

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk sosial yang dalam kehidupannya pasti akan selalu berinteraksi dan membutuhkan manusia lain agar dapat memenuhi kebutuhan sosialnya. Untuk mendapatkan kebutuhan sosial tersebut, setiap individu perlu memiliki kemampuan berinteraksi dengan individu yang lain, baik secara verbal maupun non verbal. Sebagai makhluk sosial, manusia hanya dapat berkembang serta bertahan hidup dengan cara bekerja sama dengan manusia lain. Maka dari itu, manusia perlu memiliki keterampilan serta kemampuan berkomunikasi untuk dapat menyesuaikan agar diterima dengan baik di tempat mereka berada. Begitupun saat seorang individu berada di lingkungan baru yang sama sekali belum pernah ditemui sebelumnya. Individu yang berada di lingkungan baru akan mencari pengetahuan mengenai lingkungan sekitarnya. Keingintahuan yang dimiliki oleh individu tersebut kemudian memaksanya untuk dapat berkomunikasi (Laksana, 2015).

Komunikasi merupakan sebuah cara untuk menyampaikan pesan baik berupa gambar, suara, lambang, dan lain sebagainya dari komunikator terhadap komunikan (*audience*) melalui media tertentu (Suprpto T. , 2009). Individu yang memulai proses komunikasi lalu menyampaikan pesan disebut sebagai komunikator, dan individu yang menjadi objek penerima pesan dalam proses komunikasi disebut sebagai komunikan (*audience*), sedangkan sarana yang dipergunakan untuk menyampaikan informasi disebut dengan saluran atau media.

Dalam sebuah kehidupan, setiap individu pasti akan menghadapi situasi maupun lingkungan yang berbeda bahkan belum pernah dialami sebelumnya. Oleh karena itu seorang individu dituntut untuk memiliki kecakapan berkomunikasi yang baik. Menurut Suryanto (2015) individu akan sering melakukan komunikasi ketika banyak berinteraksi atau bergaul dengan individu lainnya. Hal tersebut dikarenakan setiap individu saling membutuhkan satu sama lain agar dapat mencapai tujuan tertentu. Saat melakukan proses komunikasi, pikiran, emosi, bahkan perasaan saling di ungkapkan dalam bentuk percakapan antara individu satu dengan lainnya.

Dalam menghadapi lingkungan baru yang berbeda dari sebelumnya, seseorang perlu melakukan penyesuaian diri. Upaya penyesuaian diri terhadap individu serta lingkungan baru disebut sebagai adaptasi. Mahasiswa rantau tentunya perlu melakukan proses adaptasi tersebut, sebab lingkungan baru belum tentu sama dengan lingkungan sebelumnya. Namun, tidak semua mahasiswa rantau bisa beradaptasi dengan mudah, sebagian dari mereka ada juga yang sulit beradaptasi dengan lingkungan barunya.

Situasi serta lingkungan yang baru menuntut seseorang untuk bisa beradaptasi di lingkungan baru tersebut. Proses adaptasi sangat memerlukan banyak kemampuan untuk mempertimbangkan apa yang harus dilakukan. Hal itu dilakukan agar individu dapat diterima di lingkungan barunya. Selain itu, adaptasi membutuhkan kemampuan seorang individu untuk dapat memahami tingkah laku seseorang yang mungkin berbeda dengan lingkungan sebelumnya. Giri menjelaskan bahwa kemampuan komunikasi sangat penting dimiliki oleh mahasiswa rantau agar dapat menyesuaikan diri dan bisa menjalin komunikasi yang

baik dengan masyarakat setempat. Adapun kelebihan dari mahasiswa rantau adalah bisa belajar hidup mandiri serta bersosialisasi bersama teman dan lingkungan barunya (Giri, 2016).

Banyak perbedaan yang harus dihadapi oleh mahasiswa rantau ketika berada di lingkungan baru, khususnya perbedaan norma dan bahasa membuat mereka sulit untuk beradaptasi sehingga hal tersebut menjadi suatu pokok masalah yang membuat proses komunikasi tidak berjalan dengan semestinya. Mahasiswa rantau yang kesulitan untuk beradaptasi bisa mengalami gangguan dalam berinteraksi baik itu dengan dosen, senior, maupun teman.

Menurut McInnes dalam (Yuca, 2018) biasanya, mahasiswa rantau atau mahasiswa dari luar daerah akan mengalami suatu masalah terkait dengan masalah psikososial seperti stres yang disebabkan oleh ketidakbiasaan gaya serta norma sosial yang baru, sampai masalah interpersonal yang disebabkan oleh penyesuaian diri. Hal tersebut diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Setianingsih, Uyun dan Yuwono (2006) bahwasanya jika seorang remaja dapat menyesuaikan diri dengan baik, maka akan mampu melewati masa remajanya dengan lancar serta diharapkan ada perkembangan menuju kedewasaan yang optimal serta dapat dengan mudah diterima oleh lingkungannya.

Adapun penyebab penyesuaian diri yang gagal disebabkan oleh ketidakmampuan diri untuk beradaptasi dengan lingkungan barunya. Mahasiswa yang memiliki penyesuaian diri negatif cenderung akan gagal dalam menghadapi suatu masalah, kemudian akan memiliki rasa tidak tenang, mudah panik serta gugup. Hal tersebut akhirnya dapat memicu timbulnya rasa frustrasi, konflik bahkan

kecemasan yang mungkin saja mempengaruhi prestasi akademiknya (Bulmer, 2015).

Salah satu masalah yang dihadapi oleh mahasiswa rantau yaitu kecemasan komunikasi. Yaitu merupakan perasaan negatif saat akan melakukan komunikasi, perasaan negatif tersebut meliputi ketakutan, kekhawatiran, dan biasanya perasaan tersebut ditunjukkan dengan perasaan panik, tegang, bahkan gugup ketika sedang melakukan komunikasi di lingkungan baru pada situasi tertentu. Seperti saat melakukan presentasi di hadapan guru, teman-teman, dan lain sebagainya.

Menurut West & Turner (2017) kecemasan komunikasi merupakan sebuah perasaan atau keadaan yang tidak menyenangkan yang dialami oleh individu ketika sedang berkomunikasi dengan individu lain. Akibat dari kecemasan komunikasi tersebut dapat menimbulkan perasaan stres bagi yang mengalaminya. Biasanya, kecemasan komunikasi terjadi ketika awal pengenalan baik dengan orang maupun lingkungan baru.

Kecemasan komunikasi atau *communication apprehension* ini seringkali menjadi kendala atau hambatan bagi mahasiswa rantau saat akan berinteraksi dengan masyarakat setempat. Biasanya, seseorang yang mengalami kecemasan komunikasi tersebut seringkali menarik diri atau bahkan menghindari pergaulan agar sedikit terlibat saat berinteraksi dengan orang lain.

Kecemasan sosial merupakan salah satu masalah psikologis yang banyak dihadapi oleh orang di seluruh dunia, begitupun Indonesia. Namun, data mengenai kecemasan sosial di Indonesia masih cukup minim. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Vriends (2013) sekitar 15,8% penduduk di Indonesia mengalami

tingkat kecemasan yang tinggi. Kasus tersebut banyak dialami pada usia anak dan remaja. Menurut Stephan dalam (Nurdin, 2020) terdapat empat jenis konsekuensi negatif ketika berinteraksi dengan anggota kelompok lain, yaitu takut konsekuensi negatif bagi konsep diri, takut konsekuensi perilaku negatif, takut evaluasi negatif oleh orang asing, dan takut evaluasi negatif oleh kelompok sendiri.

Fenomena yang terjadi di Kabupaten Garut menunjukkan bahwa beberapa mahasiswa rantau memiliki kemampuan beradaptasi yang buruk sehingga mereka kesulitan untuk berinteraksi atau menjalin komunikasi yang baik di lingkungan baru. Beberapa mahasiswa rantau yang sulit beradaptasi memiliki kecemasan komunikasi yang tinggi, dibuktikan dengan mereka yang selalu menyendiri dan tidak memiliki teman saat sedang berkuliah di lingkungan kampus barunya.

Maka dari itu, agar mahasiswa rantau tidak mengalami kecemasan komunikasi yang tinggi, mereka dituntut untuk dapat melakukan adaptasi dengan baik di lingkungan barunya karena hal tersebut merupakan sesuatu yang wajib dilakukan ketika seseorang memasuki lingkungan serta situasi baru. Menurut Soeharto Heerdjan dalam (Sunaryo, 2017) mengatakan bahwa tujuan dari adaptasi atau penyesuaian diri tersebut adalah untuk mengatasi kesulitan dan hambatan komunikasi.

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan mengetahui seberapa besar pengaruh dari tingkat kecemasan komunikasi yang dihadapi oleh mahasiswa rantau ketika berada di lingkungan baru. Gudykunst dalam (Morissan, 2018) mengatakan bahwa penyebab dari kegagalan saat berkomunikasi dengan antarkelompok salah satunya adalah kecemasan komunikasi. Gudykunst juga menegaskan bahwa kemampuan

untuk mengatur kecemasan dan ketidakpastian akan berdampak pada berhasil tidaknya seorang individu melakukan komunikasi yang efektif serta menyesuaikan diri di lingkungan barunya.

Dengan masalah tersebut, maka dalam penelitian ini menggunakan Teori Pengelolaan Kecemasan Dan Ketidakpastian (*Anxiety/Uncertainty Management (AUM) Theory*) sebagai teori pendukung dan alat ukur. Menurut peneliti, teori ini relevan dengan masalah yang telah dipaparkan sebelumnya. Teori ini dikembangkan oleh William B. Gudykunst dimana penggagas sebelumnya adalah Berger dan Calabrese (1975) dengan Teori Pengurangan Ketidakpastian (*Uncertainty Reductions Theory-URT*). Teori ini mengungkapkan bagaimana sebuah proses komunikasi dapat mengurangi rasa ketidakpastian antara orang asing yang sedang terlibat percakapan satu sama lain.

Gudykunst dalam (Morissan, 2018) mengungkapkan bahwa inti dari teori ini adalah bagaimana proses komunikasi antarpribadi yang efektif meskipun melibatkan perbedaan budaya yang berbeda antara individu satu dengan individu lainnya melalui proses manajemen terhadap pengurangan ketidakpastian. Konsep dasar mengenai teori ini dikemukakan oleh Gudykunst yaitu jika meningkatnya harga diri serta konsep diri positif seseorang ketika ia berinteraksi dengan orang asing, maka akan meningkat pula kemampuannya untuk dapat mengelola kecemasan dan tentunya akan mempermudah untuk dapat melakukan adaptasi.

Dalam penelitian terdahulu yang sejenis dengan penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa setiap mahasiswa rantau pasti mengalami kecemasan komunikasi. Menurut pengamatan peneliti, hal ini unik untuk diteliti karena

mengetahui bagaimana proses dari setiap mahasiswa rantau mengelola kecemasan komunikasi agar dapat melakukan adaptasi dengan baik di lingkungan barunya. Dengan perbedaan penelitian yaitu lokasi pemilihan penelitian, serta fokus informasi yang berbeda dengan peneliti sebelumnya.

Penelitian tentang kecemasan komunikasi ini diperkuat oleh hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Elviani dalam judul Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Gayo Luwes Di Banda Aceh Dan Aceh Besar menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara konsep diri dengan kecemasan komunikasi. Dalam penelitian tersebut disimpulkan bahwa semakin rendah konsep diri yang dimiliki, maka akan semakin tinggi kecemasan yang dimiliki. Begitupun sebaliknya, semakin tinggi konsep diri yang dimiliki oleh individu, maka individu tersebut akan memiliki kecemasan komunikasi yang rendah (Elviani, Elviani dalam judul Hubungan Antara Konsep Diri Dengan Kecemasan Komunikasi Pada Mahasiswa Gayo Luwes Di Banda Aceh Dan Aceh Besar , 2020).

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Ni Putu Rizky Arnani dalam judul Kecemasan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa Thailand di IAIN Tulungagung. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami oleh mahasiswa Thailand dalam kategori sedang. Artinya, mahasiswa tersebut masih merasakan kecemasan komunikasi saat sedang berinteraksi dengan orang lain. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa partisipan perempuan memiliki tingkat kecemasan komunikasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan partisipan laki-laki (Arnani, 2020).

Berdasarkan uraian yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait Pengaruh Tingkat Kecemasan Komunikasi Terhadap Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Rantau.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dibuat penulis dari latar belakang tersebut adalah mengetahui sejauh mana Pengaruh Tingkat Kecemasan Komunikasi Terhadap Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Rantau?

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan rumusan masalah, maka identifikasi masalah ini dapat dijabarkan menjadi beberapa bagian :

1. Seberapa besar pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari evaluasi negatif terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau?
2. Seberapa besar pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari orang asing terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau?
3. Seberapa besar pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari orang yang dikenal terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau?

1.4 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.4.1 Maksud Penelitian

Maksud dari penelitian ini adalah penulis ingin menguji bagaimana Pengaruh Tingkat Kecemasan Komunikasi Terhadap Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Rantau.

1.4.2 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis :

1. Pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari evaluasi negatif terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau.
2. Pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari orang asing terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau.
3. Pengaruh tingkat kecemasan komunikasi ditinjau dari orang yang dikenal terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau.

1.5 Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang penelitian, rumusan masalah, serta tujuan penelitian yang telah di paparkan di atas, maka kegunaan yang di harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.5.1 Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran terhadap ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu komunikasi tentang bagaimana pengaruh tingkat kecemasan komunikasi terhadap kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau. Serta memberikan kontribusi dalam mengkaji teori manajemen kecemasan-ketidakpastian (*Anxiety Uncertainty Management Theory*)

1.5.2 Kegunaan Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan informasi mengenai Pengaruh Tingkat Kecemasan Komunikasi Terhadap Kemampuan Beradaptasi Mahasiswa Rantau.

1.5.3 Kegunaan Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi peneliti selanjutnya dalam pengembangan teori mengenai kecemasan komunikasi yang mempengaruhi kemampuan beradaptasi mahasiswa rantau, bagi yang ingin melanjutkan penelitian dengan topik yang sama.