



## Anxiety dan Uncertainty dalam Dinamika Adaptasi Tokoh Moko: Analisis Teori AUM dalam Film Satu Kakak Tujuh Ponakan

Sukarelawati<sup>1\*</sup>, Fadhila Achmad Taqqiya<sup>2</sup>, Agustini<sup>3</sup>

<sup>1-3</sup>Sains Komunikasi, Universitas Djuanda, Indonesia

\*Penulis korespondensi: [fadhiltqgya1@gmail.com](mailto:fadhiltqgya1@gmail.com)<sup>1</sup>

**Abstract.** *This study aims to analyze the dynamics of anxiety and uncertainty in the adaptation process of the character Moko in the film Satu Kakak Tujuh Ponakan using the Anxiety/Uncertainty Management (AUM) theory. This research employs a qualitative approach with content analysis as the method, focusing on film as a media text. Data were collected through repeated viewing, dialogue transcription, and documentation of scenes that represent the psychological condition and social interactions of the main character. The findings reveal that Moko experiences culture shock due to a sudden change in social roles within the family, which leads to high levels of anxiety and uncertainty in the initial phase. This condition results in ineffective interpersonal communication and the emergence of conflicts. Over time, Moko demonstrates an adaptation process through emotional regulation, increased social understanding, and adjustments in communication style. From the perspective of AUM theory, successful adaptation is indicated by the individual's ability to manage anxiety and uncertainty within optimal levels, allowing communication to become more effective and interpersonal relationships to develop more harmoniously. This study highlights that culture shock does not only occur in cross-cultural contexts but can also emerge in intra-cultural settings, such as changes in family structure and social roles.*

**Keywords:** *Adaptation; Anxiety; AUM Theory; Communication; Uncertainty*

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika kecemasan (anxiety) dan ketidakpastian (uncertainty) dalam proses adaptasi tokoh Moko pada film Satu Kakak Tujuh Ponakan melalui pendekatan teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM). Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode analisis isi terhadap teks media berupa film. Data dikumpulkan melalui observasi berulang, transkripsi dialog, serta dokumentasi adegan yang merepresentasikan kondisi psikologis dan interaksi sosial tokoh utama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Moko mengalami culture shock akibat perubahan peran sosial secara mendadak dalam keluarga, yang memunculkan tingkat kecemasan dan ketidakpastian yang tinggi pada fase awal. Kondisi tersebut berdampak pada ketidakefektifan komunikasi interpersonal dan munculnya konflik. Seiring berjalannya waktu, Moko menunjukkan proses adaptasi melalui pengelolaan emosi, peningkatan pemahaman sosial, serta penyesuaian gaya komunikasi. Dalam perspektif teori AUM, keberhasilan adaptasi ditandai dengan kemampuan individu dalam menjaga tingkat anxiety dan uncertainty pada batas optimal sehingga komunikasi menjadi lebih efektif dan hubungan interpersonal menjadi lebih harmonis. Penelitian ini menegaskan bahwa fenomena culture shock tidak hanya terjadi dalam konteks lintas budaya geografis, tetapi juga dalam konteks intra-kultural, seperti perubahan struktur dan peran dalam keluarga.

**Kata kunci:** Adaptasi; Anxiety; Komunikasi; Teori AUM; Uncertainty

### 1. LATAR BELAKANG

Perubahan dinamika sosial dalam kehidupan modern tidak hanya terjadi pada tingkat masyarakat luas, tetapi juga dalam lingkup keluarga sebagai unit sosial terkecil. Pergeseran peran yang terjadi secara tiba-tiba dalam keluarga sering kali menimbulkan tekanan psikologis dan ketidakseimbangan komunikasi antarindividu. Dalam konteks ini, komunikasi antarbudaya tidak lagi terbatas pada interaksi lintas negara atau etnis, melainkan juga mencakup perbedaan nilai, ekspektasi, dan pola komunikasi dalam satu lingkungan sosial yang sama (Samovar et al., 2017)

Salah satu fenomena yang kerap muncul akibat perubahan tersebut adalah culture shock, yaitu kondisi psikologis yang ditandai dengan kebingungan, kecemasan, dan ketidaknyamanan ketika individu menghadapi situasi sosial yang tidak familiar (Oberg, 1960). Dalam perkembangan kajian komunikasi, culture shock tidak hanya dipahami sebagai akibat perpindahan geografis, tetapi juga sebagai respon terhadap perubahan peran sosial yang signifikan dalam kehidupan individu (Ward et al., 2020).

Film Satu Kakak Tujuh Ponakan merepresentasikan fenomena tersebut melalui tokoh Moko yang mengalami perubahan peran secara drastis, dari seorang individu muda menjadi figur pengganti orang tua bagi tujuh keponakannya. Perubahan ini memunculkan berbagai tantangan, baik secara emosional maupun komunikasi, yang ditandai dengan munculnya kecemasan (anxiety) dan ketidakpastian (uncertainty) dalam menjalankan peran baru. Kondisi ini menunjukkan bahwa Moko tidak hanya menghadapi tuntutan tanggung jawab, tetapi juga mengalami proses adaptasi sosial yang kompleks.

Dalam perspektif komunikasi antarbudaya, fenomena tersebut dapat dianalisis menggunakan teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM) yang dikemukakan oleh Gudykunst. Teori ini menekankan bahwa efektivitas komunikasi sangat bergantung pada kemampuan individu dalam mengelola tingkat kecemasan dan ketidakpastian dalam interaksi sosial (Gudykunst, 2018). Ketika tingkat anxiety dan uncertainty berada pada batas optimal, individu cenderung mampu berkomunikasi secara lebih efektif dan adaptif. Sebaliknya, ketidakmampuan dalam mengelola kedua aspek tersebut dapat menghambat proses komunikasi dan memperburuk konflik interpersonal.

Dalam konteks film ini, dinamika yang dialami Moko mencerminkan bagaimana anxiety dan uncertainty memengaruhi proses adaptasi dalam hubungan keluarga. Interaksi yang awalnya dipenuhi ketegangan dan kesalahpahaman secara bertahap berkembang menjadi lebih stabil seiring dengan kemampuan Moko dalam menyesuaikan diri dan mengelola kondisi psikologisnya. Hal ini menunjukkan bahwa proses adaptasi tidak terjadi secara instan, melainkan melalui tahapan yang melibatkan pengalaman, pembelajaran, serta penyesuaian komunikasi.

Penelitian ini menjadi penting karena memberikan perspektif baru bahwa fenomena culture shock dan dinamika komunikasi antarbudaya dapat terjadi dalam konteks intra-kultural, khususnya dalam keluarga. Selain itu, kajian ini juga memperkuat relevansi teori AUM dalam menjelaskan proses adaptasi komunikasi dalam situasi perubahan peran sosial.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana kecemasan dan ketidakpastian memengaruhi dinamika adaptasi tokoh Moko dalam

film Satu Kakak Tujuh Ponakan melalui pendekatan teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM).

## **2. KAJIAN TEORITIS**

### **Komunikasi Antarbudaya dalam Konteks Intra-Kultural**

Komunikasi antarbudaya pada dasarnya merujuk pada proses pertukaran pesan antara individu yang memiliki latar belakang budaya berbeda, baik dari segi nilai, norma, maupun pola perilaku (Samovar et al., 2017). Namun, dalam perkembangan kajian komunikasi, konsep ini tidak hanya terbatas pada perbedaan budaya secara geografis atau etnis, melainkan juga mencakup perbedaan perspektif, pengalaman, serta peran sosial dalam satu lingkungan yang sama.

Dalam konteks keluarga, perubahan peran dapat menciptakan “perbedaan budaya mikro” yang memengaruhi cara individu berkomunikasi. Perbedaan ini muncul dari ketidaksesuaian ekspektasi, pola interaksi, serta posisi sosial antar anggota keluarga. Oleh karena itu, komunikasi antarbudaya juga relevan digunakan untuk menganalisis dinamika komunikasi dalam keluarga yang mengalami perubahan struktur atau peran (Cangara, 2024).

### **Culture Shock sebagai Proses Psikologis dan Sosial**

Culture shock merupakan kondisi psikologis yang dialami individu ketika menghadapi situasi sosial yang tidak familiar, yang ditandai dengan perasaan bingung, cemas, dan tidak nyaman (Oberg, 1960). Culture shock tidak hanya melibatkan aspek emosional, tetapi juga kognitif dan perilaku, yang memengaruhi cara individu memahami dan merespons lingkungan baru (Ward et al., 2020).

Secara umum, culture shock terdiri dari beberapa tahapan, yaitu:

- a. Honeymoon Stage – fase awal yang relatif positif
- b. Crisis Stage – munculnya stres, kecemasan, dan konflik
- c. Adjustment Stage – mulai terjadi penyesuaian
- d. Adaptation Stage – individu mampu berfungsi secara efektif

Dalam penelitian ini, fenomena culture shock tidak terjadi akibat perpindahan budaya secara geografis, melainkan akibat perubahan peran sosial dalam keluarga. Moko mengalami kondisi tersebut ketika harus beradaptasi dengan tanggung jawab baru sebagai figur orang tua, sehingga memunculkan tekanan psikologis dan konflik komunikasi.

### **Teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM)**

Teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM) yang dikemukakan oleh Gudykunst menjelaskan bahwa efektivitas komunikasi antarbudaya dipengaruhi oleh kemampuan individu

dalam mengelola dua faktor utama, yaitu kecemasan (anxiety) dan ketidakpastian (uncertainty) (Gudykunst, 2018).

- a. Anxiety (Kecemasan) merujuk pada perasaan gelisah atau tidak nyaman yang muncul dalam situasi interaksi sosial.
- b. Uncertainty (Ketidakpastian) berkaitan dengan ketidakmampuan individu dalam memprediksi sikap, perilaku, atau respons orang lain.

Teori ini menekankan bahwa komunikasi akan berjalan efektif apabila tingkat kecemasan dan ketidakpastian berada dalam batas optimal. Jika terlalu tinggi, individu cenderung mengalami hambatan komunikasi, seperti kesalahpahaman, konflik, atau bahkan menghindari interaksi. Sebaliknya, jika dapat dikelola dengan baik, individu mampu beradaptasi dan membangun hubungan yang lebih harmonis.

Dalam konteks penelitian ini, teori AUM digunakan untuk menganalisis bagaimana Moko menghadapi tekanan emosional dan ketidakpastian dalam menjalankan peran barunya, serta bagaimana ia secara bertahap mengelola kondisi tersebut dalam interaksi dengan keponakannya.

### **Adaptasi Komunikasi dalam Perspektif Antarbudaya**

Adaptasi komunikasi merupakan proses dinamis di mana individu menyesuaikan diri terhadap lingkungan baru melalui interaksi sosial, pembelajaran, serta negosiasi makna (Kim, 2017). Proses ini melibatkan perubahan pada aspek kognitif, emosional, dan perilaku individu.

Dalam konteks komunikasi antarbudaya, adaptasi tidak hanya berarti penyesuaian terhadap lingkungan, tetapi juga kemampuan individu dalam memahami perspektif orang lain dan membangun kesepahaman bersama. Adaptasi komunikasi biasanya ditandai dengan:

- a. Perubahan gaya komunikasi
- b. Peningkatan empati
- c. Kemampuan mengelola konflik
- d. Penyesuaian peran sosial

Pada tokoh Moko, proses adaptasi terlihat dari perubahan cara berkomunikasi yang awalnya kaku dan penuh tekanan menjadi lebih terbuka, empatik, dan suportif. Hal ini menunjukkan bahwa adaptasi komunikasi menjadi kunci dalam mengatasi culture shock dan membangun hubungan interpersonal yang lebih efektif.

### **Keterkaitan Antara Culture Shock, AUM, dan Adaptasi**

Culture shock, teori AUM, dan adaptasi komunikasi memiliki keterkaitan yang erat dalam menjelaskan dinamika interaksi sosial. Culture shock menjadi kondisi awal yang

memicu munculnya kecemasan dan ketidakpastian. Selanjutnya, teori AUM menjelaskan bagaimana kedua faktor tersebut memengaruhi efektivitas komunikasi.

Proses adaptasi kemudian menjadi hasil dari kemampuan individu dalam mengelola anxiety dan uncertainty. Dengan kata lain, keberhasilan adaptasi sangat ditentukan oleh kemampuan individu dalam menjaga keseimbangan emosional dan memahami situasi sosial yang dihadapi.

Dalam penelitian ini, keterkaitan tersebut terlihat jelas pada perjalanan tokoh Moko, di mana ia mengalami culture shock, menghadapi kecemasan dan ketidakpastian, serta akhirnya mampu beradaptasi melalui komunikasi interpersonal yang lebih efektif.

### **3. METODE PENELITIAN**

#### **Pendekatan dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian analisis isi (content analysis). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada pemaknaan fenomena sosial yang direpresentasikan dalam teks media, yaitu film. Analisis isi digunakan untuk mengidentifikasi, mengkategorikan, dan menginterpretasikan makna yang terkandung dalam adegan, dialog, serta ekspresi tokoh (Creswell, 2018).

#### **Objek dan Subjek Penelitian**

Objek penelitian ini adalah film Satu Kakak Tujuh Ponakan yang ditayangkan melalui platform Netflix.

Adapun subjek penelitian difokuskan pada tokoh Moko sebagai karakter utama yang mengalami dinamika culture shock dan proses adaptasi. Analisis juga mencakup interaksi Moko dengan anggota keluarga sebagai konteks komunikasi interpersonal.

#### **Unit Analisis**

Unit analisis dalam penelitian ini dibagi menjadi dua, yaitu:

##### **Unit Analisis Primer**

- a. Dialog yang diucapkan tokoh Moko
- b. Ekspresi nonverbal (gestur, mimik wajah, intonasi)
- c. Tindakan yang mencerminkan kecemasan dan ketidakpastian

##### **Unit Analisis Sekunder**

- a. Interaksi antar tokoh dalam keluarga
- b. Situasi konflik dan dinamika hubungan interpersonal
- c. Konteks sosial yang melatarbelakangi perubahan peran

Unit analisis ini digunakan untuk mengidentifikasi indikator anxiety, uncertainty, serta bentuk adaptasi komunikasi yang dilakukan tokoh Moko.

### **Teknik Pengumpulan Data**

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa teknik, yaitu:

a. Observasi Teks Media (Film)

Peneliti melakukan penayangan film secara berulang (*repeated viewing*) untuk memahami alur cerita, karakter, serta dinamika komunikasi yang terjadi.

b. Dokumentasi

Data dikumpulkan dengan cara mencatat dan mentranskripsikan dialog, serta mendokumentasikan adegan-adegan yang relevan dengan fokus penelitian.

c. Studi Literatur

Pengumpulan data sekunder dilakukan melalui buku dan jurnal ilmiah yang berkaitan dengan *culture shock*, komunikasi antarbudaya, dan teori AUM.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada model interaktif (Miles & Huberman, 2003). yang meliputi:

a. Reduksi Data

Menyeleksi dan memfokuskan data yang relevan dengan indikator anxiety, uncertainty, dan adaptasi komunikasi.

b. Penyajian Data (Data Display)

Data yang telah dikategorikan disajikan dalam bentuk deskripsi naratif untuk memudahkan pemahaman pola yang muncul.

c. Penarikan Kesimpulan

Menginterpretasikan data berdasarkan teori AUM untuk menjawab rumusan masalah penelitian.

### **Teknik Validasi Data**

Untuk memastikan keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi teori, yaitu membandingkan temuan penelitian dengan berbagai perspektif teori, seperti:

a. Teori Culture Shock

b. Teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM)

c. Teori Adaptasi Komunikasi

Triangulasi ini bertujuan untuk meningkatkan validitas dan memperkuat interpretasi hasil penelitian.

### **Fokus Analisis Penelitian**

Penelitian ini secara spesifik difokuskan pada:

- a. Identifikasi bentuk anxiety (kecemasan) yang dialami tokoh Moko.
- b. Identifikasi bentuk uncertainty (ketidakpastian) dalam interaksi komunikasi.
- c. Analisis proses adaptasi komunikasi berdasarkan teori AUM.
- d. Keterkaitan antara culture shock dan dinamika komunikasi interpersonal.

## **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Manifestasi Anxiety (Kecemasan) pada Tokoh Moko**

Hasil analisis menunjukkan bahwa tokoh Moko mengalami tingkat kecemasan yang cukup tinggi pada fase awal perubahan peran. Kecemasan ini muncul sebagai respons terhadap tuntutan tanggung jawab yang tiba-tiba, terutama dalam menjalankan fungsi sebagai figur orang tua bagi keponakannya.

Secara verbal, kecemasan Moko terlihat dari dialog yang menunjukkan keraguan dan ketidaksiapan dalam mengambil keputusan. Sementara secara nonverbal, hal tersebut ditunjukkan melalui ekspresi tegang, intonasi yang tidak stabil, serta gestur defensif.

Dalam perspektif teori AUM, kondisi ini mencerminkan tingginya tingkat anxiety yang berada di atas batas optimal, sehingga menghambat efektivitas komunikasi (Gudykunst, 2018). Moko cenderung menunjukkan respons emosional yang reaktif, seperti mudah marah atau menarik diri dari interaksi, yang berdampak pada munculnya kesalahpahaman dalam komunikasi interpersonal.

Seiring berjalannya waktu, tingkat kecemasan Moko mengalami penurunan. Hal ini terlihat dari perubahan sikap yang lebih tenang dan kemampuan dalam mengontrol emosi ketika menghadapi konflik. Penurunan anxiety ini menjadi indikator awal dari proses adaptasi komunikasi yang lebih efektif.

### **Manifestasi Uncertainty (Ketidakpastian) dalam Interaksi Sosial**

Selain kecemasan, Moko juga mengalami tingkat ketidakpastian yang tinggi, terutama dalam memahami peran barunya serta memprediksi respons dari anggota keluarga. Ketidakpastian ini terlihat dari kebingungan Moko dalam menentukan sikap yang tepat, apakah harus bersikap sebagai kakak atau sebagai orang tua.

Dalam interaksi dengan keponakannya, Moko sering mengalami kesulitan dalam membaca situasi dan memahami kebutuhan emosional mereka. Hal ini menyebabkan komunikasi menjadi kurang efektif dan sering memicu konflik interpersonal.

Menurut teori AUM, ketidakpastian yang tinggi dapat menghambat kemampuan individu dalam memprediksi perilaku orang lain, sehingga meningkatkan risiko kesalahpahaman (Gudykunst, 2018). Dalam kasus Moko, kondisi ini terlihat dari seringnya terjadi miskomunikasi dan respon yang tidak sesuai dengan situasi.

Namun, seiring meningkatnya pengalaman interaksi, Moko mulai mampu mengurangi tingkat ketidakpastian. Ia mulai memahami karakter masing-masing keponakannya, sehingga dapat menyesuaikan cara berkomunikasi secara lebih tepat. Hal ini menunjukkan adanya proses pembelajaran sosial yang berperan dalam mengurangi uncertainty.

### **Dinamika Anxiety dan Uncertainty dalam Proses Culture Shock**

Temuan penelitian menunjukkan bahwa anxiety dan uncertainty merupakan dua aspek utama yang memperkuat pengalaman culture shock yang dialami Moko.

Pada fase awal (crisis stage), kedua aspek tersebut berada pada tingkat yang tinggi, sehingga memunculkan tekanan emosional, konflik interpersonal, dan ketidakefektifan komunikasi. Kondisi ini mencerminkan ketidakseimbangan dalam pengelolaan anxiety dan uncertainty sebagaimana dijelaskan dalam teori AUM.

Memasuki fase penyesuaian (adjustment stage), terjadi perubahan signifikan di mana Moko mulai mampu mengelola kecemasan dan mengurangi ketidakpastian melalui pengalaman dan interaksi berulang.

Pada fase adaptasi (adaptation stage), anxiety dan uncertainty berada pada tingkat yang lebih stabil dan terkendali. Hal ini memungkinkan Moko untuk berkomunikasi secara lebih efektif dan membangun hubungan yang lebih harmonis dengan anggota keluarga.

Dengan demikian, dinamika culture shock dalam penelitian ini tidak dapat dilepaskan dari kemampuan individu dalam mengelola kedua aspek tersebut.

### **Strategi Pengelolaan Anxiety dan Uncertainty (AUM) oleh Moko**

Berdasarkan analisis, terdapat beberapa strategi yang dilakukan Moko dalam mengelola anxiety dan uncertainty, yaitu: Pengendalian Emosi (Emotional Regulation): Moko mulai mengurangi respons emosional yang berlebihan dan lebih mampu mengontrol reaksi dalam situasi konflik. Hal ini berkontribusi pada menurunnya tingkat kecemasan. Peningkatan Pemahaman Sosial (Social Understanding): Melalui interaksi yang berulang, Moko mulai memahami karakter, kebutuhan, dan pola perilaku keponakannya. Hal ini membantu mengurangi ketidakpastian dalam komunikasi. Negosiasi Peran Sosial: Moko secara bertahap membangun identitas baru sebagai figur orang tua, yang ditunjukkan melalui perubahan sikap, tanggung jawab, dan pola komunikasi. Adaptasi Gaya Komunikasi: Perubahan gaya

komunikasi terlihat dari: Lebih terbuka dalam berdialog; Lebih empatik terhadap kondisi emosional; Lebih tegas dalam menetapkan aturan

Strategi-strategi tersebut menunjukkan bahwa keberhasilan komunikasi sangat bergantung pada kemampuan individu dalam mengelola anxiety dan uncertainty secara seimbang.

### **Komunikasi Interpersonal sebagai Media Adaptasi**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa komunikasi interpersonal menjadi sarana utama dalam proses adaptasi Moko. Interaksi yang awalnya dipenuhi ketegangan berkembang menjadi lebih terbuka dan suportif.

Dalam perspektif AUM, komunikasi yang efektif terjadi ketika individu mampu menjaga keseimbangan antara kecemasan dan ketidakpastian dalam batas optimal. Moko menunjukkan perkembangan tersebut melalui peningkatan kualitas interaksi, seperti kemampuan mendengarkan, memahami perspektif orang lain, serta membangun kepercayaan.

Dengan demikian, komunikasi interpersonal tidak hanya berfungsi sebagai alat pertukaran informasi, tetapi juga sebagai mekanisme adaptasi dalam menghadapi perubahan sosial.

### **Implikasi Teoritis**

Temuan penelitian ini memperkuat teori AUM dengan menunjukkan bahwa: Anxiety dan uncertainty merupakan faktor kunci dalam menentukan efektivitas komunikasi. Pengelolaan kedua aspek tersebut bersifat dinamis dan berkembang seiring pengalaman. Konteks intra-kultural, seperti keluarga, juga dapat menjadi ruang terjadinya komunikasi antarbudaya.

Selain itu, penelitian ini memperluas konsep culture shock dengan menunjukkan bahwa fenomena tersebut dapat terjadi tanpa perpindahan budaya geografis, melainkan akibat perubahan peran sosial yang signifikan.

## **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Penelitian ini menunjukkan bahwa tokoh Moko dalam film Satu Kakak Tujuh Ponakan mengalami dinamika culture shock yang dipicu oleh perubahan peran sosial secara mendadak dalam lingkungan keluarga. Perubahan tersebut menimbulkan tekanan psikologis yang ditandai dengan munculnya kecemasan (anxiety) dan ketidakpastian (uncertainty) dalam proses komunikasi interpersonal.

Berdasarkan analisis menggunakan teori Anxiety/Uncertainty Management (AUM), ditemukan bahwa pada fase awal, tingkat anxiety dan uncertainty Moko berada di atas batas optimal, sehingga menghambat efektivitas komunikasi dan memicu konflik interpersonal. Seiring berjalannya waktu, Moko menunjukkan kemampuan adaptasi melalui pengelolaan emosi, peningkatan pemahaman terhadap lingkungan sosial, serta penyesuaian gaya komunikasi.

Proses adaptasi tersebut berlangsung secara bertahap, mulai dari fase krisis hingga mencapai tahap adaptasi yang lebih stabil. Pada tahap ini, Moko mampu mengelola kecemasan dan ketidakpastian dalam batas optimal, sehingga komunikasi menjadi lebih efektif dan hubungan interpersonal dalam keluarga menjadi lebih harmonis.

Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa keberhasilan adaptasi dalam komunikasi antarbudaya sangat dipengaruhi oleh kemampuan individu dalam mengelola anxiety dan uncertainty. Selain itu, temuan ini juga memperluas pemahaman bahwa fenomena culture shock dapat terjadi dalam konteks intra-kultural, khususnya dalam dinamika keluarga yang mengalami perubahan struktur dan peran sosial.

### **Saran**

**Saran Teoretis:** Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian komunikasi antarbudaya dalam konteks intra-kultural dengan menggunakan perspektif teori lain sebagai pembanding, seperti teori adaptasi budaya atau komunikasi interpersonal. Hal ini bertujuan untuk memperkaya pemahaman mengenai dinamika komunikasi dalam keluarga.

**Saran Praktis:** Bagi individu yang mengalami perubahan peran dalam keluarga, penting untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola kecemasan dan ketidakpastian agar komunikasi tetap efektif. Selain itu, diperlukan sikap empati, keterbukaan, dan kemampuan memahami perspektif orang lain dalam membangun hubungan yang harmonis.

**Saran Akademis:** Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa atau peneliti lain dalam mengkaji fenomena culture shock dan adaptasi komunikasi berbasis media film, khususnya dengan menggunakan pendekatan teori AUM.

**Saran untuk Media dan Industri Film:** Film sebagai media representasi sosial diharapkan dapat terus menghadirkan narasi yang menggambarkan dinamika komunikasi secara realistis, sehingga dapat menjadi sarana edukasi bagi masyarakat dalam memahami pentingnya komunikasi interpersonal dan adaptasi sosial.

**DAFTAR REFERENSI**

- Alyaa'Ulmuna, Nasikhin, N., & Mustopa, M. (2025). Pendidikan jiwa generasi Z: Solusi Ibnu Sina atas anxiety dari perspektif filsafat Islam. *Akhlak: Jurnal Pendidikan Agama Islam dan Filsafat*, 2(3), 41–49. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v2i3.853>
- Ariesna, Y. D., Baderan, D. W. K., & Hamidun, M. S. (2025). Analisis dampak sosial dan lingkungan dari konflik tenurial di kawasan hutan Kecamatan Popayato. *Konstruksi: Publikasi Ilmu Teknik, Perencanaan Tata Ruang dan Teknik Sipil*, 3(3), 28–35. <https://doi.org/10.61132/konstruksi.v3i3.853>
- Cangara, H. (2024). *Pengantar ilmu komunikasi* (Edisi terbaru). RajaGrafindo Persada.
- Creswell, J. W. (2018). *Qualitative inquiry and research design*. SAGE Publications.
- Fadia, Z., Maulita, Y., & Khair, H. (2025). Penerapan metode K-nearest neighbor untuk mengetahui tipe gangguan kecemasan berdasarkan faktor yang mempengaruhi. *Merkurius: Jurnal Riset Sistem Informasi dan Teknik Informatika*, 3(6), 41–58. <https://doi.org/10.61132/mercurius.v3i6.1137>
- Fauziah, A. A., Ahmad, F. N., & Manurung, A. S. (2025). Transformasi manajemen media massa dalam lanskap komunikasi modern. *Merkurius: Jurnal Riset Sistem Informasi dan Teknik Informatika*, 3(4), 81–87. <https://doi.org/10.61132/mercurius.v3i4.890>
- Gudykunst, W. B. (2018). *Bridging differences: Effective intergroup communication* (5th ed.). Sage Publications.
- Kim, Y. Y. (2017). *Cross-cultural adaptation*. Oxford University Press.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (2003). *Qualitative data analysis*.
- Nasution, Z. L., Gimnastiar, A., Ramadhan, M. W., & Abdillah, R. (2025). Memahami faktor psikologis dan fisiologis dalam mendesain UI yang ramah pengguna. *Neptunus: Jurnal Ilmu Komputer dan Teknologi Informasi*, 3(2), 43–50. <https://doi.org/10.61132/neptunus.v3i2.784>
- Oberg, K. (1960). Cultural shock: Adjustment to new cultural environments. *Practical Anthropology*, 7, 177–182.
- Quadsajul, A. S., Putri, R. D., Ramadhani, N., & Kurniati, K. (2025). Nusyuz suami dalam hukum Islam: Analisis dampak terhadap kehidupan keluarga. *Akhlak: Jurnal Pendidikan Agama Islam dan Filsafat*, 2(2), 90–104. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v2i2.637>
- Samovar, L. A., Porter, R. E., & McDaniel, E. R. (2017). *Communication between cultures* (9th ed.). Cengage Learning.
- Shalihah, M., & Khasanah, N. (2025). Pendidikan Islam dan perubahan sosial di Indonesia: Kajian fungsionalisme atas peran kebijakan dalam menjaga solidaritas sosial. *Akhlak: Jurnal Pendidikan Agama Islam dan Filsafat*, 2(4), 112–121. <https://doi.org/10.61132/akhlak.v2i4.1325>
- Suwandana, E. Y., Mandyartha, E. P., & Aditiawan, F. P. (2025). Sistem pakar untuk mendeteksi awal gangguan kecemasan pada remaja (anxiety disorder) menggunakan metode forward chaining. *Merkurius: Jurnal Riset Sistem Informasi dan Teknik Informatika*, 3(2), 36–47. <https://doi.org/10.61132/mercurius.v3i2.705>

- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2020). *The psychology of culture shock*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003070696>
- Wiguna, E., Permana, M., Oktaviani, N., & Dudayef, F. (2026). Revolusi teknologi informasi: Adaptasi masyarakat terhadap perubahan di era digital. *Saturnus: Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi*, 4(1), 64–70. <https://doi.org/10.61132/saturnus.v4i1.1392>