

**HUBUNGAN KEMAMPUAN ADAPTASI DENGAN *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

ELZENA ATHA LUHTUTISARI

F 100 180 015

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEMAMPUAN ADAPTASI DENGAN *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

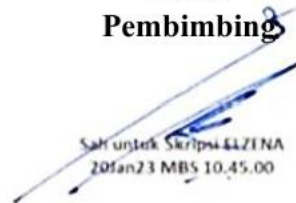
PUBLIKASI ILMIAH

oleh:

ELZENA ATHA LUHTITISARI
F 100 180 015

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh :

**Dosen
Pembimbing**



Sah untuk Skripsi ELZENA
20Jan23 MB5 10.45.00

MB. Sudinadji, S.Psi., M.Psi

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEMAMPUAN ADAPTASI DENGAN *CULTURE SHOCK*
PADA MAHASISWA LUAR JAWA DI UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

**OLEH
ELZENA ATHA LUHTITISARI
F100180015**

**Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada Jum'at, 20 Januari 2023
dan dinyatakan telah memenuhi syarat**

Dewan Penguji :

**1. MB. Sudinadji, S.Psi., M.Psi
(Ketua Dewan Penguji)**

**2. Dr Daliman, S.U
(Anggota I Dewan Penguji)**

**3. Gita Aulia Nurani, S.Psi.,M.Psi., Psikolog
(Anggota II Dewan Penguji)**

()
()
()

Dekan,



**Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D.
NIK/NIDN : 799/0629037401**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 10 Februari 2023

Penulis



ELZENA ATHA LUHTITISARI
F100180015

HUBUNGAN KEMAMPUAN ADAPTASI DENGAN *CULTURE SHOCK* PADA MAHASISWALUAR JAWA DI UNIVERSITAS MUHAMMADIAH SURAKARTA

Abstrak

Tinggal dilingkungan baru merupakan sebuah tantangan yang harus dihadapi oleh mahasiswa yang merantau, umumnya mahasiswa perantau tersebut akan mengalami kesulitan untuk memahami norma dan kebiasaan yang ada dilingkungan baru terutama mahasiswa perantau yang berasal dari luar Jawa (*Culture Shock*). Umumnya mahasiswa akan merasa gelisah, bingung dan frustrasi ketika mengalami *Culture Shock*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Kemampuan Adaptasi dengan *Culture Shock* Pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pendekatan dalam penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional dengan teknik analisis regresi sederhana. Populasi dalam penelitian ini berjumlah ± 800 dan Sampel berjumlah 125 mahasiswa yang berasal dari luar Jawa angkatan 2021 mencakup 8 Fakultas di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pengambilan sampel menggunakan metode *stratified random sampling* dan pengumpulan data menggunakan skala Kemampuan Adaptasi dan Skala *Culture Shock* dengan model skala *likert*. Hasil penelitian ini analisis dengan *pearson correlation* dengan bantuan program SPSS didapatkan nilai $(r) = -.501$ dengan nilai Sig 0,000 ($P < 0,05$) dan sumbangan efektifnya sebesar 25,1% sehingga hipotesis penelitian ini diterima, yang artinya terdapat hubungan negatif secara signifikan antara Kemampuan adaptasi dengan *culture shock* pada mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Kata kunci: Kemampuan Adaptasi, *Culture shock*, Mahasiswa/i luar Jawa

Abstract

Living in a new environment is quite a challenge for emigrant students. Therefore, students will have difficulty understanding norms and habits of society in the new environment, especially students who come from outside Java. This condition is termed as Culture Shock, students feel uncomfortable when in a new environment such as different ways of language and habits different. Generally students will feel anxious, confuse and frustrated. We conduct this research to discover the relationship between adaptability and culture shock with the subject of migrant student at the Muhammadiyah University of Surakarta. This study uses correlational quantitative methods with simple regression analysis techniques. The population of this study was ± 800 people and the sample was 125 immigrant students from outside Java. They cover eight faculties at the Muhammadiyah University Of Surakarta. The method is stratified random sampling, We Collect data for the Adaptability Scale and the culture shock Scale with the Likert scale model. The results is then validated using the Pearson correlation with the help of the SPSS program, which obtained a value of $(r) = -.501$ with a Sig value of 0.000 ($P < 0.05$) and an effective contribution of 25.1%. Therefore, the hypothesis was true, there is a significant negative relationship between adaptability and culture shock among migrant student from outside Java.

Keywords: Adaptability, Culture Shock, Students Outside Java

1. PENDAHULUAN

Pada tahun 1900, kota Solo dinobatkan menjadi kota *multiras* yang didominasi oleh suku Jawa, solo menjadi pusat kegiatan pendidikan dan termasuk dalam tiga daerah yang dinobatkan sebagai Kota

Mahasiswa atau *City of Intellectual* (Purnomo, 2020). Karena hal tersebut solo menjadi salah satu pilihan sebagai destinasi pendidikan, dalam arti lain solo merupakan Kota tujuan Mahasiswa di seluruh Indonesia untuk menimba ilmu. Salah satu universitas terbaik yang ada di kota Solo adalah Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berdiri sejak 24 Oktober 1981. Universitas Muhammadiyah Surakarta (UMS) merupakan perguruan tinggi yang berlandaskan pada kaidah keislaman serta memiliki kemajuan dalam bidang ilmu pengetahuan, teknologi, sosial dan kebudayaan. UMS memiliki 62 program studi Pendidikan mulai dari tingkat sarjana hingga magister, oleh karena itu UMS memiliki akreditasi A. Salah satu yang dapat menjadi implementasinya adalah cara Mahasiswa pendatang khususnya dari luar Jawa mampu beradaptasi dengan karakter Budaya yang ada di Kota Solo khususnya di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Fenomena langsung yang ditemui oleh peneliti berdasarkan hasil observasi yaitu terdapat mahasiswa luar Jawa yang berasal dari Padang berinisial SN mengalami kesulitan berkomunikasi karena kebanyakan teman disekitarnya menggunakan bahasa Jawa ketika berbicara. Selain itu juga terdapat mahasiswa lain yang berasal dari Lampung berinisial G merasakan perasaan yang rasa kurang nyaman dan gelisah sehingga membuatnya mengurung diri.

Mahasiswa yang merantau dengan tujuan untuk menimba ilmu, akan merasakan jauh dari keluarga, sehingga mahasiswa tersebut cenderung berusaha untuk beradaptasi di lingkungan tempat tinggal barunya yang sangat berbeda dengan kampung halaman tempat asalnya. Biasanya mahasiswa akan mengalami kaget budaya atau yang sering disebut dengan *culture shock*. Budaya atau Culture adalah seluruh sistem gagasan, rasa, tindakan serta karya yang dihasilkan manusia dalam berkehidupan masyarakat yang dijadikan miliknya dengan belajar Nurmansyah et al (2019). Koentjaraningrat (2008) mengemukakan budaya adalah keseluruhan sistem gagasan kebudayaan, tindakan dan hasil karya manusia dengan cara belajar. Seseorang yang mengalami *Culture Shock* akan merasa terhambat dalam hal komunikasi baik dalam bahasa maupun nada dan cara berbicara yang berbeda. Tahun pertama perkuliahan telah disepakati oleh para ahli sebagai masa yang sulit untuk mahasiswa baru, mahasiswa tahun pertama Universitas Al Azhar Indonesia mengalami tantangan dan masalah dalam penyesuaian terhadap tuntutan kampus, yang selayaknya mendapatkan perhatian (Rahmawati & Rahmadani, 2020), sejalan dengan penelitian (Rahayu & Arianti, 2020) yang mengatakan bahwa masalah kesulitan penyesuaian diri merupakan masalah yang umum ditemui pada mahasiswa tahun pertama dan sebagian besar mahasiswa tahun pertama telah memiliki tingkat penyesuaian diri di perguruan tinggi yang tergolong sedang dan tinggi diseluruh subskala. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Siregar dan Kustanti, 2018) yang mengatakan bahwa mahasiswa yang berasal dari suku Minang mengalami kerinduan terhadap lingkungannya dan juga mengalami kesulitan beradaptasi dalam hal berkomunikasi. Fakta menunjukkan bahwa Suku Minang memiliki karakter berbicara yang apa adanya, terbuka, dan identik dengan nada suara bicara yang

tinggi dengan gaya bicara yang ceplas-ceplos. Hal ini berbanding terbalik dengan lingkungan budaya Jawa dengan karakteristik yang tertutup dan nada berbicara yang lemah lembut, hal tersebut memunculkan rasa sedikit kurang nyaman. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh (Purnomo, 2020) Mahasiswa semester 1 Fakultas FKIP Universitas Bung Hatta yang berasal dari kota Padang. *Culture shock* memberikan pengaruh karena terjadinya perbedaan bahasa dan pola kebiasaan. Dibuktikan dengan hasil sangat setuju sebesar 22,87 % dan setuju 22,87 %. Penelitian yang dilakukan oleh Devinta et al (2015) penyebab utama terjadinya *culture shock* pada mahasiswa rantau di Yogyakarta adalah ketika setiap individu memberikan gejala dan reaksi yang beragam. Hal ini tergantung sejauhmana *culture shock* mempengaruhi kehidupannya. Sementara (Wijanarko & Syafiq, 2017) menghasilkan penelitian bahwa Mahasiswa Papua yang berkuliah di Surabaya merasakan adanya hambatan ketika beradaptasi di lingkungan kampus khususnya ketika sedang berkuliah, penyebabnya adalah perbedaan bahasa dan kebiasaan karena tempat tinggal individu sebelumnya sangat berpengaruh pada watak dan cara berbahasa. Sejalan dengan hasil penelitian (Amalia, 2020) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh. Siregar & Kustanti (2018) juga menghasilkan bahwa ada hubungan negatif antara gegar budaya dengan penyesuaian diri mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. (Ibrahim 2014) terdapat hubungan negatif antara kemampuan adaptasi dengan *Culture Shock* pada Mahasantri (Non Jawa) di Ma'had Sunan Ampel Ismanto (2021) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara penyesuaian diri dengan *culture shock*. Namun pada penelitian Asmaul (2018) menunjukkan adanya hubungan yang positif antara penyesuaian diri dengan *culture shock* pada mahasiswa yang ada di Semarang. Ini berarti semakin tinggi *culture shock* maka akan semakin rendah Adaptasinya, begitu juga sebaliknya jika Kemampuan Adaptasinya tinggi maka *culture shock* akan semakin rendah.

Culture shock merupakan suatu proses aktif dalam menghadapi perubahan saat berada di lingkungan yang tidak familiar. Proses aktif tersebut meliputi affective, behavior, dan cognitive, yaitu reaksi individu tersebut merasa, berperilaku dan berpikir ketika menghadapi pengaruh budaya lingkungan barunya Ward dkk (2001). *Culture shock* adalah proses yang aktif untuk mempersiapkan adanya perbedaan ketika berada di lingkungan yang baru. *Culture shock* memiliki kaitan dengan keragaman budaya seperti rasa kaget ketika berada di tempat baru karena melihat wajah dan kebiasaan yang belum familiar (Amalia, 2020). Menurut (Mulyana & Eko, 2017) *culture shock* adalah suatu rasa gelisah yang dialami individu karena merasa hilangnya lambang dan simbol ketika bersosialisasi, mencangkup pada kebiasaan yang dilakukan sehari-hari. Hal ini didukung penelitian oleh Maizan et al. (2020) yang melihat kerinduan sebagai gejala paling umum dari kejutan budaya yang diikuti dengan hilangnya kebiasaan sebelumnya. Dapat disimpulkan bahwa *culture shock* adalah suatu permasalahan yang melibatkan perasaan, pola pikir serta tingkah laku pada saat menghadapi

perbedaan terhadap budaya di lingkungan baru. Bingung dan linglung adalah salah satu contoh bentuk ketika seseorang mengalami *Culture shock*. Aspek *Culture shock* menurut Ward dalam (Amalia, 2020) meliputi; 1. *Affective* (Perasaan) Dalam proses ini individu akan merasakan perasaan yang tidak nyaman seperti kebingungan, rasa cemas, tidak tenang, merasa curiga, terkadang timbul rasa sedih, hilangnya dekapan teman hingga keluarga karena merindukan kampung halaman terkadang individu juga merasa kehilangan identitas diri. Hal ini terjadi karena proses ini dihubungkan dengan perasaan emosi yang dapat muncul secara positif maupun negatif; 2. *Behavioral* (Perilaku) Proses ini merupakan tingkah laku individu yang berpengaruh pada perilaku ketika mengalami *culture shock* karena pada proses ini berhubungan dengan pembelajaran budaya dimana para pendatang belajar untuk mendapatkan pengetahuan sosial dan keterampilan agar dapat bertahan di lingkungan baru. Misalnya ketika individu mengalami kesalahpahaman aturan, kebiasaan dan asumsi dalam berinteraksi yang mencakup komunikasi verbal maupun nonverbal tergantung pada tiap budayanya; 3. *Cognitive* (Berfikir) Proses ini adalah kombinasi dari Afektif dan perilaku, kedua hal tersebut saling berkaitan dengan perubahan persepsi individu dalam mengidentifikasi nilai karena terjadinya kontak budaya dan etnis. Ketika kontak budaya terjadi, akan menghilangkan hal yang dianggap benar dan tidak bisa dihindari. Ketika individu memiliki pandangan buruk, misalnya masalah komunikasi dan perbedaan suku bangsa maka pemikirannya hanya akan terpaku pada satu ide saja.

Seseorang yang memutuskan untuk berpindah tempat maka harus mempertimbangkan bagaimana cara berinteraksi dengan penduduk setempat karena penting sekali untuk bisa faham dan mengenal budaya di tempat yang akan kita tempati. Proses mengetahui budaya daerah yang bermacam merupakan konsep identifikasi yang terdiri dari sikap, perilaku dan nilai. Menurut (Suardi, 2015) 7 faktor yang mempengaruhi *Culture shock* meliputi; 1. Faktor pergaulan, ketika dihadapi situasi baru seperti bertemu dengan orang baru lalu berkenalan, maka individu tersebut cenderung akan mengalami ketakutan akan perbedaan pergaulan Akibatnya individu juga akan merasa menjadi asing sehingga menutup dirinya dari orang sekelilingnya; 2. Faktor teknologi, Teknologi mempengaruhi timbulnya masalah *Culture Shock* karena seiring dengan perkembangan teknologi, masyarakat dituntut untuk berpikir lebih maju agar mampu bersaing di dunia global. Contohnya banyak individu yang berasal dari daerah belum mengenal teknologi yang lagi tren saat ini, maka ketika individu tersebut merantau atau berada di lingkungan baru mereka dituntut untuk faham teknologi di kota mengenai tren masa kini agar mampu bertahan; 3. Faktor geografis, Merupakan faktor lingkungan yang dilihat secara fisiknya seperti terjadinya pergantian cuaca, letak wilayah yang berbeda (pantai dan pegunungan). Karena biasanya individu akan merasakan turunnya imun secara perlahan. Contohnya ketika individu tersebut berasal dari daerah Kalimantan yang identik dengan udara yang panas merantau ke Wonosobo yang identik dengan cuaca yang dingin, maka individu

tersebut akan merasa kaget dan butuh waktu untuk beradaptasi dengan cuaca; 4. Faktor bahasa keseharian, Faktor ini biasanya menjadi salah satu pertimbangan besar ketika individu ingin merantau. Ketakutan besar yang dirasakan adalah ketika individu tersebut merasa sama sekali belum menguasai bahasa dimana individu tersebut akan menetap. Namun terkadang individu tersebut bersiap diri dengan cara mempelajari sendiri bahasa atau kosakata umum untuk membekali dirinya sendiri; 5. Faktor ekonomi, Faktor ini menjadi pertimbangan kuat yang berdampak pada kecemasan terhadap bagaimana cara bertahan hidup. Salah satu faktor lainnya yang timbul akibat culture shock adalah karena adanya tuntutan biaya hidup yang lebih tinggi dari sebelumnya. Dalam hal ini, Individu harus memiliki sikap berjuang yang tinggi untuk mengantisipasi keuangan yang dimilikinya. Hal ini biasa terjadi karena perbedaan status ekonomi ditambah lagi dengan tingkat pengeluaran yang jauh akan lebih banyak ketika individu tersebut memutuskan untuk hidup merantau sendiri; 6. Faktor adat istiadat, Faktor ini mengacu pada tradisi lama tergantung pada tiap daerah yang memiliki keanekaragaman serta ciri budaya yang khas. Mahasiswa/i harus mampu menyesuaikan diri dengan cara memahami dan memanfaatkan keadaan sekitar. Namun, beradaptasi dengan menggunakan kebiasaan baru tidak mudah bagi mahasiswa rantau, biasanya membutuhkan waktu untuk menyesuaikan diri dengan keadaan yang belum terlalu familiar sehingga terkadang membuat individu cenderung mengalami kejutan budaya apalagi dalam hal kebiasaan; 7. Faktor agama, Faktor ini menyebabkan rasa takut tersendiri karena perbedaan keyakinan. Agama adalah hal yang sangat sensitif dan sulit untuk. Contohnya adalah ketika individu yang berasal dari Bali dengan kegiatan sembahyang yang khas merantau ke Aceh yang identik dengan agama Islam yang tinggi bahkan hampir semua menggunakan hijab, maka individu tersebut akan mengalami kesulitan mencari tempat ibadahnya. Berdasarkan uraian di atas menunjukkan bahwa kebudayaan menjadi faktor penting terhadap penyesuaian diri individu ketika melanjutkan hubungan kedepannya ingin seperti apa.

Adaptasi khususnya antar budaya merupakan proses interaktif dimana individu akan berkembang dengan sendirinya dengan cara memulai komunikasi di lingkungan tempat tinggal barunya. Pada dasarnya merupakan kesamaan antara komunikasi pendatang dengan komunikasi yang ada di masyarakat tempat tinggal barunya, watak serta karakter bisa menjadi pendukung atau penghambat ketika beradaptasi tergantung sejauh mana pengaruh atas pemahaman mereka mengenai suatu budaya baru dan budaya asal mereka Yun (dalam Utami, 2015) . Pongantung et al., (dalam Robert Dubin 1996) menyebarkan teori baru yang disebut dengan teori adaptasi budaya, memprediksi dari hasil proses beradaptasi maka akan memunculkan respon seperti menerima atas dasar keyakinan budaya bersama dan kemampuan beradaptasi juga dapat dipengaruhi oleh kepribadian. Dapat disimpulkan bahwa cepat atau lambat mahasiswa tersebut beradaptasi maka akan muncul keterbukaan terhadap diri sendiri ketika melakukan interaksi di lingkungan baru serta mampu beradaptasi dengan budaya sekitar.

Penerapan kemampuan beradaptasi pada lingkungan baru dapat berjalan dengan baik dibutuhkan strategi yang benar untuk beradaptasi. Kegiatan yang mendukung mahasiswa untuk cepat beradaptasi dilingkungan tempat tinggal barunya adalah dengan mengikuti organisasi kemahasiswaan dan lembaga yang difasilitasi oleh pihak kampus sehingga dapat mendukung dan mendorong mahasiswa untuk berkembang dan memotivasi sehingga mencapai tujuan yang diinginkan. Gambaran dunia kampus dengan adanya kegiatan sosiaalisasi yang dilakukan oleh pihak kampus berpengaruh terhadap pengetahuan mahasiswa tentang kehidupan dalam dunia kampus, dengan mengikuti berbagai kegiatan yang difasilitasi oleh kampus maka akan memperbanyak interaksi mahasiswa satu dengan mahasiswa lainnya, dengan begitu mahasiswa akan merasa terbiasa ketika berada dilingkungan baru (Apriyana, 2019). Faktor lain penentu keberhasilan mahasiswa ketika beradaptasi adalah dukungan social (keluarga, teman, dosen) seperti kasih sayang dan dorongan semangat. Penelitian Naibaho & Murniati (2022) Mahasiswa perantau yang tinggal di asrama mendapatkan support penuh dari dosen yang ditugaskan sebagai pendamping mahasiswa (pamong), sehingga memungkinkan interaksi yang lebih baik antara penghuni dengan dosen, dengan begitu mahasiswa akan berada aman dan nyaman serta mampu lebih cepat berbaur di lingkungan baru. Penelitian (Siregar & Kustanti, 2018) mendapatkan hasil terdapat 145 Mahasiswa (41,4%) bersuku Minang yang berkuliah di Universitas Diponegoro membuktikan bahwa kemampuan beradaptasi memiliki dampak terhadap kebudayaan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Rahayu & Arianti, 2020) sebanyak 227 mahasiswa/i tahun pertama fakultas Psikologi Universitas Kristen Satya Wacana menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswanya memiliki tingkat kemampuan beradaptasi tergolong rendah. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh (Adhiman & Mugiarto, 2021) sebanyak 114 mahasiswa/i Institut Indonesia Semarang tingkat kemampuan adaptasinya berada di kategori sedang.

Penelitian Nola et al (2020) menyebutkan terdapat empat Faktor penting mahasiswa melakukan adaptasi antara lain yaitu tujuan yang jelas, termotivasi (faktor lingkungan fisik yang berbeda), makanan yang berbeda dan komunikasi yang berbeda. Aryand et al., (2020) dalam penelitiannya menghasilkan terdapat tiga variasi adaptasi dan dua faktor predisposisi yang mempengaruhi proses adaptasi. Tiga variasi proses adaptasi meliputi mencari informasi, berinteraksi, dan menyesuaikan diri. Sedangkan dua faktor predisposisinya yaitu faktor penghambat dan faktor pendukung. Faktor penghambat yaitu berbagai rintangan yang di rasakan selama beradaptasi dikarenakan kaum muda sulit mencari cara untuk membuatnya nyaman dan kesulitan mencari dukungan serta jalan keluar. Sedangkan faktor pendukung, yaitu perasaan baik-baik saja karena kebiasaan sebelumnya melakukan hal-hal sendiri, faham terkait pembelajaran mengenai budaya dilingkungan barunya dan memiliki kesamaan latar belakang kultur budaya dengan pendatang.

Kemampuan adaptasi merupakan suatu proses yang melibatkan respon-respon mental dan perubahan dalam upaya memenuhi kebutuhan-kebutuhan dan mengatasi ketegangan, frustrasi dan

konflik secara sukses, serta menghasilkan hubungan yang harmonis antara kebutuhan dirinya dengan norma atau tuntutan lingkungannya, Scheneiders (dalam Susanto 2018). Kemampuan Adaptasi adalah usaha individu ketika menghadapi perubahan yang secara tiba-tiba ketika berada dilingkungan baru Amalia (2020). Hal ini dilakukan agar tercapainya keharmonisan antara tuntutan dalam diri dengan apa yang diharapkan dalam lingkungannya. (Sobur , 2020) mengatakan bahwa penyesuaian diri dapat di artikan sebagai upaya individu untuk mencapai ketenangan pada dirinya sendiri agar dapat mengatasi segala macam konflik, kesulitan, frustasi-frustasi. (Sunarto & Hartono, 2008) menjelaskan bahwa kemampuan adaptasi adalah kemauan individu untuk mencapai kesetaraan diri sendiri dari lingkungan tempat tinggal barunya. Individu dikatakan mampu menyesuaikan diri secara baik ketika memunculkan sikap yang tenang dalam menghadapi kejadian dan masalah baru di lingkungan tempat tinggal barunya tersebut. Jadi Kemampuan Adaptasi adalah upaya individu mengatasi perubahan ketika berada di lingkungan baru agar mampu bertahan hidup dan bergaul secara wajar. ketika seorang inidvidu merasa mampu beradaptasi dengan baik maka akan merasa puas terhadap diri sendiri dan lingkungannya Hal ini didukung penelitian oleh Maizan et al,. (2020) yang melihat kerinduan sebagai gejala paling umum dari kejutan budaya yang diikuti dengan hilangnya kebiasaan sebelumnya. Dapat disimpulkan bahwa kemampuan adaptasi adalah upaya individu untuk mengatasi perubahan ketika berada di lingkungan baru agar dapat hidup dengan tenang dan dapat berinteraksi dengan normal, sehingga akan membuat individu tersebut merasa puas terhadap dirinya sendiri. Selaras dengan penelitian Amalia (dalam Susanto, 2018) bahwa terdapat 7 Aspek dari Adaptasi meliputi; 1. Mampu mengontrol emosi yang berlebihan, ketika individu dapat mengendalikan emosi dan perasaan maka akan muncul rasa tenang ketika menghadapi situasi yang membutuhkan jalan keluar yang mendadak; 2. Mekanisme pertahanan diri, Individu akan berhasil ketika memiliki kepribadian yang mengutamakan kejujuran, rasa terbuka disetiap masalah yang dihadapinya. Ketika individu memberikan reaksi yang diikuti oleh bentuk pertahanan diri dan tindakan nyata maka hal tersebut akan terlihat ketika individu berusaha untuk mengubah keadaan; 3. Frustrasi minimal, Perasaan frustrasi akan mempersulit individu memberikan respon alami ketika menghadapi masalah yang dihadapi di lingkungan baru. Individu harus mampu mengendalikan perasaan batinnya agar tidak terjadi perilaku menyimpang; 4. Pertimbangan rasional dan kemampuan mengarahkan diri, Individu dengan kemampuan berfikir yang tajam dan terbuka akan dapat mencari jalan keluar sehingga dapat dengan mudahnya mengkontrol perasaan dan fikirannya sendiri; 5. Kemampuan belajar untuk mengembangkan kualitas diri, Cara individu memahami diri sendiri sehingga mampu belajar memahami suatu masalah dan menjadikannya sebagai pengalaman dan pembelajaran hidup; 6. Kemampuan memanfaatkan pengalaman masa lalu. Pengalaman yang terjadi sebelumnya merupakan proses yang sangat baik karena berkaitan dengan hasil yang akan di dapatnya apakah akan berhasil atau gagal sehingga menentukan arah hidupnya. Jika individu tidak dapat

mengambil manfaat dari pengalaman sebelumnya, maka individu tersebut akan mengalami kesulitan ketika beradaptasi; 7. Bersikap objektif dan realistis, Individu dengan sifat objektif dan realistis dapat diperoleh dari kemampuan berfikirnya secara terbuka dan kemampuannya ketika menghadapi situasi. Individu yang dapat menerima kondisi serta keterbatasannya sebagai keadaan yang sebenarnya akan berdampak positif pada dirinya dibuktikan dengan keyakinan terhadap kemampuan diri sendiri.

Faktor yang mempengaruhi Kemampuan Adaptasi menurut (Irwansyah, 2021) terdapat 6, Meliputi; 1. Keadaan fisik, Faktor ini merupakan acuan terciptanya penyesuaian diri yang baik karena didasari pada sistem tubuh individu itu sendiri. Sistem tubuh yang baik meliputi hereditas, konstitusi fisik, sistem syaraf, kelenjar dan otot, kesehatan, penyakit dan sebagainya. Ketika individu kurang dalam hal fisik dan memiliki penyakit bawaan maka akan menimbulkan hambatan pada saat proses adaptasi; 2. Perkembangan dan kematangan, Adaptasi sendiri muncul karena adanya tahap perkembangan, bukan hanya melalui tahap itu, tapi juga karena individu tumbuh menjadi dewasa baik dari segi intelektual, sosial, moral maupun emosional; 3. Kondisi psikologis, Individu dengan keadaan mental baik berpotensi untuk tercapainya penyesuaian diri dengan baik pula. Namun sebaliknya ketika individu merasa lemah akibat frustrasi, rasa cemas dan ada gangguan mental maka akan menghambat proses penyesuaian diri. Bagaimana mental individu akan memicu respon yang sesuai dengan tuntutan yang ada di sekelilingnya; 4. Kondisi lingkungan, Hal yang mendukung proses penyesuaian diri akan berjalan lancar adalah ketika individu dihadapi dengan suatu keadaan lingkungan yang mendukung proses adaptasinya seperti memiliki lingkungan yang tenang, aman, menerima perbedaan dan mampu memberikan dukungan serta perlindungan satu sama lain kepada anggota-anggotanya; 5. Tingkat religiusitas, Religiusitas merupakan keadaan psikologis yang bermanfaat untuk mengurangi suatu masalah, kelelahan emosional, dan ketegangan psikis lainnya. Religiusitas disini berperan sebagai dasar pemberian nilai serta keyakinan ketika mengalami perubahan tuntutan yang terjadi dihidupnya; 6. Kebudayaan, kebudayaan adalah hal yang akan membentuk watak dan kepribadian individu ketika beradaptasi di lingkungan barunya apakah berjalan dengan baik atau justru kebalikannya ketika kebudayaan justru membentuk individu yang sulit menyesuaikan diri.

2. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan pendekatan Kuantitatif korelasional. Penelitian kuantitatif dilandaskan oleh pemikiran positif dan digunakan untuk meneliti populasi maupun sampel tertentu (Sugiono, 2013). Penelitian Korelasional adalah tingkat hubungan antara variabel atau beberapa variabel lain (Winarti, 2011). Jadi, pendekatan kuantitatif korelasional merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara dua atau beberapa

variabel. Menurut (pujihastuti , 2010) kuersioneryaitu mengumpulkan data dengan membuat beberapa pernyataan yang diberikan kepada responden. Pada penelitian ini, peneliti memperoleh data melalui kuersioner. Variabel yang dicari dalam penelitian ini adalah Kemampuan Adaptasi sebagai variabel independen dan *Culture Shock* sebagai penelitian dependen.

Penentuan Subjek diawali dengan menentukan populasi, sampel dan teknik *sampling*. Populasi merupakan kualitas dan karakteristik yang sudah dipilih peneliti dari keseluruhan subjek dan objek (Sugiono , 2016). Populasi penelitian ini adalah mahasiswa aktif S1 dari luar Jawa Angkatan 2021 di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah ± 800 meliputi Sumatra (399), Maluku dan Papua (64), Kalimantan (275), Nusa Tenggara dan Bali (68) dan Sulawesi (32). Peneliti memperoleh data populasi tersebut dari Biro Administrasi Akademik dan Kemahasiswaan (BAAK) Universitas Muhammadiyah Surakarta. Pengambilan sampel yang dilakukan menggunakan rumus penentuan jumlah sampel Slovin, Untuk menghitung proporsi jumlah sampel, peneliti menggunakan teknik sampel bertingkat (*stratified random sampling*). *stratified random sampling* menurut (Sugiono , 2016) adalah teknik pengambilan sampel dengan cara membagi populasi ke dalam kelompok-kelompok yang homogen (campuran) yang di sebut strata kemudian sampel diambil secara acak dari tiap strata tersebut dan dibuat perkiraan untuk mewakili strata yang bersangkutan. Teknik ini dilakukan apabila populasi mempunyai unsur yang tidak homogen dan berstrata secara proposional. Dalam hal ini, peneliti mengambil responden berdasarkan daerah, namun yang penliti pakai adalah responden yang memberikan respon. Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin dengan populasi ± 800 mahasiswa kemudian didapatkan sampel sebanyak 125 responden. Peneliti melakukan penyebaran kuesioner secara *online* dengan menggunakan *google form*. Hal tersebut dilakukan karena masih dalam situasi pandemi Covid-19, sehingga belum memungkinkan jika melakukan pengambilan data secara langsung/tatap muka.

Pengumpulan data ini yang digunakan untuk mengumpulkan data didapat dengan kuesioner. Upaya pengumpulan data yang dilakukan yaitu dengan membagikan kuesioner secara *online* dalam bentuk *google form* yang berisi beberapa pernyataan kemudian dijawab secara *online* juga dengan alat ukur yang digunakan berupa skala. Penyusunan kedua skala tersebut menggunakan model Skala likert. Skala Likert digunakan untuk mengukur sikap, pendapat, dan persepsi seseorang atau kelompok tentang kejadian sosial yang berisi pernyataan positif (*favourable*) dan pernyataan negatif (*unfavourable*) (Sugiono , 2016). Skala *likert* terdiri dari empat alternatif jawaban yaitu sangat tidak sesuai, tidak sesuai, sesuai, dan sangatsesuai. Setiap jawaban dari responden akan diberi skor, maka responden harus mengisi sesuaidengan kondisi yang sebenarnya

Ada dua skala yang digunakan yaitu skala kemampuan adaptasi dengan skala *culture shock*. Pada skala kemampuan adaptasi diukur dengan skala Kemampuan Adaptasi yang dimodifikasi dari Penelitian Khaira Amalia (Amalia, 2020) dengan validitas skala sebesar 0.75-0.83 dan reliabilitas

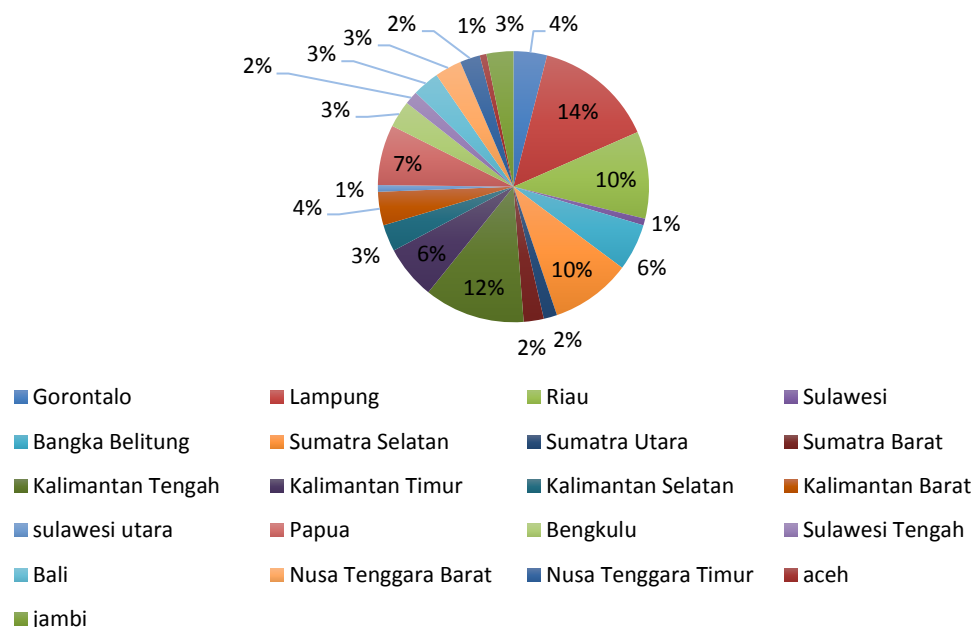
skala sebesar 0,699. Sedangkan pada skala *culture shock* diukur dengan skala *Culture shock* yang dimodifikasi dari Penelitian Khaira Amalia (Amalia, 2020) dengan validitas skala 0.75 dan reliabilitas skala lebih dari 0,6. Sehingga kedua skala tersebut dapat digunakan untuk mengukur variabel dalam penelitian ini tanpa mengubah isi konten dalam skala.

Dalam penelitian ini menggunakan analisis data dengan metode Analisis Regresi Sederhana. Menurut (yuliara, 2016) adalah sebuah metode pendekatan untuk pemodelan hubungan antara satu variabel dependen dan satu variabel independen., apabila variabel bebasnya hanya satu, maka analisis regresinya disebut dengan regresi sederhana. Dalam Analisis Regresi Sederhana, hubungan antara variabel bersifat linier, dimana perubahan pada variabel X akan diikuti oleh perubahan pada variabel Y secara tetap. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *SPSS Statistics 21.0*. Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu kemampuan adaptasi (X) dengan variabel dependen yaitu *culture shock* (Y).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1.1 Hasil

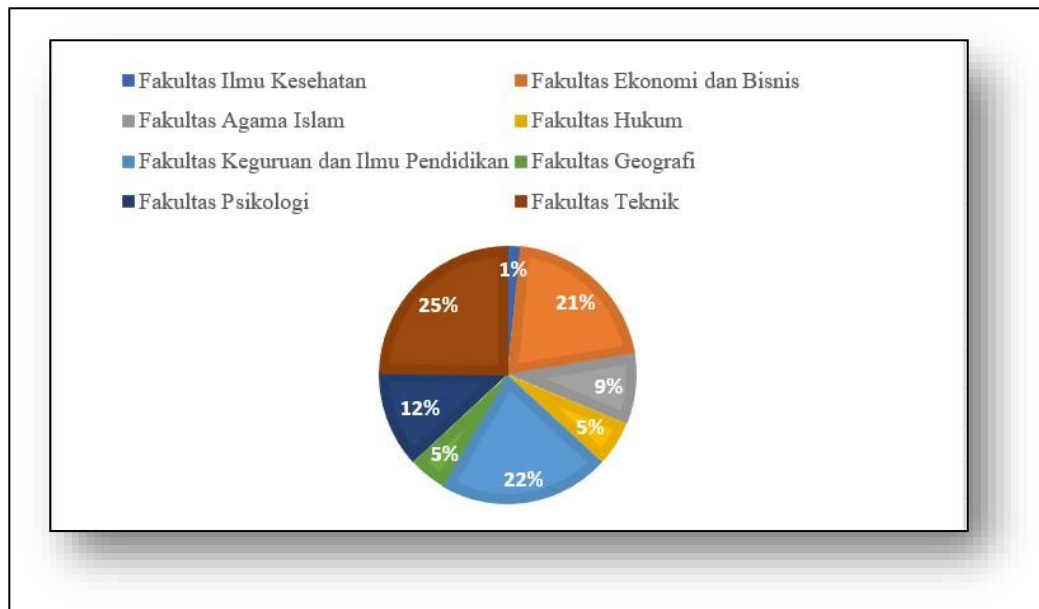
Responden dalam penelitian ini merupakan mahasiswa/i aktif S1 yang berasal dari luar Jawa Angkatan 2021 mencakup 19 asal daerah dan 8 Fakultas di Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berjumlah 125 mahasiswa/i. Berikut merupakan tabel proporsi responden pada penelitian ini:



Gambar 1. Proporsi Asal Daerah

Pada Gambar 1 dapat diketahui bahwa proporsi responden berdasarkan asal daerah berjumlah 125 mahasiswa. Jumlah proporsi mahasiswa berdasarkan asal daerah atau provinsi yang menjadi sampel pada penelitian ini berjumlah 21 asal daerah, diantaranya yaitu berasal dari provinsi Gorontalo (4%), Lampung (14%), Riau (10%), Sulawesi (1%), Bangka Belitung (5%), Sumatera

Selatan (10%), Sumatera Utara (3%), Sumatera Barat (3%), Kalimantan Tengah (12%), Kalimantan Timur (6%), Kalimantan Selatan (3%), Kalimantan Barat (4%), Sulawesi Utara (1%), Papua (6%), Bengkulu (3%), Sulawesi Tengah (2%), Bali (3%), Nusa Tenggara Barat (3%), Nusa Tenggara Timur (2%), Aceh (1%), Jambi (3%). Dapat diketahui bahwa subjek pada penelitian ini mayoritas berasal dari provinsi Lampung.



Gambar 2. proporsi Asal Fakultas

Pada Gambar 2 dapat diketahui bahwa proporsi responden terdiri dari 8 fakultas yang seluruhnya merupakan mahasiswa angkatan 2021 dengan jumlah 125 mahasiswa. Jumlah proporsi mahasiswa dari fakultas ilmu kesehatan sebanyak 1%, fakultas ekonomi dan bisnis 21%, fakultas agama islam 9%, fakultas hukum 5%, fakultas keguruan dan ilmu Pendidikan 22%, fakultas geografi 5%, fakultas psikologi 12%, dan subjek dari fakultas teknik sebanyak 25%. Dapat diketahui bahwa subjek pada penelitian ini mayoritas berasal dari fakultas Teknik.

Tabel 1. Hasil Uji Asumsi

Uji	Variabel	Hasil	Kesimpulan
Normalitas	Adaptasi	Sig. 0.060 ($p > 0.05$).	Normal
	<i>Culture shock</i>	Sig. 0.555 ($p > 0.05$).	Normal
Linearitas (Linearity)	Adaptasi* <i>Culture shock</i>	Sig. 0.000 ($p < 0.05$)	Linear

Pada tabel 1 dapat dilihat bahwa hasil uji asumsi pada penelitian ini terpenuhi karena variabel pada penelitian ini terbukti normal dan linier. Hasil uji nilai normalitas residual Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa variabel komunikasi adaptasi mempunyai signifikansi 0,060 ($p > 0,05$), *culture shock* mempunyai signifikansi 0,555 ($p > 0,05$) variabel adaptasi dan *culture shock* memiliki sebaran data yang normal. Sedangkan uji linearitas pada penelitian ini dilihat dari tabel *linearity* yang berarti

apabila memiliki nilai signifikansi ($p < 0.05$) terbukti linear dan pada penelitian ini menunjukkan nilai signifikansi 0.000 ($p < 0.05$).

Tabel 2. Hasil Uji Hipotesis

Uji	Hipotesis	Hasil	Kesimpulan
Kolmogorov-Smirnov	Terdapat hubungan negatif antara kemampuan adaptasi dengan <i>culture shock</i> pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta.	($r = -.501$ Sig. = 0.000 ($p < 0.05$))	Hipotesis diterima

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa hasil uji hipotesis pada penelitian ini terbukti memiliki hubungan negatif yang signifikan yang ditunjukkan dengan nilai (r) sebesar $-.501$ yang berarti memiliki hubungan negatif dan signifikansi sebesar 0.000 ($p < 0.05$) yang artinya penelitian ini terbukti signifikan.

Tabel 3. Sumbangan Efektif

Model Summary				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.501 ^a	.251	.245	8.308
a. Predictors: (Constant), Kemampuan Adaptasi				

Pada tabel 3 ditunjukkan bahwa sumbangan efektif pada variabel kemampuan adaptasi yaitu sebesar 25,1%. Artinya, bahwa *Culture Shock* yang dialami mahasiswa perantau lebih besar dipengaruhi oleh variabel lain. Dibawah ini adalah gambaran kategorisasi kemampuan adaptasi dan *Culture shock* mahasiswa perantau dari luar Jawa.

Tabel 4. Kategorisasi Kemampuan Adaptasi

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	6	4.8	4.8	4.8
	Rendah	70	56.0	56.0	60.8
	Sedang	45	36.0	36.0	96.8
	Tinggi	1	.8	.8	97.6
	Sangat Tinggi	3	2.4	2.4	100.0
	Total	125	100.0	100.0	

Pada tabel 4 kategori kemampuan adaptasi terdapat perbandingan bahwa subjek yang mengalami kemampuan adaptasi rendah lebih besar sebanyak 56% dibandingkan kategori yanglainnya.

Tabel 5. Kategorisasi Culture Shock

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Sangat Rendah	6	4.8	4.8	4.8
	Rendah	60	48.0	48.0	52.8
	Sedang	58	46.4	46.4	99.2
	Tinggi	1	.8	.8	100.0
	Total	125	100.0	100.0	

Pada tabel 5 kategori *culture shock* terdapat selisih 2% antara kategori Rendah yaitu 48% dan kategori sedang yaitu 46,4%. Perolehan perhitungan kategorisasi menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi dan *culture shock* sama-sama rendah. Karena *culture shock* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta rendah di angka 48% maka harus dipertahankan dengan cara meningkatkan kemampuan adaptasinya.

1.2 Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel X Kemampuan Adaptasi dengan Variabel Y *culture shock*. Berdasarkan hasil analisis dengan uji *pearson correlation* didapatkan nilai $(r) = -.501$ dengan nilai Sig 0,000 ($P < 0,05$) dan sumbangan efektifnya sebesar 25,1% sehingga hipotesis penelitian ini diterima, yang artinya terdapat hubungan negatif secara signifikan antara Kemampuan adaptasi dengan *culture shock* pada mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Kemampuan Adaptasi merupakan faktor penting ketika seseorang mengalami *Culture shock* karena Kemampuan adaptasi yang tinggi pada mahasiswa terbukti dapat menurunkan *culture shock*.

Penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan adaptasi tidak banyak memberikan pengaruh terhadap *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa Luar Jawa yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Surakarta, hal tersebut dapat dilihat dari sumbangan efektifnya yakni sebesar 25,1%. Artinya 74,9% *culture shock* yang dialami oleh mahasiswa dipengaruhi oleh variabel lain seperti dukungan orang tua karena orang tua mampu memberikan motivasi secara penuh untuk meraih kesuksesan, kecemasan juga merupakan variabel lain yang dapat menyebabkan seorang mahasiswa mengalami *culture shock* karena kebanyakan mahasiswa belum menyadari tujuan yang ingin dicapai serta belum dapat mengelola kondisi emosionalnya dengan baik (Aldino, 2020). Komunikasi juga merupakan variabel lain yang dapat mempengaruhi *culture shock* karena komunikasi merupakan dasar utama yang diperlukan oleh seseorang untuk menjalin interaksi dengan orang lain (Hadawiah, 2019)

Menurut teori dari Gerungan 1991 dalam (ismail, 2015) Kemampuan Adaptasi adalah suatu cara

penyesuaian diri sendiri terhadap lingkungan, maksudnya individu memposisikan dirinya sendiri dengan cara menyesuaikan diri dengan lingkungan baru dimana ia tinggal sesuai dengan keinginannya dan kehendaknya. ketika seseorang individu yang merantau maka akan jauh dari keluarganya sehingga individu cenderung akan berusaha beradaptasi dengan keadaan di tempat tinggal barunya yang sangat berbeda dengan kampung halamannya, biasanya individu akan merasakan adanya hambatan dalam hal komunikasi baik dalam bahasa maupun nada dan cara berbicara yang berbeda Siregar & Kustanti (2018)

Penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta telah menerapkan aspek-aspek adaptasi agar tidak mengalami *culture shock*, seperti memiliki kemampuan mengontrol emosi, mekanisme pertahanan diri, meminimalisir frustrasi, melakukan pertimbangan secara rasional, memiliki kemampuan untuk mengarahkan diri, kemampuan belajar untuk mengembangkan kualitas diri, kemampuan mengembangkan kualitas diri, memanfaatkan pengalaman sebelumnya serta bersikap objektif dan realistis (Susanto, 2018). Faktor yang mempengaruhi cara seseorang dalam beradaptasi yaitu kondisi fisik individu, apabila seseorang memiliki kondisi fisik yang baik maka akan lebih mudah untuk melakukan berbagai aktivitas sehingga akan memudahkannya dalam beradaptasi dengan lingkungan sekitarnya. Faktor selanjutnya yaitu perkembangan dan kematangan seseorang, kondisi psikologis serta sikap religiusitas, hal ini akan membantu individu dapat berpikir lebih optimal dengan kecerdasan intelektualnya sehingga lebih berhati-hati dalam melakukan sesuatu karena memiliki keyakinan dalam dirinya. Sesuai dengan penelitian Young Yun (Utami, 2015) Kondisi lingkungan dan kebudayaan juga merupakan faktor yang mendukung keberhasilan individu dalam melakukan proses adaptasi serta mengatakan bahwa adaptasi antar budaya merupakan proses interaktif dimana individu akan berkembang dengan sendirinya dengan cara memulai komunikasi di lingkungan tempat tinggal barunya. Adaptasi antar budaya pada dasarnya merupakan cara yang dilakukan oleh seseorang untuk menyesuaikan dirinya dengan cara mencari kesamaan antara komunikasi pendatang dengan komunikasi yang ada di masyarakat.

Perbedaan budaya merupakan salah satu penyebab individu mengalami *culture shock* (Wardah & Sahbani, 2020). Samovar et al., (2017) menjelaskan empat fase yang dapat dilalui oleh individu agar dapat beradaptasi sehingga mampu keluar dari situasi sulit salah satunya yaitu *culture shock* diantaranya yaitu; a) fase *frustration*, merupakan perasaan menggebu-gebu yang mengakibatkan seseorang memiliki emosi yang tidak terkendali akibat ketidaksesuaian antara realita dengan ekspektasi yang terjadi; b) fase *readjustment*, merupakan suatu cara yang dilakukan oleh individu untuk mulai menerima kenyataan dan berusaha untuk mengatasi permasalahan yang dihadapi; c) fase *resolution*, merupakan fase menerima sebagian besar keadaan atau kenyataan dalam hidupnya sehingga sudah mampu menyesuaikan diri dengan lingkungannya yang baru; d) fase *honeymoon*,

merupakan fase terakhir dalam proses beradaptasi yang dimiliki individu yang terwujud dalam perasaan bahagia, nyaman dan mampu menerima serta membuka diri terhadap keanekaragaman dalam lingkungannya yang baru. Namun, setiap individu mengalami proses adaptasi yang berbeda-beda karena memiliki fase yang beragam sesuai dengan kondisi internal dan eksternalnya (wardah & sahbani, 2020). Penelitian serupa terkait hubungan adaptasi dengan *culture shock* juga pernah diteliti oleh (Jerikho, Suryo S. M. Si, & Riyanto M. Si, 2022) pada mahasiswa rantau di Kota Surakarta yang berasal dari Timor Leste, hasil penelitiannya menunjukkan bahwa perbedaan budaya, bahasa, makanan, dan cara berpakaian membuatnya merasa terkejut, bingung bahkan stres dalam menghadapi perbedaan budaya tersebut. Selanjutnya mereka mencoba untuk beradaptasi sehingga *culture shock* tersebut dapat diminimalisir seperti dengan cara mempelajari bahasa, mencoba menikmati makanan khas, menghilangkan homesick dengan cara berkumpul dengan lingkungan sosialnya yang baru dan menyesuaikan gaya berpakaian sesuai dengan daerah yang dituju. Hal yang sama juga terjadi pada mahasiswa rantau dari Papua yang tinggal di Bandung dan mahasiswa Indonesia yang merantau ke Eropa mereka juga mengalami *culture shock*. Mereka beradaptasi dengan melakukan kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh masyarakat setempat serta mempelajari nilai, kepercayaan dan adat setempat (Bittencourt et al., 2021; Blynova et al., 2020; Budiarti & Yuliani, 2020; Mundeza, 2021; Przylecki, 2018).

Kemampuan dalam beradaptasi dapat meningkatkan rasa tentram, fleksibilitas, percaya diri serta harga diri di lingkungan baru sehingga dapat menurunkan *culture shock* (Rusdi et al., 2019). Namun dalam proses beradaptasi juga terdapat hambatan yang biasa dialami oleh individu terutama mahasiswa dalam proses beradaptasi yaitu adanya perasaan takut serta khawatir berbaur dengan orang baru dan memiliki hambatan dalam berkomunikasi karena adanya perbedaan bahasa (wardah & sahbani, 2020).

Hipotesis menyatakan bahwa terdapat hubungan *negative* antara kemampuan adaptasi dengan *culture shock* pada Mahasiswa Luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan yakni (r) sebesar -0.501 dan nilai signifikansinya sebesar 0.000 ($p < 0.05$). Artinya, semakin tinggi kemampuan adaptasi yang dialami oleh mahasiswa Luar Jawa yang berkuliah di Universitas Muhammadiyah Surakarta maka mampu menurunkan *culture shock*-nya. Penelitian ini dikuatkan dengan hasil penelitian sebelumnya bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara *culture shock* dengan penyesuaian diri pada Mahasiswa Malaysia di UIN Ar-Raniry Banda Aceh (Amalia, 2020) dan Penelitian Siregar & Kustanti (2018) juga menghasilkan bahwa ada hubungan negatif antara gegar budaya dengan penyesuaian diri mahasiswa bersuku Minang di Universitas Diponegoro. Hal tersebut dapat terjadi karena mahasiswa memiliki pemahaman bahwa Indonesia merupakan salah satu negara yang terdiri dari berbagai macam suku dan budaya sehingga mahasiswa memiliki kemampuan untuk

beradaptasi dan terhindar dari *culture shock* (Anshori & Thariq, 2017). Agar dapat beradaptasi dan terhindar dari *culture shock* mahasiswa dapat melakukan beberapa upaya diantaranya yaitu mempelajari bahasa daerah dan adat istiadat dari suatu wilayah yang akan disinggahi agar mereka mampu berinteraksi dengan mudah dan cepat (Jerikho et al., 2022).

Kesimpulan dalam pembahasan ini adalah kemampuan adaptasi merupakan faktor terpenting yang harus dimiliki oleh mahasiswa di Universitas Muhammadiyah Surakarta khususnya yang berasal dari luar Jawa agar tidak mengalami *culture shock*. Dapat dibuktikan bahwa 56% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah meskipun 48% diantaranya mengalami *culture shock* pada kategori rendah. Hal tersebut dapat dipengaruhi oleh kondisi fisik, fisiologis, lingkungan dan kebudayaan. Namun, tingginya kemampuan adaptasi juga dipengaruhi oleh kemauan dan kemampuan seseorang ketika beradaptasi di lingkungan barunya, sehingga dapat melawan rasa takut serta kekhawatiran yang ada.

4. PENUTUP

Penelitian ini membuktikan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara kemampuan adaptasi dengan *culture shock* pada mahasiswa luar Jawa di Universitas Muhammadiyah Surakarta khususnya pada angkatan 2021. Artinya semakin tinggi kemampuan adaptasi mahasiswa maka *culture shock* mahasiswa tersebut semakin rendah, sebaliknya semakin rendah kemampuan adaptasi maka *culture shock* tersebut semakin tinggi. Hasil perhitungan kategorisasi juga menunjukkan bahwa 56% mahasiswa memiliki kemampuan adaptasi yang rendah meskipun 48% diantaranya mengalami *culture shock* pada kategori rendah juga, selain itu sumbangan efektif juga membuktikan bahwa perilaku adaptasi kurang memberikan dampak terhadap *culture shock* karena hanya berpengaruh sebesar 25,1 % sedangkan 74,9% dipengaruhi oleh variabel lain.

Agar dapat menambah wawasan keilmuan terkait kemampuan adaptasi dan *culture Shock* maka peneliti selanjutnya diharapkan memperluas penguasaan dengan memperbanyak membaca literatur yang ada. Untuk mempermudah mencari sampel penelitian, peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari data ter *update* dari universitas. Hal ini dimaksudkan agar sampel yang diperoleh dapat tercapai dari keseluruhan populasi. Sebagai pembandingan penelitian terkait kemampuan adaptasi dan *culture shock* dapat dilakukan secara kualitatif sehingga mendapatkan data yang lebih spesifik dan mendalam lagi. Selain itu, juga dapat menambah kriteria subjek dengan kriteria tertentu, misalnya jenis kelamin dan usia agar data lebih bervariasi. Hasil penelitian mendapatkan mahasiswa yang mengalami *Culture Shock* dengan kategori tinggi sebanyak 8%, untuk itu diharapkan Universitas Muhammadiyah Surakarta dapat memberikan fasilitas berupa promosi dan seminar khusus terkait UKM, ketika mahasiswa tertarik mengikuti UKM maka akan memperluas relasi, memiliki tempat untuk mengembangkan hobi, menumbuhkan rasa percaya diri dll, dengan begitu mahasiswa akan

terbiasanya berinteraksi sehingga akan membuatnya merasa nyaman ketika berada dilingkungan baru. Untuk mahasiswa pendatang khususnya dari luar Jawa diharapkan bisa memahami, mengatasi dan menyesuaikan diri dilingkungan baru dengan cara membuka diri dengan bijak serta dapat menghargai budaya baru yang ada dimasyarakat.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhiman, f., & Mugiarto, H. (2021). Hubungan Penyesuaian diri terhadap resiliensi akademik pada siswa dalam menghadapi pembelajaran saat masa pandemi covid-19. *G-COUNS: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Vol. 5 No 2, p-ISSN : 2541-6782, e-ISSN : 2580-6467.
- Aisha, S., & Mulyana, D. (2020). INTERNATIONAL STUDENTS' COMMUNICATION ADAPTATION TO ACADEMIC ENVIRONMENT IN THE UNITED KINGDOM. *Jurnal Penelitian Komunikasi*.
- Aldino, K. (2020). Gegar budaya dan kecemasan : studi empiris pada mahasiswa Bengkulu dan Maluku di universitas gunadarma dalam beradaptasi di lingkungan baru. *kanal : jurnal ilmu komunikasi*, 8 (2) 88-96.
- Amalia, K. (2020). HUBUNGAN CULTURE SHOCK DENGAN PENYESUAIAN DIRI PADA MAHASISWA MALAYSIA DI UIN AR-RANIRY BANDA ACEH.
- Anom, E., & Mayagita, A. (2021). Indonesian Students Adaptation to Culture Shock: A Case Study of Erasmus Mundus Joint Master's Degree Students - European union. *Budapest International Research and Critics Institute-Journal (BIRCI-Journal)*.
- Anshori, A., & Thariq, . (2017). Komunikasi Adaptasi Mahasiswa Indeks. *Jurnal interaksi* 1 (2), 156 - 173.
- Aryand, A. D., Mardawati, O., & Nurdianto, F. (2020). Proses Adaptasi Kaum Muda yang Bermigrasi ke Kota Yogyakarta dan Bandung. *Psikologika*.
- Azwar, s. (2020). metode penelitian. *yogyakarta : pustaka belajar*. Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Bittencourt, T., Johnstone, C., Adjie, M., & Seithers, L. (2021). " we see the world different now " remapping Assumptions about international student adaptation. *journal of studies in international education*, 25 (1), 35-50.
- Blynova, O., Popovych, I., Semenova, N., Kashyryna, Y., Ursulenko, O., & Kononenko, O. (2020). personality Factors of choosing adaptation strategies in a different cultural environment by labor migrant from Ukraine. *revista amazonia investiga*, 9 (32), 45- 54.
- Budiarti, R., & Yuliani, f. (2020). STRATEGI ADAPTASI CULTURE SHOCK DALAM KOMUNIKASI ANTAR BUDAYA MAHASISWA PAPUA UNIVERSITAS BENGKULU (Studi Pada Mahasiswa Papua di Universitas Bengkulu). *jurnal sarjana ilmu komunikasi*, 1 (2), 20-25.
- Budiarti, R., & Yuliani, F. (2020). Strategi Adaptasi Culture Shock dalam Komunikasi antar budaya mahasiswa Papua Universitas Bengkulu (studi pada mahasiswa Papua di Universitas Bengkulu). *Jurnal Sarjana Ilmu Komunikasi*, 20-25.
- Devinta, M., Hidayah, N., & Hendrastomo, G. (2015). Fenomena Culture Shock (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Yogyakarta. *jurnal pendidikan sosiologi*.

- Erawan, E., Sary, K. A., & Bidang, A. S. (2018). PROSES ADAPTASI MAHASISWA PERANTAUAN DALAM MENGHADAPI GEGAR BUDAYA (Kasus Adaptasi Mahasiswa Perantauan di Unniversitas Mulawarman Samarinda). *eJournal Ilmu Komunikasi*, 2018, 6 (3): 212-225.
- fauziah , f., & karhab , r. s. (2019). pelatihan pengolahan data menggunakan aplikasi SPSS pada mahasiswa. *JURNAL PESUT : PENGABDIAN UNTUK KESEJAHTERAAN UMAT*, Vol. 1 No.2.
- Hadawiah , H. (2019). Fenomena (Gegar Budaya) pada Mahasiswa Perantauan di Universitas MuslimIndonesia . A: *MUNZIR*, 12 (1), 149 .
- irwansyah , s. (2021). hubungan self efficacy dengan penyesuaian diri pada mahasiswa baru UIN AR-RANIRY BANDA ACEH . *studi psikologi* .
- ismail , h. b. (2015). adaptasi sosial mahasiswa asal Tidore dikelurahan Titiwungen Selatan kota Manado. *jurnal holistik* .
- jerikho, j., Suryo S. M.Si, D., & Riyanto M. Si, D. (2022). Proses Adaptasi Mahasiswa Perantauan Untuk Mengatasi Culture Shock Dalam Komunikasi Antarbudaya(Studi Kasus Mahasiswa timor leste Yang Tergabung Dalam Organisasi ACETLS Surakarta. *solidaritas* 1-23.
- maizan , s. h., bashori , k., & hayati , e. n. (2020). analytical theory : Cultural extension. *PSYCHO IDEA* No,2, 1693-1076.
- maizan , s. h., bashori , k., & hidayati , e. n. (2020). analytical teori : gegar budaya (Culture Shock). *psycho idea* , tahun 18, no 2 .
- Mulyana , D., & Eko , B. S. (2017). INDONESIAN STUDENTS' CROSS-CULTURAL ADAPTATION IN BUSAN,KOREA. *Jurnal ASPIKOM*.
- Mundeza, R. (2009). Process of Student Adaptation of Culture Shock. *Journal La Sociale* , 2 (2) 26-31 <https://doi.org/10.37899/journal-la-sociale.v2i2.386>.
- neuman , w. l. (2017). metodologi penelitian sosial : pendekatan kualitatif dan kuantitatif . *jakarta barat : indeks* .
- Nola, A., Sendratari, L. P., & Wirawan, I. A. (2020). STRATEGI ADAPTASI MAHASISWA UNDIKSHA ASAL JAKARTA DALAM KEHIDUPAN SOSIAL DI KOTA SINGARAJA. *e-Journal Pendidikan Sosiologi Universitas Pendidikan Ganesha*.
- pongantung , c. a., manafe , y. d., & liliweri , y. k. (2018). dinamika masyarakat dalam proses adaptasi budaya (studi deskriptif pada adaptasi pendatang baru perumahan bougenville indahkabupaten kupang) . *jurnal komunikasi* .
- Przylecki , P. (2020). Adaptasi Budaya Pada Mahasiswa Pendatang di Kampus Universitas Padjajaran Bandung . *Jurnal Manajemen Komunkasi* , Volume 4, No 2, April 2020, Hlm. 103-122.
- Purnomo, Achmad. (2020). *Solo yang dinobatkan sebagai kota Mahasiswa atau City of inntelectual*. Retrieved from Detik news berita Jawa Tengah.
- Rahayu , m. N., & arianti , r. (2020). penyesuaian mahasiswa tahun pertama di perguruan tinggi studi pada mahasiswa Fakultas Psikologi UKSW. *Jurnal Psikologi Sains dan Profesi* Vol. 4, No. 2, Agustus 2020: 73 - 84.

- Raharjo, Q. S., & Pebriyenni. (2020). Fenomena Culture Shock pada mahasiswa FKIP UNNIVERSITAS BUNG HATTA. *JURNAL BHINEKA TUNGGAL IKA, VOLUME 7, NOMOR 2, NOVEMBER 2020*, 143-151.
- Samovar, L. A. (2017). Communication Between Cultures. *Cengage Learning*.
- Siregar, A. O., & Kustanti, E. R. (2018). Hubungan antara gegar budaya dengan penyesuaian diri pada mahasiswa bersuku minang di Universitas Diponegoro. *Jurnal Empati, Volume 7 (Nomor 2)*, 48-65.
- Sobur, A. (2020). Psikologi Umum. *Bandung : Pustaka setia*.
- Suardi. (2015). Culture Shock (Analisis Culture Shock Bagi Mahasiswa Baru Di Kota makasar).
- sugiono. (2013). metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D. *bandung :Alfabeta*.
- Sugiono. (2016). in metode penelitian Kuantitatif, kualitatif dan R&D. *bandung : PT Alfabet*.
- sunarto, & Hartono, A. (2008). perkembangan peserta didik. *jakarta : Rineka Cipta*.
- Susanto, A. (2018). Bimbingan Dan Konseling Di Sekolah: Konsep, Teori, Dan Aplikasinya. *Jakarta:Prenadamedia Group*.
- utami, I. S. (2015). teori-teori adaptasi antar budaya. *jurnal komunikasi vol 7, no 2*, 180 - 197.
- wardah, W., & Sahbani, U. D. (2020). adaptasi mahasiswa terhadap culture shock. *jurnal komunikasi dan organisasi (J-KO)*, vol 2, no 2.
- Wijanarko, E., & Syafiq, M. (2017). Studi Fenomenologi pengalaman penyesuaian diri mahasiswa papua di surabaya. *jurnal psikologi teori dan terapan*.
- winarti, E. (2011). penelitian pendidikan. *bengkulu: Putri Media Bahan ajar statistik*.
- yuliana, I. (2016). *Regresi Linier Sederhana*.