

Bab 1

Pendahuluan

Latar Belakang Masalah

Globalisasi pendidikan telah mendorong peningkatan mobilitas mahasiswa internasional secara signifikan dalam beberapa dekade terakhir. Fenomena ini tidak hanya melibatkan transfer pengetahuan akademik, tetapi juga menciptakan dinamika kompleks dalam proses adaptasi budaya lintas negara. Indonesia, sebagai negara dengan populasi Muslim terbesar di dunia, turut berkontribusi dalam tren global ini dengan mengirimkan ribuan mahasiswanya untuk menempuh pendidikan di berbagai negara.

Berdasarkan data (UNESCO, 2024) per 20 Februari 2024, mahasiswa Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di luar negeri berjumlah 59.224 orang, menjadikan Indonesia sebagai negara kedua terbanyak di ASEAN dalam hal jumlah mahasiswa yang belajar di luar negeri (Marietha, 2024). Menurut data UNESCO Global Students Flow tahun 2022, 56.000 pelajar atau sekitar 16% berasal dari Indonesia dari total pelajar Asia Tenggara yang menimba ilmu di luar negeri (Ilmastuti, 2024). Angka ini menunjukkan bahwa mobilitas mahasiswa Indonesia ke luar negeri merupakan fenomena yang tidak dapat diabaikan dan memerlukan perhatian serius dari berbagai aspek, termasuk aspek psikologis dan sosial budaya.

Di antara berbagai destinasi studi favorit mahasiswa Indonesia, negara-negara maju di Asia dan Eropa menempati posisi teratas. Jepang dan Jerman, meskipun berada di benua yang berbeda, keduanya termasuk menjadi tujuan yang banyak diminati mahasiswa Indonesia. Berdasarkan data UNESCO Global Student 2021, Jepang menjadi destinasi favorit dengan mencatat kehadiran 5.095 mahasiswa Indonesia, menempati peringkat kelima sebagai negara tujuan studi paling diminati. Sementara itu, Jerman berada di posisi ketujuh dengan 2.832 mahasiswa Indonesia yang memilih

melanjutkan pendidikan di sana (Ilmastuti, 2024). Per 1 Mei 2024, jumlah mahasiswa internasional di Jepang mencapai 336.708 orang, meningkat sebanyak 20,6% dari tahun sebelumnya, dan Indonesia menduduki posisi kesembilan dengan jumlah 6.778 orang atau sekitar 2,0% (*Japan Student Services Organization*, 2024). Adapun Jerman mencatat sekitar 469.485 mahasiswa internasional pada semester musim dingin 2023/2024, dengan proporsi mahasiswa internasional mencapai sekitar 16,8% dari total populasi mahasiswa (*Germany International Student Statistics*, 2025) Kedua negara ini menawarkan keunggulan yang berbeda namun memiliki daya tarik yang sama khususnya dalam segi teknologi dan pendidikan. Jepang dikenal dengan kemajuan teknologi, sistem pendidikan berbasis riset, serta kedekatan geografis dan budaya Asia yang relatif lebih familiar bagi mahasiswa Indonesia. Sementara itu, Jerman menonjol dengan sistem pendidikan tinggi berkualitas tinggi yang sebagian besar gratis atau berbiaya rendah. Hal tersebut diperkuat oleh hasil studi awal yang dilakukan oleh peneliti terhadap dua mahasiswa yang berkuliah di Jepang (MAR) dan Jerman (KNF). MAR mengungkapkan bahwa "*Pertimbangan pilihan kelanjutan studi saya adalah di Universitas yang lebih maju dari segi capaian dosennya di bidang yang saya minati yaitu Chemical and Biological Engineering, yang mana dalam hal tersebut Jepang dirasa dianggap lebih maju dibandingkan dengan Universitas yang ada di Indonesia.*" Sedangkan KNF menyampaikan bahwa "*saya memilih melanjutkan pendidikan di Jerman karena pendidikannya jauh lebih maju dibanding negara saya Indonesia, di Jerman juga pendidikan gratis.*"

Fenomena mobilitas mahasiswa ini semakin mendapat sorotan dengan munculnya tagar #kaburajadulu di awal tahun 2025. Tagar ini viral di media sosial sebagai ekspresi keinginan generasi muda untuk mencari peluang pendidikan atau pekerjaan di luar negeri, didorong oleh kondisi sistem pendidikan Indonesia yang semakin mahal, kurangnya kesempatan bekerja, dan

rendahnya tingkat gaji (Kompas.Com, 2025). Meskipun fenomena ini mencerminkan aspirasi yang sah untuk meningkatkan kualitas hidup, realita menunjukkan bahwa keputusan untuk menempuh pendidikan di luar negeri bukanlah sekadar perpindahan geografis, melainkan sebuah proses transformasi personal yang kompleks. Mahasiswa Indonesia yang memilih pendidikan internasional tidak hanya dihadapkan pada tantangan akademik, tetapi juga pada serangkaian proses adaptasi psikologis dan sosial budaya yang membutuhkan persiapan yang matang.

Sejumlah penelitian terdahulu telah menunjukkan bahwa mahasiswa internasional secara umum menghadapi tingkat kesulitan penyesuaian yang lebih besar dibandingkan mahasiswa lokal. Setiawan et al., (2024) dalam tinjauan literatur sistematis mereka tentang *cross-cultural adjustment* pada ekspatriat mengidentifikasi bahwa faktor-faktor individu seperti fleksibilitas kognitif, kepekaan budaya, dan dukungan sosial memiliki peran krusial dalam memfasilitasi proses penyesuaian. Lebih lanjut, mereka menegaskan bahwa kemampuan mahasiswa internasional untuk menyesuaikan diri sangat dipengaruhi oleh tersedia atau tidaknya dukungan sosial di sekitar mereka, termasuk program orientasi budaya dan jaringan komunitas. Temuan ini relevan dengan situasi mahasiswa Indonesia di Jepang dan Jerman yang harus menghadapi jarak budaya yang signifikan sekaligus mengelola identitas keagamaan mereka sebagai Muslim minoritas.

Tantangan linguistik merupakan salah satu dimensi yang paling konsisten ditemukan dalam penelitian tentang mahasiswa internasional di lingkungan non-berbahasa Inggris. Haryadi & Riyanto (2023) dalam studi kualitatif mereka menemukan bahwa mahasiswa internasional di lingkungan non-pemakai bahasa Inggris menghadapi kesulitan yang kompleks dalam mengikuti diskusi kelas, mengartikulasikan pemikiran, dan menggunakan kosakata teknis. Hambatan bahasa ini tidak hanya berdampak pada kinerja akademis, tetapi juga mempersulit pembentukan hubungan sosial dengan teman sekelas sehingga menimbulkan perasaan terisolasi. Mahasiswa yang diteliti

mengembangkan berbagai strategi adaptasi, mulai dari meningkatkan keterampilan mendengarkan, bergabung dengan kelompok studi, hingga memanfaatkan aplikasi dan sumber daya daring. Temuan ini sejalan dengan konteks mahasiswa Indonesia di berbagai negara non-Inggris yang menghadapi hambatan bahasa sebagai salah satu tantangan penyesuaian terbesar, mengingat Bahasa non-Inggris memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dan tingkat familiaritas yang rendah.

Dalam konteks mahasiswa Indonesia yang mengikuti program mobilitas internasional, Novianti et al., (2025) dalam penelitiannya terhadap peserta program IISMA di Thailand mendokumentasikan secara rinci tahapan *culture shock* yang dialami mahasiswa Indonesia, mulai dari fase honeymoon di awal kedatangan, melewati fase frustrasi dan kebingungan akibat perbedaan bahasa dan norma sosial, hingga tahap penyesuaian dan penerimaan. Penelitian ini juga menggarisbawahi peran penting program dukungan institusional dan komunitas lokal dalam mempercepat proses adaptasi. Meskipun konteks negara tujuan berbeda, dinamika serupa dapat diantisipasi pada mahasiswa Indonesia di Jepang dan Jerman, di mana minimnya kesiapan bahasa dan dukungan institusional dapat memperlambat proses adaptasi secara signifikan.

Konteks pendidikan tinggi di Jerman secara khusus menunjukkan tantangan yang tidak kecil bagi mahasiswa asing. Kercher (2019) dalam laporan DAAD menemukan bahwa mahasiswa internasional (*Bildungsausländer*) yang memperoleh kualifikasi pendidikan dari luar Jerman memiliki tingkat putus studi yang mencapai 45% pada program sarjana, jauh melampaui angka mahasiswa lokal sebesar 28%. Kercher (2019) secara eksplisit mengidentifikasi lima area masalah inti yang dihadapi mahasiswa internasional di Jerman: (1) kesulitan bahasa Jerman dalam konteks percakapan maupun akademik; (2) jarak budaya antara budaya belajar asal dan Jerman; (3) biaya hidup dan minimnya bantuan finansial; (4) isolasi sosial serta pengalaman diskriminasi; dan (5)

ketidakpastian dalam berurusan dengan otoritas birokrasi. Kelima area masalah ini secara langsung mencerminkan dimensi-dimensi penyesuaian lintas budaya yang kompleks, khususnya bagi mahasiswa yang berasal dari latar belakang budaya dan agama yang jauh berbeda dari konteks Jerman.

Relevansi fenomena ini menjadi semakin signifikan bila mempertimbangkan latar belakang keagamaan mayoritas mahasiswa Indonesia yang pergi ke luar negeri. Berdasarkan Data Kependudukan Bersih Semester II Tahun 2025 yang dirilis Direktorat Jenderal Kependudukan dan Pencatatan Sipil Kementerian Dalam Negeri, sebanyak 251.257.898 jiwa atau 87,15 persen penduduk Indonesia beragama Islam, menjadikan Indonesia sebagai negara dengan populasi Muslim terbesar di dunia Tempo.co, (2026). Artinya, sebagian besar mahasiswa Indonesia yang menempuh studi di luar negeri membawa identitas keislaman yang kuat sebagai bagian integral dari diri mereka. Kontras yang sangat tajam terjadi ketika mereka tiba di Jepang dan Jerman. Berdasarkan *World Religion Database 2025* yang dikompilasi oleh *Association of Religion Data Archives (ARDA)*, penganut Islam di Jepang diperkirakan hanya sebesar 0,15 persen dari total populasi, dengan estimasi akademisi yang menempatkan jumlah Muslim di Jepang berkisar antara 115.000 hingga 125.000 orang (Zurlo, 2025). Sementara itu, di Jerman, penganut Islam diperkirakan mencapai 6,42 persen dari total populasi, dengan mayoritas merupakan penganut Sunni (Zurlo, 2025). Meskipun proporsi Muslim di Jerman jauh lebih besar dibandingkan Jepang, angka ini tetap menempatkan mahasiswa Muslim Indonesia sebagai kelompok minoritas religius yang harus menavigasi kehidupan sehari-hari di lingkungan yang secara fundamental berbeda dari ekosistem keagamaan yang mereka kenal di Indonesia.

Kondisi menjadi minoritas religius ini tidak dapat dipisahkan dari risiko kesehatan mental yang signifikan. Beberapa penelitian terbaru mengungkap gambaran yang mengkhawatirkan

tentang kesejahteraan psikologis mahasiswa internasional, khususnya di Jepang dan Jerman. (Teragishi et al., 2024) dalam penelitiannya terhadap mahasiswa internasional di Jepang menemukan bahwa sekitar 6,9 persen responden melaporkan kondisi kesehatan mental yang buruk, dan 16,4 persen menyatakan bahwa kondisi tersebut berdampak negatif pada kehidupan akademik maupun sehari-hari mereka. Yang lebih mengkhawatirkan, hanya 25,9 persen mahasiswa yang mengetahui layanan bantuan kesehatan mental yang tersedia di sekitar kampus. Di Jerman, temuan lebih berat diperoleh oleh Karing & Idemudia (2026) yang menemukan prevalensi depresi sebesar 46,5 persen dan kecemasan sebesar 46,8 persen di antara 327 mahasiswa internasional, dengan 31,2 persen melaporkan adanya pikiran untuk menyakiti diri sendiri dalam dua minggu terakhir, meskipun hanya 10,9 persen yang mengakses bantuan profesional. Yamashita et al., (2025) secara khusus menyoroti bahwa kesepian merupakan faktor kunci yang memengaruhi kesehatan mental migran di Jepang, dengan prevalensi gejala depresi sebesar 24,9 persen dan kecemasan sebesar 14,1 persen. Senada dengan ini, Ashilah & Edy (2025) dalam penelitian terhadap 214 mahasiswa sarjana Indonesia di luar negeri menemukan bahwa meskipun mayoritas memiliki tingkat kesepian yang rendah, kesepian memiliki dampak negatif yang signifikan terhadap kesejahteraan psikologis secara keseluruhan dengan menjelaskan varians sebesar 51,8 persen dan bahwa semakin lama mahasiswa tinggal di luar negeri, semakin kuat dampak negatif tersebut. Data-data ini menunjukkan bahwa tantangan kesehatan mental bukanlah isu marginal, melainkan realitas yang harus dihadapi secara serius dalam konteks internasionalisasi pendidikan.

Tantangan adaptasi lintas budaya menjadi semakin kompleks bagi mahasiswa Muslim Indonesia yang sedang menempuh pendidikan di negara dengan karakteristik budaya dan keagamaan yang berbeda. Govinda & Hanami (2023) dalam penelitiannya tentang pengalaman

intercultural adjustment mahasiswa Indonesia di Jepang mengidentifikasi lima kendala utama, yaitu: tantangan bahasa yang berdampak pada komunikasi akademik dan sosial, kesulitan bersosialisasi dengan masyarakat lokal, penyesuaian terhadap sistem kehidupan yang berbeda, adaptasi terhadap perubahan cuaca dan iklim, serta kompleksitas dalam mempertahankan identitas keagamaan. Khusus bagi mahasiswa Muslim Indonesia, dimensi keagamaan ini menambah lapisan kompleksitas tersendiri dalam proses penyesuaian, mengingat baik Jepang maupun Jerman merupakan negara dengan tradisi sekuler yang dominan, sehingga berbagai kebutuhan religius seperti akses makanan halal, fasilitas shalat, dan komunitas Muslim menjadi faktor signifikan yang memengaruhi proses adaptasi mereka.

Dimensi psikologis dalam pengalaman mahasiswa internasional turut menjadi perhatian sejumlah peneliti. Phan (2023) dalam studi kualitatifnya terhadap mahasiswa Vietnam yang menempuh studi doktoral di luar negeri menemukan bahwa keputusan dan pengalaman mahasiswa internasional sangat dipengaruhi oleh jejaring hubungan sosial, baik dengan supervisor, rekan, maupun keluarga di negara asal. Phan (2023) juga menyoroti kurangnya layanan dukungan kesehatan mental yang peka budaya (*culturally sensitive*) bagi mahasiswa internasional, di mana salah satu partisipan menyatakan bahwa konselor dari latar belakang budaya berbeda tidak mampu memahami tekanan kultural yang dirasakannya. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya memahami pengalaman subjektif mahasiswa internasional, termasuk bagaimana nilai-nilai budaya dan keagamaan berinteraksi dengan proses adaptasi psikologis mereka.

Secara teoretis, penelitian ini mengacu pada kerangka Ward & Kennedy (1999) yang memahami *intercultural adjustment* dalam dua domain utama yang saling berkaitan: domain psikologis dan domain sosiokultural. Domain psikologis merujuk pada kesejahteraan emosional dan kepuasan hidup individu selama berada di budaya baru, sedangkan domain sosiokultural

berkaitan dengan kemampuan individu untuk menyesuaikan diri secara perilaku dan mengelola interaksi sehari-hari di lingkungan budaya baru tersebut. Bukti empiris terkait peran krusial penyesuaian lintas budaya ini telah dikonfirmasi oleh Lu et al., (2024) dalam penelitiannya terhadap 1.183 mahasiswa internasional di 10 institusi pendidikan di Eropa dan Amerika Serikat. Hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan bahasa dan kompetensi antarbudaya tidak memiliki dampak langsung terhadap kepuasan mahasiswa, namun penyesuaian budaya sepenuhnya memediasi efek ketiga variabel tersebut. Temuan ini mengindikasikan bahwa kepemilikan linguistik dan pemahaman budaya saja tidak cukup untuk menjamin pengalaman akademik yang memuaskan, tetapi perlu diproses melalui mekanisme penyesuaian budaya yang efektif.

Meskipun penelitian tentang mahasiswa internasional semakin berkembang, sejumlah kesenjangan penelitian masih perlu diisi. Sebagian besar studi yang ada berfokus pada negara-negara berbahasa Inggris sebagai tujuan studi, sementara penelitian tentang pengalaman mahasiswa internasional di negara non-berbahasa Inggris seperti Jepang dan Jerman masih relatif terbatas (Kercher, 2019). Selain itu, penelitian yang secara spesifik mengeksplorasi pengalaman mahasiswa Muslim dengan identitas keagamaan yang khas dalam konteks adaptasi lintas budaya di negara-negara maju juga masih sangat sedikit. Phan (2023) secara eksplisit menunjukkan adanya kekurangan studi kualitatif yang menggali suara dan pengalaman subjektif mahasiswa internasional, khususnya yang berkaitan dengan identitas budaya, agama, dan gender. Penelitian komparatif yang membandingkan pengalaman adaptasi di dua negara dengan karakteristik budaya yang berbeda, yaitu Jepang yang berakar pada tradisi Asia Timur dan Jerman yang berlandaskan nilai Eropa modern, juga belum banyak dilakukan. Celah inilah yang hendak diisi oleh penelitian ini.

Berdasarkan pemaparan di atas, dapat dipahami bahwa proses *intercultural adjustment* merupakan aspek krusial yang menentukan kualitas pengalaman akademik dan kesejahteraan psikologis mahasiswa Indonesia di luar negeri. Ketidaksiapan dalam menghadapi proses adaptasi lintas budaya ini dapat berdampak pada kesuksesan akademik, kesehatan mental, dan pengalaman keseluruhan selama menempuh pendidikan di luar negeri. Oleh karena itu, memahami secara mendalam gambaran pengalaman *intercultural adjustment* mahasiswa Muslim Indonesia, khususnya di dua negara dengan konteks budaya yang berbeda seperti Jepang dan Jerman, menjadi sangat penting untuk diteliti. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk dapat mengeksplorasi pengalaman tersebut secara mendalam, holistik, dan kontekstual melalui perspektif langsung dari para mahasiswa yang mengalaminya.

Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran pengalaman *intercultural adjustment* (penyesuaian lintas budaya) Mahasiswa Muslim Indonesia di Jepang dan Jerman ?

Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui gambaran pengalaman *intercultural adjustment* (penyesuaian lintas budaya) Mahasiswa Muslim Indonesia di Jepang dan Jerman

Kegunaan Penelitian

Kegunaan Teoretis

Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur psikologi lintas budaya, khususnya dalam pengembangan pemahaman tentang *intercultural adjustment* berbasis teori Ward dan Kennedy (1999) pada populasi mahasiswa Muslim Indonesia. Penelitian ini juga

diharapkan dapat memberikan perspektif komparatif yang bermakna mengenai variasi pengalaman adaptasi psikologis dan sosiokultural dalam dua konteks budaya yang berbeda, yaitu Jepang dan Jerman, sehingga dapat menjadi rujukan bagi penelitian-penelitian selanjutnya dalam bidang yang sama.

Kegunaan Praktis

Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi beberapa pihak. Bagi mahasiswa Muslim Indonesia yang berencana menempuh pendidikan di luar negeri, penelitian ini dapat menjadi gambaran awal tentang tantangan adaptasi yang mungkin akan dihadapi, sehingga dapat dijadikan bekal persiapan psikologis dan sosial sebelum keberangkatan. Bagi institusi pendidikan tinggi di Indonesia, temuan penelitian ini dapat menjadi dasar pengembangan program persiapan pra-keberangkatan yang lebih komprehensif dan responsif terhadap kebutuhan mahasiswa. Bagi universitas di Jepang dan Jerman, penelitian ini dapat menjadi masukan dalam merancang program orientasi dan layanan dukungan yang lebih sensitif terhadap kebutuhan mahasiswa internasional, khususnya mahasiswa Muslim Indonesia.