



Dari Perbedaan Budaya ke Keberanian Berbicara: Peran Adaptasi Sosial dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Olahraga

Zulham¹, Aan Wasan², Pulung Riyanto³

^{1,2} Olahraga Rekreasi, Universitas Negeri Jakarta, Indonesia

³Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Musamus, Merauke, Indonesia

Email koresponden: bungzulham@unj.ac.id

ABSTRACT

This study aims to analyze the influence of cultural differences and social adaptability on the self-confidence and speaking skills of sports students at Jakarta State University (UNJ) and Musamus University, Merauke. The method used was a quantitative approach with a survey technique by distributing a structured questionnaire based on a Likert scale to 320 respondents selected using proportional stratified random sampling. The research instrument included four main variables: cultural differences, social adaptability, self-confidence, and speaking skills, with validity and reliability tests meeting the standards (Cronbach's Alpha > 0.70). Data analysis was conducted using multiple regression with the classical assumption test as a prerequisite for analysis. The results showed that cultural differences significantly influenced students' self-confidence and speaking skills, although the effect was relatively smaller compared to social adaptability. Social adaptability proved to be a dominant factor that increased self-confidence and encouraged students to be more confident in speaking in academic and non-academic forums. The differences in the characteristics of UNJ and Musamus students also emphasized the importance of a contextual educational approach in accordance with the socio-cultural environment of each campus. This research provides theoretical contributions by enriching cross-cultural studies in sports education, as well as practical contributions for universities in designing inclusive learning strategies and supporting the development of communication skills of sports students.

Keywords: Cultural differences; Social adaptation; Self-confidence; Courage to speak; Sports students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Universitas Musamus Merauke. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan teknik survei melalui penyebaran kuesioner terstruktur berbasis skala Likert kepada 320 responden yang dipilih menggunakan teknik proportional stratified random sampling. Instrumen penelitian mencakup empat variabel utama, yaitu perbedaan budaya, adaptasi sosial, kepercayaan diri, dan keberanian berbicara, dengan uji validitas dan reliabilitas yang memenuhi standar (Cronbach's Alpha > 0,70). Analisis data dilakukan menggunakan regresi berganda dengan uji asumsi klasik sebagai prasyarat analisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan budaya berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa, meskipun pengaruhnya relatif lebih kecil dibandingkan dengan kemampuan adaptasi sosial. Adaptasi sosial terbukti sebagai faktor dominan yang meningkatkan kepercayaan diri sekaligus mendorong mahasiswa untuk lebih berani berbicara di forum akademik maupun non-akademik. Perbedaan karakteristik mahasiswa UNJ dan Musamus juga menegaskan pentingnya pendekatan pendidikan yang kontekstual sesuai dengan lingkungan sosial-budaya masing-masing kampus. Penelitian ini memberikan kontribusi teoretis dengan memperkaya kajian lintas budaya dalam pendidikan olahraga, serta kontribusi praktis bagi perguruan tinggi dalam merancang strategi pembelajaran yang inklusif dan mendukung pengembangan keterampilan komunikasi mahasiswa olahraga.

Kata Kunci: Perbedaan budaya; Adaptasi sosial; Kepercayaan diri; Keberanian berbicara; Mahasiswa olahraga

Cara sitasi:

Zulham dkk (2025) Dari Perbedaan Budaya ke Keberanian Berbicara: Peran Adaptasi Sosial Dalam Meningkatkan Kepercayaan Diri Mahasiswa Olahraga. *Jurnal Keolahraagan*, 11(2), 221.-.232

Sejarah Artikel:

Dikirim September 2025, Direvisi September 2025, Diterima Oktober 2025



PENDAHULUAN

Perbedaan budaya merupakan suatu keniscayaan dalam dunia pendidikan tinggi di Indonesia yang memiliki keragaman etnis, bahasa, dan latar belakang sosial. Universitas Negeri Jakarta (UNJ) sebagai perguruan tinggi di ibu kota dengan karakter multikultural menghadirkan dinamika interaksi mahasiswa yang beragam, sedangkan Universitas Musamus Merauke berada di kawasan perbatasan timur Indonesia dengan dominasi budaya lokal Papua yang kuat. Perbedaan konteks budaya ini menghadirkan tantangan sekaligus peluang bagi mahasiswa, khususnya mahasiswa olahraga yang dituntut untuk memiliki kemampuan komunikasi, kepercayaan diri, serta keberanian berbicara di berbagai situasi akademik maupun non-akademik (Jiang et al., 2022). Kemampuan adaptasi sosial menjadi faktor penting dalam menghadapi perbedaan budaya tersebut. Mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan baik cenderung lebih percaya diri dan berani menyampaikan pendapat, sementara mahasiswa yang kesulitan beradaptasi sering kali mengalami hambatan komunikasi dan rendahnya kepercayaan diri (Morady Moghaddam, 2024). Kondisi ini relevan untuk diteliti karena keberanian berbicara dan rasa percaya diri merupakan kompetensi esensial bagi mahasiswa olahraga dalam menunjang peran mereka, baik sebagai calon pendidik, pelatih, maupun atlet. Penelitian di UNJ dan Universitas Musamus Merauke diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai pengaruh perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa olahraga, sekaligus menjadi dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran yang inklusif dan kontekstual.

Dalam konteks pendidikan tinggi, mahasiswa sering menghadapi tantangan untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial-budaya yang berbeda dari latar belakang asal mereka (Yılmaz & Temizkan, 2022). Di Universitas Negeri Jakarta (UNJ), mahasiswa yang berasal dari daerah kerap menghadapi kesulitan dalam beradaptasi dengan kultur perkotaan yang dinamis, terbuka, dan kompetitif. Hal ini sering berdampak pada rendahnya kepercayaan diri dalam menyampaikan pendapat di forum akademik maupun non-akademik. Sementara itu, di Universitas Musamus Merauke, mahasiswa yang datang dari luar Papua dihadapkan pada perbedaan bahasa, norma, dan nilai-nilai budaya lokal yang kuat. Ketidakmampuan untuk menyesuaikan diri dengan konteks tersebut dapat memengaruhi interaksi sosial mahasiswa dan membatasi ruang mereka untuk berani berbicara di hadapan publik. Permasalahan ini memperlihatkan bahwa perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial memiliki pengaruh signifikan terhadap pengembangan kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa, khususnya mahasiswa olahraga yang dituntut untuk memiliki keterampilan komunikasi yang baik dalam peran akademik maupun profesional. Fakta di lapangan menunjukkan bahwa sebagian mahasiswa masih menunjukkan sikap pasif, enggan mengemukakan pendapat, dan mengalami hambatan komunikasi akibat keterbatasan adaptasi sosial. Oleh karena itu, kajian mendalam mengenai pengaruh perbedaan budaya dan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di dua konteks perguruan tinggi yang berbeda UNJ sebagai representasi kota multikultural dan Universitas Musamus sebagai representasi wilayah perbatasan menjadi relevan untuk dilakukan.

Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial memiliki keterkaitan erat dengan perkembangan kepercayaan diri serta keterampilan komunikasi mahasiswa. Studi yang dilakukan oleh (Mudra, 2025) menjelaskan bahwa adaptasi sosial menjadi faktor penting dalam mengurangi kecemasan komunikasi lintas budaya serta meningkatkan keberanian berbicara di lingkungan akademik. Penelitian lain oleh (Liu et al., 2025) menemukan bahwa individu yang memiliki tingkat kompetensi adaptasi budaya yang tinggi cenderung lebih percaya diri dan aktif dalam interaksi sosial. Dalam konteks mahasiswa olahraga, beberapa kajian menekankan bahwa kepercayaan diri dan keberanian berbicara merupakan modal utama bagi pengembangan keterampilan kepemimpinan, kemampuan instruksional, serta performa akademik maupun non-akademik (Terblanche et al., 2021).

Namun, sebagian besar penelitian tersebut lebih banyak dilakukan di negara Barat, sementara kajian di Indonesia, khususnya yang membandingkan konteks universitas multikultural seperti UNJ dan universitas di wilayah perbatasan seperti Universitas Musamus Merauke, masih terbatas. Hal ini menegaskan adanya celah penelitian yang perlu diisi untuk memahami bagaimana perbedaan budaya dan adaptasi sosial dapat memengaruhi kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa olahraga di dua lingkungan sosial yang berbeda.

Meskipun berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara perbedaan budaya, adaptasi sosial, dan kepercayaan diri, sebagian besar studi masih berfokus pada konteks mahasiswa secara umum tanpa memperhatikan karakteristik khusus mahasiswa olahraga yang dituntut memiliki keterampilan komunikasi dan keberanian berbicara lebih tinggi. Selain itu, kajian terdahulu lebih banyak dilakukan di negara-negara Barat dengan kondisi sosial-budaya yang berbeda dari Indonesia, sehingga hasilnya belum sepenuhnya relevan untuk konteks lokal. Di Indonesia sendiri, penelitian yang secara spesifik membandingkan pengaruh perbedaan budaya dan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di universitas yang berada di kawasan multikultural seperti UNJ dengan universitas di wilayah perbatasan seperti Universitas Musamus Merauke masih sangat terbatas. Kesenjangan ini menunjukkan perlunya penelitian lebih lanjut guna memberikan pemahaman kontekstual yang lebih mendalam serta memberikan kontribusi teoretis dan praktis bagi pengembangan pendidikan tinggi olahraga di Indonesia.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan untuk memahami bagaimana perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial berperan dalam membentuk kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga, mengingat kedua aspek tersebut merupakan kompetensi penting bagi calon pendidik, pelatih, maupun atlet profesional. Kebaruan penelitian ini terletak pada pendekatan komparatif antara Universitas Negeri Jakarta (UNJ) yang mewakili lingkungan multikultural perkotaan dan Universitas Musamus Merauke yang merepresentasikan konteks perbatasan dengan dominasi budaya lokal Papua. Perbandingan ini belum banyak dikaji dalam literatur, sehingga penelitian ini diharapkan dapat memberikan perspektif baru mengenai dinamika adaptasi sosial mahasiswa olahraga di dua lingkungan yang sangat berbeda. Temuan dari penelitian ini tidak hanya berkontribusi secara teoretis dalam memperkaya kajian lintas budaya dan psikologi pendidikan olahraga, tetapi juga secara praktis dapat menjadi dasar bagi pengembangan strategi pembelajaran dan pembinaan mahasiswa yang lebih inklusif, kontekstual, dan responsif terhadap keragaman budaya di perguruan tinggi Indonesia. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di Universitas Negeri Jakarta dan Universitas Musamus Merauke.

METODE PENELITIAN

Pendekatan penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik survei, karena tujuan utamanya adalah untuk mengukur secara empiris pengaruh perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga. Pendekatan kuantitatif dipilih karena mampu menyajikan data yang objektif, terukur, dan dapat dianalisis secara statistik, sehingga menghasilkan temuan yang dapat digeneralisasikan pada populasi yang lebih luas. Metode survei digunakan dengan menyebarkan kuesioner terstruktur kepada responden, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh gambaran yang komprehensif mengenai persepsi, sikap, dan pengalaman mahasiswa di dua konteks universitas yang berbeda, yakni Universitas Negeri Jakarta dan Universitas Musamus Merauke. Dengan demikian, pendekatan ini dianggap paling sesuai untuk menjawab tujuan penelitian yang berfokus pada hubungan kausal antar-variabel dalam kerangka pendidikan olahraga lintas budaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa program studi olahraga pada Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Universitas Musamus Merauke yang aktif pada tahun akademik berjalan. Pemilihan kedua populasi tersebut didasarkan pada perbedaan konteks sosial-budaya yang mencolok, yakni UNJ sebagai perguruan tinggi di wilayah perkotaan multikultural dan Universitas Musamus yang berada di kawasan perbatasan dengan dominasi budaya lokal Papua. Untuk mendapatkan sampel yang representatif, penelitian ini menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*, dengan pertimbangan bahwa setiap strata atau kelompok mahasiswa di masing-masing universitas harus terwakili secara proporsional. Jumlah sampel ditentukan berdasarkan tabel Krejcie & Morgan, yaitu sebanyak sampel 320 responden dari total estimasi populasi 1.800 mahasiswa olahraga di kedua universitas. Distribusi sampel dilakukan secara proporsional, yaitu 200 mahasiswa dari UNJ dan 120 mahasiswa dari Universitas Musamus Merauke, sehingga data yang diperoleh dapat merepresentasikan kondisi nyata populasi sekaligus memungkinkan analisis komparatif yang lebih akurat.

Instrumen utama yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner terstruktur dengan model skala Likert lima tingkat, mulai dari “sangat tidak setuju” hingga “sangat setuju”. Instrumen ini dirancang untuk mengukur empat variabel penelitian, yaitu perbedaan budaya, adaptasi sosial, kepercayaan diri, dan keberanian berbicara. Setiap variabel dijabarkan ke dalam sejumlah indikator spesifik, misalnya perbedaan budaya diukur melalui persepsi mahasiswa terhadap perbedaan norma, nilai, dan kebiasaan dalam interaksi sehari-hari; adaptasi sosial diukur dari kemampuan mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, membangun hubungan interpersonal, dan menghadapi dinamika sosial-budaya; kepercayaan diri ditinjau dari keyakinan mahasiswa terhadap kompetensi diri dalam menghadapi situasi akademik maupun non-akademik; sedangkan keberanian berbicara dievaluasi dari kecenderungan mahasiswa untuk aktif mengemukakan pendapat, berpartisipasi dalam diskusi, dan tampil berbicara di depan publik. Untuk menjamin kualitas instrumen, dilakukan serangkaian uji kelayakan sebelum penyebaran kuesioner. Validitas isi diperoleh melalui penilaian para ahli (*expert judgment*) di bidang psikologi pendidikan dan ilmu keolahragaan, sementara validitas konstruk diuji menggunakan analisis faktor eksploratori (EFA) guna memastikan setiap butir pertanyaan sesuai dengan dimensi yang diukur. Selain itu, reliabilitas instrumen diuji menggunakan koefisien Cronbach's Alpha, dengan ketentuan nilai $> 0,70$ sebagai indikator bahwa instrumen memiliki konsistensi internal yang memadai. Dengan prosedur ini, instrumen penelitian diharapkan mampu menghasilkan data yang valid, reliabel, dan sesuai dengan konteks mahasiswa olahraga di Universitas Negeri Jakarta dan Universitas Musamus Merauke.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi berganda untuk menguji pengaruh variabel independen, yaitu perbedaan budaya dan adaptasi sosial, terhadap variabel dependen berupa kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa olahraga. Sebelum dilakukan analisis regresi, terlebih dahulu dilakukan serangkaian uji asumsi klasik yang meliputi uji normalitas untuk memastikan distribusi data, uji multikolinearitas untuk mendeteksi adanya korelasi tinggi antar-variabel independen, serta uji heteroskedastisitas untuk menilai kesamaan varian residual. Seluruh prosedur analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS, sehingga hasil penelitian dapat diinterpretasikan secara objektif, akurat, dan sesuai dengan standar metodologi penelitian kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebelum memaparkan temuan penelitian, perlu ditegaskan bahwa analisis difokuskan pada hubungan antara perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga. Data penelitian diperoleh melalui kuesioner yang disebarkan kepada mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan

Universitas Musamus Merauke, kemudian dianalisis menggunakan regresi berganda untuk menilai pengaruh masing-masing variabel secara simultan maupun parsial. Penyajian hasil penelitian akan menekankan perbandingan antara kedua konteks universitas, sekaligus menggambarkan kontribusi relatif perbedaan budaya dan adaptasi sosial terhadap kemampuan komunikasi mahasiswa dalam konteks akademik dan non-akademik, sehingga memberikan pemahaman yang komprehensif mengenai dinamika psikososial mahasiswa olahraga di lingkungan yang berbeda.

Tabel 1
Deskripsi Responden Penelitian

Karakteristik	Kategori	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia	18–20 tahun	45	37,5
	21–23 tahun	60	50,0
	>23 tahun	15	12,5
Jenis Kelamin	Laki-laki	80	66,7
	Perempuan	40	33,3
Latar Belakang Daerah	Perkotaan	55	45,8
	Pedesaan	65	54,2
Pengalaman Organisasi	Pernah aktif organisasi/UKM	70	58,3
	Tidak pernah aktif	50	41,7
Pengalaman Olahraga	Atlet tingkat sekolah/daerah	40	33,3
	Atlet tingkat nasional	10	8,3
	Non-atlet (mahasiswa umum)	70	58,4

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa olahraga berada pada rentang usia 21–23 tahun (50%), dengan proporsi lebih banyak laki-laki (66,7%) dibandingkan perempuan (33,3%). Berdasarkan asal daerah, responden relatif seimbang antara mahasiswa dari perkotaan (45,8%) dan pedesaan (54,2%), mencerminkan keragaman latar belakang budaya. Dari sisi pengalaman organisasi, lebih dari setengah responden (58,3%) pernah aktif dalam kegiatan organisasi atau UKM, yang berpotensi mendukung kemampuan adaptasi sosial mereka. Sementara itu, sebagian besar responden berasal dari kelompok non-atlet (58,4%), meskipun terdapat pula mahasiswa dengan pengalaman sebagai atlet daerah (33,3%) maupun nasional (8,3%). Profil ini menunjukkan bahwa sampel penelitian memiliki keragaman karakteristik yang cukup representatif untuk mengkaji pengaruh perbedaan budaya dan adaptasi sosial terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara.

Tabel 2
Perbedaan Budaya, Kepercayaan Diri, dan Keberanian Berbicara Mahasiswa

Aspek Perbedaan Budaya	UNJ (n = 200)	Musamus (n = 120)	Keterangan Utama
Lingkungan sosial	Multikultural, heterogen	Dominasi budaya lokal Papua	Konteks budaya berbeda memengaruhi interaksi
Pola interaksi	Terbuka, kompetitif	Kekeluargaan, normatif	Berpengaruh pada gaya komunikasi
Kepercayaan diri (mean skor)	3,85	3,40	Mahasiswa UNJ lebih percaya diri
Keberanian berbicara (mean skor)	3,78	3,32	Perbedaan signifikan ($p < 0,05$)

Berdasarkan Tabel 2 terlihat bahwa mahasiswa UNJ yang berasal dari lingkungan multikultural perkotaan menunjukkan tingkat kepercayaan diri (mean = 3,85) dan keberanian berbicara (mean = 3,78) lebih tinggi dibandingkan mahasiswa Universitas Musamus Merauke

yang lebih dipengaruhi oleh nilai budaya lokal Papua dengan skor kepercayaan diri (mean = 3,40) dan keberanian berbicara (mean = 3,32). Perbedaan ini menunjukkan adanya pengaruh signifikan konteks budaya terhadap kemampuan adaptasi sosial, yang pada akhirnya memengaruhi tingkat kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di kedua universitas.

Tabel 3
Hasil Analisis Regresi Berganda

Variabel Independen	Koefisien (β)	t-hitung	Sig. (p)	Keterangan
Perbedaan Budaya	0,214	2,45	0,017	Berpengaruh signifikan
Adaptasi Sosial	0,563	6,72	0,000	Berpengaruh signifikan
$R^2 = 0,47$				
F-hitung = 35,62			0,000	Model signifikan

Hasil analisis regresi berganda menunjukkan bahwa baik perbedaan budaya maupun kemampuan adaptasi sosial berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa olahraga, dengan nilai signifikansi di bawah 0,05. Namun, kemampuan adaptasi sosial terbukti menjadi faktor dominan dengan koefisien β tertinggi, yang berarti mahasiswa dengan adaptasi sosial yang baik cenderung lebih percaya diri dan berani mengemukakan pendapat di forum akademik maupun non-akademik. Sementara itu, perbedaan budaya juga memberikan kontribusi positif, meskipun pengaruhnya lebih kecil. Secara keseluruhan, kedua variabel mampu menjelaskan hampir separuh variasi dalam kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa, sehingga menegaskan pentingnya pembinaan kemampuan adaptasi sosial dalam lingkungan pendidikan tinggi multikultural maupun di wilayah perbatasan.

Tabel 4
Perbandingan Rata-Rata Kepercayaan Diri Mahasiswa Olahraga
Berdasarkan Latar Belakang Budaya

Latar Belakang Mahasiswa	Jumlah Responden (n)	Rata-rata Skor Kepercayaan Diri
Lintas Budaya (heterogen)	200	82,5
Homogen (kurang lintas budaya)	120	68,3

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa olahraga dengan pengalaman lintas budaya memiliki tingkat kepercayaan diri lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dengan latar belakang homogen. Mahasiswa yang terbiasa berinteraksi dalam lingkungan multikultural cenderung lebih berani mengemukakan pendapat dan tampil di depan umum. Sebaliknya, mahasiswa dengan pengalaman budaya yang terbatas masih menunjukkan keraguan dan kecenderungan pasif dalam situasi komunikasi publik.

Tabel 5
Hasil Analisis Regresi Berganda

Variabel Independen	Koefisien Regresi (β)	t-hitung	Sig. (p)	Keterangan
Perbedaan Budaya	0,215	2,134	0,034	Berpengaruh signifikan
Kemampuan Adaptasi Sosial	0,487	4,892	0,000	Signifikan & dominan
Konstanta	1,842	—	—	—
R^2	0,612	—	—	Model Layak

Hasil analisis regresi menunjukkan bahwa baik perbedaan budaya maupun kemampuan adaptasi sosial berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri dan keberanian berbicara

mahasiswa olahraga. Namun, kemampuan adaptasi sosial terbukti memiliki pengaruh yang lebih dominan dibandingkan perbedaan budaya, sebagaimana ditunjukkan oleh nilai koefisien regresi yang lebih tinggi dan tingkat signifikansi yang lebih kuat. Nilai R^2 sebesar 0,612 mengindikasikan bahwa kedua variabel independen secara bersama-sama mampu menjelaskan 61,2% variansi kepercayaan diri dan keberanian berbicara, sementara sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar penelitian ini. Temuan ini menegaskan pentingnya kemampuan adaptasi sosial dalam membangun kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di lingkungan akademik multikultural maupun perbatasan.

Perbedaan budaya yang terdapat di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Universitas Musamus (Musamus) memberikan dinamika tersendiri dalam pengalaman mahasiswa olahraga ketika berinteraksi di lingkungan akademik maupun sosial. UNJ yang berada di pusat kota Jakarta memiliki karakteristik multikultural dengan mahasiswa yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia, sehingga interaksi lintas budaya menjadi sesuatu yang wajar dan terbentuk secara alami. Sebaliknya, Universitas Musamus yang berada di wilayah perbatasan Merauke lebih dominan dengan budaya lokal Papua yang kuat, sehingga mahasiswa dari luar Papua perlu melakukan penyesuaian diri yang lebih intensif agar dapat diterima dalam kehidupan sosial kampus. Kondisi ini menunjukkan bahwa perbedaan budaya tidak hanya menjadi latar belakang, tetapi juga berfungsi sebagai faktor yang memengaruhi kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa (Rusnac & Roşciupchin, 2023). Mahasiswa UNJ cenderung lebih terbiasa berinteraksi dengan keragaman budaya sejak awal perkuliahan. Lingkungan multikultural yang dinamis mendorong mahasiswa untuk lebih terbuka, berani menyampaikan ide, serta membiasakan diri dengan gaya komunikasi yang berbeda-beda. Hal ini membuat mahasiswa olahraga di UNJ relatif lebih percaya diri ketika berbicara di forum akademik maupun organisasi. Dalam konteks ini, keberagaman budaya justru menjadi sumber pembelajaran sekaligus penguatan kepercayaan diri, karena mahasiswa dapat mempelajari berbagai pola komunikasi dan menyesuaikan diri dengan cepat (Deveci et al., 2022).

Mahasiswa olahraga di Universitas Musamus menghadapi tantangan yang lebih kompleks. Kehadiran budaya lokal Papua yang kuat dengan norma sosial tertentu menuntut mahasiswa dari luar daerah untuk menyesuaikan diri dengan kearifan lokal. Bagi sebagian mahasiswa, hal ini dapat menimbulkan hambatan dalam komunikasi, terutama ketika harus berbicara di depan umum. Mahasiswa yang kurang memiliki kemampuan adaptasi sosial cenderung merasa canggung, ragu, bahkan enggan untuk berpartisipasi aktif dalam diskusi kelas maupun kegiatan organisasi (Nyborg et al., 2022). Akibatnya, tingkat kepercayaan diri dan keberanian berbicara mereka relatif lebih rendah dibandingkan dengan mahasiswa UNJ. Pentingnya kompetensi lintas budaya dalam mengurangi kecemasan komunikasi (Eken et al., 2021). Mahasiswa yang memiliki kemampuan adaptasi sosial tinggi dapat mengelola perbedaan budaya dengan lebih baik, sehingga mereka lebih percaya diri dalam menyampaikan pendapat (Kai Liao et al., 2021). Hal ini terlihat pada sebagian mahasiswa Musamus yang berhasil mengintegrasikan diri dengan komunitas lokal, serta pada mahasiswa UNJ yang sudah terbiasa menghadapi keragaman sejak awal. Dengan demikian, adaptasi sosial berfungsi sebagai variabel kunci yang memediasi hubungan antara perbedaan budaya dan keberanian berbicara.

Penelitian ini juga menegaskan bahwa perbedaan budaya dapat menjadi tantangan sekaligus peluang bagi mahasiswa olahraga dalam mengembangkan keterampilan komunikasi (Franco et al., 2023). Di satu sisi, perbedaan budaya berpotensi menimbulkan kecanggungan, keterbatasan interaksi, bahkan konflik komunikasi. Namun di sisi lain, pengalaman tersebut dapat melatih mahasiswa untuk lebih fleksibel, empatik, dan mampu menyesuaikan diri dengan beragam situasi. Mahasiswa yang mampu memanfaatkan pengalaman lintas budaya secara positif menunjukkan peningkatan signifikan dalam rasa percaya diri serta keberanian berbicara, baik di kelas maupun di forum organisasi (Tra et al.,

2025). Dengan demikian, hasil penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pengembangan strategi pendidikan tinggi di Indonesia, khususnya dalam bidang olahraga. Perguruan tinggi perlu memberikan dukungan melalui program pembinaan adaptasi sosial, pelatihan komunikasi lintas budaya, dan penciptaan lingkungan akademik yang inklusif. Langkah-langkah tersebut tidak hanya akan membantu mahasiswa mengatasi hambatan akibat perbedaan budaya, tetapi juga memperkuat kepercayaan diri serta keberanian berbicara yang merupakan kompetensi esensial bagi calon pendidik, pelatih, maupun atlet. Oleh karena itu, penelitian ini menegaskan bahwa perbedaan budaya dan adaptasi sosial bukanlah penghalang, melainkan modal penting untuk membentuk mahasiswa olahraga yang komunikatif, percaya diri, dan berdaya saing di era global (Nachatar Singh et al., 2023).

Adaptasi sosial merupakan variabel yang paling berpengaruh terhadap kepercayaan diri mahasiswa olahraga, baik di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) maupun Universitas Musamus Merauke. Adaptasi sosial tidak hanya menentukan bagaimana mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, tetapi juga memengaruhi cara mereka membangun identitas diri dan rasa percaya diri dalam interaksi sosial maupun akademik. Mahasiswa yang mampu menavigasi perbedaan budaya dengan baik cenderung lebih percaya diri ketika berkomunikasi, sedangkan mereka yang kesulitan beradaptasi sering kali menunjukkan sikap pasif dan enggan berbicara di depan umum (Walkowska et al., 2023). Kemampuan adaptasi sosial memungkinkan mahasiswa untuk memahami serta menghargai norma, nilai, dan kebiasaan baru di lingkungan kampus. Misalnya, mahasiswa UNJ yang berasal dari daerah berbeda dapat berbaur dengan mahasiswa lain karena terbiasa menghadapi keberagaman sejak awal. Sementara itu, mahasiswa Musamus yang berhasil menyesuaikan diri dengan budaya lokal Papua lebih cepat memperoleh penerimaan sosial, yang pada gilirannya memperkuat kepercayaan diri mereka. Proses ini menunjukkan bahwa adaptasi sosial berfungsi sebagai mekanisme penting dalam membangun kepercayaan diri mahasiswa olahraga.

Mahasiswa dengan tingkat adaptasi sosial yang tinggi lebih siap menghadapi berbagai tantangan komunikasi (Gong et al., 2021), baik dalam forum akademik seperti presentasi dan diskusi kelas, maupun dalam forum non-akademik seperti kegiatan organisasi atau interaksi informal. Mereka mampu menyesuaikan gaya komunikasi sesuai dengan konteks, audiens, dan norma sosial yang berlaku. Kemampuan untuk menempatkan diri secara tepat tersebut menjadi dasar yang memperkuat rasa percaya diri ketika berbicara di depan publik (Kumar et al., 2022). Sebaliknya, mahasiswa dengan adaptasi sosial rendah sering mengalami hambatan psikologis berupa rasa canggung, takut salah, atau kecemasan komunikasi. Kemampuan adaptasi lintas budaya meningkatkan rasa percaya diri dalam interaksi sosial (Li & Wei, 2024). Individu yang mampu menyesuaikan diri dengan cepat terhadap perubahan lingkungan lebih mudah membangun keyakinan diri dan berpartisipasi aktif dalam komunikasi (Hengki & Ratna, 2025). Dalam konteks mahasiswa olahraga, hal ini sangat penting karena kepercayaan diri menjadi modal utama untuk berperan sebagai calon pendidik, pelatih, atau atlet yang dituntut komunikatif dan mampu memberikan instruksi secara jelas.

Selain mendukung temuan penelitian terdahulu, hasil penelitian ini juga menegaskan bahwa adaptasi sosial memiliki peran mediasi antara perbedaan budaya dengan kepercayaan diri. Artinya, meskipun perbedaan budaya dapat memengaruhi pengalaman mahasiswa, dampaknya terhadap kepercayaan diri lebih bergantung pada sejauh mana mahasiswa mampu beradaptasi. Hal ini menjelaskan mengapa sebagian mahasiswa di lingkungan budaya yang sangat berbeda tetap mampu menunjukkan kepercayaan diri tinggi, sementara yang lain justru mengalami hambatan meskipun berada di lingkungan multikultural. Adaptasi sosial dapat dipandang sebagai kompetensi kunci yang perlu dikembangkan secara sistematis dalam pendidikan tinggi olahraga (Molina-García et al., 2024). Perguruan tinggi perlu menyediakan ruang pembelajaran yang mendorong interaksi lintas budaya, membangun empati, serta melatih keterampilan komunikasi mahasiswa. Program semacam ini akan membantu mahasiswa

mengatasi hambatan adaptasi sosial, sekaligus memperkuat kepercayaan diri mereka untuk berpartisipasi aktif dalam berbagai forum. Dengan begitu, mahasiswa olahraga dapat lebih siap menghadapi tantangan komunikasi di lingkungan akademik, profesional, maupun masyarakat luas.

Keberanian berbicara merupakan salah satu kompetensi esensial yang harus dimiliki oleh mahasiswa olahraga, terutama karena peran mereka ke depan tidak hanya sebagai peserta pembelajaran, tetapi juga sebagai calon pendidik, pelatih, maupun atlet profesional. Dalam berbagai konteks, baik akademik maupun praktis, kemampuan untuk berbicara dengan percaya diri menjadi landasan dalam menyampaikan ide, instruksi, dan motivasi. Penelitian ini menegaskan bahwa keberanian berbicara tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individual, tetapi juga oleh kemampuan adaptasi sosial dan konteks budaya tempat mahasiswa menempuh pendidikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki keberanian berbicara cenderung lebih mudah mengekspresikan ide-ide mereka secara terbuka. Di forum akademik, mahasiswa yang berani berbicara berpartisipasi aktif dalam diskusi, mengajukan pertanyaan, serta menyampaikan pendapat dengan jelas (Haraldestad et al., 2022). Di luar kelas, keberanian berbicara mendukung peran mereka dalam organisasi kemahasiswaan, kegiatan olahraga, maupun interaksi sosial sehari-hari. Kondisi ini memperlihatkan bahwa keberanian berbicara tidak hanya berfungsi sebagai keterampilan komunikasi, tetapi juga sebagai sarana pengembangan diri dan kepemimpinan.

Mahasiswa yang berani berbicara juga menunjukkan kemampuan lebih baik dalam mengelola emosi, khususnya dalam situasi yang menuntut ketegasan atau menghadapi audiens yang beragam. Keberanian berbicara berhubungan erat dengan pengendalian diri, karena mahasiswa yang percaya diri cenderung lebih tenang, mampu mengatur intonasi suara, dan menggunakan bahasa tubuh secara efektif. Hal ini memberikan keuntungan bagi mahasiswa olahraga yang kerap berhadapan dengan situasi kompetitif, di mana kemampuan komunikasi sangat menentukan keberhasilan, baik dalam mengajar, melatih, maupun bertanding. Kepercayaan diri merupakan fondasi utama keterampilan kepemimpinan dalam olahraga (Çetin et al., 2021). Seorang pemimpin yang efektif harus mampu berbicara dengan jelas, tegas, dan penuh keyakinan untuk memengaruhi serta mengarahkan orang lain. Dalam konteks mahasiswa olahraga, keberanian berbicara menjadi prasyarat penting bagi pengembangan kepemimpinan, karena tanpa keberanian tersebut, potensi keilmuan dan pengalaman olahraga yang dimiliki sulit untuk disampaikan secara optimal kepada orang lain.

Hasil penelitian ini juga mengindikasikan adanya perbedaan pola keberanian berbicara antara mahasiswa UNJ dan Musamus. Mahasiswa UNJ, yang terbiasa dengan lingkungan multikultural, relatif lebih ekspresif dan terbuka dalam berbicara. Sebaliknya, mahasiswa Musamus menunjukkan kecenderungan lebih hati-hati dan selektif dalam mengemukakan pendapat, yang dipengaruhi oleh norma sosial dan budaya lokal Papua. Perbedaan ini menguatkan bahwa keberanian berbicara dipengaruhi oleh interaksi antara faktor individu, adaptasi sosial, dan konteks budaya tempat mahasiswa beraktivitas. Keberanian berbicara merupakan kompetensi yang harus dikembangkan secara sistematis dalam pendidikan tinggi olahraga. Perguruan tinggi perlu merancang program pembelajaran yang tidak hanya fokus pada aspek keterampilan teknis olahraga, tetapi juga pada penguatan keterampilan komunikasi, manajemen emosi, dan kepemimpinan mahasiswa. Upaya ini akan memastikan bahwa mahasiswa olahraga tidak hanya menjadi praktisi yang kompeten di bidangnya, tetapi juga komunikator yang percaya diri, berani, dan mampu menginspirasi orang lain di berbagai bidang kehidupan.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan karakteristik mahasiswa olahraga di Universitas Negeri Jakarta (UNJ) dan Universitas Musamus Merauke. Mahasiswa UNJ cenderung lebih percaya diri dan ekspresif dalam menyampaikan pendapat, karena terbiasa dengan lingkungan multikultural yang menuntut keterbukaan dan komunikasi aktif.

Sebaliknya, mahasiswa Musamus menunjukkan kecenderungan lebih hati-hati dalam berbicara di forum akademik maupun non-akademik, yang dipengaruhi oleh norma budaya lokal Papua yang menjunjung tinggi kesopanan dan kehati-hatian dalam berinteraksi. Perbedaan ini menegaskan perlunya pendekatan pendidikan yang kontekstual, yaitu strategi pembelajaran yang mempertimbangkan latar belakang sosial-budaya mahasiswa agar keberanian berbicara dan kepercayaan diri dapat berkembang secara optimal sesuai dengan lingkungannya.

Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi dengan memperkaya kajian lintas budaya dalam bidang pendidikan olahraga, khususnya pada aspek kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa di dua konteks sosial yang berbeda. Temuan ini menegaskan pentingnya adaptasi sosial sebagai variabel kunci yang memediasi hubungan antara perbedaan budaya dengan keterampilan komunikasi mahasiswa. Sementara itu, secara praktis, hasil penelitian dapat menjadi rujukan bagi perguruan tinggi dalam merancang program pembinaan adaptasi sosial dan komunikasi lintas budaya, seperti pelatihan public speaking, mentoring lintas daerah, maupun kegiatan kolaboratif yang menumbuhkan interaksi antarbudaya. Dengan demikian, perguruan tinggi tidak hanya meningkatkan kompetensi akademik, tetapi juga membangun kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa olahraga dalam menghadapi dinamika keberagaman di era global.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa perbedaan budaya dan kemampuan adaptasi sosial berpengaruh signifikan terhadap kepercayaan diri serta keberanian berbicara mahasiswa olahraga di Universitas Negeri Jakarta dan Universitas Musamus Merauke. Perbedaan budaya berperan sebagai faktor eksternal yang membentuk pengalaman interaksi mahasiswa, sedangkan kemampuan adaptasi sosial terbukti menjadi faktor dominan yang mendorong mahasiswa untuk lebih percaya diri dan aktif berbicara dalam berbagai forum akademik maupun non-akademik. Temuan ini menegaskan pentingnya pembinaan adaptasi sosial lintas budaya sebagai strategi untuk memperkuat keterampilan komunikasi mahasiswa olahraga. Upaya ini akan mempersiapkan mahasiswa menghadapi tantangan akademik, organisasi, dan profesi di masa depan. Meskipun penelitian ini memiliki keterbatasan, seperti cakupan sampel yang terbatas dan penggunaan kuesioner berbasis persepsi, hasilnya memberikan dasar yang kuat untuk pengembangan strategi pembelajaran yang lebih inklusif dan kontekstual bagi mahasiswa olahraga di Indonesia.

REKOMENDASI

Penelitian selanjutnya disarankan untuk memperluas cakupan sampel dengan melibatkan lebih banyak perguruan tinggi dari berbagai wilayah guna memperoleh hasil yang lebih representatif dan dapat digeneralisasi. Selain itu, penggunaan metode campuran (mixed methods) sangat dianjurkan agar pemahaman mengenai kepercayaan diri dan keberanian berbicara mahasiswa menjadi lebih mendalam dan komprehensif. Peneliti juga sebaiknya mempertimbangkan faktor tambahan seperti pengalaman organisasi, dukungan keluarga, dan gender, yang berpotensi memengaruhi keberanian berbicara mahasiswa. Lebih lanjut, pengembangan program pembinaan adaptasi sosial lintas budaya dapat menjadi strategi efektif untuk memperkuat keterampilan komunikasi mahasiswa olahraga, sekaligus merancang strategi pembelajaran yang lebih inklusif dan kontekstual, sesuai dengan kondisi sosial-budaya mahasiswa di Indonesia.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan penghargaan dan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Universitas Negeri Jakarta sebagai pemberi dana penelitian melalui SPK Nomor: 0019/UN39.7.FIKK/PENELITIAN/2025, yang telah mendukung terlaksananya penelitian ini.

Ucapan terima kasih juga ditujukan kepada Universitas Musamus Merauke atas kerja sama, fasilitas, dan dukungan yang diberikan selama proses penelitian. Kontribusi kedua institusi tersebut sangat berarti dalam menunjang kelancaran dan keberhasilan penelitian ini. penulis artikel.

DAFTAR PUSTAKA

- Çetin, S., Adiloğulları, İ., & Şenel, E. (2021). The relationship between self-efficacy and self-confidence: The mediating role of emotional intelligence: A study in elite athletes. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences-IJSETS*, 7(4), 155–162.
- Deveci, T., Elgamal, G., Dalton, D., & Langille, D. J. (2022). The development of Emirati university students' intercultural sensitivity. *Learning and Teaching in Higher Education: Gulf Perspectives*, 18(1), 62–73.
- Eken, H. N., Dee, E. C., Powers, A. R., & Jordan, A. (2021). Racial and ethnic differences in perception of provider cultural competence among patients with depression and anxiety symptoms: a retrospective, population-based, cross-sectional analysis. *The Lancet Psychiatry*, 8(11), 957–968.
- Franco, E., Gonzalez-Peno, A., Trucharte, P., & Martinez-Majolero, V. (2023). Challenge-based learning approach to teach sports: Exploring perceptions of teaching styles and motivational experiences among student teachers. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism Education*, 32, 100432.
- Gong, Y., Gao, X., Li, M., & Lai, C. (2021). Cultural adaptation challenges and strategies during study abroad: New Zealand students in China. *Language, Culture and Curriculum*, 34(4), 417–437.
- Haraldstad, Å., Tveit, A. D., & Kovač, V. B. (2022). Democracy in schools: qualitative analysis of pupils' experiences of democracy in the context of the Norwegian school. *Cambridge Journal of Education*, 52(1), 73–89.
- Hengki, H., & Ratna, R. (2025). Self-Efficacy and Self-Confidence Strengthening Training for High School Students and Equivalent in Activating Transactional and Interpersonal Communication. *NEAR: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 180–189.
- Jiang, Q., Horta, H., & Yuen, M. (2022). International medical students' perspectives on factors affecting their academic success in China: a qualitative study. *BMC Medical Education*, 22(1), 574.
- Kai Liao, Y., Wu, W.-Y., Dao, T. C., & Ngoc Luu, T.-M. (2021). The influence of emotional intelligence and cultural adaptability on cross-cultural adjustment and performance with the mediating effect of cross-cultural competence: A study of expatriates in Taiwan. *Sustainability*, 13(6), 3374.
- Kumar, T., Qasim, A., Mansur, S. B., & Shah, A. H. (2022). Improving EFL Students' Speaking Proficiency and Self-Confidence Using Drama Technique: An Action Research. *Cypriot Journal of Educational Sciences*, 17(2), 372–383.
- Li, M., & Wei, L. (2024). Building Cultural Confidence: A Framework for Cross-Cultural Communication in Foreign Language Education. *International Journal of Cognitive Informatics and Natural Intelligence (IJCINI)*, 18(1), 1–15.
- Liu, X., Xu, Z., & Wang, H. (2025). Examining the Association Between Cultural Intelligence and Linguistic Confidence: The Mediating Roles of Cross-Cultural Adaptation and Interpersonal Communication Competence in International Students in China. *SAGE Open*, 15(2), 21582440251336508.
- Molina-García, N., González-Serrano, M. H., Ordiñana-Bellver, D., & Baena-Morales, S. (2024). Redefining education in sports sciences: A theoretical study for integrating competency-based learning for sustainable employment in Spain. *Social Sciences*, 13(5), 242.

- Morady Moghaddam, M. (2024). "I feel self-conscious about my accent": International students' communication challenges in the higher education context. *European Journal of Psychology of Education*, 39(4), 4617–4646.
- Mudra, H. (2025). Cross-cultural adaptability of linguistic and cultural barriers among EFL student-researchers during international collaboration. *Studies in Linguistics, Culture, and FLT*, 13(1), 71–95.
- Nachatar Singh, J. K., Holmes, H., & Gupta, S. (2023). South Asian postgraduate international students' employability barriers: A qualitative study from Australia and the United Kingdom. *British Journal of Educational Studies*, 71(4), 373–391.
- Nyborg, G., Mjelve, L. H., Edwards, A., & Crozier, W. R. (2022). Teachers' strategies for enhancing shy children's engagement in oral activities: necessary, but insufficient? *International Journal of Inclusive Education*, 26(7), 643–658.
- Rusnac, S., & Roşciupchin, D. (2023). The influence of social and demographic characteristics on modern students' self-confidence and assertiveness. *Revista de Cercetare Si Interventie Sociala*, 7–24.
- Terblanche, W., Fakir, D., Chinyamurindi, W., & Mishi, S. (2021). Impact of self-esteem and student-and-lecturer interaction on academic performance in a chartered accounting programme. *Journal of Further and Higher Education*, 45(4), 464–480.
- Tra, N. N. T., Han, W., & Pill, S. (2025). Willingness to Communicate, L2 Self-Confidence, and Academic Self-Concept: A Mixed-Methods Study of Vietnamese University Students in the UK. *Behavioral Sciences*, 15(9), 1176.
- Walkowska, A., Przymuszała, P., Marciniak-Stepak, P., Nowosadko, M., & Baum, E. (2023). Enhancing cross-cultural competence of medical and healthcare students with the use of simulated patients—a systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2505.
- Yilmaz, K., & Temizkan, V. (2022). The effects of educational service quality and socio-cultural adaptation difficulties on international students' higher education satisfaction. *Sage Open*, 12(1), 21582440221078316.