

# PENYESUAIAN DIRI PESERTA MAGANG TERHADAP BUDAYA JEPANG: STUDI KASUS *KENSHUSEI* SUMATERA BARAT DI JEPANG

Nolia Sri Wahyuni<sup>1</sup>, Dewi Kania Izmayanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi Sastra Jepang, Fakultas Ilmu Budaya  
Universitas Bung Hatta

<sup>2</sup>Dosen Program Studi Sastra Jepang, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Bung Hatta

E-mail: [noliasri01@gmail.com](mailto:noliasri01@gmail.com)

E-mail : [dewi.kaniaizmayanti@bunghatta.ac.id](mailto:dewi.kaniaizmayanti@bunghatta.ac.id)

## ABSTRAK

Budaya berkaitan dengan perilaku masyarakat dalam kehidupan sehari-hari. Keberagaman budaya Jepang membuat orang asing di Jepang harus bisa menyesuaikan diri. Tujuan penelitian ini yaitu mendeskripsikan perilaku peserta magang dalam menjalani kehidupan di Jepang dan mendeskripsikan upaya penyesuaian diri yang dilakukan peserta magang. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah peserta magang dari Sumatera Barat. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner dengan teknik analisis data deskriptif. Hasil dan temuan pada penelitian ini yaitu peserta magang Sumatera Barat selama di Jepang terbiasa terhadap budaya Jepang, dapat menyesuaikan diri, berperilaku mengikuti kebiasaan orang Jepang. Tetapi beribadah sesuai keyakinan mereka. Kesimpulannya, para peserta magang bisa menjalani kehidupan di Jepang sesuai dengan kebiasaan di lingkungan Jepang.

**Kata Kunci :** Budaya, perilaku, penyesuaian diri, Peserta magang

## PENDAHULUAN

Jepang sangat dikenal sebagai negara yang beragam akan budaya. Budaya tersebut juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti bahasa, kepercayaan, iklim, keadaan geografis, dan lain sebagainya. Seperti yang kita ketahui pada saat sekarang ini budaya Jepang sangat populer diberbagai negara di dunia. Mempunyai ciri khas yang unik serta baik dan patut untuk dicontoh. Setiap orang yang tinggal atau menetap di suatu tempat, dalam menyesuaikan diri terhadap lingkungannya sering mendapat kendala karena adanya perbedaan budaya dan kebiasaan dengan negara asalnya. Demikian juga halnya dengan peserta magang Sumatera Barat yang berada di Jepang. Tujuan penelitian ini yaitu mendeskripsikan perilaku peserta magang dalam menjalani kehidupan di Jepang dan mendeskripsikan upaya penyesuaian diri yang dilakukan peserta magang.

Menurut Schneiders (Desmita, 2009:192) Penyesuaian diri merupakan bentuk proses yang melingkupi reaksi mental dan tingkah laku, dimana individu sedang berupaya untuk mengambil keberhasilan dalam mengatasi kebutuhan-kebutuhan pada dirinya, ketegangan-ketegangan, konflik-konflik,

dan frustrasi yang dialaminya, sehingga tingkat keselarasan antara tuntutan pada diri dengan apa yang diinginkan oleh lingkungan dimana dia tinggal dapat terwujud dengan baik [1].

Amir, (2007:113) menyatakan bahwa mungkin dari separoh dari orang minang hidup dirantau. Hidup dirantau artinya hidup sebagai minoritas dalam lingkungan mayoritas suku bangsa lainnya. berpedoman pada pepatah yang menjelaskan bahwa, "*kok manyauak Di hilie-hilie, kok mangecek dibawah-bawah, tibo dikandang kambing mangembek, tibo dikandang kabau menguak, dimano langik dijunjuang, disinan bumi dipijak, disitu rantiang dipatah*" yang berarti bahwa sebagai perantau yang hidup dalam lingkungan budaya lain, maka kita sebagai kelompok pendatang yang minoritas harus tahu diri dan pandai menempatkan diri [2].

Teori yang digunakan pada penelitian ini yaitu 1) budaya sehari-hari masyarakat Jepang, yaitu *aisatsu*, budaya makan, budaya mandi, budaya antri, *ojigi*, disiplin, budaya bersih, budaya malu, dan kerjasama kelompok. 2) Penyesuaian diri menurut Schneiders (Ali dan Asrori, 2018:181) bahwa ada lima faktor yang mempengaruhi proses penyesuaian diri, yaitu Kondisi fisik, Kepribadian,

Edukasi/pendidikan, Lingkungan, Agama dan budaya [3]. 3)Perilaku. Menurut Walgito, (2010:150) merupakan tingkah laku atau perbuatan individu atau tanggapan individu yang terwujud dalam gerakan atau sikap. Setiap manusia pastilah mempunyai perilaku yang berbeda-beda antara satu dengan yang lainnya. Perilaku merupakan respon individu terhadap suatu stimulus atau suatu tindakan yang dapat diamati dan mempunyai frekuensi spesifik, durasi dan tujuan baik disadari maupun tidak [4].

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini berkaitan dengan penyesuaian diri yang umumnya dikaitkan dengan gegar budaya (*culture shock*).Yaitu Faradita Prayusti dari jurusan International Relations, Sekolah Tinggi Ilmu Komunikasi– Jakarta. Tentang adaptasi Mahasiswa Indonesia dalam Menghadapi Gegar Budaya di Fukuoka Jepang. Hasil temuannya yaitu adaptasi komunikasi menjadi cara bagi mahasiswa untuk menghadapi gegar budaya selama berada di Fukuoka Jepang. Selanjutnya Damai Andani dari jurusan Ilmu Komunikasi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Tentang Penyesuaian Diri Mahasiswa Terhadap *Culture Shock* Hasil penelitian ini yaitu proses penyesuaian diri dan interaksi yang dilakukan oleh mahasiswa Sulawesi Selatan di Yogyakarta dalam menghadapi culture shock sangat beragam. Berikutnya Theresia Septyan Pravitha dari jurusan Studi Kejepangan Fakultas Ilmu Budaya Universitas Airlangga Surabaya. Tentang Adaptasi Antar Budaya Mahasiswa dalam Program *Internship* di Jepang. Hasil penelitian ini yaitu perbedaan budaya yang dirasakan oleh para mahasiswa ini tidak dijadikan penghambat untuk mereka tetap menjalani program *internship*. Kemudian Astrid Oktaria Audra Siregar dari Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro Semarang. Tentang Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang. Hasil penelitian ini membuktikan hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun pertama bersuku Minang di Universitas Diponegoro dapat diterima.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Menurut Mukhtar (2013:10) metode penelitian deskriptif kualitatif merupakan sebuah metode yang digunakan peneliti untuk menemukan pengetahuan atau teori terhadap penelitian pada satu waktu tertentu [5]. Sumber data primer diperoleh dari

hasil jawaban penyebaran angket atau kuisioner terhadap peserta magang yang berasal dari wilayah Sumatera Barat di Jepang. Pada penelitian ini peneliti menggunakan studi kasus. Menurut Robert Yin (1996) dalam Bungin, (2012:20) menyebutkan bahwa studi kasus merupakan suatu inkuiri empiris yang menyelidiki fenomena dalam konteks kehidupan nyata, apabila batas-batas antara fenomena dan konteks tak tampak dengan tegas dan dimana multi sumber bukti dimanfaatkan [6]. Teknik Pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan sistem angket digital (*google form*). Menurut Faisal (1981:2) dalam Sutedi, (2009:164) angket atau kuesioner merupakan salah satu instrumen pengumpulan data penelitian yang diberikan responden [7].

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini merupakan teknik analisis deskriptif. Menurut Sugiyono, (2016:21) metode analisis deskriptif merupakan statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi [8].

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil angket yang dilakukan dari awal bulan Juli tahun 2021 hingga pertengahan bulan Juli tahun 2021 dapat diketahui bahwa responden yang mengembalikan angket yakni sebanyak 40 orang dari 50 orang responden, dengan rincian 25 orang laki-laki dan 15 orang perempuan.

### 1. Budaya sehari-hari masyarakat Jepang -Aisatsu

Aisatsu merupakan ungkapan tanya-jawab dibalas lagi dengan ungkapan yang ramah, mesra, atau hormat dalam kehidupan sehari-hari. Biasanya atau sebagian besar ungkapan tersebut memiliki bentuk tertentu, seperti 「こんにちは」, 「さよなら」, dan lain-lain. (Nihongo Kyouiku Gakkai, 1997:199) [9].

Berdasarkan data yang diperoleh, dapat diketahui penggunaan *aisatsu* seperti yang terlihat dalam tabel berikut :

No.	Indikator	Kategori	Frek.	Pers.
1.	Penggunaan aisatsu	Ya	34	85%
		Jarang	4	10%
		Tidak	2	5%

Tabel 1. Penggunaan salam “aisatsu”

Dari data diatas dapat diketahui pada umumnya peserta magang melakukan *aisatsu* ketika bertemu

dengan orang Jepang. Alasan mereka melakukan *aisatsu* seperti yang diungkapkan oleh beberapa peserta magang, diantaranya, yaitu :

“...Karena *aisatsu* bagi mereka sangatlah sopan serta dari kecil pun mereka sudah diajari saling tegur sapa walaupun tidak saling kenal, begitulah *aisatsu* bagi mereka...”

Dari beberapa alasan yang dikemukakan di atas bisa disimpulkan bahwa, *aisatsu* bagi para peserta magang dilakukan untuk menghargai kebiasaan dan budaya Jepang.

**- Budaya makan**

Berkaitan dengan budaya makan dan cita rasa masakan Jepang, pada umumnya peserta magang merasa cocok dan bisa menikmati makanan Jepang, termasuk makanan yang tanpa diolah atau makanan mentah, seperti *sushi* atau *sashimi*. Berkaitan dengan penggunaan sumpit ketika makan, para peserta magang terbiasa menggunakannya, meskipun pada umumnya masih tetap menggunakan tangan ketika makan. Seperti yang terlihat pada tabel berikut :

No.	Indikator	Kategori	Frek.	Pers.
1.	Media/alat yang digunakan ketika makan	Tangan	18	45%
		Sumpit	15	37,5%
		Sendok dan garpu	5	13%
		Lainnya	2	5%
2.	Cita rasa (kecocokan selera dengan makanan Jepang)	Ya	28	70%
		Tidak	12	30%
3.	Kesesuaian selera dengan makanan mentah	Ya	23	57,5%
		Tidak	17	42,5%

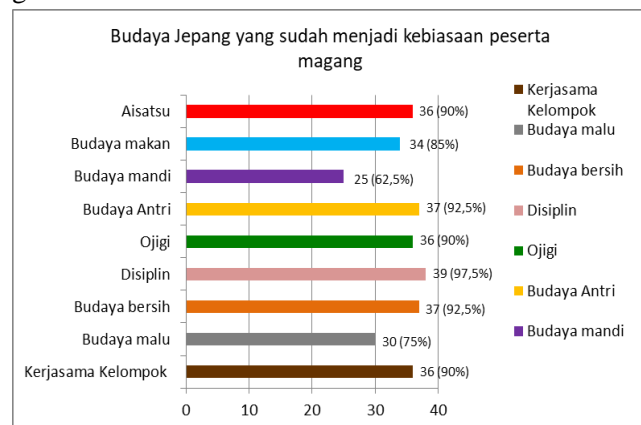
Tabel 2. Kebiasaan terhadap budaya makan Jepang

Dari tabel di atas bisa terlihat persentase pemakaian sumpit dan tangan ketika makan tidak terlalu jauh bedanya, hal itu bisa menunjukkan bahwa para peserta magang masih tetap menggunakan tangan, meskipun mereka juga sudah terbiasa makan dengan menggunakan sumpit. Begitu juga kesesuaian akan citarasa masakan Jepang dengan lidah para peserta magang. Meskipun makanan Jepang yang terkenal dengan cita rasa yang hambar, menggunakan sedikit penyedap tetapi terjaga kesehatan dan keseimbangan gizi makanannya, sehingga membuat masyarakat Jepang berumur panjang. Dengan demikian, para peserta magang menyukai makanan Jepang dan cocok dengan selera mereka. Hal tersebut bisa terlihat dari alasan yang mereka ungkapkan, yaitu “...Karna makanan jepang menurut saya pribadi cocok” saja , karna makanan jepang bedanya sama

*kita dia tidak terlalu suka berminyak , lebih suka mentah” gitu yg cuma direbus aja, jadi makanan jepang bagus juga untuk gizi tubuh kita karna makanannya sehat” semua...”*

Dari alasan-alasan yang dikemukakan di atas bisa diketahui kecocokan atas citarasa dari makanan Jepang yang dirasakan oleh para peserta magang adalah dikarenakan makanan Jepang itu sehat, enak, dan terjamin kebersihannya, sehingga bagus untuk kesehatan.

Dari deskripsi di atas berdasarkan hasil kuesioner yang diperoleh berkaitan dengan budaya-budaya dalam masyarakat Jepang, dapat diketahui bahwa budaya disiplin, *aisatsu*, *ojigi* serta kerjasama kelompok merupakan budaya yang terbiasa dilakukan oleh peserta magang, seperti yang dapat dilihat pada grafik berikut ini :



Grafik 1. Budaya Jepang yang sudah menjadi kebiasaan peserta magang

Hal ini dapat diartikan bahwa peserta magang lebih mengutamakan kedisiplinan, *aisatsu*, *ojigi*, serta kerja sama kelompok dalam menjalani kehidupannya agar mendapatkan kenyamanan selama tinggal di Jepang.

**2. Penyesuaian Diri**

Lingkungan merupakan sesuatu yang paling berperan penting dalam proses penyesuaian diri terhadap lingkungan dan budaya baru. Lingkungan yang nyaman, aman, tentram, dan mudah bersosialisasi dengann masyarakatnya merupakan harapan setiap orang ketika hidup di lingkungan baru. Sebelum berangkat ke Jepang para peserta magang juga dibekali ilmu tentang bagaimana lingkungan Jepang. bagaimana aturan-aturan yang berlaku dilingkungan Jepang. Agar tidak terjadi kesalahan-kesalahan yang dilakukan ketika tinggal dilingkungan Jepang. Berdasarkan hasil kuesioner, dapat diketahui perilaku peserta magang dalam menghadapi

lingkungan Jepang. Seperti yang terdapat pada tabel berikut :

N o.	Indikator	Kategori	Frek.	Pers.
1.	Kenyamanan tinggal di Jepang	Ya	38	95%
		Tidak	2	5%
2.	Penyesuaian diri terhadap 4 musim	Ya	40	100%
		Tidak	0	0%
3.	Bersosialisasi di lingkungan tempat tinggal	Ya	39	97,5%
		Tidak	1	2,5%
4.	Menjaga kebersihan tempat tinggal	Ya	40	100%
		Tidak	0	0%
5.	Menghargai kebiasaan orang Jepang	Ya	40	100%
		Tidak	0	0%
6.	Bersosialisasi di lingkungan tempat kerja	Ya	40	100%
		Tidak	0	0%

Tabel 3. Faktor Lingkungan

Dari tabel di atas diketahui, sebagian besar dari peserta magang nyaman tinggal di Jepang, bisa menyesuaikan diri dengan 4 musim, bisa bersosialisasi orang Jepang disekitar tempat tinggal mereka, bisa menjaga lingkungan tempat tinggal agar selalu terjaga kebersihannya, bisa menghargai kebiasaan-kebiasaan yang sering dilakukan orang Jepang, dan bisa bersosialisasi dengan orang Jepang di lingkungan tempat mereka bekerja dalam upaya penyesuaian diri terhadap budaya Jepang. Hal ini dapat diartikan bahwa peserta magang dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya, dan dapat menikmati dan menjalani kehidupannya selama di Jepang sesuai ajaran atau ilmu tentang lingkungan Jepang yang sudah dibekali dari LPK tempat mereka diberangkatkan.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

Dari hasil temuan bisa disimpulkan bahwa peserta magang Sumatera Barat sudah terbiasa terhadap budaya Jepang dan dapat menyesuaikan diri dengan baik. Terbiasa mereka juga tidak terlepas dari ilmu-ilmu yang sudah diajarkan kepada peserta magang sebelum mereka berangkat ke Jepang. Dengan adanya pembekalan tersebut, membuat mereka dapat mengantisipasi hal-hal yang akan menjadi kendala dalam proses penyesuaian diri terhadap budaya Jepang. Penyesuaian diri tersebut membuat peserta magang Sumatera Barat berperilaku mengikuti kebiasaan orang Jepang sebagaimana orang Jepang menjalankan budaya mereka sendiri. Berdasarkan Jenis Kelamin, baik laki-laki maupun perempuan tidak ada perbedaan dalam menjalani

kehidupan di Jepang, mereka semua patuh dan taat terhadap ketentuan yang berlaku di Jepang, begitu juga halnya dalam menjaga kebersihan, mereka semua menjaga kebersihan sesuai dengan yang telah diajarkan sebelum mereka berangkat ke Jepang tentang keadaan atau kondisi lingkungan Jepang yang bersih. Terkecuali dalam hal keagamaan, peserta magang tidak mengikuti cara orang Jepang beribadah, tetapi tetap beribadah sesuai kepercayaan yang mereka anut, yaitu Islam.

### Saran

Penulis menyadari bahwa penelitian ini masih memiliki banyak kekurangan, karena penelitian ini hanya mendeskripsikan perilaku dan cara penyesuaian diri peserta magang terhadap budaya Jepang yang berasal dari Sumatera Barat saja. Dapat diketahui bahwa peserta magang tidak hanya berasal dari Sumatera Barat saja tetapi dari berbagai daerah yang berada di Indonesia. Oleh karena itu, kepada yang ingin melanjutkan penelitian ini bisa mengambil ruang lingkup penelitian yang lebih luas lagi dari segi objek penelitian maupun pembahasan.

### DAFTAR PUSTAKA

- [1] Desmita, *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda Karya, 2009.
- [2] Amir, *Adat Minangkabau : Pola dan Tujuan Hidup Orang Minang*. Jakarta: PT. Mutiara Sumber Widya, 2007.
- [3] M. A. & M. Asrori, *Psikologi Remaja : Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara, 2018.
- [4] B. Walgito, *Pengantar Psikologi Umum*. Yogyakarta: Andi, 2010.
- [5] Mukhtar, *Metode Penelitian Deskriptif Kualitatif*. Jakarta: GP Press Group, 2013.
- [6] B. Bungin, *Analisis Data Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers, 2012.
- [7] A. Sutedi, *Metode Penelitian Hukum*. Jakarta: Sinar Grafika, 2009.
- [8] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta, 2016.
- [9] Nihongo Kyouiku Gakkai, *日本語教育辞典*. Tokyo: Daishuukanshoten, 1997.