

INTENSITAS CULTURE SHOCK MAHASISWA RANTAU

M. Fahli Zatrachadi¹, Cahaya Safitri²

m.fahli.zatra.hadi@uin-suska.ac.id¹, cahayasafitri648@gmail.com²

Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau

Abstract

This study aims to analyze the intensity of culture shock among international students. Respondents' demographic data, including age, gender, region of origin, year of admission, and length of stay, were found to significantly influence the intensity of culture shock experienced. The majority of respondents (76.3%) reported high levels of culture shock, with an average score of 70.27 and a standard deviation of 3.83. Key factors contributing to culture shock included younger age, new student status, and significant cultural distance from their region of origin. Conversely, a longer length of stay contributed to improved adaptability. These findings emphasize the need for support programs, such as cultural orientation and psychosocial assistance, to help international students navigate cultural differences and accelerate their adjustment process. Such efforts are expected to enhance students' well-being and academic success in their academic environment.

Keywords: *Culture Shock, International Students, Self-Adjustment.*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis intensitas culture shock pada mahasiswa rantau. Data demografi responden, seperti usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap, ditemukan memiliki pengaruh signifikan terhadap intensitas culture shock yang dialami. Mayoritas responden (76,3%) menunjukkan intensitas culture shock tinggi, dengan rata-rata nilai 70,27 dan standar deviasi 3,83. Faktor usia muda, status sebagai mahasiswa baru, serta jarak budaya yang besar dengan daerah asal menjadi penyebab utama culture shock. Sebaliknya, durasi tinggal yang lebih lama berkontribusi dalam meningkatkan kemampuan adaptasi. Temuan ini menegaskan perlunya program pendukung, seperti orientasi budaya dan pendampingan psikososial, untuk membantu mahasiswa rantau menghadapi perbedaan budaya dan mempercepat penyesuaian diri mereka. Upaya ini diharapkan dapat meningkatkan kesejahteraan mahasiswa serta keberhasilan mereka dalam lingkungan akademik.

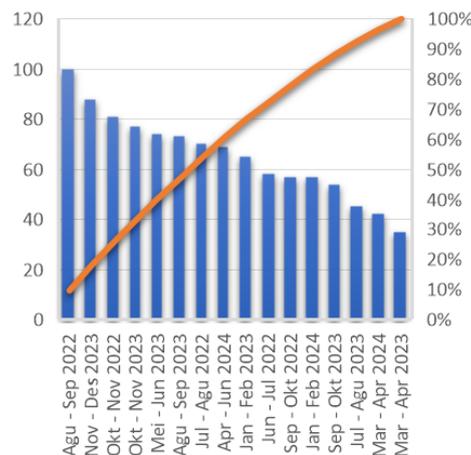
Kata Kunci: Culture Shock, Mahasiswa Rantau, Penyesuaian Diri.

PENDAHULUAN

Mahasiswa yang merantau untuk melanjutkan pendidikan tinggi di Kota atau bahkan Negara yang berbeda sering kali menghadapi tantangan signifikan dalam bentuk perbedaan budaya yang tidak mereka kenal sebelumnya (Muttaqin et al. 2021; Rizal and Herawati 2020). Situasi yang dikenal sebagai culture shock ini menggambarkan berbagai bentuk kesulitan emosional dan psikologis akibat perbedaan budaya yang mereka alami (Eduardovna, Mitrofanova, and Germanvna 2020). Mahasiswa rantau dihadapkan pada situasi di mana kebiasaan, norma sosial, gaya komunikasi, hingga nilai-nilai budaya di tempat baru ini sangat berbeda dari apa yang mereka pahami atau praktikkan sebelumnya (Lestari and Paramita 2019; Perdana, Tetteng, and Nurdin 2023).

Ward menyatakan bahwa secara psikologis, individu yang memasuki lingkungan baru dapat mengalami kebingungan, kecemasan, disorientasi, kecurigaan, kesedihan, serta kebingungan terhadap aturan dan norma yang berlaku (Ward, Bochner, and Furnham 2020). Hal ini bahkan dapat memengaruhi persepsi, identitas etnis, dan nilai-nilai individu (Inaya Salsabila, Mumtahanah, and Nasichah 2023; Nuandini and Kustantinah 2022). Secara fisik, gejala seperti gangguan pencernaan dan sakit kepala juga mungkin terjadi (Eduardovna et al. 2020). Selain itu, perbedaan bahasa antara daerah asal dan lingkungan baru, cara berbicara yang berbeda, serta kesulitan memahami ekspresi sering kali menjadi faktor pemicu istilah “culture shock,” yang merujuk pada dampak negatif yang dialami individu saat beradaptasi di tempat baru (Ward et al. 2020). Di Indonesia, istilah “culture shock” tetap relevan dan sering menjadi perhatian publik (Gambar 1)

Gambar 1 Survie Culture Shock Di Indonesia



Sumber: Google Trends

Sebagai contoh, cara berpakaian, pola interaksi, hingga makanan yang mungkin berbeda drastis dapat menimbulkan rasa asing dan kadang bahkan perasaan kurang nyaman (Daniel and Joyzy 2023; Harita 2023). Reaksi terhadap perubahan ini bervariasi, mulai dari rasa rindu akan lingkungan asal, kebingungan dalam memahami kebiasaan setempat, hingga ketidaknyamanan yang bisa berujung pada stress atau perasaan terisolasi (Almukdad and Karadag 2024; Aryani and Komar 2021; WU Hui-nan and LIU Ying-liang 2022).

Meskipun culture shock adalah pengalaman umum di kalangan mahasiswa rantau, tingkat atau intensitasnya bisa sangat bervariasi (Amalia 2020; Mahennaro and Mahendra P. 2022). Tingkat culture shock yang dialami oleh setiap individu seringkali bergantung pada beberapa faktor penting, seperti kesiapan mental, kemampuan adaptasi, hingga dukungan sosial yang mereka miliki (Amanah 2018). Selain itu, karakteristik lingkungan budaya asal dan budaya tujuan pun memengaruhi tingkat culture shock yang dirasakan (Fitriana and Pradita 2020).

Mahasiswa dari latar budaya yang sangat berbeda dari tempat rantauan biasanya merasakan tingkat culture shock yang lebih tinggi, dibandingkan mereka yang mungkin berasal

dari latar budaya yang lebih mirip atau pernah memiliki pengalaman berinteraksi dengan budaya yang beragam (Andini 2017; Priyana 2023; Saalino, Razak, and Nur Hidayat Nurdin 2022). Perubahan ini dapat memiliki dampak langsung pada kehidupan akademik, sosial, dan kesejahteraan emosional mahasiswa (Ward et al. 2020).

Beberapa mahasiswa dapat mengembangkan keterampilan adaptasi yang kuat dan dengan cepat menyesuaikan diri dengan lingkungan baru, sementara yang lainnya memerlukan waktu yang lebih lama dan menghadapi kesulitan yang lebih kompleks (Marouf 2018; Presbitero 2016). Ketidakmampuan untuk beradaptasi dengan baik dapat menyebabkan penurunan prestasi akademik dan kesulitan dalam membangun hubungan sosial, serta memperparah rasa kesepian yang sudah mereka alami akibat perpisahan dari keluarga dan teman-teman di tempat asal (Angela and Marissa 2023).

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif, yaitu jenis penelitian yang bertujuan memberikan gambaran menyeluruh tentang konteks sosial atau hubungan antara fenomena yang diteliti (Sugiyono 2013). Fokus penelitian ini adalah untuk menganalisis intensitas culture shock pada mahasiswa rantau berdasarkan faktor usia, jenis kelamin, fakultas, asal daerah, tahun masuk, dan lama tinggal. Populasi penelitian mencakup mahasiswa rantau yang tersebar di 111 Universitas di Provinsi Riau. Teknik purposive sampling digunakan untuk memilih responden yang memenuhi kriteria tertentu sesuai dengan tujuan penelitian (Priyana 2023).

Penelitian ini menggunakan enam variabel, salah satunya adalah variabel dependen, yaitu culture shock. Variabel ini dikembangkan oleh peneliti berdasarkan teori Ward et al. (2020) dan terdiri dari 30 pernyataan. Untuk item positif, penilaian dilakukan dengan memberikan skor 5 untuk "Sangat Setuju", skor 4 untuk "Setuju", skor 3 untuk "Kurang Setuju", skor 2 untuk "Tidak Setuju", dan skor 1 untuk "Sangat Tidak Setuju". Sebaliknya, pada item negatif, skor diberikan: 1 untuk "Sangat Setuju" hingga 5 untuk "Sangat Tidak Setuju". Validitas kuesioner telah diuji, dengan 21 item dinyatakan valid dan 9 item tidak valid, serta reliabilitas mencapai nilai 0,724. Jawaban responden kemudian diklasifikasikan ke dalam tiga kategori: 1) $X < 66,44$ menunjukkan tingkat culture shock rendah; 2) $66,44 \leq X < 74,1$ menunjukkan tingkat culture shock sedang; dan 3) $X \geq 74,1$ menunjukkan tingkat culture shock tinggi.

Selain variabel dependen, penelitian ini juga menggunakan variabel independen. Variabel pertama adalah usia, yang mengukur umur responden pada saat penelitian. Variabel kedua adalah jenis kelamin, yang mengklasifikasikan responden berdasarkan jenis kelamin, yaitu laki-laki atau perempuan. Variabel ketiga adalah asal daerah, yang menggambarkan daerah asal tempat tinggal responden sebelum merantau. Variabel keempat adalah tahun masuk, yang menunjukkan tahun responden pertama kali terdaftar sebagai mahasiswa di perguruan tinggi, dengan dua kategori: (1) 2021-2022, dan (2) 2023-2024. Variabel kelima adalah lama menetap, yang diklasifikasikan ke dalam tiga kategori: (1) 1-5 bulan, (2) 6-12 bulan, dan (3) 1-2 tahun.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer, yang diperoleh dengan menyebarkan kuesioner secara langsung kepada responden. Instrumen penelitian yang digunakan adalah Google Forms, yang disebar ke berbagai perguruan tinggi di kabupaten atau kota di Provinsi Riau.

Data yang diperoleh dari penelitian ini dianalisis menggunakan statistik deskriptif dan analisis varian satu arah (ANOVA). Pertama, statistik deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran atau deskripsi data berdasarkan nilai rata-rata (mean), median, modus, standar deviasi, nilai maksimum, dan nilai minimum (Priyana 2023). Statistik deskriptif membantu mengubah data menjadi informasi yang lebih jelas dan mudah dipahami (Sugiyono 2013). Kedua, analisis varian satu arah (One-Way Analysis of Variance atau One-Way ANOVA) digunakan untuk membandingkan rata-rata (mean) dari lebih dari dua kelompok sampel. Dalam pengujian hipotesis, keputusan untuk menolak atau menerima H_0 didasarkan pada nilai P-value:

jika nilai signifikan ($\text{sig.} < \alpha (0,05)$), maka H_0 ditolak; jika $\text{sig.} > \alpha (0,05)$, maka H_0 diterima.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini akan membahas analisis data, dimulai dari statistik deskriptif yang mencakup frekuensi sampel dan deskripsi kategorisasi data. Selanjutnya, hasil pengujian hipotesis dan pembahasan terkait uji hipotesis yang dianalisis secara statistik menggunakan program pengolahan data SPSS versi 20.

Tabel I Statistik Deskriptif Berdasarkan Demografi

Variabel	Jumlah Responden	Presentase
Umur:		
1. 17-19	40	67,8%
2. 20-22	19	3,2%
Jenis Kelamin:		
1. Laki-laki	54	91,5%
2. Perempuan	5	5%
Asal Daerah:		
1. Kuantan Sungingi	3	5,1%
2. Indragiri Hulu	5	8,5%
3. Indragiri Hilir	8	13,6%
4. Pelalawan	3	5,1%
5. Siak	3	5,1%
6. Kampar	6	10,2%
7. Rokan Hulu	6	10,2%
8. Bengkalis	6	10,2%
9. Rokan Hilir	3	5,1%
10. Kepulauan Meranti	3	5,1%
11. Pekanbaru	6	10,2%
12. Dumai	7	11,9%
Tahun Masuk:		
1. 2021-2022	22	37,30%
2. 2023-2024	37	62,70%
Lama Menetap		
1. 1-5 Bulan	13	22%
2. 6-12 Bulan	39	66,10%
3. 1-2 Tahun	7	11,90%

Sumber: Olahan data menggunakan IBM SPSS versi 20

Tabel II Intensitas Culture Shock Secara Keseluruhan

Statistik Deskriptif	Culture Shock
Minimum	60,00
Maximum	78,00
Mean	70,27
Std. Deviation	3,83

Sumber: Olahan data menggunakan IBM SPSS versi 20

Peneliti mengklasifikasikan responden menggunakan skala interval. Deskripsi data dari hasil penelitian ini menjadi dasar untuk mengelompokkan sampel ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi.

Tabel III Intensitas Culture Shock Mahasiswa Rantau

Rumus Kategorisasi	Kategori	Frekuensi	Persentase
$X < 66,44$	Rendah	5	8,5%
$66,44 \leq X < 74,1$	Sedang	9	15,3%
$X \geq 74,1$	Tinggi	45	76,3%
Total		59	100%

Sumber: Olahan data menggunakan IBM SPSS versi 20

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, bagian ini akan membahas lebih lanjut mengenai temuan tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah faktor usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap memiliki pengaruh terhadap intensitas culture shock pada mahasiswa rantau. Terdapat lima hipotesis yang diuji dalam penelitian ini. Pembahasan dalam bagian ini bertujuan untuk menghubungkan temuan dan analisis data dengan implikasi teoritis yang relevan

Tabel IV INOVA dan Culture Shock

Variabel	F Value	Sig.	Keputusan
Usia	4,421	0,024	H_1 diterima
Jenis Kelamin	4,211	0,045	H_2 diterima
Asal Daerah	8,188	0,031	H_3 diterima
Tahun Masuk	7,779	0,047	H_4 diterima
Lama Menetap	6,687	0,037	H_5 diterima

Sumber: Olahan data menggunakan IBM SPSS versi 20

Pembahasan

Tabel I, menampilkan karakteristik demografi responden, meliputi variabel usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap. Sebagian besar responden berusia 17–19 tahun (67,8%), menunjukkan bahwa mayoritas berada pada tahap transisi dari remaja akhir ke dewasa muda. Usia ini berkaitan dengan tahap perkembangan psikososial "identity vs. role confusion," di mana individu mulai membangun identitas diri sambil menyesuaikan diri dengan lingkungan baru (Andini 2017; Mufidah and Fadilah 2022). Dari segi jenis kelamin, responden didominasi oleh laki-laki (91,5%), sementara perempuan hanya 5%. Ketimpangan ini menggambarkan dominasi laki-laki dalam studi ini, yang dapat memengaruhi dinamika adaptasi, seperti kecenderungan strategi coping berbasis pemecahan masalah dibandingkan pengelolaan emosi, sebagaimana dijelaskan oleh Ward et al. (2020). Responden berasal dari berbagai daerah, dengan kontribusi terbesar dari Indragiri Hilir (13,6%) dan Dumai (11,9%), sedangkan daerah lainnya memiliki distribusi berkisar antara 5–10%. Variasi ini menunjukkan bahwa jarak budaya dan sosial antara daerah asal dan lingkungan baru, sebagaimana dijelaskan dalam Cultural Distance Hypothesis, dapat memengaruhi pengalaman adaptasi mereka (Via Ningrum and Intansari 2023). Sebagian besar responden adalah mahasiswa baru angkatan 2023–2024 (62,7%), dibandingkan dengan angkatan 2021–2022 (37,3%). Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa baru lebih sering menghadapi tantangan adaptasi awal, sesuai dengan U-Curve Hypothesis yang menyatakan bahwa fase awal adaptasi sering diawali oleh euforia, diikuti oleh culture shock (MacDonald et al. 2020). Dalam hal lama menetap, mayoritas responden tinggal selama 6–12 bulan (66,1%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar berada dalam fase awal proses adaptasi (Afikah 2019). Menurut Aristaputri, durasi tinggal yang lebih lama berpotensi membantu individu lebih memahami budaya lokal dan mengurangi tingkat culture shock yang mereka alami (Aristaputri and Pradana 2023). Secara keseluruhan, data demografi dalam Tabel 1 memberikan gambaran penting mengenai faktor usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama tinggal sebagai elemen utama dalam memahami pola dan tingkat culture shock yang dialami oleh mahasiswa Rantau.

Tabel II, menyajikan statistik deskriptif intensitas culture shock secara keseluruhan,

dengan nilai minimum sebesar 60,00, maksimum 78,00, rata-rata (mean) 70,27, dan standar deviasi 3,83. Rata-rata intensitas culture shock sebesar 70,27 menunjukkan bahwa mahasiswa rantau secara umum mengalami tingkat culture shock yang cukup tinggi. Hal ini konsisten dengan klasifikasi intensitas pada Tabel III, di mana sebagian besar responden berada dalam kategori tinggi. Standar deviasi sebesar 3,83 menunjukkan bahwa persebaran data responden tidak terlalu jauh dari nilai rata-rata. Dengan kata lain, tingkat intensitas culture shock yang dialami oleh mayoritas responden cukup seragam, tanpa adanya perbedaan signifikan. Variabilitas yang rendah ini mengindikasikan adanya faktor-faktor serupa yang memengaruhi pengalaman culture shock, seperti tantangan adaptasi sosial, perbedaan budaya, dan tekanan akademik (Afikah 2019; Darsini and Nagalakshmi 2022). Temuan ini mendukung pendapat yang dikemukakan oleh William, yang menyatakan bahwa culture shock terjadi ketika individu menghadapi lingkungan baru dengan budaya yang sangat berbeda dari budaya asalnya, sehingga membutuhkan upaya untuk memahami dan menyesuaikan diri dengan norma dan nilai lokal (William Andre and Arthur Huwae 2022). Selain itu, rata-rata yang tinggi ini juga mengindikasikan bahwa banyak mahasiswa masih berada pada tahap culture shock, sebagaimana dijelaskan dalam U-Curve Hypothesi, di mana mereka belum memasuki fase penyesuaian atau stabilitas (Wattanacharoensil, Talawanich, and Jianvittayakit 2020). Secara keseluruhan, hasil statistik ini menegaskan pentingnya peran faktor demografi dan pengalaman individu, seperti yang diuraikan pada Tabel I, dalam memengaruhi intensitas culture shock. Temuan ini memberikan landasan bagi pengembangan program dukungan untuk mempercepat proses penyesuaian diri mahasiswa rantau dan mengurangi dampak negatif dari culture shock.

Tabel III mengelompokkan intensitas culture shock mahasiswa rantau ke dalam tiga kategori berdasarkan skala interval: rendah, sedang, dan tinggi. Data menunjukkan bahwa mayoritas responden (76,3%) berada dalam kategori intensitas tinggi, sementara 15,3% masuk kategori sedang, dan hanya 8,5% yang tergolong rendah. Dominasi kategori tinggi mencerminkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau menghadapi tingkat stres atau kesulitan adaptasi yang signifikan akibat perbedaan budaya, sosial, dan lingkungan baru. Hal ini sejalan dengan pendapat Tantoputri, yang menjelaskan bahwa individu di lingkungan asing sering merasa tertekan dan terisolasi karena perbedaan nilai, kebiasaan, serta komunikasi (Tantoputri et al. 2022). Pada fase ini, perasaan bingung, frustrasi, dan ketidaknyamanan cenderung mendominasi (Devinta, Hidayah, and Hendrastomo 2019). Sebanyak 15,3% responden berada dalam kategori sedang, yang mengindikasikan bahwa sebagian mahasiswa mulai beradaptasi dengan lingkungan baru meskipun masih dipengaruhi oleh perbedaan budaya. Ini sesuai dengan U-Curve Hypothesis, yang menyatakan bahwa individu pada fase "penyesuaian" mulai merasa lebih nyaman, tetapi masih menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri sepenuhnya (Hidayat and Muliadi 2022). Hanya 8,5% responden yang termasuk dalam kategori rendah, yang menunjukkan bahwa hanya sedikit mahasiswa yang mampu beradaptasi dengan lingkungan baru tanpa menghadapi banyak kesulitan. Responden ini kemungkinan memiliki faktor pendukung yang kuat, seperti keterampilan sosial yang baik, pengalaman sebelumnya, atau dukungan dari keluarga dan teman (Inaya Salsabila et al. 2023; Priyana 2023). Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Almukdad, yang menekankan bahwa mekanisme coping yang efektif dapat mengurangi dampak culture shock secara signifikan (Almukdad and Karadag 2024). Secara keseluruhan, distribusi ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa rantau mengalami tantangan adaptasi yang cukup besar. Temuan ini menggarisbawahi pentingnya program dukungan psikososial dan orientasi budaya untuk membantu mahasiswa rantau mengurangi dampak negatif culture shock serta mempercepat proses adaptasi mereka.

Tabel IV, memaparkan hasil uji ANOVA yang digunakan untuk menganalisis pengaruh lima variabel demografis (usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap) terhadap intensitas culture shock mahasiswa rantau. Hasil analisis menunjukkan bahwa semua

variabel memberikan pengaruh signifikan terhadap intensitas culture shock dengan nilai signifikansi ($P < 0,05$), sehingga hipotesis penelitian diterima. Untuk H1 pengaruh usia terhadap intensitas culture shock memiliki nilai signifikansi $0,024 < \alpha 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa mahasiswa dari kelompok usia yang berbeda mengalami tingkat adaptasi yang berbeda. Mahasiswa yang lebih muda (17–19 tahun) cenderung mengalami culture shock yang lebih tinggi. Sesuai dengan ungkapan Amalia, bahwa individu dalam tahap ini sedang mencari identitas sehingga perbedaan budaya dapat memperkuat perasaan bingung dan tidak nyaman (Amalia 2020). Selanjutnya H2 Jenis kelamin juga berpengaruh signifikan dengan nilai sig. $0,045 < \alpha 0,05$. Perbedaan ini menunjukkan bahwa laki-laki dan perempuan menghadapi tantangan adaptasi yang berbeda. Berdasarkan yang dipaparkan oleh Hayati, perempuan lebih sering menggunakan dukungan sosial sebagai strategi coping, sedangkan laki-laki cenderung lebih mandiri, yang memengaruhi pengalaman mereka terhadap culture shock (Hayati, Lubis, and Harahap 2022). Untuk H3 asal daerah menunjukkan pengaruh signifikan dengan nilai sig. $0,031 < \alpha 0,05$. Hal ini mendukung pendapat Nasution, di mana mahasiswa dari daerah yang memiliki jarak budaya lebih besar dengan tempat tinggal baru cenderung mengalami culture shock yang lebih intens (Nasution 2016). Jarak budaya dan sosial ini mempersulit proses adaptasi (Guo, Li, and Pang 2019; Rizal and Herawati 2020). Dan H4 tahun masuk memiliki nilai sig. $0,047 < \alpha 0,05$, yang mengindikasikan bahwa mahasiswa angkatan 2023–2024 lebih cenderung mengalami culture shock dibandingkan mahasiswa angkatan 2021–2022. U-Curve Hypothesis, menjelaskan bahwa mahasiswa baru sering menghadapi fase euforia yang diikuti oleh culture shock, terutama pada tahun pertama yang penuh tantangan dalam menyesuaikan diri (Wattanacharoensil et al. 2020). Serta H5 Lama menetap menunjukkan pengaruh signifikan dengan nilai sig. $0,037 < \alpha 0,05$. Semakin lama mahasiswa menetap, semakin tinggi kemampuan mereka dalam beradaptasi. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Dyah, bahwa individu yang tinggal lebih lama di lingkungan baru akan lebih mampu menyesuaikan diri dengan nilai dan norma budaya setempat (Dyah et al. 2023). Secara keseluruhan, hasil uji ANOVA ini menegaskan bahwa variabel demografis dan pengalaman individu memiliki peran signifikan dalam menentukan intensitas culture shock. Temuan ini menyoroti perlunya mempertimbangkan faktor-faktor seperti usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap dalam merancang program pendukung, seperti orientasi budaya, pendampingan psikologis, dan penguatan dukungan sosial yang ditargetkan untuk membantu mahasiswa rantau mengatasi culture shock dan mempercepat proses penyesuaian diri.

KESIMPULAN

Penelitian ini mengungkapkan bahwa intensitas culture shock pada mahasiswa asing secara umum tergolong tinggi, dengan mayoritas responden (76,3%) berada dalam kategori intensitas tinggi. Faktor-faktor demografis seperti usia, jenis kelamin, asal daerah, tahun masuk, dan lama menetap semuanya berpengaruh signifikan terhadap intensitas culture shock yang dialami. Mahasiswa yang lebih muda, berasal dari daerah dengan jarak budaya yang besar, serta mahasiswa baru angkatan 2023–2024 cenderung mengalami culture shock yang lebih intens. Selain itu, durasi menetap yang lebih lama terbukti membantu mengurangi intensitas culture shock.

Salah satu faktor penting yang diidentifikasi adalah perlunya penyesuaian diri yang efektif. Penyesuaian diri menjadi krusial dalam menghadapi perbedaan budaya, sosial, dan lingkungan baru yang signifikan. Oleh karena itu, institusi pendidikan perlu mengimplementasikan program pendukung yang komprehensif, seperti orientasi budaya, pendampingan psikologis, dan penguatan dukungan sosial. Program-program ini bertujuan untuk memfasilitasi proses adaptasi mahasiswa rantau, mengurangi dampak negatif dari culture shock, serta mempercepat penyesuaian diri mereka di lingkungan baru.

Dengan demikian, upaya penyesuaian diri yang optimal dapat meningkatkan kesejahteraan dan keberhasilan akademik mahasiswa asing selama masa studi mereka.

DAFTAR PUSTAKA

- Afikah, Alfi Aulia. 2019. "Hubungan Antara Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Santriwati Kelas Vii Mts Nu Putri 3 Buntet Pesantren Cirebon." Universitas Islam Negeri Maulana Maik Ibrahim.
- Almukdad, Mustafa, And Engin Karadag. 2024. "Culture Shock Among International Students In Turkey: An Analysis Of The Effects Of Self-Efficacy, Life Satisfaction And Socio-Cultural Adaptation On Culture Shock." *Bmc Psychology* 12(1):1–12. Doi: 10.1186/S40359-024-01641-9.
- Amalia, Khairani. 2020. "Hubungan Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Malaysia Di Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh."
- Amanah, Siti. 2018. "Motivasi Dan Culture Shock Mahasiswa Asing Di Stain Kediri Dalam Lingkungan Budaya Kediri." *Jurnal Sosial Politik* 4(1):1. Doi: 10.22219/Sospol.V4i1.5254.
- Andini, Damai. 2017. "Penyesuaian Diri Mahasiswa Terhadap Culture Shock (Studi Deskriptif Kualitatif Penyesuaian Diri Mahasiswa Sulawesi Selatan Di Yogyakarta)." Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Angela, Roro Riri, And Aski Marissa. 2023. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Penyesuaian Diri Mahasiswa Tingkat Satu Di Masa Pandemi." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 5(1):518–23.
- Aristaputri, Dinda, And Hengki Hendra Pradana. 2023. "Gambaran Penyesuaian Diri Pada Karyawan Perusahaan Di Perusahaan X Kec. Binangun, Kab. Blitar." *Psycho Aksara : Jurnal Psikologi* 1(1):96–100. Doi: 10.28926/Pyschoaksara.V1i1.753.
- Aryani, Neng Desi, And Oong Komar. 2021. "Levels Of Culture Shock In Students At University." *Journal Of Multicultural Studies In Guidance And Counseling* 5(2):160–68.
- Daniel, Nyangoya, And Pius Egunjobi Joyzy. 2023. "Culture Shock Among Missionaries In The Diocese Of Cachoeiro De Itapemirim-Espirito Santo, Brazil." *International Journal Of Research And Innovation In Social Science (Ijriiss)* Vii(2454):1175–89. Doi: 10.47772/Ijriiss.
- Darsini, T. Devi Priya, And M. Nagalakshmi. 2022. "Cultural Multiplicity And Cultural Shock In Bharati Mukherjee ' S Wife." *Natural Volatiles & Essential Oils* 9(1):157–64.
- Devinta, Marshellena, Nur Hidayah, And Grendi Hendrastomo. 2019. "Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) Pada Mahasiswa Perantauan Di Yogyakarta." *Al-Munzir* 12(1):149. Doi: 10.31332/Am.V12i1.1310.
- Dyah, Anggrainie, Sulistyaning Suroso, Evi Kurniasari Purwaningrum, And Siti Khumaidatul. 2023. "Pengaruh Kemandirian Belajar Terhadap Penyesuaian Diri Pada Pembelajaran Daring Mahasiswa Di Kota Samarinda." *Motivasi* 8(1):18–28.
- Eduardovna, Matskevich Elene, Tatyana Ananievna Mitrofanova, And Shirokogorova Tatyana Germanvna. 2020. "Cultural Shock And Adaptation Of Foreign Students." *Azimuth Of Scientific Research: Pedagogy And Psychology* 9(32):364–68. Doi: 10.26140/Anip-2020-0903-0086.
- Fitriana, Dinda, And Intan Pradita. 2020. "A Discussion Of Thai Student Teachers' Experiences Of Culture Shock During Their Study In Indonesia." *Wiralodra English Journal* 4(2):79–93. Doi: 10.31943/Wej.V4i2.114.
- Guo, Y., H. Li, And H. Pang. 2019. "Hanban Teachers' Culture Shock And Adaptation In The Us: A Mixed Method Study." *Chinese ...* 2(1).
- Harita, Cindy Yuniasmara. 2023. "Hubungan Antara Culture Shock Dengan Penyesuaian Diri Pada Anggota Polri Di Polres Nias Selatan." Universitas Medan Area.
- Hayati, Rini, Widya Utami Lubis, And Juli Yanti Harahap. 2022. "Hubungan Penyesuaian Diri Dan Kontrol Diri Dengan Motivasi Berprestasi Mahasiswa." *Jurnal Pendidikan Dan Konseling* 4(1):586–91.
- Hidayat, Ahmad, And Rahmad Muliadi. 2022. "Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Non Muslim Di Kampus Islam." *Journal Of Islamic And Contemporary Psychology (Jicop)* 2(2):81–91. Doi: 10.25299/Jicop.V2i2.11151.
- Inaya Salsabila, Najwa, Raudhatul Mumtahanah, And Nasichah. 2023. "Analisis Perbedaan Kemampuan Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Dan Mahasiswa Lokal Program Studi Bimbingan Dan Penyuluhan Islam Di Tahun Pertama Perkuliahan." *Jurnal Al-Shifa Bimbingan*

- Konseling Islam 4(2):61–75. Doi: 10.32678/Alshifa.V4i2.9595.
- Lestari, Jessica, And Sinta Paramita. 2019. “Hambatan Komunikasi Dan Gelar Budaya Warga Korea Selatan Yang Tinggal Di Indonesia.” *Koneksi* 3(1):148. Doi: 10.24912/Kn.V3i1.6158.
- Macdonald, Kristi J., Gonneke Willemsen, Dorret I. Boomsma, And Julie Aitken Schermer. 2020. “Predicting Loneliness From Where And What People Do.” *Social Sciences* 9(4). Doi: 10.3390/Socsci9040051.
- Mahennaro, Albi, And Angga Intueri Mahendra P. 2022. “Culture Shock (Cultural Show) Of Lampung Students In Yogyakarta.” *Daengku: Journal Of Humanities And Social Sciences Innovation* 3(1):55–60. Doi: 10.35877/454ri.Daengku1387.
- Marouf, Fidaa. 2018. “Overcoming Culture Shock: Journal Reflection.” *Studies In Arts And Humanities* 04(02).
- Mufidah, Vika Nurul, And Nadiah Nurli Fadilah. 2022. “Penyesuaian Diri Terhadap Fenomena Culture Shock Mahasiswa Program Pertukaran Mahasiswa Merdeka.” *Muqoddima Jurnal Pemikiran Dan Riset Sosiologi* 3(1):61–70. Doi: 10.47776/10.47776/Mjprs.003.01.05.
- Muttaqin, M., Usman Idris, Simon Kfrank, Ilham Ilham, Akhmad Akhmad, And Siwanus Tibul. 2021. “Cultural Shock Of College Students On Facing Online Learning System During Pandemic Covid-19 In Papua.” *Proceedings Of The First Intranational Seminar Social Sciene (March 2020)*. Doi: 10.4108/Eai.25-11-2020.2306700.
- Nasution. 2016. “Materi Ajar Ilmu Sosial Budaya Dasar.”
- Nuandini, Seila Odelia, And Indri Kustantinah. 2022. “A Study On Cross-Cultural Shocks Experienced By Billy Wang Between American Culture And Chinese Culture In The Farewell 2019 Movie.” *Dharmas Education Journal (De_Journal)* 3(1):55–60. Doi: 10.56667/Dejournal.V3i1.529.
- Perdana, Muh. Wija Hadi, Basti Tetteng, And Muh. Nur Hidayat Nurdin. 2023. “Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Gelar Budaya (Culture Shock) Pada Mahasiswa Perantau Di Kota Makassar.” *Journal Of Correctional Issues* 6(1):116–25.
- Presbitero, Alfred. 2016. “Culture Shock And Reverse Culture Shock: The Moderating Role Of Cultural Intelligence In International Students’ Adaptation.” *International Journal Of Intercultural Relations* 53:28–38. Doi: 10.1016/J.Ijintrel.2016.05.004.
- Priyana, Yana. 2023. “Hubungan Antara Perilaku Overprotective Orang Tua Dan Penyesuaian Diri Remaja: Tinjauan Faktor-Faktor Mediasi Dan Moderasi.” *Jurnal Psikologi Dan Konseling West Science* 1(03):145–52. Doi: 10.58812/Jpkws.V1i03.426.
- Rizal, Irfani, And Icha Herawati. 2020. “Gegar Budaya Ditinjau Dari Dukungan Sosial Pada Mahasiswa Thailand Selatan (Patani).” *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 5(1):89–100. Doi: 10.33367/Psi.V5i1.1081.
- Saalino, Ultra, Ahmad Razak, And Muh. Nur Hidayat Nurdin. 2022. “Hubungan Antara Sense Of Community Dan Penyesuaian Diri Pada Mahasiswa Baru Di Papua Barat.” *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan* 13(2):155–63. Doi: 10.26740/Jptt.V13n2.P155-163.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Tantoputri, Anastasia Wulandari, Gabriella Tjahjono, Maria Olivia Susilo, Nathania Adius Ferdinanto, Shanika Iverna Tamara, Immanuel Yosua, And Kata Kunci. 2022. “Gambaran Stres Dan Strategi Penyesuaian Diri Mahasiswa Dalam Mengikuti Perkuliahan Tatap Muka.” *Jurnal Psikogenesis* 10(2):154–68.
- Via Ningrum, Shinta Okta, And Fixi Intansari. 2023. “Penyesuaian Diri Mahasiswa Perantau Di Universitas Aisyah Pringsewu Tahun 2023.” *Jurnal Psikologi* 1(1):10. Doi: 10.47134/Pjp.V1i1.1953.
- Ward, Colleen, Stephen Bochner, And Adrian Furnham. 2020. *Psychology Culture Shock*. Routledge.
- Wattanacharoensil, Walanchalee, Suwadee Talawanich, And Laddawan Jianvittayakit. 2020. “Multiple Qualitative Procedures To Elicit Reverse Culture Shock Experience.” *Methodsx* 7:100766. Doi: 10.1016/J.Mex.2019.12.007.
- William Andre, And Arthur Huwae. 2022. “Dukungan Sosial Dan Culture Shock Pada Mahasiswa Rantau Asal Kalimantan Di Salatiga.” *Jurnal Cakrawala Ilmiah* 2(4):1249–58. Doi: 10.53625/Jcijurnalcakrawalailmiah.V2i4.4311.
- Wu Hui-Nan, And Liu Ying-Liang. 2022. “Cultural Shock And Adaptation Of International Students In China.” *Journal Of Literature And Art Studies* 12(6):685–90. Doi: 10.17265/2159-5836/2022.06.015.