

STRATEGI *COPING* MAHASISWA *INTERNSHIP* SUMATERA BARAT DI JEPANG TERHADAP BUDAYA KERJA 5S (*SEIRI, SEITON, SEISO, SEIKETSU, SHITSUKE*)

Fidiah Elfi Yosi¹⁾, Oslan Amril²⁾

¹⁾Mahasiswa Program Studi Sastra Jepang, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Bung Hatta
email: fidiahelfiyosi@gmail.com

²⁾Dosen Program Studi Sastra Jepang, Fakultas Ilmu Budaya, Universitas Bung Hatta
Email: oslan.amril@bunghatta.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini mengkaji bagaimana mahasiswa *internship* di Jepang beradaptasi dengan budaya kerja 5S. Fokus pada penelitian ini pada kendala, solusi, dan strategi *coping* yang diterapkan mahasiswa *internship* untuk menerapkan budaya kerja 5S. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif, melibatkan 34 responden. Temuan pada penelitian ini adalah kendala utama berupa perbedaan budaya, tekanan atasan, dan bahasa. Mahasiswa menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada emosi (*emotion-focused forms of coping*) dan penyelesaian masalah (*problem-focused forms of coping*), dengan seluruh peserta menunjukkan penggunaan dua strategi *coping* positif untuk mengatasi tantangan adaptasi terhadap budaya kerja 5S.

Kata kunci : Strategi *Coping*, Budaya Kerja 5S, Kendala, Solusi

PENDAHULUAN

Urbanisasi di Jepang menyebabkan kesulitan bagi wilayah pedesaan yang ditinggal untuk berkembang. Walaupun urbanisasi rendah, ketidakseimbangan antara kematian dan kelahiran memaksa Jepang membuka peluang bagi tenaga kerja asing, termasuk mahasiswa magang. Data menunjukkan lebih dari 40 ribu pemuda Indonesia mengikuti program magang di Jepang. Perguruan tinggi diminta menyediakan program magang untuk meningkatkan daya saing lulusan, yang bermanfaat bagi mahasiswa dan perusahaan, seperti peningkatan reputasi merek dan penempatan kerja [1][2].

Mahasiswa magang di Jepang harus beradaptasi dengan budaya kerja 5S (*Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu, Shitsuke*), yang dikenal sebagai 5R dalam bahasa Indonesia (Ringkas, Rapi, Resik, Rawat, Rajin). Budaya kerja 5S ini diakui secara global sebagai standar kerja terbaik [3]. Adaptasi dengan budaya baru seperti 5S sering kali menjadi tantangan, terutama jika perbedaan budaya cukup signifikan [4].

Mahasiswa magang yang menghadapi kesulitan dalam penyesuaian budaya baru perlu melakukan *coping*, yaitu upaya untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan [5]. Strategi *coping* adalah keterampilan individu dalam mengatasi masalah hidup [6]. Hasil wawancara menunjukkan bahwa mahasiswa magang dari Sumatera Barat mengalami kesulitan beradaptasi

dengan budaya kerja 5S, terutama karena kurangnya pengetahuan sebelumnya.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif untuk mendeskripsikan strategi *coping* mahasiswa Sumatera Barat dalam beradaptasi dengan budaya kerja 5S di Jepang. Metode penelitian kualitatif, yang sering disebut penelitian naturalistik, dilaksanakan dalam situasi alami dan berdasarkan filsafat post-positivisme [7]. Data dikumpulkan melalui kuesioner, yang terdiri dari kuesioner tertutup (memudahkan analisis) dan kuesioner terbuka (memungkinkan responden memberikan uraian detail). Kuesioner disebarluaskan secara daring melalui *Google Form*.

Untuk memeriksa keabsahan data, digunakan metode triangulasi sumber, yaitu analisis data dari beberapa informan untuk meminimalisir ketidaksesuaian [8][9]. Model analisis data Miles & Huberman digunakan dalam penelitian ini, meliputi tiga aktivitas utama:

1. Reduksi Data

Proses ini melibatkan rangkuman, klasifikasi, dan prioritas informasi dari data yang bervariasi. Reduksi data membantu menyederhanakan dan mengorganisir informasi untuk mendapatkan gambaran yang lebih akurat, serta memerlukan wawasan mendalam .

2. Penyajian Data
Menurut Miles & Huberman, penyajian data adalah pengorganisasian informasi yang memudahkan penilaian dan pengambilan keputusan. Data disajikan dalam format seperti tabel atau grafik untuk mempermudah analisis dan evaluasi.
3. Penarikan kesimpulan/Verifikasi:
Kesimpulan diuji dan dikonfirmasi selama penelitian. Validitas kesimpulan dinilai berdasarkan bukti yang mendukung. Kesimpulan akhir diambil setelah validasi dan tidak pada tahap pengumpulan data awal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Kendala Penerapan Budaya Kerja 5S

Mahasiswa *internship* di Jepang menghadapi berbagai tantangan dalam beradaptasi dengan budaya kerja 5S, baik dari faktor internal maupun eksternal:

a. Faktor Internal

- Stres dan Ketidaknyamanan: Perbedaan budaya kerja yang signifikan menyebabkan stres dan ketidaknyamanan. Mahasiswa merasa memerlukan waktu untuk beradaptasi, serta mengalami ketidakpercayaan diri dalam menerapkan 5S. Responden mengungkapkan kesulitan ini dalam kuesioner terbuka:

"Kendala yang dirasakan dari awal karena adanya perbedaan budaya kerja antara dua negara sehingga tidak dapat menerapkan budaya 5S secara cepat."

"Kurang rasa percaya diri akan menjadi kendala tersendiri bagi beberapa orang."

- Kedisiplinan dan Penataan: Kesulitan juga terkait dengan kebiasaan kerja Jepang yang menekankan kedisiplinan dan penataan barang. Responden melaporkan:

"Belum terbiasa dengan kedisiplinan."

"Harus dituntut kerja cepat namun tidak boleh berisik."

b. Faktor Eksternal

- Tekanan Atasan: Peserta magang merasakan tekanan untuk cepat beradaptasi dengan budaya kerja 5S. Hal ini diungkapkan dalam kuesioner:

"Tekanan dari atasan untuk beradaptasi dengan cepat."

- Kesulitan Bahasa: Kesulitan dalam memahami bahasa Jepang dan kosakata baru menjadi kendala. Responden menyatakan:

"Terlalu banyak kosa kata asing yang harus saya ingat."

- Kebiasaan Kerja Berbeda: Perbedaan kebiasaan kerja antar individu di tempat magang juga menambah tantangan, seperti yang diungkapkan:

"Kebiasaan kerja yang berbeda."

2. Solusi dari Kendala Penerapan Budaya Kerja 5S

a. Faktor Internal

- Bertanya pada Senior: Solusi utama adalah bertanya kepada pekerja senior dan memperhatikan cara kerja mereka. Responden menyarankan:

"Selalu bertanya kepada senior atau atasan anda."

"Memahami cara kerja tempat kerja."

Seseorang yang menerapkan strategi *coping* melihat bentuk penyelesaian masalah yang dapat diselesaikan dan dapat diterima oleh seseorang [10].

- Adaptasi dan *Teamwork*: Memahami prosedur kerja dan bekerja sama dengan tim juga menjadi solusi efektif. Responden mencatat:

"Bekerja sama dengan tim."

"Menerima jika dikritik dan diberi saran."

b. Faktor Eksternal

- Mengamati dan Berlatih: Mengamati lingkungan sekitar dan melibatkan pekerja senior dalam proses adaptasi adalah solusi untuk kendala eksternal. Responden mengatakan:

"Dengar, lihat, pahami, diulang, dan kerjakan."

- Belajar Kosakata: Untuk mengatasi kesulitan bahasa, responden mencatat bahwa mereka belajar lebih giat dan membawa catatan kecil untuk membantu memahami kosakata baru.

3. Strategi *Coping* yang Dilakukan Mahasiswa *Internship*

a. Strategi *Coping* yang Berfokus pada Emosi

- *Positive Reappraisal*:

Grafik 1 *Positive Reappraisal*



Mahasiswa yang menggunakan strategi ini berusaha untuk berpikir positif dan memetik pelajaran dari pengalaman. Responden menyatakan:

"Tidak melulu mengeluh, tapi menikmatinya."

- *Accepting Responsibility*: Mahasiswa menerima kritik dan saran dengan terbuka untuk meningkatkan diri. Pernyataan responden: "Menerima jika dikritik dan diberi saran."

- *Self Controlling*: Mengikuti SOP dengan penuh perhatian untuk menghindari kesalahan. Responden melaporkan:

"Mematuhi semua yang telah dijelaskan, bekerja sesuai SOP."

- *Distance & Escape Avoidance*: Tidak ada mahasiswa yang menggunakan strategi ini, yang menunjukkan bahwa mereka berusaha menyelesaikan masalah secara aktif.

b. Strategi Coping yang Berfokus pada Masalah

- *Planful Problem Solving*: Mahasiswa melakukan perencanaan yang matang dan mengevaluasi masalah. Responden menyatakan:

"Secara perlahan mahasiswa internship mulai mengevaluasi diri."

- *Confrontative Coping*: Hanya sedikit mahasiswa yang menggunakan strategi ini.

Grafik 2 *Confrontative Coping*



mencoba melakukan yang terbaik meskipun menghadapi risiko. Berdasarkan keterangan dari salah satu responden pada kuesioner terbuka mengatakan, bahwa ia akan mencoba sesuatu sebaik mungkin. Berikut pernyataannya:

"Saya tetap berusaha melakukan sesuatu dengan fase terbaik yang dapat saya kerjakan, sehingga lama kelamaan itu semakin membaik dan dapat setara dengan orang Jepang yang sudah lama bekerja disana."

Meski tak dijelaskan secara langsung bahwa akan melanggar kebijakan untuk bisa beradaptasi, responden menyatakan sebisa mungkin akan melakukan hal terbaik semampunya.

- *Seeking Social Support*: Mayoritas mahasiswa mencari dukungan dari rekan kerja dan atasan untuk beradaptasi dengan budaya kerja. Responden menyebutkan:

"Bertanya kepada teman-teman yang sudah melakukan pekerjaan tersebut."

KESIMPULAN DAN SARAN

Mahasiswa *internship* di Jepang menghadapi kendala internal (perbedaan budaya, ketidakpercayaan diri, stres) dan eksternal (tekanan atasan, kesulitan bahasa). Mereka mengatasi masalah dengan bertanya kepada pekerja Jepang, membiasakan diri, serta mengamati dan belajar dari lingkungan sekitar. Strategi *coping* mereka termasuk beradaptasi, menerima kritik, bertanggung jawab, dan melibatkan rekan kerja.

Disarankan agar universitas memberikan pembekalan tentang budaya kerja 5S dan mahasiswa menggali informasi lebih dalam dari senior. Penelitian selanjutnya sebaiknya mengeksplorasi strategi *coping* dengan fokus berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] N. A. Anderson, K. J. Andynna, and K. D. H. Saraswati, "Mempersiapkan Mahasiswa Untuk Magang Di Perusahaan Dengan Buku Panduan Meningkatkan Person-Environment Fit," *J. Serina Abdimas*, vol. 1, no. 2, pp. 680–687, 2023, doi: 10.24912/jsa.v1i2.25184.
- [2] D. D. Lutfia and D. R. Rahadi, "Analisis Internship Bagi Peningkatan Kompetensi Mahasiswa," *J. Ilm. Manaj. Kesatuan*, vol. 8, no. 3, pp. 199–204, 2020, doi: 10.37641/jimkes.v8i3.340.
- [3] A. A. Pangestu and A. A. P. Negara, "Implementasi Metode 5S (Seiri, Seiton, Seiso, Seiketsu, Shitsuke) Pada Unit Reaching Di PT. XYZ Tekstil Majalengka," *Ind. Res. Work. Natl. Semin.*, pp. 490–494, 2019.
- [4] N. P. Soemantri, "Adaptasi Budaya Mahasiswa Asal Indonesia Di Australia," *WACANA, J. Ilm. Ilmu Komun.*, vol. 18, no. 1, pp. 46–56, 2019, doi: 10.32509/wacana.v18i1.727.
- [5] S. Maryam, "Strategi Coping: Teori Dan Sumberdayanya," *JURKAM J. Konseling Andi Matappa*, vol. 1, no. 2, p. 101, 2017, doi: 10.31100/jurkam.v1i2.12.
- [6] U. Wirahadi, A. Zaini, and Suriyadi, "Strategi Coping oleh Mahasiswa dalam Mengatasi Kejenuhan Belajar Online (Studi pada Mahasiswa Angkatan 2018-2020 Program Studi BK STIKP PGRI Sumatera Barat)," (*Journal Res. Educ. Stud.*, vol. 2, no. 1, pp. 58–64, 2022.
- [7] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Penerbit Alfabeta, 2019.
- [8] A. Alfansyur and Mariyani, "Seni Mengelola Data : Penerapan Triangulasi Teknik , Sumber Dan Waktu Pada Penelitian Pendidikan Sosial,"

vol. 5, no. 2, pp. 146–150, 2020.

- [9] D. Susanto, Risnita, and M. S. Jailani, “Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data Dalam Penelitian Ilmiah,” *J. QOSIM J. Pendidikan, Sos. Hum.*, vol. 1, no. 1, pp. 53–61, 2023, doi: 10.61104/jq.v1i1.60.
- [10] R. S. Lazarus and S. Folkman, *Stress, Appraisal, and Coping*, no. september 2016. New York: Springer Publishing Company, Inc, 1984.