

PERAN MEDIA SOSIAL DALAM MENGATASI *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA

Oleh:

Rizki Hoirul Anam¹

Nikmah Suryandari²

Universitas Trunojoyo Madura

Alamat: JL. Raya Telang, Perumahan Telang Inda, Telang, Kec. Kamal, Kabupaten
Bangkalan, Jawa Timur (69162).

Korespondensi Penulis: rizqy1569@gmail.com

Abstract. *This research discusses the role of social media in helping Trunojoyo Madura University (UTM) students deal with culture shock, which is psychological discomfort arising from the striking cultural differences between the area of origin and the new environment. Culture shock is often experienced by overseas students who have to adjust to different languages, social norms, and lifestyles. In this context, social media such as Instagram, WhatsApp, and TikTok serve as important tools that allow students to obtain real-time information, build new social networks, and understand the local culture more quickly. This study uses a descriptive qualitative approach to explore the experiences of UTM students in using social media as a means of adaptation. The results show that social media can accelerate the adaptation process, but it also creates new challenges such as unrealistic expectations, virtual isolation, and cultural miscommunication. Therefore, the use of social media needs to be balanced with direct interaction and good digital literacy to optimize its benefits in supporting students' cross-cultural adaptation process.*

Keywords: *Culture Shock, Social Media, Cross-Cultural Communication.*

Abstrak. Penelitian ini membahas peran media sosial dalam membantu mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura (UTM) menghadapi *culture shock*, yaitu ketidaknyamanan psikologis yang timbul akibat perbedaan budaya yang mencolok antara

Received June 23, 2025; Revised June 01, 2025; June 08, 2025

*Corresponding author: rizqy1569@gmail.com

PERAN MEDIA SOSIAL DALAM MENGATASI CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA

daerah asal dan lingkungan baru. *Culture shock* kerap dialami oleh mahasiswa perantau yang harus menyesuaikan diri dengan bahasa, norma sosial, serta gaya hidup yang berbeda. Dalam konteks ini, media sosial seperti Instagram, WhatsApp, dan TikTok berfungsi sebagai alat bantu penting yang memungkinkan mahasiswa memperoleh informasi *real-time*, membangun jaringan sosial baru, dan memahami budaya lokal secara lebih cepat. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk menggali pengalaman mahasiswa UTM dalam menggunakan media sosial sebagai sarana adaptasi. Hasilnya menunjukkan bahwa media sosial dapat mempercepat proses adaptasi, namun juga menimbulkan tantangan baru seperti ekspektasi yang tidak realistis, isolasi virtual, dan miskomunikasi budaya. Oleh karena itu, penggunaan media sosial perlu diimbangi dengan interaksi langsung dan literasi digital yang baik agar manfaatnya optimal dalam mendukung proses adaptasi lintas budaya mahasiswa.

Kata Kunci: *Culture Shock*, Media Sosial, Komunikasi Lintas Budaya.

LATAR BELAKANG

Perpindahan ke tempat yang baru sering kali menjadi ujian berat bagi mahasiswa yang pindah, terutama akibat adanya fenomena gegar budaya. Gegar budaya muncul ketika seseorang berhadapan dengan perbedaan budaya, norma sosial, dan cara bertindak yang sangat berbeda dari tempat asalnya. Hal ini bisa menyebabkan ketidaknyamanan, kebingungan, dan bahkan kecemasan. Mahasiswa yang merantau, biasanya meninggalkan keluarga dan komunitas asal untuk melanjutkan pendidikan di lokasi baru, sangat rentan terhadap situasi ini. Fenomena tersebut tidak hanya berdampak pada kesejahteraan mental, tetapi juga dapat mengganggu kelancaran aktivitas akademik dan sosial mereka.

Salah satu contoh nyata dari gegar budaya dialami oleh mahasiswa Minangkabau di Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau, sebagaimana dijelaskan oleh (Jefriyanto et al., 2020) dalam Jurnal Politikom Indonesia. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa mahasiswa mengalami beberapa kesulitan seperti perbedaan dalam makanan dan norma sosial saat mencoba beradaptasi dengan budaya setempat. Tantangan ini membuat mereka merasa terasing dan kesulitan untuk beradaptasi pada awal perkuliahan. Penelitian ini menggambarkan kompleksitas proses adaptasi budaya dan pentingnya strategi yang tepat untuk mengatasi gegar budaya.

Di zaman digital saat ini, media sosial memiliki peranan penting dalam kehidupan mahasiswa, termasuk dalam proses penyesuaian mereka. Platform media sosial memberikan kesempatan bagi mahasiswa untuk tetap berhubungan dengan komunitas asal mereka, sekaligus membangun koneksi dengan teman-teman baru di lingkungan yang berbeda. Melalui media sosial, mereka bisa berbagi pengalaman, mendapatkan informasi tentang budaya lokal, dan mempelajari norma sosial yang berlaku. Interaksi secara daring ini dapat membantu mengurangi rasa terasing dan mempercepat proses beradaptasi dengan lingkungan baru.

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti peran media sosial dalam mendukung mahasiswa di universitas-universitas Indonesia dalam menghadapi gegar budaya. Fokus penelitian ini adalah mengeksplorasi bagaimana platform digital dapat berfungsi sebagai jembatan untuk memahami budaya lokal, memperluas jaringan sosial, dan meningkatkan kemampuan adaptasi mahasiswa. Penelitian ini akan mengidentifikasi tahapan-tahapan yang dilalui mahasiswa beserta bagaimana mereka memanfaatkan media sosial untuk mengatasi tantangan tersebut.

Kerangka teoritis yang membagi gegar budaya ke dalam beberapa tahap—seperti euforia, frustrasi, penyesuaian, dan penerimaan—akan digunakan untuk menganalisis pengalaman mahasiswa. Tahapan ini mencerminkan proses dinamis yang dilalui individu ketika menghadapi budaya yang baru. Penelitian ini akan menjelajahi bagaimana media sosial dapat membantu mahasiswa melewati setiap tahap, misalnya dengan menyediakan ruang untuk refleksi, dukungan emosional, atau akses ke informasi yang relevan.

Secara praktis, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada perguruan tinggi dalam mendukung mahasiswa perantau, terutama melalui penggunaan media sosial. Dengan memahami peran platform digital, institusi dapat merancang strategi yang lebih efektif untuk membantu mahasiswa mengatasi gegar budaya, sehingga meningkatkan kesejahteraan dan keberhasilan akademis mereka. Penelitian ini juga diharapkan dapat meningkatkan literatur mengenai adaptasi budaya di era digital, khususnya dalam konteks pendidikan tinggi di Indonesia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengadopsi pendekatan kualitatif guna mengeksplorasi dampak media sosial terhadap pengalaman *culture shock* dalam komunikasi lintas budaya di

PERAN MEDIA SOSIAL DALAM MENGATASI CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA

kalangan mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura (UTM). Pendekatan ini dipilih untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai persepsi dan pengalaman mahasiswa dalam beradaptasi dengan lingkungan budaya yang baru. Desain penelitian ini bersifat deskriptif-eksploratif, yang menggabungkan studi lapangan dengan analisis konten digital.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Culture Shock dalam Konteks Komunikasi Lintas Budaya

Saat seseorang berada di lingkungan budaya yang asing, mereka sering mengalami *culture shock*. Ini adalah kondisi di mana seseorang merasa tidak nyaman, kebingungan, atau bahkan kecemasan. Mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura (UTM) dari luar Madura, misalnya dari Jawa atau kota-kota besar, sering merasakannya karena adanya perbedaan mencolok dalam budaya, bahasa, dan gaya hidup. *culture shock* umumnya terjadi melalui tahapan: (1) rasa antusias di awal, (2) kekecewaan akibat perbedaan budaya, (3) upaya adaptasi, dan (4) penerimaan terhadap lingkungan baru. Di UTM, beberapa hal bisa memicu *culture shock*:

1. Bahasa dan Komunikasi: Penggunaan bahasa Madura yang kuat dalam percakapan sehari-hari bisa jadi membingungkan, meskipun bahasa Indonesia juga digunakan di kampus. Perbedaan aksen dan ungkapan khas seringkali menimbulkan kesalahpahaman. Contohnya, intonasi yang tinggi kadang disalahartikan sebagai ketidakramahan.
2. Norma Sosial: Budaya Madura yang konservatif sangat menjunjung tinggi etika, terutama dalam hal berpakaian dan berinteraksi. Mahasiswi dari daerah lain mungkin merasa tertekan karena ekspektasi berpakaian yang lebih tertutup atau batasan dalam pergaulan antara laki-laki dan perempuan.
3. Kehidupan Sehari-hari: Gaya hidup Madura yang cenderung santai dan tradisional sangat kontras dengan kehidupan kota yang serba cepat. Minimnya tempat hiburan modern, seperti pusat perbelanjaan atau kafe, sering menjadi tantangan bagi mahasiswa yang terbiasa dengan gaya hidup perkotaan.
4. Kuliner: Cita rasa makanan khas Madura, seperti sate lalat dan rujak soto, yang kuat dan pedas, bisa jadi terasa aneh bagi mahasiswa yang terbiasa dengan jenis masakan yang berbeda.

Media sosial memiliki peranan yang signifikan dalam mendukung mahasiswa dalam menghadapi *culture shock*, baik sebagai sarana untuk beradaptasi maupun sebagai sumber tantangan yang baru. Bagian berikut ini menjelaskan dampak yang baik dan buruk dari media sosial dalam komunikasi antarbudaya di UTM. Media sosial, seperti Instagram, WhatsApp, TikTok, dan X, berperan penting dalam membantu mahasiswa menghadapi *culture shock*. Platform ini menyediakan akses informasi *real-time* tentang budaya Madura sebelum mahasiswa tiba. Misalnya, akun Instagram resmi UTM atau grup WhatsApp angkatan berbagi informasi tentang tradisi lokal, seperti cara berpakaian sopan atau acara budaya seperti karapan sapi. Video TikTok tentang kehidupan kampus membantu mahasiswa merasa lebih akrab dengan lingkungan baru.

Selain itu, media sosial memungkinkan mahasiswa terhubung dengan komunitas pendukung, baik sesama perantau maupun mahasiswa lokal, untuk berbagi pengalaman atau curhat tentang kesulitan adaptasi, seperti memahami aksen Madura. Interaksi ini mendukung pemahaman multikultural dan memperkuat rasa kebersamaan. Namun, media sosial juga dapat memperumit adaptasi budaya jika tidak digunakan secara bijak. Postingan yang menampilkan kehidupan kampus secara estetik sering menciptakan ekspektasi tidak realistis, menyebabkan kekecewaan saat mahasiswa menghadapi gaya hidup Madura yang sederhana dan tradisional.

Ketergantungan pada interaksi online, seperti mengobrol di grup WhatsApp, dapat mengurangi keterlibatan tatap muka yang penting untuk memahami nuansa budaya, seperti humor lokal atau sopan santun. Lelucon di media sosial yang dianggap wajar di daerah lain mungkin dianggap tidak sopan di Madura, memicu miskomunikasi. Selain itu, perbandingan sosial akibat melihat postingan mahasiswa di kota besar dengan fasilitas modern dapat memperdalam rasa terasing, terutama bagi mereka yang belum terbiasa dengan minimnya hiburan perkotaan di Madura.

Untuk mengoptimalkan manfaat media sosial, mahasiswa perlu menyeimbangkan penggunaannya dengan interaksi langsung. Mereka dapat memanfaatkan platform untuk mencari informasi praktis, seperti rekomendasi tempat tinggal atau kuliner lokal, sambil tetap terlibat dalam kegiatan offline seperti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) budaya atau pengajian untuk memahami nilai-nilai Madura, seperti gotong royong dan kesopanan. Literasi digital juga penting untuk memverifikasi informasi dan menghindari stereotip atau konten menyesatkan. Universitas dapat mendukung dengan pelatihan

PERAN MEDIA SOSIAL DALAM MENGATASI CULTURE SHOCK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO MADURA

literasi digital atau program orientasi berbasis media sosial yang dipadukan dengan kegiatan tatap muka.

Media sosial adalah pedang bermata dua, ia dapat menjadi jembatan untuk memahami budaya dan mempercepat adaptasi, tetapi juga berpotensi memperburuk *culture shock* jika digunakan tanpa keseimbangan. Temuan ini memberikan wawasan bagi UTM untuk mengembangkan strategi pendidikan yang mendukung integrasi budaya, seperti menggabungkan pemanfaatan media sosial dengan pengalaman langsung guna memperkuat komunikasi lintas budaya di lingkungan kampus multikultural.

Kontribusi bagi Komunikasi Lintas Budaya

Penelitian ini menunjukkan bahwa media sosial adalah alat yang bersifat pedang bermata dua dalam konteks *culture shock*. Jika digunakan secara bijak, platform ini dapat menjadi jembatan untuk memahami budaya Madura, mempercepat adaptasi, dan membangun komunitas pendukung. Namun, tanpa pendekatan yang seimbang, media sosial dapat memperburuk *culture shock* melalui ekspektasi yang keliru, isolasi virtual, dan miskomunikasi. Temuan ini memberikan wawasan penting bagi UTM untuk mengembangkan strategi pendidikan yang mendukung integrasi budaya, seperti program orientasi berbasis media sosial yang dipadukan dengan kegiatan tatap muka untuk memperkuat komunikasi lintas budaya.

KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menemukan bahwa media sosial memiliki peran ganda dalam memengaruhi pengalaman *culture shock* mahasiswa Universitas Trunojoyo Madura (UTM) dalam komunikasi lintas budaya. Di satu sisi, platform seperti Instagram, WhatsApp, dan TikTok dapat membantu mengurangi *culture shock* dengan menyediakan informasi tentang budaya lokal, memfasilitasi terbentuknya komunitas pendukung, serta meningkatkan pemahaman tentang budaya sebelum mahasiswa tiba di lingkungan baru. Namun, di sisi lain, penggunaan media sosial yang tidak seimbang justru dapat memperburuk proses adaptasi melalui ekspektasi yang tidak realistis, perbandingan sosial yang merugikan, miskomunikasi, dan kecenderungan untuk terisolasi secara virtual. Oleh karena itu, untuk memaksimalkan manfaat media sosial, mahasiswa disarankan untuk meningkatkan literasi digital mereka serta menyeimbangkan interaksi online dengan

pengalaman secara langsung. Temuan ini menekankan pentingnya penerapan strategi pendidikan yang mendukung integrasi budaya di lingkungan kampus multikultural.

DAFTAR REFERENSI

- Ambarwati, M., & Indriastuti, Y. (2022). Komunikasi Antarbudaya Mahasiswa Rantau Dalam Menghadapi *Culture Shock* Di Madura. *Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Bisnis*, 8(1), 9–24. <https://doi.org/10.36914/jikb.v8i1.777>
- Dhamayanti, M. (2018). Komunikasi Lintas Budaya Etnis India, Etnis China Serta Pribumi Di Kampung Lubuk Pakam. *Jurnal Ilmiah Komunikasi Makna*, 6(1), 13. <https://doi.org/10.30659/jikm.6.1.13-21>
- Dwiatmoko, M. F., Setiawan, E., Barat, J., & Pada, T. (2019). *Culture Shock dalam Komunikasi Antar Budaya Jawa Timur tersebut memaknai “ Culture Shock Dalam Komunikasi Antar Budaya (Studi Fenomenologi. 5/1, 128–133.*
- Irawaty, S., & Prasastiningtyas, W. (2023). Peran Komunikasi Lintas Budaya dalam Fungsi Sosial dan Potensi Masalah yang Timbul (Studi Kasus pada Mahasiswa Universitas Sangga Buana dalam Pertukaran Pelajar). *JHIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(3), 1765–1777. <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i3.1708>
- Jefriyanto, J., Mayasari, M., Lubis, F. O., & Kusrin, K. (2020). *Culture Shock* dalam Komunikasi Lintas Budaya pada Mahasiswa. *Jurnal Politikom Indonesiana*, 5(1), 175–195. <https://doi.org/10.35706/jpi.v5i1.3740>
- Kusumawati, P. W., Jahrah Siti Nur Ainunnisa, Pratama Yogi, & Fajarwati Noerma Kurnia. (2024). Kearifan Lokal Dalam Komunikasi Lintas Budaya. *Jurnal Sains Student Research*, 2(1), 734–740. <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i1.1010>
- Prasmi, S. M., Sumarah, N., & Danadharta, I. (2019). Hambatan Komunikasi Lintas Budaya (Mahasiswa Papua Di Surabaya). *Representamen*, 5(02). <https://doi.org/10.30996/representamen.v5i02.2935>
- Raba, H. (2023). Peran Manajemen Komunikasi Lintas Budaya Dalam Kaitan Dengan Multikulturalisme Di Lingkungan Perusahaan. *Jurnal Manajemen & Bisnis*, 45. <http://ejournal.sainttheresa.ac.id/index.php/jmb/article/view/99%0Ahttp://ejournal.sainttheresa.ac.id/index.php/jmb/article/download/99/59>
- Rahayuningsih, I. (2014). Komunikasi lintas budaya dalam organisasi. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 9(Agustus), 91–100.

**PERAN MEDIA SOSIAL DALAM MENGATASI CULTURE
SHOCK PADA MAHASISWA UNIVERSITAS TRUNOJOYO
MADURA**

Suyanto, & Wijayani. (2024). Komunikasi Antar Budaya Mahasiswa Perantau Asal Gresik Dalam Menghadapi *Culture Shock* Di Madura. *Jurnal Sains Student Research*, 2(1), 106–119. <https://doi.org/10.61722/jssr.v2i1.484>