukan akulturasi psikologis sangat dipengaruhi oleh hierarki kebutuhan maupun kompleksitas kebutuhan-kebutuhan yang ingin dipenuhi dalam setiap keputusan dan tindakannya. Individu yang hanya mengandalkan motif kebutuhan dasar seperti kebutuhan untuk bersenang –senang(*need to have fun*) sebagai motif tunggal keterlibatan dalam KKN-PPL di Thailand cenderung lebih rentan mengalami stress akulturasi dan lebih mungkin mengalami proses akulturasi atau integrasi yang tidak berjalan baik. Sementara individu yang memiliki kompleksitas kebutuhan sekaligus, seperti kebutuhan untuk *need to love and belonging* disamping kebutuhan untuk bersenang –senang(*need to have fun*) cenderung lebih mampu mengatasi stress akulturasi sehingga dapat melakukan proses akulturasi dengan baik, terlebih lagi apabila individu tersebut juga menyertakan kebutuhan lainnya seperti kebutuhan untuk memperoleh kekuasaan (*need to gain power*) dalam keterlibatan mereka.

Stressor Penyebab Stress Akulturasi (*Shock Culture*)

Akulturasi ditandai dengan adanya perubahan fisik dan psikologis karena adanya proses adaptasi yang diharapkan tuntutan lingkungan baru. Ketika keberhasilan adaptasi tidak tercapai, stress akulturasi dapat meningkat, yaitu sebuah kondisi perasaan tertekan selama proses akulturasi. Stress akulturasi selalu disebabkan adanya stressor atau kondisi menekan yang membuat subjek mengalami kondsisi stress. Pada setiap subjek, stressor selama proses akulturasi di tempat KKN-PPL di Thailand dapat berbeda antara individu satu dengan individu lainnya. Namun demikian ditemukan beberapa stressor yang menjadi tema umum keseluruhan subjek selama menjalani program KKN-PPL di Thailand misalnya,

hambatan bahasa, beban kerja yang tinggi, budaya kekerasan, serta stressor yang berkaitan dengan perilaku peserta didik yang malas atau kurang memiliki etika. Stressor yang menjadi tema umum tersebut merupakan stressor awal ketika proses interaksi dengan lingkungan sosial baru terjadi. Hanya saja dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa stressor lanjutan seperti tidak adanya dukungan sosial, maupun ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan, akan menyertai para peserta KKN-PPL seperti halnya yang dialami oleh subjek NS dan FR, sebagai akibat dari respon terhadap stresor yang tidak adekuat seperti tidak adanya keterampilan sosial atau kemampuan berinteraksi sosial secara adaptif dengan lingkungan sosial yang baru. Hal ini sesuai dengan teori transaksional stress Lazarus dan Folkman yang menjelaskan bahwa respon stres atau stressor dapat menjadi dapat menjadi atau memicu munculnya sebuah stressor lanjutan yang selanjutnya memunculkan respon stress yang lebih intens. Bukan hanya semata stresor saja yang mempengaruhi stress tetapi juga respon individu yang membatasi seperti tidak adanya keterampilan sosial atau kemampuan berinteraksi sosial yang menjadi penentu apakah sebuah siklus reaksi stress akan berkembang termasuk juga menghasilkan stresor lanjutan (Larkin, 2005).

Stressor lanjutan seperti tidak adanya dukungan sosial, maupun ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan dalam konsep Lazarus & Folkman merupakan stresor yang berkaitan dengan lingkungan sosial. Sementara tidak adanya keterampilan sosial atau kemampuan berinteraksi sosial secara adaptif sebagai penyebab munculnya stresor lanjutan sangat berkaitan dengan karakteristik atau tipe kepribadian NS dan FR yang cenderung introvert dan kurang didapatinya kebutuhan cinta dan dimiliki pada diri subjek. Tipe kepribadian NS dan FR yang cenderung introvert terlihat dari kurangnya inisiatif subjek dalam memutuskan sesuatu atau tindakan yang tepat ketika menghadapi situasi-situasi atau tuntutan dari lingkungan tertentu dan kecenderungan subjek untuk menutup diri. Kondisi ini sebagaimana diungkapkan Feist & Feist bahwa individu yang memiliki karakteristik introvert cenderung pendiam, pasif, tidak mudah bergaul, teliti, pesimis, tenang dan terkontrol (Feist & Feist, 2013), Bahkan menurut Burger dibandingkan

dengan individu yang tergolong ekstrovert, individu yang tergolong introvert akan lebih memperhatikan pikiran, suasana hati dan reaksi-reaksi yang terjadi dalam diri mereka (Burger, 2008). Hal ini membuat individu yang tergolong introvert cenderung lebih pemalu, memiliki control diri yang kuat, dan memiliki keterpakuan terhadap hal-hal yang terjadi dalam diri mereka serta selalu berusaha untuk mawas diri, tampak pendiam, tidak ramah, lebih suka menyendiri, dan mengalami hambatan pada kualitas tingkah laku yang ditampilkan (Burger, 2008).

Tipe kepribadian introvert tersebut juga diperkuat dengan tidak didapatinya kebutuhan cinta dan dimiliki pada subjek, sehingga mengurangi dorongan afiliasi yakni ketertutupan subjek terhadap lingkungan sekitar sehingga sulit dalam mengembangkan interaksi yang baik dengan lingkungan baru secara optimal. Hal ini sejalan dengan pendapat Mc Clelland bahwa dorongan afiliasi sebagai cara pemenuhan kebutuhan cinta dan dimiliki sangat memengaruhi hubungan sosial individu. Individu dengan kebutuhan afiliasi yang rendah cenderung tidak dapat menjaga hubungan sosial dengan baik, berbeda halnya dengan karakter individu dengan kebutuhan afiliasi yang tinggi yang cenderung dapat menjaga hubungan sosial yang baik, tidak bisa berada dalam kondisi yang kompetitif, nyaman dalam norma dan harapan orang lain serta cocok dalam pekerjaan yang membutuhkan kerjasama tim (Nindyati, 2014).

Dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa dampak yang ditimbulkan dari stresor lanjutan sebagaimana yang dialami oleh NS dan FR, jauh lebih besar dan berat dibandingkan dengan stressor awal. Apabila tekanan stresor awal sehingga berdampak pada stress akulturasi akan mengalami penurunan seiring dengan pembiasaan, maka sifat tekanan stresor lanjutan cenderung bersifat konsisten bahkan cenderung meningkat seiring dengan waktu. Hal ini menurut Selye dikarenakan stressor yang terus menerus muncul telah membuat reaksi fisiologis terhadap stressor telah mencapai fase kelelahan (*stage of exhaustion*) (Sarafino, 2006). Fase ini ditandai dengan ketidakmampuan melakukan perlawanan disebabkan karena sumber daya (*resources*) yang tersedia pada diri individu tidak memadai dalam menanggulangi stress, dengan kondisi tersebut para subjek hanya mampu mengandalkan *coping* yang berfokus pada

emosional sehingga berdampak pada terjadinya gangguan fisik (psikosomatis) dan psikologis mereka.

Strategi Penyelesaian Masalah (*Coping Strategies*)

Hasil penelitian menemukan bahwa secara umum beberapa respon perilaku pengatasan masalah atau *coping* dilakukan oleh peserta KKN-PPL di Thailand terhadap berbagai *stressor* yang ada. Hal ini sebagaimana yang dijelaskan oleh Lazarus & Folkman, bahwa setiap subjek selalu merujuk pada usaha terus-menerus secara kognitif dan perilaku untuk mengendalikan tuntutan situasi yang dinilai sebagai menekan (*Stressful*) (Lazarus & Folkman, 1984).

Namun demikian, temuan penelitian ini menunjukkan bahwa *coping* yang dilakukan para peserta KKN-PPL di Thailand terutama peserta yang tidak mengalami stresor lanjutan atau hanya mengalami stresor awal saja seperti KR dan AT, tetap mampu mempergunakan strategi *coping* berfokus pada masalah dan emosi secara bersamaan tanpa adanya peralihan *coping*. Pada subjek KR, *coping* berfokus pada masalah ditunjukkan dalam bentuk aktif *coping* seperti makan bersama dengan keluarga mama (pengasuh) sebagai *coping* aktif atas stresor hambatan makanan, , interaksi sosial intensif dan membangun kedekatan personal sebagai *coping* hambatan bahasa, tata berpakaian yang normatif serta untuk mendapatkan dukungan sosial dari pengasuh (mama), rekan guru serta masyarakat atau tetangga sekitar. Sementara program untuk mengubah perilaku malas peserta didik merupakan *coping* aktif subjek dalam mengatasi perilaku peserta didik yang malas.

Selain *coping* aktif di atas, Subjek KR juga menggunakan *coping* perencanaan (*planning*), dan strategi *coping* mencari dukungan sosial sebagai upaya mengatasi berbagai stresor melalui penentuan cara maupun pencapaian penyelesaian masalah dengan melibatkan bantuan orang lain. Di saat yang bersamaan pula, subjek KR juga mempergunakan strategi *coping* berfokus pada emosi sebagai upaya mengatasi konflik intrapsikis yang bersifat kognitif dan perasaan akibat stresor melalui berfikir positif dan pertumbuhan maupun dengan strategi *coping* fokus ekspresi perasaan.

Kondisi yang tidak jauh berbeda juga dialami oleh subjek AT, yang mampu

mengkombinasikan antara strategi *coping* fokus masalah dan emosi dalam waktu yang bersamaan. Subjek AT mempergunakan *coping strategies* berfokus pada masalah khususnya *coping* aktif dengan membuat metode pengajaran yang kreatif untuk mengatasi permasalahan bahasa di dalam kelas, dan seleksi mata pelajaran sebagai *coping* atas beban kerja yang tinggi selama berada di lokasi KKN-PPL di Thailand. Adapun interaksi sosial intensif dan membangun kedekatan personal dilakukan subjek AT untuk mendapatkan dukungan sosial dari babo (pengasuh laki-laki), teman kamar, rekan kerja atau guru, tetangga atau masyarakat sekitar. Selain *coping* aktif, Subjek KR juga menggunakan *coping* perencanaan (*planning*) sebagai upaya mengatasi berbagai stresor melalui penentuan cara penyelesaian masalah. Di saat yang bersamaan pula, subjek KR juga mempergunakan strategi *coping* berfokus pada emosi sebagai upaya mengatasi konflik intrapsikis yang bersifat kognitif dan perasaan akibat stresor dengan cara berfikir positif. Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara penggunaan *coping* aktif peserta KKN-PPL di Thailand seperti interaksi sosial yang intensif dan membangun kedekatan personal dengan pemberian dukungan sosial lingkungan kepada para peserta KKN-PPL di Thailand. Dukungan sosial dalam hal ini tidak lahir secara simultan melainkan diawali dengan inisiatif individu dalam mengubah persepsi terutama persepsi negatif masyarakat terhadap dirinya sehingga selanjutnya memunculkan perasaan penerimaan hingga berlanjut dalam bentuk pemberian dukungan sosial kepada individu.

Kontribusi dukungan sosial kepada para subjek dalam penelitian ini terbukti efektif dalam mencegah munculnya stresor lanjutan pada subjek terlebih apabila individu juga mampu menerapkan pola *coping* berfokus pada masalah dan emosional yang efektif dan konsisten secara bersamaan. Melalui interaksi determinan yang baik tersebut individu dapat melakukan proses adaptasi atau akulturasi yang optimal. Hasil ini bukanlah temuan baru, dalam penelitian sebelumnya, Caplan telah menegaskan bahwa kehadiran sumber-sumber dukungan yang sesuai merupakan determinan utama bagi penyesuaian diri individu dalam menghadapi peristiwa-

peristiwa yang menekan (Cohen & Syrne,1985). Sementara itu ketidakhadiran dukungan sosial akan menimbulkan perasaan kesepian dan kehilangan yang akan mempengaruhi proses penyesuaian. Seperti yang akan dialami oleh para subjek NS dan FR yang cenderung menunjukkan pola *coping* yang mengalami penurunan secara bertahap ketika mengalami stresor lanjutan.

Bentuk penurunan *coping* jelas terlihat dari orientasi kedua subjek (subjek NS dan FR) yang awalnya menggunakan *coping* berfokus pada masalah kemudian beralih pada *coping* berfokus pada emosi. Pada subjek NS, mulanya ia menerapkan perilaku aktif sebagai cara mengatasi stresor selama berada di lokasi KKN-PPL di Thailand seperti membentuk kelas tambahan dan memberikan metode pengajaran yang kreatif sebagai pengatasan hambatan bahasa, dan memasak untuk kebutuhan sehari-hari sebagai *coping* atas hambatan makanan yang diragukan kehalalannya. Sedangkan pada subjek FR, upaya aktif yang dilakukan tergolong sangat minim, praktis hanya upaya menagih uang makan yang belum dibayarkan sebagai *coping* aktif atas stresr ketidakjelasan sistem penggajian yang dialaminya.

Hanya saja, ketidakmampuan subjek dalam mengembangkan keterampilan sosial atau interpersonal sebagai cara beradaptasi terhadap lingkungan sosial yang baru, memicu hadirnya stresor lanjutan . Pada subjek NS stresor lanjutan yang dihadapi dalam bentuk tidak adanya dukungan sosial, mendapat perlakuan tidak menyenangkan, hingga ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan sedangkan pada subjek FR stresor lanjutan berupa tidak adanya dukungan sosial,pengekangan dari lingkungan sosial hingga ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan. Stresor lanjutan pada kedua subjek (Subjek NS dan FR) pada dasarnya merupakan respon lingkungan atas ketidakmampuan subjek NS dan FR dalam mengembangkan keterampilan sosial yang telah berhasil dilakukan oleh subjek KR dan AT yaitu, interaksi sosial yang intensif danmembangun kedekatan personal. Menghadapi stresor lanjutan tersebut, kedua subjek terlihat kesulitan dalam melakukan *coping* yang adaptif sementara tekanan yang dihadapi dari stresor lanjutan senantiasa menguat dan tidak mampu dikontrol oleh para subjek. Dengan kondisi

tersebut, kedua subjek (NS dan FR) selanjutnya menghentikan *coping* fokus pada masalah serta beralih dalam menggunakan *coping* berfokus pada emosi dengan cara berfikir positif maupun ekspresi perasaan sebagai upaya meredam konflik intrapsikis yang bersifat kognitif dan perasaan akibat stresor lanjutan.

Upaya meredam konflik intrapsikis dengan menggunakan *emotion focus coping* sebagaimana yang dilakukan oleh kedua subjek (NS), menurut Smet merupakan upaya individu dengan tujuan meniadakan fakta-fakta yang tidak menyenangkan (Smet,1994) Mempertimbangkan temuan ini, peneliti cenderung melihat pola peralihan *coping* fokus masalah ke emosional yang diterapkan subjek KR dan AT sebagai indikasi nyata, bahwa tekanan intrapsikis yang dialami subjek akibat stresor yang dialami telah berada pada tingkat yang berat dan sulit untuk diubah atau diatasi dengan *coping* yang sesuai. Temuan penelitian ini memberikan sebuah pemahaman bahwa jika seseorang dihadapkan pada sebuah permasalahan yang dianggap tidak mampu diselesaikan maka mengatur emosinya merupakan salah satu solusi terbaik dalam mengatasi permasalahan. Hal ini sejalan dengan pendapat lazarus & Folkman bahwa seseorang akan menggunakan strategi *emotional focus coping* jika dirasa tidak mampu untuk merubah kondisi yang menimbulkan stress (Sarafino, 1998).

Proses Akulturasi Psikologis peserta KKN-PPL di Thailand.

Proses akulturasi dimulai dari pengalaman dalam menangani (*to cope*) dua nilai budaya yang berbeda. Proses akulturasi ini menyebabkan ketidakseimbangan pada individu sehingga memunculkan stress. Menghadapi situasi tersebut individu-individu akan berupaya dalam mengembangkan pola *coping* dalam menghadapi perbedaan budaya. Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa individu (KR dan AT) yang menerapkan *coping* pengatasan masalah yang konsisten selama KKN-PPL di Thailand disertai dengan penggunaan *coping* emosional maupun dengan adanya dukungan sosial yang diberikan kepada mereka, cenderung mampu menjalani proses akulturasi dengan baik ditunjukkan dengan adanya perubahan kognitif, afektif dan perilaku menjadi *integrated self* atau diri baru.

Dengan demikian, penelitian ini menunjukkan bahwa strategi akulturasi yang dijalankan oleh subjek KR dan AT yaitu strategi akulturasi integrasi dimana individu tersebut tetap memegang budayanya (*cultural maintenance*) tetapi bersamaan dengan hal tersebut individu turut berpartisipasi dan menjadi bagian integral dari jaringan sosial yang lebih besar atau budaya lokal (*host society*). Keadaan berbeda dialami subjek NS dan FR, disebabkan determinan coping fokus masalah tidak mampu mereka pertahankan sehingga beralih kepada penggunaan coping fokus emosional, keadaan ini diperburuk dengan tidak adanya dukungan sosial sehingga membuat keduanya (subjek NS dan FR) tidak mampu menjalani proses akulturasi yang baik.

Ketidakmampuan para subjek (subjek NS dan FR) disebabkan karena perubahan sikap dan perilaku terhadap budaya lokal (*host society*), tidak dibarengi dengan adanya perubahan pikiran (kognitif) dan afeksi (perasaan) sehingga proses akulturasi psikologis pada subjek tersebut tidak berhasil dalam menjadi *integrated self* atau diri baru. Meskipun proses integrasi sebagai strategi akulturasi tidak berjalan dengan baik karena tidak terjadinya diri baru, namun peneliti tidak memasukkan strategi integrasi yang dilakukan keduanya tersebut sebagai separasi, karena keduanya masih tetap berupaya berinteraksi dengan budaya luar meskipun tidak berhasil atau mencapai hasil yang optimal, berbeda dengan separasi yang hanya mengadakan interaksi dengan budaya sendiri tetapi pada budaya luar tidak mengadakan interaksi. Hal ini tentu saja menunjukkan bahwa formulasi strategi akulturasi Berry yang terdiri menjadi empat macam yaitu: integrasi, asimilasi, separasi dan marginalisasi tidak mengakomodir konsep strategi akulturasi yang diterapkan subjek NS dan FR (Berry, 1998).

Dalam penelitian ini juga menemukan bahwa proses akulturasi psikologis pada subjek melewati proses yang berbeda-beda sangat tergantung dengan determinan kompleksitas permasalahan, kepribadian dan strategi coping serta dukungan sosial yang mereka dapatkan. Pada subjek KR dan AT proses akulturasi mereka melalui beberapa fase. *Fase pertama*, yaitu fase *euphoria*, Fase ini terjadi pada awal-awal bulan pertama ketika mereka pertama kali bersentuhan dengan pengalaman dan kultur

baru. Pengalaman berbeda menciptakan rasa senang yang luar biasa, sebagaimana terlihat dari landasan kebutuhan akan rasa senang sebagai motif keterlibatan mereka dalam program KKN-PPL di Thailand. Fase ini berlangsung sangat singkat, bahkan pada beberapa subjek hanya berlangsung dalam hitungan hari yakni berkisar 1-3 hari.

Fase kedua, dikatakan sebagai fase gegar budaya atau stress akulturasi ketika memulai kehidupan nyata di lingkungan baru. Fase ini ditandai dengan kondisi tertekan (stres) akibat munculnya hambatan-hambatan atau stresor seperti hambatan bahasa, beban kerja yang tinggi, perilaku peserta didik yang malas, cara berpakaian yang normatif hingga budaya kekerasan. Fase ini berlangsung pada awal kehadiran subjek di lingkungan baru hingga bulan pertama. *Fase ketiga*, fase akulturasi, fase akulturasi yaitu ketika individu mulai belajar cara berfungsi dalam kondisi yang baru, sudah mengadopsi beberapa dari nilai lokal, meningkatkan rasa kepercayaan diri dan berintegrasi dengan jaringan sosial yang baru. Fase ini berlangsung pada bulan kedua dan ketiga. Pada bulan kedua, fase akulturasi ditandai dengan penurunan tekanan stresor akibat coping yang digunakan serta adanya dukungan sosial terutama dari pengasuh (babo atau mama), teman sekamar, rekan kerja, hingga tetangga atau masyarakat sehingga memudahkan proses akulturasi psikologis subjek selama proses KKN-PPL di Thailand. Adapun Fase akulturasi di bulan ketiga, mulai berlangsung dengan cepat, ditandai dengan kemampuan subjek (KR dan AT) dalam mengatasi stresor dengan coping yang sesuai dan dukungan sosial yang adekuat. Pada fase ini kedua subjek telah mampu memahami konteks budaya lokal melalui perubahan kognitif, perasaan dan perilaku sesuai dengan konteks budaya setempat.

Terakhir yaitu *fase keempat*, atau disebut dengan fase stabil yang dicapai oleh pikiran (*mind*) dan merujuk pada adaptasi. fase stabil pada subjek KR dan AT terjadi pada bulan keempat dan kelima. Pada bulan keempat, kestabilan ditandai dengan terlewatnya fase stress akulturasi dengan mudah dengan menggunakan coping yang sesuai serta dukungan sosial selanjutnya berlanjut pada bulan kelima yang ditandai dengan terjadinya proses akulturasi yang berlangsung secara

optimal. Pada bulan kelima subjek KR dan AT telah mampu melakukan perubahan kognitif, perasaan dan perilaku sesuai dengan konteks budaya setempat dan berlangsung secara otomatis dan alamiah tanpa adanya tekanan apapun untuk melakukan hal tersebut, namun mereka juga tetap mampu mempertahankan nilai, konsep serta identitas asal. Dengan merujuk pada kondisi yang terjadi pada kedua subjek (KR dan AT), maka arah dalam fase stabil keduanya menurut Hofstede dan Hofstede telah beradaptasi secara mutli-budaya atau bahkan lebih baik lagi. Temuan di atas, relevan dengan teori Hofstede dan Hofstede mengenai empat fase dari proses akulturasi yaitu fase *euphoria*, , fase gegar budaya atau stress akulturasi, fase akulturasi, dan fase yang stabil (Hofstede, G., & Hofstede, 2005)

Namun demikian, dalam penelitian ini juga menemukan kondisi proses akulturasi yang berbeda dialami oleh NS dan FR. Proses akulturasi kedua subjek melalui beberapa fase. *Fase pertama*, yaitu *euphoria* , fase ini terjadi pada awal-awal kedatangan ke Thailand ketika subjek merasakan perbedaan situasi dengan lingkungan asal. Perbedaan pengalaman menciptakan rasa senang yang besar, sebagaimana terlihat dari motif kebutuhan bersenang-senang yang dominan pada kedua subjek. Namun fase *euphoria* pada subjek NS dan FR berlangsung sangat singkat yaitu pada hari pertama saja atau hanya berlangsung kurang dari sehari. Kondisi ini disebabkan karena motif untuk bersenang-senang sebagai landasan utama keterlibatan dalam program ini membuat kedua subjek memasang harapan tinggi terkait dengan kondisi di Thailand, sehingga ketika kenyataan tidak sesuai dengan tingkat ekspekstasi mereka mengenai kondisi menyenangkan tersebut, kondisi *euphoria* pada kedua subjek secara otomatis menghilang.

Fase kedua, Fase ini dikatakan sebagai fase gegar budaya atau stress akulturasi, yang terjadi pada bulan pertama setelah subjek melewati fase *euphoria* di hari pertama dimana kedua subjek memulai kehidupan nyata di lingkungan baru. Ketika *euphoria* pada subjek menghilang seiring dengan waktu, mereka akan mulai mengalami kondisi tertakan (stres) akibat munculnya stresor seperti hambatan bahasa, hambatan makanan, etika peserta

didik yang rendah, perilaku peserta didik yang malas, beban kerja yang tinggi dan budaya kekerasan.

Fase ketiga, fase akulturasi, fase akulturasi terjadi pada bulan kedua, yaitu ketika individu mulai belajar cara berfungsi dalam kondisi yang baru, sudah mengadopsi beberapa nilai lokal, ditandai dengan kemampuan subjek dalam mengembangkan coping sehingga tekanan stresor awal mulai mereda, namun sayangnya, fase akulturasi pada subjek NS dan FR belum mencapai pada tahap kemampuan subjek dalam meningkatkan kepercayaan diri dan berintegrasi dengan jaringan sosial yang baru. Akibat tidak tercapainya tahapan tersebut pada pada fase akulturasi ini, kedua subjek rentan untuk kembali kepada fase stress akulturasi yang bukan disebabkan karena stresor awal melainkan akibat kondisi tekanan atau stresor baru atau lanjutan.

Fase keempat, fase pengulangan gegar budaya atau stress akulturasi. Fase gegar budaya atau stress akulturasi untuk kali kedua dialami oleh subjek akibat stresor lanjutan yang berkenaan dengan ketidakmampuan berintegrasi dengan jaringan sosial yang baru. Fase ini terjadi pda bulan kedua, biasanya terjadi pertengahan dan akhir bulan kedua, dimana tekanan stresor awal mengalami penurunan dan digantikan dengan hadirnya stresor lanjutan seperti tidak adanya dukungan sosial, perlakuan yang tidak menyenangkan, bahkan pada subjek FR meningkat menjadi pengekangan dari lingkungan sosial dan ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan. Kedua subjek dalam fase ini mengalami kondisi tertekan (stres) akibat munculnya stresor baru atau lanjutan tersebut.

Temuan penelitian ini juga menunjukkan bahwa semakin banyak jumlah aktif coping yang digunakan dalam menangani stresor awal akan membantu subjek dalam menghadapi dampak terburuk yang ditimbulkan akibat stresor lanjutan. *Fase kelima*, Fase peningkatan gegar budaya atau stress akulturasi. Fase ini terjadi pada bulan ketiga dimana stresor lanjutan sangat mengganggu dan mempengaruhi aktivitas dan kinerja subjek sehari-hari. Pada fase ini subjek masih mengalami kebingungan dalam mencari coping yang sesuai dalam menghadapi stresor lanjutan. Subjek selanjutnya menyadari bahwa tidak adanya sumber daya sosial, tidak memungkinkan dirinya untuk melakukan coping

berfokus pada masalah secara efektif, dan selanjutnya memusatkan perhatian dalam memilah dan memilih coping emosional yang sesuai.

Fase keenam, fase akulturasi. Fase ini terjadi pada bulan keempat, Pada fase ini subjek kembali berupaya untuk belajar cara berfungsi dalam kondisi yang baru terutama dalam menghadapi stresor lanjutan dengan menggunakan coping emosional seperti coping berfikir positif dan fokus pada ekspresi perasaan. Penggunaan coping emosional meskipun tidak menghambat tekanan stresor lanjutan yang senantiasa meningkat, namun efektif dalam menghambat dampak buruk stresor lanjutan terhadap tugas atau aktivitas profesi sehingga mereka tetap mampu mengemban tugas profesi yang diharapkan oleh lingkungan seperti melakukan pengajaran, pembuatan penilaian tugas dan memasukkan hasil ujian para peserta didik.

Fase ketujuh, Fase ini merupakan fase yang stabil, yang terjadi pada bulan kelima subjek berada di lokasi KKN-PPL di Thailand. Fase stabil ditandai dengan coping emosional yang dipergunakan membantu subjek berada dalam kondisi stabil dalam menghadapi tekanan stresor. Namun demikian, pada fase terakhir ini menjelaskan bahwa keseluruhan proses akulturasi kedua subjek (NS dan FR) tidak berlangsung dengan baik dikarenakan tidak sejalannya perilaku subjek dengan kondisi kognitif dan afektif subjek dalam proses akulturasi sehingga terlihat jelas bahwa perilaku yang tampak lebih merupakan perilaku yang dikondisikan dan tidak berlangsung secara otomatis dan alamiah. Di saat yang sama, dalam diri subjek menyimpan konflik intrapsikis yang berdampak pada munculnya gangguan fisik atau psikosomatis seperti gangguan pencernaan atau maag pada subjek NS dan gangguan alergi pada subjek FR . Dalam penelitian ini menemukan konflik intrapsikis juga memicu gangguan psikologis seperti stress berat yang ditandai dengan munculnya banyak pikiran-pikiran irasional mengenai stresor pada subjek NS dan kondisi trauma pada subjek FR. Temuan ini seolah menguatkan riset mengenai strategi akulturasi yang berkaitan dengan kesehatan mental individu bahwa akulturasi merupakan stressor yang menantang individu yang mampu menurunkan status kesehatan mental individu.

Hal ini sebagaimana penelitian Krishnan dan Berry bahwa integrasi yang berkaitan dengan rendahnya tingkat stress, sedangkan integrasi yang tidak berjalan dengan baik atau separation berperan pada stress psikosomatik (Berry, 1998). Adapun arah dalam fase stabil NS dan FR sebagaimana merujuk pada pendapat Hofstede dan Hofstede sebagai fase yang stabil yang dicapai oleh pikiran (*mind*) dan merujuk pada adaptasi, mengarah pada kondisi individu tetap merasa terasingkan dan didiskriminasikan (Hofstede & Hofstede, 2005).

Dengan demikian, fase akulturasi pada subjek dengan proses akulturasi psikologis yang berlangsung baik seperti halnya pada KR dan AT melalui empat fase yaitu fase euphoria, Fase gegar budaya, fase akulturasi dan fase kondisi stabil. Fase ini jauh lebih singkat dibandingkan dengan subjek atau individu yang proses akulturasi psikologisnya tidak berjalan dengan baik seperti halnya pada subjek NS dan FR. Pada kedua subjek tersebut, mereka harus melewati tujuh fase akulturasi yaitu Fase euphoria, fase gegar budaya atau stres akulturasi, fase akulturasi, fase pengulangan gegar budaya atau stress akulturasi , Fase peningkatan gegar budaya atau stress akulturasi., fase akulturasi, hingga berakhir pada fase yang stabil. Dengan demikian konsep fase akulturasi Hofstede dan Hofstede lebih sesuai dalam menggambarkan subjek yang proses akulturasi psikologisnya berlangsung dengan baik, dibandingkan individu yang akulturasi psikologisnya tidak berjalan dengan baik dan cenderung memiliki urutan fase yang khas dan unik. Singkatnya, keseluruhan proses akulturasi psikologis subjek erat kaitannya dengan interelasi determinan-determinan penting keterlibatan subjek pada program KKN-PPL di Thailand.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa keputusan untuk terlibat dalam program KKN-PPL di Thailand dapat dinilai sebagai upaya individu dalam memenuhi kebutuhan dasar dalam dirinya, yaitu kebutuhan untuk mencapai kesenangan (*need to have fun*), kebutuhan akan cinta dan dimiliki (*need to love and belonging*), dan kebutuhan akan kekuasaan (*need to power*). Perbedaan kebutuhan ini selanjutnya akan berimplikasi pada perbedaan respon mereka terhadap stressor. Subjek yang

melandasi keterlibatan mereka dengan kebutuhan untuk mencapai kesenangan cenderung memberikan respon yang tidak adekuat terhadap stressor seperti tidak adanya keterampilan sosial atau ketidakmampuan dalam berinteraksi sosial secara adaptif dengan lingkungan baru sehingga selanjutnya mengalami stresor lanjutan seperti tidak adanya dukungan sosial, ketidakjelasan sistem penggajian dan pekerjaan, sebaliknya individu dengan dengan motif yang lebih kompleks cenderung mampu mengembangkan respon yang adekuat sehingga terhindar dari stressor lanjutan tersebut. Lebih lanjut ditemukan bahwa pola coping individu yang hanya mengalami stresor awal dan tidak mengalami stresor lanjutan (subjek KR dan AT) cenderung mampu mempergunakan strategi *coping* berfokus pada masalah yang konsisten dan coping berfokus emosi secara bersamaan tanpa adanya peralihan coping.

Hal ini berbeda dengan kondisi peserta dengan stress lanjutan (subjek NS dan FR) yang cenderung menunjukkan pola *coping* yang mengalami penurunan atau peralihan secara bertahap ketika mengalami stresor lanjutan, mulai dari penggunaan *coping* berfokus pada masalah beralih dengan hanya berfokus pada *coping* emosional. Pola coping tersebut akan berimplikasi pada proses akulturasi psikologi peserta KKN-PPL di Thailand. Pada individu (KR dan AT) yang menerapkan coping pengatasan masalah yang konsisten selama KKN-PPL di Thailand disertai dengan penggunaan coping emosional dan adanya dukungan sosial yang diberikan kepada mereka, cenderung mampu menjalani proses akulturasi dengan baik ditunjukkan dengan adanya perubahan kognitif, afektif dan perilaku menjadi *integrated self* atau diri baru dan berlangsung melalui fase yang lebih singkat, yakni empat fase akulturasi. Sebaliknya ketidakmampuan individu (subjek NS dan FR) dalam mempertahankan coping fokus masalah terlebih tidak adanya dukungan sosial, membuat mereka beralih kepada penggunaan coping fokus emosional sehingga berdampak pada ketidakmampuan keduanya menjalani proses akulturasi yang baik, yang ditunjukkan dengan tidak sejalannya (kongruen) perubahan sikap dengan perubahan pikiran (kognitif) dan afeksi (perasaan). Dengan kondisi tersebut, proses akulturasi psikologis pada kedua subjek tidak

berhasil dalam menjadi *integrated self* atau diri baru dan harus melewati fase akulturasi yang lebih panjang.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dikemukakan di atas, peneliti dapat menyarankan agar para peserta dapat mengupayakan langkah-langkah antisipasi terhadap implikasi stressor sebelum keberangkatan dengan mengatur kembali motif/kebutuhan dalam keputusan keterlibatan mereka, aktif mempelajari latar belakang dan tuntutan budaya dan lingkungan tujuan, serta mempersiapkan mental melalui perencanaan dan melatih coping efektif agar proses akulturasi psikologis dapat berlangsung dengan baik.

Adapun bagi pihak kampus khususnya LP2M sebagai penyelenggara dapat meningkatkan kualitas program ini melalui seleksi peserta yang tidak hanya menitikberatkan pada aspek kognitif tapi juga pada aspek kepribadian terutama daya tahan (*hardiness*). Aspek lainnya yang tidak kalah penting yaitu penempatan peserta di lokasi harus disesuaikan dengan *excellencies* jurusan para peserta sehingga tidak selalu digeneralisir dalam konteks pengajaran sebab PPL sangat *urgent* dalam menakar dan melatih kompetensi para lulusan ketika nantinya berkecimpung dalam dunia kerja. Selain itu, pemberian pelatihan *cross culture understanding* secara intensif dan keterampilan sosial sebagai *soft skill* (keterampilan lunak) wajib diberikan sebagai bekal para peserta karena melalui pengetahuan dan keterampilan sosial yang dimiliki, para peserta akan terbantu dalam memberikan penyelesaian yang adaptif serta mendorong hadirnya dukungan sosial di lingkungan baru sehingga mereka terhindar mencari pelarian kepada hal lain yang justru dapat merugikan diri sendiri maupun orang lain selama program KKN-PPL di Thailand berlangsung.

Menindaklanjuti temuan penelitian ini, peneliti selanjutnya diharapkan dapat menyiapkan pengujian efektifitas pelatihan keterampilan sosial berbasis kognitif dan perilaku (mengggunakan dasar *Cognitive behavioral Therapy*) terhadap proses akulturasi para peserta tersebut selama proses KKN-PPL di Thailand, yang hasilnya dalam jangka panjang dapat dipergunakan dalam memformulasikan

sebuah alur sistem penatalaksanaan dalam bentuk modul bagi para calon peserta sebelum keberangkatan ke lokasi KKN-PPL di luar negeri.

DAFTAR PUSTAKA

- Berry, J.E. (1998). *Acculturation and Health: Theory and Research*. In Kazarian S.S & Evans D. (eds). *Cultural Clinical Psychology: Theory, Research and Practice*. New York: Oxford University Press.
- Berry, J. & Safdar, S. (in press). (2007) Psychology of diversity: Managing of diversity in plural societies. In A. Chybicka & M. Kazmierczak (Eds.). *Psychology of Diversity*. Impuls: Krakow, Poland.
- Berry, J. W. (2006). Stress perspectives on acculturation. In D. L. Sam & J. W. Berry (Eds.), *The Cambridge handbook of acculturation psychology* (pp. 43-57). Cambridge, UK: Cambridge University Press.
- Burger, J. M. (2008). *Personality seventh edition*. Canada: Nelson Education.ltd.
- Cabanac, M. (1992). Pleasure: The common currency. *Journal of Theoretical Biology*, 155, 173-200.
- Cohen, S ., & Syme.S.L.,(1985). *Social support and Health* . London : Academic Press.
- Creswell,J.W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: choosing among five traditions*. California : SAGE Publication,Inc.
- Feist, J. & Feist, G.J..(2013).*Teori Kepribadian: Theories of Personality* (Buku 2). Terjemahan Handriatno. Jakarta: Salemba Humanika.
- Glasser, W. (1998). *Choice theory: a new psychology of personal freedom*. New York: Harper Collins Publisher. Inc.
- Hofstede, G., & Hofstede, G. J. (2005). *Cultures and organizations software of the mind*. New York: McGraw-Hill.
- Larkin, T. (2005). *Stress and hypertension: Examining the relation between psychological stress and high blood pressure*. London : Yale University Press.
- Lazarus, R., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. New York : Springer.
- Lester, S. (1999) *An Introduction to phenomenological research*. stan lester developments. Dalam <http://www.Devmts.Demon.co.uk/resmethy.htm>, diakses pada 10 Oktober 2015 pukul 20:20 WIB.
- Moleong, L. (2001). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Moleong, L. (2007). *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Moustakas, C. (1994).*Phenomenological research methods*. SAGE Publications.Inc Thousand Oaks.
- Nindyati, A. D. (2014). *Sex Role Identity dan Self-Efficacy sebagai Mediator Hubungan Tiga Kebutuhan menurut McClelland dengan Kinerja Beauty Advisor PT. X di Jakarta*. Dalam <http://www.academia.edu>, diakses pada 10 Agustus 2015 Pukul 08:00 WIB.
- Nurhidayah,S & Hidayanti, N. (2009). Hubungan Antara Ketabahan dan Locus of Control External dengan Kebermaknaan Hidup pada Istri yang Bekerja di Bagian Sewing pada PT. Bosaeng Jaya Bantar Gebang Bekasi. *Jurnal Soul*, Volume 2, No. 2.
- Nurtjahjanti, H dan Ratnaningsih, I. Z. (2011). Hubungan Kepribadian Hardiness dengan Optimisme pada Calon Tenaga Kerja Indonesia (CTKI) Wanita di BLKN DISNAKERTRANS Jawa tengah. *Jurnal Psikologi UNDIP* ,Vol. 10, No. 2.
- Robbin, S. P. (1996). *Perilaku Organisasi*. Jakarta : Prehallindo.
- Robbin, S. P. (2003) . *Organizational Behavior*. Tenth Edition. New Jersey :Prentice Hall, 2003.
- Sarafino, Edward P. (1998). *Health Psychology Biopsychosocial Interaction third edition*. New York:: John Wliley & Sons, Inc.
- Sarafino, E.P. (2006). *Health Psychology: Bio-psychosocial Interactions*. Fifth Edition. (USA : John Wiley & Sons.
- Smet, Bart.(1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: PT Gremedia Widiasarana Indonesia