

## HUBUNGAN ANTARA *CULTURE SHOCK* DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA

Rizky Nabilah<sup>1\*</sup>, Nurmawati<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Bimbingan dan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,  
Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka

[1rizkynabilah19@gmail.com](mailto:rizkynabilah19@gmail.com), [2nurmawati@uhamka.ac.id](mailto:nurmawati@uhamka.ac.id)

### Abstrak

Mahasiswa dalam pencapaian cita-citnya dalam sebuah universitas mengalami berbagai permasalahan baik masalah pribadi, sosial yang menuntut mahasiswa harus mampu menyesuaikan diri dengan baik terutama dalam mencapai prestasi belajar yang baik. Penyesuaian diri yang harus di penuhi dengan baik dengan mahasiswa baik itu penyesuaian diri akademik, sosial dan penyesuaian diri dengan keragaman budaya. Penelitian ini bertujuan untuk menemukan dan mendeskripsikan hubungan *Culture Shock* dengan penyesuaian diri pada mahasiswa Program Studi Bimbingan dan Konseling FKIP UHAMKA. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif Korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 106 orang dengan penarikan sampel jenuh atau sampel dari keseluruhan populasi. Instrumen yang digunakan adalah skala model likert. Teknik analisis data menggunakan analisis *Pearson product moment* dengan menggunakan *SPSS Versi 26*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *Culture Shock* dengan Penyesuaian Diri mahasiswa BK FKIP UHAMKA.

**Kata Kunci :** Korelasi, Culture Shock, Penyesuaian Diri,

### Abstract

*Students in the achievement of their ideals in a university experience a variety of problems both personal and social problems that require students to be able to adapt well especially in achieving good learning performance. Self-sufficiency that should be well-filled with good students is an academic, social and self-adaptation of cultural diversity. This research aims to discover and describe the relationship of Culture Shock with self-adaptation in students of the FKIP UHAMKA Study Program. The approach used in this study is computational research with Correlational descriptive methods. The samples in this study were as many as 106 people with saturated samples or samples taken from the entire population. The instrument used is the likert model scale. Data analysis techniques use Pearson product moment analysis using SPSS version 26. The results of the study show that there is a positive and significant relationship between Culture Shock and Student Adjustment..*

**Keywords :** Correlation, Culture Shock, Self-Adjustment,

© 2023 Nama Penulis  
Under the license CC BY-SA 4.0

## **PENDAHULUAN**

Proses Penyesuaian diri merupakan sebuah proses yang harus terjadi dalam siklus kehidupan manusia, terutama dalam menghadapi situasi pertumbuhan dan perkembangan. Proses ini juga terjadi pada mahasiswa baru yang sedang berada pada kondisi dimana di harus menyesuaikan diri untuk berada dalam lingkungan baru di perguruan tinggi. Mahasiswa sesuai dengan tugas perkembangannya berada pada rentang usia remaja dengan rentang usia 18-23 tahun (Patton et al., 2016; Zuhri, 2023). Pada masa ini terjadi perubahan masa dan kondisi topan badi (*Strum and drang*), yang menggambarkan bentuk kebudayaan modern yang penuh dengan kondisi tantangan dan gejolak sebagai efek dari terjadi pertentangan nilai-nilai yang akan di temukan di lapangan (Beauchaine & Hinshaw, 2017; Orben et al., 2020).

Sebagai seorang remaja, mahasiswa dinilai memiliki tingkat intelektualitas yang tinggi, kecerdasan dalam berpikir dan kerencanaan dalam bertindak. Mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan belajar pada suatu perguruan tinggi (Sun & Wang, 2020). Pendidikan menjadi salah satu usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan cita-cita dan proses pembelajaran agar individu secara aktif dapat mengembangkan potensi didalam dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia dan keterampilan yang diperlukan secara pribadi maupun masyarakat (Rahman et al., 2022). Dalam hal ini pendidikan menjadi cara untuk menumbuhkan dan mengembangkan pembawaan diri yang baik mulai dari jasmani dan rohani sesuai dengan nilai-nilai yang ada didalam masyarakat dan kebudayaan.

Periodesasi tahun pertama perkuliahan sering dianggap sebagai periode yang paling sulit dan menyusahkan pada mahasiswa (Tomás et al., 2020). Pada periode ini, mahasiswa menghadapi berbagai permasalahan dan tantangan dalam lingkungan baru perkuliahan, sistem perkuliahan, metode pembelajaran yang berbeda dengan di SMA, materi kuliah, lingkungan sosial, perbedaan budaya dan lingkungan tempat tinggal yang baru. Hal ini akan semakin menjadi kondisi yang membingungkan ketika mahasiswa berasal dari kondisi latar belakang budaya dan bahasa yang beragam (Fanari et al., 2023). Oleh karena itu mahasiswa baru dituntut untuk mampu menenerima dan menempatkan diri dengan baik sesuai dengan lingkungan tempat mereka sekarang, terutama tentang seberapa baik mereka dapat mengatasi berbagai hambatan dan tantangan akan terjadinya perbedaan yang menjadi permasalahan tersebut salah satunya adalah bagaimana mahasiswa mampu menyesuaikan diri dengan baik (Liu, 2022; Sagita et al., 2013).

Penyesuaian diri merupakan sebuah upaya yang dilaksanakan oleh individu untuk mengurangi tekanan yang disebabkan oleh tuntutan kebutuhan dan untuk menyelaraskan hubungan mereka dengan kenyataan (Agustin, 2021). Pada pelaksanaan penyesuaian diri ini terjadi perubahan proses mental dan tingkah laku yang mencakup upaya seseorang untuk secara efektif mengatasi kebutuhan mereka sendiri. Dalam kehidupan sehari-hari, manusia selalu mengalami berbagai perasaan yang tidak menyenangkan. Apabila kesedihan, kekecewaan, atau keputusasaan meningkat dan mempengaruhi fungsi fisiologis dan psikologisnya, dikatakan tidak mampu menyesuaikan diri (Chemers et al., 2001; Hidayah, 2021).

Begitu juga dengan kehidupan mahasiswa di universitas dimana mahasiswa baru harus memiliki kesiapan secara psikologis maupun secara sosial. Penyesuaian diri dalam lingkungan universitas ini akan menuntut kemampuan mahasiswa untuk hidup dan berinteraksi secara wajar dan dengan baik terhadap lingkungannya, sehingga mahasiswa memperoleh kepuasan terhadap diri sendiri dan lingkungannya (Jamaluddin, 2020). Penyesuaian diri sangat diperlukan oleh semua orang khususnya remaja, kegocangan dan perubahan diri banyak dialami oleh remaja, sehingga tidak sedikit mahasiswa yang gagal dalam menyesuaikan diri di lingkungannya (Iflah & Listyasari, 2013).

Penyesuaian diri pada mahasiswa akan menciptkan kondisi keharmonisan antara seseorang mahasiswa dengan dirinya sendiri dan dengan elemen-elemen pendukung yang ada di sekitarnya (Brady-Amoon & Fuertes, 2011). Kemudian dalam mencapai keharmonisan tersebut mahasiswa juga dituntut untuk mampu menyesuaikan diri secara akademik, dimana mahasiswa dengan kemampuannya di harapkan mampu mengatasi tantangan sosial, psikologis, dan akademik selama transisi ke kehidupan perguruan tinggi (Van Rooij et al., 2018). Proses penyesuaian diri seorang mahasiswa akan mampu mengatasi stres, konflik, dan ketegangan serta memenuhi kebutuhan mereka. Dengan kata lain, penyesuaian diri ini dapat dianggap sebagai situasi atau kondisi di mana siswa merasa kebutuhan mereka telah terpenuhi dan perilaku mereka telah sesuai dengan kebutuhan lingkungan (Mutambara & Bhebe, 2012).

Berbagai hasil temuan penelitian telah dilaksanakan dalam menemukan bentuk-bentuk penyesuaian diri mahasiswa, faktor-faktor pendukung dan penghambat penyesuaian diri, serta aspek lain yang

berhubungan dengan penyesuaian diri oleh mahasiswa sebelumnya. Seperti hasil penelitian yang dilakukan sebelumnya menemukan bahwa berbagai faktor menjadi penyebab terjadinya permasalahan penyesuaian diri pada mahasiswa baik secara pribadi (Suharsono & Anwar, 2020), sosial (Muna, 2016), dan budaya (Mitasari & Istikomayanti, 2017). Berdasarkan hasil temuan tersebut salah satu yang menjadi menarik dalam penelitian ini adalah bagaimana penyesuaian diri mahasiswa baru yang di sebabkan oleh faktor budaya yang di kenal dengan "*Culture Shock*".

Ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan budaya baru akan membuat timbulnya perasaan takut dalam diri mahasiswa. Dimana, rasa takut diawali dalam menghadapi perubahan yang berbeda dari kebiasaan dilingkungan lama akan membutuhkan waktu untuk dapat menyesuaikan diri pada lingkungan budaya barunya di universitas. Ketidakmampuan ini juga dapat menjadi pemicu timbulnya *stressor* psikososial pada mahasiswa yang berdampak pada terjadinya hambatan dalam berkomunikasi, pertukaran emosi dan lebih mendalam lagi mengakibatkan perasaan tersingkan yang dapat memicu kecemasan, dimana kondisi ini disebut sebagai individu yang mengalami *culture shock* (Zhou et al., 2008). *Culture shock* menjadi salah satu reaksi individu pada lingkungan baru yang belum dikenalinya sehingga menimbulkan reaksi awal berupa cemas akibat individu kehilangan tanda-tanda yang dikenalnya di lingkungan lama (Bochner, 2003). Reaksi individu tersebut muncul dengan hal seperti merasakan, berperilaku, dan berpikir ketika menghadapi adanya budaya yang berbeda. *Culture shock* terjadi karena adanya ketidaksetaraan pandangan antara budaya satu dengan lainnya, sehingga membuat suatu budaya baru yang datang ke budaya lainnya mengalami kehilangan harapan atau

antisipasi terhadap kesamaan (Budiharjo, 2017; Salmah, 2016).

Kondisi *Culture shock* ini akan mampu diatasi apabila individu mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri dengan budaya tempat individu berada saat ini, sehingga terjalin komunikasi yang efektif dan lancar, perasaan lebih nyaman, serta permasalahan ketegangan akibat perbedaan budaya dapat terselesaikan (Samovar et al., 2014). *Culture Shock* terjadi dimana individu, tidak mengenal kebiasaan sosial dari *culture* baru, sehingga individu tersebut tidak dapat menampilkan perilaku yang sesuai dengan aturan di lingkungan barunya (Masturah, 2017).

Hasil penelitian Sicat yang berjudul “Foreign Students” Cultural Adjustment And Coping Strategies” menyebutkan bahwa mahasiswa baru seperti halnya pendatang atau pelancong, mereka harus menghadapi perbedaan budaya serta harus melakukan penyesuaian diri (Sicat, 2011). Penyesuaian sebagai proses terus menerus yang merupakan tuntutan dari situasi satu ke situasi lainnya yang tidak bisa terjadi hanya dalam satu malam. Banyak hal yang dapat mempengaruhi proses penyesuaian diri, seperti variabel-variabel komunikasi dalam akulterasi, yakni faktor personal (intrapersonal), seperti karakteristik personal, motivasi individu, persepsi individu, pengetahuan individu dan pengalaman sebelumnya, selain itu juga dipengaruhi oleh keterampilan (kecakapan) komunikasi individu dalam komunikasi sosial (antarpersonal) serta suasana lingkungan komunikasi budaya baru tersebut (Furnham, 2019; Sabirjanovna, 2023).

Selanjutnya, berdasarkan hasil wawancara dan observasi kepada beberapa Mahasiswa baru Program Studi Bimbingan dan Konseling serta beberapa Mahasiswa baru pada Program Studi lainnya di Universitas

Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, peneliti mendapatkan fakta yang dialami oleh beberapa Mahasiswa tersebut bahwa, sebagian dari Mahasiswa yang telah diwawancara oleh peneliti, mengalami kesulitan bergaul, mengajak bicara teman baru di kampus rasanya takut dan sangat sungkan untuk memulainya, serta rasa cemas yang muncul ketika ada perilaku yang berbeda pandangan dengan dirinya yang dilatar belakangi adanya perbedaan budaya pada setiap Mahasiswa. Dari keresahan tersebut maka peneliti sangat ingin meneliti dan mengetahui apakah semua Mahasiswa baru angkatan 2022 di Program Studi Bimbingan dan Konseling terdapat hubungan atau tidak. Maka dari itu peneliti mengangkat judul penelitian skripsi yaitu: Hubungan Antara *Culture Shock* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Tahun pertama Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka.

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini didapatkan dengan menggunakan teknik sampel jenuh dimana keseluruhan populasi dijadikan sampel dalam penelitian ini sebanyak 106 Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Instrumen yang digunakan adalah skala model likert dengan berpatokan pada variabel *Culture Shock* dilihat dari aspek: *Affect, Behaviour, Cognitions* dan pada variabel Penyesuaian Diri dilihat dari *Adaptation, Conformity, Mastery, Individual Variation*. Analisis data menggunakan *Pearson Product Moment* dengan pengolahan data menggunakan *SPSS Versi 26 for Windows*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Hasil**

#### **Penyesuaian Diri**

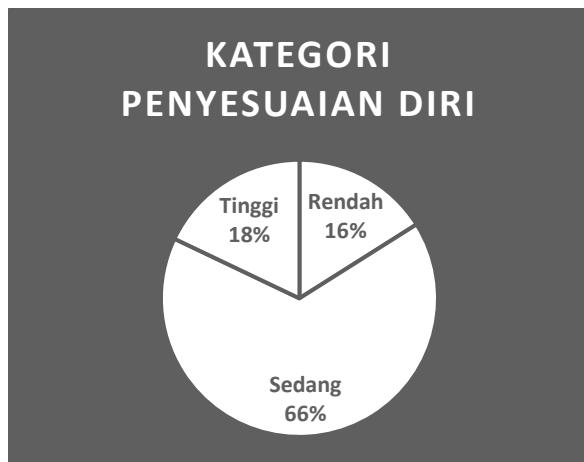
Data tentang Penyesuaian Diri telah diperoleh berdasarkan jawaban dari setiap butir pernyataan pada angket yang telah diisi oleh Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Hasil skor atau skor data yang didistribusikan ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil Deskriptif Penyesuaian Diri

| Descriptive Statistics |     |       |                |          |
|------------------------|-----|-------|----------------|----------|
|                        | N   | Mean  | Std. Deviation | Variance |
| PENYESUAIAN DIRI       | 106 | 84,41 | 12,320         | 151,786  |
| Valid N (listwise)     | 106 |       |                |          |

Berdasarkan tabel 1. diketahui nilai minimal Penyesuaian Diri adalah 60. Sedangkan nilai maksimal Penyesuaian Diri adalah 116. Diketahui juga nilai rata-rata (*Mean*) Penyesuaian Diri adalah 84,41 serta nilai simpangan baku atau standar deviasi Penyesuaian Diri adalah 12,320. Berdasarkan tabulasi data secara parsial dapat diketahui bahwa terdapat 19 Mahasiswa dengan kategori tinggi, 70 Mahasiswa dengan kategori sedang dan 17 Mahasiswa dengan kategori rendah pada Penyesuaian Diri.

Gambar 1. Persentase Kategorisasi Penyesuaian Diri



Berdasarkan gambar 1. dapat diketahui bahwa Mahasiswa dengan kategori tinggi memiliki persentase sebesar 18%, Mahasiswa dengan kategori sedang memiliki persentase sebesar 66% dan Mahasiswa dengan kategori rendah memiliki persentase sebesar 16% pada Penyesuaian Diri.

#### **Culture Shock**

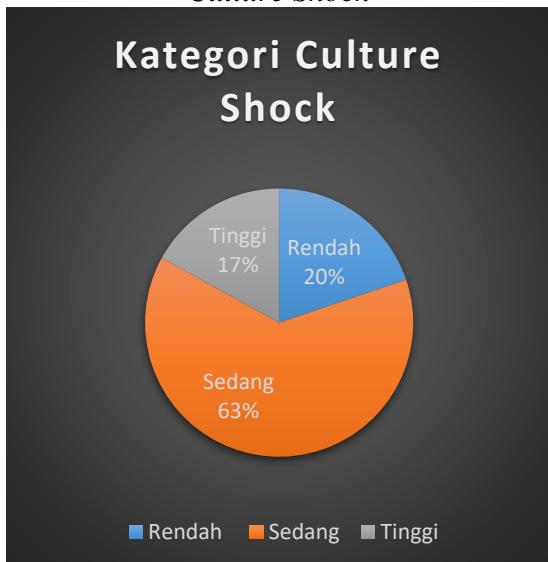
Data tentang *Culture Shock* telah diperoleh berdasarkan jawaban dari setiap butir pernyataan pada angket yang telah diisi oleh Mahasiswa Bimbingan dan Konseling Angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka. Hasil skor atau skor data yang didistribusikan melalui *google form* ditabulasikan sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Deskriptif *Culture Shock*

| Descriptive Statistics |     |       |                |          |
|------------------------|-----|-------|----------------|----------|
|                        | N   | Mean  | Std. Deviation | Variance |
| CULTURE SHOCK          | 106 | 76,08 | 12,555         | 157,632  |
| Valid N (listwise)     | 106 |       |                |          |

Berdasarkan tabel 2. diketahui nilai minimal *Culture Shock* adalah 48. Sedangkan nilai maksimal *Culture Shock* adalah 102. Diketahui juga nilai rata-rata (*Mean*) *Culture Shock* adalah 76,08 serta nilai simpangan baku atau standar deviasi *Culture Shock* adalah 12,555.

Gambar 2. Persentase Kategorisasi *Culture Shock*



Berdasarkan gambar 2. dapat diketahui bahwa Mahasiswa dengan kategori tinggi memiliki persentase sebesar 17%, Mahasiswa dengan kategori sedang memiliki persentase sebesar 63% dan Mahasiswa dengan kategori rendah memiliki persentase sebesar 20% pada variabel *Culture Shock*.

### Hubungan Penyesuaian diri dengan *Culture Shock*

Hasil uji korelasional pada penelitian *Culture Shock* dan Penyesuaian Diri dapat dikatakan variabel berkorelasi, jika nilai signifikan  $< 0,05$ . Sebaliknya, dikatakan variabel tidak berkorelasi, jika nilai signifikan  $> 0,05$ .

Tabel 3. Hasil Uji Korelasional

| Correlations        |        |
|---------------------|--------|
| Pearson Correlation | ,465** |
| Sig. (2-tailed)     | ,000   |
| N                   | 106    |

Berdasarkan tabel 3. hasil uji korelasional dengan menggunakan korelasi *product moment* SPSS 26. dapat diketahui nilai signifikan dari kedua variabel X dan variabel Y adalah sebesar 0,000. Maka dapat disimpulkan bahwa variabel X (*Culture Shock*) dan variabel Y (Penyesuaian Diri) adalah berkorelasi dengan nilai  $0,000 < 0,05$ . Berdasarkan pedoman derajat korelasi dapat diketahui jika dilihat dari  $r_{tabel}$  yaitu banyak data 106 dan tingkat signifikan 5% (0,05), sehingga nilai  $r_{tabel}$  0,189, maka hasil kedua kedua variabel X dan Y berhubungan karena  $0,465 > 0,189$  ( $Pearson\ Correlation > r_{tabel}$ ) dan dilihat dari tabel pedoman derajat korelasi dapat disimpulkan hubungan antara *Culture Shock* dengan Penyesuaian Diri memiliki hubungan positif yang berkorelasi sedang dengan nilai 0,465 dimana semakin tinggi *Culture Shock* maka semakin tinggi Penyesuaian Diri dan apabila semakin rendah *Culture Shock* maka semakin rendah juga Penyesuaian Diri.

### Pembahasan

Berdasarkan data penelitian terdapat 106 responden dari kedua variabel yaitu Penyesuaian Diri dan *Culture Shock*. Data yang diperoleh lalu diolah sehingga menghasilkan tiga kategori untuk masing-masing variabel diantaranya adalah Tinggi, Sedang dan Rendah. Dapat diketahui bahwa, data Penyesuaian Diri yang

memiliki nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 84,41 yang menjadikan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka memiliki tingkat yang tinggi. Hal ini dapat dijabarkan dengan perhitungan kategori yang dibuat. Penelitian menunjukkan pada variabel Penyesuaian Diri terdapat 19 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 18% dengan kategori tinggi, 70 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 66% dengan kategori sedang dan 17 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 16% dengan kategori rendah. Adapun perhitungan yang didapatkan berdasarkan data Penyesuaian Diri antara lain yaitu memiliki nilai rata-rata (*Mean*) 84,41 serta nilai simpangan baku atau standar deviasi Penyesuaian Diri adalah 12,320 dan nilai *variance* sebesar 151,786.

Penyesuaian diri akademik didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi kesulitan dan tantangan di lingkungan tempat ia belajar untuk mencapai keharmonisan dan keseimbangan (Jamaluddin, 2020). Permasalahan jenis penyesuaian diri yang lain terkait dengan bidang akademik. Subjek penelitian menghadapi masalah akademik ini ketika mereka harus mengikuti kuliah yang tidak sesuai dengan jurusan utama yang mereka pilih sebelumnya; ini berdampak pada motivasi mereka untuk belajar yang kurang. Selanjutnya proses penyesuaian diri perlu dilakukan oleh mahasiswa baru biasanya terkait dengan kondisi atau proses belajar yang berbeda dari kondisi atau prises belajar yang ada saat ini dan berbagai permasalahan yang akan mendukung mahasiswa dalam mencapai hasil belajar yang maksimal (Arum & Khoirunnisa, 2021). Davidoff mengemukakan bahwa penyesuaian diri merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh seorang individu dalam

mempertemukan tuntutan diri dengan lingkungannya. Hal ini sesuai dengan pemaknaan penyesuaian diri yang menjadi merupakan modifikasi dari sikap dan perilaku dalam menghadapi tuntutan lingkungan yang efektif dan efisien (Sagita et al., 2013).

Kemudian hasil parsial *Culture Shock* memiliki nilai rata-rata (*Mean*) sebesar 76,08 yang menjadikan *Culture Shock* pada Mahasiswa Bimbingan dan Konseling angkatan 2022 Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka memiliki tingkat yang tinggi. Hal ini dapat dijabarkan dengan perhitungan kategori yang dibuat. Penelitian menunjukkan pada variabel *Culture Shock* terdapat 18 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 17% dengan kategori tinggi, 67 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 63% dengan kategori sedang dan 21 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 20% dengan kategori rendah. Adapun perhitungan yang didapatkan berdasarkan data *Culture Shock* antara lain yaitu nilai rata-rata (*Mean*) *Culture Shock* adalah 76,08 serta nilai simpangan baku atau standar deviasi *Culture Shock* adalah 12,555 dan nilai *variance* sebesar 157,632.

Berdasarkan hasil tersebut terlihat bahwa *Culture Shock* menjadi salah satu masalah yang harus di entaskan dalam pencapaian hasil belajar yang maksimal pada mahasiswa. Dimana *culture shock* menjadikan kondisi kebingungan pada mahasiswa ketika di masuk suatu wilayah atau lingkungan baru yang mana lingkungan tersebut sangat berbeda dengan kebudayaan, gaya hidup, atau kebiasaan sehari-hari nya (Aguilera-Caracuel et al., 2015; Aguilera et al., 2018; Storey, 2018). Tentunya, hal ini akan berdampak pada terjadinya perubahan yang di alami tersebut dapat mengakibatkan seseorang mudah stress, cemas, serta berpotensi menjadi pengganggu bagi performa belajar mahasiswa di universitas

sehingga akan memungkinkan terjadi ketimpangan antara harapan dan kenyataaan di lapangan (Suryandari, 2012). Dengan demikian permasalahan culture Shock sangat berdampak pada penyesuaian diri mahasiswa di kampus terutama mahasiswa baru.

Selanjutnya, berdasarkan hasil pengujian hipotesis menggunakan *correlation product moment*. Analisis korelasi *product moment* bisa digunakan ketika data sudah berdistribusi normal dan linear. Analisis *correlation product moment* mempunyai pedoman interpretasi dimana sebagai penunjuk data yang kita olah mempunyai hubungan atau tidak mempunyai hubungan. Hasil yang diperoleh setelah melakukan analisis *correlation product moment* mendapatkan nilai signifikan sebesar  $0,000 < 0,05$  artinya kedua variabel berkorelasi dan nilai *pearson correlation* sebesar 0,465 artinya memiliki hubungan positif yang berkorelasi sedang, dimana semakin tinggi *Culture Shock* maka semakin tinggi Penyesuaian Diri dan apabila semakin rendah *Culture Shock* maka semakin rendah Penyesuaian Diri.

Sehubungan dengan korelasi yang positif signifikan antara *Culture Shock* dengan Penyesuaian Diri apabila *Culture Shock* tinggi maka Penyesuaian Diri akan tinggi. Pendapat ini juga dikuatkan oleh adanya aspek *Culture Shock Affect, Behaviour, Cognitions* (Ward et al., 2020) dan beberapa faktor *Culture Shock* yaitu faktor pergaulan, teknologi, geografis, bahasa keseharian, ekonomi, adat istiadat, dan agama (Mardiningrum & Larasati, 2021; Raja et al., 2023). Dimana ketika individu mengalami *Culture Shock* maka ketiga aspek tersebut dapat dikatakan sangat mempengaruhi kemampuan untuk melakukan penyesuaian diri dengan lingkungan barunya. Tambahan tentang hubungan *Culture Shock* dengan

Penyesuaian Diri dari penelitian Amalia, penelitian yang berjudul: "Hubungan *Culture Shock* Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Malaysia Di UIN Ar-Raniry Banda Aceh". Hasil penelitiannya menunjukkan terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *Culture Shock* dengan Penyesuaian Diri pada Mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Hasil analisis penelitian tersebut memiliki koefisien korelasi sebesar  $r = -0,357$  dan nilai  $p = 0,005$  artinya hubungan kedua variabel tersebut menunjukkan signifikan karena dikatakan signifikan apabila  $p < 0,05$ . Kondisi berdasarkan penelitian tersebut dapat dikatakan bahwa semakin tinggi *Culture Shock* yang dirasakan oleh Mahasiswa Malaysia maka semakin rendah Penyesuaian Diri (Amalia, 2020).

Hasil penelitian lain oleh Astrid , penelitian yang berjudul: "Hubungan Antara Gegar Budaya Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Bersuku Minang Di Universitas Diponegoro". Berdasarkan hasil uji hipotesis dengan menggunakan teknik analisis regresi sederhana menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan yang negatif dan signifikan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. Hasil uji hipotesis tersebut ditunjukan dengan angka koefisien korelasi antara gegar budaya dengan penyesuaian diri adalah sebesar  $r_{xy} = -0,643$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa arah kedua variabel adalah berlawanan, artinya semakin tinggi gegar budaya maka semakin rendah penyesuaian diri. Hal tersebut berlaku juga sebaliknya, semakin rendah gegar budaya maka akan semakin tinggi penyesuaian diri. Hasil penelitian ini membuktikan hipotesis yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa tahun

pertama bersuku Minang di Universitas Diponegoro dapat diterima (Siregar & Kustanti, 2020).

Dengan demikian Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sejumlah variabel mempengaruhi *Culture Shock* di antaranya kehilangan tanda atau isyarat yang dikenalnya, putus komunikasi antarpribadi yang menyebabkan kecemasan dan frustrasi, dan kehilangan identitas. *Culture Shock* ini dilakukan untuk menggambarkan respons individu yang dapat menyebabkan frustasi, depresi, atau ketidakjelasan saat bertemu dengan lingkungan baru. Shock budaya terdiri dari lima aspek, yaitu ketegangan dan perasaan cemas karena proses penyesuaian, perasaan kehilangan dan kekurangan keluarga, teman, dan status sosial, dan perasaan ditolak dan menolak lingkungan baru sehingga berdampak kepada ketidakmampuan mahasiswa dalam melakukan penyesuaian diri.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa bentuk *Culture Shock* dan upaya penyesuaian diri berbeda pada masing-masing informan. Ini dapat menjelaskan perbedaan dalam komptensi komunikasi antarbudaya antara orang-orang. Dalam hal ini, karakter individu, kemampuan berkomunikasi, kemampuan sosialisasi, dan pengalaman lintas budaya sangat memengaruhi pengalaman *Culture Shock* yang diterima. Namun, secara keseluruhan didasarkan pada kejadian *Culture Shock* yang dialami siswa. Proses adaptasi setiap individu berbeda-beda, hanya karena transisi dari setiap tahapannya. Sehingga dengan demikian diperlukan peranan dari berbagai pihak untuk mendukung terjadinya penyesuaian diri yang tepat dan pas pada mahasiswa

## SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan positif berkorelasi sedang antara Culture Shock dengan Penyesuaian Diri. Hal ini dibuktikan dengan perhitungan menggunakan analisis correlation product moment dengan nilai signifikan sebesar 0,000 ( $P<0,05$ ) dan nilai pearson correlation sebesar 0,465 artinya memiliki hubungan yang signifikan positif berkorelasi sedang, dimana semakin tinggi Culture Shock maka semakin tinggi Penyesuaian Diri. Penelitian menunjukkan pada variabel Penyesuaian Diri terdapat 19 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 18% dengan kategori tinggi, 70 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 66% dengan kategori sedang dan 17 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 16% dengan kategori rendah. Penelitian menunjukkan pada variabel Culture Shock terdapat 18 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 17% dengan kategori tinggi, 67 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 63% dengan kategori sedang dan 21 Mahasiswa memiliki persentase sebesar 20% dengan kategori rendah

## REFERENSI

- Aguilera-Caracuel, J., Guerrero-Villegas, J., Vidal-Salazar, M. D., & Delgado-Márquez, B. L. (2015). International cultural diversification and corporate social performance in multinational enterprises: The role of slack financial resources. *Management International Review*, 55, 323–353.
- Aguilera, J. F., Morales Alonso, G., Núñez Guerrero, Y., & Rodríguez Monroy, C. (2018). *Individualism, inequalities and entrepreneurial aspirations: revisiting results with GEM data*.

- Agustin, N. N. (2021). Self-Adjustment of Deaf Students Transfer from Special School to Inclusive School. *International Joint Conference on Arts and Humanities 2021 (IJCAH 2021)*, 1196–1200.
- Amalia, K. (2020). Hubungan Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Malaysia Di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. *Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh*.
- Arum, A. R., & Khoirunnisa, R. N. (2021). Hubungan Antara Regulasi Diri Dengan Penyesuaian Diri Mahasiswa Baru Psikolog. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi Bukanlah*, 8(8).
- Beauchaine, T. P., & Hinshaw, S. P. (2017). *Child and adolescent psychopathology*. John Wiley & Sons.
- Bochner, S. (2003). Culture Shock Due to Contact with Unfamiliar Cultures. *Online Readings in Psychology and Culture*, 8(1). <https://doi.org/10.9707/2307-0919.1073>
- Brady-Amoon, P., & Fuertes, J. N. (2011). Self-Efficacy, Self-Rated abilities, adjustment, and academic performance. *Journal of Counseling & Development*, 89(4), 431–438.
- Budiharjo, T. (2017). *Culture Shock Mahasiswa Indonesia (Studi Kasus Kualitatif Culture Shock di Kalangan Mahasiswa Indonesia Asal Kota Medan di Luar Negeri)*. Universitas Sumatera Utara.
- Chemers, M. M., Hu, L., & Garcia, B. F. (2001). Academic self-efficacy and first year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93(1), 55.
- Fanari, A., Gahler, H., Gim, H., Case, T., & Harwood, J. (2023). Negative side effects of music listening during cross-cultural transitions: Exploring how music hinders cross-cultural (re)adaptation among student sojourners. *International Journal of Intercultural Relations*, 95, 101828.
- Furnham, A. (2019). Culture shock: A review of the literature for practitioners. *Psychology*, 10(13), 1832.
- Hidayah, R. (2021). Students' self-adjustment, self-control, and morality. *Journal of Social Studies Education Research*, 12(1), 174–193.
- Iflah, I., & Listyasari, W. D. (2013). Gambaran penyesuaian diri mahasiswa baru. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 2(1), 33–36.
- Jamaluddin, M. (2020). Model penyesuaian diri mahasiswa baru. *Indonesian Psychological Research*, 2(2), 109–118.
- Liu, J. (2022). Effects of College Students' Self-efficacy on Sleep Problems: Chain Mediating Role of Self-esteem and Social Adaptation. *Science*, 10(2), 73–77.
- Mardiningrum, A., & Larasati, A. (2021). Culture shock in a study abroad program in an Indonesian context. *4th International Conference on Sustainable Innovation 2020–Social, Humanity, and Education (ICoSIHESS 2020)*, 297–304.
- Masturah, A. N. (2017). Gambaran konsep diri mahasiswa ditinjau dari perspektif budaya. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 2(2).
- Mitasari, Z., & Istikomayanti, Y. (2017). Studi pola penyesuaian diri mahasiswa luar Jawa di Universitas Tribhuwana Tunggadewi Malang. *Research Report*, 796–803.
- Muna, N. R. (2016). Pola-pola Penyesuaian Diri Mahasiswa Di Lingkungan Kampus. *Eduksos: Jurnal Pendidikan*

- Sosial Dan Ekonomi*, 1(2).
- Mutambara, J., & Bhebe, V. (2012). An Analysis of the Factors Affecting Students' Adjustment at a University in Zimbabwe. *International Education Studies*, 5(6), 244–260.
- Orben, A., Tomova, L., & Blakemore, S.-J. (2020). The effects of social deprivation on adolescent development and mental health. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(8), 634–640.
- Patton, G. C., Sawyer, S. M., Santelli, J. S., Ross, D. A., Afifi, R., Allen, N. B., Arora, M., Azzopardi, P., Baldwin, W., & Bonell, C. (2016). Our future: a Lancet commission on adolescent health and wellbeing. *The Lancet*, 387(10036), 2423–2478.
- Rahman, A., Munandar, S. A., Fitriani, A., Karlina, Y., & Yumriani. (2022). Pengertian Pendidikan, Ilmu Pendidikan dan Unsur-Unsur Pendidikan. *Al Urwatul Wutsqa: Kajian Pendidikan Islam*, 2(1).
- Raja, R., Ma, J., Zhang, M., Li, X. Y., Almutairi, N. S., & Almutairi, A. H. (2023). Social identity loss and reverse culture shock: Experiences of international students in China during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 14.
- Sabirjanovna, P. Z. (2023). ISSUES OF CULTURE SHOCK IN ADAPTATION TO ANOTHER CULTURE. *Journal of Modern Educational Achievements*, 3(3), 240–244.
- Sagita, D. D., Erlamsyah, E., & Syahniar, S. (2013). Hubungan antara perlakuan orangtua dengan penyesuaian diri siswa di sekolah. *Konselor*, 2(1).
- Salmah, I. (2016). Culture shock dan strategi coping pada mahasiswa asing program darmasiswa. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 4(4).
- Samovar, L. A., Porter, R. E., McDaniel, E. R., & Roy, C. S. (2014). *Intercultural communication: A reader*. Cengage learning.
- Sicat, R. M. (2011). Foreign students' cultural adjustment and coping strategies. *International Proceedings of Economics Development & Research*, 5(2), 338–341.
- Siregar, A. O. A., & Kustanti, E. R. (2020). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang di universitas Diponegoro. *Jurnal Empati*, 7(2), 474–490.
- Storey, J. (2018). *Cultural theory and popular culture: An introduction*. Routledge.
- Sugiyono. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In *Journal of the Chinese Medical Association* (Vol. 83, Issue 3).
- Suharsono, Y., & Anwar, Z. (2020). Analisis stress dan penyesuaian diri pada mahasiswa. *Cognicia*, 8(1), 41–53.
- Sun, T., & Wang, C. (2020). College students' writing self-efficacy and writing self-regulated learning strategies in learning English as a foreign language. *System*, 90, 102221.
- Suryandari, N. (2012). Culture shock communication mahasiswa perantauan di Madura. *Universitas Trunojoyo Madura*.
- Tomás, J. M., Gutiérrez, M., Pastor, A. M., & Sancho, P. (2020). Perceived social support, school adaptation and adolescents' subjective well-being. *Child Indicators Research*, 13, 1597–1617.
- Van Rooij, E. C. M., Jansen, E. P. W. A., & van de Grift, W. J. C. M. (2018). First-year university students' academic success: the importance of academic

- adjustment. *European Journal of Psychology of Education*, 33, 749–767.
- Ward, C., Bochner, S., & Furnham, A. (2020). The Psychology of Culture Shock. In *The Psychology of Culture Shock*.  
<https://doi.org/10.4324/9781003070696>
- Zhou, Y., Jindal-Snape, D., Topping, K., & Todman, J. (2008). Theoretical models of culture shock and adaptation in international students in higher education. *Studies in Higher Education*, 33(1).  
<https://doi.org/10.1080/03075070701794833>
- Zuhri, M. N. (2023). COGNITIVE PSYCHOLOGY DEVELOPMENT IN THE EARLY ADOLESCENCE. *Journal of Education on Social Issues*, 2(1), 44–51.