

BAB V

ANALISIS DAN INTERPRETASI DATA

Pada bab ini, data yang sudah diperoleh peneliti baik data primer maupun data sekunder yakni dalam bentuk hasil wawancara, dan observasi, kemudian peneliti akan menggunakan analisis kualitatif. Peneliti menguraikannya dalam bentuk kalimat-kalimat untuk menghasilkan gambaran yang jelas tentang Pengalaman *Cultural Shock* dan Proses Adaptasi Misionaris SSpS Timor dalam Komunikasi Lintas Budaya. Peneliti menganalisis dan menginterpretasikannya dalam pembahasan sebagai berikut:

5.1. Deskripsi dan Pengertian *Cultural Shock*

Menurut Bochner *cultural shock* atau gegar budaya merupakan tantangan yang muncul ketika orang-orang dari berbagai wilayah dan negara bertemu dan berinteraksi satu sama lain, dan menimbulkan kesenjangan dalam cara mereka merasa, berpikir, dan bertindak. Ada aspek negatif dan positif dari apa yang disebut “kejutan budaya” ketika seseorang mengunjungi negara baru. Menurut Mulyana *Cultural shock* atau “gegar budaya” adalah ungkapan yang sering disebutkan ketika berbicara tentang komunikasi lintas budaya. Seseorang mengalami kejutan budaya ketika mereka meninggalkan kehidupannya dan pindah ke lingkungan yang benar-benar baru. Setiap orang yang meninggalkan budaya asalnya dan pindah ke budaya baru akan mengalami kejutan budaya akibat tenggelam dalam sekelompok orang yang penampilan, nilai, dan bahasanya sangat berbeda dengan dirinya. Seseorang akan mengalami gegar budaya jika tiba-tiba berpindah ke budaya baru (Wahyutama dan Maulani, 2020:380).

Mengalami sensasi ketidaktahuan dan kecemasan adalah hal yang wajar ketika seseorang memasuki lingkungan baru dengan latar belakang budaya dan bahasa yang

berbeda dari apa yang biasa mereka alami dalam konteks sebelumnya (Wahyutama dan Maulani, 2022:380)

Dari hasil wawancara dan observasi peneliti terhadap para informan mengenai pendapat mereka tentang *cultural shock*, para informan berpendapat bahwa *cultural Shock* merupakan perasaan tertekan dan keterkejutan dengan budaya, perasaan asing, suasana dan orang-orang baru yang butuh waktu untuk menerima hal baru tersebut. Ada juga rasa kaget karena apa yang dibayangkan ternyata jauh berbeda dari realitas yang ada. *Cultural shock* sesuatu yang wajar untuk pendatang, untuk terima sesuatu yang baru tentu membutuhkan waktu dan proses. Shock budaya terjadi karena seseorang membandingkan baik atau buruk budayanya dengan budaya orang lain, lalu susah untuk menerima hal baru, makanya akan terjadi rasa asing dan kaget dengan tempat baru. “Cultural shock itu berkaitan dengan kesulitan seseorang beradaptasi dengan lingkungan dan budaya baru, merasa asing, perasaan negatif karena belum mampu menyesuaikan diri dengan keadaan baru.

5.1.1. **Gejala *Cultural Shock***

Ada berbagai macam gejala *cultural shock* yang dapat muncul ketika seseorang mengalami *cultural shock*, tergantung pada seberapa besar perbedaan antara budaya asal dan tujuan, seberapa lama durasi tinggal di tempat baru, seberapa banyak dukungan sosial yang dimiliki, dan seberapa terbuka sikapnya terhadap perbedaan budaya. Menurut Mulyana perasaan putus asa, rasa takut yang luar biasa, rasa sakit, dan rindu kampung halaman merupakan gejala gegar budaya. Gesekan budaya berkontribusi pada rasa keterasingan dan keberbedaan. Dari informasi-informasi yang telah didapatkan, peneliti menarik kesimpulan dari semua informan tahap shock yang dialami meliputi perasaan tidak nyaman, penolakan, sedih, kebingungan, kaget, kesepian, dan lain sebagainya.

5.2. Proses Adaptasi

Adaptasi merupakan upaya yang dilakukan setiap individu agar dapat menyatu dengan segala kondisi di lingkungan baru demikian. Adaptasi lintas budaya tercermin pada adanya kesesuaian antara pola komunikasi pendatang dengan pola komunikasi yang diharapkan atau disepakati oleh masyarakat dan budaya lokal/setempat. Beradaptasi bukan berarti menyetujui atau mengikuti semua tindakan orang lain, melainkan mencoba memahami alasan dibalikinya tanpa kita sendiri tertekan oleh situasi (Mulyana, 2019:20). Dari hasil wawancara dan observasi peneliti menyimpulkan adaptasi adalah proses penyesuaian diri atau proses internalisasi yang dilakukan oleh seseorang agar mampu memberikan respons terhadap lingkungan dan budaya baru. Menurut Samovar ada empat fase proses adaptasi yang terdiri dari;

1. Fase *Honeymoon*/ bulan madu

Pada fase ini, individu yang pindah ke tempat baru merasakan kegembiraan dan antusias yang besar karena akan merasakan situasi ditempat baru dengan cara yang belum pernah mereka alami sebelumnya. Berdasarkan pengalaman, orang yang melalui tahap ini mempunyai kesan yang sangat positif terhadap lingkungannya.

2. Fase *Frustration*/ Frustasi

Setelah fase pertama selesai, Seseorang yang berada di lingkungan asing akan memasuki fase kedua yang disebut fase frustrasi. Jika fase pertama menimbulkan perasaan sangat gembira, fase ini akan membuat emosi tersebut berkurang dan digantikan oleh rasa jengkel dan ketidakpuasan. Hal ini terjadi karena pada fase sebelumnya, realitas dan imajinasi tidak sejalan.

2. Fase *recovery*/ Shock budaya

Fase *recovery* didefinisikan sebagai tahap di mana seseorang yang menderita kejutan budaya atau fase frustrasi mulai merasa lebih nyaman dengan lingkungan barunya dan melakukan upaya adaptasi untuk berkembang sebagai hasil dari pengalamannya.

3. Fase *Resolution*

Pada fase terakhir ini, individu yang berada di lingkungan baru dalam jangka waktu yang lama mampu beradaptasi dengan lingkungannya dan memperoleh manfaat dari upayanya untuk berasimilasi dengan budaya lokal.

5.3. Analisis Data

Pada bagian analisis data ini penulis membahas tentang pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi misionaris SSpS Timor di negara misi dalam komunikasi lintas budaya. Pengalaman dan proses adaptasi setiap misionaris berbeda-beda tergantung dengan situasi dan kondisi di lingkungan/negara tempat misi. Misionaris mengalami *cultural shock* ketika mulai merasakan realitas diluar dari ekspektasi diri setelah melewati fase *honeymoon*. Proses penyesuaian diri akan dilakukan seseorang yang memasuki kehidupan baru, budaya baru di lingkungan masyarakat yang baru. Proses adaptasi dibutuhkan karena ketika seseorang hidup di lingkungan yang baru, akan ada situasi yang jauh berbeda dengan kebudayaannya, kebiasaannya yang kerap menimbulkan perasaan asing, kaget, dan ketidakmampuan untuk berperilaku sesuai dengan budaya baru di lingkungan tersebut, inilah yang lazim disebut dengan istilah *cultural shock*. Umumnya *cultural shock* terjadi saat ada perubahan dan masa transisi dalam proses adaptasi diri ditempat yang baru.

Suster-suster mantan misionaris Provinsi SSpS Timor menjadi contoh kelompok individu yang mengalami pengalaman *cultural shock* setelah berada di negara misi tempat mereka di utus untuk melaksanakan tugas pelayanan. Proses adaptasi merupakan langkah penting sebagai upaya mengatasi masalah *cultural shock* sehingga mereka bisa menerima,

menyesuaikan diri, dan mampu mengintegrasikan diri dengan negara misi tempat mereka ditugaskan.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam dan observasi yang dilakukan peneliti kepada enam suster mantan misionaris mengenai, pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi misionaris SSPS Timor di negara misi dalam komunikasi lintas budaya, peneliti menemukan fakta bahwa ada beberapa poin yang berkaitan dengan indikator yang peneliti gunakan, yaitu;

5.3.1. Fase Honeymoon

Fase pertama dalam proses adaptasi adalah fase *honeymoon*, yaitu fase dimana suster-suster mantan misionaris SSPS Timor mengalami perasaan gembira, bahagia, terkesan dan kagum dengan situasi baru di negara tempat mereka diutus; Dari hasil wawancara mendalam dan observasi bersama para informan peneliti pada fase *honeymoon*, dapat dilihat pada table berikut ini;

Tabel 5.1
Fase Honeymoon

No	Nama	Fase <i>Honeymoon</i>
1	Sr. Skolastika, SSPS	<ul style="list-style-type: none">- Bahagia- Terkesan dengan keramahan dan penyambutan yang sangat welcome oleh para suster
2	Sr. Filomena, SSPS	<ul style="list-style-type: none">- Bahagia dan terharu- Kagum dengan keramahan dan kebaikan para suster

3	Sr. Senensis Hoar, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Kagum dengan keramahan dan keterbukaan hati orang-orang Chile yang menerima saya apa adanya - Terkesan dngan iman orang Chile sangat menghargai kaum berjubah, hal yang mereka lakukam saat bertemu dengan pastor ataupun suster akan membuat tanda salib
4	Sr. Magdalena Bete, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Suasana negara Mexico sama dengan Indonesia - Penerimaan sesame suster yang menjemput sangat welcoming, langsung merasa at home.
5	Sr. Marselina Dahu, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Bahagia karena mimpi dan cita-cita sebagai misionaris untuk melayani umat di Botswana bisa terwujud - Bisa melihat orang Bostwana secara langsung
6	Sr. Raymunda, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Kagum dengan Pemandangn bangunan gereja katedral yang sangat megah - Bahagia karena disambut dengan sangat ramah

(Sumber: data pribadi peneliti, 2023)

Sesuai dengan pengalaman informan tentang fase *honeymoon* dalam proses adaptasi dapat disimpulkan bahwa sejak awal para informan berada di negara tempat diutus, mereka merasakan pengalaman positif, 4 dari 6 informan merasakan perasaan bahagia, sedangkan dua informan terkesan, terharu dan kagum dengan situasi di masing-masing negara misi khususnya dengan sikap ramah dan *welcoming* yang ditunjukkan oleh sesama suster dan masyarakat setempat saat menyambut kedatangan para misionaris pendatang.

5.3.2. Fase Frustration

Frustrasi adalah fase kedua dalam proses adaptasi, pada fase ini para misionaris mulai dihadapkan dengan berbagai masalah dan perbedaan tatanan budaya dilingkungan baru, sehingga perasaan dan pengalaman positif yang dialami pada fase *honeymoon* tidak lagi sama karena realitas dilingkungan baru jauh berbeda dari apa yang dipikirkan atau dibayangkan.

Tabel 5.2
Fase Frustration

No	Nama	Fase <i>Frustration</i>
1	Sr. Skolastika, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Situasi di Ghana khususnya cuaca panas yang sangat ekstrim 40-50 derajat Celsius dan Harmatan season - Bahasa - Makanan
2	Sr. Filomena, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Kendala Bahasa Italia
3	Sr. Senensis Hoar, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - <i>Home sick</i> - Makanan

		<ul style="list-style-type: none"> - Bahasa - Cuaca
4	Sr. Magdalena Bete, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Gaya hidup (Seks bebas) - Cuaca
5	Sr. Marselina Dahu, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Makanan khas Pane - Kendala bahasa daerah Setswana - Budaya/ Gaya hidup; Seks bebas tanpa ada hubungan pernikahan
6	Sr. Raymunda, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Bahasa (Kesulitan membaca abjad Rusia)

(Sumber; data pribadi peneliti, 2023)

Berdasarkan ungkapan informan mengenai pengalaman *cultural shock* dalam fase frustrasi dapat ditarik kesimpulan bahwa dalam proses penyesuaian diri dengan lingkungan baru misionaris SSpS Timor mengalami shock budaya. Cultural shock yang terjadi disebabkan oleh perbedaan realitas kehidupan sosial dan budaya dilingkungan tersebut. Shock budaya yang dialami misionaris meliputi; shock terhadap bahasa, 5 dari 6 informan mengalami kesulitan bahasa, 3 informan mengalami kesulitan menyesuaikan diri dengan cita rasa makanan dan cara mengolahnya, 3 informan mengalami shock dengan cuaca, 2 informan shock terhadap gaya hidup, dan 1 informan merasakan *home sick*. Pengalaman pada fase frustrasi dari 6 informan menunjukkan setiap orang memiliki pengalaman yang berbeda dan pada tingkatan yang berbeda pula, ada informan yang mengalami lebih dari satu factor penyebab cultural shock (bahasa, cuaca, makanan, gaya hidup) sedangkan ada informan lainnya hanya mengalami satu shock budaya ketika masuk pada fase frustrasi ini.

5.3.3. Fase Recovery

Pada fase ketiga yaitu fase readjustment, seseorang mulai melakukan upaya penyesuaian diri dengan lingkungan dan budaya baru untuk mengatasi *cultural shock* sehingga dapat beradaptasi dan bertahan di lingkungan tersebut. Di fase ini misionaris SSpS Timor mulai menyesuaikan diri untuk mengatasi permasalahan-permasalahan yang dialami pada fase frustration

Table 5.3
Fase Recovery

No	Nama	Fase <i>Recovery</i>
1	Sr. Skolastika, SSpS	<ul style="list-style-type: none">- Menyesuaikan diri dengan belajar menerima situasi di Ghana- melakukan interaksi dan komunikasi dengan orang-orang Ghana, belajar bahasa Twi atau bahasa daerah mereka.- mengatasi masalah iklim yang ekstrem setiap hari saat hendak keluar komunitas untuk pergi ke rumah sakit ataupun melayani mereka biasanya saya siapkan air dalam botol lalu di bekukan, sehingga bisa saya pegang selama perjalanan ini membantu untuk mengatasi panas yang menyengat,

		<ul style="list-style-type: none"> - untuk mengatasi shock dengan makanan khas mereka yaitu Porist, kengke, fufu dan bangku saya coba makan sedikit demi sedikit sehingga terbiasa dan akhirnya fufu menjadi makanan favorit.
2	Sr. Filomena, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Belajar memahami bahasa Inggris dan bahasa Italia, - mempelajari kebiasaan sehari-hari dari orang-orang di Roma, membangun interaksi dan komunikasi dengan sesame
3	Sr. Senensis Hoar, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Berkomunikasi dan membangun interaksi dengan sesame - Belajar bahasa - Sebagai orang baru saya harus tiru semua yang mereka lakukan, makan semua makanan yang mereka makan dan belajar kebiasaan-kebiasan mereka dan menyesuaikan diri dengan situasi, iklim atau cuaca di negara Chile
4	Sr. Magdalena Bete, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Membangun kesadaran dalam diri dan berusaha menerima budaya dan

		<p>karena gaya hidup/seks bebas sebagai budaya tuan rumah. Kurang lebih 6 bulan berada di Mexico baru terbiasa dengan kehidupan bebas orang-orang disana.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Sedangkan menyesuaikan diri dengan cuaca dingin, selalu menggunakan jaket agar tidak mudah sakit.
5	Sr. Marselina Dahu, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Mengatasi shock bahasa belajar bahasa dan budaya setempat, 3 bulan pertama belajar dari sesame suster dalam komunitas, 3 bulan berikutnya belajar langsung dari masyarakat setempat dengan live in atau tinggal bersama mereka untuk tahu kebiasaan-kebiasaan yang mereka buat - Membangun interaksi secara terus menerus dengan masyarakat terutama dengan siswa-siswa yang saya didik disekolah.

6	Sr. Raymunda, SSpS	- Mengikuti kursus disalah satu universitas di Rusia dan belajar dari sesame suster di komunitas.
---	--------------------	---

(Sumber: data pribadi peneliti, 2023)

Berdasarkan penuturan informan mengenai fase *readjustment* dapat disimpulkan bahwa dalam proses adaptasi sebagai upaya mengatasi masalah *cultural shock* setiap suster memiliki caranya masing-masing untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan dan budaya baru ditempat mereka bermisi. Kesulitan berbahasa menuntut 3 dari 6 informan yang mengalami kesulitan dalam aspek bahasa berusaha belajar bahasa setempat, membangun komunikasi dan interaksi dengan sesama, mengikuti kursus bahasa, sedangkan 1 informan yang mengalami shock dengan gaya hidup mempelajari adat kebiasaan tuan rumah. 3 informan yang mengalami rasa asing dengan makanan khas belajar menerima dan menikmati makanan khas setiap negara, tetapi ada juga yang memilih untuk tidak makan makanan tersebut dan memasak sendiri sesuai dengan kebutuhan diri. Sedangkan mengatasi masalah cuaca 2 informan mengikuti cara-cara yang ditawarkan oleh masyarakat setempat, memakai jaket saat musim dingin, membawa air es saat cuaca panas menyengat sehingga tidak mengalami gangguan kesehatan.

5.3.4. Fase Resolution

Fase resolution merupakan fase terakhir dari proses adaptasi misionaris SSpS Timor dalam upaya penyesuaian diri dengan lingkungan dan budaya baru. Pada fase ini misionaris SSpS Timor menentukan usaha untuk keluar dari ketidaknyamanan dalam proses adaptasi disertai dengan kemampuan untuk mengintegrasikan diri dengan budaya setempat sehingga merasa nyaman dan menerima budaya di negara misi tersebut.

Tabel 5.4
Fase Resolution

No	Nama	Fase <i>resolution</i>
1	Sr. Skolastika, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa nyaman karena mengalami keramahan, kesederhanan mereka dan pada akhirnya orang-orang disana tidak lagi memandang saya sebagai obroni/pendatang, saya di terima seperti keluarga sendiri
2	Sr. Filomena, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa nyaman karena ada saling terima, saling mengerti. Keramahan setiap suster dan selalu membantu saya saat mengalami kesulitan. - Banyak pengalaman berharga saya peroleh.
3	Sr. Senensis Hoar, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Terkesan karena ada sikap saling menghormati dan menghargai, perhatian dan saling terima - Sebagai misionaris merasakan di terima dan menerima budaya yang berbeda penting sekali membangun komunikasi timbal balik sehingga terjadi yang namanya saling kenal dan saling mengerti.

4	Sr. Magdalena Bete, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Memberi kenyamanan bagi misionaris menjalankan tugas perutusan dan menjadi rumah yang selalu saya rindukan untuk kembali
5	Sr. Marselina Dahu, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa sangat diterima oleh orang-orang Batswana - Merasa sangat nyaman, karena berinteraksi dan berkomunikasi yang cukup intens
6	Sr. Raymunda, SSpS	<ul style="list-style-type: none"> - Merasa nyaman - Tugas misionaris adalah melayani dengan penuh cinta kasih.

(Sumber: data pribadi peneliti, 2023)

Fase pemulihan atau tahap *recovery* yaitu adanya motivasi untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan budaya baru. Pada fase ini, informan sudah mulai mengenali hal-hal terkait budaya barunya sehingga secara bertahap mereka melakukan penyesuaian terhadap lingkungannya dengan pendekatan masing-masing. Tujuannya adalah untuk meminimalisir masalah *cultural shock*, mendapatkan kenyamanan, dan mencapai komunikasi yang efektif dengan orang-orang sekitar.

Dari hasil wawancara dan observasi peneliti menemukan semua informan mengalami rasa nyaman dan merasa diterima selama berada di negara misi. Dua informan mengakui selama berinteraksi dengan orang-orang di negara misi merupakan pengalaman berharga. Salah satu informan merasa terkesan dengan sikap saling menghormati dan saling menghargai yang

ditunjukkan masyarakat di negara tempat informan bermisi, dan ia berpendapat sebagai misionaris untuk di terima dan menerima budaya yang berbeda penting sekali membangun komunikasi timbal balik sehingga terjadi yang namanya saling kenal dan saling mengerti. Informan lain menyatakan alasannya merasa at home di negara misi karena tugas misionaris adalah melayani dengan penuh cinta kasih dimanapun, kapanpun dan dengan siapapun.

Ada beragam cara yang dilakukan para informan untuk menyesuaikan diri pada tahap pemulihan (*recovery*). Berdasarkan hasil wawancara dan observasi, upaya penyesuaian diri dilakukan dengan cara meningkatkan interaksi secara terus menerus dengan para suster dalam komunitas dan juga umat atau masyarakat yang dilayani, mempelajari bahasa daerah dari negara tersebut, mencoba memahami karakter dan kebiasaan sehari-hari orang-orang di negara misi masing-masing. Secara keseluruhan upaya-upaya yang dilakukan para informan melibatkan pendekatan emosional dengan harapan agar dapat menjalin komunikasi yang baik dengan sesama suster di komunitas dan masyarakat yang dilayani.

5.4. Interpretasi Data

Pada bagian ini penulis menjelaskan hasil analisis data penelitian kemudian akan menganalisis dan mengkajinya dengan hubungan antar konsep yang ada, dengan data hasil penelitian dan juga teori yang peneliti gunakan dalam penelitian ini. Data yang akan ditafsirkan dilengkapi dengan kajian masalah bagaimana pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi misionaris SSpS Timor di negara misi dalam komunikasi lintas budaya.

Dalam menginterpretasikan data yang telah peneliti dapatkan mengenai pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi misionaris SSpS Timor di negara misi dalam komunikasi lintas budaya peneliti membedahnya dengan menggunakan teori kurva U dari Lysgaard yang menjelaskan bahwa, proses *cultural adjustment* atau penyesuaian budaya dalam komunikasi lintas budaya terdiri dari empat fase yaitu: Fase *Honeymoon*, fase *frustration*,

fase *recovery* dan fase *resolution*, yang berkaitan dengan pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi misionaris di negara misi.

Dari hasil wawancara, observasi dan analisis yang dilakukan, peneliti kemudian menjabarkan hasil penelitian untuk menjawab proses adaptasi yang timbul dalam menghadapi *cultural shock* serta hambatan-hambatannya serta rangkuman temuan-temuan yang berbeda dari teori yang seharusnya. Dalam *U-curve Theory of Adaptation* diterangkan bahwa ketika seseorang akan beradaptasi, ada beberapa poin yang akan dilalui yaitu tahap *honeymoon*, *frustration*, *recovery*, dan *resolution*.

5.4.1. Fase Honeymoon

Menurut Lysgaard fase *Honeymoon*: yaitu fase awal dimana pendatang merasa terpesona dan antusias dengan hal-hal baru yang di jumpai di lingkungan baru mulai dari pemandangan, makanan, bahasa, penduduk, gaya hidup dan lain sebagainya. Pendatang bersikap optimis dan yakin akan mampu menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya yang ada. Fase *honeymoon* menurut Hall kebahagiaan yang dirasakan seseorang saat tiba ditempat baru. Sedangkan Samovar berpendapat fase *honeymoon* situasi dimana seseorang dipenuhi semangat dan antusiasme yang sangat besar karena berada di lingkungan baru yang belum diketahui sebelumnya. Pada umumnya, orang yang mengalami fase ini memiliki ekspektasi yang sangat baik dan bagus terhadap tempat baru tersebut (Erlangga, 2019).

Berdasarkan data yang didapat dari wawancara dan pengamatan yang dilakukan, dari 6 informan mantan misionaris, keenam informan ini pada tahap awal proses adaptasi mengalami fase *honeymoon* yang ditandai dengan perasan bahagia, senang, kagum, terharu dan terkesan dengan suasana dan orang-orang yang menyambut kedatangan mereka.

5.4.2. Fase Frustration

Setelah melakukan penelitian peneliti menemukan bahwa keenam informan mengalami *cultural shock* atau keterkejutan dengan lingkungan dan budaya baru. Para informan mengalami frustrasi karena mengalami kesulitan bahasa daerah di negara tersebut, cita rasa dan cara mengolah makanan, gaya hidup yang sangat bebas dan juga cuaca yang jauh berbeda dengan negara Indonesia khususnya Timor dan bayangan baik dan bagusnya negara misi tidak sesuai dengan kenyataannya. Hal ini sesuai dengan pendapat dari Lysgaard dalam teori *U-Curve* yang menyatakan bahwa fase *Cultural Shock* adalah fase dimana individu akan merasakan stress dan mengalami rasa cemas. Depresi psikologis yang terjadi ini karena ekspektasi yang dibawa dari lingkungan sebelumnya tidak sesuai dengan kenyataan yang dialami di lingkungan baru atau kesalahpahaman yang terjadi sebagai orang asing di wilayah yang baru (Erlangga, 2019).

Oberg (dalam Maizan et al, 2020:151) Fase frustration adalah fase krisis, seseorang mulai mengalami kesulitan dan munculnya masalah dengan lingkungan baru. Samovar menegaskan bahwa fase frustrasi ditandai dengan menurunnya semangat dan antusias pada fase honeymoon dan berubah menjadi rasa kesal dan frustrasi. Hal ini terjadi karena, adanya perbedaan antara realita dengan bayangan pada tahap sebelumnya.

5.4.3. Fase Recovery

Pada tahap ke tiga ini individu pendatang telah melewati fase *cultural shock* atau fase stress yang ekstrem. Hal berarti individu tersebut telah mengalami pemulihan dan mulai mengerti dan menyesuaikan diri dengan perbedaan budaya yang ada, mulai merasa nyaman dan terbiasa dengan kehidupan di lingkungan dan budaya baru (Erlangga, 2019). Fase *recovery* menurut Oberg, ditandai mulai adanya pemahaman dengan budaya barunya karena individu berusaha menyesuaikan diri secara bertahap (Maizan et al, 2020:151).

Pada fase *recovery*, keenam informan menuturkan untuk mengatasi masalah-masalah yang membuat frustrasi atau *shock* budaya para informan melakukan berbagai cara untuk beradaptasi seperti belajar bahasa, membangun komunikasi dan interaksi yang intens dengan masyarakat setempat, mengolah sendiri makanan sesuai dengan kebutuhan diri dan meniru kebiasaan dari masyarakat setempat sehingga bisa terjadi saling terima, saling pengertian dari perbedaan budaya yang ada.

5.4.4. Fase Resolution

Lysgaard berpendapat fase *Resolution* adalah fase terakhir dimana individu pendatang telah mampu beradaptasi dengan lingkungan dan budaya baru yang ada, merasa puas dan menikmati dua budaya berbeda (Erlangga, 2019). Oberg berpendapat terakhir dalam proses adaptasi adalah fase *recovery* atau Fase penyesuaian diri, seseorang telah memperoleh kemampuan, pengetahuan dan telah memahami budaya barunya, sehingga individu tersebut menerima, merasa puas bahkan menikmati budaya asal dan budaya barunya (Maizan et al, 2020:151) pendapat para ahli tersebut sesuai dengan hasil penelitian ditemukan bahwa pada tahap terakhir atau fase *resolution* keenam informan mulai dapat menerima situasi di lingkungan baru dan pada akhirnya merasa nyaman dan mampu mengintegrasikan diri dengan budaya di negara tempat mereka menjalankan tugas perutusan sebagai misionaris.

Hasil penelitian ini mendeskripsikan bahwa pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi diri, hingga hasil upaya penyesuaian diri dari masing-masing informan berbeda-beda dengan jangka waktu yang berbeda pula. Setiap informan mengalami *cultural shock* dan proses adaptasi mulai dari fase *honeymoon*, fase frustrasi, fase *recovery* dan fase *resolution* dengan pengalaman dan tingkatan yang berbeda. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman *cultural shock* dan proses adaptasi kemampuan komunikasi lintas budaya setiap pribadi tidak sama. Ini membuktikan bahwa kemampuan berkomunikasi,

berinteraksi, bergaul dan karakter serta pengalaman lintas budaya punya pengaruh sangat penting dalam menghadapi pengalaman *cultural shock*. Secara keseluruhan berdasarkan teori kurva U menurut Lysgaard (1955) telah merepresntasikan pengalaman atau fenomena *cultural shock* yang terjadi pada enam suster mantan misionaris SSpS Timor dengan dengan pengalaman dan proses adpatasi yang tidak sama.