



Penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam Mengatasi Hambatan Komunikasi Lintas Budaya pada Mahasiswa Asal Riau

Bunga Sovia Erik

Universitas Islam Negeri (UIN) Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Fadhilla Yusri

Universitas Islam Negeri (UIN) Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi

Alamat: Jl. Gurun Aua, Kubang Putih, Kec. Banuhampu, Kota Bukittinggi, Sumatera Barat

Korespondensi penulis: bungasoviaerik@gmail.com

Abstract. *This study is motivated by the communication barriers experienced by a student from Riau who is studying in West Sumatra and faces difficulties adapting to the Minangkabau cultural environment. Differences in language and communication patterns between the student's original culture and the surrounding community have caused feelings of insecurity, fear of making mistakes while speaking, and a tendency to withdraw from broader social interactions. Therefore, an in-depth study is needed to understand the dynamics of cross-cultural communication and the counseling strategies used to assist the counselee in the adaptation process. The purpose of this study is to analyze the communication barriers experienced by the counselee and to examine the application of Transactional Analysis counseling in overcoming cross-cultural adaptation problems. The method used is a qualitative descriptive case study approach. Data were collected through observation, interviews, and case analysis, then analyzed descriptively to identify the causes, impacts, and appropriate counseling interventions. The findings of this study indicate that the counselee experienced difficulties in communication due to differences in language, limited understanding of Minangkabau culture, lack of self-confidence, and fear of misunderstanding conversations with older people in the surrounding environment. These conditions led the counselee to interact more frequently with peers from the same cultural background and become less active in wider social settings. Through the Transactional Analysis counseling approach, the counselor helped the counselee recognize ineffective communication patterns and strengthen the Adult ego state to become more rational, calm, and confident in social interactions. The counseling intervention was carried out through communication training, positive reinforcement, cultural understanding, and gradual social adaptation. The results showed positive developments in the counselee's willingness to learn the Minangkabau language, understand local cultural habits, and begin interacting more actively with the surrounding community.*

Keywords: *Cross-Cultural Counseling, Transactional Analysis, Communication Barriers*

Abstrak: Penelitian ini dilatarbelakangi oleh adanya hambatan komunikasi yang dialami seorang mahasiswa asal Riau yang sedang menempuh pendidikan di Sumatera Barat dan mengalami kesulitan beradaptasi dengan lingkungan budaya Minangkabau. Perbedaan bahasa dan pola komunikasi antara budaya asal konseli dengan masyarakat sekitar menyebabkan munculnya rasa kurang percaya diri, takut salah berbicara, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial yang lebih luas. Oleh karena itu, diperlukan kajian mendalam untuk memahami dinamika komunikasi lintas budaya serta strategi konseling yang digunakan dalam membantu proses penyesuaian diri konseli. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hambatan komunikasi yang dialami konseli serta mengkaji penerapan konseling Analisis Transaksional dalam mengatasi masalah adaptasi lintas budaya. Metode yang digunakan adalah pendekatan studi kasus deskriptif kualitatif. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara, dan analisis kasus, kemudian dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi faktor penyebab, dampak, serta intervensi konseling yang tepat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseli mengalami kesulitan komunikasi akibat perbedaan bahasa, kurangnya pemahaman terhadap budaya Minangkabau, rendahnya rasa percaya diri, dan rasa takut salah memahami pembicaraan dengan orang yang lebih dewasa di lingkungan sekitar. Kondisi tersebut menyebabkan konseli lebih sering berinteraksi dengan teman yang memiliki latar budaya yang sama dan menjadi kurang aktif dalam lingkungan sosial yang lebih luas. Melalui pendekatan Konseling Analisis Transaksional, konselor membantu konseli mengenali pola komunikasi yang kurang efektif serta mengembangkan ego Adult agar lebih rasional, tenang, dan percaya diri dalam berinteraksi sosial.

Intervensi konseling dilakukan melalui latihan komunikasi, penguatan positif, pemahaman budaya, serta adaptasi sosial secara bertahap. Hasil penelitian menunjukkan adanya perkembangan positif pada diri konseli, yaitu mulai munculnya keinginan untuk mempelajari bahasa Minang, memahami kebiasaan budaya setempat, dan mencoba berinteraksi lebih aktif dengan lingkungan sekitar.

Kata Kunci: Konseling Lintas Budaya, Analisis Transaksional, Hambatan Komunikasi

PENDAHULUAN

Indonesia dikenal sebagai negara multikultural dengan keberagaman suku, adat, dan budaya yang tersebar di berbagai wilayah. Setiap suku memiliki sistem nilai, norma, dan tradisi yang diwariskan secara turun-temurun sebagai pedoman hidup Masyarakat (Adhani & Rusdini, 2026). Kebudayaan tidak hanya mengatur aspek simbolik seperti bahasa, pakaian, dan makanan, tetapi juga mencakup tata cara berperilaku, ritual adat, hingga sistem sosial dalam kehidupan bermasyarakat. Dalam perspektif antropologi, kebudayaan merupakan hasil cipta, rasa, dan karsa manusia yang membentuk pola kehidupan kolektif. Selain itu, teori *cultural determinism* yang dikemukakan oleh Melville J. Herskovits dan Bronislaw Malinowski menegaskan bahwa seluruh aspek kehidupan masyarakat sangat dipengaruhi oleh kebudayaan yang mereka miliki. Oleh karena itu, adat istiadat menjadi identitas sekaligus sistem nilai yang mengatur kehidupan sosial masyarakat Indonesia.

Perbedaan budaya sering kali menjadi tantangan bagi individu yang harus beradaptasi dengan lingkungan baru, terutama pada mahasiswa perantau yang melanjutkan pendidikan di daerah yang memiliki latar budaya berbeda dengan daerah asalnya (Pedersen, 2000). Dalam proses adaptasi tersebut, individu tidak hanya menghadapi perbedaan bahasa, tetapi juga norma sosial, kebiasaan komunikasi, serta cara berinteraksi dengan masyarakat sekitar. Kondisi tersebut dapat menimbulkan *culture shock* atau gegar budaya yang ditandai dengan munculnya rasa asing, tidak nyaman, minder, serta kesulitan membangun hubungan sosial di lingkungan baru (Oberg, 1960). Apabila tidak ditangani dengan baik, hambatan komunikasi lintas budaya dapat menyebabkan individu menarik diri dari lingkungan sosial dan mengalami kesulitan dalam proses penyesuaian diri.

Fenomena tersebut juga dialami oleh seorang mahasiswa asal Riau yang sedang menempuh pendidikan di Sumatera Barat. Konseli mengalami hambatan komunikasi ketika berinteraksi dengan masyarakat sekitar karena kurang memahami bahasa Minang yang sering digunakan dalam komunikasi sehari-hari, terutama ketika berbicara dengan orang yang lebih dewasa. Perbedaan pola komunikasi antara budaya Melayu Riau dengan budaya Minangkabau menyebabkan konseli merasa takut salah memahami pembicaraan maupun memberikan respons yang kurang tepat. Akibatnya, konseli menjadi kurang percaya diri dan lebih memilih berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki bahasa dan budaya yang sama dengannya. Kondisi ini menunjukkan bahwa perbedaan budaya dapat memengaruhi kemampuan komunikasi interpersonal dan proses adaptasi sosial individu di lingkungan baru (Sue, 2008).

Budaya Minangkabau dikenal memiliki karakteristik komunikasi yang khas, seperti penggunaan bahasa daerah dalam kehidupan sehari-hari, penghormatan tinggi kepada orang yang lebih tua, serta penggunaan petatah-petitih dalam komunikasi sosial (Navis, 1984). Sementara itu, konseli berasal dari budaya Melayu Riau yang memiliki pola komunikasi berbeda. Perbedaan tersebut menyebabkan konseli mengalami kesulitan dalam memahami konteks komunikasi masyarakat Minangkabau. Selain itu, konseli juga mengalami rasa takut salah berbicara sehingga cenderung lebih pasif dan menghindari interaksi sosial dengan lingkungan sekitar. Apabila

kondisi ini terus berlangsung, maka dapat berdampak pada rendahnya hubungan sosial, munculnya rasa minder, serta terganggunya aktivitas akademik maupun sosial konseli.

Dalam konteks bimbingan dan konseling, permasalahan komunikasi lintas budaya memerlukan pendekatan yang mampu membantu individu memahami pola komunikasi dirinya sekaligus meningkatkan kemampuan penyesuaian diri terhadap budaya baru. Salah satu pendekatan yang dapat digunakan adalah Konseling Analisis Transaksional (AT). Pendekatan ini dikembangkan oleh Eric Berne yang menjelaskan bahwa dalam diri individu terdapat tiga status ego, yaitu *Parent* (Orang Tua), *Adult* (Dewasa), dan *Child* (Anak), yang memengaruhi cara individu berpikir, bersikap, dan berkomunikasi dengan orang lain (Berne, 1964).

Pada kasus ini, konseli cenderung menunjukkan dominasi ego *Child* yang ditandai dengan rasa takut, minder, kurang percaya diri, serta kecenderungan menghindari komunikasi dengan lingkungan baru. Oleh karena itu, pendekatan Analisis Transaksional dipilih karena mampu membantu konseli mengenali pola komunikasi yang kurang efektif serta mengembangkan ego *Adult* agar lebih rasional, tenang, dan percaya diri dalam menghadapi situasi sosial lintas budaya. Selain itu, pendekatan ini juga membantu konseli memahami bahwa perbedaan budaya merupakan hal yang wajar dan dapat dipelajari secara bertahap (Corey, 2013).

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memahami hambatan komunikasi lintas budaya yang dialami mahasiswa perantau serta pentingnya penerapan strategi konseling yang tepat dalam membantu proses adaptasi budaya. Di tengah meningkatnya mobilitas pendidikan antar daerah, mahasiswa dituntut mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial dan budaya yang berbeda. Namun, tidak semua mahasiswa memiliki kesiapan komunikasi dan kemampuan adaptasi yang baik. Oleh karena itu, layanan konseling lintas budaya menjadi penting untuk membantu individu membangun rasa percaya diri, meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal, serta membentuk hubungan sosial yang harmonis dengan lingkungan sekitar (Ivey, Ivey, & Simek-Morgan, 1993).

Meskipun telah banyak penelitian yang membahas konseling lintas budaya dan komunikasi interpersonal, masih terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) terkait penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam menangani hambatan komunikasi lintas budaya pada mahasiswa perantau, khususnya mahasiswa asal Riau yang beradaptasi dengan budaya Minangkabau di Sumatera Barat. Sebagian penelitian lebih banyak membahas aspek adaptasi budaya secara umum tanpa mengkaji pola komunikasi interpersonal konseli berdasarkan status ego dalam pendekatan Analisis Transaksional. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu bimbingan dan konseling, khususnya dalam penerapan Konseling Analisis Transaksional pada kasus komunikasi lintas budaya.

Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya berkontribusi terhadap pengembangan kajian konseling lintas budaya, tetapi juga menjadi upaya membantu mahasiswa perantau dalam meningkatkan kemampuan adaptasi sosial dan komunikasi interpersonal di lingkungan budaya yang berbeda. Melalui penerapan Konseling Analisis Transaksional, diharapkan konseli mampu membangun rasa percaya diri, memahami budaya Minangkabau secara lebih baik, serta menjalin hubungan sosial yang harmonis dengan masyarakat sekitar.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi kasus deskriptif untuk memahami secara mendalam hambatan komunikasi lintas budaya yang dialami konseli serta penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam membantu proses penyesuaian

diri di lingkungan budaya baru. Pendekatan ini dipilih karena mampu menggali makna pengalaman individu secara langsung terhadap permasalahan sosial yang dialaminya (Creswell, 2014). Penelitian dilaksanakan di lingkungan kos mahasiswa Universitas Islam Negeri Sjech M. Djamil Djambek Bukittinggi karena mahasiswa perantau yang tinggal di kos cenderung menghadapi interaksi sosial yang lebih beragam sehingga proses adaptasi budaya dan komunikasi menjadi lebih kompleks. Subjek penelitian adalah seorang mahasiswa asal Riau yang sedang menempuh pendidikan di Sumatera Barat dan mengalami kesulitan komunikasi lintas budaya. Pemilihan subjek dilakukan secara purposive sampling karena memiliki karakteristik yang sesuai dengan fokus penelitian, yaitu mengalami hambatan komunikasi akibat perbedaan budaya dan bahasa.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi. Observasi digunakan untuk melihat perilaku komunikasi, interaksi sosial, dan proses adaptasi konseli di lingkungan sosialnya, sedangkan wawancara dilakukan untuk memperoleh informasi mengenai pengalaman, hambatan komunikasi, serta perubahan yang dialami selama proses konseling berlangsung. Dokumentasi digunakan untuk melengkapi data berupa catatan konseling dan hasil observasi (Moleong, 2018). Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan (Miles, Huberman, & Saldaña, 2014). Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan triangulasi teknik dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi agar data yang diperoleh lebih valid dan dapat dipercaya. Melalui metode ini, penelitian diharapkan mampu memberikan pemahaman mendalam mengenai hambatan komunikasi lintas budaya serta efektivitas Konseling Analisis Transaksional dalam meningkatkan kemampuan komunikasi interpersonal dan penyesuaian diri konseli di lingkungan budaya Minangkabau.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hambatan Komunikasi Lintas Budaya pada Mahasiswa Asal Riau di Lingkungan Budaya Minangkabau

Mahasiswa perantau sering menghadapi tantangan dalam proses penyesuaian diri ketika berada di lingkungan budaya yang berbeda dengan budaya asalnya. Perbedaan bahasa, pola komunikasi, kebiasaan sosial, serta nilai budaya dapat menimbulkan hambatan komunikasi lintas budaya yang berdampak pada kehidupan sosial maupun akademik mahasiswa. Kondisi tersebut juga dialami oleh konseli berinisial N, seorang mahasiswa asal Riau yang sedang menempuh pendidikan di Sumatera Barat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, ditemukan bahwa konseli mengalami kesulitan berkomunikasi dengan masyarakat sekitar karena kurang memahami bahasa Minang yang digunakan dalam interaksi sehari-hari, terutama ketika berbicara dengan orang yang lebih dewasa. Konseli merasa takut salah memahami pembicaraan dan khawatir memberikan respons yang kurang tepat. Akibatnya, konseli menjadi kurang percaya diri, cenderung pendiam, serta lebih memilih berinteraksi dengan teman-teman yang memiliki latar budaya dan bahasa yang sama dengannya.

Hambatan komunikasi lintas budaya yang dialami konseli menunjukkan adanya kesulitan dalam proses adaptasi sosial di lingkungan baru. Menurut Matsumoto (2004), perbedaan budaya dapat memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berinteraksi dalam kehidupan sosial.

Ketika individu berada pada lingkungan budaya yang berbeda, maka diperlukan kemampuan penyesuaian diri agar komunikasi interpersonal dapat berjalan dengan baik.

Dalam kasus ini, hambatan komunikasi yang dialami konseli tidak hanya dipengaruhi oleh perbedaan bahasa, tetapi juga oleh rasa takut, minder, dan kecemasan sosial ketika harus berinteraksi dengan lingkungan baru. Konseli menunjukkan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial yang berbeda budaya dan lebih nyaman berada dalam kelompok yang memiliki kesamaan budaya dengannya. Kondisi tersebut apabila dibiarkan dapat menghambat perkembangan sosial dan kemampuan komunikasi interpersonal konseli.

Untuk membantu mengatasi masalah tersebut, konselor menggunakan pendekatan Konseling Analisis Transaksional (AT). Pendekatan ini dipilih karena fokus utama permasalahan konseli berkaitan dengan pola komunikasi interpersonal dan kondisi emosional yang memengaruhi interaksi sosialnya. Analisis Transaksional merupakan pendekatan konseling yang dikembangkan oleh Eric Berne dan menekankan pada pemahaman interaksi komunikasi melalui tiga status ego, yaitu *Parent* (Orang Tua), *Adult* (Dewasa), dan *Child* (Anak).

Berdasarkan hasil analisis, konseli cenderung menunjukkan dominasi ego *Child* dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial baru. Hal tersebut terlihat dari munculnya rasa takut, minder, canggung, dan ketergantungan pada lingkungan yang dianggap aman. Konseli merasa tidak yakin terhadap kemampuan komunikasinya sehingga lebih memilih menghindari interaksi dengan masyarakat sekitar.

Melalui proses konseling, konselor membantu konseli mengembangkan ego *Adult* agar lebih rasional, tenang, dan percaya diri dalam menghadapi situasi sosial lintas budaya. Pengembangan ego *Adult* dilakukan melalui beberapa teknik, seperti pemberian pemahaman mengenai komunikasi lintas budaya, latihan komunikasi secara bertahap, penguatan positif, serta membantu konseli memahami bahwa perbedaan budaya merupakan hal yang wajar dalam kehidupan sosial.

a. Bentuk Hambatan Komunikasi Lintas Budaya pada Konseli :

1) Kesulitan Memahami Bahasa

Konseli mengalami kesulitan memahami bahasa yang digunakan masyarakat sekitar dalam komunikasi sehari-hari. Hal tersebut menyebabkan konseli merasa bingung ketika berinteraksi dan takut salah memahami maksud pembicaraan.

2) Kurangnya Rasa Percaya Diri dalam Berkomunikasi

Konseli merasa minder dan takut salah berbicara ketika harus berkomunikasi dengan orang yang lebih dewasa maupun masyarakat sekitar. Rasa takut tersebut menyebabkan konseli menjadi kurang aktif dalam lingkungan sosial.

3) Kesulitan Beradaptasi dengan Lingkungan Baru

Perbedaan budaya antara Riau dan Minangkabau membuat konseli membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri. Konseli merasa lebih nyaman berada di lingkungan yang menggunakan bahasa yang dipahaminya dibandingkan mencoba berinteraksi dengan lingkungan baru.

4) Kecenderungan Menarik Diri dari Lingkungan Sosial

Konseli lebih sering berinteraksi dengan teman-teman yang berasal dari daerah dan budaya yang sama dengannya. Akibatnya, hubungan sosial konseli dengan masyarakat sekitar menjadi terbatas.

5) Munculnya Kecemasan Sosial

Konseli merasa takut salah berbicara, takut dianggap tidak sopan, dan khawatir memberikan respons yang kurang tepat ketika berkomunikasi dengan masyarakat sekitar.

- b. Dampak Hambatan Komunikasi Lintas Budaya :
 - 1) Menurunnya Kepercayaan Diri
Hambatan komunikasi membuat konseli merasa kurang percaya diri dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial yang berbeda budaya.
 - 2) Terhambatnya Hubungan Sosial
Konseli menjadi kurang aktif dalam kegiatan sosial dan sulit membangun hubungan interpersonal dengan masyarakat sekitar.
 - 3) Kesulitan dalam Penyesuaian Diri
Kurangnya kemampuan komunikasi lintas budaya menyebabkan proses adaptasi konseli menjadi lebih lambat.
 - 4) Munculnya Perasaan Canggung dan Minder
Konseli merasa tidak nyaman ketika berada di lingkungan yang menggunakan bahasa dan kebiasaan komunikasi yang berbeda.
 - 5) Berkurangnya Kesempatan Belajar Budaya Baru
Karena lebih sering menghindari interaksi sosial, konseli menjadi kurang memiliki kesempatan untuk mempelajari budaya Minangkabau secara langsung.
- c. Upaya Konseling Analisis Transaksional dalam Mengatasi Hambatan Komunikasi :
 - 1) Membantu Konseli Mengenali Pola Komunikasi
Konselor membantu konseli memahami bagaimana pola komunikasi yang terjadi antara dirinya dengan lingkungan sekitar.
 - 2) Mengembangkan Ego Adult
Konselor membantu konseli meningkatkan ego Adult agar mampu berpikir lebih rasional dan percaya diri dalam menghadapi situasi sosial lintas budaya.
 - 3) Memberikan Penguatan Positif
Setiap perkembangan positif yang ditunjukkan konseli diberikan apresiasi agar konseli semakin termotivasi untuk beradaptasi.
 - 4) Melatih Komunikasi Secara Bertahap
Konseli dilatih untuk mulai berinteraksi menggunakan komunikasi sederhana dengan masyarakat sekitar agar rasa takut berkurang secara perlahan.
- d. Tahapan Konseling Analisis Transaksional pada Konseli
 - 1) Tahap Pembentukan Hubungan Konseling (*Rapport Building*)
Pada tahap awal, konselor membangun hubungan yang hangat, terbuka, dan empatik agar konseli merasa nyaman untuk menceritakan pengalaman serta kesulitan yang dialaminya selama berada di lingkungan budaya Minangkabau. Konselor berupaya menciptakan suasana konseling yang aman sehingga konseli tidak merasa dihakimi ketika mengungkapkan rasa takut, minder, maupun kecemasan sosial yang dialaminya.
 - 2) Tahap Identifikasi Masalah dan Analisis Status Ego
Pada tahap ini, konselor membantu konseli mengenali bentuk hambatan komunikasi yang dialaminya melalui eksplorasi pengalaman sehari-hari. Berdasarkan hasil identifikasi, ditemukan bahwa konseli lebih dominan menggunakan ego Child yang ditandai dengan rasa takut, kurang percaya diri, dan kecenderungan menghindari interaksi sosial. Sementara itu, ego Adult pada diri

konseli masih kurang berkembang sehingga konseli belum mampu menghadapi situasi komunikasi secara rasional dan tenang.

3) Tahap Intervensi Konseling

Tahap intervensi dilakukan dengan membantu konseli mengembangkan ego *Adult* melalui latihan komunikasi interpersonal, refleksi diri, dan penguatan positif. Konselor memberikan pemahaman bahwa kesalahan dalam komunikasi merupakan bagian dari proses belajar dan adaptasi budaya. Konselor juga melatih konseli melakukan komunikasi sederhana dengan masyarakat sekitar secara bertahap agar rasa takut berkurang dan keberanian berinteraksi meningkat.

4) Tahap Evaluasi dan Tindak Lanjut

Pada tahap evaluasi, konselor melihat perkembangan perubahan perilaku komunikasi konseli setelah mengikuti proses konseling. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa konseli mulai lebih percaya diri dalam berinteraksi, berani menyapa masyarakat sekitar, serta mulai memahami beberapa istilah dasar dalam bahasa Minang. Selain itu, konseli juga menunjukkan sikap yang lebih terbuka terhadap lingkungan sosial dan budaya baru.

Penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam Mengatasi Hambatan Komunikasi Lintas Budaya

Untuk membantu mengatasi hambatan komunikasi yang dialami konseli, digunakan pendekatan Konseling Analisis Transaksional (AT). Pendekatan ini dipilih karena mampu membantu individu memahami pola komunikasi serta status ego yang memengaruhi perilaku interpersonal. Dalam teori Analisis Transaksional yang dikembangkan oleh Eric Berne, terdapat tiga status ego dalam diri individu, yaitu *Parent*, *Adult*, dan *Child*. Ketiga status ego tersebut memengaruhi cara individu berpikir, merasakan, dan berinteraksi dengan orang lain.

Hasil identifikasi menunjukkan bahwa konseli lebih dominan menggunakan ego *Child* dalam menghadapi lingkungan sosial baru. Hal ini terlihat dari munculnya rasa takut, minder, cemas, serta kecenderungan menghindari komunikasi dengan masyarakat sekitar. Ego *Child* yang muncul pada diri konseli menyebabkan konseli lebih mengedepankan perasaan takut salah daripada berpikir secara rasional dalam menghadapi situasi komunikasi lintas budaya. Dalam proses konseling, konselor membantu konseli mengenali pola komunikasi yang kurang efektif serta memahami penyebab munculnya rasa takut dalam berinteraksi sosial. Konselor kemudian mengarahkan konseli untuk mengembangkan ego *Adult* agar lebih rasional, tenang, dan objektif dalam menghadapi lingkungan budaya baru. Pengembangan ego *Adult* dilakukan melalui diskusi, refleksi diri, serta latihan komunikasi secara bertahap.

Pada tahap awal konseling, konselor memberikan pemahaman kepada konseli bahwa perbedaan budaya merupakan hal yang wajar dan tidak perlu ditakuti. Konselor membantu konseli memahami bahwa kesalahan dalam proses belajar bahasa atau komunikasi merupakan bagian dari proses adaptasi sosial. Pendekatan ini bertujuan untuk mengurangi kecemasan serta meningkatkan rasa percaya diri konseli dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar.

Selanjutnya, konselor memberikan latihan komunikasi interpersonal melalui simulasi percakapan sederhana menggunakan bahasa Indonesia maupun beberapa istilah dasar dalam bahasa Minang. Konselor juga memberikan penguatan positif terhadap setiap perkembangan yang ditunjukkan konseli agar konseli merasa lebih percaya diri dalam mencoba berkomunikasi dengan masyarakat sekitar. Selain itu, konselor membantu konseli memahami kebiasaan dan nilai budaya masyarakat Minangkabau, seperti pentingnya menghormati orang yang lebih tua, penggunaan

sapaan yang sopan, serta cara berinteraksi dalam lingkungan sosial. Pemahaman budaya tersebut membantu konseli lebih mudah memahami konteks komunikasi masyarakat sekitar sehingga rasa takut dan kecemasan mulai berkurang.

Proses adaptasi sosial juga dilakukan secara bertahap dengan mendorong konseli mulai terlibat dalam interaksi sosial sederhana, seperti menyapa tetangga kos, berbicara dengan masyarakat sekitar, dan mengikuti kegiatan kampus bersama teman-teman dari budaya berbeda. Melalui pengalaman interaksi yang positif, konseli mulai merasa lebih nyaman dan tidak terlalu takut melakukan kesalahan dalam komunikasi.

Hasil penerapan Konseling Analisis Transaksional menunjukkan adanya perkembangan positif pada diri konseli. Konseli mulai menunjukkan keberanian untuk berinteraksi dengan masyarakat sekitar meskipun belum sepenuhnya memahami bahasa Minang. Selain itu, konseli juga mulai memiliki keinginan untuk mempelajari bahasa dan budaya Minangkabau sebagai bentuk penyesuaian diri terhadap lingkungan sosialnya. Perubahan lain yang terlihat adalah meningkatnya rasa percaya diri konseli dalam berkomunikasi. Konseli tidak lagi terlalu menghindari interaksi sosial dan mulai mencoba membangun hubungan dengan teman-teman dari budaya yang berbeda. Konseli juga mulai memahami bahwa komunikasi lintas budaya membutuhkan proses belajar dan penyesuaian secara bertahap.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa Konseling Analisis Transaksional efektif digunakan untuk membantu mahasiswa perantau dalam mengatasi hambatan komunikasi lintas budaya. Pendekatan ini tidak hanya membantu konseli memahami pola komunikasi dirinya, tetapi juga membantu meningkatkan kemampuan adaptasi sosial, rasa percaya diri, serta kemampuan komunikasi interpersonal dalam lingkungan budaya yang berbeda.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat Corey (2013) yang menyatakan bahwa pendekatan Analisis Transaksional membantu individu menjadi lebih sadar terhadap pola komunikasi dan perilaku yang dimilikinya sehingga mampu membangun hubungan interpersonal yang lebih sehat. Selain itu, penelitian ini juga memperlihatkan bahwa penguatan ego Adult dapat membantu individu menghadapi situasi sosial secara lebih rasional dan adaptif dalam konteks komunikasi lintas budaya.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa hambatan komunikasi lintas budaya yang dialami konseli dipengaruhi oleh perbedaan bahasa, kebiasaan komunikasi, dan lingkungan sosial antara budaya Melayu Riau dengan budaya Minangkabau. Perbedaan tersebut menyebabkan konseli mengalami kesulitan dalam membangun komunikasi interpersonal dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial baru. Dalam perspektif konseling lintas budaya, kondisi yang dialami konseli dapat dikategorikan sebagai bentuk culture shock atau gegar budaya. Konseli mengalami kecemasan dan ketidaknyamanan karena berada dalam lingkungan komunikasi yang berbeda dengan budaya asalnya. Oberg menjelaskan bahwa culture shock muncul ketika individu kehilangan simbol dan kebiasaan komunikasi yang familiar dalam kehidupan sehari-hari.

Pendekatan Konseling Analisis Transaksional terbukti membantu konseli memahami kondisi emosional dan pola komunikasi yang memengaruhi perilaku sosialnya. Konseli yang sebelumnya menunjukkan dominasi ego *Child* mulai mampu mengembangkan ego *Adult* sehingga menjadi lebih tenang, percaya diri, dan terbuka dalam berinteraksi dengan lingkungan sekitar. Selain itu, konselor juga berperan penting dalam menciptakan hubungan konseling yang empatik dan bebas dari bias budaya. Konselor membantu konseli memahami bahwa perbedaan

budaya bukan merupakan hambatan untuk menjalin hubungan sosial, tetapi merupakan proses pembelajaran sosial yang dapat memperkaya pengalaman hidup individu.

Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa dukungan sosial dan lingkungan yang terbuka sangat membantu proses adaptasi budaya konseli. Ketika konseli mulai mendapatkan pengalaman komunikasi yang positif, rasa percaya dirinya meningkat dan kemampuan komunikasi interpersonalnya menjadi lebih baik. Temuan penelitian ini juga memperkuat pentingnya peran lingkungan sosial yang suportif dalam membantu mahasiswa perantau beradaptasi dengan budaya baru. Dukungan teman sebaya, masyarakat sekitar, dan lingkungan kampus yang inklusif dapat membantu mengurangi kecemasan sosial serta meningkatkan rasa percaya diri mahasiswa dalam berinteraksi lintas budaya. Oleh karena itu, perguruan tinggi diharapkan mampu menyediakan layanan konseling lintas budaya sebagai bentuk dukungan terhadap mahasiswa perantau agar proses adaptasi sosial dan akademik dapat berjalan dengan lebih baik.

Dengan demikian, penerapan Konseling Analisis Transaksional dalam perspektif konseling lintas budaya efektif membantu mengatasi hambatan komunikasi lintas budaya pada mahasiswa asal Riau. Pendekatan ini membantu konseli meningkatkan rasa percaya diri, kemampuan komunikasi interpersonal, serta kemampuan penyesuaian diri di lingkungan budaya yang berbeda.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa hambatan komunikasi lintas budaya yang dialami mahasiswa asal Riau di lingkungan budaya Minangkabau dipengaruhi oleh perbedaan bahasa, pola komunikasi, norma sosial, dan kebiasaan budaya yang berbeda dengan budaya asal konseli. Kondisi tersebut menimbulkan rasa takut salah berbicara, kurang percaya diri, kecemasan sosial, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial yang lebih luas. Hambatan komunikasi yang dialami konseli juga berdampak pada terhambatnya proses penyesuaian diri dan hubungan interpersonal di lingkungan baru. Penerapan Konseling Analisis Transaksional terbukti efektif dalam membantu konseli mengatasi hambatan komunikasi lintas budaya. Melalui pendekatan ini, konseli dibantu mengenali pola komunikasi dan kondisi emosional yang memengaruhi perilakunya, khususnya dominasi ego *Child* yang kemudian diarahkan untuk mengembangkan ego *Adult* agar lebih rasional, tenang, dan percaya diri dalam berinteraksi sosial. Proses konseling dilakukan melalui pemberian pemahaman mengenai komunikasi lintas budaya, latihan komunikasi interpersonal secara bertahap, penguatan positif, serta pendampingan adaptasi sosial dan budaya. Hasil penelitian menunjukkan adanya perubahan positif pada diri konseli, seperti meningkatnya keberanian untuk berinteraksi dengan masyarakat sekitar, munculnya keinginan mempelajari bahasa Minang, serta meningkatnya kemampuan penyesuaian diri di lingkungan budaya baru. Dengan demikian, Konseling Analisis Transaksional dapat menjadi salah satu pendekatan yang efektif dalam membantu mahasiswa perantau menghadapi hambatan komunikasi lintas budaya dan meningkatkan kemampuan adaptasi sosial di lingkungan yang berbeda budaya.

DAFTAR PUSTAKA

Adhani, L. L., & Rusdini, S. E. (2026). Tradisi Saparan sebagai akulturasi budaya dan nilai kearifan lokal di Dusun Ploso, Kota Salatiga. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 5(2), 1399–1410.

- Aisyah, S. (2018). Sosial dan budaya makna upacara adat perkawinan budaya Melayu Deli terhadap kecerdasan emosional. *Anthropos: Jurnal Antropologi*, 4(1), 68–78.
- Berne, E. (1964). *Games people play: The psychology of human relationships*. Grove Press.
- Corey, G. (2013). *Theory and practice of counseling and psychotherapy* (9th ed.). Brooks/Cole.
- Creswell, J. W. (2014). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (4th ed.). Sage Publications.
- Ivey, A. E., Ivey, M. B., & Simek-Morgan, L. (1993). *Counseling and psychotherapy: A multicultural perspective*. Allyn and Bacon.
- Matsumoto, D. (2004). *Pengantar psikologi lintas budaya*. Pustaka Pelajar.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2014). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (3rd ed.). Sage Publications.
- Moleong, L. J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. PT Remaja Rosdakarya.
- Navis, A. A. (1984). *Alam berkembang jadi guru: Adat dan kebudayaan Minangkabau*. Grafiti Pers.
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7(4), 177–182.
- Pedersen, P. (1988). *A handbook for developing multicultural awareness*. American Association for Counseling.
- Sue, D. W., & Sue, D. (2008). *Counseling the culturally diverse: Theory and practice* (5th ed.). John Wiley & Sons.
- Sugiyono. (2019). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.