

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Culture shock* adalah sebuah kondisi ketika seseorang merasa terkejut atau tertekan saat berada di lingkungan baru dengan budaya yang baru.<sup>1</sup> Istilah ini pertama kali diperkenalkan oleh antropolog Kalervo Oberg pada tahun 1950, yang menggambarkannya sebagai reaksi emosional terhadap kehilangan petunjuk budaya yang akrab, gangguan dalam komunikasi interpersonal, dan krisis identitas. Proses ini sering kali melibatkan kondisi negatif mendalam seperti depresi, frustrasi, dan disorientasi pada individu yang hidup dalam lingkungan baru karena individu harus menyesuaikan diri dengan norma, nilai, dan perilaku baru yang asing.<sup>2</sup>

*Culture shock*, atau dalam bahasa Indonesia dikenal sebagai gegar budaya, terjadi ketika seseorang memasuki lingkungan baru yang memiliki suasana, tempat, dan kebiasaan yang berbeda dari yang sebelumnya ia kenal.<sup>3</sup> Seiring waktu, perbedaan dalam latar belakang sosial dan budaya secara bertahap memengaruhi kondisi psikologis individu, terutama dalam aspek bahasa, interaksi sosial, dan kebiasaan budaya masyarakat asal dari individu tersebut.

---

<sup>1</sup> I Ardila, "Adaptasi Mahasiswa Pertukaran Dalam Menghadapi Culture Shock ( Studi Fenomenologi Mahasiswa Pmm Di Universitas Malikussaleh )," *Jurnal Pendidikan Sosiologi Undiksha* 5, no. 2 (2023): 105–18.

<sup>2</sup> T. Intan, "Gegar Budaya Dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Année Chez Les Français Karya Fouad Laroui," *Jurnal Ilmu Budaya* 7, no. 2 (2019): 165–66.

<sup>3</sup> Wardah and Umrah Dea Sahbani, "Adaptasi Mahasiswa Terhadap Culture Shock," *Jurnal Komunikasi Dan Organisasi (J-KO)* 2, no. 2 (2020): 120–24.

Dalam konteks mobilitas kerja antarnegara, *culture shock* menjadi tantangan utama bagi pekerja migran atau pekerja asal Indonesia yang bekerja di luar negeri. Kondisi ini dapat terjadi dikarenakan para pekerja migran Indonesia harus menyesuaikan diri dengan lingkungan kerja di negara yang mungkin memiliki kebiasaan atau budaya yang berbeda dengan budaya di Indonesia. Perbedaan inilah yang kemudian dapat menimbulkan stres, ketidaknyamanan, dan bahkan konflik interpersonal jika tidak dikelola dengan baik.



Gambar 1. 1 Pekerja Migran  
Sumber: Akun Tiktok @istriomario

Beberapa fakta menunjukkan bahwa fenomena *culture shock* ini sangat rentan terjadi pada pekerja migran Indonesia. Akun Tiktok @itsriomario membagikan pengalaman *culture shock* yang dialaminya saat bekerja di Hong Kong. Ia mengalami *culture shock* yang disebabkan oleh tiga faktor utama. Pertama, perubahan cuaca yang berlangsung secara drastis dan tiba-tiba, di mana kondisi awal berupa musim gugur yang lembab berubah menjadi musim dingin dengan penurunan suhu hingga 15 derajat Celsius. Kedua, keberadaan aturan tidak tertulis di Hong Kong, seperti kewajiban untuk berjalan kaki dan

berdiri di sisi kanan eskalator, sementara kendaraan justru berjalan disisi kiri jalan. Ketiga, ia menghadapi tantangan dalam hal pelayanan yang sangat cepat dan hambatan bahasa, khususnya ketika berada di restoran. Dalam situasi yang ia alami, pelayan sudah menanyakan pesanan kurang dari satu menit setelah menu diberikan, sementara ia masih berupaya memahami isi menu dengan bantuan aplikasi penerjemah karena keterbatasan dalam memahami bahasa lokal.<sup>4</sup>



Gambar 1. 2 Pekerja Migran  
Sumber: Akun Tiktok @indripu93

Akun Tiktok @indripu93 juga membagikan pengalaman *culture shock* yang ia alami ketika bekerja di Jepang. *Culture shock* yang dialaminya disebabkan oleh tindakan perundungan yang dilakukan oleh rekan kerja asli Jepang di lingkungan tempat ia bekerja. Ia juga menyatakan bahwa tindakan perundungan tersebut tidak mendapatkan sanksi tegas dari pihak atasan, melainkan dibiarkan begitu saja. Di samping itu, ia juga mengalami *culture shock* terkait budaya kerja dan etos kerja masyarakat Jepang yang sangat

---

<sup>4</sup> <https://vt.tiktok.com/ZSh1vt4Kj/> diakses pada tanggal 28 April 2025.

menjunjung tinggi kedisiplinan. Tidak terdapat waktu kerja yang terbuang sia-sia, bahkan apabila tugas utama telah diselesaikan sebelum jam kerja berakhir, para pekerja diharapkan untuk tetap produktif dengan melakukan aktivitas lain seperti membersihkan lantai atau menyikat tangga.<sup>5</sup>

Mengenai *culture shock* terhadap etos kerja dan kedisiplinan masyarakat Jepang, pekerja migran Indonesia etnis Jawa yang dikenal memiliki budaya *nrima ing pandum*, *alon-alon waton klakon*, dan *sepi ing pamrih rame ing gawe*, juga mengalami *culture shock* ketika dihadapkan dengan etos kerja 5S maupun *kaizen* di Jepang yang menekankan disiplin tinggi dan kerja keras.<sup>6</sup> Perbedaan keyakinan dan pandangan hidup antara Indonesia dengan Jepang juga menjadi faktor lain terjadinya *culture shock* pada pekerja migran Indonesia, kondisi ini spesifik terjadi pada pekerja migran yang berada di Okinawa, di mana mayoritas masyarakat disana menganut agama Shinto dan Budha, bahkan ada yang tidak beragama sama sekali.<sup>7</sup>

Selain Jepang, pekerja migran Indonesia yang bekerja di Taiwan juga mengalami *culture shock*, fenomena ini terjadi dilatarbelakangi oleh beberapa hambatan yang dihadapi oleh pekerja migran Indonesia seperti stereotip dari stigma masyarakat, perbedaan budaya, tindakan diskriminatif oleh majikan, yang kemudian diperparah dengan adanya perbedaan bahasa serta minimnya

---

<sup>5</sup> <https://vt.tiktok.com/ZSh1vDHwN/> diakses pada tanggal 28 April 2025

<sup>6</sup> Shelsa Odilia Rachman, "Gegar Budaya Dan Strategi Adaptasi Pekerja Migran Indonesia Terhadap Etos Kerja Jepang : Studi Kasus Enam Pekerja Etnis Jawa Di Tokyo" (Universitas Gadjah Mada, 2024).

<sup>7</sup> Chenerali Tatambihe et al., "Pengalaman Adaptasi Pekerja Migran Indonesia Terhadap Culture Shock Di Prefektur," *Jurnal Dharma Medika*, 2017, 1–14.

pengetahuan pekerja migran Indonesia terhadap lingkungan kerja di Taiwan.<sup>8</sup> Fenomena ini menunjukkan bahwa, meskipun para pekerja migran telah menjalani pelatihan bahasa dan keterampilan sebelum penempatan kerja di luar negeri, mereka tetap berpotensi mengalami kesulitan dalam berkomunikasi dan memahami lingkungan kerja mereka.

Di Malaysia, sebanyak kurang lebih 200 pekerja migran Indonesia di tampung oleh KBRI Malaysia karena mengalami beberapa permasalahan, salah satunya yaitu masalah *culture shock*. Fenomena ini dilatarbelakangi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kekerasan fisik yang dilakukan oleh majikan dan pembayaran gaji yang tidak sesuai.<sup>9</sup> Ini menunjukkan bahwa, meskipun Indonesia dan Malaysia secara geografis letaknya sangat berdekatan, bahkan dapat dikatakan masih serumpun, namun pekerja migran tetap rentan mengalami fenomena *culture shock*.

Berdasarkan fakta-fakta tersebut, pemilihan pekerja migran Indonesia sebagai subjek penelitian menjadi sangat relevan. Hal ini dikarenakan perpindahan tempat yang dialami oleh pekerja migran Indonesia tidak hanya mencakup perpindahan antar pulau di dalam negeri namun melibatkan perpindahan antar negara seperti yang sudah dijelaskan pada Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2017 tentang Perlindungan Pekerja Migran Indonesia, bahwa pekerja migran Indonesia (PMI) adalah setiap warga negara Indonesia yang

---

<sup>8</sup> Wim Naga Mulia, Turnomo Rahardjo, and Primada Qurrota Ayun, "Adaptasi Budaya Pekerja Migran Indonesia Di Taiwan," *E Journal Interaksi Online Undip* 12, no. 3 (2024): 926–38.

<sup>9</sup> Fathiah et al., "Pemberdayaan Pekerja Migran Indonesia (PMI) Negara Penempatan Malaysia Untuk Peningkatan Kapasitas Dan Persiapan Kemandirian," *KREASI: Jurnal Inovasi Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 3, no. 2 (2023): 211–28.

akan, sedang, atau telah melakukan pekerjaan dengan menerima upah di luar wilayah Republik Indonesia.<sup>10</sup> Perpindahan tempat antar negara ini tentunya akan membawa tantangan adaptasi budaya yang lebih kompleks.

Peningkatan jumlah pekerja migran Indonesia dalam beberapa tahun terakhir juga menjadi faktor pendorong pemilihan subjek pada penelitian ini. Bahkan angka pekerja migran Indonesia kian meningkat setiap tahunnya, data dari Badan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia (BP2MI) mencatat bahwa pada tahun 2023, jumlah penempatan PMI mencapai 297.108 orang. Angka ini meningkat menjadi 297.434 pada tahun 2024, terjadi kenaikan sebesar 0,11% dibandingkan tahun sebelumnya.<sup>11</sup> Peningkatan ini mencerminkan minat masyarakat Indonesia terhadap pekerjaan di luar negeri sangatlah tinggi.

Terlebih baru-baru ini muncul sebuah tren #KaburAjaDulu di media sosial terutama Instagram, Tiktok dan X, tren ini dilatarbelakangi oleh ketidakpuasan masyarakat terutama generasi muda terhadap kondisi ekonomi dan lapangan kerja di Indonesia. Tagar ini mencerminkan keinginan generasi muda Indonesia untuk meninggalkan Indonesia dan mencari kehidupan yang lebih baik di luar negeri. Tren ini berpotensi meningkatkan jumlah pekerja migran Indonesia di masa mendatang. Namun peningkatan jumlah pekerja migran Indonesia juga tentunya membawa tantangan tersendiri, terutama dalam hal adaptasi budaya di negara tujuan.

---

<sup>10</sup> Pemerintah Indonesia, “Undang-Undang Republik Indonesia NO. 18 2017 Perlindungan Pekerja Migran Indonesia,” n.d.

<sup>11</sup> BP2MI, “Data Penempatan Dan Pelindungan Pekerja Migran Indonesia Periode Tahun 2024,” 2025, <https://bp2mi.go.id/statistik-detail/data-penempatan-dan-pelindungan-pekerja-migran-indonesia-periode-tahun-2024>. diakses pada tanggal, 20 April 2025.

Penelitian ini akan mengkaji fenomena *culture shock* pada pekerja migran dalam perspektif ilmu komunikasi. Dalam ilmu komunikasi, *culture shock* merupakan bagian dari kajian komunikasi antarbudaya. Menurut Samovar dkk, komunikasi antarbudaya terjadi ketika anggota dari satu budaya menyampaikan pesan untuk dikonsumsi oleh anggota dari budaya lain. Secara lebih spesifik, komunikasi antarbudaya melibatkan interaksi antara orang-orang yang persepsi budaya dan sistem simbolnya cukup berbeda sehingga memengaruhi peristiwa komunikasi.<sup>12</sup>

Kalervo Oberg menekankan bahwa *culture shock* berkaitan erat dengan kemampuan komunikasi seseorang. Menurutnya, gangguan psikologis yang muncul dalam *culture shock* sering kali disebabkan oleh kurangnya pemahaman terhadap latar belakang budaya orang lain dan kurangnya kemampuan komunikasi di lingkungan baru. Oberg juga menjelaskan bahwa ketika individu menyadari bahwa kesulitan yang mereka alami bukan karena permusuhan lingkungan baru, melainkan karena ketidakmampuan mereka untuk memahami budaya setempat dan berkomunikasi secara efektif, maka mereka akan menyadari bahwa *culture shock* dapat diatasi melalui peningkatan pemahaman budaya dan kemampuan komunikasi tersebut. Lebih lanjut, Oberg menyatakan bahwa cara tercepat untuk mengatasi *culture shock* adalah dengan mengenal masyarakat setempat, yang menuntut kemampuan berbahasa karena bahasa merupakan sistem simbol utama dalam komunikasi.<sup>13</sup>

---

<sup>12</sup> Larry A Samovar et al., *Communication between Cultures, Nucleic Acids Research*, vol. 34 (Boston: Wadsworth Cengage Learning, 2009). hal 7-8.

<sup>13</sup> Kalervo Oberg, "Culture Shock," *IN. Bobs-Merrill* 11, no. 1 (1954): 1-14.

Dengan begitu, *culture shock* bukan hanya persoalan penyesuaian individu terhadap lingkungan baru, tetapi juga terkait dengan kemampuan mereka dalam memahami pesan verbal dan nonverbal, serta menafsirkan simbol komunikasi yang digunakan dalam budaya tujuan. Dalam konteks pekerja migran, fenomena *culture shock* menunjukkan bagaimana perbedaan budaya dapat menghambat proses komunikasi interpersonal dan kerja sama di tempat kerja, yang berujung pada stres, konflik, atau kesalahpahaman. Oleh karena itu, penelitian mengenai *culture shock* pada pekerja migran ini relevan untuk dikaji dalam disiplin ilmu komunikasi, khususnya untuk memahami bagaimana proses adaptasi komunikasi terjadi dalam interaksi lintas budaya dan bagaimana komunikasi efektif dapat meminimalkan dampak negatif *culture shock* tersebut.

Melihat situasi yang terjadi saat ini serta potensi signifikan peningkatan jumlah pekerja migran Indonesia di masa mendatang, fenomena ini menempatkan isu *culture shock* dan pengalaman pekerja migran sebagai fokus utama yang mendesak untuk dikaji. Kerentanan yang tinggi terhadap *culture shock* di kalangan pekerja migran Indonesia tidak hanya berdampak pada kesejahteraan psikologis mereka, tetapi juga berimplikasi pada proses adaptasi sosial, produktivitas kerja, dan hubungan antarbudaya di negara tujuan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk memperdalam pemahaman mengenai fenomena tersebut, sehingga dapat memberikan kontribusi berupa wawasan yang bermanfaat serta menjadi bekal persiapan bagi calon pekerja migran dalam menghadapi tantangan *culture shock*.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat disusun sebagai berikut:

Bagaimana fenomena *culture shock* yang dialami oleh pekerja migran di Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, maka tujuan penelitian ini adalah:

Untuk memahami fenomena *culture shock* yang dialami oleh pekerja migran di Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah:

### **1.4.1 Manfaat Akademis**

1. Memberikan pemahaman mendalam terkait fenomena *culture shock* khususnya dalam konteks pekerja migran.
2. Memberikan landasan pengetahuan baru tentang pengalaman pekerja migran dan fenomena *culture shock* sehingga dapat menjadi sumber referensi peneliti lainnya.
3. Menambah Wawasan baru mengenai interaksi budaya sehingga diharapkan adanya peningkatan dalam kemampuan beradaptasi dan dapat lebih menghargai keanekaragaman budaya oleh pekerja migran.

### **1.4.1 Manfaat Praktis**

1. Memberikan wawasan dan membantu pekerja migran memahami dan mempersiapkan diri menghadapi perbedaan budaya, sehingga dapat meminimalisir stres, masalah sosial, atau konflik di tempat kerja maupun lingkungan baru.
2. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi pemerintah daerah dan lembaga ketenagakerjaan dalam menyusun program pelatihan, pembekalan budaya, dan kesiapan mental bagi calon pekerja migran sebelum berangkat ke negara tujuan.

## **1.5 Metodologi Penelitian**

### **1.5.1 Paradigma Penelitian**

Paradigma penelitian merupakan kerangka ilmiah yang digunakan untuk membentuk persepsi dalam menyelesaikan permasalahan penelitian. Sementara itu, kesimpulan dari penelitian mencerminkan kebenaran ilmiah. Kebenaran ilmiah sendiri bersifat terbatas pada kemampuan berpikir rasional manusia, sehingga tidak bersifat mutlak atau permanen. Oleh karena itu, kebenaran ilmiah dapat diuji kembali oleh peneliti melalui penelitian ulang terhadap studi sebelumnya.<sup>14</sup>

Paradigma dalam penelitian ini menggunakan paradigma konstruktivisme. Paradigma konstruktivisme merupakan pendekatan yang memandang realitas sosial sebagai hasil dari konstruksi sosial, di mana kebenaran bersifat relatif dan tergantung pada konteks sosial tertentu.

---

<sup>14</sup> Syafrida Hafni Sahir, *Metodologi Penelitian* (Yogyakarta: KBM Indonesia, 2022). hal 21.

Paradigma ini berada dalam pandangan interpretivisme, yang menekankan pentingnya penafsiran dalam memahami realitas sosial. Dalam interpretivisme, terdapat tiga pendekatan utama yaitu interaksionisme simbolik, fenomenologi, dan hermeneutika. Paradigma konstruktivisme muncul sebagai kritik terhadap pendekatan positivis, yang cenderung menggeneralisasi realitas sosial. Dalam pandangan konstruktivisme, setiap individu memiliki persepsi tersendiri terhadap realitas sosial, sehingga pandangan tersebut tidak bisa diberlakukan secara umum untuk semua orang, karena setiap individu memiliki pengalaman dan interpretasi yang unik terhadap realitas tersebut.<sup>15</sup>

#### 1.5.2 Metode Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti terkait rumusan masalah tentang fenomena *culture shock* pada pekerja migran di Kecamatan Grabag ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi.

Metode kualitatif merupakan pendekatan penelitian yang berfokus pada pemahaman terhadap suatu fenomena melalui persepsi, dengan data yang dihasilkan berupa deskripsi secara lisan dari objek yang diteliti. Dalam pelaksanaannya, metode ini menuntut peneliti memiliki wawasan yang luas karena peneliti akan mewawancarai secara langsung objek penelitian.<sup>16</sup>

Pendekatan kualitatif digunakan untuk menggali suatu data yang

---

<sup>15</sup> M Chairul Basrun Umanailo, "Paradigma Konstruktivis," *Metodologi Penelitian*, no. October (2019): 1–5.

<sup>16</sup> Sahir, *Metodol. Penelit.* hal 6.

mengandung makna secara mendalam. Makna merupakan data yang sesungguhnya dari nilai tersembunyi di balik data yang tampak. Oleh karena itu, penelitian kualitatif tidak berfokus pada generalisasi, melainkan pada pendalaman makna dari data yang dikumpulkan.<sup>17</sup>

Penelitian fenomenologi bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman subjektif individu atau kelompok terhadap suatu fenomena tertentu, dengan fokus pada persepsi dan makna yang mereka berikan.<sup>18</sup> Dalam pendekatan fenomenologis, kembali pada fakta atau fenomena berarti bahwa peneliti berusaha memahami pengalaman partisipan secara langsung, tanpa dipengaruhi oleh teori-teori tertentu atau asumsi-asumsi yang telah ada sebelumnya. Tujuan peneliti fenomenologis adalah untuk memandang pengalaman partisipan secara murni dan apa adanya.<sup>19</sup> Pendekatan ini menekankan pemahaman terhadap pengalaman hidup sehari-hari dari perspektif subjek penelitian, tanpa intervensi atau interpretasi dari peneliti.

### 1.5.3 Subjek dan Objek Penelitian

#### a. Subjek Penelitian

Subjek objek dalam penelitian ini adalah pekerja migran yang berasal dari Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang. Mereka adalah individu yang telah bekerja di luar negeri dan mengalami proses

---

<sup>17</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: Alfabeta, 2013). hal 9.

<sup>18</sup> O Hasbiansyah, "Pendekatan Fenomenologi: Pengantar Praktik Penelitian Dalam Ilmu Sosial Dan Komunikasi," *Mediator: Jurnal Komunikasi* 9, no. 1 (2008): 163–80.

<sup>19</sup> YF la Kahija, *Penelitian Fenomenologis* (Yogyakarta: PT Kanisius, 2017). hal 48.

adaptasi terhadap budaya baru di negara tujuan mereka. Para pekerja migran ini dipilih sebagai informan untuk menggali pengalaman pribadi mereka terkait dengan fenomena *culture shock* yang mereka alami selama berada di lingkungan budaya yang berbeda. Informan dalam penelitian ini dipilih berdasarkan kriteria sebagai berikut:

1. Berdomisili di Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang
2. Sedang atau pernah bekerja di luar negeri secara legal dengan durasi minimal satu tahun

Berdasarkan kriteria tersebut, maka narasumber yang dipilih dalam penelitian ini adalah:

1. Sukapti
2. Muhammad Iqbal
3. Muhammad Ryan Hafidzul Muammar
4. Bagus Pratama Subiyanto
5. Defri Syarifudin

b. Objek Penelitian

Objek penelitian ini adalah fenomena *culture shock* yang dialami oleh para pekerja migran tersebut. *Culture shock* merujuk pada perasaan kebingungan, kecemasan, atau ketidaknyamanan yang timbul ketika seseorang berhadapan dengan budaya yang berbeda dari budaya asalnya. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana fenomena *culture shock* yang terjadi pada para pekerja migran karena adanya perbedaan budaya.

## 1.6 Jenis Data

### a. Data primer

Data primer adalah data yang didapatkan secara langsung oleh peneliti dari sumber utama, tanpa melibatkan pihak ketiga atau perantara dalam proses pengumpulannya. Data ini tidak tersedia dalam bentuk berkas, sehingga peneliti harus mengumpulkannya secara langsung dari individu atau kelompok yang dalam konteks penelitian biasa disebut sebagai responden, yang memberikan informasi atau data yang dibutuhkan oleh peneliti.<sup>20</sup> Sedangkan data primer dalam penelitian ini diperoleh secara langsung dari narasumber melalui wawancara mendalam kepada pekerja migran yang berasal dari Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang.

### b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang diperoleh oleh peneliti secara tidak langsung, biasanya melalui perantara seperti orang lain atau melalui dokumen.<sup>21</sup> Data ini berperan sebagai pelengkap untuk melengkapi informasi yang diperoleh dari data primer. Data sekunder pada penelitian ini yaitu dokumen-dokumen yang bersumber dari media sosial Instagram @pekerja\_migran\_indonesia, dan publikasi media mengenai fenomena *culture shock* maupun pekerja migran Indonesia.

---

<sup>20</sup> Naufal Ilham Ramadhan, "Strategi Public Relations The Alana Hotel & Convention Center Melalui Kegiatan Corporate Social Responsibility (CSR) Dalam Menjaga Citra Positif Perusahaan" (Universitas Teknologi Yogyakarta, 2024).

<sup>21</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. hal 225.

## 1.7 Teknik Pengumpulan Data

### a. Teknik Wawancara

Wawancara adalah metode pengumpulan data yang melibatkan interaksi langsung antara peneliti dan narasumber untuk memperoleh informasi secara langsung. Salah satu bentuknya adalah wawancara mendalam (depth interview), yaitu teknik pengumpulan data melalui percakapan tatap muka antara peneliti dan informan, dengan tujuan menggali informasi secara menyeluruh dan mendalam.<sup>22</sup>

Wawancara dalam penelitian ini dilakukan secara langsung tatap muka *offline* maupun *online* melalui platform komunikasi. Peneliti akan melakukan tanya jawab dengan narasumber yaitu pekerja migran yang berasal dari Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang. Dalam proses wawancara, peneliti akan melakukan tanya jawab secara mendalam dengan subjek penelitian. Kemudian, sebisa mungkin peneliti akan menggali informasi mendalam untuk memahami bagaimana fenomena *culture shock* yang mereka alami. Dengan demikian, teknik ini bertujuan untuk mendapatkan data yang jelas dan komprehensif mengenai fenomena *culture shock* yang dialami oleh pekerja migran di Kecamatan Grabag Kabupaten Magelang.

### b. Dokumentasi

---

<sup>22</sup> Rachmat Kriyantono, *Teknik Praktis Riset Komunikasi* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2006). hal 100.

Dokumen merupakan rekaman dari suatu kejadian yang telah terjadi di masa lalu. Bentuknya bisa bermacam-macam, seperti tulisan, gambar, ataupun hasil karya seseorang yang memiliki nilai penting. Dokumen tertulis bisa berupa buku harian, kisah hidup, cerita, biografi, hingga aturan atau kebijakan. Sementara itu, dokumen visual dapat meliputi foto, film, atau gambar ilustratif. Ada juga dokumen dalam bentuk karya seni seperti lukisan, patung, dan karya kreatif lainnya.<sup>23</sup>

Dalam penelitian ini, teknik dokumentasi dapat mencakup pengumpulan postingan media sosial, artikel online, dan konten digital lainnya yang berkaitan dengan fenomena *culture shock* maupun pekerja migran. Selain itu, rekaman wawancara, pengumpulan foto, dan catatan peneliti selama proses wawancara juga merupakan bagian dari dokumentasi yang penting. Dokumentasi ini berfungsi sebagai pelengkap dari metode wawancara, serta membantu dalam memahami konteks dan latar belakang fenomena yang diteliti.

## **1.8 Teknik Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA). Analisis dalam IPA analisis terhadap transkrip yang dilakukan melalui tiga prinsip utama, yaitu (1) pendekatan fenomenologi yang bersandar pada pelepasan prasangka awal atau *epoche*, (2) proses interpretasi yang berfokus pada pemahaman makna setiap pernyataan partisipan dengan tetap mempertahankannya dalam konteks

---

<sup>23</sup> Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. hal 240.

keseluruhan transkrip, dan (3) pendekatan idiografis yang menekankan perhatian khusus terhadap keunikan setiap individu partisipan dalam penelitian. Kahija dalam bukunya telah menjelaskan teknik analisis data dalam IPA sebagai berikut:<sup>24</sup>

a. Membaca transkrip berkali-kali

Membaca transkrip secara berulang dilakukan agar peneliti dapat benar-benar memahami isi transkrip tersebut. Transkrip sendiri merupakan representasi tertulis dari pengalaman yang dialami oleh partisipan. Dengan membacanya berulang kali, peneliti menunjukkan keseriusan dalam memahami pengalaman yang telah dibagikan oleh partisipan.

b. Membuat catatan-catatan awal

Langkah selanjutnya adalah menyusun catatan awal. Peneliti dapat menuliskan pemikiran melalui catatan awal terkait makna yang terkandung dalam transkrip tersebut. Catatan-catatan ini disebut sebagai komentar eksploratoris, yaitu bentuk refleksi yang bertujuan untuk menggali lebih dalam agar memperoleh pemahaman yang lebih menyeluruh.

c. Membuat tema emergen

Setelah membuat komentar eksploratis melalui catatan-catatan awal, kemudian peneliti tema emergen dari komentar yang sudah dibuat sebelumnya. Tema emergen dapat diartikan sebagai pemadatan dari komentar eksploratoris.

---

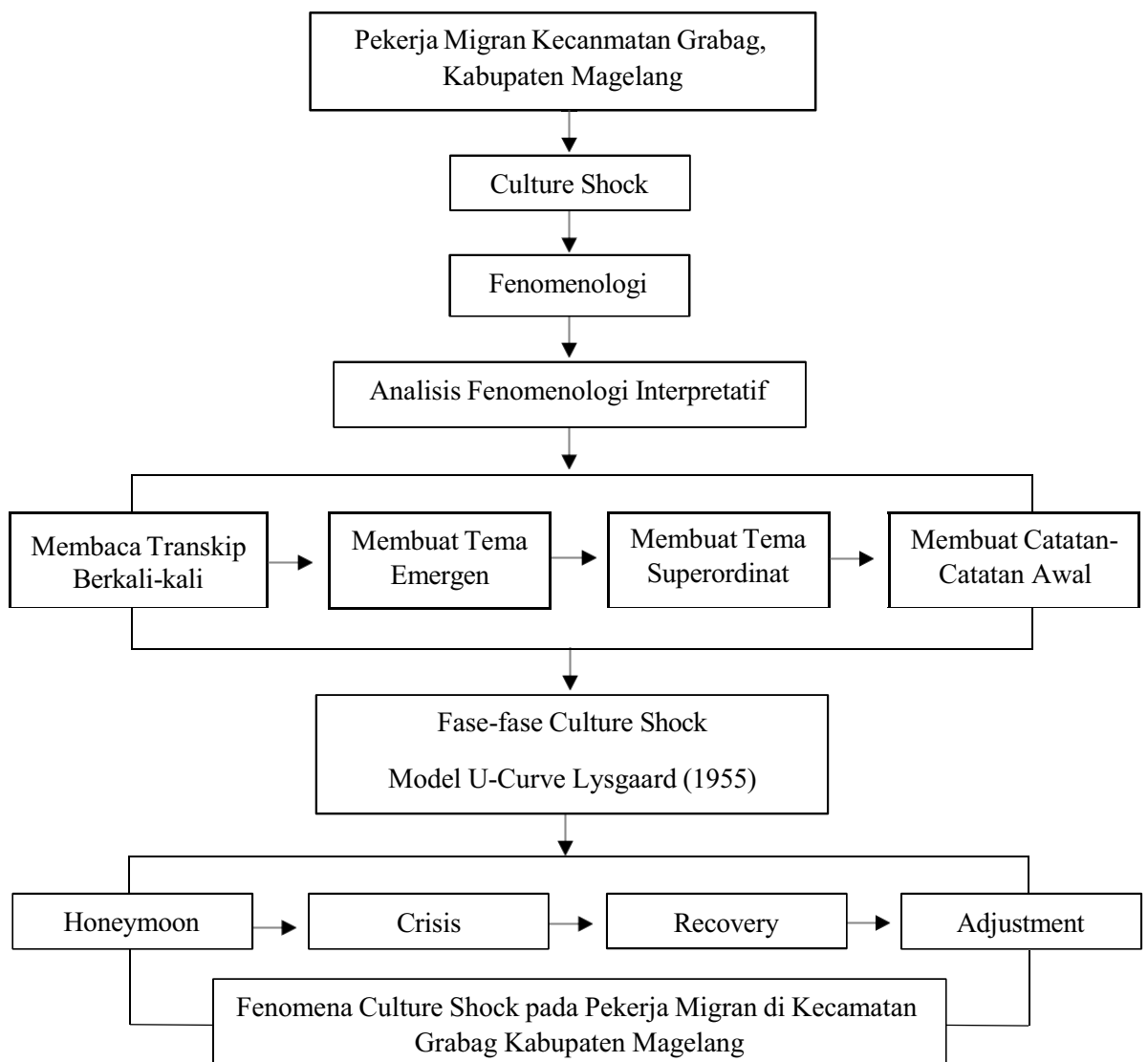
<sup>24</sup> Kahija, *Penelitian Fenomenologis*. hal 110-111

d. Membuat tema superordinat

Tahap akhir dalam analisis data adalah membuat tema superordinat. Tema superordinat dapat diartikan sebagai tema yang lebih besar, tema superordinat akan menampung beberapa tema emergen yang memiliki kemiripan makna.

## 1.9 Kerangka Konsep, Definisi Konsep dan Oprasionalisasi Konsep

### 1.9.1 Kerangka Konsep



Gambar 1. 3 Kerangka Konsep  
Sumber: Olah data penulis

## 1.9.2 Definisi Konsep

### a. Pekerja Migran

Pekerja Migran Indonesia (PMI) merupakan sebutan bagi setiap warga negara Indonesia yang sedang, akan, maupun telah melakukan pekerjaan dengan menerima upah dari luar wilayah Republik Indonesia.<sup>25</sup> Menurut definisi yang dikemukakan oleh International Labour Organization (ILO), pekerja migran merujuk pada individu yang melakukan perpindahan lintas negara, baik yang sedang dalam proses maupun yang telah menetap di negara tujuan, dengan tujuan utama untuk memperoleh pekerjaan yang disediakan oleh pihak lain dan bukan dirinya sendiri. Istilah ini juga mencakup mereka yang diakui secara resmi sebagai migran dan diterima untuk menjalankan aktivitas kerja di negara tujuan.<sup>26</sup>

### b. *Culture Shock*

*Culture shock* adalah kondisi psikologis yang dialami individu ketika menghadapi budaya baru yang berbeda dengan budaya asalnya, sehingga memunculkan rasa bingung, stres, dan cemas karena kehilangan simbol-simbol budaya yang familiar dalam interaksi sosial.<sup>27</sup> *Culture Shock* muncul akibat adanya interaksi atau komunikasi

---

<sup>25</sup> Elviandri Elviandri and Ali Ismail Shaleh, "Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Di Masa Adaptasi Kebiasaan Baru Di Provinsi Jawa Tengah," *Jurnal Pembangunan Hukum Indonesia* 4, no. 2 (2022): 245–55.

<sup>26</sup> International Labour Organization, *Perlindungan Pencegahan Untuk Pekerja Migran Indonesia* (Jakarta: ILO, 2008). hal 3.

<sup>27</sup> Dahlia Aldini, "Komunikasi Adaptasi Pada Tenaga Kerja Indonesia Dalam Mengatasi Culture Shock," *Jurnal Ilmu Politik Dan Komunikasi XIII*, no. 1 (2023): 2023.

antar budaya. Dalam konteks ini, identitas yang melekat sebagai ciri khas individu, kelompok, maupun organisasi, berpotensi mengalami pergeseran atau transformasi seiring terjadinya kontak budaya tersebut.<sup>28</sup>

c. Fenomenologi

Fenomenologi adalah suatu pendekatan ilmiah yang bertujuan untuk menelaah dan mendeskripsikan sebuah fenomena sebagaimana fenomena tersebut dialami secara langsung oleh manusia dalam hidupnya sehari-hari, secara khusus fenomenologi berupaya untuk menelaah dan mendeskripsikan pengalaman hidup manusia sebagaimana adanya, tanpa proses interpretasi dan abstraksi.<sup>29</sup>

Fenomenologi adalah ilmu mengenai pokok-pokok kesadaran (*the science of the essence of consciousness*), studi tentang kesadaran, dan keberagaman pengalaman yang ada di dalamnya.<sup>30</sup> Jadi pada dasarnya fenomenologi merupakan pendekatan ilmiah yang mengkaji serta mendeskripsikan suatu fenomena sebagaimana benar-benar dialami dalam kehidupan sehari-hari, tanpa melalui proses interpretasi ataupun abstraksi. Pendekatan ini fokus pada esensi-esensi kesadaran

---

<sup>28</sup> Intan, "Gegar Budaya Dan Pergulatan Identitas Dalam Novel Une Année Chez Les Français Karya Fouad Laroui."

<sup>29</sup> Imalia Dewi Asih, "Fenomenologi Husserl: Sebuah Cara 'Kembali Ke Fenomena,'" *Jurnal Keperawatan Indonesia* 9, no. 2 (2005): 75–80.

<sup>30</sup> Ahmad Toni and Rini Lestari, "Paradigmatik Fenomenologi Dalam Ilmu Komunikasi (Studi Konstruksi Makna Realitas Media Dan Komunikasi)," *Jurnal Semiotika* 7, no. 1 (2023): 1–19.

manusia, yaitu ciri-ciri pokok dari pengalaman yang muncul dalam kesadaran seseorang.

d. Fenomenologi Interpretatif<sup>31</sup>

Fenomenologi interpretatif (IPA), merupakan sebuah pendekatan yang ditujukan untuk menggali bagaimana setiap partisipan memaknai pengalaman pribadinya dengan mendalam. Peneliti tidak hanya mencatat apa yang dialami, tetapi juga menafsirkan bagaimana partisipan merefleksikan dan memberi arti pada pengalaman tersebut. Hasil akhir dari analisis ini berupa laporan terperinci atas pengalaman unik tiap individu, yang menggambarkan struktur makna personal mereka. Selanjutnya, meskipun setiap kisah sangat personal dan kontekstual, peneliti juga mengidentifikasi pola atau hubungan antar-keunikan ini, sehingga dapat merumuskan tema atau temuan yang mencerminkan hubungan antara pengalaman-pengalaman individual tersebut.

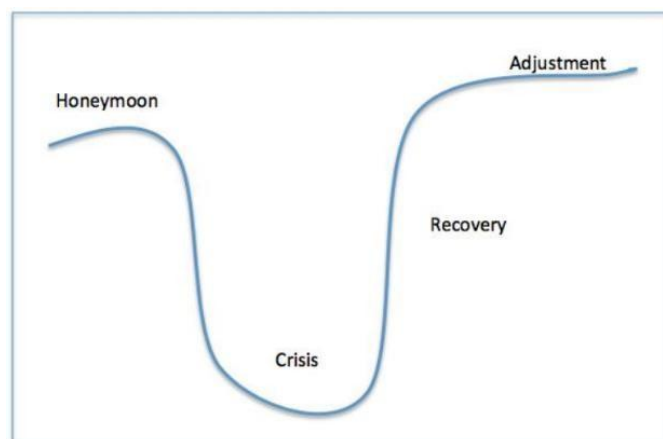
Dalam Interpretative Phenomenological Analysis (IPA), partisipan mengonstruksi dan menyampaikan makna atas pengalaman hidupnya melalui narasi. Peneliti fenomenologis, menggunakan pendekatan IPA, kemudian melakukan wawancara dan mentranskripsikan percakapan tersebut. Pada tahap analisis, peneliti melakukan interpretasi terhadap interpretasi yang disampaikan oleh partisipan. Dengan demikian, terdapat dua interpretasi dalam IPA,

---

<sup>31</sup> Kahija, *Penelitian Fenomenologis*.

pertama, interpretasi oleh subjek terhadap pengalamannya. Kedua, interpretasi oleh peneliti terhadap narasi partisipan. Pendekatan ini dikenal sebagai double penafsiran ganda, yaitu proses di mana peneliti berusaha memahami bagaimana partisipan memahami pengalaman mereka sendiri.

e. Fase-fase *Culture Shock* Model *U-Curve* Lysgaard (1955)



Gambar 1. 4 *U-Curve Model*

Sumber: International Office Bakerley Education

Berdasarkan kurva berbentuk U yang dikemukakan oleh Lysgaard dalam Gambar, proses adaptasi dimulai dari tahap *honeymoon*, di mana individu yang merantau merasa bahagia dengan pengalaman baru dalam budaya setempat. Setelah itu, mereka memasuki tahap krisis yang ditandai dengan terjadinya *culture shock*. Seiring berjalannya waktu dan melalui upaya penyesuaian, para perantau beranjak ke tahap pemulihan, bergerak naik sepanjang kurva

U, hingga akhirnya mencapai tahap penyesuaian penuh. Pada tahap ini, mereka mampu beradaptasi dalam budaya baru yang mereka hadapi.<sup>32</sup>

Samovar menjabarkan fase-fase *culture shock* model *U-Curve* yang diadopsi dari Lysgaard sebagai berikut ini.<sup>33</sup>

1. Fase *Honeymoon*

Fase pertama (*honeymoon*) yang digambarkan berada pada sebelah kiri atas dari kurva U, fase ini ditandai dengan individu merasa bahagia, penuh harapan dan bahkan perasaan euforia terhadap lingkungan baru dengan menjelajah hal-hal baru.

2. Fase *Crisis*

Fase kedua (*crisis*) yang digambarkan berada pada bagian bawah dari kurva U, fase ini menunjukkan kekecewaan individu saat mereka berada di lingkungan baru dan mulai menyadari realitas yang ada di mana mereka mulai menghadapi kesulitan dan masalah adaptasi. Individu mulai bingung dengan lingkungan baru mereka, mudah jengkel, marah, bermusuhan, tidak sabar dan merasa kesepian.

3. Fase *Recovery*

Fase ketiga (*recovery*) yang digambarkan berada pada bagian garis tengah sebelah kanan kurva U. Pada fase ini individu

---

<sup>32</sup> Basim Alamri, "The Role of Social Media in Intercultural Adaptation: A Review of the Literature," *English Language Teaching* 11, no. 12 (2018): 77, <https://doi.org/10.5539/elt.v11n12p77>.

<sup>33</sup> Samovar et al., *Communication between Cultures*. hal 11-12.

mulai mendapat wawasan budaya dan mulai membuat beberapa penyesuaian dengan lingkungan baru

#### 4. Fase *Adjustment*

Fase ketiga (*adjustment*) yang digambarkan berada di sebelah kanan atas dari kurva U. Pada fase ini individu mulai memahami elemen-elemen kunci dari lingkungan barunya seperti adat istiadat, perilaku, pola komunikasi dan sebagainya. Individu juga merasa nyaman di lingkungan barunya.

### 1.9.3 Oprasionalisasi Konsep

#### a. Pekerja Migran

Dioperasionalisasikan sebagai individu yang berasal dari Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang, yang telah atau sedang bekerja di luar negeri secara legal dengan durasi kerja minimal satu tahun. Pekerjaan yang dimaksud mencakup sektor-sektor seperti asisten rumah tangga, pekerja restoran, pekerja pertanian, dan pekerja hotel. Negara tujuan kerja meliputi Brunei Darussalam, Hong Kong, Jepang, dan Kuwait.

#### b. *Culture Shock*

*Culture shock* dioperasionalisasikan sebagai suatu kondisi psikologis dan emosional yang dialami pekerja migran ketika mereka menghadapi budaya baru yang memiliki nilai, norma, dan kebiasaan berbeda dengan budaya asalnya. Pekerja migran mengalami kondisi psikologis yang buruk seperti stress, depresi, frustrasi, perasaan

kehilangan, perasaan tidak diterima, keinginan untuk pulang, kesulitan bahasa dan berbagai kondisi semacamnya.

c. Fenomenologi

Dalam penelitian ini, fenomenologi di oprasionalisasikan dengan peneliti memfokuskan pada pengalaman pribadi pekerja migran di Kecamatan Grabag, Kabupaten Magelang, kemudian memahami dengan cara mendengarkan pengalaman subjektif mereka terkait fenomena *culture shock* yang mereka alami ketika berhadapan dengan budaya baru.

d. Fenomenologi Interpretatif

Fenomenologi interpretative dioprasionalisasikan dengan peneliti tidak hanya berfokus pada deskripsi pengalaman partisipan semata, tetapi juga terlibat secara aktif dalam proses penafsiran makna dari pengalaman tersebut dengan beberapa tahapan berikut:

1. Membaca transkrip berkali-kali

Pada tahap awal ini, peneliti perlu membaca transkrip berulang kali untuk membangun kedekatan dengan data yang telah dikumpulkan, sehingga peneliti dapat memahami konteks pengalaman yang disampaikan oleh partisipan.

2. Membuat catatn-catatn awal/komentar eksploratoris

Selanjutnya, peneliti akan melakukan identifikasi awal dengan menuliskan komentar eksploratif. Maksudnya, peneliti akan mulai menandai bagian-bagian penting dari pernyataan partisipan

dan menambahkan catatan interpretatif awal yang menjadi dasar untuk menggali makna lebih dalam. Biasanya, proses ini dilakukan dengan memperhatikan konsep atau pernyataan yang sering muncul dari partisipan, yang nantinya disebut sebagai kode-kode unik dalam narasi. Dengan cara ini, peneliti dapat lebih sistematis dalam menentukan fokus utama penelitian.

### 3. Membuat tema emergen

Langkah selanjutnya, dari komentar-komentar tersebut kemudian akan dikembangkan tema-tema emergen. Tema-tema ini merupakan bentuk kategorisasi awal atas makna-makna potensial yang muncul dari transkrip, yang kemudian dirumuskan menjadi frasa atau kelompok kata yang merepresentasikan inti dari pengalaman.

### 4. Membuat Tema Superordinat

Tahap terakhir adalah pembentukan tema superordinat, yaitu menggabungkan beberapa tema emergen yang memiliki keterkaitan konsep atau makna yang sama, sehingga membentuk struktur tema yang lebih menyeluruh.

## e. Fase-fase *culture shock* model *U-Curve* (Lysgaard, 1955)

### 1. Fase *honeymoon*

Pekerja migran menunjukkan perasaan euforia, kegembiraan, dan ketertarikan terhadap budaya baru yang ditemui di negara tujuan. Pada fase ini, pekerja migran cenderung bersikap optimis,

penuh antusiasme, menjelajah hal baru, serta merasa puas dan bangga atas pencapaian keberangkatan mereka ke luar negeri. Secara emosional, fase ini ditandai oleh rasa bahagia yang mendominasi dan minimnya keluhan terkait perbedaan budaya, bahasa, atau sistem kerja.

Contoh ketika partisipan dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa saat pertama kali tiba di negara baru, ia merasa senang dan sangat antusias, ia juga mencoba mengeksplorasi makanan dan tempat-tempat wisata dari negara tersebut. Kemudian ia mengungkapkan perasaan puas atau bangga atas pencapaiannya bisa bekerja di luar negeri.

## 2. Fase *Crisis*

Fase ini sebenarnya adalah fase di mana pekerja migran mengalami *culture shock*. Pada fase ini, pekerja migran mengalami tekanan psikologis akibat perbedaan budaya yang signifikan dengan budaya asalnya. Pekerja migran mulai menunjukkan kekecewaan, frustrasi, kecemasan, kebingungan saat mereka berada di lingkungan baru dan mulai menyadari realitas yang ada di mana mereka mulai menghadapi kesulitan dan masalah adaptasi.

Contoh setelah beberapa waktu di negara baru, partisipan menyatakan perasaan tertekan akibat kendala bahasa dan keterbatasan interaksi. Ia kemudian mulai mengalami kesulitan

dengan hal baru yang ia temui di negara tersebut yang kemudian berakibat buruk pada kondisi psikologisnya.

### 3. Fase *recovery*

Pekerja migran menunjukkan peningkatan motivasi untuk memahami dan mengadopsi norma-norma sosial, nilai-nilai, serta pola komunikasi yang berlaku di lingkungan barunya. Proses ini ditandai dengan berkurangnya perasaan atau kondisi psikologis buruk dan meningkatnya kenyamanan dalam berinteraksi dengan masyarakat setempat. Pekerja migran mulai mengembangkan kemampuan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan budaya yang baru, seperti membangun jaringan sosial, memperdalam pemahaman bahasa, dan mengadopsi kebiasaan sehari-hari yang sesuai dengan budaya setempat.

Contohnya ketika partisipan mulai menunjukkan adanya kemajuan dalam memahami budaya di negara tersebut dan mengembangkan strategi koping untuk keluar dari masa-masa sulit yang ia alami sebelumnya.

### 4. Fase *Adjustment*

Pekerja migran mulai memahami norma-norma sosial, kebiasaan, serta nilai-nilai yang berlaku di lingkungan barunya. Menunjukkan peningkatan dalam kemampuan komunikasi, baik verbal maupun nonverbal, serta mulai merasa lebih nyaman dalam

interaksi sosial sehari-hari. Pekerja migran mampu mengelola perbedaan budaya dan menyesuaikan diri dengan lebih efektif. Ditandai peningkatan kemampuan berbahasa lokal, partisipasi aktif dalam kegiatan sosial, mulai merasa nyaman tinggal di negara baru dan hilangnya kondisi psikologis buruk.

Contohnya ketika partisipan menggambarkan bahwa setelah hampir enam bulan tinggal di luar negeri, ia merasa telah menyatu dengan lingkungan barunya, ia sudah merasa nyaman dan merasa seperti di rumah sendiri.