

ABSTRAK

Salah satu tujuan dari institusi pendidikan adalah menciptakan generasi yang sehat. Kesehatan merupakan hal yang perlu diperhatikan khususnya di Perguruan Tinggi seperti Universitas Airlangga yang memiliki mahasiswa lintas budaya. Salah satu hal yang dapat memberikan dampak kesehatan baik dari segi fisik, mental, dan sosial bagi mahasiswa yaitu gegar budaya yang dapat dialami oleh mahasiswa bukan etnis Jawa. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis mekanisme koping perilaku sehat mahasiswa Universitas Airlangga bukan etnis Jawa yang mengalami gegar budaya.

Metode penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dan bersifat observasional. Penentuan informan dengan *purposive sampling* dengan salah satu kriteria yaitu melihat derajat gegar budaya. Setelah itu, dilakukan wawancara mendalam kepada informan, dilanjutkan dengan FGD sebagai triangulasi.

Hasil penelitian didapatkan tujuh orang informan yang dominan berasal dari luar Pulau Jawa. Hasil dari variabel penilaian primer didapatkan dominan informan merasa parah dan rentan terhadap gegar budaya. Penilaian sekunder menunjukkan hasil bahwa informan merasa mampu mengendalikan kejadian gegar budaya dan emosi akibat gegar budaya. Sebagian besar informan melakukan upaya koping manajemen dampak kesehatan dengan pemecahan masalah dan upaya koping regulasi emosi dengan pengingkaran masalah. Dukungan sosial telah didapatkan dari teman dan masyarakat sekitar yang dominan dalam upaya koping manajemen dampak kesehatan. Selanjutnya, hampir seluruh adaptasi perilaku kesehatan yang dilakukan bersifat adaptif.

Kesimpulan dari penelitian yaitu sebagian besar mahasiswa bukan etnis Jawa yang mengalami gegar budaya di Universitas Airlangga telah melakukan mekanisme koping perilaku sehat.

Kata kunci: gegar budaya, mahasiswa bukan etnis Jawa, mekanisme koping, perilaku sehat.